

<b>Të dhëna bazike të lëndës</b>	
<b>Njësia akademike:</b>	<b>FAKULTETI I EDUKIMIT FIZIK DHE I SPORTIT</b>
<b>Titulli i lëndës:</b>	<b><u>Vallëzim</u></b>
<b>Niveli:</b>	<i>Bachelor</i>
<b>Statusi lëndës:</b>	<i>Oblikative</i>
<b>Viti i studimeve:</b>	<i>III-të</i>
<b>Lokacioni:</b>	<i>Fakulteti I Edukimit Fizik dhe I Sportit</i>
<b>Mësimdhënësi i lëndës:</b>	<i>Prof. Asst.Genntiana Beqa</i>
<b>Detajet kontaktuese:</b>	<i>gentiana.beqa@uni-pr.edu</i>
<b>Përshkrimi i lëndës</b>	<p>Lënda e vallëzimit ka të bëjë me zhvillimin e aftësive motorike dhe koordinimit trupor përmes lëvizjeve ritmike dhe koreografive, duke integruar elemente të shprehjes artistike dhe aftësive fizike. Procesi mësimor mbështetet në principe shkencore që përfshijnë mekanizmat fiziologjikë, biomekanikë dhe psikologjikë, të cilat ndihmojnë në përmirësimin e balancës, fleksibilitetit, forcës dhe qëndrueshmërisë fizike. Përmes stërvitjeve të dizajnuara individuale dhe grupore, studentët zhvillojnë aftësi për të krijuar dhe interpretuar koreografi, duke optimizuar sinergjinë ndërmjet ritmit, muzikës dhe lëvizjeve trupore. Ky proces synon rritjen e aftësive kreative dhe profesionale, duke përfshirë adaptimin e trupit ndaj ngarkesave fizike dhe përmirësimin e performancës në nivele artistike.</p>
<b>Qëllimet e lëndës:</b>	<p>Qëllimi i lëndës së vallëzimit është të mundësojë zhvillimin e aftësive motorike, koordinimit trupor dhe shprehjes artistike përmes lëvizjeve ritmike dhe koreografive, duke ofruar njohuri teorike dhe praktike mbi teknikat e vallëzimit, duke u fokusuar në zhvillimin e fleksibilitetit, forcës, balancës dhe ritmit, përmes metodave shkencore që lidhen me biomekanikën e lëvizjeve dhe adaptimin e trupit ndaj ngarkesave fizike. Lënda do të mbështetet në studimin e proceseve fiziologjike dhe psikologjike që ndihmojnë në përmirësimin e performancës, si dhe përdorimin e teknologjive moderne për analizimin dhe optimizimin e lëvizjeve.</p>

<b>Rezultatet e pritura të nxënies:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zhvillimi i aftësive motorike dhe koordinimit trupor, si dhe zhvillimin e balancës, fleksibilitetit dhe forcës muskulore. Studentët do të rrisin aftësinë për të krijuar dhe interpretuar koreografi, duke integruar muzikën dhe ritmin me lëvizjet trupore në mënyrë të sinkronizuar. Ata do të zhvillojnë aftësi për punë në grup dhe për të realizuar performanca profesionale, ndërkohë që do të fitojnë njohuri mbi aspektet fiziologjike dhe psikologjike të performancës. Gjithashtu, studentët do të jenë në gjendje të analizojnë dhe vlerësojnë performancat e tyre dhe të tjerëve</li> </ul>
<b>Metodologjia e mësimdhënies:</b>	<p>A .Ligjerata,  b. Demonstrime praktike,  c. Punë individuale ,  d.Punë në grupe,  e.Analiza e performancës</p>
<b>Metodat e vlerësimit:</b>	<p>Studentët do të vlersohen si më poshtë</p> <p><b>Vlerësimi I semestrit të I-rë në pike:</b></p> <p>Kollokfium -I (15 pikë)  Kollokfium - II (10 pikë)  Prezantim –(10 pikë)  Vijushmeria (15 pikë)</p> <p><b>Vlerësimi i semestrit të II-të në pike:</b></p> <p>Kollokfium I (10 pikë)  Koreografia (15 pikë)  Prezantim (10 pikë)  Vijushmeria (15 pikë)</p> <p><b>Vlerësimi</b></p> <p>Pikët &lt; 50, nota = 5  Priët &gt; = 50 dhe Pikët &lt; 60, nota = 6  Pikët &gt; = 60 dhe Pikët &lt; 70. nota = 7  Pikët &gt; = 70 dhe Pikët &lt; 80, nota = 8  Pikët &gt; = 80 dhe Pikët &lt;90, nota = 9</p> <p>Pikët &gt; = 90, nota = 10</p>

<b>Literatura</b>	
<b>Literatura bazë:</b>	1. Vallëzim Dr.SadikKrasniqi, Dr.Gentiana Beqa, FEFS, Prishtinë.
<b>Literatura shitesë:</b>	DanceComposition Basics -Pamela Anderson Sofras Dance teching methods and curriculum design Gayle Kassing-Danielle M.Jay
<b>Plani i dizajnuar i mësimi: Semestri I-rë</b>	
<b>Java</b>	<b>Ligjerata që do të zhvillohet</b>
<b>Java e pare-dytë:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Prezentimi i lëndës</b> dhe rëndësisë së vallëzimit artistike dhe kulturore.</li> <li>• <b>Historia e vallëzimit</b>, nga periudhat më të hershme deri te zhvillimet moderne.</li> <li>• <b>Vallëzimi ne trashëgimin kulturore</b> dhe rëndësia e tij në shoqëri.</li> </ul>
<b>Java e –tretë-katërt:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Prezentimi i teknikave</b> themelore të vallëzimit (pozitat e trupit, lëvizjet themelore).</li> <li>• <b>Parimet bazë të vallëzimit:</b> qëndrimi i trupit, kontrolli i hapësirës dhe orientimi i lëvizjeve.</li> <li>• <b>Demonstrim</b> dhe praktikë .</li> </ul>
<b>Java e pestë- gjashtë:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ndërveprimi</b> mes ritmit dhe lëvizjeve.</li> <li>• <b>Harmonia</b> mes ritmit dhe teknikes trupore.</li> <li>• <b>Ushtrime</b> për zhvillimin e muzikalitetit dhe koordinimit trupor.</li> </ul>
<b>Java e –shtatë- tetë:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Prezantimi dhe analiza</b> e vallëzimeve tradicionale të zonave të ndryshme.</li> <li>• <b>Interpretimi i motiveve</b> kombëtare dhe kulturorë në vallëzim.</li> <li>• <b>Përdorimi i muzikës tradicionale</b> për të ndihmuar studentët të kuptojnë thelbin e vallëzimeve tradicionale</li> <li>• <b>Java e tetë: Vlerësim</b></li> </ul>

<p><b>Java e nëntë- dhjetë:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Koreografimi i lëvizjeve</b> ritmike bazuar në muzikë tradicionale dhe moderne.</li> <li>• <b>Kompozimi i koreografisë</b> në grupe dhe ushtrime për bashkëpunim.</li> <li>• <b>Përshtatja e teknikave</b> të mësuara në forma koreografike.</li> </ul>
<p><b>Java e - njëmbëdhjetë: - dymbëdhjetë</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rëndësia e vlerësimeve</b> të vazhdueshme për zhvillimin e shprehjes artistike.</li> <li>• <b>Analizimi i videove</b> për teknika të ndryshme të kompozimeve dhe koreografive të mësuara.</li> <li>• <b>Kritika dhe analiza</b> e paraqitjeve personale dhe grupore.</li> </ul>
<p><b>Java e - trembëdhjetë - katërbëdhjetë</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ushtrime intensive</b> për përmirësimin e teknikave dhe prezantimin e koreografive.</li> <li>• <b>Rishikimi i teknikave</b> të mësuara dhe përsosja e tyre për performancën finale.</li> <li>• <b>Diskutimi dhe planifikimi</b> i performancës së fundit (individuale dhe grupore)</li> </ul>
<p><b>Java e pesëmbëdhjetë:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Demonstrimi i rutinave</b> të vallëzimit individuale dhe grupore.</li> <li>• <b>Vlerësimi i performancave</b> të studentëve (koreografik dhe teorik).</li> <li>• <b>Diskutimi për përmirësimin</b> dhe rritjen e mundësive për zhvillim të mëtejshëm.</li> </ul>

Plani i dizajnuar i mësimit: Semestri II-të	
Java	Ligjerata që do të zhvillohet
<b>Java e pare-dytë:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rishikimi i teknikave</b> të mësuara në semestrin e parë dhe thellimi i praktikës.</li> <li>• <b>Avancimi i elementeve</b> të tjera ndihmesa e muzikës në ndërtimin e performancave.</li> </ul>
<b>Java e –tretë-katërt:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Parimet e krijimit</b> të një koreografie të avancuar.</li> <li>• <b>Koreografimi</b> për grupe të mëdha dhe individë.</li> <li>• <b>Zhvillimi i aftësive</b> për të krijuar lëvizje që përputhen me emocionet</li> </ul>
<b>Java e pestë- gjashtë:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Analizimi i muzikës</b> dhe ndikimi i saj në lëvizjet e trupit.</li> <li>• <b>Kombinimi i muzikës</b> moderne dhe tradicionale në koreografi. (vazhdimi I koreografis)</li> <li>• <b>Praktikë e avancuar</b> për koordinimin e trupit me ritmin dhe melodinë</li> </ul>
<b>Java e shtatë- tetë:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Përdorimi</b> i vallëzimit për të shprehur ndjenja dhe emocione.</li> <li>• <b>Vallëzimet Standarde</b></li> <li>• <b>Interpretimi i lëvizjeve</b> dhe krijimi i një stili personal.</li> <li>• <b>Përsosja e aftësive</b> për të zhvilluar një performancë emocionale.</li> <li>• <b>Java e tetë: Vlerësim</b></li> </ul>

<b>Java e nëntë- dhjetë:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vallëzimet Latine</b></li> <li>• <b>Koreografi grupore</b> dhe roli i secilit valltar në koreografi.</li> <li>• <b>Zhvillimi i aftësive</b> të menaxhimit të grupeve dhe komunikimi për një performancë të suksesshme.</li> <li>• <b>Analiza e kompozimeve</b> të tjera dhe adaptimi në grupe</li> </ul>
<b>Java e njëmbëdhjetë - dymbëdhjetë</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Përgatitja intensive</b> për performancën finale.</li> <li>• <b>Rishikimi i teknikave</b> dhe koreografive.</li> <li>• <b>Prova të përbashkëta</b> për perfeksionimin e performancës.</li> </ul>
<b>Java e trembëdhjetë -katërmbëdhjetë</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Vlerësimi i performancave</b> individuale dhe grupore.</li> <li>• <b>Përgatitja për provimin</b> përfundimtar.</li> </ul>
<b>Java e pesëmbëdhjetë:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Provimi final</b> për teknikë dhe koreografi.</li> <li>• <b>Demonstrimi i punës</b> individuale dhe grupore.</li> <li>• <b>Vlerësimi teorik dhe praktik</b> i studentëve.</li> </ul>