

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



**PUNIMI I DIPLOMËS - MASTER**  
**ANALIZA E REZULTATEVE TË ECJËS SPORTIVE 50 KM. NË**  
**KAMPIONATET BOTËRORE (2009-2011-2013-2015-2017) DHE LOJËRAT**  
**OLIMPIKE (2000-2004-2008-2012-2016)**

**Mentori:**

**Prof. Dr. Naser Rashiti**

**Kandidati:**

**Lavdim Ramaj**

**Prishtinë, 2021**

## **PËMBAJTJA**

<b>1.HYRJE.....</b>	<b>3</b>
<b>2. HISTORIKU I LOJËRAVE OLIMPIK .....</b>	<b>6</b>
<b>3.HULUMTIMET E DERITANISHME .....</b>	<b>11</b>
<b>4. QËLLIMI I PUNIMIT.....</b>	<b>13</b>
<b>5. HIPOTEZAT THEMELORE .....</b>	<b>14</b>
<b>5.2. MOSTRA E HULUMTIMIT .....</b>	<b>15</b>
<b>5.3. MATJET ANTROPOMETRIKE.....</b>	<b>15</b>
<b>5.4.VARIABLAT MOTORIKE- SPECIFIKE.....</b>	<b>15</b>
<b>5.5.KUSHTET E MATJES.....</b>	<b>15</b>
<b>6. METODAT E PËRPUNIMIT TË REZULTATEVE.....</b>	<b>16</b>
<b>6. INTERPRETIMI I REZULTATEVE DHE DISKUTIMI.....</b>	<b>17</b>
<b>6.1. ANALIZA DESKRIPTIVE E NDRYSHOREVE ANTROPOMETRIKE DHE MOTORIKE SPECIFIKE NË ECJEN SPORTIVE .....</b>	<b>17</b>
<b>6.2.MATRICA E INTERKORELACIONIT NDËRMJET VARIABLAVE ANTROPOMETRIKE DHE MOTORIKE SPECIFIKE TEK ECJA SPORTIVE TË LOJËRAVE OLIMPIKE 2000,2004,2008,2012 DHE 2016 .....</b>	<b>39</b>
<b>7.DALLIMET E REZULTATEVE TË LOJËRAVE OLIMPIKE.....</b>	<b>45</b>
<b>8. VËRTETIMI I HIPOTEZAVE .....</b>	<b>50</b>
<b>9.PËRFUNDIMI.....</b>	<b>51</b>
<b>10.LITERATURA.....</b>	<b>53</b>

## 1.HYRJE

Ecja sportive është disiplinë që mësohet lehtë dhe aplikohet në të gjitha moshat e njeriut. Ka ndikim në sistemin lëvizor, vazo – kardiale dhe atë të frymëmarrjes kjo ka rëndësi tani, sidomos në kohën e modernitetit dhe elektronikës ku njeriu është tehujsuar nga lëvizjet prandaj ecja sportive paraqitet jo vetëm si nevojë biologjike por edhe si mjet terapeutik. Ecja sportive bën pjesë në grupin e lëvizjeve monostrukurale rrethore. Në strukturën e lëvizjes kemi hapin e dyfishtë (hapin e prapmë dhe hapin e përparëm), ku çdo pjesë e trupit (këmbë) kalon nëpër të gjitha fazat e lëvizjes dhe përsëri vjen në pozitën fillestare për ta mbyllur aktin e plotë të lëvizjes. Ecja sportive është një lloj atletikor me kërkesa të larta fizike e teknike, në krahasim me ecjen e zakonshme. Nëpërmjet këtij ushtrimi realizohet zhvendosja mbi truall nëpërmjet hapave, duke u ruajtur vazhdimisht kontakti me të. Ecja sportive zhvillohet në largësi të ndryshme, të përshkallëzuara sipas kërkesave të moshës dhe gjinisë. Si distancë olimpike njihen: ecja sportive 20 km dhe 50 km për meshkuj dhe 20 km për femra. Këto distanca zhvillohen në hapësira jashtë stadiumit, në rrugë automobilistike. Ecja sportive aktivizon pothuajse të gjithë muskujt e atletit. Ajo jep një ndikim të madh në forcimin e organeve të brëndshme, në rritjen e aftësive për punë të tyre. Ky lloj ushtrimi zhvillon me pikësynim qëndrueshmërinë. Ecja sportive është një ushtrim fizik, ku fazat teknike përsëriten në mënyrë të njëjlojt dhe të vazhdueshme. Në zhvillimin e saj, rolin përcaktues e luan harmonizimi i dy llojeve të forcave:

-forca të brëndshme (forca muskulare, si faktori kryesor)

-forcat e jashtme (tërheqja e tokës, fërkimi mbi truallin dhe rezistenca e ajrit, te cilat veprojnë pavarësisht nga ne).

Ecja sportive i nënshtrohet ligjeve të fizikës dhe biomekanikës. Faktorët kryesorë të teknikës së saj janë:

-forca muskulare, me një madhësi dhe drejtim të caktuar,

-raportet optimale ndërmjet dendësisë dhe madhësisë së hapit,

-gjatësia e gjymtyrëve të poshtme.

Ecja sportive është tepër e ngjajshme me ecjen e zakonshme, por me këto veçori dalluese, që lidhen me intensifikimin, dendësinë dhe gjërësinë e veprimeve, me veçoritë specifike të lëvizjet e krahëve, këmbëve dhe pjesëve të tjera të trupit:

- theksimi i vendosjes së shputës me thembër mbi truall dhe e shtrirë në nyjen e gjurit,
- theksimi i lëvizjes së krahëve, me përkulje më të madhe në nyjën e bërrylave,
- rritja e shpejtësisë në 13-14 km në orë, nga rreth 5 km/orë në ecjen e zakonshme,
- rritja e dendësisë së hapave në minutë në 180-200 hapa, nga 100-120 hapa,
- rritja e madhësisë së hapit në 115-120 cm, nga 70-90 cm etj.

Gjatë marshimit të lirë, në distancë rëndësi të dorës së parë ka bashkërendimi i punës muskulare nëpërmjet tkurrjes dhe shkrifjes së fijeve muskulare, gjatë lëvizjes së hallkave kryesore të trupit. Këto detyra realizohen, kur marshuesi ecën sa më thjeshtë dhe pa sforcime, në përshtatje me mundësitë e tij individuale. Në manifestimin më të madh sportiv, sikur që janë: Lojërat Olimpike dhe Kampionati Botëror, atletika si sport zë vendin qëndror, si për nga numri i pjesëmarrësve në të ashtu edhe për nga interesimi i publikut dhe i mediave. Lojërat Olimpike dhe Kampionati Botëror të cilat si në të kaluarën, por edhe sot, domethënë gjatë historisë së mbajtjes së tyre, ecja sportive ka qenë prezent në të gjitha programet si disiplinë e atletikës<sup>1</sup>. Fjala “Atletikë” rrjedh nga greqishtja e lashtë “Athla”, që do të thotë garë nëpërmjet ushtrimit. Në Greqinë e Vjetër, atletë quheshin të gjithë sportistët që mateshin me ushtrimet e forcës, të shpejtësisë, të shkathtësisë dhe të qëndrueshmërisë. Ecja sportive, si garë është zhvilluar, në vitin 1886 në Angli në mbarim të shekullit të kaluar, ecja sportive zhvillohet edhe në vende të tjera të Europës si në Francë e gjetkë. Në vëndin tonë ecja sportive është përshkuar për herë të parë në vitin 1946. Ecja sportive është një lloj atletikor me kërkesa të larta fizike e teknike, në krahasim me ecjen e zakonshme. Nëpërmjet këtij ushtrimi, realizohet zhvendosja mbi truall nëpërmjet hapave duke u ruajtur vazhdimisht kontakti me të. Ecja sportive zhvillohet në largësi të ndryshme, të përshkallëzuara sipas kërkesave të moshës dhe të seksit. Si distancë olimpike njihen: ecja sportive 20 km dhe 50 km për meshkuj dhe 20km, për femra<sup>2,1</sup>.Këto distanca zhvillohen në

---

<sup>1</sup> Atletika 1, 2004, Tiranë,faq.7

<sup>2</sup> Atletika 1 2004, Tiranë faq.9

hapësira jashtë stadiumit, në rrugë automobilistike. Ecja sportive aktivizon pothuajse të gjithë muskujt e atletit. Ajo jep një ndikim të madh në forcimin e organeve të brendshme, në rritjen e aftësive për punë të tyre<sup>3</sup>. Ky lloj ushtrimi zhvillon me piksynim qëndrueshmërinë si dhe edukon vetitë morale dhe sportive. Atletika ushtrohet sistematikisht dhe me synime të caktuara, duke zgjidhur një sërë objektivash kryesore:

-Në aspektin e cilësisë sportive: në kuadrin e arritjes dhe përsosjes së vazhdueshme të rezultateve sportive në njërin nga llojet atletikore, gjatë të ushtruarit sistematik në stërvitjen sportive mbi baza të shëndosha organizative dhe shkencore.

-Në aspektin e përgatitjes fizike dhe lëvizore: si pjesë përbërëse tepër e rëndësishme e programeve të edukimit fizik parashkollor dhe shkollor, në të gjitha kategoritë e shkollave dhe repartet ushtarake ku ecjet, vrapimet, kërcimet dhe hedhjet mundësojnë zhvillimin harmonik, fizik, trupor e psikologjik. Zakonisht marshuesit me këmbë të gjata bëjnë më tepër kujdes në rritjen e madhësisë së hapit, ndërsa marshuesit me shtat më të shkurtër, përqëndrohen më tepër në ritmin e hapave. Por problemi kryesor gjatë ecjes, në të gjitha kategoritë e marshuesve mbetet ritmi i qëndrueshëm i hapave. Për këtë qëllim, marshuesi ecën me hapa me madhësi konstante pa insistuar në rritjen artificiale të tyre.

---

<sup>3</sup> Atletika,1991, Novi Sad faq.16

## 2. HISTORIKU I LOJËRAVE OLIMPIKE

Këto festa të rinisë e të bukurisë e morën emrin e tyre nga qyteti antik i *Olimpias*, i vendosur në Peloponez, në bregun e lumit Alfeo dhe i dedikoheshin Zeusit të Olimpikut. Sipas Pazuanit, banorët e Elides tregonin se në fillim lojërat i dedikoheshin Uranit dhe djalit të tij Zeusit, i cili kishte marrë pjesë në gara dhe duke i fituar ato kishte fituar edhe të drejtën për të qenë zotërues i gjithësisë. Më pas, të gjitha perënditë tjera kishin marrë pjesë në gara dhe kampioni i parë i shpallur në atë kohë ishte Apolloni. Sipas një legjende tjetër, të cituar po nga Pazuani ishte Herakliti ai që i emërtoi këto lojëra Olimpikë, duke vendosur që ato të organizoheshin një herë në pesë vite, pasi që pesë ishin vëllezërit e tij. Sanksionimi i lojërave dhe përcaktimi i saktë i vendit se ku do të organizoheshin ato, u bë si rrjedhojë e marrëveshjes së mbretit të Spartës “Likurgut” me atë të Pizes “Kleostenit”. Kjo marrëveshje u shkrua në një disk të bronzit (i quajtur disku i Ifitit) dhe është gjetur 1000 vjet më vonë nga Pazuani në një tempull të Olimpias. Lojërat Olimpikë, si ne i njohim, filluan në shekullin e 8 para erës së re dhe u organizuan nga tre sundimtarët si një lloj armëpushimi në mes të tokave të tyre. Që nga ajo ditë, Lojërat Olimpikë organizohen çdo katër vjet, nga 776 në 393 pas Krishtit gjatë Hënës së plotë pas korrjes së verës. Në një kohë kur Ancient Olympia ishte qendra e Lojërave, rregullat në lidhje me të cilët mund të marrin pjesë ishin shumë strikte. Vetëm njerëzve të lirë greke u lejohej të konkuronin. Fituesit u kurorëzuan me një degë nga pema e ullirit që u rrit pranë tempullit të Zeusit, kurse gratë u ndaluan të shikojnë apo marrin pjesë në lojëra.

Ndër fituesit më të mëdhenjë të tyre në lashtësi mbahet mend emri i Koroibos. Ai ka qenë edhe fituesi i tyre i parë më 776 para erës së re.

Me kalimin e kohës lojërat morën një zhvillim të gjerë, duke u përhapur edhe në vendet e tjera. Në këto lojëra filluan të merrnin pjesë edhe barbarët e gladiatorët. Barbari i parë që fitoi një titull ishte Tiberio. Në vitin 393 para erës së re me urdhër të perandorit romak Teodozio, dyert e stadimeve olimpike u mbyllën përgjithmonë. Ato nuk do hapeshin më kurrë deri në vitin 1896, ku do të riktheheshin në vendlindjen e tyre në Athinë dhe do quheshin Lojërat Olimpikë Moderne. Atë vit u vendos që Lojërat të mbaheshin një herë në katër vite. Tani pas 116 vjetësh ishte Londra që ishte nikoqire e Lojërave Olimpikë të 2012-ës.

### **Athinë 1896**

Më 1896 më në fund pas shumë kohësh Lojërat Olimpike ngrajnë siparin në Athinë. Më 6 Prill 1896, Lojërat rifilluan pas 1496 vjetësh. Gjatë këtyre Lojërave morën pjesë 300 atletë (197 ishin grekë). Shetet pjesëmarrëse ishin 13 dhe ato vinin nga tre kontinente. U konkurua në: atletikë, çiklizëm, skermë, mundje e lirë, not, peshëngritje, tenis dhe qitje. Kampioni i parë i Lojërve Olimpike ishte studenti amerikan Xhejms Konolli në trespesh me 13.71 metra.

### **Paris 1900**

Nderi për të pritur Lojërat e dyta Olimpike i takoi kryeqytetit francez Paris. Lojërat Olimpike të këtij viti mbahen mend si më të gjata, ato filluan më 20 maj dhe përfunduan më 28 tetor. Atletët që morën pjesë gjatë këtyre Lojërave ishin 1200 dhe mbizotëronin francezët. Sundimi i atletëve amerikanë në këto Lojëra qe i padiskutueshëm.

### **Londër 1908**

Më 1908 Lojërat rikthehen sërish në kontinentin e vjetër. Morën pjesë 22 shtete dhe 2000 atletë. Hapja e tyre zyrtare u bë në prani të familjes mbretërore britanike. Amerikanët të udhëhequr nga vrapuesi i garave të mesme Mel Shepard dominuan përsëri në garat e Atletikës. Në këto Lojëra për herë të parë u përfshi edhe sporti i futbollit.

### **Anversë 1920**

Vendet pjesëmarrëse në lojërat e Anversës ishin 29 dhe përfaqësoheshin me 2051 atletë. Ato u zhvilluan nga 21 prill deri më 12 shtator. Triumfuesit e këtij viti ishin sërish Shtetet e Bashkuara me 41 medalje ari. Kohanomokou ishte më i shpejti në garat e notit. Në tenis për femra francezja Lenglen fitoi turneun e tenisit.

### **Amsterdam 1928**

(23 korrik- 12 gusht) Për herë të parë gjatë këtyre Lojërave, Flaka Olimpike mbeti e ndezur në stadium natë e ditë. Atletët pjesëmarrës ishin 3000 dhe përfaqësonin 46 vende. Shkëlqyen në garat e notit Vajzmuller dhe Nurmi. Në atletikë, kanadezi Uiliams fitoi garat e 100 dhe 200 metrave. Në maratonë triumfi i takoi franko algjerianit El Uafi.

### **Berlin 1936**

(1 gusht- 16 gusht) Vendet pjesëmarrëse 49 dhe do të përfaqësoheshin nga 4000 atletë në 24 sporte. Olimpiada e Berlinit është e njohur për sukseset e amerikanit me ngjyrë Ouens (4 medalje ari në këtë Olimpiadë) dhe propagandën naziste të Hitlerit. Në gara ai arrin të mundë gjermanin Long, duke e detyruar Hitlerin të largohet nga stadiumi. Gjermania ishte triumfuesja e këtyre lojërave me 89 medalje (33 ari). Në vendin e dytë amerikanët me 56 medalje (24 ari).

### **Helsinki 1952**

(19 korrik 3 gusht) Në Finlandë pjesëmarrësit do të ishin 5000 dhe do të përfaqësonin 59 vende. Lufta e ftohtë e asaj kohe ndërmjet SHBA dhe BS do të pasqyrohej edhe në Lojërat Olimpikë. Për herë të parë BS arriti ti sfidojë denjësisht amerikanët. Amerikanët dominojnë në ateltikë, por triumfatori është çekoslovaku Zatopek, fitues i garave të 5000 dhe 10000 metrave dhe i maratonës. Rekord olimpik i italianit Pino Dordoni në ecje sportive.

### **Romë 1960**

(25 gusht- 11 shtator) Janë 5328 atletët pjesëmarrës dhe përfaqësojnë 84 vende. Për tu përmendur janë medaljet e Kalhun 110 metra në vrapim me pengesa, Boston në kërcim së gjati, Brag në kërcim së larti, gjermani Hari në 100 metra dhe etiopiani Bikila që për mëse 42 kilometra vrapon zbathur duke fituar medalje ari. Në boks fillon epoka e Kazus Klej. Fitimtare përsëri BS me 103 medalje. Në vend të dytë, SHBA dhe në të tretin Italia.

### **Meksikë 1968**

(12- 27 tetor) Meksika ishte Olimpiada e rekordeve botërore. Amerikanët me Hajnes, Smit dhe Evans vendosin rekorde të reja botërore. Hajnes në 100 metra ishte i pari që arriti të zbrësë rekordin botëror në 10 sekonda. Evans triumfon në 400 metra. Në kërcim së gjati Beamon kërcen 8.80 metra dhe thyen rekordin botëror që ishte në fuqi prej mëse 23 vjetësh. Në gjimnastikë protagoniste ishte çekja Cavlavska.

### **Montreal 1976**

(17 korrik 1 gusht) Lindë një yll i ri në gjimnastikë: Nadia Komaneçi. Rumania fiton medalje ari dhe që prej këtij viti ajo do të jetë sunduesja absolute në gjimnastikë. Kubanezi Huantorena



fiton medalje të artë në 400 dhe 800 metra dhe Lase Viren triumfon si katër vjet më parë në 5000 dhe 10000 metra.

### **Los Anxhelos 1984**

(28 korrik 12 gusht) Në Los Anxhelos rusët ua kthejnë amerikanëve me të njëjtën monedhë duke bojkotuar Lojërat Olimpikë. Morën pjesë 7055 atletë nga 140 vende. Karl Ljuis fiton katër medalje në 100, 200 metra, kërcim së gjati dhe stafetë. Në basketboll lind ylli Xhordan. Kina rikthehet në Lojërat Olimpikë pas 36 vitesh.

### **Barcelonë 1992**

Një numër i madh pjesëmarrësish në Barcelonë; 9094 nga 172 vende. Në 100 metra fiton britaniku Kristi, ndërsa në 1500 metra spanjollli Kaço. Karl Ljuis shkëlqen sërish duke fituar dy medalje ari në kërcim së gjati dhe stafetë. Në gjimnastikë shkëlqen bjellorusi Sherbo, që fiton 6 medalje ari. Në basketboll Dream Team fiton bindshëm medaljet. Rikthehet përfaqësuesja e Shqipërisë pas bojkotit nga përfaqësimi i saj i parë në vitin 1972.

### **Sidnej 2000**

Lojërat Olimpikë të Sidneit janë më të mëdhatë që janë organizuar deri më tani me 10,651 atletë, nga 199 vende të ndryshme dhe atletë individualë, që konkurruan në 300 gara. Brixhit Fisher fitoi 2 medalje të arta në kajak duke u bërë kështu e para femër që arrinë të fitojë medalje në një diferencë prej 20 vitesh. Xhudistja Rjoko Tamura, e cila humbi në finale në Barcelonë dhe Atlanta, arriti të fitonte medaljen e artë në Sidnei, ndërsa Stiv Redgrejv u bë atleti i parë i kanotazhit, që arrinë të fitojë medalje të artë në 5 olimpiada radhazi.

### **Pekin 2008**

Komiteti Olimpik Ndërkombëtar (KON) zgjodhi kryeqytetin kinez për nikoqir të lojërave, në konkurrencë me qytetet, Toronto, Paris, Stamboll dhe Osaka. Ceremonia solemne dhe hapja zyrtare do të bëhen në stadiumin kombëtar në Pekin, i njohur për opinionin botëror si “Foleja e Zogjëve”.

## Londër 2012

Lojërat Olimpike janë mbajtur në Londër, Mbretëria e Bashkuar nga 27 korrik deri më 12 gusht të vitit 2012.

Atletika është padyshim një nga sportet më të mëdha dhe më interesante në historinë e lojërave sportive, ajo padyshim pasqyron moton olimpikë "më shpejtë, më lartë, më fortë". Në Londër konkuruan në 47 disiplina rreth 2000 atletë.

Vrapimi i maratonës ka një histori të begatshme. Maratona është futur si garë përkujtimore për luftëtarin e Athinës të quajtur Filipid i cili pas fitores së Athinasve mbi Persianët në fushën e Maratonës (490p.e.së re), duke vrapuar me komplet përgatitjen e luftës deri në Athinë (36074m), e ka përcjellë lajmin e gëzueshëm për fitore duke thënë “ ne fituam” dhe menjëherë pas kësaj ra i vdekur nga molisja<sup>4</sup>. Kjo është historia e kësaj lëgje të deritanishme, por kohëve të fundit ekzistojnë edhe mendime tjera. Ky nuk ka qenë vrapimi i vetëm i Filipidit pasi që ai ka pasur një detyrë edhe më të rëndë e të rëndësishme për të shkuar në Spartë 240km dhe për të kërkuar ndihmë. Filipidi vrapoi këtë distancë për dy ditë dhe mori përgjigjen “jo” për ndihmë. Ai u kthye duke vrapuar dhe pas kësaj athinasit ndërmorën një sulm të shpejtë në fushën e maratonës. Pas kësaj beteje athinasit korrën fitore kurse Filipidi tashmë i lodhur nga vrapimet paraprake duhej të lajmëronte athinasit për fitoren mbi persianët<sup>5</sup>.

Pasi që lojërat Olimpike filluan të marrin formën e tyre në Athinë në vitin 1896, historiani dhe gjuhëtari francez Michele Breal propozoj ri-miratimin e vrapimit të Filipidit. Baroni Pierre de Coibertin, babai i Lojërave Olimpikë, e përvetësoi këtë ide me entuziazëm të madh, ashtu edhe organizuesit athinas, kështu që vrapimi 40 kilometra (24.8 mile) i quajtur maraton ka qenë disiplina e fundit në LO në vitin 1896<sup>6</sup>. Kjo garë është mbajtur në shtegun historik prej fushës së Maratonës deri në Athinë. Deri në vitin 1924 distanca e garës së maratonës ka ndryshuar prej 40.000m deri 42.195m, në tabelën e mëposhtme janë paraqitur distancat e shtegut të maratonës (në kilometra dhe në mile) gjatë viteve.

Në LO të vitit 1908 në Londër për herë të parë është vrapuar në gjatësinë 42.195m, që paraqet largësinë prej kështjellës së Vindzorit deri te stadiumi i qytetit në Londër. Startin e ka dhënë

---

<sup>4</sup> Atletika 1, 1992, Beograd, faq.41

<sup>5</sup> J.A.Komenskeho,1913, faq197

H.KAINOYΡΓΙΑ ΕΓΚΥΚΟΠΑΙΛΕΙΑ, 1979, FAQ.550

mbretëresha angleze Elizabeta. Gjatësia fikse prej 42,195 km u miratua në vitin 1921, nga ana e Federatës Ndërkombëtare Amatore të Athletikës (IAAF) si gjatësi zyrtare të një maratone.

### **Lojërat Olimpike Verore 2016** (portugalisht: *Jogos Olímpicos de Verão de 2016*)

Zyrtarisht të njohura si ‘Lojërat e XXXI të Olimpiadave’, dhe të njohura zakonisht si ‘Rio 2016’, janë ngjarje të mëdha ndërkombëtare multi-sportive që do të mbahet në Rio de Janeiro, Brazil, nga 5 gusht deri 21 gusht në vitin 2016. Pritet një rekord i shtetëve pjesëmarrëse dhe medaljeve. Me 306 grupe, lojërat do të shfaqën me 28 Medalje olimpike sportive, duke përfshirë rugby me shtatë çifte dhe golf, të cilat janë shtuar nga Komiteti Olimpik Ndërkombëtar në vitin 2009. Këto ngjarje sportive do të zhvillohen në 33 vende dhe përveç kësaj në 5 vende në qytetet e São Paulo (Brazil është qyteti më i madh), Belo Horizonte, Salvador, Brasília dhe Manaus. Më shumë se 10,500 atletë nga 206 shtete anëtare të Komiteteve Olimpik Kombëtare (NOCs), duke përfshirë edhe Kosovën dhe Sudanin Jugor për herë të parë që do të marrin pjesë në këtë ngjarje sportive.<sup>(6)</sup>

## **3.HULUMTIMET E DERITANISHME**

Punimet që kanë të bëjnë me lidhshmërinë ndërmjet karakteristikave antropologjike janë të shumëta. Në këtë fushë, punimet më të pakta janë ato që kanë të bëjnë me lidhshmërinë e karakteristikave morfologjike dhe aftësive motorike në realizimin e suksesshëm të teknikës së ecjes sportive. Shkaku nuk qëndron në pamjaftueshmërinë ose në definimin jo adekuat të hapësirës morfologjike dhe motorike sa në mungesën e ndonjë modeli teorik mbi ndikimin e këtyre dy faktorëve antropologjik në realizimin e suksesshëm të teknikës së ecjes sportive. Për këtë arsye punimet më të shpeshta janë ato të cilat kanë të bëjnë me ndikimin e disa veçorive morfologjike në efikasitetin motorik gjatë ekzekutimit të disa aktiviteteve tipike teknike, si dhe në transformimin e këtyre aftësive në ndikimin e stimuluesve të ndryshëm kineziologjik. Gjitha të dhënat e hulumtimit të deritanishme do t’i prezantojmë në temën e masterit...

**Bauersfeld dhe Voss (1992)** thekson se si për përshkruarjen e shpejtësisë si dhe format e manifestimit të saj në literaturën botërore përdori mbi 50 konceptetë ndryshme. Së fundi edhe pse shpejtësia numërohet në aftësitë kondicionale, shumica e autorëve gjatë definimit të saj

theksojnë se nuk është vetëm aftësia kondicionale përcaktuese por edhe aftësia e koordinimit duke dëshiruar në atë mënyrë të theksojnë se në shpejtësi kanë ndikim:

1. mekanizmat e enërgjisë
2. mekanizmat e kontrollit nervor (në një masë edhe më të madhe)

**Grosser (1991)**, thekson se shpejtësia është aftësia në bazë të proceseve kognitive, dëshirës maksimale dhe funksionalitetit nervor dhe sistemit muskolor arrihet shpejtësia maksimale e mundshme e reagimit ose lëvizjes në kushte e caktuara të tilla. **Hillman Hetinger (1980)**, thekson se është e domosdoshme të njihen dallimet esenciale ndërmjet llojëve të ndryshme të forcës, sipas kriterëve përcaktuese të tyre. Me këtë, ato kanë parasysh jo vetëm veçoritë dalluese ndërmjet tyre, por edhe përcaktimin dhe organizimin adekuat të veprimtarisë stërvitore. **Rashiti, N.** Në mostrën prej 200 garuesve elitë të ndarë në dy kategori 100 meshkuj dhe 100 femra janë marrë nga 10 garues në 10 maratonat më të njohura në botë. Me këtë mostër të garuesve nëpërmjet 4 ndryshoreve janë analizuar parametrat deskriptiv dhe janë vërejtur lidhshmëritë ndërmjet ndryshoreve. Nga antropometria kemi pasur dy ndryshoret bazë antropometrike: lartësinë trupore dhe peshën trupore. Atletët mesatarisht peshojnë 56.04 kilogram, kanë lartësi trupore mesatare 168.57 centimetra. Atletet mesatarisht peshojnë 49.94 kilogram, kanë lartësi trupore mesatare 163.98 centimetra. Moshë mesatare e garuesve është rreth 30 vjeç kurse garueset kanë moshë mesatare 31 vjeç. Rezultati mesatar i vrapimit të maratonës është 2:13.59 tek meshkujt dhe 2:37.23 tek femrat. Lidhshmëritë korelative nuk treguan që rezultati i vrapimit të maratonës ka relacione me peshën apo lartësinë trupore të atletëve, gjithashtu edhe faktori i moshës nuk ka treguar ndonjë lidhshmëri statistikisht të vlefshme. Faktorët që ndikojnë në rezultatin e vrapimit në maratonë duhet t'i kërkojmë në ndryshore tjera. Për të arritur rezultat të mirë në maratonë nuk vendos vetëm vëllimi dhe intensiteti i punës por edhe kualiteti i punës, llojlojshmëria e procesit stërvitor, eliminimi i lëvizjeve të tepërta, ekonomizimi i lëvizjes dhe racionalizimi i shpërndarjes së energjisë gjatë vrapimit si dhe faktorë të tjerë...

**Raxhepi, S. (2014)** Qëllimi i këtij punimi është që përmes disa ndryshoreve specifike motorike (ecjës sportive) të vërtetojmë dallimet në vlerat e arritura te atletët kulmorë në Lojërat Olimpikë dhe Kampionatet Botërore më konkretisht të vërtetohet dallimi në rezultatet e arritura në ecje sportive në dy kampionate. Në këtë punim janë mostra e 14 LO dhe 4 KB gjithsej të përfshira

28 kampionate prej 850 atletëve elitë. Rezultatet e atletëve nga (Lojërat Olimpike dhe Kampionati Botëror) janë marrë të gatshme nga faqet e internetit. Vlerat e rezultateve pas përpunimit statistikor tregojnë se finalistët e dy kampionateve Lojërat Olimpike dhe Kampionati Botëror paraqiten si grup më homogjen në të gjitha disiplinat e ecjës sportive të aplikuara në këtë hulumtim. Koeficientët e fituar të korelacionit tregojnë se garuesit i përkasin finalistëve të Lojërat Olimpike dhe Kampionati Botëror paraqiten si komponent në vete. Harmonizimi i të gjitha elementeve kondicionale, teknike, taktike dhe përgatitjes psikologjike paraqesin pjesën më të rëndësishme të adaptimit sportiv për pjesëmarrje të suksesshme në gara. Këta janë garues kulmorë të cilët i posedojnë veçoritë e lartëcekura si atletë kulmorë.

Për të arritur rezultat të mirë në ecje sportive nuk vendosë vetëm vëllimi dhe intensiteti i punës, por edhe kualiteti i punës, llojllojshmëria e procesit stërvitor, eliminimi i lëvizjeve të tepërta, ekonomizimi i lëvizjes dhe racionalizimi i shpërndarjes së energjisë gjatë ecjes sportive si dhe faktorë tjerë. Vlerat e rezultateve të fituara tregojnë se ka një tendencë të përmirësimit të rezultateve në Lojërat Olimpike dhe Kampionatit Botëror të ecjës sportive të finalistët e sidomos në vitet e fundit në dy kampionatet e trajtura apo analizura.

#### 4. QËLLIMI I PUNIMIT

Qëllimi i këtij studimi është të hulumtohen disa parametra, specifika (**Lartësia trupore, masa trupore, moshë e atletit dhe ecja sportive në 50 km**) dhe ecja sportive si ndryshore specifike, të analizohen dallimet e rezultateve në mes:

Lojërave Olimpike **2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016**

Matja dhe analizimi i karakteristikave themelore antropometrike dhe specifikee atletëve elitë është themeli mbi të cilin mund të ndërtohet një proces i ecjës sportive që aktivizon pothuajse të gjithë muskujt e atletit. Ajo jep një ndikim të madh në forcimin e organëve të brëndshme, në rritjen e aftësive për punë të tyre. Karakteristikat antropometrike janë të nevojshme për të qenë i suksesshëm në disa disiplina si ecja sportive edhe pse mendimet e ekspertëve shpesh ndryshojnë kur është fjala për këtë çështje. Analiza për përbërjen e trupit është

gjithashtu një procedurë standarde që ndihmon për të përmirësuar dhe për të bërë më optimale procesin e trajnimit të atletit si dhe për të përcaktuar gjendjen shëndetësore të tyre në ecjen sportive.

Duke u nisur nga qëndrimet e paraqitura në qasjen e problemit dhe lëndës së hulumtimit, qëllimet e këtij hulumtimi janë:

- të vërtetohen dallimet e karakteristikave antropometrike në ecjen sportive
- të vërtetohen dallimet e karakteristikave motorike - specifike në ecjen sportive
- të vërtetohen dallimet që nga olimpiada **2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016 LO.**

## **5. HIPOTEZAT THEMELORE**

Në bazë të hulumtimeve të deritanishme të cilat kanë trajtuar strukturën e hapësirës antropometrike dhe asaj specifike (ecje sportive 50 km) si dhe në bazë të qëllimit të hulumtimit mund të parashtrohen këto hipoteza:

**H<sub>01</sub>** – Distribucioni i fituar i variablave antropometrike, motorike dhe ecjës sportive, të aplikuara në këtë punim nuk do të ketë shmangie nga distribucioni normal. Lojërave Olimpikë (**2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016** )

**H<sub>02</sub>** – Rezultatet e variablave antropometrike dhe motorike do të jenë koeficiente të korrelacionit statistikisht të rëndësishme. Lojërave Olimpikë (**2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016**)

**H<sub>03</sub>** – Rezultatet e variablave antropometrike dhe motorike - specifike do të kenë dallime të rëndësishme në rezultatet dhe statistikisht dotë jenë të rëndësishme në mes 5 Lojrave Olimpikë ((**2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016**)).

## 5.2. MOSTRA E HULUMTIMIT

Në këtë hulumtim janë përfshirë 3 ndryshore antropometrike dhe një ndryshore motorike-specifike e ecjes sportive.

## 5.3. MATJET ANTROPOMETRIKE

1. Lartësia e trupit.....**ALARTË**
2. Masa e trupit.....**APESHA**
3. Moshë e atletit.....**MOSHA**

## 5.4.VARIABLAT MOTORIKE- SPECIFIKE

1. Ecje sportive.....**ES50KM**

## 5.5.KUSHTET E MATJES

E gjithë mostra, ndryshoret janë marrë nga faqja e IAAF. Gjithsej në këtë punim janë përfshirë 75 atletë elitë. (Ecje sportive)

Kriteri themelorë për testimin e atletëve elitë është:

- a) që të gjithë garuesit të jenë atletë kulmorë
- b) që të gjithë garuesit të kenë qenë pjesëmarrës në Lojërat Olimpikë të sipërpërmendura.

## 6. METODAT E PËRPUNIMIT TË REZULTATËVE

Të dhënat e mbledhura dhe grupuara do t'i sistemojmë në programin SPSS për analiza. Së pari kemi bërë një përpunim bazik të tyre, ku kemi gjetur mesatarën e mesatarëve ose të përgjithshme, të cilat i kemi paraqitur në tabela, e pastaj kemi kaluar në analizën e regresionit në SPSS. Pas përllogaritjeve kemi filluar me analizën e rezultatëve duke i interpretuar ato, ose duke treguar se çka do të thonë.

Në bazë të qëllimit dhe hipotezave të parashtruara janë zbatuar metodat e përpunimit të rezultateve të cilat mundësojnë sigurimin e informatave të mjaftueshme për realizimin e qëllimit.

Për realizimin e këtij punimi do të llogariten parametrat themelor statistikor dhe të shpërndarjes për secilën ndryshore, si dhe masat e asimetris dhe të shpërndarjes normale:

Vlerat minimale dhe maksimale (R.min-R.max)

### 1. parametrat themelor statistikor të shpërndarjes

- Mesatarja aritmetikore (Ma)
- Vlerat minimale dhe maksimale (R.min-R.max)
- Devijimi standard (Ds)
- Parametrat e asimetrisë (Skewness dhe Kurtosis)

2. Raportet e ndërlidhjeve ndërmjet variablave në hapsirën manifeste si dhe korelacionet në mes të variablave antropometrike dhe motorike.

3. Për përcaktimin e dallimit ndërmjet variablave antropometrike dhe specifike (ecjes sportive ) të Lojërave Olimpikë do të aplikohet analiza e variancës (ANOVA) .



## 6. INTERPRETIMI I REZULTATEVE DHE DISKUTIMI

### 6.1. ANALIZA DESKRIPTIVE E NDREYSHOREVE ANTROPOMETRIKE DHE MOTORIKE SPECIFIKE NË ECJËN SPORTIVE

Në tabelën 1 është paraqitur analiza deskriptive e ndryshoreve antropometrike, motorike specifike. Mostra ka përfshirë nxënësit e moshës 15 atletë elitë në çdo kampionat të Lojërave olimpike, ku janë të paraqitura vlerat e mesatares aritmetikore, rezultati minimal, rezultati maksimal, devijimi standard, koeficienti i variacionit, parametrat e shpërndarjes ose të asimetrisë (Skewness – asim, asimetri) dhe shkalla e shtrirjes së kulmit të lakores të distribucionit të rezultateve (Kurtosis – konveksitet). Interpretimi i rezultateve do të bëhet së bashku me interpretimin e garfikoneve të paraqitura nën tabelë.

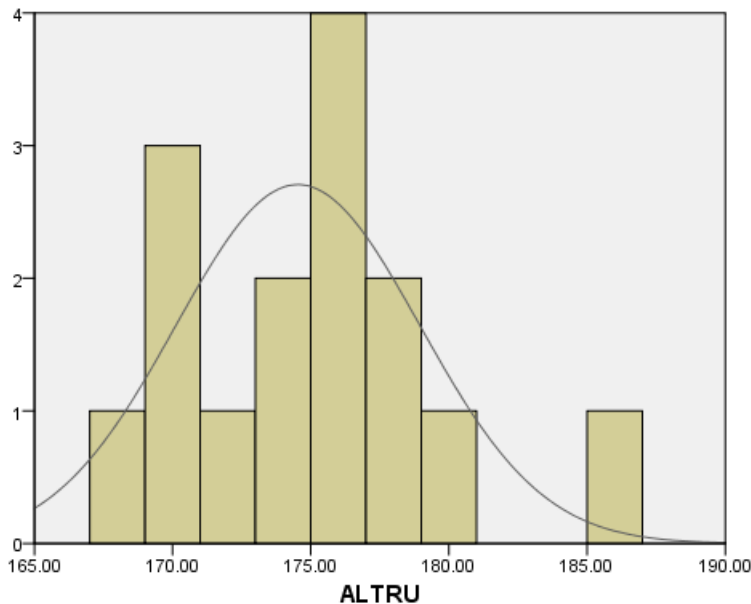
Me qëllim që pasqyra e informacioneve relevante të prezentohet në mënyrë më sistematike, ky kapitull kushtimisht është analizuar tek Lojërat Olimpike prej vitit **2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016** si disiplinë të ecjës sportive, të aplikuara në këtë punim sipas radhitjes së përpunimit statistikor:

1. Parametrat themelor statistikor, të asimetrisë dhe të shpërndarjes normale,
2. Korelacioni i variablave në hapësirën manifeste,
3. Analiza diskriminative për të gjitha grupet të ndara sipas disiplinës të ecjës sportive të aplikuara në këtë punim.

*Tabela 1. Parametrat themelorë statistikorë të ndryshoreve antropometrike dhe motorike bazike (ecje sportive) specifike të Lojërave olimpike 2000*

Tabela 1 LO- 2000	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis
ALTRU	15	168.00	185.00	174.5333	4.42181	.755	.892
APESHT	15	53.00	68.00	61.6667	3.99404	-.454	-.068
AMOKA	15	41.00	54.00	48.0000	4.25944	-.538	-1.193
ES50KM	15	222.22	233.30	227.8607	3.08406	-.087	-.127
Valid N (listwise)	15						

***Histogrami 1. Histogrami i ndryshorës – Lartësia trupore***

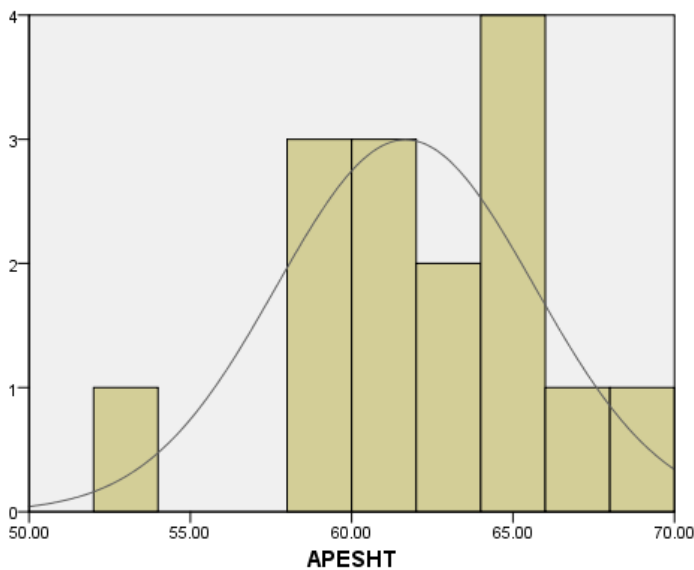


Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshorës antropometrike, Lartësia e trupit (**ALTRU**) (Tabela 1 dhe Histogramet 1) është 174.53 cm. Rezultati minimal i matjes (168.00 cm) dhe atij maksimal (185.00 cm) i ndryshorës antropometrike Lartësia e trupit tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë

ndryshore, rezultatet edhe pse anojn nga ma e ulta përseri janë homogjene.

Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të ulëta tregon sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). 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, distribucioni është mezokurtike.

***Histogrami 2. Histogrami i ndryshorës – Pesha e trupit***

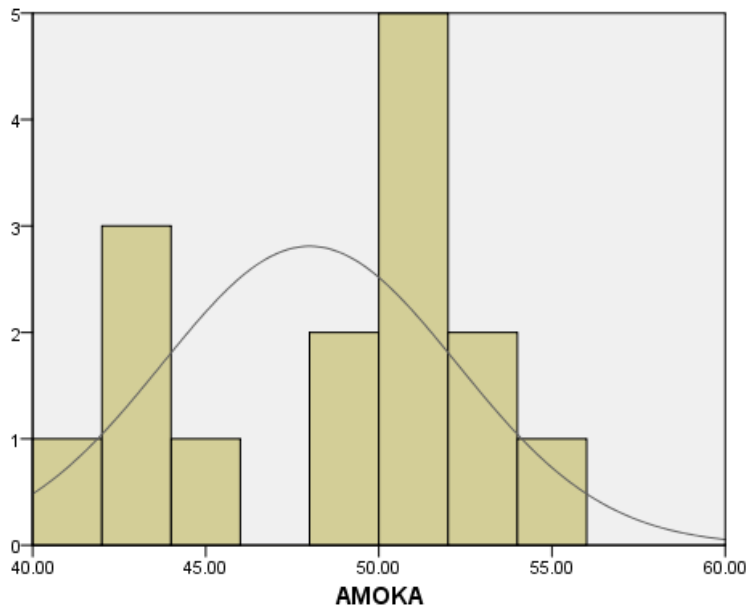


Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Pesha e trupit (**APESHT**) (Tabela 1 dhe Histogramet 2) është 61.66kg. Rezultati minimal i matjes (53.00kg) dhe atij maksimal (68.00kg) i ndryshores antropometrike. Pesha e trupit tregon se ekziston një dallim i

theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negativë (hipokurtik). 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, distribucioni është platokurtik.

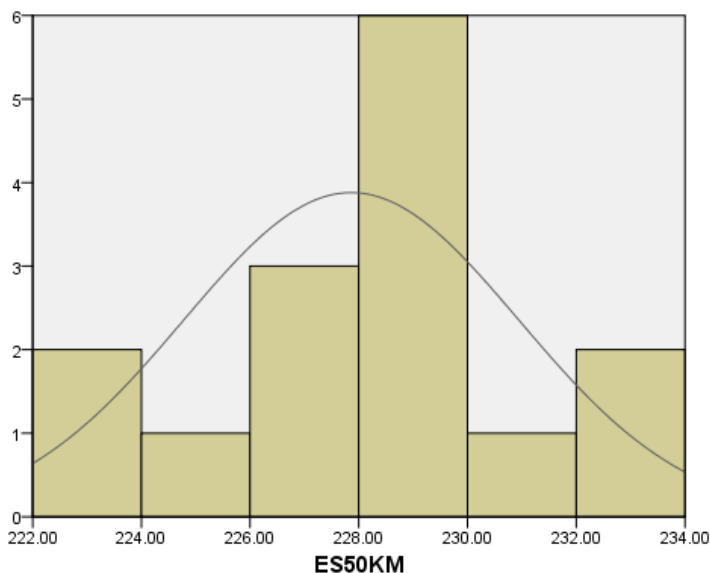
***Histogrami 3. Histogrami i ndryshores – Mosha kalendarike***

Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshorës antropometrike, Moshë kalendarike (AMOKA) (Tabela 1 dhe Histogramet 3) është 48.00. Rezultati minimal i matjes (41.00) dhe atij maksimal



(54.00) i ndryshores antropometrike Moshë kalendarike tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negativë (hipokurtik). Edhe pse ekziston dallim i theksuar në mes rezultatit minimal dhe atij

maksimal, shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregon



një asimetri të theksuar, distribucioni është platokurtik.

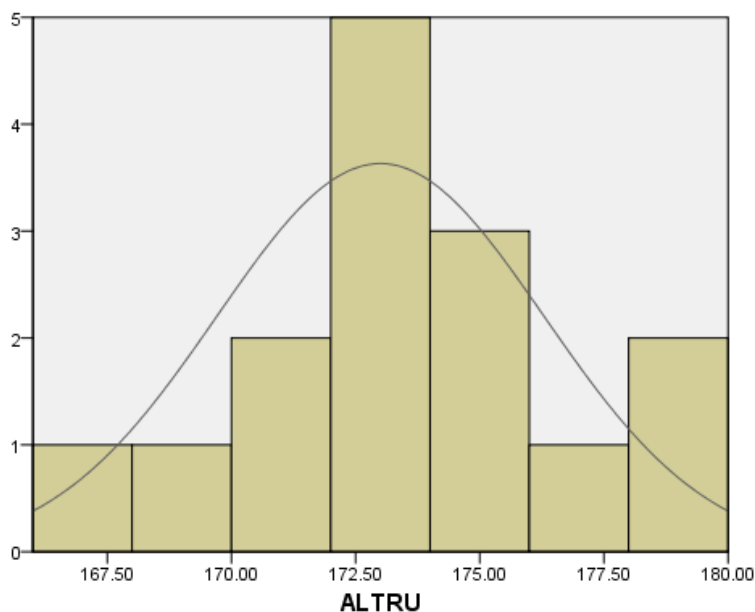
***Histogrami 4. Histogrami i ndryshores –Ecje sportive***

Ecja sportive në 50 km. (LO2000) (ES50KM) ka mesatare aritmetikore 22 7.86 min/ sek. Rezultati minimal

(222.22 min/sek.) dhe ai maksimal (233.30 min/sek) tregojnë se atletët në këtë disiplinë të atletikës në pjesën finale të Olimpiadës 2000. Edhe pse ekzistojnë dallime të theksuara në mes rezultatit maksimal dhe atij minimal shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i distribucionit të fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregon se nuk ka shmangie të rëndësishme. Distribucioni është platokurtik.

**Tabela 2. Parametrat themelor statistikor të ndryshoreve antropometrike dhe motorike bazike (ecje sportive) specifike të Lojërave olimpike 2004**

Tab.2-.2004 LO.	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis
ALTRU	15	167.00	178.00	173.0000	3.29502	-.111	-.450
APESHT	15	60.00	66.00	62.7333	2.01660	-.183	-1.123
AMOKA	15	35.00	50.00	43.4667	4.22352	-.094	-.022
ES50KM	15	218.46	235.43	228.6040	5.06312	-.544	-.747
Valid N (listwise)	15						

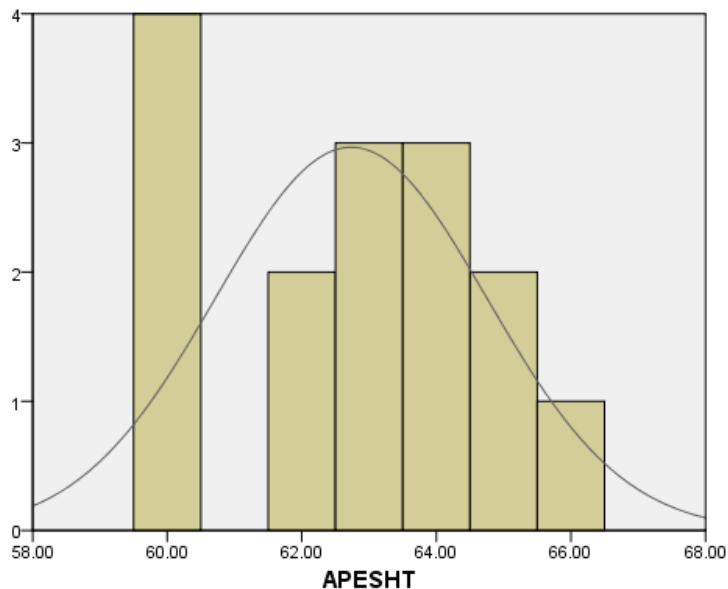


**Histogrami 5. Histogrami i ndryshoreve – Lartësia trupore**

Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshorës antropometrike, Lartësia e trupit (ALTRU) (Tabela 2 dhe Histogramet 5) është 173.00 cm. Rezultati minimal i matjes (167.00 cm) dhe ai maksimal (178.00 cm) i ndryshoreve antropometrike Lartësia e trupit tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore

antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negative (hipokurtik). Edhe pse ekziston dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i

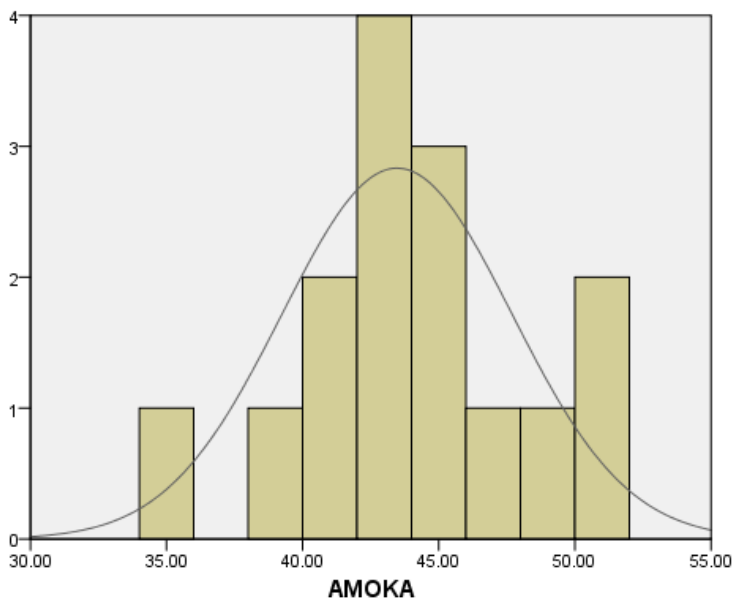
fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar, distribucioni është mezokurtik.



**Histogrami 6. Histogrami i ndryshores – Pesha e trupit**

Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Pesha e trupit (**APESHT**), (Tabela 2 dhe Histogrami 6) është 62.73 kg. Rezultati minimal i matjes (60.00 cm) dhe ai maksimal (66.00 kg) i ndryshores antropometrike, pesha e trupit tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të

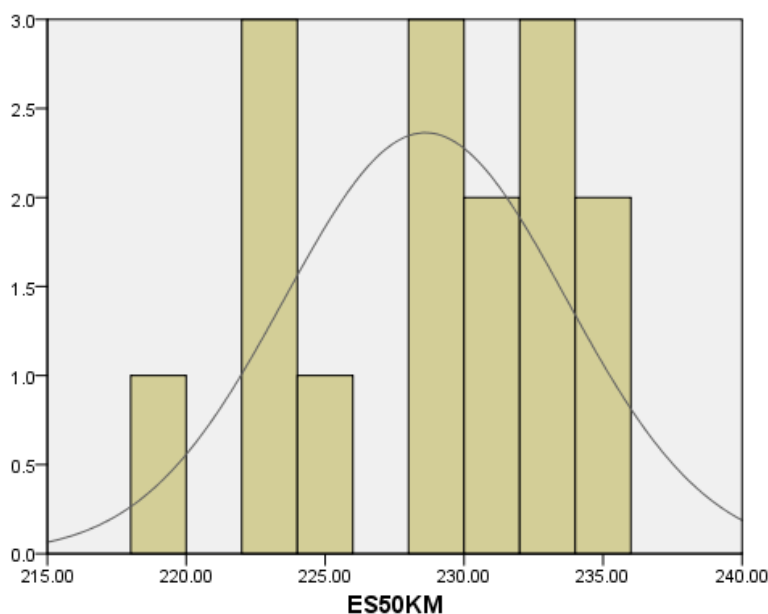
vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Edhe pse ekziston dallim i theksuar në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregon një asimetri të theksuar, distribucioni është platokurtik.



**Histogrami 7. Histogrami i ndryshorës – Mosha kalendarike**

Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Mosha kalendarike (**AMOKA**) (Tabela 2 dhe Histogrami 7)

është 43.46. Rezultati minimal i matjes (35.00) dhe atij maksimal (50.00) i ndryshores antropometrike Mosha kalendarike tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes nxënësve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). 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, distribucioni është platokurtik.



### ***Histogrami 8. Histogrami i ndryshores –Ecje sportive***

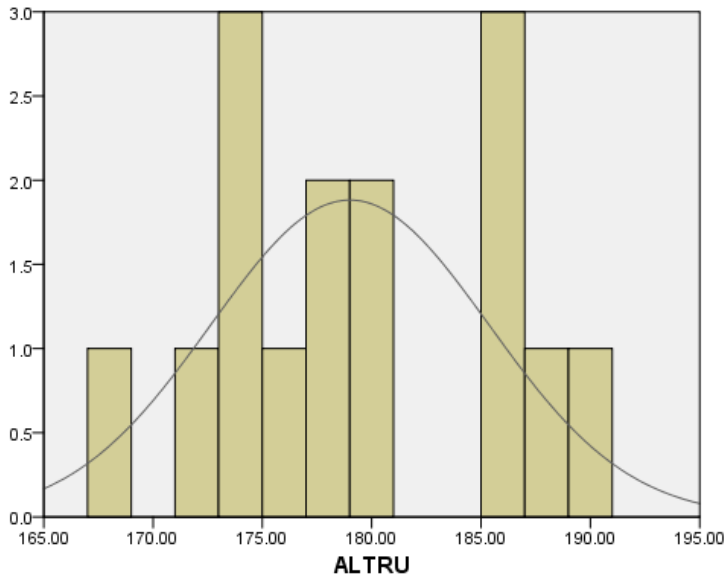
Ecja sportive në 50 km. (LO2004) (ES50KM). Ka mesatare aritmetikore 228.60 min/sek. Rezultati minimal (218.46 min/sek.) dhe ai maksimal (235.43 min/sek) tregojnë atletët në këtë disiplinë të atletikës në pjesën finale të Olimpiadës 2004. Edhe pse ekzistojnë dallime të theksuara në mes rezultatit maksimal dhe

atij minimal shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i distribucionit të fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregon se nuk ka shmangie të rëndësishme, distribucioni është platokurtik.

***Tabela 3. Parametrat themelorë statistikorë të ndryshoreve antropometrike dhe motorike bazike (ecje sportive) specifike të Lojërave olimpike 2008***

Tab.3-2008-LO.	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis
ALTRU	15	168.00	189.00	179.0000	6.35835	.125	-1.031
APESHT	15	58.00	76.00	65.2667	5.16121	.467	-.246
AMOKA	15	32.00	49.00	38.8000	4.75395	.691	.013
ES50KM	15	217.09	232.25	226.0600	4.54630	-.520	-.271
Valid N (listwise)	15						

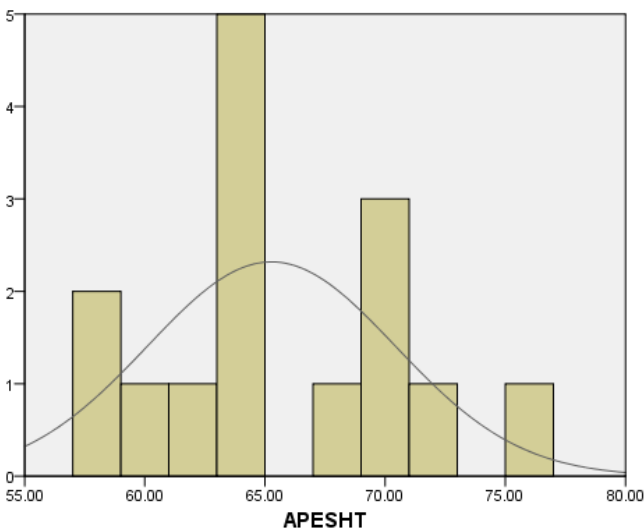
**Histogrami 9. Histogrami i ndryshores – Lartësia truport**



Mesatarja aritmetikore e matjes të ndryshorës antropometrike, Lartësia e trupit (**ALTRU**) (Tabela 3 dhe Histogrami 9) është 179.00cm. Rezultati minimal i matjes (168.00cm) dhe ai maksimal (189.00cm) i ndryshores antropometrike Lartësia e trupit tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore

antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negative (hipokurtik). 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, distribucioni është mezokurtike.

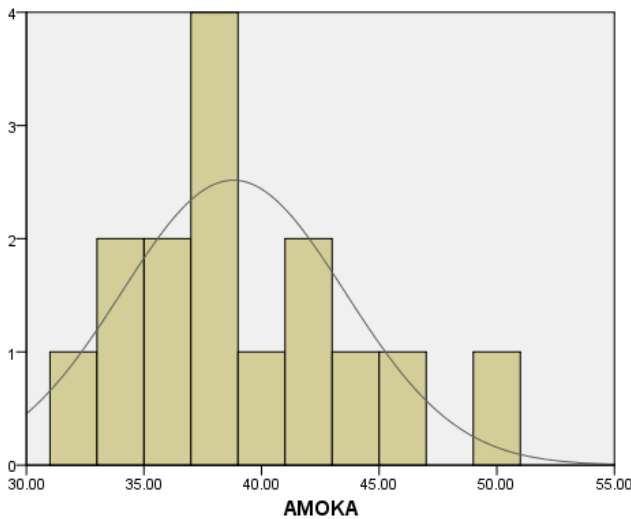
**Histogrami 10. Histogrami i ndryshores – Peshja e trupit**



Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Peshja e trupit (**APESHT**), (Tabela 3 dhe Histogramu 10) është 65.26kg. Rezultati minimal i matjes (58.00kg) dhe ai maksimal (76.00kg) i ndryshores antropometrike Peshja e trupit. tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore

antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negative (hipokurtik). Edhe pse ekziston dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar, distribucioni është platokurtik.

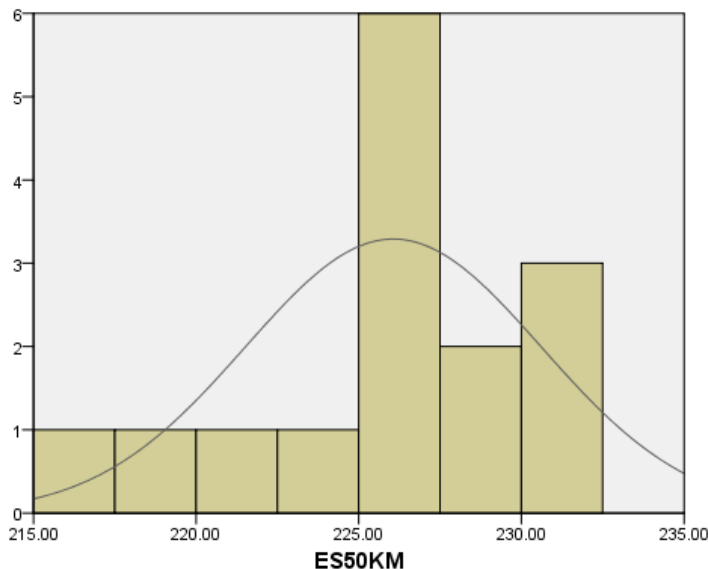
***Histogrami 11. Histogrami i ndryshores – Mosha kalendarike***



Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Mosha kalendarike (AMOKA), (Tabela 3 dhe Histogrami 11) është 38.80. Rezultati minimal i matjes (32.00) dhe ai maksimal (49.00) i ndryshores antropometrike Mosha kalendarike, tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë

të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Edhe pse ekziston dallim i theksuara në mes rezultatit minimal dhe atij maksimal, shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i fituar (Skewness dhe Kurtosis) nuk tregojnë një asimetri të theksuar, distribucioni është platokurtik.

***Histogrami 12. Histogrami i ndryshores – Ecje sportive***



Ecja sportive në 50 km. (LO2008) (ES50KM) ka mesatare aritmetikore 226.06 min/sek. Rezultati minimal (217.09 min/sek.) dhe ai maksimal (232.25 min/sek) tregojnë atletët në

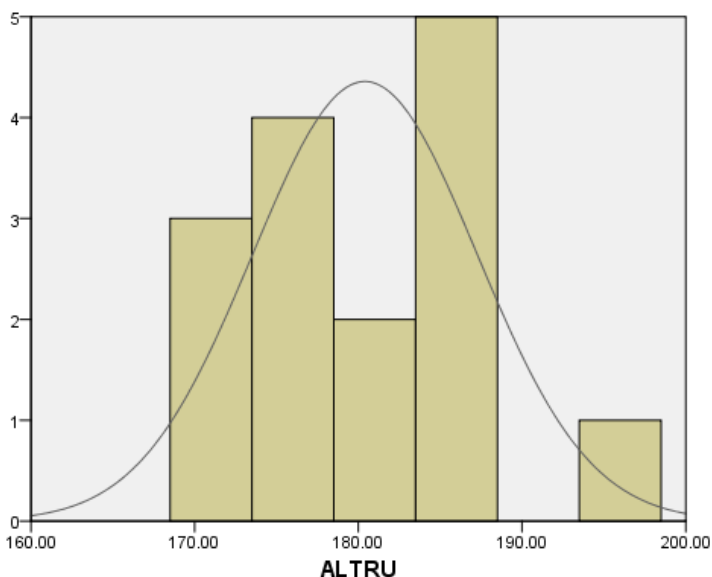


këtë disiplinë të atletikës në pjesën finale të Olimpiades 2008 edhe pse ekzistojnë dallime të theksuara në mes rezultatit maksimal dhe atij minimal shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i distribucionit të fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregon se nuk ka shmangie të rëndësishme, distribucioni është platokurtik.

**Tabela 4. Parametrat themelor statistikor të ndryshoreve antropometrike dhe motorike bazike (ecje sportive) specifike të Lojërave olimpike 2012**

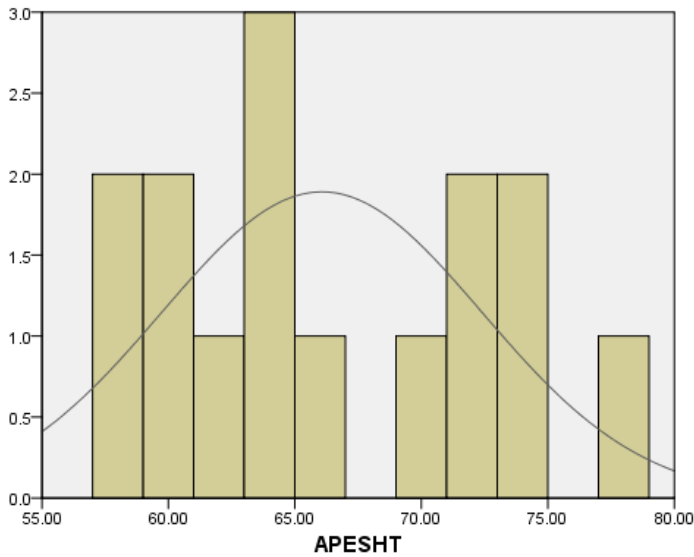
Tab.4-LO-2012	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis
ALTRU	15	171.00	194.00	180.4000	6.86398	.341	-.777
APESHT	15	58.00	78.00	66.0667	6.32982	.383	-1.093
AMOKA	15	30.00	43.00	35.7333	3.75056	.522	-.416
ES50KM	15	216.53	227.47	223.1213	3.88297	-.649	-1.116
Valid N (listwise)	15						-.777

**Histogrami 13. Histogrami i ndryshores – Lartësia trupore**



Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Lartësia e trupit (ALTRU), (Tabela 4 dhe Histogrami 13) është 180.40cm. Rezultati minimal i matjes (171.00cm) dhe ai maksimal (194.00cm) i ndryshores antropometrike Lartësia e trupit tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të

lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). 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, distribucioni është mezokurtike.

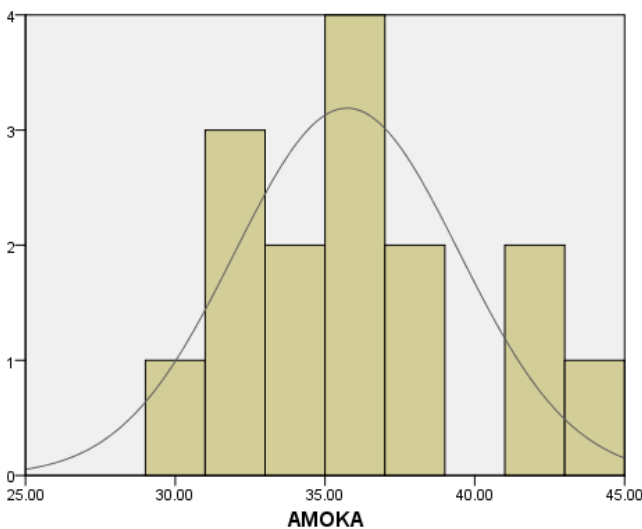


**Histogrami 14. Histogrami i ndryshores – Pesha e trupit**

Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Pesha e trupit (**APESHT**), (Tabela 4 dhe Histogrami 14) është 66.06kg. Rezultati minimal i matjes (58.00kg) dhe ai maksimal (78.00kg) i ndryshores antropometrike Pesha e trupit tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë

ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të ulëta dhe nga shpërndarja e rezultateve sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). 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, distribucioni është platokurtik.

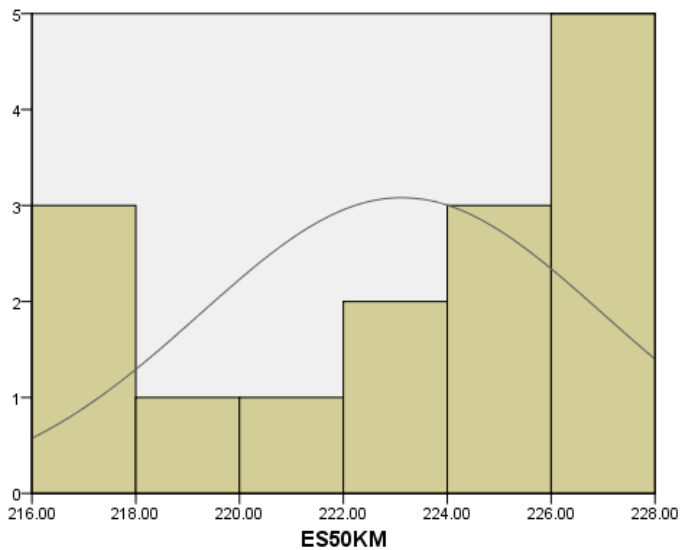
**Histogrami 15. Histogrami i ndryshores – Mosha kalendarike**



Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Mosha kalendarike (**AMOKA**), (Tabela 4 dhe Histogrami 15) është 35.73. Rezultati minimal i matjes (30.00) dhe atij maksimal (43.00) i ndryshores antropometrike. Mosha kalendarike tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për

një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta sepse testi i asimetrisë është

negativ (hipokurtik). 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, distribucioni është platokurtik.



**Histogrami 16. Histogrami i ndryshore – Ecje sportive**

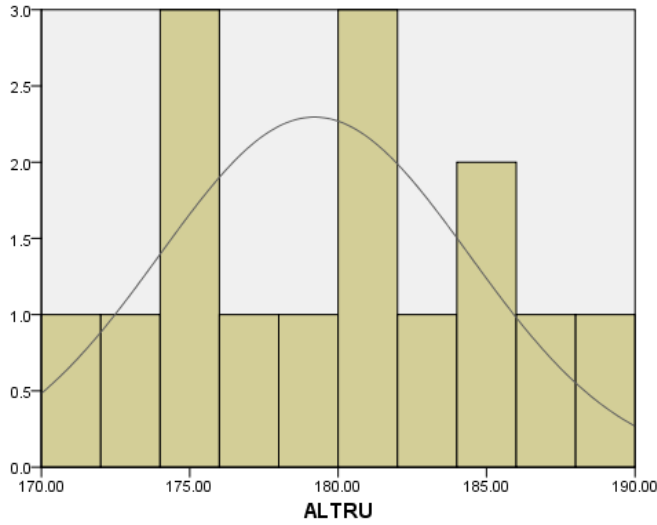
Ecja sportive në 50km. (LO2012) (ES50KM) ka mesatare aritmetikore 223.12 min/sek. Rezultati minimal (216.53 min/sek.) dhe ai maksimal (227.47 min/sek) tregon atletët në këtë disiplinë të atletikës në pjesën finale të Olimpiades 2012. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta,

sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Edhe pse ekzistojnë dallime të theksuara në mes rezultatit maksimal dhe atij minimal shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i distribucionit të fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregon se nuk ka shmangie të rëndësishme, distribucioni është platokurtik.

**Tabela 5. Parametrat themelore statistikore të ndryshoreve antropometrike dhe motorike bazike (ecje sportive) specifike të Lojërave olimpike 2016**

Tab.5.LO.20016	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis
ALTRU	15	171.00	188.00	179.2000	5.21262	.173	-1.102
APESHT	15	60.00	73.00	64.9333	4.75795	.502	-1.296
AMOKA	15	27.00	41.00	33.2667	4.66701	.287	-1.117
ES50KM	15	220.58	231.31	225.9887	3.87657	-.107	-1.558
Valid N (listwise)	15						

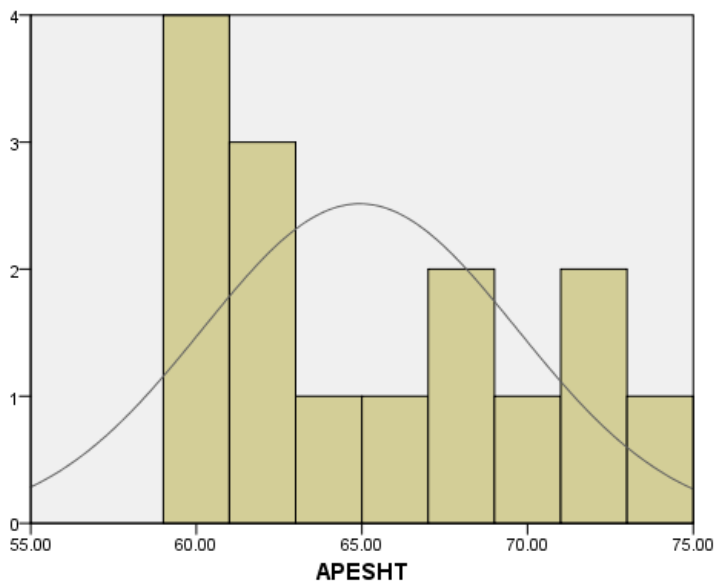
***Histogrami 17. Histogrami i ndryshores – Lartësia trupore***



Mesatarja aritmetikore e matjes të ndryshores antropometrike, Lartësia e trupit (**ALTRU**), (Tabela 5 dhe Histogrami 17) është 179.20cm. Rezultati minimal i matjes (171.00cm) dhe atij maksimal (188.00cm) i ndryshores antropometrike Lartësia e trupit, tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë

ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat të shpërndara, sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). 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, distribucioni është mezokurtike.

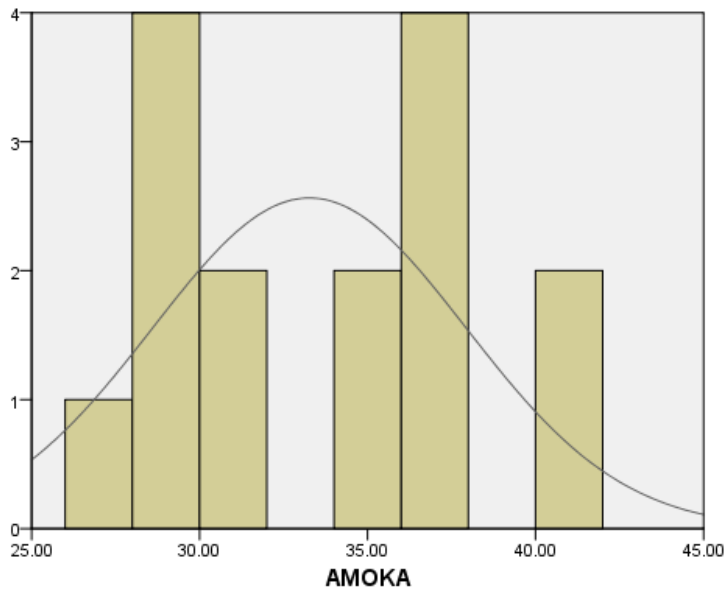
***Histogrami 18. Histogrami i ndryshores – Pesha e trupit***



Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Pesha e trupit (**APESHT**), (Tabela 5 dhe Histogrami 18) është 64.93 kg. Rezultati minimal i matjes (60.00 kg) dhe ai maksimal (73.00kg) i ndryshores antropometrike Pesha e trupit, tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të

vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të larta, sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). 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, distribucioni është platokurtik.

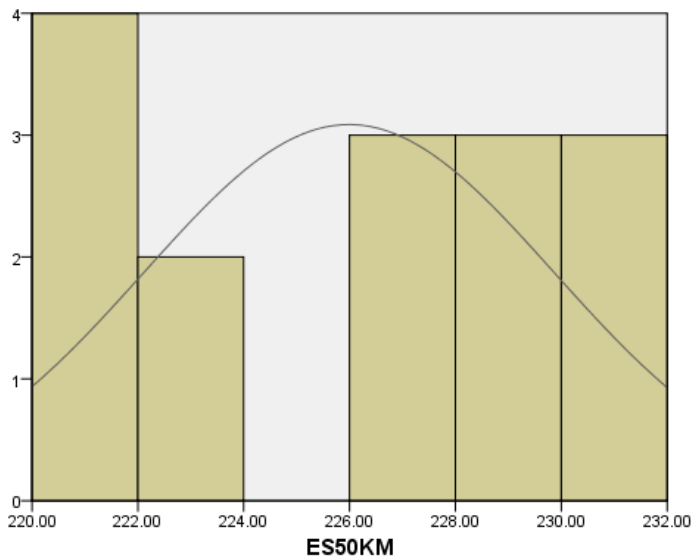
***Histogrami 19. Histogrami i ndryshores – Mosha kalendarike***



Mesatarja aritmetikore e matjes së ndryshores antropometrike, Moshë kalendarike (AMOKA), (Tabela 5 dhe Histogrami 19) është 33.26. Rezultati minimal i matjes (27.00) dhe ai maksimal (41.00) i ndryshores antropometrike Moshë kalendarike tregon se ekziston një dallim i theksuar në mes atletëve në këtë ndryshore antropometrike. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të ulëta, sepse testi i

asimetrisë është negativ (hipokurtik). 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, distribucioni është platokurtik.

***Histogrami 20. Histogrami i ndryshores – Ecje sportive***



Ecja sportive në 50km. (LO2016) (ES50KM) ka mesatare aritmetikore 225.98 min/sek. Rezultati minimal (220.58 min/sek.) dhe ai maksimal (231.31 min/sek) tregon atletët në këtë disiplinë të atletikës në pjesën finale të

Olimpiades 2016. Rezultatet tregojnë për një anim të lehtë të vlerave të kësaj ndryshore kah vlerat më të ulëta, sepse testi i asimetrisë është negativ (hipokurtik). Edhe pse ekzistojnë dallime të theksuara në mes rezultatit maksimal dhe atij minimal shihet se lakueshmëria dhe konveksiteti i distribucionit të fituar (Skewness dhe Kurtosis) tregojnë se nuk ka shmangie të rëndësishme, distribucioni është platokurtik.

## **6.2. MATRICA E INTERKORELACIONIT NDËRMJET VARIABLAVE ANTROPOMETRIKE DHE MOTORIKE SPECIFIKE TEK ECJA SPORTIVE TË LOJËRAVE OLIMPIKE 2000,2004,2008,2012 DHE 2016**

### ***Interkorelacioni i variablave specifike (ecje sportive) të atletët elitë në finalen e Olimpiadës 2000.***

Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike bazike dhe specifike janë të paraqitura në tabelën 6. Në tekstin në vazhdim do të paraqiten dhe analizohen koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2000, koeficientet të korrelacionit të thjeshtë linear të variablave specifike (ecje sportive). Për shkak të pasqyrimit më të mirë të tabelave dhe në të vërejturit më të qartë të korelacioneve të rëndësishme të niveleve të ndryshme të lidhmërisë, koeficientët në fjalë janë evidentuar me shenjën e yllit. Kështu që koeficientët statistikisht të rëndësishëm të variablave me shkallë më të lartë të konkludimit statistikor ( $p=0.01$ ) janë shënuara me dy shenja të yllit. Me kriterium më të lehtë të konkludimit statistikor ( $p=0.05$ ) koeficientët e korelacionit janë shënuara me një shenjë të yllit. Matrica e interkorelacionit e variablave specifike (ecje sportive) vetëm 15 atletët finalist të Olimpiadave 2000 janë e paraqitur në tabelë. Interpretimi i koeficientëve të korelacionit të thjeshtë linear siç është e njohur në të shumtën e rasteve varet nga numri i të testuarve, respektivisht më preciz nga shkalla e lirisë.

**Tabela 6. Koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2000**

		Correlations			
Tabela 6.		ALTRU	APESHT	AMOKA	ES50KM
	Pearson Correlation	1	.512	-.273	.141
ALTRU	Sig. (2-tailed)		.051	.325	.616
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	.512	1	-.332	.262
APESHT	Sig. (2-tailed)	.051		.227	.346
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	-.273	-.332	1	.162
AMOKA	Sig. (2-tailed)	.325	.227		.565
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	.141	.262	.162	1
ES50KM	Sig. (2-tailed)	.616	.346	.565	
	N	15	15	15	15

**Tabela 7. Koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2004**

		Correlations			
Tabela 7.		ALTRU	APESHT	AMOKA	ES50KM
	Pearson Correlation	1	.774**	-.349	-.067
ALTRU	Sig. (2-tailed)		.001	.202	.813
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	.774**	1	.049	-.104
APESHT	Sig. (2-tailed)	.001		.862	.713
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	-.349	.049	1	-.068
AMOKA	Sig. (2-tailed)	.202	.862		.809
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	-.067	-.104	-.068	1
ES50KM	Sig. (2-tailed)	.813	.713	.809	
	N	15	15	15	15

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike bazike dhe specifike janë të paraqitura në tabelën 7. Në tekstin në vazhdim do të paraqiten dhe analizohen koeficientët e interkorelacionit

të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2004, linear të variablave specifike (ecje sportive). Për shkak të pasqyrimit më të mirë të tabelave dhe në të vërejturit më të qartë të korelacioneve të rëndësishme të niveleve të ndryshme të lidhmërisë, koeficientët në fjalë janë evidentuar me shenjën e yllit. Kështu që koeficientët statistikiqsh të rëndësishëm të variablave me shkallë më të lartë të konkludimit statistikor ( $p=0.01$ ) janë shënuar me dy shenja të yllit. Më kriterium më të lehtë të konkludimit statistikor ( $p=0.05$ ) koeficientët e korelacionit janë shënuar me një shenjë të yllit. Kjo tregon se ecja sportive në përgjithësi te atletët kulmorë shikohen si stereotipe motorike të lëvizjes së njeriut të cilat janë të përbëra nga hapat përsëritës dhe se frekuenca e hapave te ecjës sportive varet nga funksionimi i sistemit nervor qëndror në nivelin e qëndrueshmërisë dhe përgatitjes fizike tek atletët elitë në ecje sportive. Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes vete (APESHT.774<sup>\*\*</sup> ku ka korelacion të lartë me lartësinë trupore në nivel të  $p=0.01$ ). (Vlenë të theksohet se nga variablat e ecjës sportive nuk ka korelacion fare që arsyetohet me faktin se mostra e hulumtimit është e vogël.

**Tabela 8. Koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2008**

		Correlations			
Tabela 8.		ALTRU	APESHT	AMOKA	ES50KM
ALTRU	Pearson Correlation	1	.792 <sup>**</sup>	-.043	.147
	Sig. (2-tailed)		.000	.880	.602
	N	15	15	15	15
APESHT	Pearson Correlation	.792 <sup>**</sup>	1	.203	.021
	Sig. (2-tailed)	.000		.468	.942
	N	15	15	15	15
AMOKA	Pearson Correlation	-.043	.203	1	.192
	Sig. (2-tailed)	.880	.468		.493
	N	15	15	15	15
ES50KM	Pearson Correlation	.147	.021	.192	1
	Sig. (2-tailed)	.602	.942	.493	
	N	15	15	15	15

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike bazike dhe specifike janë të paraqitura në tabelën 8. Në tekstin në vazhdim do të paraqiten dhe analizohen koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2008, linear të variablave specifike (ecje sportive). Për shkak të pasqyrimin më të mirë të tabelave dhe në të vërejturit më të qartë të korelacioneve të rëndësishme të niveleve të ndryshme të lidhmërisë, koeficientët në fjalë janë evidentuar me shenjën e yllit. Kështu që koeficientët statistikisht të rëndësishëm të variablave me shkallë më të lartë të konkludimit statistikor ( $p=0.01$ ) janë shënuar me dy shenja të yllit. Me kriterium më të lehtë të konkludimit statistikor ( $p=0.05$ ) koeficientët e korelacionit janë shënuara me një shenjë të yllit.

Kjo tregon se ecja sportive në përgjithësi te atletët kulmorë shikohen si stereotipe motorike të lëvizjes së njeriut të cilat janë të përbëra nga hapat përsëritës dhe se frekuenca e hapave të ecjes sportive varet nga funksionimi i sistemit nervor qendror në nivelin e qëndrueshmërisë dhe të përgatitjes fizike tek atletët elitë në ecje sportive. Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes vete (Vlenë të theksohet se nga variablat e ecjës sportive nuk ka korelacion fare që arsyetohet me faktin se mostra e hulumtimit është e vogël. Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes vete (APESHT .792<sup>\*\*</sup>, ku tregon se ka korelacion të lartë me lartësinë trupore në nivel të kriterit  $P=0.01$ ).

***Tabela 9. Koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2012***

Correlations					
Tabela 9.		ALTRU	APESHT	AMOKA	ES50KM
ALTRU	Pearson Correlation	1	.761 <sup>**</sup>	-.279	.155
	Sig. (2-tailed)		.001	.315	.582
	N	15	15	15	15
APESHT	Pearson Correlation	.761 <sup>**</sup>	1	-.198	.527 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)	.001		.480	.043
	N	15	15	15	15
AMOKA	Pearson Correlation	-.279	-.198	1	.106
	Sig. (2-tailed)	.315	.480		.706
	N	15	15	15	15
ES50KM	Pearson Correlation	.155	.527 <sup>*</sup>	.106	1
	Sig. (2-tailed)	.582	.043	.706	
	N	15	15	15	15

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike bazike dhe specifike janë të paraqitura në tabelën 9. Në tekstin në vazhdim do të paraqiten dhe analizohen koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2012, linear të variablave specifike (ecje sportive). Për shkak të pasqyrimit më të mirë të tabelave dhe në të vërejturit më të qartë të korelacioneve të rëndësishme të niveleve të ndryshme të lidhshmërisë, koeficientët në fjalë janë evidentuar me shenjën e yllit. Kështu që koeficientët statistikisht të rëndësishëm të variablave me shkallë më të lartë të konkludimit statistikor ( $p=0.01$ ) janë shënuar me dy shenja të yllit. Me kriterium më të lehtë të konkludimit statistikor ( $p=0.05$ ) koeficientët e korelacionit janë shënuar me një shenjë të yllit. Vlenë të theksohet se nga variablat e ecjës sportive nuk ka korelacion fare që arsyetohet me faktin se mostra e hulumtimit është e vogël. Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes veti (APESHT)  $.761^{**}$ , ku tregon se ka korelacion të lartë me lartësinë trupore, në nivel te kriterit  $P=0.01$ , edhe e kemi ecjën sportive me kriter më të butë ( $p=0.05$ ) koeficientët e korelacionit janë  $.527^*$  që ka korelacion me peshën trupore. Vlenë të theksohet se nga variablat antropometrike asnjëra nuk qëndron në korelacion me të gjitha ecjet sportive të aplikuara në këtë punim.

***Tabela 10. Koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2016***

		Correlations			
Tabela 10.		ALTRU	APESHT	AMOKA	ES50KM
	Pearson Correlation	1	.801**	-.049	-.173
ALTRU	Sig. (2-tailed)		.000	.861	.536
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	.801**	1	.130	-.326
APESHT	Sig. (2-tailed)	.000		.645	.236
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	-.049	.130	1	.019
AMOKA	Sig. (2-tailed)	.861	.645		.947
	N	15	15	15	15
	Pearson Correlation	-.173	-.326	.019	1
ES50KM	Sig. (2-tailed)	.536	.236	.947	

N	15	15	15	15
---	----	----	----	----

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Koeficientët e interkorelacionit të variablave motorike bazike dhe specifike janë të paraqitura në tabelën 6. Në tekstin në vazhdim do të paraqiten dhe analizohen koeficientët e interkorelacionit të variablave antropometrike dhe motorike bazike specifike të lojërave olimpike 2016, linear të variablave specifike (ecje sportive). Për shkak të pasqyrimin më të mirë të tabelave dhe në të vërejturit më të qartë të korelacioneve të rëndësishme të niveleve të ndryshme të lidhshmërisë, koeficientët në fjalë janë evidentuar me shenjën e yllit. Kështu që koeficientët statistikisht të rëndësishëm të variablave me shkallë më të lartë të konkludimit statistikorë ( $p=0.01$ ) janë shënuar me dy shenja të yllit. Me kriterium më të lehtë të konkludimit statistikorë ( $p=0.05$ ) koeficientët e korelacionit janë shënuar me një shenjë të yllit.

Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes vete (APESHT)  $.801^{**}$ , ku tregon se ka korelacion të lartë me lartësinë trupore në nivel të kriterit  $P=0.01$ . Këtë moskorelacion mund ta interpretojmë edhe si ndikimin e faktorëve tjerë energjetik, biokimik dhe biomekanik në ekzekutimin e ecjës sportive. Mosha kalendrike qëndron në lidhshmëri me të gjitha llojet e ecjës sportive, çka lë të kuptojmë se mosha kalendrike luan rol në rezultatet tek ecja sportive.

## 7.DALLIMET E REZULTATEVE TË LOJËRAVE OLIMPIKE

7.1. Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variablat antropometrike dhe ecjës sportive te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2004, 2008, 2012 dhe 2016

Në tabelën 1 vërehet një dallim i rëndësishëm statistikor në mes mesatareve aritmetikore tek variablat antropometrike dhe ecjës sportive te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2004, 2008, 2012 dhe 2016. Është e pamundur në bazë të kësaj table të vërtetojmë se në mes cilave grupe dhe variablave ekziston ky dallim, për këtë arsye është e nevojshme të shikohet LSD analiza Post-Hoc,

***Tabela 11. Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variablat antropometrike dhe ecjës sportive te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012, sipas metodës ANOVA.***

ANOVA						
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
ALTRU	Between Groups	560.400	3	186.800	6.335	.001
	Within Groups	1651.333	56	29.488		
	Total	2211.733	59			
APESHT	Between Groups	193.600	3	64.533	2.976	.039
	Within Groups	1214.133	56	21.681		
	Total	1407.733	59			
AMOKA	Between Groups	1299.933	3	433.311	23.858	.000
	Within Groups	1017.067	56	18.162		
	Total	2317.000	59			
ES50KM	Between Groups	267.838	3	89.279	5.037	.004
	Within Groups	992.502	56	17.723		
	Total	1260.340	59			

**Tabela 12. Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variabla, Lartësia e trupit (ALTRU) te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012, sipas LSD analizës Post-Hoc,**

LSD Multiple Comparisons							
Dependent Variable	(I) VAR00005	(J) VAR00005	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
ALTRU	1	2	1.53333	1.98286	0.443	-2.4388	5.5055
		3	-4.46667*	1.98286	0.028	-8.4388	-0.4945
		4	-5.86667*	1.98286	0.005	-9.8388	-1.8945
	2	1	-1.53333	1.98286	0.443	-5.5055	2.4388
		3	-6.00000*	1.98286	0.004	-9.9722	-2.0278
		4	-7.40000*	1.98286	0	-11.3722	-3.4278
	3	1	4.46667*	1.98286	0.028	0.4945	8.4388
		2	6.00000*	1.98286	0.004	2.0278	9.9722
		4	-1.4	1.98286	0.483	-5.3722	2.5722
	4	1	5.86667*	1.98286	0.005	1.8945	9.8388
		2	7.40000*	1.98286	0	3.4278	11.3722
		3	1.4	1.98286	0.483	-2.5722	5.3722

Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variabla, Lartësia e trupit (ALTRU) te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012, LSD analiza Post-Hoc tregon se atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2004 dhe dallohen nga ata të vitit 2008 dhe 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2004 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000 dhe dallohen nga ata të vitit 2008 dhe 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2008 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive Lojërave Olimpike 2012 dhe dallohen nga ata të vitit 2000 dhe 2004. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 20012 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2008 dhe dallohen nga ata të vitit 2000 dhe 2004.

**Tabela 13. Dallimet në mes të mesatareve aritmetikore tek variabla, Pesha e trupit (APESHT) te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012, sipas LSD analizes Post-Hoc,**

LSD		Multiple Comparisons					
Dependent Variable	(I) VAR00005	(J) VAR00005	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
APESHT	1	2	-1.06667	1.70023	0.533	-4.4726	2.3393
		3	-3.60000*	1.70023	0.039	-7.006	-0.194
		4	-4.40000*	1.70023	0.012	-7.806	-0.994
	2	1	1.06667	1.70023	0.533	-2.3393	4.4726
		3	-2.53333	1.70023	0.142	-5.9393	0.8726
		4	-3.33333	1.70023	0.055	-6.7393	0.0726
	3	1	3.60000*	1.70023	0.039	0.194	7.006
		2	2.53333	1.70023	0.142	-0.8726	5.9393
		4	-0.8	1.70023	0.64	-4.206	2.606
	4	1	4.40000*	1.70023	0.012	0.994	7.806
		2	3.33333	1.70023	0.055	-0.0726	6.7393
		3	0.8	1.70023	0.64	-2.606	4.206

Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variabla, Pesha e trupit (APESHT) te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012. LSD analiza Post-Hoc tregon se atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2004 dhe dallohen nga ata të vitit 2008 dhe 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2004 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000, 2008 dhe 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2008 dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000 dhe nuk dallohen nga ata të vitit 2004 dhe 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2012 dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000 dhe nuk dallohen nga ata të vitit 2004 dhe 2008.

**Tabela 14. Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variabla, Moshë kalendarike (AMOKA) te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012, sipas LSD analizës Post-Hoc,**

LSD							
Multiple Comparisons							
Dependent Variable	(I) VAR00005	(J) VAR00005	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
AMOKA	1	2	4.53333*	1.55615	0.005	1.416	7.6507
		3	9.20000*	1.55615	0	6.0827	12.3173
		4	12.26667*	1.55615	0	9.1493	15.384
	2	1	-4.53333*	1.55615	0.005	-7.6507	-1.416
		3	4.66667*	1.55615	0.004	1.5493	7.784
		4	7.73333*	1.55615	0	4.616	10.8507
	3	1	-9.20000*	1.55615	0	-12.3173	-6.0827
		2	-4.66667*	1.55615	0.004	-7.784	-1.5493
		4	3.06667	1.55615	0.054	-0.0507	6.184
	4	1	-12.26667*	1.55615	0	-15.384	-9.1493
		2	-7.73333*	1.55615	0	-10.8507	-4.616
		3	-3.06667	1.55615	0.054	-6.184	0.0507

Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variabla, Moshë kalendarike (AMOKA) te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012. LSD analiza Post-Hoc tregon se atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpikë 2000 dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpikë 2004, 2008 dhe 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpikë 2004 dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpikë 2000, 2008 dhe 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpikë 2008 dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpikë 2000 dhe 2004, dhe nuk dallohen nga ata të vitit 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpikë 2012 dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpikë 2000 dhe 2004 dhe nuk dallohen nga ata të vitit 2008.

**Tabela 15. Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variabla, Ecja sportive (ES50KM) te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012, sipas LSD analizes Post-Hoc,**

LSD							
Multiple Comparisons							
Dependent Variable	(I) VAR00005	(J) VAR00005	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
						Lower Bound	Upper Bound
ES50KM	1	2	-0.74333	1.53724	0.631	-3.8228	2.3361
		3	1.80067	1.53724	0.246	-1.2788	4.8801
		4	4.73933*	1.53724	0.003	1.6599	7.8188
	2	1	0.74333	1.53724	0.631	-2.3361	3.8228
		3	2.544	1.53724	0.104	-0.5355	5.6235
		4	5.48267*	1.53724	0.001	2.4032	8.5621
	3	1	-1.80067	1.53724	0.246	-4.8801	1.2788
		2	-2.544	1.53724	0.104	-5.6235	0.5355
		4	2.93867	1.53724	0.061	-0.1408	6.0181
	4	1	-4.73933*	1.53724	0.003	-7.8188	-1.6599
		2	-5.48267*	1.53724	0.001	-8.5621	-2.4032
		3	-2.93867	1.53724	0.061	-6.0181	0.1408

Dallimet në mes mesatareve aritmetikore tek variabla, ecjën sportive (ES50KM) te atletët e ecjës sportive në katër lojërat olimpike 2000, 2004, 2008 dhe 2012, LSD analiza Post-Hoc tregon se atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2004 dhe 2008 dhe dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2004 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000, 2008 dhe dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2008 nuk dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000, 2004, dhe 20012. Atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 20012 dallohen nga atletët e ecjës sportive të Lojërave Olimpike 2000 dhe 2004 dhe nuk dallohen nga ata të vitit 2008.



## **8.VËRTETIMI I HIPOTEZAVE**

Në bazë të hulumtimeve të deritanishme, të cilat kanë trajtuar strukturën e hapësirës antropometrike dhe asaj specifike (ecje sportive 50 km.) si dhe në bazë të qëllimit të hulumtimit, kanë qënë të parashtruara këto hipoteza:

**H<sub>01</sub>** – Distribucioni i fituar i variablave antropometrike, motorike dhe ecjës sportive, të aplikuara në këtë punim nuk do të ketë shmangie nga distribucioni normal. Lojërave Olimpikë (2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016) - plotësisht është realizuar.

. **H<sub>02</sub>** – Rezultatet e variablave antropometrike dhe motorike do të jenë koeficientë të korrelacionit statistikisht të rëndësishme. Lojërave Olimpikë (2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016) - pjesërisht është realizuar.

. **H<sub>03</sub>** – Rezultatet e variablave antropometrike dhe motorike-specifike do të kenë dallime të rëndësishme në rezultatet dhe statistikisht dotë jenë të rëndësishme në mes 5 Lojërave Olimpikë (2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016) - plotësisht është realizuar.

## 9. PËRFUNDIMI

Atletika, si një degë e sportit dhe si një sistem i lëvizjës nuk mund të shikohet vetëm nëpërmjet rezultateve kulmore. Atletika ka një kuptim shumë më të gjerë si një degë e sportit dhe si një mjet për edukimin fizik dhe mënyrën e jetesës të çdo njeriu të civilizuar. Secila nga disiplinat e atletikës vepron jo vetëm në zhvillimin e aftësive individuale por edhe në statusin e përgjithshëm psikofizik të njeriut dhe për këtë arsye shpesh atletika quhet "mbretëresha e sportit".

"Mbretëresha e Sportit" gjithashtu ka karakteristikat e veta dalluese: lëvizjet sportive si ecja, vrapimi, kërcimi dhe hedhja përfaqësojnë lëvizjen natyrore, lëvizjen më të vjetër filogenetike dhe ontogjenike të përdorur nga njeriu për të siguruar mbijetesën e tij dhe përshpejtimin e zhvillimit të tij. Në manifestimin më të madh sportiv, sikur që është Olimpiada, atletika si sport zë vendin qendror, si për nga numri i pjesëmarrësve në të, ashtu edhe për nga interesimi i publikut dhe mediave. Lojërat Olimpike të cilat si në të kaluarën, por edhe sot, domethënë gjatë historisë së mbajtjes së tyre, në to, ecjet sportive kanë qenë prezente në të gjitha programet si disiplina të atletikës.

Vlerat e fituara nga përpunimi themelor statistikor të finalistëve të Lojërave olimpike të Londrës 2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016, parametrat themelor tregojnë se ato më tepër janë të

grumbulluara kah rezultatet e mira dhe asimetria e tyre është pozitive (epikurtike) ndërsa maja e kurbes është mezokurtike. Për dallim nga vlerat e asimetrisë të finalistët e Lojërave Olimpike të 2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016 janë me vlera pozitive, të 15 finalistët në ecjen sportive kanë asimetri dhe kanë shmangie nga distribucioni normal. Koeficientët e korelacionit të të gjitha variablat specifike janë mjaft të larta, çka tregojnë për homogjenitetin e mostrës e që i perkasin atletëve kulmorë dhe vrapimet në përgjithësi te atletët kulmorë shikohen si stereotipe motorike të lëvizjes së njeriut të cilat janë të përbëra nga hapat përsëritës, dhe se frekuenca e hapave te këto vrapime varet nga funksionimi i sistemit nervor qendror në nivelin kortikal dhe subkortikal dhe shumë lartë i përcaktuar nga faktori gjenetik. Në rastin konkret te këta atletë kulmorë kemi përsosjen dhe automatizimin e lëvizjeve të hapave te të gjitha distancat e vrapimeve të aplikuara në këtë punim, në tabelën nr.6 nuk kemi korelacion me një ndryshore, 7, Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes vete (APESHT) ku ka korelacion të lart APESHT .774\*\*.

Në tabelën 8. Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes vete (APESHT .792\*\*), lu tregohet se ka korelacion të lartë me lartësinë trupore, në nivel të kriterit  $P=0.01$ .

Në tabelën 9. Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes vete (APESHT).761\*\*, ku tregon se ka korelacion të lartë me lartësinë trupore, në nivel të kriterit  $P=0.01$ . dhe e kemi ecjen sportive me kriter më të butë ( $p=0.05$ ) koeficientët e korelacionit janë .527\* që ka korelacion me peshën trupore .

Në tabelën 10. Variablat antropometrike te atletët nuk kanë korelacion fare në mes vete (APESHT).801\*\*, ku tregohet se ka korelacion të lartë me lartësinë trupore, në nivel të kriterit  $P=0.01$ .

Rëndësia dhe jashtëzakonshmja u takon në veçanti atyre që sportistit ia ndërtojnë, begatojnë dhe nxisin ndjenjën, psikologjinë dhe guximin për fitore dhe rezultate të larta sportive. Krijimi i mjedisit sportiv, ndjenja për sakrificë, durimi për ngarkesa maksimale dhe vetëdija për përkatësinë nacionale janë çështje fundamentale për sportistët elitëtë cilit i takon ai sportist përkatësisht ai ekip sportiv. Shtrirja dhe prezenca e ecjës sportive është thellë në evolimin e njeriut, ajo është ekzistenca e tij. Zhvendosja e njeriut nga njëri vend në tjetërin është si pasojë e komunikimit të tij me truallin në kohë, hapësirë dhe me kahje të duhur.

## 10. LITERATURA

1. Baumann, Ę. (1980). Kinematic and dynamic characteristics of the sprint start. In P.V. Komi (Ed.), *Biomechanics V-B*.
2. *International Series on Biomechanics, Vol.1B (34- 47)*. Baltimore, MD: University Park Press.
3. Babić, V. (2005). Utjecaj motoričkih sposobnosti i morfoloških obilježja na sprintersko trćanje. [Influence of motor abilities and morphological properties on sprint running. In Croatia]. Doktorska disertacija. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
4. Babić, V. (2008). Reaction time and sprint results in athletics. In M. Čoh (Ed.), *Biomechanical diagnostic methods in athletic training (183-193)*. University of Ljubljana
5. Babić, V., & Delalija, A. (2009). Reaction time trends in the women's sprint and hurdle events at the 2004 Olympic Games. *Neē Studies in Athletics*, 24(1), 49-57.
6. Babić, V., & Čoh, M. (2010). Karakteristike razvoja brzine i sprinterskog trćanja. In I. Jukić et al. (Ed.), *8.godišnja međunarodna konferencija Kondicijska priprema sportaša (83-98)*. Sveučilište u Zagrebu & Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.
7. Bruggemann, G.P., & Glad, Ę. (1990). Biomechanical analyses of the jumping events; time analysis of the sprint and hurdle events: IAAF Scientific Research Project at the Games of XXXIV Olympiad-Seoul 1988: Final Report. Monaco: IAAF.
8. Bračić, M., Peharec, S., Bačić, P., & Čoh, M. (2010). Biomehanička dijagnostika starta najboljih slovenskih sprintera. In I. Jukić et al. (Ed.), *8. godišnja međunarodna konferencija Kondicijska priprema sportaša (177-183)*. Sveučilište u Zagrebu & Udruga kondicijskih trenera Hrvatske.
9. Cavagna, G.A., Komárek, L., & Mazzoleni, S. (1971). The mechanics of sprint running. *Journal of Physiology*, 217, 709-721.
10. Coppenolle, H., & Delecluse, C. (1989). Technology and development of speed. *Journal of Physiology*, 217, 709-721
11. Coppenolle, H., Delecluse, C., Goris, M., Diels, R., & Kraayenhof, H. (1990). An evaluation of the starting action of world class female sprinters. *Track Technique*, 90, 3581-3582.
12. Collet, C. (2000). Strategic aspects of reaction time in world class sprinters. *Track Coach*, 152, 486.
13. Čoh, M., Jošt, B., Škof, B., Tomažin, K. and Dolenc, A. (1998). Kinematic and kinetic parameters of the sprint start and start acceleration model of top sprinters. *Gymnica* 28, 33-42.

14. Čoh, M. (2001). Biomechanics of athletics. Ljubljana: Fakultet za šport.
15. Michel S., Jarver J., The start is (almost) everything in sprint performance. *Track Coach*, 2002, 160, 5121.
16. Yokokura S., Kajiëara Y., Hirashita M., Tacano M., Ito K., Nozaki T., Effect of neë false start rule on start reaction time. Proceedings of the 2004 Pre-Olympic Congress Sport Science Through the Ages, (Eds: V. Klisouras, S. Kellis, I. Mouratidis), 2004, Vol. II, 131.
17. Rexhepi S. (2014) Analiza dhe krahasimi i lojërave olimpike dhe kampionatit botrëror në ecje sportive 50 km. tek atletët elitë, Punim i masterit ,Prishtinë
18. Naser Rashiti, Lulzim Ibri, Blerim Sylejmani (2000) ANTHROPOMETRIC CHARACTERISTICS AND FUNCTIONAL ABILITIES WITH SCHOOL CHILDREN ATHLETES AND NON-ATHLETES FROM PRIZREN, CRNOGORSKA SPORTSKA AKADEMIJA, „Sport Mont“ časopis br. 25,26,27.
- 19.** Ramadani L, Heta G, Bekolli L, Rashiti N, Ramabaja Q, Millaku A. The impact of short run distances to the final results of the decathlon at the 2019 Athletic World Championships. *Journal of Education, Health and Sport*. 2019;9(12):101-109. eISSN 2391-8306. DOI
20. Heta G, Ramadani L, Rashiti N, Bekolli L, Shabani E. Application of bioelectric impedance in the assessment of body components to active and pasiv athletes. *Journal of Education, Health and Sport*. 2020;10(2):133-139. eISSN 2391-8306. DOI

**Burimet:**

<http://www.iaaf.org>

- [Athletics at the 1960 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 1964 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 1968 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 1972 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 1980 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 1984 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 1988 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 1992 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
  
- [Athletics at the 1996 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 2000 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 2004 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 2008 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- [Athletics at the 2012 Summer Olympics – Men's 50 kilometres walk](#)
- 

[wikipedia.org/wiki/2011\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/2011_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[wikipedia.org/wiki/2013\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/2013_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[wikipedia.org/wiki/2009\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/2009_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[wikipedia.org/wiki/2007\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/2007_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[wikipedia.org/wiki/2005\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/2005_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[.wikipedia.org/wiki/2003\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://.wikipedia.org/wiki/2003_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[wikipedia.org/wiki/2001\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_-\\_Men%27s\\_50\\_kilometre\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/2001_World_Championships_in_Athletics_-_Men%27s_50_kilometre_walk)

[wikipedia.org/wiki/1999\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/1999_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[wikipedia.org/wiki/1995\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/1995_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[wikipedia.org/wiki/1993\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/1993_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

[wikipedia.org/wiki/1991\\_World\\_Championships\\_in\\_Athletics\\_\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](http://wikipedia.org/wiki/1991_World_Championships_in_Athletics__Men%27s_50_kilometres_walk)

wikipedia.org/wiki/1983\_World\_Championships\_in\_Athletics\_\_Men%27s\_50\_kilometres\_walk

## **REKORDET OLIMPIKE DHE BOTRORE**

**Rekordi Botror**  [Denis Nizhegorodov](#) (RUS)**3:34:14**[Cheboksary](#), Russia 11 May 2008

**Rekordi Olimpik**  [Alex Schwazer](#) (ITA)**3:37:09**[Beijing](#), China 22 August 2008<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> [wikipedia.org/wiki/Athletics\\_at\\_the\\_2012\\_Summer\\_Olympics\\_-\\_Men%27s\\_50\\_kilometres\\_walk](#)

# **ANALIZA E REZULTATEVE TË ECJËS SPORTIVE 50 KM. NË KAMPIONATET BOTËRORE (2009-2011-2013-2015-2017) DHE LOJËRAT OLIMPIKE (2000-2004-2008-2012-2016)**

## **REZYME**

Qëllimi i këtij punimi është që përmes disa ndryshoreve antropometrike dhe atyre specifike motorike (ecjes sportive 50km), të vërtetohet dallimet në vlerat e arritura te atletët kulmorë në pesë Olimpiadat: 2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016. Konkretisht, të vërtetohet dallimi në rezultatet e arritura, të vërtetohen paramatrat themelore: Lartësia e trupit, masa e trupit, mosha e atletit dhe ecje sportive. Çështja e përgatitjes së një sportisti ose të një ekipi sportiv për garë kulmore ndërkombëtare jo vetëm që kërkon angazhime individit apo të një grupi njerëzish profesionist të angazhuar, por gjithashtu kërkon angazhime të jashtëzakonshme të mjedisit i cili i ofron sportistit kushte materiale dhe hapësinore. Për tu realizuar qëllimi i hulumtimit është përfshirë mostra prej 75 atletëve kulminantë. Rezultatet e atletëve nga 5 olimpiadat (Olimpiadat e zhvilluara në (2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016) janë marrë rezultatet e gatshme nga faqet e internetit. Vlerat e rezultateve pas përpunimit statistikor tregojnë se finalistët e Olimpiadës së (2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016) paraqiten si grup më homogjen në të gjitha disiplinat e atletikës të aplikuara në këtë hulumtim. Koeficientët e fituar të korelacionit tregojnë Lartësinë e trupit, masën e trupit, moshën e atletit dhe ecjen sportive. Pa marrë parasyshë se cilave antropometrike dhe motorik-specifike i përkasin finalistët e Olimpiadave, paraqiten si komponent në vete. Harmonizimi i të gjitha elementeve kondicionale, teknike, taktike dhe përgatitjes psikologjike paraqesin pjesën më të rëndësishme të adaptimit të ecjës sportive për pjesëmarrje të suksesshme në gara. Këto janë specifikat e garuesve kulmorë të cilat i posedojnë veçoritë e lartëpërmendura. Vlerat e rezultateve të fituara tregojnë se ka dallime të rëndësishme nga olimpiada në olimpiadë ku mundë të vërehet edhe në tabelën nr.11 ku kemi paraqitur (LSD) dallimin e rezultateve: Lartësia e trupit, masa e trupit, mosha e atletit dhe ecja sportive tek atletët finalistë. Kjo tregon për një teknologji më të avansuar stërvitore te atletët finalistë në Olimpiaden e 2000, 2004, 2008, 2012 dhe 2016.



**Fjalët kyçe:** variabla antropometrike, ecje sportive, atletë elitë, **ANOVA**

# **ANALYSIS OF THE RESULTS OF 50 KM WALKING. IN THE WORLD CHAMPIONSHIPS (2009-2011-2013-2015-2017) AND THE OLYMPIC GAMES (2000-2004-2008-2012-2016)**

## **SUMMARY**

The purpose of this paper is to prove the differences in the values achieved by the top athletes through several anthropometric variables and specific motor ones (50km sport walking), in the five Olympics: 2000,2004,2008,2012 and 2016. Specifically confirming the differences in the achieved results, and verifying the basic parameters: Body height, body mass, athlete age and walking. The issue of preparing an athlete or a sports team for the top international competition not only requires the commitment of the individual or a group of professional people engaged, but also requires extraordinary environmental commitments which provide the athlete with the material and spatial conditions needed. To achieve the purpose of the research, a sample of 75 culminating athletes was included. The results of Athletes from 5 Olympics (Olympics held in (2000, 2004, 2008, 2012 and 2016) are obtained as ready-made results from the official websites. The values of the results after statistical processing show that the finalists of the Olympics of (2000, 2004, 2008, 2012 and 2016) are presented as the most homogeneous group in all athletics disciplines applied in this research. The obtained correlation coefficients show body height, body mass, athlete age and athletic gait. Regardless of which anthropometric and the specifics the Olympics finalists belong to, the harmonization of all elements of stamina, technical, tactical and psychological preparation represent the most important part of adapting sports walking for successful participation in competitions. These are the specifics of the top competitors who possess the aforementioned features. The values of the obtained results show that there are significant differences from one Olympiad to the other as shown in table no.11 where we have presented (LSD) the difference of results in: Body height, body mass, age of the athlete and athletic walking, for the finalist athletes. This indicates a more advanced training technology for the finalist athletes at the 2000, 2004, 2004, 2012 and 2016 Olympics.

**Keywords:** anthropometric variables, sport walking, elite athletes, ANOVA.