

**UNIVERSITETI I PRISHTINËS**  
**"HASAN PRISHTINA"**  
**FAKULTETI EDUKIMIT FIZIK DHE I SPORTIT**



**PUNIMI I DIPLOMËS – MASTER**

**DALLIMI I DISA KARAKTERISTIKAVE ANTROPOMETRIKE DHE  
MOTORIKE NË VRAPIMIN E DISTANCAVE TË SHKURTRA**

**MENTORI:**

**Prof.Dr. Naser Rashiti**

**KANDIDATI:**

**Korab Baftiu**

**Prishtinë, 2018**

## **Përmbajtja**

<u>1. HYRJE</u> .....	4
<u>2. HULUMTIMET E DERITANISHME</u> .....	8
<u>3. QËLLIMI PUNIMIT</u> .....	14
<u>4. HIPOTEZAT THEMELORE</u> .....	15
<u>5. METODOLOGJIA E PUNËS</u> .....	16
<u>5.1 MOSTRA E TË TESTUARVE</u> .....	16
<u>5.2 MOSTRA E VARIABLAVE</u> .....	17
<u>5.2.1. Variablat antropometrike</u> .....	17
<u>5.2.2 Variablat motorike</u> .....	17
<u>5.2.3 Variablat specifike-motorike</u> .....	17
<u>5. 3. KUSHTET E MATJES</u> .....	18
<u>5.4 INSTRUMENTET MATËSE</u> .....	19
<u>5.4.1 Përshkrimi i instrumenteve matëse antropometrike</u> .....	19
<u>5.4.2 Përshkrimi i instrumenteve matëse motorike</u> .....	28
<u>5.4.3 Përshkrimi i instrumenteve matëse motorike specifike</u> .....	34
<u>5.5 METODAT PËR PËRPUNIMIN E REZULTATEVE</u> .....	39
<u>6. INTERPRETIMI I REZULTATEVE DHE DISKUTIMI</u> .....	40
<u>6.1. TREGUESIT THEMELOR STATISTIKOR</u> .....	40
<u>6.1.1 Treguesit themelor statistikor të parametrave antropometrik te nxënësit nga SH.F.M.U. "Agim Ramadani" Zhegra dhe "Hesat Berisha"Lashtica nga Gjilani</u> .....	40
<u>6.1.2 Treguesit themelor statistikor të parametrave motorik bazike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve rurale</u> .....	44
<u>6.1.3 Treguesit themelor statistikor të parametrave motorik specifike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve rurale</u> .....	47
<u>6.1.4 Treguesit themelor statistikor të parametrave antropometrik te nxënësit nga SH.F.M.U. "Musa Zajmi" nga Gjilani</u> .....	50
<u>6.1.5 Treguesit themelor statistikor të parametrave motorik bazike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve urbane</u> .....	54
<u>6.1.6 Treguesit themelor statistikor të parametrave motorik specifike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve urbane</u> .....	57
<u>6.2 KOEFICIENTËT E INTERKORELACIONIT</u> .....	60
<u>6.2.1 Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale</u> .....	60
<i>Tabela 7. Koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale</i> .....	60
<u>6.2.2 Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave motorike bazike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale</u> .....	61

<u><i>Tabela 8. Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike bazike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale</i></u> .....	61
<u>6.2.3 Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave motorike specifike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale</u> .....	62
<u>Tabela 9. Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike specifike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale</u> .....	62
<u>6.2.4 Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave antropometrike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve urbane</u> .....	63
<u>6.2.5 Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave motorike bazike te nxënësit e vendbanimeve urbane</u> .....	64
<u>6.2.6 Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave motorike specifike te nxënësit e vendbanimeve urbane</u> .....	65
<u>6.3. DALLIMET NË MES GRUPEVE NË VARIABLAVE ANTROPOMETRIKE, MOTORIKE BAZIKE DHE MOTORIKE-SPECIFIKE</u> .....	66
<u>6.4. VËRTETIMI I HIPOTEZAVE</u> .....	70
<u>7. PËRFUNDIMI</u> .....	71
<u>8. LITERTATURA</u> .....	73
<u>REZYME</u> .....	75
<u>SUMMARY</u> .....	76
.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## 1. HYRJE

Dimensionet morfologjike të aletëve kryesisht varen nga lloji i dicitpinave në atletikë. Në përgjithësi rezultate më të mira arrijnë ata të cilët ndërtimi trupor i përshtatet kërkesave specifike të diciplinës konkret. Sukseset në atletikë gjithsesi varet edhe nga karakteristikat morfologjike të atletit, nga të cilat lartësia dhe pesha e trupit janë themelore, e të cilat valorizohen duke marr parasysh moshën aktuale të atletit. Të dhënat e lartë përmendura duhet shumë respektuar gjatë rritjes dhe zhvillimit të atletit, kur moshja kronologjike dhe biologjike shpesh nuk janë të koordinuara, dhe ajo është zakonisht një periudhë kur profilizohen atletët kulmor në të ardhëm e tij (Malina et al, 2004; Mišigoj-Durakovic, 2008)

Nga të gjitha sportet ekipore apo individuale, atletika padyshim, është sporti më e përhapur dhe më gjithpërfshirës sa i përket përbërësve lëvizore në botë. Llojet dhe nivelet e garave janë të shumta. Sipas moshës së garave dallojmë gara parashkollore dhe shkollore, pastaj gara të nxënësve të shkollave të mesme dhe studentore për të vazhduar garat e veteranëve në kategori të ndryshme. Sipas nivelit të konkurrencës kemi konkurrencë amatore për qytetarët dhe njerëz që merren me rekreacion, e deri te garat e konkurrencës profesionale. Maje cilësore e atletikës, janë Lojërat Olimpikë, të cilat gjithmonë në të kaluarën e gjerë më sot gjatë historisë kanë pasur në programe disa nga garat ose disiplinat e atletikës.

Nga diciplinat e atletikës, vrapimi është një mjet bazë për përgatitjen fizike dhe zhvillimin e organizmit. Ai ndihmon për të përballuar ngarkesa stërvitore të larta. Vrapimi është mjet më universal për përgatitjen e gjithanshme të atletit, por ai zë një vend tepër të rëndësishëm edhe në stërvitjen e llojeve të tjera të sportit. Gjatë vrapimit, organizmit i paraqiten shumë kërkesa ndaj punës së sistemit muskolor, veprimtarisë vazo kardiake dhe të frymëmarrjes. Ai përbën një mjet të rëndësishëm për ruajtjen dhe forcimin e shëndetit.

Hapësira antropologjike është hapësirë shumë dimensionale, interaktive dhe se për këtë arsye do të përcaktohem që veçanërisht ti përshkruajmë ato modele teorike të nën hapësirës relevante të cilat kanë ndikim të rëndësishëm në arritjen e sukseseve në sportin apo disiplinat e atletikës.

Karakteristikat morfologjike (dimensionet) duhet ti kuptojmë si esencën biologjike dhe fiziologjike e cila gjeneron manifestimin e karakteristikave antropometrike sikur që janë: lartësia

e trupit, pesha, perimetri i trupit dhe ekstremiteteve, gjatësitë dhe gjerësitë e kockave, trashësia e indit dhjamor e tjera. Me këto karakteristika definohet rrita dhe zhvillimi i fëmijëve dhe i rinisë, si dhe ndërtimi trupor i tyre (konstitucioni) edhe atë ashtu që me këto vërtetohet struktura e karakteristikave morfologjike (Bala, 2007).

Ndërtimi trupor (konstitucioni, somatotipi) është karakteristika më e dukshme e njeriut. Tek të rriturit kjo ka lidhje me sjelljet gjatë jetës, profesionin, sëmundjen, aktivitetin sportiv dhe suksesin. Njohurit dhe studimi i ndërtimit trupor gjatë rritës dhe zhvillimit mundëson që ta kuptojmë më mirë variacionin e konstitucionit të njeriut.

Përcaktimi dhe definimi i konstitucionit trupor i fëmijëve dhe i të rriturve është i vështirë të ekzekutohet, sepse ata ende nuk kanë karakteristika stabile referente, sidomos gjinia femërore. Disa metoda kërkojnë karakteristika stabile dhe fikse (psh. somotipet e Sheldonit). Zhvillimi dhe rrita e ndryshme e karakteristikave morfologjike dhe indeve (sidomos e indit dhjamor nën lëkuror) shpejt ndryshon proporcionet trupore, çka në mënyrë të rëndësishme ndikon në besueshmërinë e definimit të konstitucionit trupor të fëmijët dhe të rriturit.

Ligshmëritë e rritjes së fëmijëve dhe të rinisë mund të thjeshtësohen dhe të sumohen në tri veçori\*:

- a) intensiteti i rritjes i disa organeve nuk është i njëjtë;
- b) rritja nuk është lineare, por tregon periudha të intensitetit më të shpejt ose më të ngadaltë;
- c) organet gjatë rritjes nuk rrisin vetëm masën e tyre por ndryshojnë edhe strukturën e tyre.

Gjatë rritjes së rinisë është i dukshëm ndryshimi kontinuel i lartësisë së trupit e cila zgjatë kryesisht deri në moshën 20 vjeçare, edhe pse formimi dhe rritja përfundimtare e kockave përfundon pas moshës 23 vjeçare. Mekanizmi fiziologjik i rritjes dhe formimit të kockave praktikisht është i njëjtë për të gjithë skeletin. Përpos indit kockor edhe indet e buta (muskujt) rriten dhe zhvillohen njëkohësisht.

Me dimensione motorike nënkuptojmë ato aftësi të njeriut të cilat marrin pjesë në kryerjen e detyrave motorike dhe kushtëzojnë lëvizje të suksesshme në të gjitha sportet (pra, edhe në sportin e atletikës), pa marr parasysh se a janë fituar aftësitë me anë të trajningut apo jo.

---

\* Sipas Radovan Medvedit me bashkëpunëtor, 1987.

Në nivelin e tashëm të njohjes së shkencës në këtë hapësi vërehet se dimensionet motorike në shumë hulumtime lajmërohen në mënyra të caktuara me detyra të ndryshme. Me aplikimin e analizës faktoriale zbulohen gjithë e më shumë faktor të cilët vërtetojnë ekzistimin e shumë faktorëve motorik siç janë: të forcës, shpejtësisë, koordinacionit, fleksibilitetit, dhe tjerë e dhe tjerë e që ka sjellur deri te pyetja se sa dimensione motorike objektivist ekzistojnë dhe çfarë është raporti ndërmjet tyre. Në bazë të hulumtimeve të cilat kanë pasur karakter taksonom në strukturën e hapësirës motorike (faktor të rendit të parë) janë definuar faktor të tipit akcional (forca ,shpejtësia, fleksibiliteti, drejtpeshimi, kordinacioni dhe preciziteti) dhe faktor të tipit topologjik (forca e matur me dinamometër, forca eksplozive, forca repetitive e duarve dhe e kraharorit, forca repetitive e këmbëve, forca repetitive e trupit, forca statike e duarve dhe e kraharorit, forca statike e këmbëve, forca statike e trupit, të vërejturit preciz, gjuajtja precize, drejtpeshimi me sy të mbyllur, drejtpeshimi me sy të hapur, fleksibiliteti, shpejtësia e lëvizjeve të thjeshta, shpejtësia e frekvencionit, shpejtësia e të mësuarit të detyrave të reja motorike, koordinimi në ritëm, agjiliteti, riorganizimi stereotip i lëvizjeve, shpejtësia e ekzekutimit të detyrave komplekse motorike, koordinimi i tërë trupit, koordinimi i duarve, koordinimi i këmbëve).

Shumica e aftësive psikomotorike fitohen dhe zhvillohen kryesisht në periudhën e fëmirisë. Në këtë periudhë të zhvillimit ndërtohet dhe zhvillohet struktura e hapësirës motorike ndërsa pas periudhës së pubertetit (15 – 18 vjeçare) fillonë të stabilizohet (Metikos, 1974, Kurelic me bashk., 1975, Bala, Kis dhe Popovic, 1996).

Në këtë fazë të zhvillimit me sukses i përvetësojnë elementet e teknikës sportive duke i ekzekutuar me një intensitet më të lartë, dhe se në këtë periudhë është e nevojshme një proces stërvitor më i avancuar (Duraskovic, 2002).

Sporti kulmor sot bënë pjesë në grupin e sporteve anaerobe dhe aerobe. Aktiviteti i atletit bazohet në aftësitë e përgjithshme motorike, të cilat i mundësojnë arritjen e njohurive në elementet specifike, situaciono tekniko-taktike, relevante për arritjen e suksesit në sportin e atletikës (Bojic me bashk., 2007).

Orientimi dhe përcaktimi i rinisë për sportin e atletikës është i kushtëzuar me dëshirën e vet të riut për këtë sport ose me anë të seleksionimit nga ana e ekspertit të lojës së hendbollit

duke i marr parasysh karakteristikat morfologjike për këtë sport, aftësitë psikomotorike dhe kognitive si dhe shpejtësinë e të mësuarit dhe përsosjes së elementeve tekniko-taktike, (Fulgozi, 1994). Selekcionimi, përpos zgjedhjes që duhet bërë, nënkupton edhe orientimin dhe përsosjen e atletëve talent dhe sportistëve potencial kulmor (Paranosic dhe Savic, 1977). Ky është një proces i gjatë dhe i ndërlikuar i cili kërkon punë ekipore dhe qëndrim multi disiplinor.

Atletika sipas karakteristikave të tyre i përket lëvizjeve ciklike monostrukturale ciklike apo aciklike, dhe numërohet në kategorinë e sporteve atraktive. Suksesi në të gjitha sportet, pra edhe në atletikë, varet nga shumë faktorë ndërmjet veti të lidhura ndërmjet veti siç janë: aftësitë motorike, aftësitë kognitive, veçoritë konative, strukturës motivuese, karakteristikave fiziologjike-funksionale, dinamika e rrethit mikrosocial, elementeve tekniko-taktike, si dhe struktura morfologjike e atletit. Të gjitha këto gërshetohen në strukturë të përbashkët përgjegjëse për rezultatin sa më të mirë në sportin e atletikës.

Në këtë kontekst është i mundur përcaktimi i rolit të dimensioneve morfologjike dhe aftësive situaciono-motorike si subsistem i sportit (si sistem), dhe si komponentë programore e procesit transformues (Demir, 1998). Udhëheqja me këto procese është e mundur nëse në to në mënyrë konstante funksionon lidhja ndërmjet çdo nënsistemi (Gabrieliçi, 1977).

Karakteristikat e sportit të atletikës janë lëvizjet shumë të shpejta me lëvizje eksplozive dhe të shumëfishta ciklike dhe aciklike të cilat kërkojnë aftësi komplekse të atletit dhe shkallë të lartë të aftësive koordinuese, funksionale dhe kognitive të cilat janë baza e aksioneve të forta të shpejta dhe precize. Situatat e ndërlikuara gjatë garës kërkojnë atlet të përgatitur, të aftë që detyrat tekniko-taktike gjatë garës në mënyrë precize, me intensitet dhe kohë optimale ti realizojë.

## 2. HULUMTIMET E DERITANISHME

Në këtë studim do të paraqiten hulumtimet e deritanishme sipas vjetërsisë së hulumtimit dhe rëndësisë që e kanë në ndikimin në sportin e atletikës edhe atë së pari do të paraqiten hulumtimet në fushën e antropometrisë, pastaj të motorikes dhe hulumtimet e ndërlidhjes.

**Me karakteristika morfologjike** të strukturës të statusit psikosomatik të njeriut nënkuptojmë sistem të caktuar të dimensioneve latente antropometrike pa marr parasysh atë se, a janë zhvilluar këto dimensione nën ndikimi e veçantë të rrethit të jashtëm (me stërvitje të caktuar) apo jo. Në pajtim me këtë, që të vërtetohen në mënyrë shkencore dimensionet latente të kësaj hapësire, zgjidhja është mbështetur në aplikimin e analizës faktoriale dhe analizës regresive. **Në kohën antike** janë bërë matje me qëllim që ta shikojnë lartësin e trupit të ushtarëve. **Në Qipro** matjet janë shfrytëzua për ta shikua proporcionalitetin e ndërtimit të statujave.

**Në vitin 1741 në Norvegji** janë bërë matjet e para të regrutëve pastaj ma vonë në Finlandë, Suedi dhe Rusi ku ka lulëzua antropometria ushtarake.

**Smodlaka, V., Kesiç, B., Medved, R., Stojanoviç. M. (1946)** kanë bërë hulumtimet e para në ish jugosllavi në të cilën janë përcjellë disa parametra antropometrik.

**M. Mihoviloviç, M. (1949)** ka bërë hulumtimet më komplekse në fushën e antropometrisë me studentët e Zagrebit me qëllim të përcaktimit të nivelit të zhvillimit të disa karakteristikave morfologjike.

**Viskiç, N. (1963)** në hulumtimin e tij ka analizuar strukturën faktoriale të peshës trupore dhe ka gjetur tre faktorë, duke i interpretuar si faktorë të dimensionit skeletor, volumenit të masës muskulore dhe indit dhjamor nën lëkuror. Këto hulumtime i japin një ndihmës hulumtimeve të mëvonshme në të gjitha shtetet.

**Kurelic, N., Momirovic, K., Stojanovic, M., Sturm, J., Radojeviç, Gj. dhe Viskic-Srelac, N. (1975)** në mostrën prej 384 në tetë sub mostra të dy gjinive (gjithsejtë 6144 të testuar) ndër të tjera kanë hulumtuar strukturën dhe zhvillimin e dimensioneve morfologjike të fëmijëve dhe rinisë të moshës 11, 13, 15 dhe 17 vjeçare të dy gjinive në të cilin hulumtim janë aplikuar 18 parametra antropometrik. Rezultatet e fituara e këtij hulumtimi tregojnë se janë izoluar katër



faktorë antropometrik, edhe atë: faktori longitudinal, i indit dhjamor nën lëkuror i volumenit trupor dhe ai transversal.

**Momirovic, K., me bashk.,1969 sipas Sabo, (2002),** në hulumtimet në vazhdim kanë krye hulumtimin më të rëndësishëm të strukturës faktoriale të variablave antropometrike në mostrën prej 4040 të testuarve të dy gjinive prej moshës 12 deri 22 vjeçe, dhe ka izoluar faktorin longitudinal, volumenit dhe indit dhjamor nën lëkuror kurse ai transversal nuk është izoluar.

**Blazevic, Katic dhe Zagorac, (2002),** në hulumtimet e më vonshme në mostrën 249 të rinjve të gjinisë mashkullore dhe 238 rinjve të gjinisë femërore të moshës 12-18 vjeçe kanë izoluar katër faktorë morfologjik,

**Katic, (2003),** në mostrën prej 487 të rinjve (249 meshkuj dhe 236 femra), ka izoluar katër faktorë morfologjik.

**Gojkovic, (2008),** në mostrën prej 212 të testuarve të dy gjinive të moshës 16 deri 20 vjeçe, kanë izoluar 4 faktor nga variablat antropometrike siç i kanë emëruar si: faktori longitudinal, transversal, i volumenit si dhe ai i indit dhjamor nën lëkurorë

**Me dimensione motorike\*** nënkuptojmë ato aftësi të njeriut të cilat marrin pjesë në kryerjen e detyrave motorike dhe kushtëzojnë lëvizje të suksesshme, pa marr parasysh se a janë fituar aftësitë me anë të stërvitjes apo jo. Në nivelin e tashëm të njohjes së shkencës në këtë hapësi vërehet se dimensionet motorike në shumë hulumtime lajmërohen në mënyra të caktuara me detyra të ndryshme. Me aplikimin e analizës faktoriale zbulohen gjithë e më shumë faktor motorik.

**Poliç, B., Sepa, M., Stojanoviç, M., Radmili, V. dhe Horvat, V. (1962)** kanë hulumtuar të parët dhe rezultatet e para më voluminoze të tyre janë publikuar në dy broshura në fushën e aftësive motorike dhe ky punim ka qenë i karakterit më kompleks me rininë shkollore

---

\* Me nocion dimensione motorike nënkuptohen ato aftësi motorike (abilites), të cilat më herët (kahë fundi i shek. XIX dhe fillimi i shek. XX) janë quajtur »aftësi fizike» e më vonë »cilësi fizike», »kualitete lëvizore» e tjera.

të ish Jugosllavisë në mostrën reprezentative prej 68.000 nxënës të dy gjinive nga 7 deri 19 vjeçe.

Zgjedhja e 8 testeve motorike është bërë në bazë të vlerësimit aprior pa vërtetimin paraprak të karakteristikave metrike. Këto rezultate janë publikuar në dy broshura JZFK (Enti i Jugosllavis për kulturës fizike) edhe atë në vitin 1964 libri i parë me parametra qëndror në përgjithësi sipas viteve dhe gjinisë dhe në vitin 1965 sipas republikave, sipas karakteristikave të mjediseve).

**Radojeviç, Gj. dhe Leçiç, V. (1965)** në kuadër të hulumtimeve në fushën e morfologjisë kanë matur parametrat motorik të nxënësve të shkollave fillore dhe të mesme në Bosne dhe Hercegovinë dhe i kanë publikuar tabelat ose kartonat e zhvillimit fizik me normograme.

**Metikoš (1973)** ka analizuar baterinë prej 27 testeve të forces së duarve dhe kraharorit dhe ka arritur të izolojë dimensioned të diferencuara sipas tipit të ngarkesës. Këto i ka interpretuue si forca statike absolute dhe relative, forcën relative repetitive, dhe forcën shpërthyes absolute.

**Šturm, M., (1975)** ka arritur duke analizuar baterin prej 15 testeve të forces të izoluj dy dimensione, të interpretuara si mekanoozmi për rregullimin e intensitetit të ekscitimit dhe segmenteve periferike të sistemit nervor dhe mekanizmi i kohëzgjatjes së ekscitimit dhe sistemin e segmenteve.

**Kurelic, N., Momirovic, K., Stojanovic, M., Sturm, J., Radojeviç, Gj. dhe Viskic-Srelac, N. (1975)** në mostrën prej 384 në tetë submostra të dy gjinive (gjithsejt 6144 të testuar) ndër të tjera kanë hulumtuar strukturën dhe zhvillimin e dimensioneve morike të fëmijve dhe rinisë të moshës 11, 13, 15 dhe 17 vjeçare të dy gjinive në të cilin hulumtim janë aplikuar 37 teste motorike. Rezultatet e fituara e këtij hulumtimi tregojnë se janë izoluar faktorë motorik në aspektin aksional dhe tipologjik. Në bazë të hulumtimeve të këtyre autorëve të cilat kanë pasur karakter taksonom në strukturën e hapësirës motorike (faktor të rendit të parë) janë definuar faktor të tipit aksional (forca ,shpejtësia, fleksibiliteti, drejtpeshimi, kordinacioni dhe preciziteti) dhe faktor të tipit topologjik ( forca e matur me dinamometër, forca eksplozive, forca repetitive e duarve dhe e kraharorit, forca repetitive e këmbëve, forca repetitive e trupit, forca statike e duarve dhe e kraharorit, forca statike e këmbëve, forca statike e trupit, të vërejturit preciz,

gjuajtja precize, drejtpeshimi me sy të mbyllur, drejtpeshimi me sy të hapur, fleksibiliteti, shpejtësia e lëvizjeve të thjeshta, shpejtësia e frekvencionit, shpejtësia e të mësuarit të detyrave të reja motorike, koordinimi në ritëm, agjiliteti, riorganizimi stereotip i lëvizjeve, shpejtësia e ekzekutimit të detyrave komplekse motorike, koordinimi i tërë trupit, koordinimi i duarve, koordinimi i këmbëve)

Këto hulumtime të cilat janë bazuar në modelet e funksionimit të sistemit nervor qendror gjatë ekzekutimit të detyrave motorike kanë treguar se faktorët që paraqesin modelin taksonom, mund ta paraqesin modelin kryesor hierarkik funksional i cili paraqet këto mekanizma të rendit të dytë :

**Mekanizmi për strukturimin e lëvizjes** – përgjegjës për variabilitetin e dimensionit të koordinacionit

**Mekanizmi për rregullimin e zgjatjes së ekscitimit** – përgjegjës për variabilitetin e dimensioneve të forcës statike dhe dinamik

**Mekanizmi për rregullimin e intensitetit të ekscitimit** – përgjegjës për variabilitetin e dimensionit të forcës eksplozive

**Mekanizmi për rregullimin e tonusit dhe rregullimit sinergist** – përgjegjës për variabilitetin e dimensioneve të shpejtësisë, fleksibilitetit dhe precizitetit.

Dhe faktorë të rendit terciar paraqiten:

**Mekanizmi për rregullimin energjetik** (përfshin mekanizmin për rregullimin e intensitetit të ekscitimit dhe mekanizmin për rregullimin e zgjatjes së ekscitimit).

**Mekanizmi për rregullimin e lëvizjes** (përfshin mekanizmin për rregullimin sinergist dhe rregullimin e tonusit si dhe mekanizmin për strukturimin e lëvizjes).

**Mekić (1984)**, në mostrën prej 168 të testuarve të moshës 13 vjeçare ka aplikuar 24 variabla për vlerësimin e aftësive psikomotorike dhe 6 teste situaciono-motorike në lojën e futbollit. Pas përpunimit të rezultateve është vërtetuar se instrumentet matëse të zgjedhura për matjen e aftësive primare motorike kanë ndikim të rëndësishëm në hapësirën latente dhe manifeste dhe paraqesin faktorë të rëndësishëm në selekcionimin e e futbollistëve të testuar.

**Gajiç (1986)** ka hulumtuar ndryshimet e koordinimit, të forcës eksplozive dhe fleksibilitetit në periudhën e ontogjenezës prej 11, 14, 15 dhe 16 vjeçe. Përcjellja longitudinale është realizuar në mostër prej 200 nxënësve dhe 223 nxënseve në klasën e pestë të shkollës fillore. Matjet janë realizuar 5 herë me ndihmën e 18 testeve motorike për vlerësimin e forcës eksplozive, 13 për vlerësimin e fleksibilitetit, 15 për vlerësimin e koordinimit dhe 9 për vlerësimin e vëllimit të lëvizjeve në nyjet. Nga numri i madh i informatave, të cilat i ka mundësuar ky hulumtim, për këtë punë është interesante numri dhe struktura e dimensioneve motorike të fituara. Izolimi i numrit të dimensioneve të rëndësishme nuk ka qenë plotësisht i njëjtë, si dhe struktura e tyre, sipas gjinisë ashtu edhe sipas pikave matëse. Në bazë të rezultateve të këtij hulumtimi, autorët konkludojnë se në këtë periudhë të fëmijët paraqiten këta faktorë motorikë:

- 1).Aftësia për zgjidhjen e shpejtë të detyrave të komplikuar motorike;
- 2).Koordinimi në ritëm;
- 3).Koordinimi i këmbëve;
- 4).Aftësia për amplitudë të lartë të lëvizjes së nyjeve në këllqë;
- 5).Elasticiteti i kushinetës së këllkut;
- 6).Elasticiteti i gjithë trupit;
- 7). Lëvizshmëria e trupit;
- 8).Elasticiteti i iliopsoasit;
- 9).Elasticiteti i muskujve të krahërorit;
- 10). Lëvizshmëria e nyjeve të këllkut;
- 11). Lëvizshmëria e trupit;
- 12).Forca eksplozive;
- 13). Forca eksplozive e ekstremiteteve të larta;
- 14). Forca eksplozive e karakterit goditës;
- 15).Aftësia për lëvizjet e shpeshta të karakterit eksploziv;
- 16, Forca eksplozive e muskujve
17. Strukturimi i lëvizjeve eksplozive.

**Sekereš, S., (2000)**, thekson se forca në sport e veçanarisht në atletikë manifestohet përmes katër formave edhe ato: forca absolute, forca e shpejtësisë, forca eksplozive dhe qëndrueshmëria në forcë. Forca eksplozive është njëri ndër aftësitë më të rëndësishme motorike për sprinterët kulminant.

Karakteristikat antropometrike dhe motorike ndikojnë me sukses në realizimin e vrapimeve në shtigjet e shkurta. Në këtë drejtim janë bërë shumë hulumtime por ne do të përmendim vetëm disa që janë në harmoni me qëllimet e këtij punimi:

**Kurelic, N., Momirovic, K., Stojanovic, M., Sturm, J., Radojeviç, Gj. dhe Viskic-Srelac, N. (1975)** në mostrën prej 384 në tetë submostra të dy gjinive (gjithsej 6144 të testuar) ndër të tjera kanë hulumtuar strukturën, zhvillimin dhe ndikimin e dimensioneve morfologjike dhe motorike të fëmijëve dhe rinisë të moshës 11, 13, 15 dhe 17 vjeçare të dy gjinive në realizimin e detyrave në shtigje të shkurta. Në këtë hulumtim janë aplikuar 18 parametra antropometrik dhe 37 teste motorike dhe vrapimet në 40, 60 dhe 100 metra. Rezultatet e fituara e këtij hulumtimi

tregojnë se në realizimin vrapimit në shtigje të shkurta ndikim të rëndësishëm kanë dimensionet longitudinale antropometrike dhe forca eksplozive.

**Krcmanovic, R. (1978)** në mostrën prej 200 nxënësve të moshës 15-16 vjeçare ndër të tjera kanë hulumtuar ndikimin e dimensioneve morfologjike dhe funksionale në realizimin e detyrave në shtigje të shkurta. Hulumtimi ka treguar se forca eksplozive dhe forca statike ka ndikim të rëndësishëm në ekzekutimin e vrapimeve në shtigje të shkurta.

**Deblonogić (2003)** ka hulumtuar nivelin e ndryshimeve kuantitative dhe kualitative në vrapimet në shtigje të shkurta dhe ndikimit të tyre në sporte të ndryshme. Hulumtimi i cili ka pasur karakter longitudinal ku janë aplikuar 12 variabla antropometrike 16 teste motorike dhe vrapimet në 60 dhe 100 metra është kryer në mostrën prej 173 nxënësve të shkollave fillore të moshës 15 vjeçare. Hulumtimi tregon se procesi stërvitor ndikon dukshëm në përmirësimin e karakteristikave antropometrike dhe aftësive motorike e me këte edhe rritjen e shpetësisë së vrapimit.

**Xhemajli (2012)** në punimin e tij thekson se për tu marr me sportin e atletikës duhet të fillohet me një seleksionim sa më të hershëm të fëmijëve. Për qëllim në hulumtimin e tij kishte përcaktimin e shkallës së dallimit ndërmjet dy grupeve, respektivisht, ndërmjet grupit të nxënësve dhe atletëve në disa karakteristika antropometrike, motorike dhe specifike motorike. Hulumtimi ka përfshirë 60 atlet dhe 60 nxënës. Gjithsej në hulumtim janë përfshirë 120 nxënës të moshës 15 vjeçare. Janë aplikuar 10 parametra antropometrik, 6 teste motorike dhe 2 teste specifike-motorike. Për gjitha grupet e sistemit të variablave janë llogaritur parametrat themelorë statistikore dhe të shpërndarjes për secilën variabël, si dhe masat e asimetrisë dhe të shpërndarjes normale dhe analiza diskriminative T-testi. Rezultatet e punimit tregojnë se procesi stërvitor në orët shtesë në kuadër të seksionit të atletikës ndikon pozitivisht në zhvillimin dhe transformimin pozitiv dhe të përgjithshëm të trupit në aspektin e zhvillimit morfologjik, motorik dhe specifike-motorike çka u vërtetuar me ndryshimet e ndodhura te grupi i nxënësve atlet.

### 3. QËLLIMI PUNIMIT

Problemi i cili do të trajtohet në këtë punim është sa i rëndësishëm aq edhe aktual, sepse në të gjitha sportet të karaktereve të ndryshme, pra edhe në sportin e atletikës ndihet gjithë e më tepër nevoja për objektivizmin e treguesve të ndikimit të faktorëve ekzogjen sidomos të ushtrimeve fizike e sidomos të vrapimeve në distanca të shkurtra ashtu që në mënyrë të sigurt dhe efikase mundë të diagnostifikojmë, programojmë, që në mënyrë direkte të udhëheqim dhe kontrollojmë proceset e edukimit fizik në shkollat tona.

Qëllimi kryesor i këtij hulumtimi është përcaktimi i shkallës së dallimit ndërmjet dy grupeve, respektivisht ndërmjet grupit të nxënësve nga shkolla "Musa Zajmi" Gjilan dhe shkolla "Agim Ramadani" Zheger dhe "Hesat Berisha" Llashticë, të vërtetohen dallimet në mes nxënësve të shkollave urbane dhe shkollave ruralenë disa karakteristika antropometrike, motorike dhe specifike motorike.

#### 4. HIPOTEZAT THEMELORE

Në bazë të problemit të hulumtimit dhe në përputhje me qëllimin dhe metodat statistikore për përpunimin e rezultateve formulohen dhe parashtrihen këto hipoteza:

**H<sub>01</sub>** – Rezultatet e variablave antropometrike, motorike dhe vrapimeve në shtigje të shkurtëra të dy grupet do të kenë koeficiente të korrelacionit statistikor të rëndësishme.

**H<sub>02</sub>** – Priten dallime të rëndësishme statistikore ndërmjet dy grupeve, nxënësve nga vendbanimet urbane dhe nxënësve nga vendbanimet rurale në variablat antropometrike, motorike dhe vrapimet në shtigje të shkurtra.

## 5. METODOLOGJIA E PUNËS

### 5.1 MOSTRA E TË TESTUARVE

Ne kete punim janë trajtuar gjithësej 120 nxënës të klasave të nënta të moshës 15± 16 vjeçare gjatë periudhës kohore shtator-tetor 2018.

Mostrat e të testuarve është përbërë nga dy grupe të nxënësve e SH.F.M.U. "Musa Zajmi" dhe SH.F.M.U.. "Agim Ramadani" Zhegra & "Hesat Berisha" Llashtica.

Grupin e parë të nxënësve nga vendbanimet rurale e përbëjnë 60 nxënës të Sh.F.M.U. "Agim Ramadani" dhe 30 nxënës të SH.F.M.U. "Hesat Berisha"

Grupin e dytë të nxënësve nga vendbanimet urbane e përbëjnë 60 nxënës të rregullt të klasëve të nënta të SH.F.M.U. "Musa Zajmi" në Gjilan, të gjinisë mashkullore.

Pasi, nxënësit kanë kaluar procedurën paraprake të përzgjedhjes me rastin e evidentimit, është e natyrshme se do të jenë të aftë në aspektin psikofizik që ti nënshtrohen testeve të tilla për qëllimet e këtij punimi.

Kriteri themelor për pjesëmarrje në hulumtim ka qenë:

- a) që gjatë vitit të kenë qenë të rregullt në orët e edukatës fizike dhe seksionin e sportit të atletikës,
- b) të kenë qenë të rregullt në procesin mësimorë,
- c) të mos jenë të sëmurë gjatë testimit,



## 5.2 MOSTRA E VARIABLAVE

### 5.2.1. Variablat antropometrike

Për identifikimin e variablave morfologjike janë aplikuar këta parametra morfologjik:

1. Lartësia e trupit..... **ALARTË**
2. Gjatësia e krahut.....**AGJAKR**
3. Gjatësia e këmbës.....**AGJAKË**
4. Peshja e trupit..... **APESHA**
5. Perimetri i krahut..... **APERKR**
6. Perimetri i kofshës..... **APERKO**
7. Indi dhjamor nën lëkuror i barkut.....**AIDHBA**
8. Indi dhjamor nën lëkuror i krahut.....**AIDHKR**
9. Indi dhjamor nën lëkuror i kofshës.....**AIDHKO**

### 5.2.2 Variablat motorike

Për identifikimin e aftësive motorike janë aplikuar këta parametra motorik:

1. Kërcim së gjati nga vendi ..... **MKGJVE**
2. Kërcim së gjati nga vendi me këmbën e djathtë..... **MKGJVD**
3. Kërcim së gjati nga vendi me këmbën majt..... **MKGJVM**
4. Taping me dorë..... **MTDORË**
5. Taping me këmbë ..... **MTKËMB**
6. Fleksibilitet për kulje e trupit para.....**MFPERP**

### 5.2.3 Variablat specifike-motorike

Për identifikimin e aftësive specifike motorike janë aplikuar këta parametra:

1. Vrapim 20 metra starti latrë.....**MV20SL**
2. Vrapim 40 metra starti latrë.....**MV40SL**
3. Vrapimi 60 metra nga starti ulët.....**MV60SL**
4. Vrapimi 80 metra nga starti ulët..... **MV80SL**

5. Vrapimi në 100 metra nga starti ulët..... **MV100L**

### **5.3. KUSHTET E MATJES**

1. Matjet antropometrike janë realizuar në orët e para të pasditës;
2. Instrumentet matëse kanë qenë të standardizur dhe bazuara së paku çdo ditë para matjeve;
3. Matjet janë realizuar në hapësira të mjaftushme dhe të ndriqshme;
4. Në vendin ku do të ekzekutohen matjet (sallë e edukatës fizike) kanë qenë pesë matës, shkruesi i rezultateve dhe grupi prej pesë të testuarve (secili matës nga një të testuar);
5. Në çdo të testuar, para matjes do të përcaktohen në mënyrë të saktë nivelet dhe pikat antropometrike të cilat kanë qenë në programin e matjeve;
6. Dimensionet e caktuara antropometrike çdo herë i ka matë i njëjti matës;
7. Rezultatet e matjes do të lexohen gjatë kohës deri sa testuesi do të bëjë matjen, ndërsa personi i cili do të shkruaj rezultatet për të kontrolluar do të përsëris rezultatet me zë të çartë;
8. Matjet e ekstremiteteve çift të trupit janë realizuar në anën e majtë të trupit;
9. Matjet antropometrike janë përsëritur nga tri herë;
10. Matjet 100, 80 dhe 60, 40 dhe 20 metra janë realizuar në shtegun për vrapim në stadionin e qytetit.

## 5.4 INSTRUMENTET MATËSE

### 5.4.1 Përshkrimi i instrumenteve matëse antropometrike

**Variablat antropometrike\*** janë matur sipas mënyrës siç vijon:

**1. Lartësija e trupit (ALARTË)** – matet me antropometer, entiteti që matet duhet të jetë i zbatuar në brekë sportive të qëndrojnë në bazë të fortë horizontale. Koka e tij duhet të jetë në pozitë ku duhet rrespektuar horizontalja e frankfurtit. Qendrimi i trupit te entitetit duhet të jetë i relaksuar dhe i drejtë, ndërkohë që matësi qëndron në anën e majtë të entitetit. Pasi që e kontrollojnë pozicionin e entitetit dhe të instrumentit (antropometrit), eleshon krahun horizontal të antropometrit deri në pjesën parietale të kokës (pika më e lartë e kokës – vertex). Rezultati lexohet me saktësi 0.1 cm.

*Foto 1. Lartësia e trupit*



---

\* Të gjitha matjet janë ekzekutuar sipas metodës të cilën e ka propozuar IPB (International Biologic Program) Programi biologjik ndërkombëtar. PBN (Programi biologjik ndërkombëtar) ka përgatitur listën e matjeve antropometrike duke e pasur parasysh nevojën e atyre që merren me hulumtime të karakteristikave të trupit të njeriut në kushte të ndryshme e që shpesh nuk janë antropolog. Nga lista e matjeve antropologjike të propozuara nga Programi biologjik ndërkombëtar, gjithsejtë 39 matje, për nevojat e këtij hulumtimi janë përdorur 6 matje antropometrike. Parametrat e treguesve antropometrik maten sipas procedurës të cilat i kanë (në bazë të propozimit të autorit Stoudt dhe Mc Farlanta) përpunuar M.Stojanoviç i Z.Stojkovië.

## 2. Gjatësia e krahut (AGJAKR)

**Gjatësia e krahut** është matur me trakën gjysmë plastike milimetrike më mungë të santropometrit të shkurtuar. I testuari qëndron drejt, me dorë dhe shuplakë të shtrirë, lehtësisht të larguar nga trupi. Njëri skaj i trakës gjysmë plastike milimetrike vendoset në majë të gishtit të mesëm të dorës së majtë, kurse tjetri skaj (atyku lexohet rezultati) në zgjatimin shpatullor (processus acromialis) të anës së njëjtë.

Rezultati lexohet me saktësi 0.1 cm.

*Foto 2. Gjatësia e krahut*



### 3. Gjatësia e këmbës (AGJAKË)

Gjatësia e këmbës është matë me antropometër sipas Martinit. Gjatë matjes i testuari i zbathur dhe me brekë të lëshuara, qëndron në drejtpëndrim me shputa të bashkuara në bazën e rrafshët të antropometrit. Maja e akrepit të antropometrit vendoset në anën e majtë të përparmë të kokërdhokut (spina iliaca anterior superior) dhe lexohet lartësia e sajë nga baza horizontale e antropometrit. Rezultati lexohet me saktësi prej 0.1cm.

*Foto . Gjatësia e këmbës*



#### 4. Pesha e trupit (APESHA)

**Pesha e trupit është** matur me peshore decimale me saktësi deri në 0.1kg. Peshorja vendoset në sipërfaqe të rrafshet. I testuari vendoset në mes të peshorës duke marrë pozicioni i drejtë. Gjatë matjes kanë të veshur me veshje sportive (vetëm në brekë) dhe pas se ciles matje peshorja kthehet ne zero (0)

*Foto 4. Pesha e trupit*



## 5. Perimetri i krahut (APERKR)

**Perimetri i krahut** është matë me traken matëse prej plastike. Para matjes i testuari është i zbathur dhe në brekë dhe qëndron në drejtqëndrim me duar të lëshuara nga poshtë. Traka matëse mbështjellët rreth krahut të majtë (pjesës më të trashë) në boshtin e tij në nivel i cili i përgjigjet mesit ndërmjet akromionit dhe olekranonit. Rezultati lexohet me saktësi prej 0,1 cm.

*Foto 5. Perimetri i krahut*



## **6. Perimetri i kofshës (APERKO)**

Perimetri i kofshës është matur me shirit milimetrik. I testuari qëndron në këmbë me gjymtyrë të poshtme diç të larguara. Shiriti vendoset në të tretën e sipërme të kofshës (gjerësia më e madhe). Rezultati lexohet me saktësi 0.1 cm.

*Foto 6. Perimetri i kofshës*



## **7. Indi dhjamor nën lëkuror i barkut (AIDHBA)**

Indi dhjamor nën lëkuror i barkut është matë me kaliper. Para matjes i testuari është i zbathur, në brek dhe qëndron në drejtëqëndrim me duar të lëshuara nga poshtë dhe relaksim të muskujve të barkut. Testuesi me gishtin e madh dhe gishtin tregues të dorës së majtë horizontalisht kap lëkurën në anën e majtë të barkut në nivel të kërthizës (ombilikusit) dhe 5 cm



në të majtë nga ai, duke patur kujdes që të mos kap edhe inde muskulore , kap palën (rrudhën) me majet e akrepave të kaliperit(të vendosur medialisht nga majet e gishtrinjëve). Rezultati lexohet me saktësi prej 0,2 mm

**Foto 9. Indi dhjamor nën lëkuror i barkut**



### **8. Indi dhjamor nën lëkuror i krahut (AIDHKR)**

Indi dhjamor nën lëkuror i krahut është matë me kaliper “John Bull” i rregulluar ashtu që shtypja e skajeve të krahëve të kaliperit në lëkurë të jetë 10gr/mm<sup>2</sup>. Para matjes i testuari është i zbathur, në brekë qëndron në drejtqëndrim me duar të lëshuara nga poshtë. Testuesi me gishtin e madh dhe gishtin tregues të dorës së majtë vërtikalisht kap lëkurën drejtpërdrejt në pjesën e

mbrapme të krahut të majtë (tek muskuli triceps) në vendin e cila i përgjigjet mesit ndërmjet akromionit dhe olekranonit, duke patur kujdes që mos të kapet indi muskolor, kap palën (rrudhën) e lëkurës me majet e akrepave të kaliperit (të vendosur më poshtë se majet e gishtrinjëve. Rezultatet lexohen me saktësi prej 0,2 mm.

**Foto 8. Indi dhjamor nën lëkuror i krahut**



### **9 Indi dhjamor nën lëkuror i kofshës (AIDHKO)**

**Indi dhjamor nën lëkuror i kofshës** është matë me kaliper “John Bull” i rregulluar ashtu që shtypja e skajeve të krahëve të kaliperit në lëkur të jetë 10gr/mm<sup>2</sup>. Para matjes i testuari është i zbathur, në brekë qëndron në drejtqëndrim me duar të lëshuara nga poshtë. Testuesi me

gishtin e madh dhe gishtin tregues të dorës së majtë vërtikalisht kap lëkurën drejtpërdrejt në pjesën e mbrapme të këmbës së majtë (tek muskuli biceps) në vendin e cila i përgjigjet mesit, duke patur kujdes që most ë kapet indi muskolor, kap palën (rrudhën) e lëkurës me majet e akrepave të kaliperit (të vendosur më poshtë se majet e gishtrinjëve. Rezultatet lexohen me saktësi prej 0,2 mm.

**Foto 8. Indi dhjamor nën lëkuror i kofshës**



## 5.4.2 Përshkrimi i instrumenteve matëse motorike

### 1. Kërcim nga vendi në gjatësi – MKGJVE

**Instrumentet:** Dysheku i gjimnastikës dhe metri metalik i vendosur në dy anët e vendit për kërcim.

#### **Përshkrimi i detyrës:**

**Pozita fillestare:** I testuari qëndron i kthyer me fytyrë kah drejtimi i kërcimit në pozitë drejtë qëndrimi me këmbë të thyera në gjunjë që mundëson kërcim më të suksesshëm.

**Realizimi i detyrës:** I testuari kërcen tri herë, duke përsëritur kërcimet njërin pas tjetrit. Matet gjatësia e kërcimit prej vijës shtytëse e deri te gjurmët e shputave

(pjesa fundore). Rezultati shënohet me saktësi prej 1 cm.

**Vlerësimi:** Matet gjatësia e kërcimit prej vijës shtytëse e deri te gjurmët e shputave (pjesa fundore). Rezultati shënohet me saktësi prej 1 cm.

*Foto 10. Kërcim nga vendi në gjatësi*



## 2. Kërcim nga vendi në gjatësi me të djathtën – MKGJVD

**Instrumentet:** Dysheku i gjimnastikës dhe metri metalik i vendosur në dy anët e vendit për kërcim.

### **Përshkrimi i detyrës:**

**Pozita fillestare:** I testuari qëndron i kthyer me fytyrë kah drejtimi i kërcimit në pozitë drejtë qëndrimi me këmbë të thyera në gjunjë që mundëson kërcim më të suksesshëm.

**Realizimi i detyrës:** I testuari kërcen tri herë, duke përsëritur kërcimet njërin pas tjetrit. Matet gjatësia e kërcimit prej vijës shtytëse e deri te gjurmët e shputave (pjesa fundore). Rezultati shënohet me saktësi prej 1 cm.

**Vlerësimi:** Matet gjatësia e kërcimit prej vijës shtytëse e deri te gjurmët e shputave (pjesa fundore). Rezultati shënohet me saktësi prej 1 cm.

*Foto 11. Kërcim nga vendi në gjatësi me të djathtën*



### **3. Kërcim nga vendi në gjatësi me të majtën – MKGJVM**

**Instrumentet:** Dysheku i gjimnastikës dhe metri metalik i vendosur në dy anët e vendit për kërcim.

#### **Përshkrimi i detyrës:**

**Pozita fillestare:** I testuari qëndron i kthyer me fytyrë kah drejtimi i kërcimit në pozitë drejtë qëndrimi me këmbë të thyera në gjunjë që mundëson kërcim më të suksesshëm.

**Realizimi i detyrës:** I testuari kërcen tri herë, duke përsëritur kërcimet njërin pas tjetrit. Matet gjatësia e kërcimit prej vijës shtytëse e deri te gjurmët e shputave

(pjesa fundore). Rezultati shënohet me saktësi prej 1 cm.

**Vlerësimi:** Matet gjatësia e kërcimit prej vijës shtytëse e deri te gjurmët e shputave (pjesa fundore). Rezultati shënohet me saktësi prej 1 cm.

*Foto 12. Kërcim nga vendi në gjatësi me të majtë*



#### 4. Tapingu me dorë – MTDORË

**Instrumentet:** banka, karriga, dy pllaka nga letra e trashë me diametër 20cm, në largësi 61 cm nga njëri-tjetri (skajet e brendshme), shirit ngjitës të dukshëm dhe kronometri.

##### **Përshkrimi i detyrës:**

**Pozita fillestare:** I testuari ka qëndruar i kthyer me fytyrë kah matësi i kohës, ku ka qëndruar i ulur në karrige me duar të vendosura mbi bankë (njëra dorë në mes kurse tjetra në – në pllakën e djathtë). Pas disa tentimeve provuese, i testuari i ka zgjedhë largësinë e duhur nga banka.

**Realizimi i detyrës:** I testuari qëndron i ulur në karrige dhe vendos dorën më të dobët në bankë në mes të dy rrahëve, ndërsa dorën tjetër e vendos mbi pllakë. Detyra është që sa më shpejt ta takoj njërën, pastaj pllakën tjetër në kohë prej 15 sekondash nga momenti i dhënies së komandës “tash”.

**Vlerësimi:** shënohen të gjitha prekjet e rregullta të cilat matësi i numëron brenda 15 sek. Llogaritet çdo takim i dy pllakave (një cikël).

**Udhëzime të testuarit:** Të testuarve udhëzimet iu jepen gjatë demonstrimit të detyrës,

*Foto 13. Tapingu me dorë*





## 5. Tapingu me këmbë – MTKËMB

**Instrumentet:** Dysheku i gjimnastikës i kufizuar në dimensionet 40 X 40 cm me lartësi 36cm., kronometri me 1/10 sek.

### **Përshkrimi i detyrës:**

**Pozita fillestare:** I testuari ka qëndruar i kthyer me fytyrë kah muri, ku është i mbështetur dysheku i gjimnastikës që është i shënuar katrori. Pas disa tentimeve provuese, i testuari i ka zgjedhë largësinë e duhur nga katrori i shënuar.

**Realizimi i detyrës:** Detyra e të testuarit ishte që brenda 15 sec., sa më shpejt që është e mundur, pa ndërprerje me një rën pastaj këmbën tjetër, të bëjë takime-goditje të dyfishta me pjesën e përparme të shputës. Testi përsëritet tri herë, me pushime të mjaftuara ndërmjet tyre.

**Vlerësimi:** Llogaritet numri i goditjeve të rregullta me shputë në katrorin e shënuar në kohëzgjatje prej 15 sec.

**Udhëzime të testuarit:** Të testuarve udhëzimet iu jepen gjatë demonstrimit të detyrës, se si duhet të kryhet detyra, (u tregohet ngadalë, për goditjet e rregullta dhe ato të parregullta). I testuari bënë disa tentime provuese.

*Foto 14. Tapingu me këmbë*





## 6. Fleksibiliteti në bankë (përkulje nga drejtqëndrimi para) – MFPERP

**Instrumentet:** Banka, metri milimetrikë i plastikes e përforcuar për dërrase të gjatë 80 cm dhe të gjerë 10 cm.

**- Përshkrimi i detyrës:**

**- Pozita fillestare:** I testuari qëndron mbi ulsen suedeze, me këmbë të drejta në përkulje të thellë të trupit dhe me fytyrë nga drejtimi i përkuljes.

**- Realizimi i detyrës:** I testuari në përkulje të thellë dhe këmbë të drejta, në maje te gishtërinjve të dy shuplakave të cilat janë paralelisht njëra me tjetrën, të prekin sa më thellë metrin. Detyra përsëritet dy herë. I testuari e mban pozitën e fundit që leximi te jetë sa më i saktë.

**- Vlerësimi:** Shënohet rezultati i përkuljes më të thellë i shënuar me centimetra. Pika zero është në maje të centimetrave, saktësia e matjes 0,5 cm.

**- Udhëzime të testuarit:** Të testuarit iu jepen udhëzime gjatë demonstrimit të detyrës. U tregohet për pozitat e rregullta dhe ato të parregullta.

*Foto 15. Përkulje nga drejtqëndrimi para*



### 5.4.3 Përshkrimi i instrumenteve matëse motorike specifike

#### 1. Vrapim 20 metra nga starti i lartë – MV20SL

**Instrumentet:** Kronometri me 1/10 sek.

**Përshkrimi i detyrës:**

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

**Realizimi i detyrës:** Pas komandës “gati” nga matësi ndihmës, dhe sinjalit “tash”, i testuari me shpejtësi maksimale vrapon gjatësinë e shtegut 20m.

**Vlerësimi:** Matet koha nga dhënia e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vijën e paramenduar me vijën e cakut. Koha matet në saktësi 1/10 sek.

**Udhëzime të testuarit:** 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.

*Foto 16. Vrapim 20 metra nga starti i lartë*



## 2. Vrapim 40 metra nga starti i lartë – MV40SL

**Instrumentet:** Kronometri me 1/10 sek.

**Përshkrimi i detyrës:**

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

**Realizimi i detyrës:** Pas komandës “gati” nga matësi ndihmës, dhe sinjalit “tash”, i testuari me shpejtësi maksimale vrapon gjatësinë e shtegut 40m.

**Vlerësimi:** Matet koha nga dhënia e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vijën e paramenduar me vijën e cakut. Koha matet në saktësi 1/10 sek.

**Udhëzime të testuarit:** 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.

*Foto 17. Vrapim 40 metra nga starti i lartë*



### 3. Vrapim 60 metra nga starti i lartë – MV60SL

**Instrumentet:** Kronometri me 1/10 sek.

**Përshkrimi i detyrës:**

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

**Realizimi i detyrës:** Pas komandës “gati” nga matësi ndihmës, dhe sinjalit “tash”, i testuari me shpejtësi maksimale vrapon gjatësinë e shtegut 60m.

**Vlerësimi:** Matet koha nga dhënia e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vijën e paramenduar me vijën e cakut. Koha matet në saktësi 1/10 sek.

**Udhëzime të testuarit:** 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.

*Foto 18. Vrapim 60 metra nga starti i lartë*



#### **4. Vrapim 80 metra nga starti i lartë – MV80SL**

**Instrumentet:** Kronometri me 1/10 sek.

**Përshkrimi i detyrës:**

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

**Realizimi i detyrës:** Pas komandës “gati” nga matësi ndihmës, dhe sinjalit “tash”, i testuari me shpejtësi maksimale vrapon gjatësinë e shtegut 80m.

**Vlerësimi:** Matet koha nga dhënia e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vijën e paramenduar me vijën e cakut. Koha matet në saktësi 1/10 sek.

**Udhëzime të testuarit:** 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.

*Foto 19. Vrapim 80 metra nga starti i lartë*



#### **4. Vrapim 100 metra nga starti i lartë – MV100SL**

**Instrumentet:** Kronometri me 1/10 sek.

**Përshkrimi i detyrës:**

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

**Realizimi i detyrës:** Pas komandës “gati” nga matësi ndihmës, dhe sinjalit “tash”, i testuari me shpejtësi maksimale vrapon gjatësinë e shtegut 100m.

**Vlerësimi:** Matet koha nga dhënia e sinjalit nga matësi ndihmës, deri në momentin kur i testuari kalon me trung vijën e paramenduar me vijën e cakut. Koha matet në saktësi 1/10 sek.

**Udhëzime të testuarit:** 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.

*Foto 20. Vrapim 100 metra nga starti i lartë*



## 5.5 METODAT PËR PËRPUNIMIN E REZULTATEVE

Në mënyrë që kërkimi shkencor të jep rezultate të kënaqshme do të jetë e nevojshme që të përdoren procedurat e duhura, të drejta dhe komperative e që janë të natyrës së atij problemi tëdhënë.

Duke marrë parasysh të gjitha këto fakte për qëllimet e këtij hulumtimi do të zgjedhen procedurat për të cilat konsiderohet se korrespondojnë me natyrën e problemeve që do të hulumtohen.

Për çdo variabël antropometrike do të llogariten vlerat e mëposhtme:

### 1. Parametrat themelor dhe të shpërndarjes:

- Mesatarja aritmetikore (Ma)
- Devijimi standard (Ds)
- Vlera minimale (Min)
- Vlera maksimale (Max)
- Parametrat e asimetrisë (SKEW dhe KURT)

**2. Distribucioni normal** i rezultateve të fituara nga vlerësimi i ndryshoreve motorike dhe situacionale do të testohet me anë të metodës së Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW).

**3. Raportet e ndërlidhjeve** ndërmjet variablave si dhe korrelacionet ndërmjet sistemit të variablave.

**4. Për vërtetimin e dallimeve** ndërmjet dy grupeve, grupin e nxënësve nga "Musa Zajmi" dhe grupin e nxënësve nga Shkolla "Agim Ramadani" dhe "Hesat Berisha" në parametrat antropometrik, motorike dhe specifike-motorike do të aplikohet analiza e variancës për dy grupet e pavarura, domethënë dallimi në mes grupeve në mesataret aritmetikore do të bëhet përmes analizës diskriminative T- **testit** për grupe të pavarura.



## 6. INTERPRETIMI I REZULTATEVE DHE DISKUTIMI

### 6.1. TREGUESIT THEMELOR STATISTIKOR

#### *6.1.1. Treguesit themelor statistikor të parametrave antropometrik te nxënësit nga SH.F.M.U.. "Agim Ramadani" Zhegra dhe "Hesat Berisha" Llashtica nga Gjilani*

Në tabelën 1 është paraqitur analiza deskriptive e ndryshoreve antropometrike, te nxënësit nga SH.F.M.U. "Agim Ramadani" Zhegra dhe "Hesat Berisha" Llashtica nga Gjilani. Mostra ka përfshirë grupin 60 nxënës të gjinisë mashkullore, ku janë të paraqitura vlerat e mesatares aritmetikore, rezultati minimal, rezultati maksimal, devijimi standard, parametrat e shpërndarjes ose të asimetrisë (Skewness – asim, asimetri) dhe shkalla e shtrirjes së kulmit të lakores të distribucionit të rezultateve (Kurtosis – konveksitet). Distribucioni normal i rezultateve të fituara nga vlerësimi i ndryshoreve antropometrike është testuar me anë të metodës së Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW).

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, lartësia e trupit (ALARTË) është 172.15 cm. Rezultati minimal (156.70 cm) dhe ai maksimal (184.60 cm) i ndryshores lartësia e trupit tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një asim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të larta, sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të larta. Edhe pse ekziston dallim i theksuar në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, gjatësisë së krahut (AGJAKR) është 69.00 cm. Rezultati minimal (61.00 cm) dhe ai maksimal (91.20 cm) i ndryshores gjatësisë së krahut tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një asim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup teper heterogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuar në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se



lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, gjatësisë së këmbës (AGJAKË) është 96.52 cm. Rezultati minimal (85.80 cm) dhe ai maksimal (105.40 cm) i ndryshores gjatësisë së këmbës tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të larta, sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të larta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk kanë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, pesha e trupit (APESHA) është 69.00 kg. Rezultati minimal (61.00 kg) dhe ai maksimal (91.20 kg) i ndryshores pesha e trupit tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, perimetri i krahut (APERKR) është 25.92 cm. Rezultati minimal (22.10 cm) dhe ai maksimal (30.60 cm) i ndryshores perimetri i krahut tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave ka ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se

lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregojnë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, perimetri i kofshës (APERKO) është 49.31 cm. Rezultati minimal (36.10 cm) dhe ai maksimal (61.50 cm) i ndryshores perimetri i kofshës tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) tregon se ka shmangie nga distribucioni normal por, testi i Shapiro-Wilkut (SHW) tregojnë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Vlera mesatare aritmetikore të variablës antropometrike, indi dhjamor nënlëkuror i barkut (AIDHBA) është (10.08 mm). Rezultati minimal (4.80 cm) dhe ai maksimal (24.20 cm) i ndryshores indi dhjamor nënlëkuror i barkut tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Vlera mesatare aritmetikore të variablës antropometrike, indi dhjamor nënlëkuror i krahut (AIDHKR) është (7.24 mm). Rezultati minimal (3.80 cm) dhe ai maksimal (15.20 cm) i ndryshores. Indi dhjamor nënlëkuror i krahut tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër

më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Vlera mesatare aritmetikore të varibalës antropometrike, indi dhjamor nënlëkuror i kofshës (AIDHKO) është (9.90 mm). Rezultati minimal (4.20 cm) dhe ai maksimal (25.60 cm) i ndryshores indi dhjamor nënlëkuror i kofshës tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

***Tabela 1. Parametrat themelor statistikor të variablave antropometrike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve rurale***

	N	Mini	Max	Mean	Std. Dev	Skew	Kurt	KS	SHW
ALARTË	60	156.70	184.60	172.1533	5.38216	-.156	.513	.200*	.813
AGJAKR	60	61.00	91.20	69.0050	5.86834	2.408	7.289	.000	.000
AGJAKË	60	85.80	105.40	96.5262	4.71370	-.218	-.633	.200*	.348
APESHA	60	49.40	86.00	63.5715	7.00000	.464	.592	.196	.218
APERKR	60	22.10	30.60	25.9252	1.80946	.313	.254	.200*	.396
APERKO	60	36.10	61.50	49.3150	4.45653	.182	.942	.007	.060
AIDHBA	60	4.80	24.20	10.0833	4.71773	1.432	1.477	.000	.000
AIDHKR	60	3.80	15.20	7.2450	2.79918	1.295	1.255	.002	.000
AIDHKO	60	4.20	25.60	9.9083	4.06182	1.557	3.270	.001	.000

### ***6.1.2. Treguesit themelor statistikor të parametrave motorik bazike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve rurale***

Në tabelën 2 janë paraqitur parametrat themelor statistikor të ndryshoreve motorike te nxënësit e vendbanimeve rurale të moshës 15 vjeçe, ku janë të paraqitura vlerësimet e mesatares aritmetikore, rezultati minimal, rezultati maksimal, devijimi standard, parametrat e shpërndarjes ose të asimetrisë (Skewness – asim, asimetri) dhe shkalla e shtrirjes së kulmit të lakores të distribucionit të rezultateve (Kurtosis – konveksitet). Distribucioni normal i rezultateve të fituara nga vlerësimi i ndryshoreve antropometrike është testuar me anë të metodës së Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW).=

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike, kërcim së gjati nga vendi (MKGJVE) është (214.38 cm). Rezultati minimal (171.00 cm) dhe ai maksimal (261.00 cm) i ndryshores kërcim së gjati nga vendi tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një asim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të larta, sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të larta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike e radhës, kërcim së gjati nga vendi me këmbën e djathtë (MKGJVD) ka mesatare aritmetikore (142.45 cm). Rezultati minimal (101.00 cm) dhe ai maksimal (191.00 cm) i ndryshores kërcim së gjati nga vendi me këmbën e djathtë tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një asim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i

Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike e radhës, kërcim së gjati nga vendi me këmbën e majtë (MKGJVM) ka mesatare aritmetikore (122.51 cm). Rezultati minimal (81.00 cm) dhe ai maksimal (171.00 cm) i ndryshores kërcim së gjati nga vendi me këmbën e majtë tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhë të vlerave ka ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike e radhës taping me dorë (MTDORË) ka mesatare aritmetikore (35.41). Rezultati minimal (26.00) dhe ai maksimal (42.00) i ndryshores taping me dorë tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores nga rezultatet më të larta, sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhë të vlerave kah ato më të larta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike bazike e radhës, taping me këmbë (MTKEMB) ka mesatare aritmetikore (21.91). Rezultati minimal (17.00) dhe ai maksimal (38.00) i ndryshores taping me këmbë tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtike). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i

fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike bazike e radhës, përkulje para (MFPERP) ka mesatare aritmetikore (41.95cm). Rezultati minimal (22.00cm) dhe ai maksimal (49.10cm ) i ndryshores përkulje para tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të larta sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madh të vlerave ka ato më të larta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

**Tabela 2. Parametrat themelor- statistikor të variablave motorike bazike të nxënësve të moshës 15 vjeçe të vendeve rurale**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skew	Kurt	KS	SHW
MKGJVE	60	171.00	261.00	214.3833	17.66745	-.029	.512	.200*	.850
MKGJVD	60	101.00	191.00	142.4500	17.30918	.157	.821	.200*	.501
MKGJVM	60	81.00	171.00	122.5167	17.21203	.176	.868	.196	.328
MTDORË	60	26.00	42.00	35.4167	3.15848	-.408	-.106	.018	.056
MTKËMB	60	17.00	38.00	21.9167	4.23581	1.869	5.308	.000	.000
MFPERP	60	22.00	49.10	41.9517	5.15270	-1.537	3.313	.001	.000

### *6.1.3. Treguesit themelor statistikor të parametrave motorik specifike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve rurale*

Në tabelën 3 janë paraqitur parametrat themelor statistikor të ndryshoreve motorike specifike te nxënësit e vendbanimeve rurale të moshës 15 vjeçe ku janë të paraqitura vlerësimet e mesatares aritmetikore, rezultati minimal, rezultati maksimal, devijimi standard, parametrat e shpërndarjes ose të asimetrisë (Skewness – asim, asimetri) dhe shkalla e shtrirjes së kulmit të lakores të distribucionit të rezultateve (Kurtosis – konveksitet). Distribucioni normal i rezultateve të fituara nga vlerësimi i ndryshoreve antropometrike është testuar me anë të metodës së Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW).

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike. Vrapim 20 metra starti lart (Vrapim 20 metra starti lartë) është (3.48 sek). Rezultati minimal (3.10 sek) dhe ai maksimal (4.25 sek) i ndryshores. Vrapimi 20 metra starti lart tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike si dhe një asim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhe të vlerave ka ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asim të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike, Vrapim 40 metra starti lartë (Vrapim 40 metra starti lartë) është (5.88 sek). Rezultati minimal (5.45 sek) dhe ai maksimal (6.65 sek) i ndryshores. Vrapim 40 metra starti lartë tregon se ekzistojnë dallime të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike, si dhe një asim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhë të vlerave ka ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis)

tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike. Vrapim 60 metra starti lartë (Vrapim 60 metra starti lart) është (7.96 sek). Rezultati minimal (7.40 sek) dhe ai maksimal (8.65 sek) i ndryshores Vrapim 60 metra starti lart tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave ka ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike, Vrapim 80 metra starti lartë (Vrapim 80 metra starti lart) është (9.90 sek). Rezultati minimal (9.50 sek) dhe ai maksimal (10.95 sek) i ndryshores. Vrapim 80 metra starti lartë tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhe të vlerave ka ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.



**3. Parametrat themelor statistikor të variablave motorike specifike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve rurale**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skew	Kurt	KS	SHW
<b>MV20SL</b>	60	3.10	4.25	3.4855	.17075	1.205	6.027	.031	.000
<b>MV40SL</b>	60	5.45	6.65	5.8898	.21031	1.258	3.771	.004	.000
<b>MV60SL</b>	60	7.40	8.65	7.9652	.21345	.246	1.759	.200*	.079
<b>MV80SL</b>	60	9.50	10.95	9.9085	.23271	1.983	7.092	.000	.000
<b>MV100SL</b>	60	12.55	13.88	13.0977	.23990	.945	2.538	.002	.002

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike, Vrapim 100 metra starti lart (Vrapim 100 metra starti lart) është (13.09 sek). Rezultati minimal (12.55 sek) dhe ai maksimal (13.88 sek) i ndryshores. Vrapim 100 metra starti lart tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhë të vlerave ka ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

#### **6.1.4. Treguesit themelor statistikor të parametrave antropometrik te nxënësit nga SH.F.M.U. "Musa Zajmi" nga Gjilani**

Në tabelën 4 është paraqitur analiza deskriptive e ndryshoreve antropometrike te nxënësit nga SH.F.M.U."Musa Zajmi" nga Gjilani. Mostra ka përfshirë grupin 60 nxënës të gjinisë mashkullore, ku janë të paraqitura vlerat e mesatares aritmetikore, rezultati minimal, rezultati maksimal, devijimi standard, parametrat e shpërndarjes ose të asimetrisë (Skewness – asimetri) dhe shkalla e shtrirjes së kulmit të lakores të distribucionit të rezultateve (Kurtosis – konveksitet). Distribucioni normal i rezultateve të fituara nga vlerësimi i ndryshoreve antropometrike është testuar me anë të metodës së Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW).

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, lartësia e trupit (ALARTË) është 173.71 cm. Rezultati minimal (165.00 cm) dhe ai maksimal (185.50 cm) i ndryshores lartësia e trupit tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një asim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtike). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhë të vlerave ka ato më të ulëta. Edhe pse ekziston dallim i theksuar në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, gjatësisë së krahut (AGJAKR) është 73.66 cm. Rezultati minimal (61.50 cm) dhe ai maksimal (99.20 cm) i ndryshores gjatësisë së krahut tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një asim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup tepër heterogjen me një numër më të madhë të vlerave ka ato më të ulëta. Dallim i theksuar në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i

Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, gjatësisë së këmbës (AGJAKË) është 97.86 cm. Rezultati minimal (78.50 cm) dhe ai maksimal (108.10 cm) i ndryshores gjatësisë së këmbës tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike si dhe një anim të lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk kanë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, pesha e trupit (APESHA) është 67.00 kg. Rezultati minimal (53.60 kg) dhe ai maksimal (98.10 kg) i ndryshores pesha e trupit tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, perimetri i krahut (APERKR) është 26.48 cm. Rezultati minimal (22.30 cm) dhe ai maksimal (33.10 cm) i ndryshores perimetri i krahut tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të

theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës antropometrike, perimetri i kofshës (APERKO) është 48.60 cm. Rezultati minimal (41.20 cm) dhe ai maksimal (59.10 cm) i ndryshores perimetri i kofshës tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) tregon se ka shmangie nga distribucioni normal testit i Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet se kanë shmangie nga distribucioni normal.

Vlera mesatare aritmetikore të varibalës antropometrike, indi dhjamor nënlëkuror i barkut (AIDHBA) është (9.97 mm). Rezultati minimal (5.20 cm) dhe ai maksimal (24.20 cm) i ndryshores indi dhjamor nënlëkuror i barkut tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Vlera mesatare aritmetikore të varibalës antropometrike, indi dhjamor nën lëkuror i krahut (AIDHKR) është (7.82 mm). Rezultati minimal (4.20 cm) dhe ai maksimal (16.00 cm) i ndryshores indi dhjamor nënlëkuror i krahut tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një

asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Vlera mesatare aritmetikore të varibalës antropometrike, indi dhjamor nën lëkuror i kofshës (AIDHKO) është (9.77 mm). Rezultati minimal (4.80 cm) dhe ai maksimal (21.80 cm) i ndryshores indi dhjamor nënlëkuror i kofshës tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore morfologjike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore morfologjike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

***Tabela 4. Parametrat themelor statistikor të variablave antropometrike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve urbane***

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis	KS	SHW
ALARTË	60	165.00	185.50	173.7200	5.30148	.206	-.711	.053	.115
AGJAKR	60	61.50	99.20	73.6683	9.26875	1.365	1.238	.000	.000
AGJAKË	60	78.50	108.10	97.8687	4.73003	.945	3.430	.200*	.002
APESHA	60	53.60	98.10	67.2412	8.52539	.791	1.522	.200*	.018
APERKR	60	22.30	33.10	26.4883	2.34868	.491	.082	.200*	.282
APERKO	60	41.20	59.10	48.6033	3.60042	.887	1.586	.008	.000
AIDHBA	60	5.20	24.20	9.6783	3.56851	2.361	7.228	.000	.000
AIDHKR	60	4.20	16.00	7.8283	2.41844	1.201	1.436	.000	.000
AIDHKO	60	4.80	21.80	9.7783	3.28546	1.560	3.310	.000	.000

### *6.1.5. Treguesit themelor statistikor të parametrave motorik bazike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve urbane*

Në tabelën 5 janë paraqitur parametrat themelor statistikor të ndryshoreve motorike te nxënësit e vendbanimeve urbane të moshës 15 vjeçe, ku janë të paraqitura vlerësimet e mesatares aritmetikore, rezultati minimal, rezultati maksimal, devijimi standard, parametrat e shpërndarjes ose të asimetrisë (Skewness – anim, asimetri) dhe shkalla e shtrirjes së kulmit të lakores të distribucionit të rezultateve (Kurtosis – konveksitet). Distribucioni normal i rezultateve të fituara nga vlerësimi i ndryshoreve antropometrike është testuar me anë të metodës së Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW).

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike, kërcim së gjati nga vendi (MKGJVE) është (213.16 cm). Rezultati minimal (174.00 cm) dhe ai maksimal (260.00 cm) i ndryshores kërcim së gjati nga vendi tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike e radhës, kërcim së gjati nga vendi me këmbën e djathtë (MKGJVD) ka mesatare aritmetikore (141.48 cm). Rezultati minimal (100.00 cm) dhe ai maksimal (190.00 cm) i ndryshores kërcim së gjati nga vendi me këmbën e djathtë tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuar në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-

Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike e radhës, kërcim së gjati nga vendi me këmbën e majtë (MKGJVM) ka mesatare aritmetikore (121.91 cm). Rezultati minimal (84.00 cm) dhe ai maksimal (170.00 cm) i ndryshores kërcim së gjati nga vendi me këmbën e majtë tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike e radhës, taping me dorë (MTDORË) ka mesatare aritmetikore (34.56). Rezultati minimal (27.00) dhe ai maksimal (45.00) i ndryshores taping me dorë tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike bazike e radhës, taping me këmbë (MTKEMB) ka mesatare aritmetikore (21.31). Rezultati minimal (16.00) dhe ai maksimal (40.00) i ndryshores taping me këmbë tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtike). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i

fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Variabla motorike bazike e radhës, përkulje para (MFPERP) ka mesatare aritmetikore (41.40 cm). Rezultati minimal (31.40cm) dhe ai maksimal (48.10cm ) i ndryshores përkulje para tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike bazike, si dhe një anim të lehtë të ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike bazike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregonë se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

***Tabela 5. Parametrat themelor statistikor të variablave motorike bazike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve urbane***

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis	KS	SHW
MKGJVE	60	174.00	260.00	213.1667	16.93874	.792	1.144	.066	.010
MKGJVD	60	100.00	190.00	141.4833	17.34837	.477	1.197	.200*	.060
MKGJVM	60	84.00	170.00	121.9167	16.59824	.731	1.171	.200*	.042
MTDORË	60	27.00	45.00	34.5667	3.86364	.240	.129	.000	.055
MTKËMB	60	16.00	40.00	21.3167	5.35357	1.671	2.925	.000	.000
MFPERP	60	31.40	48.10	41.4050	3.70064	-.886	.881	.017	.002



### ***6.1.6. Treguesit themelor statistikor të parametrave motorik specifike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve urbane***

Në tabelën 6 janë paraqitur parametrat themelor statistikor të ndryshoreve motorike specifike te nxënësit e vendbanimeve urbane të moshës 15 vjeçe, ku janë të paraqitura vlerësimet e mesatares aritmetikore, rezultati minimal, rezultati maksimal, devijimi standard, parametrat e shpërndarjes ose të asimetrisë (Skewness – asim, asimetri) dhe shkalla e shtrirjes së kulmit të lakores të distribucionit të rezultateve (Kurtosis – konveksitet). Distribucioni normal i rezultateve të fituara nga vlerësimi i ndryshoreve antropometrike është testuar me anë të metodës së Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW).

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike, Vrapim 20 metra starti lartë (Vrapim 20 metra starti latrë) është (3.42 sek). Rezultati minimal (2.92 sek) dhe ai maksimal (4.04 sek) i ndryshores Vrapim 20 metra starti latrë tregon se ekziston një dallim të theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike si dhe një asim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike, Vrapim 40 metra starti lartë (Vrapim 40 matra starti lartë) është (5.81 sek). Rezultati minimal (5.15 sek) dhe ai maksimal (6.53 sek) i ndryshores, Vrapim 40 metra starti lartë tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike, si dhe një asim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhë të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike, Vrapim 60 metra starti lartë (Vrapim 60 metra starti lartë) është (7.85 sek). Rezultati minimal (7.10 sek) dhe ai maksimal (8.54 sek) i ndryshores, Vrapim 60 metra starti lartë tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike, Vrapim 80 metra starti lartë (Vrapim 80 metra starti lartë) është (9.80 sek). Rezultati minimal (9.10 sek) dhe ai maksimal (10.56 sek) i ndryshores, vrapim 80 metra starti lartë tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup heterogjen me një numër më të madhe të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet nuk kanë shmangie nga distribucioni normal.

***Tabela 6. Parametrat themelor statistikor të variablave motorike bazike te nxënësit e moshës 15 vjeçe të vendeve urbane***

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis	KS	SHW
MV20SL	60	2.92	4.04	3.4232	.20725	.531	.721	.200*	.123
MV40SL	60	5.15	6.53	5.8158	.26773	.288	.781	.186	.148
MV60SL	60	7.10	8.54	7.8513	.30443	.376	.492	.031	.203
MV80SL	60	9.10	10.56	9.8060	.28825	.243	.962	.067	.096
MV100SL	60	12.00	13.36	12.9078	.26280	.891	1.367	.005	.010

Mesatarja aritmetikore e variablës motorike specifike, vrapim 100 metra starti lartë (Vrapim 100 metra starti lartë) është (12.90 sek). Rezultati minimal (12.00 sek) dhe ai maksimal (13.36 sek) i ndryshores vrapim 100 metra starti lartë tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore motorike specifike si dhe një anim i lehtë i ndryshores ka rezultatet më të ulëta sepse testi i asimetrisë është pozitiv (epikurtik). Nxënësit në bazë të rezultateve të arritura në këtë ndryshore motorike specifike paraqiten si grup mesatarisht homogjen me një numër më të madhë të vlerave kah ato më të ulëta. Dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal tregon se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë një asimetri të theksuar. Testi i Kolmogorovit-Smirnovit (KS) dhe Shapiro-Wilkut (SHW) tregon se rezultatet kanë shmangie nga distribucioni normal.

## 6.2 KOEFICIENTËT E INTERKORELACIONIT

### 6.2.1. Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale

Koeficientët e interkorelacionit tregojnë se koeficientët e variablave antropometrike janë të grupuara në tri grupe homogjene (tabela 7).

Koeficientët e grupit të parë i përbëjnë parametrat antropometrik që kanë pasur për qëllim matjen e lartësisë së trupit dhe gjatësisë së pjesëve të ndryshme të trupit. Të gjithë këta koeficient të korelacionit kanë vlera shumë të larta të korelacionit në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0,01$ ).

Koeficientët e grupit të dytë i përbëjnë parametrat antropometrik të cilët kanë pasur për qëllim matjen peshës dhe volumenit trupor, koeficientët e korelacionit të cilave variablat janë të larta dhe statistikisht të rëndësishme në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0,01$ ).

Koeficientët e grupit e tretë janë koeficientët që kanë pasur për qëllim matjen e indit dhjamor nënëlkuror që kanë një besueshmëri në nivel prej ( $p=0,01$ ). Të gjithë këta parametra kanë një grupim homogjen që paraqiten si dimension antropometrik në vete.

**Tabela 7. Koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale**

	ALARTË	AGJAKR	AGJAKË	APESHA	APERKR	APERKO	AIDHBA	AIDHKR	AIDHKO
ALARTË	1	<b>.928**</b>	<b>.862**</b>	.522**	.213	.090	-.015	-.208	-.084
AGJAKR	<b>.928**</b>	1	<b>.793**</b>	.217	.184	-.048	-.033	-.097	-.135
AGJAKË	<b>.862**</b>	<b>.793**</b>	1	.427**	.245	.051	.003	-.100	-.069
APESHA	.522**	.217	.427**	1	<b>.784**</b>	<b>.645**</b>	.519**	.310*	.513**
APERKR	.213	.184	.245	<b>.784**</b>	1	<b>.730**</b>	.488**	.266*	.439**
APERKO	.090	-.048	.051	<b>.645**</b>	<b>.730**</b>	1	.500**	.523**	.516**
AIDHBA	-.015	-.033	.003	.519**	.488**	.500**	1	<b>.804**</b>	<b>.883**</b>
AIDHKR	-.208	-.097	-.100	.310*	.266*	.523**	<b>.804**</b>	1	<b>.784**</b>
AIDHKO	-.084	-.135	-.069	.513**	.439**	.516**	<b>.883**</b>	<b>.784**</b>	1

### 6.2.2. Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave motorike bazike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale

Koeficientet e interkorelacionit tregojnë se koeficientët e variablave motorike dhe motorike-specifike janë të grupuara në tri grupe homogjene (Tabela 8).

Grupin e parë e përbëjnë parametrat motorik bazike që kanë pasur për qëllim matjen e forcës eksplozive të këmbëve. Të gjithë këta koeficient të korrelacionit kanë vlera shumë të larta të korrelacionit në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0,01$ ). Këta tregues motorik janë, kërcim së gjati nga vendi (MKGJVE), kërcim së gjati nga vendi me këmbën e djathtë (MKGJVD) kërcim së gjati nga vendi me këmbën e majtë (MKGJVM).

Grupin e dytë e përbëjnë parametrat motorike bazike të cilët kanë pasur për qëllim matjen e frekuencionit të lëvizjeve të ekstremiteteve që janë paraqitur me lëvizje të tipit të tapingut, koeficientet e korrelacionit të cilave janë të larta dhe statistikisht të rëndësishme në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0,01$ ). Këta tregues motorik janë tapinë me dorë (MTDORË) dhe tapinë me këmbë (MTKËMB).

**Tabela 8. Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike bazike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale**

	MKGJVE	MKGJVD	MKGJVM	MTDORË	MTKËMB	MFPERP
MKGJVE	1	.943**	.940**	.317*	.029	.081
MKGJVD	.943**	1	.994**	.259*	-.035	.022
MKGJVM	.940**	.994**	1	.257*	-.018	.033
MTDORË	.317*	.259*	.257*	1	<b>.503*</b>	.382**
MTKËMB	.029	-.035	-.018	<b>.503*</b>	1	.203
MFPERP	.081	.022	.033	.382**	.203	1

### 6.2.3. Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave motorike specifike-antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale

Në tekstin në vazhdim do të paraqiten dhe analizohen koeficientet e korrelacionit të thjesht linear të variablave motorike. Për shkak të pasqyrimit më të mirë të tabelës dhe për të vërejtur më qartë korrelacionet e rëndësishme të niveleve të ndryshme të lidhmënis, koeficientet në fjalë janë evidentuar me shenjen e yllit. Kështu që koeficientet statistikisht të rëndësishëm të variablave me shkallë më të lartë të konkludimit statistikor ( $p < 0.01$ ) janë shënuara me dy shenja të yllit. Më kriteri më të lehtë të konkludimit statistikor ( $p < 0.05$ ) koeficientet e korrelacionit janë shënuara me një shenj të yllit.

Matrica e interkorelacionit e variablave motorike dhe specifiko-motorike është e paraqitur në tabelën 6. Interpretimi i koeficientëve të korelacionit të thjesht linear siq është e njohur në të shumtën varet nga numri i të testuarve, respektivisht më preciz nga shkalla e lirisë. Për mostrën prej 120 të testuarve numri i shkallës së lirisë është 118. Me inspektimin e tabelës të vlerave të kufizuara koeficientët e Pirsonit vërehet se vlera e kufirit për 118 shkallë të lirisë ( $df(N-2)$ ) është  $r=0,174$  me kriterium më të lehtë ( $p=0,05$ ) respektivisht  $r=0,228$  me kriterium më të ashpër të konkludimit statistikor ( $p=0,01$ ) (Bala, 1990).

Koeficientet e interkorelacionit tregojnë se koeficientet e variablave motorike-specifike janë të grupuara dhe përbëjnë një grup homogjene sepse kanë strukturë të njejtë lëvizore ( $p < 0.01$ ) (Tabela 9).

**Tabela 9. Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike specifike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve rurale**

	MV20SL	MV40SL	MV60SL	MV80SL	MV100SL
MV20SL	1	.890**	.578**	.888**	.746**
MV40SL	.890**	1	.654**	.743**	.651**
MV60SL	.578**	.654**	1	.373**	.484**
MV80SL	.888**	.743**	.373**	1	.719**
MV100SL	.746**	.651**	.484**	.719**	1

#### 6.2.4. Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave antropometrike antropometrike te nxënësit e vendbanimeve urbane

Edhe në këtë tabelë te nxënësit e vendbanimeve urbane koeficientët e interkorelacionit tregojn se koeficientët e variablave antropometrike janë të grupuara në tri grupe (tabela 10).

Koeficientët e grupit e parë i përbëjnë parametrat antropometrik që kanë pasur për qëllim matjen e lartësisë së trupit dhe gjatësisë së pjesëve të ndryshme të trupit. Të gjithë këta koeficient të korelacionit kanë vlera shumë të larta të korelacionit në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0,01$ ).

Koeficientët e grupit e dytë i përbëjnë parametrat antropometrik të cilët kanë pasur për qëllim matjen peshës dhe volumenit trupor, koeficientët e korelacionit të cilave variablat janë të larta dhe statistikisht të rëndësishme në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0,01$ ).

Koeficientët e grupit e tretë janë koeficientit që kanë pasur për qëllim matjen e indit dhjamor nënlekuror që kanë një besueshmëri në nivel prej ( $p=0,01$ ). Të gjithë këta parametra kanë një grupim homogjen që paraqiten si dimension antropometrik në vete.

**Tabela 10. Koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike**

	ALARTË	AGJAKR	AGJAKË	APESHA	APERKR	APERKO	AIDHBA	AIDHKR	AIDHKO
ALARTË	1	<b>.963**</b>	<b>.873**</b>	.735**	.573**	.161	.011	.058	.137
AGJAKR	<b>.963**</b>	1	<b>.763**</b>	.506**	.481**	.382**	.013	.113	.032
AGJAKË	<b>.873**</b>	<b>.763**</b>	1	-.023	.061	.019	.016	.015	.032
APESHA	.735**	.506**	.506**	1	<b>.671**</b>	.145	.170	.076	.255*
APERKR	.573**	.481**	.061	<b>.671**</b>	1	.539**	.149	.073	.110
APERKO	.161	.382**	.019	.145	.539**	1	.034	.035	.088
AIDHBA	.011	.013	.016	.170	.149	.034	1	<b>.752**</b>	<b>.883**</b>
AIDHKR	.058	.113	.015	.076	.073	.035	<b>.752**</b>	1	<b>.713**</b>
AIDHKO	.137	.032	.032	.255*	.110	.088	<b>.883**</b>	<b>.713**</b>	1

### 6.2.5. Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave motorike bazike të nxënësit e vendbanimeve urbane

Koeficientet e interkorelacionit tregojnë se koeficientet e variablave motorike dhe motorike-specifike janë të grupuara në tri grupe homogjene (Tabela 8).

Grupin e parë e përbëjnë parametrat motorike bazike që kanë pasur për qëllim matjen e forcës eksplozive të këmbëve. Të gjithë këta koeficient të korrelacionit kanë vlera shumë të larta të korrelacionit në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0,01$ ). Këta tregues motorik janë: kërcim së gjati nga vendi (MKGJVE), kërcim së gjati nga vendi me këmbën e djathtë (MKGJVD) kërcim së gjati nga vendi me këmbën e majtë (MKGJVM).

Grupin e dytë e përbëjnë parametrat motorike bazike të cilët kanë pasur për qëllim matjen e frekuencionit të lëvizjeve të ekstremiteteve që janë paraqitur me lëvizje të tipit të tapingut, koeficientet e korrelacionit të cilave janë të larta dhe statistikisht të rëndësishme në nivel të besueshmërisë prej ( $p=0,01$ ). Këta tregues motorik janë tapinë me dorë (MTDORË) dhe tapinë me këmbë (MTKËMB).

**Tabela 11. Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike bazike**

	MKGJVE	MKGJVD	MKGJVM	MTDORË	MTKËMB	MFPERP
MKGJVE	1	.968**	.918**	.333**	.325*	.107
MKGJVD	.968**	1	.989**	.315*	.338**	.064
MKGJVM	.918**	.989**	1	.317*	.322*	.078
MTDORË	.333**	.315*	.317*	1	.690**	.330*
MTKËMB	.325*	.338**	.322*	.690**	1	.061
MFPERP	.107	.064	.078	.330*	.061	1



### 6.2.6. Koeficientët e interkorelacionit ndërmjet variablave motorike specifike te nxënësit e vendbanimeve urbane

Në vazhdim do të paraqiten dhe analizohen koeficientet e korrelacionit të thjesht linear të variablave motorike. Për shkak të pasqyrimit më të mirë të tabelës dhe për të vërejtur më qartë korrelacionet e rëndësishme të niveleve të ndryshme të lidhmëris, koeficientet në fjalë janë evidentuar me shenjën e yllit. Kështuqë, koeficientet statistikisht të rëndësishëm të variablave me shkallë më të lartë të konkludimit statistikor ( $p < 0.01$ ) janë shënuar me dy shenja të yllit. Me kriterin më të lehtë të konkludimit statistikor ( $p < 0.05$ ) koeficientet e korrelacionit janë shënuara me një shenj të yllit.

Matrica e interkorelacionit e variablave motorike dhe specifiko-motorike është e paraqitur në tabelën 12. Interpretimi i koeficientëve të korelacionit të thjesht linear siq është e njohur në të shumtën varet nga numri i të testuarve, respektivisht më preciz nga shkalla e lirisë. Për mostrën prej 120 të testuarve numri i shkallës së lirisë është 118. Me inspektimin e tabelës të vlerave të kufizuara koeficientët e Personit vërehet se vlera e kufirit për 118 shkallë të lirisë ( $df(N-2)$ ) është  $r=0,174$  me kriterium më të lehtë ( $p=0,05$ ) respektivisht  $r=0,228$  me kriterium më të ashpër të konkludimit statistikor ( $p=0,01$ ) (Bala, 1990).

Koeficientet e interkorelacionit tregojnë se koeficientet e variablave motorike-specifike janë të grupuara dhe përbëjnë një grup homogjen sepse kanë strukturë të njejtë lëvizore ( $p < 0.01$ ) (Tabela 12).

**Tabela 12. Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike specifike**

	MV20SL	MV40SL	MV60SL	MV80SL	MV100SL
MV20SL	1	.890**	.778**	.888**	.746**
MV40SL	.890**	1	.654**	.743**	.651**
MV60SL	.778**	.654**	1	.373**	.484**
MV80SL	.888**	.743**	.373**	1	.719**
MV100SL	.746**	.651**	.484**	.719**	1

### 6.3 DALLIMET NË MES GRUPEVE NË VARIABLAVE ANTROPOMETRIKE, MOTORIKE BAZIKE DHE MOTORIKE-SPECIFIKE

Në tabelën 13 në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane vërehen dallime në parametar antropometrik, motorik bazaik dhe motorik situacional, por dallime të rëndësishme statistikore janë fituar në këto variabla;

1. Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Gjatësia e krahut* (AGJAKR) Mean Diff.= -4.66333; sig= 0.001; p<0.05.
2. Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Pesha e trupit* (AGJAKR) Mean Diff.= -3.66967; sig= 0.011; p<0.05.
3. Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike specifike *Vrapimi 60 metra nga starti ulët* (MV60SL) Mean Diff.= .11383; sig= 0.019; p<0.05.
4. Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike specifike *Vrapimi 80 metra nga starti ulët* (MV80SL) Mean Diff.= .10250; sig= 0.034; p<0.05.
5. Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike specifike *Vrapimi 100 metra nga starti ulët* (MV100SL) Mean Diff.= .18983; sig= 0.000; p<0.05.

Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane vërehen dallime në parametra antropometrik, motorik bazaik dhe motorik situacional, por dallimet nuk janë të rëndësishme statistikisht këto variabla;

Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Lartësia e trupit* (ALARTË), Mean Diff.= -1.56667; sig= 0.111; p>0.05.

Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Gjatësia e këmbës* (AGJAKË), Mean Diff.= -1.34250; sig= 0.122; p>0.05.

Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Perimetri i krahut* (APERKR), Mean Diff.= -.56317; sig= 0.144; p>0.05.

Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Perimetri i kofshës* (APERKO), Mean Diff.= .71167; sig= 0.338; p>0.05.

Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Indi dhjamor nënlëkuror i barkut* (AIDHBA), Mean Diff.= .40500; sig= 0.597; p>0.05.

Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Indi dhjamor nënlëkuror i krahut* (AIDHKR), Mean Diff.= -.58333; sig= 0.224; p>0.05.

Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Indi dhjamor nënlëkuror i kofshës* (AIDHKO), Mean Diff.= .13000; sig= 0.847; p>0.05.

Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike bazike *Kërcim së gjati nga vendi* (MKGJVE), Mean Diff.= 1.21667; sig= 0.701; p>0.05

Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike bazike *Kërcim së gjati nga vendi me këmbën e djathtë* (MKGJVD), Mean Diff.= .96667; sig= 0.760; p>0.05.

Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike bazike *Kërcim së gjati nga vendi me këmbën majt* (MKGJVM), Mean Diff.= .60000; sig= 0.846; p>0.05.

Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike bazike *Taping me dorë* (MTDORË), Mean Diff.= .85000; sig= 0.190; p>0.05.

Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike bazike *Taping me këmbë* (MTKËMB), sig= 0.497; p>0.05.

**Tabela 13. Dallimi në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane në variablat antropometrike, motorike bazike dhe motorike situacionale.**

	F	Sig.	T	df	Sig.	Mean Diff.	Std. Err. Diff.	Lower	Upper
ALARTË	.135	.714	-1.606	118	.111	-1.56667	.97531	-3.498	.364
AGJAKR	11.847	.001	-3.293	118	.001	-4.66333	1.41626	-7.467	-1.858
AGJAKË	.190	.664	-1.557	118	.122	-1.34250	.86209	-3.049	.364
APESHA	1.827	.179	-2.577	118	.011	-3.66967	1.42409	-6.489	-.849
APERKR	4.955	.028	-1.471	118	.144	-.56317	.38276	-1.321	.194
APERKO	2.900	.091	.962	118	.338	.71167	.73964	-.753	2.176
AIDHBA	6.086	.015	.530	118	.597	.40500	.76367	-1.107	1.917
AIDHKR	.674	.413	-1.221	118	.224	-.58333	.47757	-1.529	.362
AIDHKO	2.240	.137	.193	118	.847	.13000	.67445	-1.205	1.465
MKGJVE	.344	.559	.385	118	.701	1.21667	3.15980	-5.040	7.473
MKGJVD	.033	.856	.306	118	.760	.96667	3.16379	-5.298	7.231
MKGJVM	.074	.786	.194	118	.846	.60000	3.08695	-5.513	6.713
MTDORË	1.858	.175	1.319	118	.190	.85000	.64425	-.425	2.125
MTKËMB	3.985	.048	.681	118	.497	.60000	.88131	-1.145	2.345
MFPERP	3.258	.074	.667	118	.506	.54667	.81899	-1.075	2.168
MV20SL	2.718	.102	1.798	118	.075	.06233	.03467	-.006	.130
MV40SL	2.985	.087	1.684	118	.095	.07400	.04395	-.013	.161
MV60SL	5.230	.024	2.372	118	.019	.11383	.04800	.018	.208
MV80SL	2.958	.088	2.143	118	.034	.10250	.04783	.007	.197

MV100SL	.670	.415	4.132	118	.000	.18983	.04594	.098	.280
---------	------	------	-------	-----	------	--------	--------	------	------

Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike bazike *Fleksibilitet për kulje e trupit para* (MFPERP), Mean Diff.= .54667; sig= 0.506; p>0.05.

Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike specifike *Vrapim 20 metra starti lartë* (MV20SL), Mean Diff.= .06233; sig= 0.075; p>0.05.

Në mes nënxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane nuk është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike specifike *Vrapim 40 metra starti lartë* (MV40SL), Mean Diff.= .07400; sig= 0.095; p>0.05.

#### 6.4. VËRTETIMI I HIPOTEZAVE

Pas përpunimit, interpretimit dhe analizës së rezultateve të këtij hulumtimi mund të konstatojmë se nuk janë realizuar në mënyrë të plotë objektivat e parashtruara që në fillim të punimit. Vërtetimi i hipotezave të parashtruara është me sa vijon:

**H<sub>01</sub>** – Hipoteza e parë ku thuhet se rezultatet e variablave antropometrike, motorike dhe vrapimeve në shtigje të shkurtëra, te dy grupet do të kenë koeficiente të korrelacionit statistikisht të rëndësishme është realizuar pjesërisht sepse koeficientët e korelacionit janë të grupuara në bazë të natyrës së matjeve dhe strukturave lëvizore.

**H<sub>02</sub>** – Hipoteza e dytë ku thuhet se priten dallime të rëndësishme statistikore ndërmjet dy grupeve, nxënësve nga vendbanimet urbane dhe nxënësve nga vendbanimet rurale në variablat antropometrike, motorike dhe vrapimet në shtigje të shkurtra është realizuar pjesërisht sepse janë fituar dallime të rëndësishme statistikore vetëm në 5 ndryshore të aplikuara.

## 7. PËRFUNDIMI

Atletika është një nga degët bazike e të gjitha sporteve dhe më e përhapura si degë sportive që përfshin: vrapime, hedhje dhe disiplina të kërcimeve. Për shkak të gjithëpërfshirjes të saj ndryshe quhet mbretëreshë sportive! Me ushtrimet atletikore fitojnë forcë fizike, qëndrueshmëri, shpejtësi, shkathësi dhe përforcojnë vetitë e vullnetit, të tilla si: guximi, vendosmëria dhe këmbëngulja.

Disiplinat e atletikës karakterizohen nga lëvizjet motorike që mund të aplikohen me sukses gjatë procesit arsimor ose nëpërmjet formave të tjera të ushtrimit të cilat ndikojnë ndjeshëm në aftësitë e përgjithshme psikofizike të individit. Atletika është pika fillestare dhe themeli për të gjitha sportet e tjera.

Hulumtimi është zbatuar me qëllim të përcaktimit të dallimit të disa karakteristikave antropometrike, motorike dhe specifiko-motorike në mes të nxënësve të viseve urbane dhe nxënësve të viseve rurale të moshës 15 vjeçare. Në mostër janë përfshirë 60 nxënës të viseve urbane dhe 60 nxënës të viseve rurale. Të përfshirë në seksionin e atletikës në kuadër të shkollës dhe 60 nxënës që përpos orëve të rregullta të edukatës fizike nuk janë marr me ndonjë aktivitet sportiv. Gjithsej në hulumtim janë përfshirë 120 nxënës që janë testuar gjatë periudhës kohore shkollore shtator të vitit 2018.

Të gjitha variablat e përdorura antropometrike, motorike dhe specifike-motorike i'u janë nënshtruar përpunimeve themelore statistikore në bazë të së cilës është vërtetuar se të gjitha testet kanë karakteristika metrike të kënaqshme.

Dallimi në mes mesatareve aritmetikore të rezultateve të grupeve të hulumtuara është përcaktuar me anë të analizës diskriminative T-testit.

Rezultatet e fituara nga përpunimi i tyre tregojnë se dallime të rëndësishme statistikore në mesatare aritmetikore në mes të nxënësve të viseve urbane dhe nxënësve të viseve rurale janë fituar në variablat:

- Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Gjatësia e krahut* (AGJAKR) Mean Diff.= -4.66333; sig= 0.001; p<0.05.
- Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën antropometrike *Pesha e trupit* (AGJAKR) Mean Diff.= -3.66967; sig= 0.011; p<0.05.
- Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike specifike *Vrapimi 60 metra nga starti ulët* (MV60SL) Mean Diff.= .11383; sig= 0.019; p<0.05.
- Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike specifike *Vrapimi 80 metra nga starti ulët* (MV80SL) Mean Diff.= .10250; sig= 0.034; p<0.05.
- Në mes nxënësve të viseve rurale dhe atyre urbane është fituar dallim i rëndësishëm statistikor në variablën motorike specifike *Vrapimi 100 metra nga starti ulët* (MV100SL) Mean Diff.= .18983; sig= 0.000; p<0.05.

Mund të theksojmë se:

- Edhe pse zhvillimi morfologjik është nën ndikimin e faktorit gjenetik mund të ndikohet me anë të ushtrimeve që të kemi zhvillim më të mirë.
- Se sa i rëndësishëm është fillimi i hershëm i angazhimit të fëmijëve aktivisht në sport tek fëmijët tregojnë rezultatet e mira në testet motorike specifike nxënësit nga vendbanimet urbane të cilët kanë kushte më të mira për ti realizuar orët e edukatës fizike dhe për t'u angazhar me ndonjë klub sportiv.
- Në bazë të hulumtieve të deriatanishme edhe pse zhvillimi i shpejtësisë ose i vrapimeve në distanca të shkurtëra është nën ndikimin e faktorit trashëgues, me ushtrime dhe procese stërvitore të organizuara mirë mund të ndikohet pozitivisht në rritjen e saj.



## 8. LITERTATURA

1. Branković, M., & Bubanj, R. (1997). Atletika-tehnika i metodika. Niš: Filozofski fakultet
2. Beachle, T.R. (2000). Essentials of Strength Training and Conditioning (Second Edition). Human Kinetics, Champaign, IL USA.
3. Crielaard, J., & F. Pirnay. (1981). Anaerobic and Aerobic Power of Top Athletes. Eur.Jour.of Appl.physiol.Vol. 47,str. 295-300.
4. Čoh, M. (2002). Atletika-tehnika i metodika nekih atletskih disciplina. Ljubljana: Fakultet za šport.
5. Čoh, M. (2003). Razvoj brzine u kondicijskoj pripremi sportaša. U D. Milanović i I. Jukić (Izd.), Međunarodni znanstveno-stručni skup Kondicijska priprema sportaša (str. 229-234). Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagrebački Športski Savez.
6. Heimar, S. (1994). Utjecaj treninga jakosti i snage na mišićne stanice. Kineziologija, Vol. 26, br.1-2, str.67-71.
7. Jarić, S. (1997). Biomehanika humane lokomocije sa biomehanikom sporta. Dosije, Beograd.
8. Juhas, I. (2001). Uticaj izabranih trenažnih metoda na poboljšanje maksimalne brzine trčanja (Disertacija). Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.
9. Jovović, V. (2006). Atletika-biomehanika, tehnika i metodika. Nikšić: Filozofski fakultet.
10. Milanović, D. (1997). Osnove teorije treninga. Priručnik za sportske trenere. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
11. Malacko, J. i Rađo, I. (2004). Tehnologija sporta i sportskog treninga. Sarajevo: Fakultet za sport i tjelesni odgoj Univerziteta u Sarajevu.
12. Mikić, B. (2000). Osnovi psihomotorike. Tuzla: Fakultet sporta i tjelesnog odgoja.
13. Nikitjuk, B. A. (1986). Genetika i somatotip u sportu. Kineziologija Vol. 18, br. 1.
14. Opavski, P. (1971). Osnovi biomehanike. Beograd. „Naučna knjiga“.
15. Pržulj, D. (2005). Osnovi antropomotorike. Istočno Sarajevo: Fakultet fizičke kulture.
16. Pavlović, R. (2010). Atletika. Istočno Sarajevo: Fakultet fizičkog vaspitanja i sporta.
17. Rashiti, N. (2011). Prediktivna vrijednost baterije motorocki testova kod tercanje na kratke i srednje staze, “Sport Mont”, br. 25-27, str. 260- 265.

18. Stefanović, Đ. (1984). Uticaji morfoloških osobina atletičara na rezultat u sprinterskom trčanju na 100m. Fizička kultura (1), str. 45-46. Beograd: Fakultet fizičke kulture.
19. Stojiljković, S. (2003a). Antropološke karakteristike sprintera. U D. Jovanović i M. Jevtić (Izd.), Prvi simpozijum lekara medicine sporta (str.75-80). Knjaževac.
21. Stojiljković, S. (2003b). Osnove opšte antropomotorike. Niš: Fakultet fizičke kulture.
22. Tončev, I. (1983). Uticaj programirane ciklične aktivnosti na aerobnu sposobnost omladinaca, Doktorska disertacija. Novi sad: Fakultet fizičke kulture.
23. Tončev, I. (2001). Atletika-tehnika i obučavanje. Novi Sad: Fakultet fizičke kulture
24. Šnajder, V. (1988). Atletika - znanstvene osnove. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu sveučilišta u Zagrebu.
25. Šnajder, V. (1994). Uticaj specifičnih i bazičnih motoričkih varijabli na rezultate sprinta kod učenica. Kineziologija Vol 26, br. 1-2, str.

## REZYME

### **DALLIMI I DISA KARAKTERISTIKAVE ANTROPOMETRIKE DHE MOTORIKE NË VRAPIMIN E DISTANCAVE TË SHKURTRA**

Hulumtimi është zbatuar me qëllim të përcaktimit të dallimit të disa karakteristikave antropometrike, motorike dhe specifiko-motorike në mes të nxënësve të viseve urbane dhe nxënësve të viseve rurale të moshës 15 vjeçare. Në mostër janë përfshirë 60 nxënës të viseve urbane dhe 60 nxënës të viseve rurale. Të përfshirë në seksionin e atletikës në kuadër të shkollës dhe 60 nxënës që përpos orëve të rregullta të edukatës fizike nuk janë marr me ndonjë aktivitet sportiv. Gjithsej në hulumtim janë përfshirë 120 nxënës që janë testuar gjatë periudhës kohore shkollore shtator të vitit 2018.

Të gjitha variablat e përdorura antropometrike, motorike dhe specifike-motorike iu janë nënshtruar përpunimeve themelore statistikore në bazë të së cilës është vërtetuar se të gjitha testet kanë karakteristika metrike të kënaqshme.

Dallimi në mes mesatareve aritmetikore të rezultateve të grupeve të hulumtuara është përcaktuar me anë të analizës diskriminative T-testit.

Rezultatet e fituara nga përpunimi i tyre tregojnë se dallime të rëndësishme statistikore në mesatare aritmetikore në mes të nxënësve të viseve urbane dhe nxënësve të viseve rurale janë fituar në variablat: Gjatësia e krahut (AGJAKR) , Pesha e trupit (AGJAKR) Vrapimi 60 metra nga starti ulët (MV60SL), Vrapimi 80 metra nga starti ulët (MV80SL) Vrapimi 100 metra nga starti ulët (MV100SL).

Mund të theksojmë se zhvillimi i shpejtësisë ose i vrapimeve në distanca të shkurtëra është nën ndikimin e faktorit trashëgues me ushtrime dhe procese stërvitore të organizuara mirë mund të ndikohet pozitivisht në rritjen e saj.

## **SUMMARY**

### **THE DIFFERENCE BETWEEN SOME OF ANTHROPOMETRIC AND MOTOR CHARACTERISTICS IN SHORT DISTANCE RUNNING**

The research was carried out in order to determine the distinction between some anthropometric, motor and specific motor characteristics between students of urban areas and students of rural areas aged 15 years. The sample included 60 students of urban areas and 60 rural students. involved in the athletics section within the school and 60 students who, besides regular physical education classes, have not taken any sports activity. In total, the research involved 120 students) that were tested during the September school time period of 2018.

All the anthropometric, motor and motor-specific variables have undergone basic statistical processing, on the basis of which it has been proved that all tests have metric characteristics satisfactory.

The difference between the arithmetic averages of the results of the investigated groups is determined by discriminatory T-test.

The results obtained from their processing show that significant statistical differences in arithmetic averages between urban students and rural students are gained in the variables: Arm Length (AGJAKR), Body Weight (AGJAKR) Running 60 meters from Low start (MV60SL), Running 80 meters from Low Starti (MV80SL) Running 100 meters from Low Starti (MV100SL).

We can emphasize that speed development or short distance running is under the influence of the inherited factor, with well-organized exercises and training processes can be positively impacted on its growth.