

Formular për SYLLABUS të Lëndës: Kursi i avansuar ne SKIJIM

Të dhëna bazike të lëndës	
Njësia akademike:	Fakulteti i Edukimit fizik dhe Sportit
Titulli i lëndës:	Kursi i avansuar ne Skijim
Niveli:	Beachelor
Statusi lëndës:	Zgjedhore
Viti i studimeve:	IV-të
Numri i orëve në javë:	2+1
Vlera në kredi – ECTS:	4
Koha / lokacioni:	E martë, Klasa nr.2
Mësimdhënësi i lëndës:	Bujar Turjaka, prof.dr
Detajet kontaktuese:	bujar.turjaka@uni-pr.edu
Përshkrimi i lëndës	Lënda e Procesit stervitor ne Skijim përmban pjesën teorike te ligjeratave si dhe pjesën praktike e cila realizohet në kohëzgjatje prej 5 ditësh në ndonjë qendër të skijimit.
Qëllimet e lëndës:	<p>Njoftimi dhe aftësimi i studentit për punën me grupmosha të ndryshme të shkollës përparimtare dhe garuese të skijimit alpik. Qëllim tjetër do të jetë zbatimi i teknikës dhe metodikës së elementeve të shkollës përparimtare dhe garuese të skijimit alpik.</p> <p>Njoftimi i studentëve rreth karakteristikave kryesore në skijimin alpik, mësimi të teknikave më të avansuara në skijim, disiplinave alpike, sporteve olimpike dimërore si dhe mënyrave të vendosjes së shtegut për disiplinën e sllallomit dhe të sllallomit të madh.</p> <p>Njoftimi i studentëve rreth lendimeve të mundshme në skijim si dhe rehabilitimi i këtyre lendimeve.</p> <p>Njoftimi i studentëve me bazat e biomekanikës së skijimit.</p>
Rezultatet e pritura të nxënies:	Pas vijimit të këtij kursi studentët do të fitojnë njohuri nga programet më të avansuara nga lënda e skijimit dhe do të aftësohen që të vendosin një shteg elementar dhe të organizojnë gara në mes të nxënësëve.
Kontributi në ngarkesën e studentit (gjë që duhet të korrespondoj me rezultatet e të nxënit të studentit)	

Aktiviteti	Orë	Ditë/javë	Gjithësej
Ligjërata	2	15	30
Ushtrime teorike/laboratorike			
Punë praktike			
Kontaktet me mësimdhënësin/konsultimet	1	5	5
Ushtrime në teren	6	5	30
Kollokfiume,seminare	1	2	2
Detyra të shtëpisë			
Koha e studimit vetanë të studentit (në bibliotekë ose në shtëpi)			
Përgaditja përfundimtare për provim	1	10	10
Koha e kaluar në vlerësim (teste,kuiz,provim final)	1	1	1
Projektet,prezentimet ,etj			
Totali			78
Metodologjia e mësimdhënies:			
	Mësimi organizohet në formë të: ligjeratave teorike, diskutimeve, video analizës dhe demonstrimit të ligjeratave praktike në grupe		
Metodat e vlerësimit:			
	Vijueshmeria	10 %	
	Vlerësimi në terren – praktika	50 %	
	Vlerësimi intermediar (test)	30 %	
	Seminari	10 %	

	Totali	100 %	
	P.S. Studentet te cilet nuk arijne pragun minimal, vlere e poenave llogaritet zero		
Literatura			
Literatura bazë:	M. Nixha(1998), SKI –disiplinat alpikë N. Jurkovic; D. Jurkovic (2003), Skijanje - teknika i metodika		
Literatura shtesë:	B. Matkovic; S Ferencak(1996), Skijajte s nama, Materiale nga internet		

Plani i dizajnuar i mësimit:	
Java	Ligjerata që do të zhvillohet
<i>Java e parë:</i>	Shkolla e skive (rekapitullim i ligjeratave nga studimet bachelor)
<i>Java e dytë:</i>	Karakteristikat kryesore të skijimit alpik
<i>Java e tretë:</i>	Teknikat e skijimit
<i>Java e katërt:</i>	Sportet olimpike dimërore
<i>Java e pestë:</i>	Disciplinat alpik
<i>Java e gjashtë:</i>	Mënyrat e vendosjes së shtegut në sllallom dhe në sllallom të madh
<i>Java e shtatë:</i>	Lëndimet në skijim
<i>Java e tetë:</i>	Rehabilitimi dhe shërimi i lëndimeve
<i>Java e nëntë:</i>	Bazat e biomekanikës së rreshqitjes me ski (elementet e shkollës fillestare)
<i>Java e dhjetë:</i>	Bazat e biomekanikës së rreshqitjes me ski (elementet e shkollës perparimtare)
<i>Java e njëmbëdhjetë:</i>	Sportet e preferuara të skitarëve jashtë sezonit të garave
<i>Java e dymbëdhjetë:</i>	Video analiza e elementeve të shkollës garuese të skijimit
<i>Java e trembëdhjetë:</i>	Video analiza e elementeve të shkollës garuese të skijimit
<i>Java e katërbëdhjetë:</i>	Video analiza e elementeve të skijimit jashtë pistave të rregulluara (freestyle dhe freeride)
<i>Java e pesëmbëdhjetë:</i>	Vleresimi teorik

Politikat akademike dhe rregullat e mirësjelljes:
<i>Studentët përveq pjesmarrjes aktive në ligjërata, duhet të marrin pjesë edhe në kursin e rregullt në ligjeratat praktike ku përpos mesimit të teknikave të rrëshqitjes me ski, ata formojnë edhe personalitetin e pedagogut dhe njoftohen me përgjegjësitë dhe kompetencat për punë të pavarur në të ardhmen.</i>