

BAZAT E KINEZIOLOGJISË ME BIOMEKANIKË

Të dhëna bazike të lëndës			
Njësia akademike:	Fakulteti i Mjekësisë/ Drejtimi Fizioterapi/ Departamenti I Fizioterapisë.		
Titulli i lëndës:	Bazat e kineziologjisë me biomekanikë.		
Niveli:	Bachelor		
Statusi lëndës:	Obligative		
Viti i studimeve:	Viti i I^{re}/ Semestri II^{te}		
Numri i orëve në javë:	1+0+2, ligjerata - 1 ore, , ushtrime -2 ore.		
Vlera në kredi – ECTS:	4		
Koha / lokacioni:	Ligjeratat ne Klinikën e Ortopedisë dhe Traumatologjisë Lokomote, Ushtrimet ne institutin B.		
Mësimdhënësi i lëndës:	Prof.ass. Sabit Sllamniku, Profesor i rregullt, ortoped.		
Detajet kontaktuese:	Sabit.sllamniku@uni-pr.edu		
Përshkrimi i lëndës			
Përshkrimi i lëndës	Ky modul ka vlerë të posaçme për studentët e fizioterapisë sepse njofton ata me bazat e lëvizjeve të muskujve dhe nyjeve.		
Qëllimet e lëndës:			
Qëllimet e lëndës:	Qëllimi i mësimit të kësaj lënde është aftësimi i studentëve dhe njoftimi i tyre me bazat e biomekanikës dhe mekanikës klasike, me ndarjen e biomekanikës, antropometrin, me vetitë biomekanike të sistemit osteomuskular, përcaktimin e parametrave të segmenteve të trupit, përcaktimin e qendrës së gravitetit të trupit, llojet dhe klasifikimin e artikulacioneve dhe lëvizjet e tyre, llojet e lëvizjeve, goniometrin, mënyrën e funksionimit të muskujve.		
Rezultatet e pritura të nxënies:			
Rezultatet e pritura të nxënies:	Studentët duhet të dijnë: <ul style="list-style-type: none"> • Llojet e nyjeve • Principet elementare të lëvizjeve të gjymtyrëve (llojet e lëvizjeve) • Goniometrin • Lëvizjet e nyjeve (Arthrokinemetiken, osteokinematiken). • Llojet e kontraksioneve muskulare. 		
Kontributi në ngarkesën e studentit (gjë që duhet të korrespondoj me rezultatet e të nxënit të studentit)			
Aktiviteti	Orë	Ditë/Javë	Gjithësejtë
Ligjerata	1	1/15	15
Ushtrime teorike/ laboratorike	2	1/15	30

Punë praktike			
Kontaktet me mësimdhënësin/ konsultimet	1	1/3	3
Ushtrime në teren			
Kollokfiume, seminare	1	1/5	5
Detyra të shtëpisë			
Koha e studimit vetanak të studentit (në bibliotekë ose në shtëpi)	2	1/15	30
Përgaditja përfundimtare për provim	1	1/15	15
Koha e kaluar në vlerësim (teste, kuiz, provim final)	1	1/15	15
Projektet, prezentimet ,etj			
Totali	9	1/15	113/ 4 ECTS
Metodologjia e mësimdhënies:	<i>Ligjërime interaktiv duke vënë kontakte të vazhdueshme me studentët, punime seminarike, prezentime.</i>		
Metodat e vlerësimit:	<i>Vlerësimi bëhet përmes provimit praktik dhe teorik.</i>		
Literatura			
Literatura bazë:	1. Bazat e kineziologjisë me biomekanikë. Përkthim nga gjuha angleze. Prof. Dr H. Hundozi, dr E. Maloku.		
Literatura shtesë:	2. Sh. Rrecaj etj Biomekanikë me Kineziologji,2022. 3. Joseph Hamill, Kathleen M. Knutzen, Tymothy R. Derrick. Biomechanical Bases of Human Movement. Fourth Ed. 2018. 4. Norkin, Cynthia, White, D. Measurement of Joint Motion: A Guide to Goniometry. 5rd ed. F.A. Davis Company, 2016. 5. Donald A. Neumann. Kinesiology of the Musculoskeletal System: Foundations for Rehabilitation 3rd Edition. 2016		
Plani i dizajnuar i mësimit:			
Java	Ligjerata që do të zhvillohet		
<i>Java e parë:</i>	Hyrje, pozitat anatomike, termet orientuse, rrafshet dhe boshtet e lëvizjeve, emertimet, artikulacionet (nyjet). Forma mësimore: Ligjeratë(L1) + /seminare (S0) dhe ushtrime praktike(P2) <u>Objektivat mësimore</u> <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i> 1. Të kuptojë çka studion biomekanika; 2. Të kuptojë dhe shpjegojë pozitat anatomike, termet orientuse, rrafshet dhe boshtet e lëvizjeve, emertimet,		

	artikulacionet (nyjet) dhe llojet e tyre.
<i>Java e dytë</i>	<p>Llojet e lëvizjeve, lëvizjet fiziologjike (lëvizjet këndore, rrotulluese dhe aksesore), pozitat e artikulacioneve. Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare(S0) dhe ushtrime praktike(P2)</p> <p>Objektivat mësimore: <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegojë llojet e lëvizjeve; 2. Të kuptojë dhe shpjegojë lëvizjet fiziologjike; 3. Të identifikojë dhe shpjegojë lëvizjet këndore, rrotulluese dhe aksesore; 4. Të identifikojë dhe shpjegojë pozitat e artikulacioneve.
<i>Java e tretë:</i>	<p>Vlersimi i amplitudës së lëvizjeve, goniometria, lëvizjet e nyjeve (artrokinematika, osteokinematika). Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare(S0) dhe ushtrime praktike(P2)</p> <p>Objektivat mësimore: <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegojë artrokinematiken dhe osteokinematiken e nyjeve; 2. Të kuptojë dhe shpjegojë vlersimin e amplitudës së lëvizjeve; 3. Të shpjegojë dhe ekzekutojë goniometrin e nyjeve; 4. Të identifikojë dhe shpjegojë lëvizjet e nyjeve.
<i>Java e katërt:</i>	<p>Pozicionimi (definicioni dhe llojet e pozicionimit - statik e dinamik). Vlersimi I pozicionimit. Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare(S0) dhe ushtrime praktike(P2)</p> <p>Objektivat mësimore: <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegojë pozicionimin statik; 2. Të kuptojë dhe shpjegojë pozicionimin dinamik; 3. Të kuptoi, shpjegojë dhe ekzekutojë vlersimin e pozicionimit.
<i>Java e pestë</i>	<p>Qasje teorise se sistemeve, detyrat e fizioterapeutit. Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare(S0) dhe ushtrime praktike(P2)</p> <p>Objektivat mësimore: <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegojë qasjen e teorise së sistemeve; 2. Të kuptojë, shpjegojë dhe ekzekutojë detyrat e fizioterapeutit.
<i>Java e gjashtë:</i>	Konceptet themelore biomekanike, ligjet themelore

	<p>biomekanike. Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare(S0) dhe ushtrime praktike(P2) Objektivat mësimore: <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe identifikoi cilat janë konceptet themelore në biomekanik; 2. Të kuptojë dhe shpjegojë se cilat janë ligjet themelore në biomekanik.
Java e shtatë:	<p>Forcat në lëvizjen e njeriut (peshë, forca e reaksionit të tokës, nyjeve, forca muskulare dhe elasticitetit). Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare(S0) dhe ushtrime praktike(P2) Objektivat mësimore: <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegojë se cilat janë forcat në lëvizjen e trupit të njeriut; 2. Të kuptojë dhe shpjegojë çka është forca e reaksionit të tokës; 3. Të kuptojë dhe ekzekutojë forcën muskulare dhe të elasticitetit.
Java e tetë:	<p>Dobia mekanike, pulexhat, levat. Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare (S0) dhe ushtrime praktike (P2). Objektivat mësimore: <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegojë çka është matja e efektit relativ të forcës tendosëse krahasuar me forcën e rezistencës. 2. Të kuptojë dhe shpjegojë rendesin e përdorimit të pulexhave në ndryshimin e madhësisë së forcave dhe drejtimin e tyre. 3. Të kuptojë dhe shpjegojë rendesin e përdorimit të levave në transmetimin e energjisë (ndryshimin e forcës, ndërrimin e drejtimit të tendosjes).
Java e nëntë:	<p>Klasifikimi i levave. Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare(S0) dhe ushtrime praktike(P2) Objektivat mësimore: <i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegojë klasifikimin e levave ; 2. Të kuptojë dhe shpjegojë veprimin e levave të klasit të parë, dytë dhe të tretë.
Java e dhjetë:	<p>Klasifikimi I muskujve, çrregullimet për shkak të imobilizimit, moshës dhe lëndimeve. Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare (S0) dhe ushtrime</p>

	<p>praktike (P2).</p> <p>Objektivat mësimore:</p> <p><i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegoj klasifikimin e muskujve; 2. Të kuptojë dhe shpjegoj cilat çrregullime ndodhin ne muskuj për shkakë të imobilizimit; 3. Të kuptojë dhe shpjegoj ndryshimet ne trupin e njeriut te cilat ndodhin për shkakë të moshes dhe lëndimeve.
Java e njëmbëdhjetë:	<p>Matja manuale e forces muskulare indikacionet dhe kontraindikacionet.</p> <p>Forma mësimore: Ligjërata (L1) + seminare (S0) dhe ushtrime praktike (P2).</p> <p>Objektivat mësimore:</p> <p><i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe ekzekutojë matjen manuale të forces muskulare. 2. Të kuptojë dhe shpjegoj indikacionet dhe kontraindikacionet e matjes manuale të forces muskulare.
Java e dymbëdhjetë:	<p>Antropometria, matjet antropometrike.</p> <p>Forma mësimore: Ligjërata (L1) + seminare (S0) dhe ushtrime praktike (P2).</p> <p>Objektivat mësimore:</p> <p><i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegoj antropometrin. 2. Të kuptojë dhe ekzekutojë matjet antropometrike.
Java e trembëdhjetë:	<p>Përcaktimi i qendrës së gravitetit të trupit.</p> <p>Forma mësimore: Ligjërata (L1) + seminare (S2) dhe ushtrime praktike (P2).</p> <p>Objektivat mësimore:</p> <p><i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe ekzekutojë përcaktimin e qendrës së gravitetit në trupin e njeriut.
Java e katërbëdhjetë:	<p>Qendrimi mbajtja e trupit.</p> <p>Forma mësimore: Ligjërata (L1) + seminare (S0) dhe ushtrime praktike (P2).</p> <p>Objektivat mësimore:</p> <p><i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptojë dhe shpjegoj qendrimin e drejt të trupit; 2. Të kuptojë dhe shpjegoj qendrimin e gabuar të trupit të njeriut, si dhe çrregullimet që shkaktonë qendrimin i gabuar.
Java e pesëmbëdhjetë:	Ecja, levizjet.

	<p>Forma mësimore: Ligjëratë (L1) + seminare (S0)dhe ushtrime praktike (P2).</p> <p>Objektivat mësimore:</p> <p><i>Që pas shtjellimit të kësaj teme studenti të jetë në gjendje:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Të kuptoi dhe definojë ecjen normale si dhe termet që përdoren për vlerësimin e të ecurit normal; 2. Të kuptoi dhe shpjegojë elementet përberse të ecjes; 3. Të shpjegojë dhe ekzekutojë fazat e ciklit normal të ecjes.
--	---

Politikat akademike dhe rregullat e mirësjelljes:
<p>Do të zbatohen normativat dhe standardet pedagogjike, profesionale, shkencore dhe etike duke respektuar Plan – Programin dhe Statutin e UP.</p> <p>Vijimi i rregullt në ligjëratat dhe ushtrime.</p> <p>Rregullat e mirësjelljes: mbajtja e qetësisë në mësim, respektimi i orarit, organizimi korrekt i provimeve.</p> <p>Shkathtësitë për transferimin e njohurive</p> <ul style="list-style-type: none"> • Studentët do të mësojnë të ekzaminojnë lëvizjet e gjymtyrëve të trupit dhe të diagnostikojnë crregullimet që lidhen me to. <p>Studentët do të mësojnë:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Të punojnë në grup dhe të gjejnë burime të informatave shtesë për arritje të qëllimeve dhe objektivave të caktuara.