

UNIVERSITETI I PRISHTINËS “HASAN PRISHTINA”

FAKULTETI I EDUKIMIT FIZIK DHE I SPORTIT



PUNIM DIPLOME - MASTER

**Tema: DISA KARAKTERISTIKA ANTROPOMETRIKE DHE MOTORIKE  
TË GRUPMOSHAVE 14 – 16 VJEÇARE NË SHKOLLAT E FUTBOLLIT  
TË REGJIONIT TË PRISHTINËS**

**Mentori:**

**Dr.Sc.BYLBYL SOKOLI**

**Kandidati:**

**KADRI ZOGJANI**

**PRISHTINË , 2020**

## Përmbajtja

1. HYRJA .....	3
2. QËLLIMI I PUNIMIT .....	4
3. HULUMTIMET E DERITANISHME.....	6
4. NJOHURIT DHE RREGULLAT RRETH MBAJTJES SË TESTIT.....	10
5. ORGANIZIMI DHE PËRBËRSIT E HULUMTIMIT.....	14
6. HIPOTAZAT THEMELORE.....	16
7. METODOLOGJIA E PUNËS.....	17
7.1. Mostra e ndryshoreve .....	17
7.2 Mostra e entiteteve.....	18
7.3 Metoda e përpunimit të rezultateve.....	19
8. PËRSHKRIMI I TESTEVE.....	20
8.1 Matjet Antropometrike.....	20
2.2 Matjet Motorike.....	25
9. MËNYRA E ZBATIMI TË HULUMTIMIT.....	38
10. INTERPRETIMI I REZULTATEVE DHE DISKUTIMIT.....	39
10.1 Përshkrimi i parametrave themelor statistikor KF. "PRISHTINA".....	39
10.2 Përshkrimi i parametrave themelor statistikor KF. "FERONIKELI".....	42
10.3 Përshkrimi i parametrave themelor statistikor KF. "FUSHE KOSOVA".....	44
10.4 Përshkrimi i parametrave themelor statistikor KF. "2 KORRIKU".....	46
11. PËRFUNDIMI.....	48
12. LITERATURA .....	50
13. REZYME.....	53
14. SUMMARY.....	53

# 1. HYRJA

Futbolli në vendin tonë ka filluar të marrë gjithnjë e më tepër përmasa të një trajtimi profesional e shkencor. Futbolli si sport, hynë ne grupin e sporteve kolektive , kurse sipas lëvizjeve bie në grupin e sporteve shumë strukturale të aktiviteteve komplekse , i cili dallohet me lëvizje ciklike dhe aciklike.

Loja e futbollit në kohën e sotme ka ndryshuar shumë, meqë tani rezultatet nuk arrihen aty për aty, por kërkohet një punë shumë e gjatë dhe sistematike që skuadra të ketë suksese te lakmueshme.

Ky masivitet i madh dhe me ndikim të theksuar në jetën shoqërore janë stimulues të rëndësishëm dhe japin një motiv të gjithë profesionisteve që në mënyrë profesionale e shkencore të hulumtojnë rreth kësaj loje të ashtuquajtur “ top këmb futboll ”.

Hulumtimet e shumta ( Verheijen, R 1997,Hoff , J 2005 ) kanë treguar se futbolli modern është karakterizuar nga një dinamik më e lart se në dekadat e fundit. Si rezultat i avancimit të proceseve të trajnimit , ka rezultuar në ndryshime morfologjike dhe performanca motorike në favor të lojtareve aktual në krahasim me ata dekada më parë.

Popullariteti dhe rëndësia e madhe e futbollit e ka bërë shumë joshëse edhe ne pikëpamje ekonomike ku qarkullojnë shuma marramendëse të njohura me emërtimin si “ industri ” që kërkohet përfitim i dyanshëm. Manifestimet e mëdha ndërkombëtare si ( Kampionatet Botërore,Kampionatet Evropiane,Liga e Kampioneve e klubeve , Liga e Evropës etj.) Në kohën e sotme , niveli i arritjes ne sportin kulminant është i lart , saqë sportistet gjatë sistemeve të përgatitjeve stërvitore mund të arrijnë ose ti tejkalojnë vetëm me anë të ngritjes më të madhe të efikasitetit stërvitor mirëpo rritja e efikasitetit supozohet jo vetëm rritja e sasisë se punës , por në rend të parë organizimin më të mirë të procesit stërvitor, zgjatja më e mirë e mjeteve dhe metodave, disa proceseve stërvitore, etapave dhe periudhave dhe gjithë kjo pandërprerë duke u kujdesur për gjendjen e sportistit.

Njohja apo zbulimi i problemit është me e vështire sesa zgjidhja e tij. Prandaj ne këtë punim do të hulumtohet statusi i gjendjes antropometrike dhe motorike të futbollistëve me anë të një bateri testeve psiko-fizike që janë instrumente mjaft të dobishme për të arritur deri te informatat për kapacitetin dhe zhvillimin motorik te futbollistëve dhe për definim të përshtatshëm për përpilimin e procesit stërvitor. Në këtë test janë përfshire të gjithë faktorët motorik që në fund të vlerësimit të hulumtimit mund të vijmë deri te një gjendje iniciale të cilën kërkojmë të arrijmë vlerat dhe njohura e nevojshme.

## **2. QËLLIMI I PUNIMIT**

Që të kryhet një testim duhet të kemi një qëllim të caktuar. Kështu, përpara se të zgjedhim një lloj testi, duhet të përcaktojmë mirë objektivat që duam të arrijmë. Ka disa arsye për të vlerësuar një lojtar, ekip apo ekipe ose program stërvitor.

Ato janë:

1. Për të motivuar lojtarin që të stërvitet më shumë.
2. Për të dhënë lojtarit rezultate konkrete.
3. Për të bërë më të vetëdijshëm lojtarin për objektivat e stërvitjes.
4. Për të vlerësuar lojtarin nëse është në gjendje të luaj një ndeshje zyrtare.
5. Për të studiuar efektin e një program stërvitor.
6. Për të planifikuar programe stërvitore afatshkurtra apo afatgjata.

Për të përmbushur këto qëllime, është e rëndësishme që testimet e përdorura të kenë lidhje me futbollin dhe të zhvillohen në kushte të ngjashme me ato të lojës.

Qëllimi i këtij punimi hulumtues që do të realizohet përmes hulumtimit të aftësive antropometrike dhe motorike tentohet që të arrihet deri te informatat apo vlerat e nevojshme për

kapacitetet e futbollistëve të rinj të moshës 14-16 vjeçare, që të shikohet se a janë drejt zhvillimit të duhur për përballimin e ngarkesave për avancim në kategorinë e junjorve që do të ketë me shumë ndeshje për të zhvilluar si dhe pastaj drejt mundësive të arritjes në ekipin e senioreve që gjithsesi se secila shkollë e futbollit pretendon që të arrij të zhvilloj futbollist profesional.

Procesi i grumbullimit të informatave nga lëmia e dukurive kineziologjike qofshin ato antropometrike apo motorike, e në veçanti nga problematika e hapësirës motorike , është mjaftë e ndjeshme dhe komplekse.

Hulumtimi është realizuar gjatë periudhës mujore tetor-janar të vitit 2019\20 në ekipet e regjionit të Prishtinës,ku punimi i hulumtimit është realizuar për secilin ekip në stadiumin e vet. Thelbi i planifikimit dhe organizimit të procedurës së matjeve për këtë hulumtim kanë qenë të bazuar nga kushtet e punës ( rekuizitat, mjetet ndihmëse, infrastruktura, hapësirat etj.)

Nga subjektet e trajtuara kërkohet angazhim dhe punë e mundimshme është kështu sepse detyrat e ndryshme motorike, sidomos ato të tipit aksionar motorik, për shkak të nivelit të ngarkesës energjetike, kushtëzon vështërsi të caktuara në realizimin e detyrave tjera motorike. Pikërisht për këtë arsye, organizimi i punës, planifikimi i testeve dhe sistemi i tyre gjatë periudhës së matjeve, kërkon përkujdesje nga ana e hulumtuesit me qëllim të eliminimit të pengesave dhe vështirsive të cilat në masë të konsiderueshme ndikojnë në masën reale dhe objektive në vlerësimin e informatave në dukurin e hulumtuar.

### 3. HULUMTIMET E DERITANISHME

Hulumtimet në hapësirën antropometrike dhe motorike janë bërë nga hulumtues të huaj dhe vendor. Këto janë disa nga hulumtimet që ndërlidhen me temën e cila trajton këtë problematik në aspektin kronologjik:

Gabrielic, M. (1972) Disa aftësi psikomotorike situacionale, potenciale dhe aktuale të rëndësishme për suksesin e fëmijëve në lojën e futbollit “ Rezultatet e hulumtimit kanë treguar nivel të kënaqshëm të prediksionit të suksesit në lojë me ndihmën e testeve të aplikuara”.

Elesner , M. (1974) Në punimin e Magjistraturës ka izoluar dy dimensione antropometrike dhe motorike në mostrën e futbollisteve të rangut të dyte federative dhe republikane të Sllovenisë , dimensionet e izoluar antropometrike : Dimensionin skeletor, dimensionin qarkor i ekstremiteteve të poshtme , dimensionet motorike : Forca eksplozive, izometrike e kofshës dhe pjesës abdominal , Forca izometrike e shtrirjes dhe mbledhjes së gjunjëve.

Gjinolli , E. ( 1982) Ka publikuar hulumtimin “ Ndikimi i programeve të ndryshme të procesit mësimor të edukimit fizik në disa dimensione të statusit psikosomatik të nxënësve të klasës së pestë të shkollës fillore”. Qëllimi kryesor i hulumtimit ka qenë përcaktimi i disa dimensioneve antropometrike dhe motorike të nxënësve të klasave të pestë të shkollës fillore të Shkupit dhe të Gjilanit, që kanë mundur të paraqiten nën ndikimin e programeve jot e harmonizuara të edukimit fizik në ato shkolla. Mostra e entiteteve ka përfshirë 150 nxënës të Shkupit dhe 150 nga Gjilani. Janë aplikuar 3 teste të hapësirës antropometrike dhe 7 ndryshore të hapësirës motorike. Me qëllim të krahasimit të rezultateve janë bërë dy matje gjate vitit shkollor. Me analizën e rezultateve të fituara , në fillim të vitit shkollor 1977-78 dhe në mbarim të vitit shkollor, ndryshimet antropometrike dhe motorike kanë qenë në favor të nxënësve nga Shkupi.

Sokoli , B. (2003) Ka hulumtuar hapësirën antropometrike , motorike dhe funksionale te 78 futbollisteve te ligës së parë dhe 80 futbollist të ligës së dytë të moshës 18-35 vjeçare. Në bazë të këtij hulumtimi autori vjen në përfundim të treguesit antropometrike kanë ndikim të caktuar në parashikimin e rezultateve në shumicën e ndryshoreve motorike dhe funksionale andaj parametrat antropometrike duhet të merren parasysh me rastin e seleksionimit te futbollistëve te rinj.

Visari , G. (2010). Në punimin e doktoraturës ka hulumtuar karakteristikat morfologjike të futbollistëve të rinj të moshës 14 vjeçare në një mostër 50 të testuarve ( 25 futbollist të rinj si grup eksperimental dhe 25 të rinj si grup kontrollues ) respektivisht dallimin në mes grupit eksperimental dhe kontrollues ku janë aplikuar 14 variabla antropometrike.

Kryeziu , B. (2011) Ne mostrën ku janë përfshir dy grupe të futbollistëve të rinj ku grupin e parë dhe të dytë e kanë përberë nga 50 futbollist junior të superligës dhe 50 futbollist junior të ligës së parë të Kosovës, futbollisët nga Gjilani , Prishtina, Gjakova, Peja, Suhareka dhe Prizreni ka pasur për qëllim krahasimin e veçorive antropometrike dhe aftësive motorike ne mes futbollistëve junior të superliges së parë të Kosovës. Janë aplikuar 9 ndryshore antropometrike , 5 ndryshore motorike dhe 1 situacionale. Për gjitha grupet sistemit të variablave janë llogaritur parametrat themelore statistikore dhe të shpërndarjes për secilën variabël, si dhe masat e asimetrisë dhe të shpërndarjes normale, dhe analiza discriminative T-testi. Rezultatet e punimit tregojnë se procesi stërvitor i organizuar mirë është njeri nga faktorët kryesor të suksesit në lojën e futbollit. Gjithashtu stërvitja e planifikua drejt dhe e udhëhequr mirë ndikon pozitivisht në zhvillimin dhe transformimin pozitiv dhe të përgjithshëm të trupit në aspektin e zhvillimit morfologjik , motorik dhe specifiko-motorike çka u vërtetua me ndryshimet e ndodhura te grupi i futbollistëve junior të superliges se Kosovës.

Hysaj , A. (2012) Në punimin e tij “ Analiza e parametrave antropometrikë dhe motorikë te lojtarët e grupmoshave 14-16 vjeçare të regjionit të Pejës në futboll” ka pasur për qëllim vërtetimin e faktorëve morfologjik dhe motorik si dhe ndikimit të këtyre karakteristikave antropometrike dhe motorike te futbollistët e rinjë. Për realizimin e qëllimit është përfshirë mostra e entiteteve ka qenë e selektuar , në të cilën janë të përfshira 6 klube me nga 15 futbollistë. Gjithsej në hulumtime janë përfshirë 90 futbollistë të grupmoshës 14-16. Rezultatet e fituara nga përpunimi i tyre tregojnë se realizimi i detyrave specifike motorike nuk varet vetëm nga parametrat antropometrike dhe motorike por edhe nga ata emocional të cilat në shumicën e hulumtimeve anashkalohen si dhe nga faktorët tjerë antropologjikë të cilët nuk janë përfshirë në këtë hulumtim me këto moshë. Autori thekson se njohja e strukturës se disa dimensioneve të statusit psikosomatik në sporte të ndryshme e në veçanti në lojën e futbollit , me këtë edhe zhvillimit të tij, paraqet kushtin themelorë për udhëheqje të suksesshme të procesit stërvitorë.

Halimi , G. ( 2012) Në punimin ku qëllimi kryesor ishte të vërtetohet ndikimi i disa parametrave morfologjike dhe motorike në udhëheqjen e topit te futbollistët e moshës 15-16 vjeçarë , në një mostër të popullatës prej 67 futbollistëve dhe 20 variabla të aplikuara edhe atë: 8 ndryshore për vlerësimin e statusit morfologjik, 8 teste për vlerësimin e aftësive bazike-motorike edhe 4 teste specifike motorike, është konstatuar se analiza regresive tek futbollistët tregon se vlera e lidhshmërisë ndërmjet grupit të variabla të pavarura predikatore (variabla antropometrike dhe motorike) dhe variabla të varura kriterike ( udhëheqje e topit slalom 20 metra, udhëheqje e topit slalom 40 metra, udhëheqje e topit drejtvizorë 20 metra dhe udhëheqjen e topit drejtvizorë 40 metra) tregojnë se variablat kriterike të aplikuara në këtë punim nuk varen shumë nga parametrat antropometrikë dhe motorikë. Këto janë vërtetuar më së miri me anë të koeficientëve multiple të korrelacionit, vlerat e së cilave janë testuar përmes F-testit, dhe nuk kanë treguar se janë të rëndësishëm statistikisht në nivel prej  $p=0.05$ . Koeficientet e determinacionit dhe korrelacionit multiple tregojnë se në rezultatet e udhëheqjes së topit slalom 20 metra , udhëheqjes së topit drejtvizorë 40 metra nuk kanë ndikim testet antropometrike dhe motorike të aplikuara si variabla predikatore.



Rexhepi , A. (2013) Ka hulumtuar ndikimin e karakteristikave dhe aftësive antropologjike në udhëheqjen e topit në lojën e futbollit. Mostra ka përfshirë dy grupe ku grupin e parë (GF) e kanë përbërë 45 futbollistë të rinjë të gjinisë mashkullore moshë 14 vjeçare, të përfshirë në shkollat e futbollit të komunës së Prishtinës dhe grupin e dytë (GN) e kanë përbërë 45 nxënës të gjinisë mashkullore të moshës 14 vjeçare, nxënës të shkollave fillore të komunës së Prishtinës që nuk kanë qenë në shkollat e futbollit. Autori ka arritur në përfundim se është fituar një dallim i rëndësishëm statistikor në mesataren aritmetikore në mes futbollistëve të rinjë dhe nxënësve në të gjitha variablat motorike dhe variablat situacionale. Dallim i rëndësishëm statistikor është fituar në të gjitha ndryshoret motorike dhe situacionale që është si rezultat se futbollistët e rinjë përpos orëve të rregullta të edukatës fizike i kanë orët shtesë të seancave stërvitore.

Hyseni , A. (2014) Në punimin e tij ka hulumtuar ndryshimin në disa karakteristikat morfologjike dhe motorike – specifike të ndodhura në ndikimin e procesit stërvitorë të programuar të futbollistët dhe përcaktimi i dallimit në mes këtyre ndryshoreve të hulumtuara të rëndësishme në suksesin e lojës së futbollit për realizimin e këtij qëllimi janë përfshirë 30 futbollistë (pionier) të klubit futbollistik të K.F “Gjilani” dhe 30 futbollistë “Sinan Tahiri” të moshës 13-15 vjeçare, ka hulumtuar dallimin e disa karakteristikave antropometrike dhe motorike specifike në lojën e futbollit të moshës 13-15 vjeçare. Në këtë hulumtim janë aplikuar gjithsej 15 ndryshoret edhe atë : 7 ndryshore për vlerësimin e statusit morfologjik të futbollistët e rinjë të përfshirë në shkollat e futbollit dhe 8 ndryshore për vlerësimin e aftësive motorike-specifike . Autori ka arritur në përfundim se dallimet e fituara që është vërtetuar me anë të T-testit tregon se tretmanët stërvitore të aplikuar te futbollistët e rinjë të përzgjedhur për këtë hulumtim kanë ndikuar në ngritjen e atyre aftësive motorike dhe motorike-specifike të cilat janë të domosdoshme në arritjen e rezultateve të mira në lojën e futbollit. Është vërtetuar se në ndryshoret antropometrike nuk mund të ndikohet në tretman kineziologjikë por ato janë në ndikimin e programeve të caktuara gjenetike. Kjo gjithashtu e ngritë përgjegjësinë që gjatë përzgjedhjes së të rinjëve në futboll ti marrim parasysh edhe këto karakteristika morfologjike.

#### **4. NJOHURITË DHE RREGULLAT RRETH MBAJTJES SË TESTEVE**

Është e domosdoshme të planifikohen testime në një periudhë kur pasohen ngarkesat ose gjatë periudhave para kampionatit. Vlerësimi mund të bëhet para ose pas një periudhe, kur nuk është zhvilluar si duhet stërvitja, psh në rastin e një pushimi.

Është mjaft e përshtatshme kryerja e testimeve 4-6 herë në vit.

TESTI 1: Në fillim të periudhës përgatitore (periudha e rindërtimit).

TESTI 2: Dy deri në tri javë përpara fillimit të kampionatit.

TESTI 3: Në fillim të sezonit. Niveli i përgatitjes fizike të disa lojtarëve mund të ulet gjatë kampionatit si rezultat i pakësimit të ngarkesave që zhvillojnë aftësitë fizike. Testimi duhet të përfundoj shpejt dhe në fund të jemi të sigurt që ka kohë për tu organizuar, në mënyrë që po të jetë e nevojshme të bëjmë një përsëritje të programeve stërvitore para dhe në mes të sezonit.

Shtetet që kanë ndërprerje në mes të sezonit ( me dy faza ).

TESTI 4: Në fillim të përgatitjes (periudha e ripërtëritjes ose rimarrjes) për fazën e dytë të sezonit.

TESTI 5: Dy deri në tri javë përpara fillimit të fazës së dytë të sezonit.

TESTI 6: Gjatë fazës së dytë të sezonit. Janë vlerësuar të njëjtat kushte që kemi përshkruar në testin 3.

### **Çdo test e karakterizojnë tri faza:**

1. Faza e pushimit.
2. Faza e ngarkesës fizike.
3. Faza e ripërtërirjes (rikuperimit).

Në testet paksa më të rënda për tu ekzekutuar preferohet që para fazës së ngarkesës fizike të zbatohet faza e nxehjes. Testet me ngarkesa fizike, varësisht nga qëllimi i zbatimit , mund të ndahen në:

- Testet diagnostifikuese.
- Testet funksionale.

Indikacionet për ndërprerjen e testit , me ngarkesa fizike mund të jenë subjektive dhe objektive.

### **Shkaqet subjektive për ndërprerjen e testit janë:**

1. Lodhja
2. Kokëdhembja
3. Rraskapitja
4. Marramendja dhe humbja e vetëdijes
5. Frymekëmbimi i vështiruar
6. Dhembja anginoze
7. Dhembja e muskujve

### **Shkaqet objektive për ndërprerjen e testit janë:**

1. Rënja e shpejtë e frekuencës së zemrës dhe tensionit arterial
2. Arritja e kapacitetit maksimal aerob
3. Arritja e vlerave maksimale të frekuencës të punës së zemrës
4. Regjistrimi i elektrokardiogramit patologjik
5. Rritja e tensionit të gjakut ( tensioni sistolik mbi 250mmHg dhe tensionit diastolik mbi 130mmHg )
6. Djersitja e tepërt
7. Qëllimi i koordinimit të lëvizjeve
8. Ndryshimi i ngjyrës së lëkurës ( cianoza , zbehja apo skuqja e lëkurës ).

Kunderindikacionet për zbatimet e testeve me ngarkesa fizike mund të jenë: absolute dhe relative.

### **Kunderindikacionet absolute janë:**

1. Dekompozimi i zemrës
2. Infarkti akut i zemrës
3. Insufuenca koronare
4. Sëmundjet acute infektive
5. Temperature trupore mbi 37C
6. Frekuenca e punës së zemrës në gjendje pushimi mbi 120\min
7. Tensioni i gjakut i lartë (tensioni sistolik në gjendje pushimi mbi 230mmHg , ndërsa tensioni diastolik mbi 120mmHg etj.)

### **Kunderindikacionet relative janë:**

1. Stenoza mesatare e aortes
2. Sëmundjet malinje
3. Sëmundjet e pakontrolluara të metabolizmit
4. Insuficienca e ventilimit mushkëror
5. Shqetësimet etj.

### **Testet mund të jenë:**

- Testet e ngarkesave fizike ( treguesit maten gjatë kohës së ngarkesës fizike).
- Testet e ripërtitjes ( treguesit maten gjatë kohës ripërtitjes pas ngarkesave fizike).

### **Varësisht nga intensiteti i ngarkesës fizike , testet mund të ndahen në :**

- Testet maksimale
- Testet submaksimale

### **Varësisht nga ajo se si bëhet ngarkesa , testet mund të ndahen në :**

- Teste kontinuale me ngarkesa fizike të njëtrajtshme (ngarkesa ka një intensitet konstant e cila caktohet varësisht nga mosha, gjinia, gjendja fizike).
- Teste kontinuale me ngarkesa fizike progresive ( ngarkesa fizike rritet ne mënyrë të vazhdueshme pa ndërprerje të testit pa pushim).
- Testet diskontinuale me ngarkesa fizike progresive ( karakterizohen me rritje të shkallëzuar të ngarkesës fizike dhe me pushim ndërmjet ndryshimit te ngarkesave).

## 5. ORGANIZIMI DHE PËRBËRËSIT E HULUMTIMIT

Organizimi i hulumtimit të tillë është mjaft i mundimshëm me ngarkesa të mëdha dhe me vështirësi të shumta gjatë realizimit. E gjithë kjo ndodh për shkak që në vendin tonë ende mbretërojnë kushtet e vështira për punë elementare e mos të flasim për realizimin e mirëfilltë dhe me standarde evropiane të një hulumtimi i cili kërkon shumë punë të mundshme, sakrificë dhe vullnet të madh për të realizuar një hulumtim, e sidomos të llojit të tillë që kemi të bëjmë edhe me atë të realizuar në mënyrë praktike me një grup bateri testesh me numër të madh të lojtarëve.

Për realizimin korrekt të këtij hulumtimi janë marrë të gjitha mundësitë e mundshme përkundër gjendjes së dobët infrastrukturore dhe si rrjedhojë e saj edhe në këto fusha apo studime që i kemi për shkak të gjendjes së tillë dhe numrit të madh të lojtarëve që stërviten nëpër këto klube vështirësohen edhe më tepër koha dhe hapësira në stadione.

Pasi hulumtimi është planifikuar të realizohet në klubet e regjionit të Prishtinës, është realizuar në 4 klube të saj, në klubet “KF PRISHTINA”, “KF FUSHE KOSOVA”, “KF 2 KORRIKU”, dhe “KF FERONIKELI”.

Pasi që këto klube i kanë stadiumet e tyre, organizimi i hulumtimit është realizuar për secilin klub në stadiumin e tyre.

Hulumtimi u bë me 80 futbollistë të 4 klubeve të lartpërmendura.

Duke shikuar në mundësinë e realizimit të hulumtimit kushtet kanë qenë mjaftë të kufizuara si në organizim ashtu edhe në përbërësit e saj ku ka qenë problem për kohën, hapësirën, rekuizitat, etj..

Mënyra më e organizuar e hulumtimit ka qenë në klubin “KF PRISHTINA” edhe pse stadiumi nuk i plotësonte kushtet për realizimin e hulumtimit, por ecuria e zbatimit të hulumtimit ka qenë në rregull ku edhe për atë shkak gjitha fotografimet janë realizuar aty.

Për shkak të kushteve jo të mira në infrastrukturë jemi detyruar që hulumtimet t'i bëjmë në stadiumet e këtyre ekipeve të lartpërmendura, e disa prej tyre edhe në palestër.

Por marrë në përgjithësi për gjithë këto zhvillime të organizmit dhe përbërjes mënyra e realizimit të hulumtimit përmes testeve të parashikuara ka shkuar mirë pa probleme për shkak se në kufijtë e këtyre kushteve, realizimi i testeve ka qenë në bazë të rregullave që kërkohen të jenë për realizimin e tyre.

## **6.HIPOTEZA THEMELORE**

Një nga kriteret themelore për një hipotezë është që ajo të mund të testohet, por formulimi abstrakt nuk e lejon testimin e drejtpërdrejtë, pasi thjeshtë është shumë abstrakte. Sa i përket futbollit janë parashtruar edhe këto hipoteza themelore:

H1:Pritet se karakteristikat antropometrike do të kenë shpërndarje normale të rezultateve.

H2:Pritet se karakteristikat motorike do të kenë shpërndarje normale të rezultateve.

H3:Pritet të paraqiten korrelacione të vlefshme ndërmjet aftësive antropometrike dhe motorike.

H4: Pritet se do të paraqiten ndryshime të theksuara të rezultateve ndërmjet të rinjve 14-16 vjeq, në karakteristikat antropometrike dhe aftësitë motorike.



## **7. METODOLOGJIA E PUNËS**

### **7.1 Mostra e ndryshoreve: antropometrike dhe motorike**

Mostra e ndryshoreve antropometrike:

APESHA- Pesha trupore

ALART-Lartësia trupore

APERGJ-Perimetri i gjoksit

APERKO-Perimetri i kofshës

APERKE-Perimetri i kërcirit

Mostra e ndryshoreve motorike:

MKGJAT-Kërcim së gjati nga vendi

MKELAT-Kërcim së larti nga vendi

MVR10M-Vrapim 10m nga starti i lartë

MVR25M-Vrapim 25m nga starti i lartë

MVR50M-Vrapim 50m nga starti i lartë

MVR5x10M-Vrapim 5x10m vajtje ardhje

MKAHAN-Hapa anash-koordinim lëvizor

MFEMSHA-Frekuenca e mbledhjes-shtrirjes së muskujve abdominal

## **7.2 Mostra e entiteteve**

Rezultatet e mostrës zakonisht janë adekuate. Mostra e cila është nxjerrë për analizë në këtë punim i takon grupmoshës 14-16vjeq ku janë analizuar 14variabla, prej tyre 6 variabla antropometrike , 8 motorike . Në këtë mostër janë përfshirë 4 ekipe me nga 20 futbollistë. Këto ekipe janë te regjionit te Prishtinës.

### 7.3 Metodatat e përpunimit të rezultateve

Sipas hipotezave dhe qëllimeve të përpiluara aplikohen metoda kuantitative dhe parametratat statistikore. Për çdo ndryshore antropometrike të volumit trupor, ndryshore motorike të forcës eksplozive dhe teste situacionale do të llogariten vlerat e mëposhtme:

1. Parametratat themelor qendror dhe të shpërndarjes:

- Vlera minimale

-Vlera maksimale

-Mesatarja aritmetike

-Devijimi standard

2. Raportet e ndërlidhjeve ndërmjet ndryshoreve antropometrike dhe testeve motorike në hapësirën manifeste , do të bëhen me anë të analizës bivariante të korrelacionit sipas personit.

3. Për përcaktimin e dallimit të ndryshoreve antropometrike dhe motorike në mes grupeve apo ekipeve është aplikuar analiza univariante e variaciones Anova.

4. Lakorja e shpërndarjes ose shpërndarja është testuar me anë të koeficientit të asimetrisë Skjunis dhe shkalla e lakimit e majës së Kurtozisë.

## 8. PËRSHKRIMI I TESTEVE

### 8.1 Matjet Antropometrike

#### Matja e peshës

Personi i cili është i testuar është i zbathur, qëndron në këmbë i qetë në mes të peshores. Pasi që treguesi në peshore qetësohet rezultati lexohet me saktësi prej 0.1 kg. Pesha e trupit është matur me peshoren me sustë e cila mundëson saktësinë e matjes 0.1 kg, dhe treguesi rregullohet në pozitën 0. Dhe duhet patjetër që peshorja të jetë në një pozitë horizontale.



## **Matja e lartësisë**

Edhe tek matja e lartësisë i testuari duhet të qëndroj i zbatuar sikurse edhe në matjen e peshës dhe të qëndroj në bazë të fortë horizontale. Koka e tij duhet të jetë në atë pozitë kur arrihet horizontalja, ku skaji i poshtëm i syrit dhe skaji epërm i zgavrës së jashtme të veshit të jenë në pozitë horizontale. Testuesi duhet të qëndroj çdoherë në anën e majtë pasi që kontrollon pozitën e të ekzaminuarit dhe vendosjen e instrumentit, lëshon horizontalen e antropometrit deri në pjesën partiale të kokës. Lartësia e trupit është matur me antropometër.



### **Matja e perimetrit te gjoksit**

Perimetri i gjoksit matet në fund të fazës së eksperimentit. Perimetri i gjoksit matet me shirit metrik, i matur është në qëndrim vertikal me krahë më të larguar nga trupi ndërsa shiriti duhet berë pa presion të madh në indin e butë, vendoset në lartësi të mamillave në mënyrë horizontale.

Rezultati lexohet me saktësi prej 0.1 cm



### **Matja e perimetrit të kofshës**

Perimetri i kofshës matet me shiritin centimetrik i testuari qëndron drejtë, me këmbë të larguara nga njëra tjera por me peshë të shpërndarë njëjtë në të dy këmbët. Shiriti metrik mbështjellët horizontalisht, pa bërë presion të madh në indin e butë, rreth këmbës së majtë , nën lugun gluteal në vendin më të gjerë të kofshës. Rezultati lexohet me saktësi prej 0.1 cm.



### **Matja e perimetrit të kërcirit**

I testuari duhet të matet me shirit metrik, i cili pa bërë presion të madh në indin e butë, vendoset në  $\frac{1}{3}$  e sipërme respektivisht në pjesën më të gjerë të kërcirit, edhe këtu saktësia e matjes është 0.1 cm.





## 8.2 Matjet motorike

### Kërcim së gjati nga vendi

1. Vendi i realizimit: një pjesë është realizuar në stadium ndërsa pjesa tjetër është realizuar në palestër të gjimnazit.
- 2 Përshkrimi i detyrës:

**2.1 Pozita fillestare:** I testuari vendoset pranë vijës së startit , në pozitë me përkulje të vogël në gjunjë dhe përgatitet për kërcim së gjati nga vendi.

**2.2 Realizimi i detyrës:** I testuari është vendosur me përkulje të vogël në gjunjë duke e shfrytëzuar edhe hovin e krahëve, realizon kërcimin me të dy këmbët para.

**3. Vlersimi:** Në këtë testim shënohet rezultati i kërcimit më të gjatë deri te gjurmët e pjesës së prapme të shputave me saktësi 1 cm. Detyra përsëritet 3 herë ndërkaq shënohet rezultati më i mirë.

**4.Udhëzimet:** Kërcimi përsëritet nëse i testuari kërcen në vend para kërcimit para, nëse kërcimi realizohet me një këmbë, nëse pas rendjes mbështetet prapa me duar etj.



## **Kërcim së larti nga vendi**

1. Vendi i realizimit: në mure janë shënuar vija të gjata 10cm duke filluar prej 150cm nga toka deri ne 350 cm, vijat shënjon centimetrat e kësaj lartësie, ndërkaq në çdo 5cm vijat janë të gjata 15cm.

2. Përshkrimi i detyrës:

2.1 Pozita fillestare: I testuari qëndron afër murit brinjazi, me krahun e djathtë të ngritur lart duke mbështetur gishtrinjtë e dorës në mure. Në këtë moment nga matësi shënohet lartësia e prekjes së gishtave në mure pa kërcim.

2.2 Realizimi i detyrës: I testuari shkëputet me të dy këmbët në lartësi duke e takuar murin me dorën e djathtë me lartësinë maksimale. Detyra përsëritet 3 herë.

3. Vlerësimi: Në fletëtestim shënohet ndryshimi i lartësisë me krahë të shtrirë dhe lartësisë së kërcimit.

4. Udhëzimet: Gjatë matjes së lartësisë në qetësi, krahu duhet të jetë i shtrirë maksimalisht. Gjithashtu kërcimi duhet të realizohet me ëe dy këmbët, duke mos u kthyer me trup nga muri gjatë kërcimit.



## **Vrapimi 10 m nga starti i lartë**

1. Vendi i realizimit: Vrapimi është realizuar në fushën e futbollit si dhe në palestër në distancë prej 10m. Shtegu është shënjuar me shenja të plastikës në formë të piramidës.

2. Përshkrimi i detyrës:

2.1 Pozita fillestare: I testuari përgatitet për vrapim pranë vijës së startit, në pozitë të startit të lartë.

2.2 Përshkrimi i detyrës: Pas komandës ‘‘gati’’ nga matësi ndihmës, dhe sinjali ‘‘tash’’ , i testuari me shpejtësi maksimale vrapon me gjatesinë e shtegut prej 10m.

3. Vlerësimi: Matet koha nga dhenja e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vjen e paramenduar me vijën e caktuar. Koha matet me saktësi 0.01 s.

4. Udhëzimet: Në rast të startit jo të rregullt vrapimi përsëritet. Të testuarit udhëzohen që pas arritjes në vijën e caktuar të vazhdojnë vrapimin edhe për disa metra duke u ndalur në mënyrë graduale.



## **Vrapimi 25m nga starti i lartë**

1. Vendi i realizimit: Është realizuar në fushën e futbollit si dhe në palestër në distancë prej 25m. Shtegu është shënuar me shenja të plastikës në formë të piramidës.

2. Përshkrimi i detyrës:

2.1 Pozita fillestare: I testuari përgatitet për vrapim pranë vijës së startit, në pozitë të startit të lartë.

2.2 Përshkrimi i detyrës: Pas komandës ‘‘gati’’ nga matësi ndihmës, dhe sinjali ‘‘tash’’ , i testuari me shpejtësi maksimale vrapon me gjatësinë e shtegut prej 25m.

3. Vlerësimi: Matet koha nga dhënja e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vijën e paramenduar me vijën e cakut. Koha matet me saktësi 0.01 s.

4. Udhëzimet: Në rast të startit jo të rregullt vrapimi përsëritet. Të testuarit udhëzohen që pas arritjes në vijën e cakut të vazhdojnë vrapimin edhe për disa metra duke u ndalur në mënyrë graduale.



### **Vrapimi 50m nga starti i lartë**

1. Vendi i realizimit: Është realizuar në fushën e futbollit si dhe në palestër në distancë prej 50m. Shtegu është shënjuar me shenja të plastikës në formë të piramidës.

2. Përshkrimi i detyrës:

2.1 Pozita fillestare: I testuari përgatitet për vrapim pranë vijës së startit, në pozitë të startit të lartë.

2.2. Përshkrimi i detyrës: Pas komandës ‘‘gati’’ nga matësi ndihmës, dhe sinjali ‘‘tash’’ , i testuari me shpejtësi maksimale vrapon me gjatësinë e shtegut prej 50m.

3. Vlerësimi: Matet koha nga dhënja e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vjen e paramenduar me vijën e cakut. Koha matet me saktësi 0.01 s.



4. Udhëzimet: Në rast të startit jo të rregullt vrapimi përsëritet. Të testuarit udhëzohen që pas arritjes në vijën e caktuar të vazhdojnë vrapimin edhe për disa metra duke u ndalur në mënyrë graduale.



## **Vrapimi 5X10m vajtje-ardhje**

1. Vendi i realizimit: Është realizuar në fushën e futbollit si dhe në palestër në distancë prej 5X10m. Shtegu është shënuar me shenja të plastikës në formë të piramidës.
2. Përshkrimi i detyrës:
  - 2.1 Pozita fillestare: I testuari përgatitet për vrapim pranë vijës së startit, në pozitë të startit të lartë.
  - 2.2 Përshkrimi i detyrës: Pas komandës ‘‘gati’’ nga matësi ndihmës, dhe sinjali ‘‘tash’’ , i testuari me shpejtësi maksimale vrapon me gjatesinë e shtegut prej 5X10m.
3. Vlerësimi: Matet koha nga dhënja e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vijën e paramenduar me vijën e caktuar. Koha matet me saktësi 0.01 s.
4. Udhëzimet: Në rast të startit jo të rregullt vrapimi përsëritet. Të testuarit udhëzohen që pas arritjes në vijën e caktuar të vazhdojnë vrapimin edhe për disa metra duke u ndalur në mënyrë graduale.



## **Hapa anash-koordinim lëvizorë**

1. Vendi i realizimit: Në sipërfaqe të rrafshët dhe të fortë janë të shënuara dy vija paralele të gjata 1m, me largësi me njëra tjetrën 4m.

2. Përshkrimi i detyrës:

2.1 Pozita fillestare: I testuari ne drejtqëndrim (këmbë të bashkuara) qëndron në pjesën e brendshme brinjazi pranë vijës 1m.

2.2 Realizimi i detyrës: I testuari sa më shpejt që mundet, me hapa anash kalon gjatësin 4m. ku me këmbën e jashtme takon pjesën e jashtme të vijës që shënon 4 metershin. Në mënyrë te nyejt vrapon edhe në anën tjetër. Në këtë mënyrë i testuari e kalon 6 herë.

3. Vlerësimi: Koha matet në të 10tat e sec. i testuari këtë detyrë e përsërit 2 herë me pushime të mjaftuara ndërmjet tyre, ndërkaq në fletëtestim të subjektit shënohet vlera mesatare e dy testimeve.

4. Udhëzimet: I testuari nuk ka të drejtë të ushtroj detyrën para testimit, gjithashtu detyra përsëritet nëse i kryqëzon këmbët gjatë lëvizjes.



### **Frekuenca e mbledhjes-shtrirjes së muskujve abdominal**

1. Vendi i realizimit: Në palestër.

2. Përshkrimi i detyrës:

2.1 Pozita fillestare: I testuari është në pozicionin e shtrirë në shpinë me këmbë të mbledhura në gjunjë të shtrirë drejtë dhe të hapura rreth 30cm ose gjerësia e krahëve.

2.2 Realizimi i detyrës: I testuari nga pozita i shtrirë realizon mbledhjen e trungut deri të gjunjët , ndërsa kur të ngritët deri te gjunjët realizon lëvizje anësore duke takuar dorën e djathtë me këmbën e majtë dhe anasjelltas.

3. Vlerësimi: Llogaritet numri i përsëritjeve te të testuarit se sa mbledhje-shtrirje mund të qëndroj.

4. Udhëzimet: Realizohet detyra e mbledhjes-shtrirjes pa ndërprerje deri sa mund të qëndroj i testuari. Nuk numërohet ajo lëvizje e cila nuk realizon mbledhje sa duhet.



## **9. MËNYRA E ZBATIMIT TË HULUMTIMIT**

Hulumtimi është realizuar gjatë periudhës mujore tetor-janar të vitit 2019\20 në ekipet e regjionit të Prishtinës ku punimi i hulumtimit është realizuar për secilin ekip në stadiumin e vet.

Të gjitha këto testime janë realizuar gjatë orëve të paradites, një ditë testimi ka zgjatur 1orë e 30 min të përfshirë në 15 subjekte, testet e forcës repitative çdoherë kanë qenë të planifikuara në fund të orës së testimit.

Ndërkaq detyrat motorike të tipit të koordinimit janë përsëritur 2 herë, ndërsa është llogaritur vlera mesatare prej 2 përsëritjeve.

Detyrat motorike të tipit eksploziv janë përsëritur nga 3 herë , ndërkaq janë llogaritur vlerat më të larta te të 3 testeve.

Procesi i grumbullimit të informatave nga lëmia e dukurive kineziologjike qofshin ato antropometrike apo motorike e në veçanti nga problematika e hapësirës motorike, është mjaft e ndejshme dhe komplekse.

## **10. INTERPRETIMI I REZULTATEVE DHE DISKUTIMI**

### **10.1 Përshkrimi i parametrave themelorë statistikorë ‘KF PRISHTINA’ Prishtinë**

Parametrat themelorë statistikor të ndryshoreve antropometrike dhe motorike të futbollistët e rinjë te grupmoshat 14-16 vjeçare në futboll ‘KF PRISHTINA’ janë të paraqitura në tabelën 1. Sa i përket parametrave themelorë statistikorë antropometrik dhe motorik, sidomos testi i asometris (skewness) tek kjo grupmoshë e të testuarve vërejmë se rezultatet e një ndryshoreje antropometrike ka shmangie nga distribucioni normal apo ka asimetri të theksuar dhe kjo është perimetri i kofshës (APERKO) . Ndryshoret motorike vrapim 25 m nga starti i lartë (MVR25M), Vrapimi 5X10m vajtje-ardhje (MVR 5X10M), dhe frekuenca e mbledhjes – shtrirje e muskujve abdominal. (MFEMSHA) kanë asimetri të theksuar , që do të thotë se futbollistët e rinjë kanë rezultate të ndryshme dhe dallohen në mes vete.

Tabela 1. Parametrat themelorë statistikorë të ndryshoreve antropometrike dhe motorike te futbollistët e rinjë të grupmoshave 14-16 vjeç të Shkollës së futbollit “Prishtina” Prishtinë.

KF PRISHTINA	Nr.	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewn ess	Kurtosis
ALARTE	20	158.00	182.00	169.000	8.1605	-139	1.631
APESHA	20	38.00	81.00	56.6500	10.25056	707	684
APERGJ	20	68.00	96.00	81.2500	7.47947	632	803
APERKO	20	41.00	62.00	48.5500	4.77178	1.450	2.237
APERKE	20	29.00	39.00	33.3000	2.51522	593	461
MKGJAT	20	158.00	205.00	188.7500	14.28608	791	186
MVR10M	20	1.77	2.04	1.8960	0.7816	057	1.215
MVR25M	20	3.42	4.15	3.65427	2.0573	1.397	1.560
MVR5x10M	20	11.94	13.25	12.7680	3.0400	1.003	1.960
MVR50M	20	7.85	9.21.	8.6465	3.7490	-609	347
MKELAT	20	36.00	49.00	43.1500	3.13344	-610	1.187
MKAHAN	20	7.98	9.63	8.9210	39003	-310	779
MFEMSHA	20	48.00	166.00	89.4000	29.97032	1.135	1.435

Shumica e rezultateve antropometrike të fituara janë negative (hipokurtike) sikurse që janë ndryshore: perimetri i gjoksit (APERGJ), perimetri i kofshës (APERKO) dhe perimetri I kërcirit (APERKO) qe do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të ulëta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të larta.

Parametrat antropometrik, lartësia trupore (ALARTE) dhe pesha e trupit (APESHA) janë pozitive (epikurtike) që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të larta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të ulta.

Nga parametrat motorik shumica e rezultateve të fituara janë pozitive (epikurtike), kërcim së gjati nga vendi (MKGJAT) , vrapim 10m nga starti i lartë (MVR10M) , vrapim 5X10m vajtje-



ardhje (MVRX10M), frekuenca mbledhjes shtrirje e muskujve abdominal (MFEMSHA) , kërcim së larti nga vendi (MKELAT) dhe frekuenca mbledhjes-shtrirje e muskujve abdominal (MFEMSHA) që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të larta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të ulta.

Nga parametrat motorik numrin më të vogël të rezultateve të fituara që janë negative (hipokurtike) e përbënë ndryshoret , vrapim 25m nga starti i lartë (MVR25M) , vrapim 50m nga starti i lartë (MVR50M) dhe hapat anash – koordinimi lëvizor (MKAHAN), që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të ulta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të larta.

## 10.2 Përshkrimi i parametrave themelorë statistikore “KF FERONIKELI” Drenas

Parametrat themelorë statistikore të ndryshoreve antropometrike dhe motorike te futbollistët e rinjë te grupmoshat 14-16 vjeçare në futboll “KF FERONIKELI” janë të paraqitur në tabelën 2. Sa i përket parametrave themelor statistikor antropometrik dhe motorik, sidomos testi i asometris (skewness) tek kjo grupmoshë e te testuarve vërejmë se rezultatet e një ndryshoreje antropometrike ka shmangie nga distribucioni normal apo ka asimetri të theksuar dhe kjo është perimetri i kofshës (APERKO) . Ndryshoret motorike vrapim 25 m nga starti i lartë (MVR25M), frekuenca e mbledhjes-shtrirje e muskujve abdominal(MFEMSHA) kanë asimetri të theksuar, që do të thotë se futbollistët e rinjë kanë rezultate të ndryshme dhe paraqiten si grup heterogjen. Tabela 2. Tabela 1. Parametrat themelor statistikor të ndryshoreve antropometrike dhe motorike te futbollistët e rinjë të grupmoshave 14-16 vjeç të Shkollës së futbollit “KF FERONIKELI”-Drenas

KF PRISHTINA	Nr.	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis
ALARTE	20	157.00	182.00	167.950	8.02627	-009	-1529
APESHA	20	39.00	80.00	55.4500	10.40483	973	1.011
APERGJ	20	67.00	97.00	80.6500	6.877693	863	1.718
APERKO	20	44.00	62.00	48.6500	4.60292	1.858	3.108
APERKE	20	31.00	39.00	33.2000	2.37531	1.124	891
MKGJAT	20	154.00	206.00	187.8000	12.43762	-833	1.358
MVR10M	20	1.74	2.00	1.8775	06805	080	-451
MVR25M	20	3.45	4.11	3.6255	18769	1.872	3.123
MVR5×10M	20	11.95	13.21	12.7520	30659	-792	1.420
MVR50M	20	7.22	9.45	8.3330	62054	-042	-180
MKELAT	20	38.00	49.00	43.3000	2.48420	-041	599
MKAHAN	20	7.99	9.52	8.8745	39416	-411	010
MFEMSHA	20	47.00	149.00	84.9000	22.44736	1.165	2.518

Shumica e rezultateve antropometrike të fituara janë pozitive (epikurtike) sikurse që janë ndryshore: perimetri i gjoksit (APERGJ), perimetri i kofshës (APERKO) dhe perimetri i kërcirit (APERKO) që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të ulta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të larta.

Parametrat antropometrik, lartësia trupore (ALARTE) dhe pesha e trupit (APESHA) janë pozitive (epikurtike) që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të larta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të ulta.

Nga parametrat motorik gjysma e rezultateve të fituara janë pozitive (epikurtike), vrapim 25m start i lart (MVR25M) , vrapim 10m nga starti i lartë (MVR10M) , vrapim 5X10m vajtje-ardhje (MVRX10M), kërcim së gjati nga vendi (MKGJAT) frekuenca e mbledhjes shtrirje e muskujve abdominal (MFEMSHA) , kërcim së larti nga vendi (MKELAT) dhe frekuenca mbledhjes-shtrirje e muskujve abdominal (MFEMSHA) që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të larta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të ulta.

Nga parametrat motorik numrin më të vogël të rezultateve të fituara që janë negative (hipokurtike) e përbënë ndryshoret , kërcim së gjati nga vendi (MKGJAT),vrapim nga starti i lartë (MVR10M), vrapim 50m nga starti i lartë (MVR50M) dhe hapat anash – koordinimi lëvizor (MKAHAN), që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të ulta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të larta.

### 10.3 Përshkrimi i parametrave themelorë statistikore “FUSHE KOSOVA” Fushë Kosovë

Parametrat themelorë statistikore të ndryshoreve antropometrike dhe motorike te futbollistët e rinjë te grupmoshat 14-16 vjeçare në futboll “KF FERONIKELI” janë të paraqitur në tabelën 3. Sa i përket parametrave themelorë statistikore antropometrik dhe motorik, sidomos testi i asometris (skewness) tek kjo grupmoshë e të testuarve vërejmë se rezultatet e një ndryshoreje antropometrike ka shmangie nga distribucioni normal apo ka asimetri të theksuar dhe kjo është perimetri I kofshës ( APERKO) . Ndryshoret motorike vrapim 25 m nga starti i lartë (MVR25M) ka asimetri të theksuar. Futbollistët e rinjë te kjo grupmoshë e kësaj ekipe kanë rezultate pothuajse të ngjashme dhe zhvillimi morfologjik dhe aftësitë motorike të tyre pothuajse janë të ngjashme dhe paraqiteni grup homogjen pa dallime të theksuara.

Tabela3. Parametrat themelorë statistikore të ndryshoreve antropometrike dhe motorike te futbollistet e rinjë të grupmoshave 14-16 vjeç të Shkollës së futbollit “KF FUSHE KOSOVA” Fushë Kosovë.

F,Kosova	Nr.	Minimum	Maximum	Mean	Std,Deviation	Skewness	Kurtosis
ALARTE	20	157.00	183.00	169.2000	8.506000	.078	-1.506
APESHA	20	38.00	81.00	54.9000	10.76517	.859	1.040
APERGJ	20	69.00	98.00	80.4000	7.42549	.569	.892
APERKO	20	42.00	61.00	48.6000	4.73953	1.560	2.764
APERKE	20	29.00	39.00	33.3500	2.47673	.546	.636
MKGJAT	20	157.00	232.00	190.2500	17.78490	.105	.692
MVR10M	20	1.71	2.03	1.8920	.08733	-.363	-.620
MVR25M	20	3.41	4.16	3.6220	.20859	1.607	2.047
MVR5×10M	20	11.94	13.25	12.7170	.34558	-.764	.527
MVR50M	20	7.12	9.45	8.3485	.67705	-.223	-.324
MKELAT	20	35.00	49.00	43.3500	3.29713	-.579	.687
MKAHAN	20	7.98	9.62	8.8745	.42063	-.209	-.007
MFEMSHA	20	47.00	165.00	89.4500	35.93192	.960	.103

Shumica e rezultateve antropometrike të fituara nga matjet janë pozitive (epikurtike) sikurse që janë ndryshore: lartësia trupore (ALARTE) dhe pesha e trupit (APESHA) perimetri i gjoksit (APERGJ) që do të thotë se mesatarja e tyre aritmetikore është më e lartë dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të ulta.

Rezultatet antropometrike të parametrave tjerë antropometrik të fituara nga matjet janë negative (hipokurtike) sikurse që janë perimetri i kofshës (APERKO) dhe perimetri i kërcirit (APERKO) që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të ulta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të larta.

Nga parametrat motorik gjysma e rezultateve të fituara janë pozitive (epikurtike), vrapim 25m start i lartë (MVR25M) , , vrapim 10m nga starti i lartë (MVR10M) , vrapim 50m nga starti i lartë (MVR50M), kërcim së larti nga vendi (MKELAT) dhe frekuenca mbledhjes shtrirje e muskujve abdominal (MFEMSHA) , që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të larta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të ulta.

Nga parametrat motorik gjysma e tjetër e rezultateve të fituara të vogla që janë negative (hipokurtike) e përbënë ndryshoret , kërcim së larti nga vendi (MKGJAT),vrapim 25m nga starti i lartë (MVR25M) , vrapim 5X10m vajtje-ardhje (MVR 5X10M) dhe hapat anash – koordinimi lëvizor (MKAHAN), që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të ulta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të larta.

#### 10.4 Përshkrimi i parametrave themelor statistikor ‘‘KF 2 KORRIKU’’ Prishtinë

Parametrat themelorë statistikorë të ndryshoreve antropometrike dhe motorike te futbollistët e rinjë të grupmoshat 14-16 vjeçare në futboll ‘‘KF FERONIKELI’’ janë të paraqitur në tabelën 4. Sa i përket parametrave themelorë dhe statistikorë antropometrikë dhe motorikë, sidomos testi i asimetrisë (skewness) tek kjo grupmoshë vetëm se rezultatet e ndryshoreve antropometrike, perimetri i kofshës (APERKO), motorike vrapim 25m nga starti i lartë (MVR25M) , vrapim 5X10m vajtje-ardhje (MVR5X10M) dhe frekuenca e mbledhjes-shtrirje e muskujve abdominal (MFEMSHA), kanë shmangje nga distribucioni normal ose kanë asimetri të theksuar. Futbollistët e rinjë te kjo grupmoshë të kësaj ekipe kanë rezultate të ndryshme në zhvillimin morfologjik dhe aftësite motorike të tyre nuk janë të ngjashme dhe paraqiten si grup jo homogjen pa dallime të theksuara.

Tabela4. Parametrat themelorë statistikorë të ndryshoreve antropometrike dhe motorike te futbollistët e rinjë të grupmoshave 14-16 vjeç të Shkollës së futbollit ‘‘FK 2 KORRIKU’’ Prishtinë.

F,Kosova	Nr.	Minumumi	Maximumi	Mean	Std,Deviation	Skewness	Kurtosis
RAHOVER	20	158.00	183.00	169.1500	8.24158	-.001	-1.054
ALARTE	20	39.00	80.00	56.6000	10.16910	.866	.927
APERGJ	20	69.00	97.00	81.8500	7.10282	.580	.478
APERKO	20	44.00	61.00	48.8500	4.68227	1.541	2.563
APERKE	20	30.00	39.00	34.0500	2.66508	.460	-.711
MKGJAT	20	157.00	240.00	192.9000	19.330885	.165	1.031
MVR10M	20	1.71	2.18	1.9180	.10360	.490	1.120
MVR25M	20	3.24	4.10	3.6115	.21429	1.088	1.305
MVR5x10M	20	11.03	13.29	12.6670	.51243	-1.783	4.735
MVR50M	20	7.12	9.45	8.4410	.68777	-.529	-.220
MKELAT	20	35.00	49.00	43.2000	3.59239	-.370	.032
MKAHAN	20	6.98	9.62	8.8255	.47593	-.260	-.634
MFEMSHA	20	48.00	165.00	89.5500	34.08731	1.100	.718

Shumica e rezultateve antropometrike të fituara janë pozitive (epikurtike) sikurse që janë ndryshore: lartësia trupore (ALARTE), pesha e trupit (APESHA), perimetri I gjoksit (APERGGJ), dhe perimetri I kërcirit (APERKO) që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të larta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të ulta.

Rezultatet antropometrike të parametrave tjerë antropometrikë, të fituara nga matjet janë negative (hipokurtike) sikurse që është perimetri i kofshës aperko që do të thotë se mesatarja aritmetikore e kësaj ndryshoreje janë më të ulta dhe shumica e rezultateve të kësaj ndryshore antropometrike janë më të larta.

Nga parametrat motorikë shumica e rezultateve të fituara janë pozitive (epikurtike), kërcim se gjati nga vendi (MKGJAT), vrapim 50m nga starti i lartë (MVR50M), vrapim 5X10m vajtje-ardhje (MVRX10M), kërcim se larti nga vendi (MKELAT) dhe frekuenca mbledhjes-shtrirje e muskujve abdominal (MFEMSHA) që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të larta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të ulta.

Nga parametrat motorikë gjysma tjetër e rezultateve të fituara që janë negative (hipokurtike) e përbejnë ndryshoret, vrapim 10m nga starti i lartë (MVR10M), vrapim 25m nga starti i lartë (MVR25M) dhe hapat anash – koordinimi lëvizorë (MKAHAN), që do të thotë se mesataret e tyre aritmetikore janë më të ulta dhe shumica e rezultateve të tyre janë më të larta.

## 11. PËRFUNDIMI

Gjetjet kryesore të këtij studimi do të përshkruajnë karakteristikat antropometrike dhe përgatitjen fizike të lojtarëve të grupmoshës 14-16 vjeçare të shkollave të futbollit të regjionit të Prishtinës.

Mosha e re, shikuar në përgjithësi, përfaqëson një periudhë jashtëzakonisht të ndjeshme për zhvillimin morfologjik e sidomos motorik të fëmijëve. Është shumë e rëndësishme të mos humbet kjo periudhë, respektivisht përparësitë të cilat i bartë kjo periudhë në formimin e bazës motorike. Për zhvillimin e fëmijës në këtë moshë, por edhe në moshën më të re me rëndësi të madhe është përzgjedhja e aktiviteteve të duhura lëvizore.

Procesi stërvitorë në futboll ka shumë detyra të cilat zgjidhen me anë të përgatitjes kondicionale, përgatitjes teknike, përgatitjes taktike, përgatitjes psikologjike dhe përgatitjes teorike. Në këto fakte, bazohet edhe qëllimi i këtij hulumtimi i cili është i drejtuar në vërtetimin e dallimeve në disa karakteristikave antropometrike dhe aftësi motorike te futbollistëve të rinjë të angazhuar në katër ekipet e futbollit nën ndikimin e procesit stërvitorë.

Qëllimi primar i këtij punimi është vërtetimi i dallimit në mes futbollistëve të rinjë nga 4 ekipe të regjionit të Prishtinës. Në këtë hulumtim janë përfshirë 80 futbollistë të rinjë të moshës 14-16 vjeçare nga gjithsej 4 klube , ku pjesëmarrja e tyre në këtë hulumtim është 20 futbollistë.



Me qëllim të përcaktimit dallimeve të karakteristikave morfologjike janë aplikuar këto ndryshore antropometrike: ALARTE – Lartësia e trupit. APESHA – Peshë e trupit. APERGJ – Perimetri i gjoksit. APERKO – Perimetri i kofshës. APERKE – Perimetri i kërcit.

Më qëllim të përcaktimit të dallimeve të aftësive psikomotorike janë aplikuar këto ndryshore: MKGJATE – Kërcim se gjati nga vendi , MKELAT – Kërcim se larti nga vendi , MVR 10M – Vrapim 10 metra nga starti i lartë , MVR 25M – Vrapim 25 metra nga starti i lartë , MVR 5X10M – Vrapim 5X10 metra vajtje ardhje , MVR50 M – Vrapim 50 metra nga starti i lartë , MKAHAN – hapa anash koordinim lëvizorë , MFEMSHA – Frekuenca e mbledhjes – shtrirje e muskujve abdominal.

Analiza deskriptive e parametrave themelor statistikor tregon se ndryshoret e aplikuar në këtë hulumtim shumica prej tyre janë epikurtike , ku rezultatet anojnë kah ato më të ulta , dhe disa nga këto ndryshore kanë një asimetri të theksuar.

Analiza e korrelacionit tregon se koeficientët e interkorelacionit tregojnë se koeficientët e ndryshoreve antropometrike janë të grupuara dhe paraqiten si grup homogjen me një ndërlidhje të lartë në mes veti në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0.01$ ). Grupin e dytë e përbejnë parametrat motorik të shpejtësisë , kurse grupin e tretë testet motorike të forcës eksplozive.

## 12. LITERATURA

1. Bahtiri, A.:Lidhmëria e disa dimensioneve antropometrike dhe disa variablove të vrapimit të shpejtësisë të djemtë e moshës 12 vjeçare (Punimmagjistrature). Prishtinë: FKF, 2001, f. 31-32.
2. Gjinolli, E.:Karakteristikat antropometrike dhe motorike të vlefshme për volejboll të nxënësit e klasës së V – fillore. Disertaciondoktorature, F.K.F., 1997.
3. Hazir, T. Physical characteristics and somatotyp of soccer players according to playing level and position. *Journal of Human Kinetics* 26: 83-95, 2010.
4. Hencken, C. and White, C. Anthropometric assessment of Premiership soccer players in relation to playing position. *European Journal of Sport Science* 6: 205-211, 2006.
5. Ingebrigtsen, J., Dillern, T., and Shalfawi, S.A. Aerobic capacities and anthropometric characteristics of elite female soccer players. *J. Strength. Cond. Res.* 25: 3352-3557, 2011
6. Aubrecht, V. (1980). Faktorska struktura nekih situacionih testova brzine nogometasa. *Kineziologija*, 1-2: 101-115.
7. Aubrecht, V., A. Hosek – Momirovic (1983). Relacije morfoloskih karakteristika i uspjesnosti u nogometnoj igri. *Kineziologija*, 1-2: 63-68.
8. Bala, G. (2007). Dizajniranje istrazivanja u kineziologiji. Fakultet sporta i fizickog vaspitanja, Novi Sad.
9. Bala, G., Kis, M. I Popovic, B. (1996). Trening u razvoju motoric kogponasanja male dece. Novi Sad. performance of jumping, sprinting, and **changing of direction?** *Journal of Strength and Conditioning Research*, 22, 412-418.
10. Huijgen, B. C., Elferink-Gemser, M. T., Post, W. & Visscher, C. (2010). Development of dribbling in talented youth soccer players aged 12-19 years: a longitudinal study. *Journal of Sports Sciences*, 28, 689-698.
11. Kapidžić, A., Ismaili, H. & Ervin, B. (2010). Basic motor abilities: Predictive value on the situational test results in 12-14 years old soccer players. *Serbian Journal of Sports Sciences*, 4, 61-67.

12. le Gall, F., Carling, C., Williams, M. & Reilly, T. (2010). Anthropometric and fitness characteristics of international, professional and amateur male graduate soccer players from an elite youth academy. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13, 90-95.
13. Malina, R. M., Ribeiro, B., Aroso, J. & Cumming, S. P. (2007). Characteristics of youth soccer players aged 13-15 years classified by skill level. *British Journal of Sports Medicine*, 41, 290-295.
14. Halimi, G.(2012). Ndikimi i disa parametrave morfologjik dhe motorik ne udheheqjen e topit te futbollistet e moshes 15-16vjeqare.  
Punimi Masterit, Prishtine, Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit.
15. Hyseni,A.(2014). Dallimi i disa karakteristikave antropometrike dhe motorike specifike ne futboll te moshja 13-15vjeqare. Punim i Masterit,Prishtine Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit.
16. Kurelic N, Momirovic K, Stajanovic,Sturm J , Radojevic D, Viskic-Stelac N;(1975) Struktura i razvoj morfoloskih i motorickih dimenzija omladine. Beograd.
17. Sokoli,B. (2003). Ndryshimet ne strukturen antropometrike , motorike dhe funksionale te futbollisteve te liges se pare dhe te dyte te Kosoves. Punimi i Doktoratures, Prishtine , Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit.
18. Rexhepi, A. (2013). Ndikimi i disa parametrave te volumenit trupor dhe motorik ne udheheqjen e topit ne futboll. Punimi i Masterit, Prishtine, Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit.
19. Visari, G. (2010). Razliki vo antropometrijskite karakteristiki, biomorickite, specifikno motorickite i kognitivnite sposobhnosti kaj dva razlicni modela na trenaaeen process primenet kaj mladi vozrasni kategori na futbaleri. Doktorska disertacija , Fakultet za fizicka kultura, Skoplje.
20. Hysaj, A. (2012). Analiza e parametrave antropometrike dhe motorike te lojtaret e grupmoshave 14-16 vjeqare te regjionit te Pejës ne futboll. Punim i Masterit, Prishtine, Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit.
21. Kryeziu, B (2011). Analiza krahasuese e veqorive antropometrike dhe aftesive motorike ne mes futbollisteve junior te super liges dhe liges se pare te Kosoves. Punimi i Masterit, Prishtine, Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit.

22. Mekic, M. (1984). Relacije mjera primarnih motoriskih sposobnosti i rezultata u situacijanim nogometnim testovima. Magistarski rad, Fakultet za fizicku kulturu, Zagreb.
23. Smajic, M. (2005). Relacije morfoloskih karakteristika, bazicnih motorickih sposobnosti i specificnepreciznosti fudbalera uzrasta 10-12 godine. Doktorska disertacija. Novi Sad, Fakultet Fizicke Kulture.
24. Gabrijelic, M. (1972). Nekesituacione psihomotorne sposobnosti potencialno aktualno znacajneza uspjehdiece uno gometnojigri, Kineziologija 2.
25. Elzner, B. (1974). Uticaj nekih manifestnih i latentih antropometrijskih i motorickih varijabli na uspjeh u igri fudbalera. Magistarski rad; Zagreb; FFK.

### 13. REZYME

Disa karakteristika antropometrike dhe motorike të grupmoshave 14-16vjeqare në shkollat e futbollit të regjionit të Prishtinës.

Qëllimi primar i këtij punimi është vërtetimi i dallimit në mes futbollistëve të rinjë nga katër ekipet e regjionit të Prishtinës. Në këtë hulumtim janë përfshirë 80 futbollist të rinjë të moshës 14-16vjeqare nga gjithsej 4 klube, ku pjesëmarrja e tyre në këtë hulumtim është: 20futbollistë nga ‘‘KF PRISHTINA’’-Prishtinë, 20 futbollistë nga ‘‘KF FERONIKELI’’- Drenas, 20 futbollistë nga ‘‘ KF FUSHE KOSOVA’’- Fushë Kosovë, 20 futbollistë nga ‘‘KF 2 KORRIKU’’-Prishtinë.

Me qëllim të përcaktimit dallimeve të karakteristikave morfologjike janë aplikuar 5 ndryshore antropometrike dhe 8 ndryshore motorike.

Analiza deskriptive e parametrave themelorë statistikore tregon se ndryshoret e aplikuar në këtë hulumtim shumica prej tyre janë epikurtike ku rezultatet anojnë nga ato më të ulëta , dhe disa nga këto ndryshore kanë një asimetri të theksuar.

Analiza univariaces ANOVA tregon se në ndryshoret antropometrike në mes të katër grupeve të futbollistëve të rinj, grupit të futbollistëve nga katër klubet e regjionit të Prishtinës , ‘‘KF PRISHTINA, ‘‘KF FERONIKLI’’, KF FUSHE KOSOVA, ‘‘ KF 2 KORRIKU’’, nuk egziston asnjë dallim i rëndësishem statistikor në asnjë aftësi motorike. Mund te perfundojmë se trajnerët e katër klubeve që punojnë me futbollistët e rinjë kanë programe stërvitore pothuajse të njejta.

## 14. SUMMARY

Some motoric and anthropometric characteristics of students from football school aged 14-16 years from the region of Prishtina.

The primary purpose of this paper is to establish the difference between young players from the four terms in Prishtina region. In this research are included 80 young players aged 14-16 years from four different clubs, where their participation in this survey is: 20 players from "KF PRISHTINA-Prishtinë, 20 players from "KF FERONIKELI"- Drenas, 20 players from "KF FUSHE KOSOVA"-Fushë Kosovë and 20 players from "KF 2 KORRIKU"-Prishtinë.

In order to determine differences in morphological characteristics are applied five anthropometric variables and eight motoric variables.

Descriptive analysis of the statistics shows that the basic parameters of the variables applied in this research most of them are epicurtic, where the results tend to the lowest directions, and some of these variables have a pronounced asymmetry.

Unvariance ANOVA analysis shows that the anthropometric variables between the four groups of the new players, a group of players from four clubs in the region of Prishtina, "KF PRISHTINA"-Prishtinë, "KF FERONIKELI"-Drenas, "KF FUSHE KOSOVA"-Fushë Kosovë, "KF 2KORRIKU"-Prishtinë, there is no statistically significant differences in any motoric skills. We can conclude that the four clubs coaches working with young players have the same training programs.