

**SYLLABUSI i Lëndës: TESTIMET DHE PËRSHKRIMET E USHTRIMEVE
NË EDUKIM FIZIK DHE SPORT**

(Bachelor-master)

Të dhëna bazike të lëndës	
Njësia akademike:	Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i sportit
Titulli i lëndës:	Testimet dhe përshkrimet e ushtrimeve në edukim fizik dhe sport
Niveli:	Master
Statusi lëndës:	Zgjedhore
Numri i orëve në javë:	2+0
Mësimdhënësi i lëndës:	Prof. Asst. Bahri Gjinovci
Detajet kontaktuese:	bahri.gjinovci@uni-pr.edu
Përshkrimi i lëndës	
	Lënda synon të ofrojë njohuri të thelluara mbi bazat teorike dhe praktike të testeve dhe përshkrimeve të ushtrimeve në edukim fizik dhe sport, duke integruar matjet dhe teste me qasjet moderne të bazuara në evidencë. Studentët do të njihen me instrumentet laboratorike, metodologjitë e testeve për vlerësimin e performancës fizike, si dhe me interpretimin shkencor të të dhënave të mbledhura. Lënda është ndërtuar për të zhvilluar aftësi praktike në përdorimin e pajisjeve moderne të testimit.
Qëllimet e lëndës:	-Qëllimi i lëndës është kuptimi i matjeve dhe aplikimi i testeve në sport. -Përvetësimi i metodologjisë së matjeve dhe testeve në edukim fizik dhe sport. - Zhvillimi i aftësive për analizën, interpretimin dhe prezantimin profesional të rezultateve. - Përdorimi i instrumenteve laboratorike për hulumtime shkencore dhe aplikime praktike. -Tjetër qëllim është formimi i aftësisë për analizimin dhe interpretimin e rezultateve, si dhe prezantimin e tyre në mënyrë profesionale dhe shkencore.

<p>Rezultatet e pritura të nxënies:</p>	<p>Studentët do të njohin pajisjet dhe instrumentet e matjes e testimi që ofrohen në laboratorin e Fakultetit, duke u ambientuar me funksionin dhe përdorimin e tyre.</p> <p>Ky rezultat lidhet me formimin bazë teorik dhe praktik të studentëve në përdorimin e mjeteve laboratorike.</p> <p>Studentët do të zhvillojnë aftësi praktike në përdorimin e instrumenteve për hulumtime të aplikuara në sport, në përputhje me fushën e tyre të interesit.</p> <p>Ky rezultat nënvizon rëndësinë e kompetencave praktike për testim dhe matje në sport.</p> <p>Studentët do të aftësohen të analizojnë, interpretojnë dhe prezantojnë në mënyrë profesionale të dhënat dhe rezultatet e marra nga matjet dhe testimet sportive.</p>
<p>Metodologjia e mësimdhënies:</p>	<p>-Ligjerata, diskutime, punë në grupe – ushtrime laboratorike.</p> <p>Ligjërata – Ofron bazën teorike dhe prezanton konceptet kryesore mbi matjet dhe testimet në sport.</p> <p>Diskusime – Inkurajojnë pjesëmarrjen dhe shkëmbimin e ideve, duke zhvilluar aftësitë analitike dhe komunikimin akademik.</p> <p>Punë në grupe – Forcojnë bashkëpunimin dhe përgatitin studentët për situata praktike në sport dhe hulumtim shkencor.</p> <p>Ushtrime laboratorike – Sigurojnë zbatimin praktik të teorisë përmes detyrave konkrete.</p>
<p>Metodat e vlerësimit:</p>	<p>Dy teste periodike -I 20 -II 30 pikë Pjesa Praktike 25 pike sem dimr. Seminari 15 pikë Vijimi i rregullt 10 pikë</p> <p>SUKSESI: 51-60 =6 (E), 61-70=7 (D), 71-80=8 (C), 81-90=9 (B), 91-100=10 (A)</p>

Literatura	
Literatura bazë:	<p>-Skripta (matriali) Matjet dhe Testimet ne Sport B.Gjinovci, B. Turjaka</p> <p>-Libri: 101 Teste per vlersimin e Performances</p> <p>Literatura shtesë (autore te huaj)</p> <p>- Lorena Martin Ph.D Sports Performance <i>Measurement and Analytics</i></p> <p>- Dr. J. Jackson Sutharsingh Associate Professor. <i>Test, Measurement and Evaluation in Physical Education</i></p> <p>-Draper, J., Minikin, B., & Telford, R. – <i>Test Methods Manual, National Sports Research Centre, Australian Sports Commission.</i></p>
Literatura shtesë:	
Plani i dizajnuar i mësimit:	
Java	Ligjerata që do të zhvillohet
Java e parë: Java e dytë:	<p>Teoria e matjeve</p> <p>Hyrje në konceptin e matjeve; rëndësia e tyre në edukim fizik dhe sport; detyrat dhe fushat e aplikimit të matjeve; përbërja e trupit.</p> <p>Praktika: Përcaktimi i strukturës së matjeve; teknikat bazë për matjen e përbërjes trupore.</p> <p>Studentët pajisen me themelet teorike të matjeve dhe mësojnë si të aplikojnë metodat bazike të antropometrisë, të domosdoshme për çdo proces të monitorimit të performancës.</p>
Java e tretë: Java e katërt:	<p>Variablat dhe gabimet e matjes</p> <p>Llojet e variablave dhe variancës; klasifikimi i matjeve; gabimet e zakonshme; arsyeja shkencore e përdorimit të matjeve në sport.</p> <p>Praktika: Përshkrimi dhe kategorizimi i variablave antropometrike, motorike dhe funksionale.</p> <p>Studentët mësojnë të identifikojnë burimet e gabimeve dhe të zbatojnë metoda për të siguruar saktësi.</p>
Java e pestë: Java e gjashtë:	<p>Testimet dhe karakteristikat</p> <p>Çfarë është testi; karakteristikat kryesore të testimit (objektiviteti, validiteti, reliabiliteti, diskriminimi, homogjeniteti).</p> <p>Praktika: Vlerësimi i një testi standard sipas kriterëve shkencore.</p> <p>Kjo temë përgatit studentët të kuptojnë cilësitë që e bëjnë një test të besueshëm dhe të vlefshëm.</p>

Java e shtatë:	Testi i parë Testi i parë i njohurive teorike dhe praktike. Praktika: Aplikim i njohurive të deritanishme në matje dhe përshkrime praktike. Ky është momenti i parë i vlerësimit formativ për të matur progresin. -Prezentimi i seminarve
Java e tetë:	Shkallëzimi dhe normatizimi Hyrje në procesin e shkallëzimit; llojet e shkallëve të matjes; normatizimi i rezultateve. Praktika: Shkallëzimi i rezultateve të një testi real në edukatë fizike dhe sport. Studentët kuptojnë se si rezultatet e mbledhura kthehen në të dhëna të standardizuara
Java e nëntë: Java e dhjetë:	Testet që aplikohen në sport Testet e aftësive motorike, morfologjike, kognitive, konative, izokinetike, agjiliteti. Praktika: Klasifikimi i testeve sipas sporteve specifike. Studentët aftësohen të zgjedhin testet e përshtatshme për sporte të ndryshme.
Java e njëmbëdhjetë:	Procesi i testimit Fazat e testimit; përgatitjet paraprake; faktorët ndikues. Praktika: Zbatimi i një testi praktik në fushë/laborator. Studentët kuptojnë rëndësinë e standardizimit të procedurës
Java e dymbëdhjetë: Java e trembëdhjetë:	Evalumi në sport Koncepti i evaluimit; raporti i rezultateve të testimit; avantazhet për trajnerët dhe sportistët. Praktika: Hartimi i një raporti të plotë të evaluimit. Studentët aftësohen të kthejnë të dhënat e mbledhura në raporte profesionale.
Java e katërbëdhjetë: Java e pesëmbëdhjetë:	Testet funksionale Testet funksionale kardiovaskulare dhe respiratore; testet e laktatit; EKG portative; ergonometria; fleksibiliteti; antropometria; biokimia. Praktika: Matje antropometrike, funksionale dhe laboratorike. Studentët fitojnë aftësi për të përdorur instrumente moderne të diagnostikimit sportiv. -Vlersimi

Politikat akademike dhe rregullat e mirësjelljes:

Objektivi I UP-se është ti zbatojë konceptet evropiane në arsimin e lartë për të mirën e ekonomisë dhe shkencës, mirëqenjes qytetare si dhe interesin për tërë shoqërinë .