

Universiteti i Prishtinës “ Hasan Prishtina

Fakulteti i Edukimit Fizik dhe Sportit



Punim diplome master

TEMA:

Pëcjellja dhe evaluimi i disa karakteristikave morfologjike dhe aftësive motorike te të rinjtë e moshës 17 deri 18 vjeç gjatë pandemisë me Covid 19 në Komunën e Vushtrrisë

Mentori:

Prof.Dr. Hasim Rushiti

Kandidati:

Astrit Izmaku

PRISHTINË, 2021

Përmbajtja:

1. HYRJE
2. DISA HULUMTIME TË DERITANISHME
3. **Karakteristikat zhvillimore të moshës 15-18 vjeç**
 - 3.1. Zhvillimi fizik
 - 3.2. Zhvillimi kognitiv
 - 3.3. Zhvillimi emocional
4. Qëllimi punimit
 - 4.1. Hipotezat themelore
5. Metodatat e punës
 - 5.1. Mostra e të testuarëve
 - 5.2. Mostra e variablave
 - 5.3. Teknika e matjeve
 - 5.4. Metodatat e përpunimit të rezultateve
6. Analiza e rezultateve me interpretim
 - 6.1. Parametrat themelorë statistikorë të parametrave morfologjik
 - 6.2 Parametrat themelorë statistikorë të parametrave lëvizorë motorik
 - 6.3 Krahësimi i rezultateve në testet motorike para dhe gjatë pandemisë
 - 6.4. Raportet e ndërlidhjeve
 - 6.4.1 Ndërlidhjet (korelacionet) ndërmjet parametrave morfologjik
 - 6.4.2 . Ndërlidhjet (korelacionet) ndërmjet parametrave lëvizorë motorik
 - 6.5. Testimi i ndryshimeve ndërmjet vlerave mesatare në parametrat antropometrik-meshkuj dhe femra
 - 6.6. Testimi i ndryshimeve ndërmjet vlerave mesatare në parametrat lëvizorë motorik-meshkuj dhe femra
 - 6.7. Paraqitja grafike e rezultateve mashkuj - femra
7. Vërtetimi i hipotezave
8. Përfundimi
 - 8.1. Resyume
9. Literatura

Abstrakti

Përveç tjerash, në këtë punim hulumtues janë të përfshirë nxënësit e shkollës së mesme (emri i shkollës) të të dy gjinive djem dhe vajza, të moshës 17 dhe 18 vjeç të trajtuar me testet e planifikuara në këtë punim.

Secila grupmoshë do të përfshinë nga 45 nxënës djem dhe vajza në totalin e popullatës së trajtuar prej 90 entiteteve.

Mostra e entiteteve ia takojnë nxënësve të shkollës së mesme të qytetit të Vushtrrisët, respektivisht nxënësit e shkollës së mesme të lartë të Gjimnazit "Eqrem Çabej"-Vushtrri

Në përgjithësi rezultatet e këtij punimi, shpresojmë të jenë në funksion të përcaktimit dhe vërtetimit të gjendjes aktuale reale të aftësive lëvizore, me theks të veçantë të aftësive lëvizore të karakterit të përgjithshëm, gjithnji me qëllim të diagnostifikimit dhe parashikimit të mëtejme të rezultateve në aktivitete të ndryshme sportive.

Pas përfundimit të punimit të planifikuar dhe paraparë sipas projekt propozimit të kësaj teme presim të kemi pasqyrë më të qartë mbi statusin antropometrik dhe aftësive lëvizore të dy gjinive, , gjë që do të na ndihmoj në të ardhmën në përcaktimin dhe identifikimin e nivelit zhvillimorë të karakteristikave të trajtuara në këtë punim.

1. HYRJE

Në fokus të këtij punimi të hulumtimi do të jetë vërtetimi dhe të konstatuarit e nivelit të rritjes dhe zhvillimit të disa karakteristikave morfologjike dhe të disa aftësive lëvizore, në grupin e nxënësve të moshës 16-17 vjeç të rajonit të Vushtrrisë , me mundësinë e krahasimit të këtyre rezultateve me dy qendrat tjera të Kosovës, respektivisht me punimet e realizuara deri më tani.

Edhe pse në punim janë krahasuar numër relativisht i vogël i nxënësve të grup moshave të ndryshme , megjithë presim të fitohen të dhëna dhe informata të rëndësishme të nivelit të manifestimit të aftësive lëvizore të mostrës së këtij projekt punimi duke e vënë në fokus edhe ndikimin e pandemisë Covid 19.

Trajtimi i proceseve transformative paraqesin fundamentin e rolit dhe ndikimit të të ushtruarit te njeriu , sidomos kur këto procese janë nën ndikimin e aktiviteteve të programuara kineziologjike, paraqesin informata bazë me qëllim të projektimit dhe kontrollit të punës, në funksion të valorizimit të mjeteve dhe detyrave për arritjen e synimeve të dëshiruara në procesin e edukimit fizik dhe sportiv.

Mungesa e trajtimit meritorë dhe jo e mjaftuar të kësaj problematike tek ne, pikërisht ekziston motivi dhe arsyeja e përzgjedhjes së popullatës së këtij punimi e cila përfshinë moshën 17 dhe 18 vjeç, moshë kjo optimale për fillim në përcaktimin dhe orientimin e tyre në aktivitete konkrete sportive.

Përveç tjerash, në këtë punim hulumtues janë të përfshirë nxënësit e shkollës së mesme(emri i shkollës) të të dy gjinive djem dhe vajza, të moshës 17 dhe 18 vjeç të trajtuar me testet e planifikuara në këtë punim.

Në përgjithësi rezultatet e këtij punimi, shpresojmë të jenë në funksion të përcaktimit dhe vërtetimit të gjendjes aktuale reale të aftësive lëvizore, me theks të veçantë të aftësive lëvizore të karakterit të përgjithshëm, gjithnji me qëllim të diagnostifikimit dhe parashikimit të mëtejme të rezultateve në aktivitete të ndryshme sportive.

Pra, nga ajo që është vërtetuar nga hulumtimet e shumta në këtë aspekt, shkaqet që ndikojnë në humbjen e motivit të nxënësve për mësim mund t'i grupojmë në:

- shkaqet brenda shkollore, dhe
- shkaqet jashtëshkollore (shoqërore).

Mirëpo, me gjithë këto përpjekje, me gjithë përmirësimin e dukshëm të praktikave pedagogjike shkollore dhe kurrikulat e reja, ende vërehen, bile në shkallë shqetësuese, dukuri negative që e shoqërojnë aktivitetet në shkollë, duke u shfaqur me humbjen e interesimit të nxënësve për mësim, e si rrjedhojë me rritjen e numrit të orëve të humbura dhe me rënien e nivelit të mësimnxënies, sidomos nga kategori të caktuara nxënësish, në të gjitha nivelet. Prandaj në këtë aspekt kemi mundur t'i identifikojmë disa nga shkaqet që ndikojnë në mospërfundimin e dëshiruar në mësim nga nxënësit, si:

- situatë e krijuar nga pandemia Covid 19
 - mësimdhënia jo atraktive,
 - sjellja jo korrekte ndaj kërkesave të nxënësve,
 - mbingarkesat e planeve dhe e programeve mësimore,
 - disiplina dhe rreptësia e tepërt në shkollë,
 - papërshtatshmëria e mjedisit shkollor dhe
 - presioni nga nxënës problematikë dhe të dhunshëm.

E rëndësishme për trajtimin e kësaj teme është të analizohet pika e cila ka të bëjë me Papërshtatshmërinë e mjediseve shkollore e sidomos në rastin tonë papërshtatshmëria e hapësirave për praktikim të orës së edukatës fizike. Një faktor gjithësesi me peshë në procesin e përgjithshëm mësimor është edhe mjedisi shkollor, si ai i brendshëm, po ashtu edhe ai jashtëshkollorë.

Me analizën e gjendjes së stausit antropometrik dhe aftësive lëvizore motorike janë marrë shumë autorë.

Autorët e shumtë në punimet e tyre kanë trajtuar këtë problematikë në kërkim të gjetjes së modelit teorik dhe praktik të vlerësimit të njohurive.

Pas përfundimit të punimit të planifikuar dhe paraparë sipas projekt propozimit të kësaj teme presim të kemi pasqyrë më të qartë mbi statusin antropometrik dhe aftësive lëvizore të dy gjinive, , gjë që do të na ndihmoj në të ardhmën në përcaktimin dhe identifikimin e nivelit zhvillimorë të karakteristikave të trajtuara në këtë punim.

2. DISA HULUMTIMET E DERITANISHME

Bazuar në këtë literaturë është e qartë se për disa të rinj të shkollave të mesme edukimi fizik i nxënësve në shkolla është një përvojë jo e këndshme , ndërsa për të tjerët kjo lëndë është e këndshme dhe ja vlen që të merren me të. Në secilin rast, kur nxënësit rriten në moshë, qëndrimet pozitive ndaj edukimit fizik bien. Kjo sidomos vlen të përmendet, kur merret parasysh rënia e nivelit të aktivitetit fizik që ndodh gjatë adoleshencës. Me fjalë të tjera, në moshat e adoleshentëve, qëndrimet e drejta ndaj edukimit fizik bëhen më pak të favorshme dhe nivelet e aktivitetit fizik ulën.

Paralelizmi i këtyre dy tendencave, tregon rëndësinë që në punën tonë të përditshme duhet siguruar një përvojë edukimi fizik i cili do të inkurajojë të rinjtë dhe adoleshentët në mënyrë që të krijojnë përvoja të mira në mënyrë që të sigurohemi që do të ndërtojnë qëndrime të tilla që garantojnë se kanë për të ruajtur një mënyrë jetese fizikisht aktive.

Në bazë të literaturës së shfrytëzuar, kam hasur në disa punime në të cilat trajtohet problematika e relacioneve ndërmjet parametrave morfologjik dhe motorik në moshën e të rinjëve të shkollës së mesme.

Nga punimet e ngjajshme veçojmë:

H. Rushiti me autorë 2019 në punimin Gjendja e disa parametrave morfologjik dhe lëvizorë motorik të të rinjtë e moshës 12 vjeç të katër qendrave të Kosovës, kanë trajtuar nxënësit e moshës 12 vjeç të të dy gjinive, ku në eksperiment janë përfshirë gjithësejt 348 të rinjë të të dy gjinive, prej tyre 175 djem dhe 173 vajza. Të rinjtë e trajtuar në këtë hulumtim i takojnë katër qendrave (regjioneve) të ndryshme si : Prishtina, Klina, Malisheva dhe Kaqaniku. Rezultatet e testeve u takojnë periudhave të ndryshme kohore të vitit 2016,2017,2018 dhe 2019.

Në fokus të këtij punimi është vërtetimi dhe të konstatuarit e nivelit të rritjes dhe zhvillimit të disa karakteristikave morfologjike (gjithësejt tri) prej tyre: lartësia e trupit, pesha dhe indeksi i masës trupore dhe të disa aftësive lëvizore të karakterit bazik lëvizorë (gjithësejt 5 teste motorike),

Lavdim Behxheti 2016 në punimin e diplomës master me titull Niveli I zhvillimit të disa parametrave lëvizorë motorik tek nxënësit e moshës 15-16 vjeç, ka konstatuar dallimet e rëndësishme në aftësitë lëvizore ndërmjet pupullatës së trajtuar ndërmjet dy gjinive.

Autorja R. Reçica 2019 në punimin e diplomës master ka trajtuar tek të rinjtë e moshës 17 deri në 18 vjeç nga qyteti i Shtimes, ku janë përfshirë gjithsej 100 nxënës, 50 meshkuj dhe 50 femra. Qëllimi i hulumtimit ka qenë për të parë zhvillimin antropometrik dhe motorik, si dhe dallimet e rëndësishme ndërmjet nxënësve të kësaj grup moshe. Po ashtu ky hulumtim kishte për synim dallimet gjinore meshkujve dhe femrave në parametrat themelor morfologjik dhe në aftësitë lëvizore.

Gjithashtu kam hasur edhe disa nga punimet e autorëve tjerë si H. Rushiti, Sh. Vehapi, B. Halilaj , H.Sinanie tj, ku e përgjithshme e rezultateve të këtyre hulumtimeve është paraqitja e dallimeve të rëndësishme ndërmjet gjinive në ndryshoret e trajtuara, sidomos në parametrat motorik lëvizorë, qka edhe ka qenë e pritshme.

3. Karakteristikat zhvillimore të moshës 15-18 vjeç

Kjo periudhë e rritjes ka të bëjë me adoleshencën, periudhë kjo që është një periudhë tranzicioni midis fëmijërisë dhe moshës madhore. Ndodhin ndryshime të mëdha edhe në funksionimin intelektual. Kalohet nga faza e të menduarit operacional konkret në atë të të menduarit logjik formal. Ndryshimet më të mëdha ndodhin në fushën emocionale e shoqërore.

Në këtë moshë adoleshenti është në kërkim të identitetit të vet personal. Kjo kërkesë përbën shpesh një burim konflikti midis adoleshentit dhe prindërve. Adoleshenca shoqërohet shpesh me kriza emocionale, të cilat çojnë drejt alkoolit, drogës, shturjes seksuale, sjelljeve vandaliste, dhunës që më pas sjellin pasoja tepër të rënda për të ardhmen. Problemet që ndeshen në adoleshencë ndryshojnë nga ato të fazave të mëparshme. Pjekuria seksuale qonë në rrethana konfliktuale. Është e domosdoshme që adoleshenti të pajiset me të gjitha njohuritë mbi seksualitetin, mjetet kontraceptive dhe rrezikun e sëmundjeve seksualisht të transmetueshme. Në këtë periudhë adoleshentet marrin përsipër më shumë përgjegjësi, organizojnë aftësitë dhe marrin vendime lidhur me zgjedhjen e profesionit të tyre. Ata fitojnë më shumë aftësi për t'ju përshtatur rregullave të vendosura nga shoqëria. Adoleshentët kërkojnë të mbështeten e mirëkuptohen nga të rriturit.

3.1. Zhvillimi fizik

- Puberteti vazhdon. Meshkuj vazhdojnë me ritmin e rritjes edhe në moshën 15 vjeçare. Në përgjithësi janë më shtatlartë, më të rëndë dhe më muskuloz se sa vajzat.
- Ndryshimet trupore dhe treguesit e zhvillimit seksuale janë më të dukshme në të dy gjinitë, te djemtë dhe vajzat.
- Vajzat pothuajse arrijnë lartësinë e tyre përfundimtare në këtë moshë 14 ose 15 vite.
- Te të dy gjinitë është i theksuar interesimi i lartë për pamjen e jashtëm dhe këto paraqesin pothuajse shqetësimet kryesore për ta.
- Ekziston një nevojë në rritje për gjumë dhe pushim fizik.
- Ngathtësia lëvizore ndodhë si rezultat i rritjes së shpejtë fizike.

- Djemtë dhe vajzat ndjejnë nevojën për të qenë të aftë fizikisht dhe për të realizuar arritje të mëtejshme.

3.2. Zhvillimi kognitiv

- Të menduarit bëhet më abstraktë, me arsyetimin më të mirë dhe kureshtje më të lartë intelektuale.
- Të rinjtë janë në gjendje për të kuptuar gjërat hipotetike, si edhe ato të vërteta.
- Djemtë dhe vajzat fillojnë të kuptojnë metafora, gjërat e dykuptimta dhe e thellojnë humorin.
- Të rinjtë fillojnë të jenë të vetëdijshëm për pikat e forta të tyre dhe dobësitë e tyre në procesin e të nxënës.
- Fokusimi është në të tashmen, por ka një vetëdije më të lartë që lidhet me planifikimin e të ardhmes.
- Djemtë dhe vajzat jo gjithmonë janë të vetëdijshëm për pasojat e veprimeve të tyre.
- Ndjenja e të qenit të gjithë-fuqishme, të gjithë-ditur dhe të paprekshëm janë të zakonshme në këtë moshë.
- Djemtë dhe vajzat vazhdojnë të sfidojnë rregullat dhe kufizimet dhe fillojnë të vënë në pikëpyetje normat shoqërore.
- Ekziston një ndjenjë të fortë e drejtësisë, ndjenjë e theksuar për të dalluar të zezën nga e bardha, si dhe dinë të bëjnë arsyetimet morale se çka është e drejtë apo e gabuar.
- Djemtë dhe vajzat i hedhin poshtë vlerat e prindërve të tyre, derisa i zhvillojnë të tyre.
- Harresa është gjë e zakonshme për këtë moshë.
- Qëllimet për të ardhmen, duke përfshirë qëllimet afatgjata, fillojnë të jenë të rëndësishme.

3.3. Zhvillimi emocional

- Djemtë dhe vajzat kërkojnë të pavarësohen, por vazhdojnë të ndjehen të siguar në strukturën dhe në kufijtë e vendosur nga prindërit dhe të rriturit e tjerë. Edhe pse të rinjtë duan disa distancë nga prindërit tyre, ata shpesh duan marrëdhënie të ngushta me të rriturit tjerë jashtë familjes.

- Ndjeshmëria edhe vetëdija më e lartë për vete, l p shpesh rezulton në drojë, ndjenjë të turpër apo modestie dhe një nevojë më të madhe për jetën private.
- Është rritur shqetësimi në lidhje me ndryshimet fizike dhe konfuzion mbi zhvillim e hovshëm të seksualitetit. Besimi në pamjen fizike është e lidhur me vetë-respekt.
- Me rritjen e ndërgjegjësimit seksuale mund të fillojë edhe eksperiencia seksual.
- Djemtë dhe vajzat mund të bëhet kritike ose argumentues.
- Ekziston preokupim në rritje me konformizmin dhe një dëshirë që të mos të jenë ndryshe nga kolegët.
- Djemtë dhe vajzat kërkojnë pranim nga kolegët, por ende mbështeten në vlerat dhe udhëzime e prindërve të tyre.
- Djemtë dhe vajzat të përpiqen të kuptojnë se kush janë duke provuar stile të ndryshme të jetës, në kërkim të një modeli të përshtatshëm.
- Djemtë dhe vajzat shohin veten ndryshe kur ata janë me moshatarët në krahasim me ata kur ata janë me prindërit dhe mësuesit.

3.4. Zhvillimi social

- Miqësia dhe romanca janë gjithnjë e më të rëndësishme për ta.
- Marrëdhëniet thellohën dhe të bëhen më të ndërsjella dhe të besueshme.
- Djemtë dhe vajzat janë në gjendje të hapin veten e tyre dhe të shohin perspektivën e tjetrit në një marrëdhënie.
- Djemtë dhe vajzat janë në përpjekje për të krijuar identitetin e tyre të ndarë nga ajo e familjes së tyre.
- Presioni i kolegëve është në kulmin e tij. Djemtë dhe vajzat identifikohen me grupin, pranimi social është i rëndësishme për vetë-respekt.
- Në këtë moshë fillojnë disa takime (Takimi në grupe (ahengjet), takime rasti dhe takime serioze).
- Anëtarët e grupit ndajnë interesat, stilet ,veshjen, muzikën dhe aktivitete sociale të njëjta.

4.QËLLIMI I PUNIMIT

Qëllimi themelor i edukimit fizik në moshën shkollore të ciklit të mesëm të lartë është zhvillimi i potencialeve të plota të përgjithshëm të secilit fëmijë dhe përparimin në të gjitha aspektet e tij, duke zgjeruar dhe përmirësuar cilësitë e atyre fushave zhvillimore që fëmija i ka fituar më parë. Rezultatet e testeve do të ju mundësojnë të rinjëve kontrollin individual edhe në aspektin shëndetësorë.

- Qëllimi primar i këtij project hulumtimi do të jetë përcaktimi i statusit morfologjik dhe motorik të të rinjëve moshës 17-18vjeç të dy gjinive.
- Objektiv tjetër i këtij projekti hulumtues mbështetet në vlerësimin parametrave në veçanëti atyre motorik lëvizor në kushtet e pandemisë, me mundësinë e krahasimit të rezultateve të hulumtimeve tjera para pandemisë.

4.1. Hipotezat themelore

Konform qëllimeve të parashtruara, e me qëllim të realizimit dhe vërtetimit të tyre në këtë punim kam parashtruara këto hipoteza:

H1: Presim të fitohen dallime të rëndësishme statistikore ndërmjet grupit të mashkujve dhe femrave sidomos në indeksin e masës trupore .

H2: Nuk presim të fitohen raporte të rëndësishme të ndërlidhjeve në variablat e trajtura në të dy gjinitë, duke pasur në considerate karakteristikat përzgjedhjen e mostrës së hulumtuar .

H3: Presim të fitohen ndryshime të rëndësishme statistikore në shumicën e testeve motorike ndërmjet mashkujve dhe femrave.

5. METODAT E PUNËS

Gjithnji duke u bazuar në qëllimet e kryesore të hulumtimit, do të aplikohet edhe metodologjia standarde e punës , tipike për një punim të karakterit eksperimental.

5.1. Mostra e të testuarve

Në këtë punim, është trajtuar popullata e të rinjve djem dhe vajza, e definuar nga nxënësit e grupmoshave 17 dhe 18 vjeç.

Secila grupmoshë do të përfshinë nga 45 nxënës djem dhe vajza në totalin e popullatës së trajtuar prej 90 entiteteve.

Mostra e entiteteve ia takojnë nxënësve të shkollës së mesme të qytetit të Vushtrrisët, respektivisht nxënësit e shkollës së mesme të lartë të Gjimnazit "Eqrem Çabej"-Vushtrri.

5.2. Mostra e variablave

Të testuarit e këtij punimi, i janë nënshtruar procedurës së testimeve, të parapara me programin e vlerësimit sipas udhëzimeve dhe kritereve standarde të aplikuara edhe në shumë hulumtime tjera.

A)Treguesit kryesorë morfologjik

1. Lartësia e trupit - LART
2. Peshë e trupit - PESHA
3. Indeksi i masës trupore - IMT

B)Variablat motorike janë të karakterit bazik motorik.

Variablat motorike

1. Kërcimi së larti nga vendi - KLV
2. Kërcimi së gjati nga vendi - KVGJ
3. Vrapim tetëshe me përkulje. - ETPK
4. Vrapim para 3x10 metra starti i lartë - VR3x10M
5. Vrapim 10 metra prapa starti i lartë - VR10MP

5.3.Teknika – përshkrimi matjeve

Përshkrimi I matjeve të parametrave morfologjik

Lartësia e trupit

Lartësia e trupit është matur me antrpometër. Gjatë matjes i testuari duhet të jetë i zbathur, në brekë dhe dhe të qëndrojë në bazë të fortë horizontale. Koka duhet të ketë atë pozitë ku arrihet horizontalja e Frankfurtit (skaji i poshtëm i syrit dhe skaji i epërm i zgavrës së jashtme të veshit të jenë në pozitë horizontale). Qëndrimi i trupit duhet të jetë i drejtë, shputat e bashkuara,ndërkaq matësi qëndron në anën e majtë të testuarit. Pasi që kontrollon pozitën e të eksperimentuarit dhe vendosjen e instrumentit, lëshon horizontalen e antropometrit deri në pjesën parietale të kokës. Rezultati lexohet me saktësi 0.1 cm.



Pesha e trupit

Pesha e trupit është matur me peshoren antropometrike e cila mundëson saktësin e matjes prej 0.1 kg, treguesi rregullohet ne pozitën zero. E domosdoshme është që peshorja të vihet në pozitë horizontale dhe në bazë të fortë. I testuari është i zbathur, në brekë, më kembë në mes të peshores. Pasi që treguesi i peshores qetësohet lexohet rezultati më saktësi 0.1 kg.



BMI

BMI paraqet pjestimin e peshës trupore në kg dhe katrorit të lartësisë trupore ne metra.

$$\text{BMI} = \text{PT}(\text{kg}) / \text{LT}(\text{m})^2$$

Teknika – përshkrimi matjeve të testeve lëvizore motorike

Kërcim së larti nga vendi

KLV-me këtë matje kemi vlerësuar forcën eksplozive të gjymtyrëve të poshtme tek ç’do nxënës. Vendi ku bëhet matja është ambient i mbyllur subjekti në fjalë vendoset mbi dysHEME të fortë (parket) me shputa paralele në gjerësi të kraharorit, i kthyer në krahë nga drejtimi i kërcimit. Nxënësi i testuar shtrin krahun në lartësi të drejtë ku janë të shënuara centimetrat me vija dhe numra të qartë duke filluar nga lartësia 150 deri 300 cm. i testuar me pas përkulet lehtë në gjunjë duke marrë hove me krahë dhe kërcen maksimalisht dhe godet me shuplakë dore apo gishta vijën centimetrike në murë. Kërcimi përsëritet dy herë dhe shënohet rezultati më i mirë.



Kërcim nga vendi në gjatësi (KVGJ)

Me këtë test është vlerësuar forca eksplozive e gjymtyrëve të poshtme

Rekuizitet: Shkumësi apo stilolapsat me ngjyrë (marker), shiriti metalik në centimetra.

Vendi i realizimit: Testi është realizuar në sipërfaqe të fortë (parket) në hapësirë të mbyllur.

Përshkrimi i detyrës: I testuari vendoset pranë vijës fillestare ku majet e shputës janë në vi me skajin e startit, me fytyrë nga drejtimi i kërcimit, i testuari me përkulje të vogël në gjunjë duke e

shfrytëzuar hovin e krahëve realizon kërcimin me të dy këmbët para. Detyra përsëritet tri herë, ndërkaq shënohet rezultati më i mirë.



Vrapim tetëshe më përkulje

TETPK-tek kjo matje i testuari duhet të jetë i vendosur në krahë me shtyllën e drejt ku është i vendosur litari në lartësi të belit të nxënësit në momentin që i ipet shenjë nga ana e mësimdhënësit dhe starton kronometrën, nxënësi nis nga starti i lartë me një shpejtësi maksimale duke vrapuar dhe përshkruar tetëshen gjatë vrapimit në drejtim të litarit gjatësia e të cilit është 10 m, nxënësi do duhet të përkulet në mes të litarit pa e prekur litarin duke u kthyer rreth shtyllës dhe përkulur prapë nënë litar me krahun tjetër. Kështu do të vazhdojë deri sa me vrapimin e tij të përshkruaj katër herë tetëshen, nxënësi nuk guxon të takoj as dyshtemenë me duar e as litarin më shumë se një herë. Detyra përsëritet dy herë dhe shënohet rezultati më i mirë. Rezultati do të evidentohet në fletën përkatëse të testuesit me një saktësi prej 0.1 sec



Vrapim tri herë nga 10 metra.

Me këtë test është vlerësuar aftësia e shpejtësisë dhe agjilitetit.

Rekuizitet: Kronometri elektronik i dorës, pipi, ngjyra, konat, shiriti përkufizues.

Vendi i realizimit: Vrapimi është realizuar në sipërfaqe të fortë (betoni) në hapësirë të hapur.

Përshkrimi i detyrës: Në gjatësinë 10m, është shënuar vija e startit dhe në fund vija e caktit. Në skaj të vijës së caktit janë vendosur shenjat dy kona të gjatë. I testuari përgatitet për vrapim pranë vijës së startit, në pozitë të startit të lartë. Në sinjalin e nisjes vrapon me shpejtësi maksimale duke kaluar vijën e dhjetëmetrshit, pastaj kthehet drejt duke e kaluar vijën e nisjes me të dy këmbët. Vrapimi përsëritet pesë herë nga dhjetë metra. Testuesi numëron me zë pas kryerjes së çdo cikli.

Vlerësimi: Matet koha prej startit deri në momentin kur i testuari kalon me këmbë vijën e caktit dhe nisjes pesë herë në distancë dhjetë metra. Rezultati në fletëtestin përkatës shënohet me saktësi 0.01s.



Vrapim 10 metra mbrapa

VR10MP-vrapimi do të bëhet në ambient të mbyllur me gjatësi prej 10 metrash nga vija e startit deri te vija e caktuar. Gjerësia e shtegut të vrapimit duhet të jetë 1.50 m.

Nxënësi është i kthyer me shpinë kah shtegu i vrapimit, para vijës së startit pret shenjën e komandës gati, merr startin e lartë dhe pret sinjalin për nisje duke vrapuar me shpejtësi maksimale në distancën prej 10 m. Koha do duhet të matet nga momenti i sinjalizimit për nisje dhe zgjatë deri sa vrapuesi të kalojë vijën fundore me këmbë. Vrapimi përsëritet dy herë dhe merret për bazë rezultatit më i mirë.

Rezultati lexohet me saktësi prej 0.1 sekondë. Të testuarve u bëhet me dije se duhet të kalojnë vijën e caktuar me shpejtësi maksimale.

Për matjen e suksesshme të testit nevojitet matësi i kohës i cili qëndron te vija e caktuar dhe matë kohën, si dhe ndihmësi i tij, i cili qëndron në vijën e startit dhe i sinjalizon të testuarit për nisje me komandën përgatitu- gati-tash.



5.4 Metodat e përpunimit të rezultateve

Metodat për përpunimin e rezultateve do të jenë në harmoni me qëllim të hulumtimit dhe hipotezave të parashtruara.

Do të aplikojmë metodat statistikore të përpunimit të rezultateve, të cilat në mënyrë të mjaftueshme do të na sigurojnë informata mbi nivelin e zhvillimit lëvizor motorik të mostrës së trajtuar.

Do të llogariten parametrat themelorë statistikore si :

- rezultati minimal, (R.min)
- rezultati maksimal, (R.max)
- devijimi standard, (Ds)
- koficienti i variacionit Kv % dhe
- masat e asimetrisë skeëness dhe kurtosis.

Në raportet e ndërlidhjeve ndërmjet variablave do të përdoret koeficienti i korelacionit të Pearsonit.

Për vërtetimin e dallimit në mes dy grupeve (gjinive) do të aplikohet analiza diskriminative metoda e T – testit për mostra të pavarura.

Paraqitja e ndryshimeve në mesataret aritmetikore ndërmjet meshkujve dhe femrave do të ilustrohen me grafikonet përkatëse..

6. Analiza e rezultateve me interpretim

6.1. Parametrat themelorë statistikorë të parametrave morfologjik

Në tab. 1 janë paraqitur parametrat themelorë statistikorë të meshkujve.

Në bazë të rezultateve të fituar, shohim se grupi i të rinjëve të kësaj moshe karakterizohen me dallime të theksuara në parametrat morfologjik. Grupi është mjaft heterogjen sidomos në parametrat e peshës trupore, për shkak se një numri vogël i nxënësve posedojnë vlera të larta në këtë parametër, gjë që ka ndikuar në koeficient të lartë të heterogjenitetit.

Edhe të grupi i vajzave (tab. 2) rezultatet e parametrave themelorë statistikorë kanë karakteristika të ngjajshme me ato të meshkujve. Në të dy grupet janë paraqitur vlera me dallime të mëdha ndërmjet rezultateve minimale dhe atyre maksimale.

Në përgjithësi meshkujt dhe femrat e kësaj moshe karakterizohen me diferencim të theksuar në parametrat morfologjik dhe se dallimet në rritje dhe zhvillim trupor janë të mëdha. Djemt për afro 12 cm janë më të gjatë se sa vajzat.

Tabela 1. Parametrat themelorë morfologjik - mashkuj

Testi	n	Min	Maks	Ma	Ds	Skeë	Kurt	Kv%
Lart	45	164	200	178.69	5.88	.655	3.866	3.29
Pesha	45	52	109	72.22	12.78	1.077	1.120	17.69
BMI	45	15.36	29.30	20.55	3.01	.794	.549	14.64

Tabela 2. Parametrat themelorë morfologjik -femra

Testi	n	Min	Maks	Ma	Ds	Skeë	Kurt	Kv%
Lartf	45	155	185	165.56	5.75	.894	2.345	3.47
Peshaf	45	43	84	57.54	7.15	1.337	3.965	12.42
BMI f	45	13.35	24.70	17.37	2.12	1.518	3.990	12.2

6.2 Parametrat themelore statistikore të parametrave lëvizore motorik

Në tabelën 3 janë paraqitur parametrat themelore statistikore motorik të moshës 17-18 vjeç të gjinisë mashkullore.

Në bazë të vlerave minimale dhe atyre maksimale dhe rezultatet e fituara paraqesin heterogjenitetin e grupit, vërehet se rezultatet minimale dhe maksimale paraqesin devijim të theksuar ndaj vlerës mesatare, ndryshimet më të theksuara janë treguar në testet e Kvl(kërcimit së lartii nga vendi), përqindja e koeficientit të variabilitetit është 12.72%.

Në testet tjera shpërndarja e rezultateve dhe devijimi I tyre së bashku me parametrat e asimetrise, përafërsisht janë të njejta.

Tabela 3 Parametrat themelore statistikore lëvizore motorik - mashkujt

Testi	n	Min	Maks	Ma	Ds	Skeë	Kurt	Kv%
Kvl	45	32	60	46.44	5.91	.002	.713	12.72
Kvgj	45	165	245	196.33	19.06	.626	-.202	9.7
Tetpk	45	23.94	39.10	29.70	2.72	1.496	3.984	9.15
V3x10m	45	7.50	10.30	8.39	0.58	1.169	2.119	6.91
V10mpr	45	2.69	3.81	3.15	0.26	.368	-.284	8.25

Tabela e radhës me nr.4 të rinjtë e moshës 17-18 vjeç të gjinisë femërore , heterogjeniteti është më i theksuar në krahasim me nxënësit e gjinisë mashkullore të së njëjtës moshë. Dallimet më të theksuara janë po në të njëjtat teste KVGJ,KLV për shkak të potencialit dhe nivelit të ndryshëm të aftësive bazike lëvizore të vajzave.

Koeficienti i variabilitetit të testeve të lart përmendura është: testi i kërcimit së gjati nga vendi është 13.37%, kërcimi së larti nga vendi është 17.47

Tabela 4 Parametrat themelorë statistikorë lëvizorë motorik - femra

Testi	n	Min	Maks	Ma	Ds	Skeë	Kurt	Kv%
Kvl	45	17	42	31.47	5.50	-.703	.635	17.47
Kvgj	45	105	175	140.36	18.78	-.136	-.833	13.37
Tetpk	45	31.06	40.78	34.38	2.31	.752	.250	6.74
V3x10m	45	8.40	12.44	9.97	0.86	.956	1.312	8.62
V10mp	45	2.90	5.50	3.82	0.51	1.084	2.687	13.35

6.3Krahasimi i rezultateve në testet motorike para dhe gjatë pandemisë

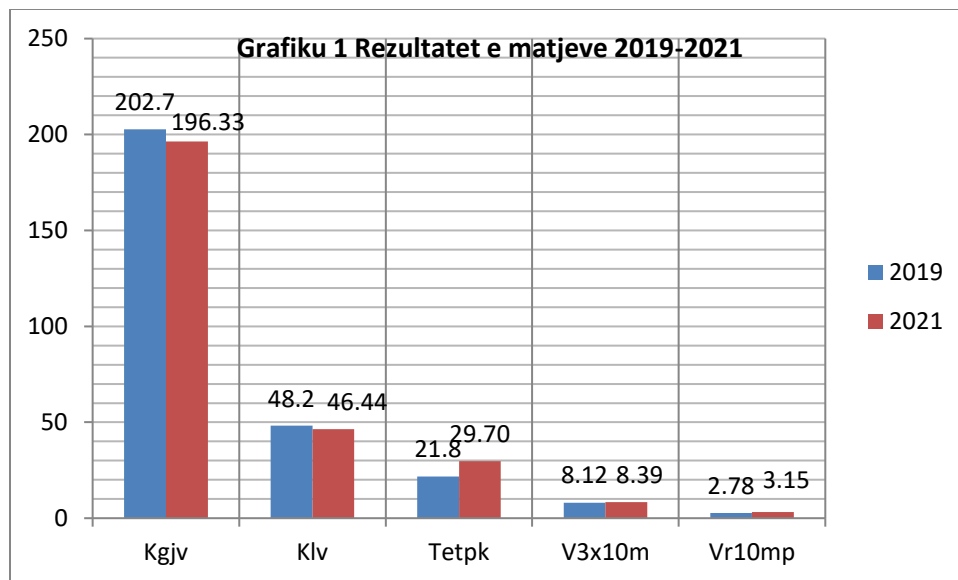
E rëndësisë së veçantë është krahasimi i rezultateve në testet e aftësive motorike ndërmjet djemve dhe vajzave para dhe gjatë pandemisë. Mostra e testuar para pandemisë I takon moshës së njëjtë por me përkatësi të një regjioni tjetër.

Pavarësisht kësaj në bazë të rezultateve, është vërtetuar së në të gjitha rastet (testet), rezultatet e vitit 2019 dmth para pandemisë, janë dukshëm më të avansuara se sa ato të vitit 2021, përkundër faktit se kemi të bëjmë më një mostër relativisht të vogël, por indikacionet tregojnë për rënjen e nivelit të aftësive lëvizore të rinjtë gjat periudhës së pandemisë.

Tabela 5

Mashkuj	2019	2021
Testi	Ma	Ma
Kgju	202.7	196.33
Klv	48.2	46.44
Tetpk	21.8	29.70
V3x10m	8.12	8.39
Vr10mp	2.78	3.15

Femra	2019	2021
Testi	Ma	Ma
Kgju	139.1	140.36
Klv	33.14	31.47
Tetpk	25.1	34.38
V3x10m	9.64	9.97
Vr10mp	3.57	3.82



6.4 Raportet e ndërlidhjeve

6.4.1 Ndërlidhjet (korelacionet) ndërmjet parametrave morfologjik

Sikurse në shumë hulumtime tjera, raportet e ndërlidhjeve ndërmjet parametrave morfologjik janë të rëndësishme statistikore, e qe kjo dukuri është plotësisht normale dhe reale. Rezultatet e këtyre ndërlidhjeve janë paraqitur në tabelën 6, në të cilën konfirmohen ndërlidhjet e rëndësishme positive korelative te djemt. Gjithashtu ka qenë e pritshme koeficienti mjaft i lartë i ndërlidhjes ndërmjet dimensionit të peshës së trupit me indeksin e masës trupore me 0.949.

Tabela 6 Korelacionet ndërmjet variablave morfologjike - meshkujt

Testi		Lart	Pesha	BMI
Lart	Pearson Cor.	1.000		
	Sig. (2-tailed)			
	N	45		
Pesha	Pearson Cor.	.562**	1.000	
	Sig. (2-tailed)	.000		
	N	45	45	
BMI	Pearson Cor.	.394**	.949**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.007	.000	
	N	45	45	45

** Niveli i propabilitetit 0.01

* Niveli i propabilitetit 0.05

Ndërsa sa i përket ndërlidhjeve ndërmjet parametrave morfologjik te femrat, tabela 7 e veçantë është mungesa e ndërlidhjeve ndërmjet lartësisë së trupit dhe peshës së trupit, meq nuk ekziston ndërlidhje e rëndësishme, rast ky mjaft i rrallë në hulumtimet tjera. Ndërkaq njejtë sit e djemt edhe te vajzat kemi paraqitje të forte të ndërlidhjeve ndërmjet peshës dhe Indeksit të masës trupore me 0.959.

Tabela 7 Korelacionet ndërmjet variablave morfologjike - femrat

Testi		Lart	Pesha	BMI
Lart	Pearson Cor.	1.000		
	Sig. (2-tailed)			
	N	45		
Pesha	Pearson Cor.	.225	1.000	
	Sig. (2-tailed)	.137		
	N	45	45	
BMI	Pearson Cor.	-.058	.959**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.707	.000	
	N	45	45	45

** Niveli i probabilitetit 0.01

* Niveli i probabilitetit 0.05

6.4.2. Ndërlidhjet (korelacionet) ndërmjet parametrave lëvizorë motorik

Të gjitha koeficientet e korelacioneve ndërmjet detyrave lëvizore motorike shif. tabela 8 te gjinia mashkullore, janë të pritshme. Grupimi i vlerave korelative tregon afërsinë e testeve motorike ndërmjet vete.

Testet e forces eksplozive KVL dhe KVGJ, kanë raporte positive korelative dhe të rëndësishme me testet e Vrapimit 3x10 metra si dhe testin tetëshe me përkulje.

Në përgjithësi te gjitha testet kanë structure të ngjashme të lëvizjeve dhe ngarkesës gjatë realizimit, me dallim të testit vrapim 10 mbrapa detyrë kjo mjaft komplekse dhe më shumë i takon koordinimit të lëvizjeve.

Tabela 8 Korelacionet ndërmjet variablave lëvizore motorike - mashkujt

Testi		Kvl	Kvgj	Tetpk	V3x10m	V10mpr
Kvl	Pearson cor.	1.000				
	Sig. -					
Kvgj	Pearson cor.	.763**	1.000			
	Sig.-	.000				
Tetpk	Pearson cor.	-.312*	-.462**	1.000		
	Sig.	.037	.001			
V3x10m	Pearson cor.	-.381**	-.558**	.601**	1.000	
	Sig.	.010	.000	.000		
V10mpr	Pearson cor.	-.181	-.249	.368*	.434**	1.000
	Sig.	.234	.099	.013	.003	

** Niveli I propabilitetit 0.01

* Niveli I propabilitetit 0.05

Sa i përket raporteve të ndërlidhjeve ndërmjet testeve motorike te femrat tabela 9, kemi dukurinë interesante pasi ndërmjet variablave në të gjitha rastet ekzistojnë madhësi e raporteve korelative të rëndësishme statistikore ndërmjet të gjitha testeve.

Mundë të themi se raportet e tilla të rëndësishme më shumë janë të rastësishme, duke marrë për bazë faktin e numrit të vogël të mostrës.

Tabela 9 Korelacionet ndërmjet variablave lëvizore motorike - femra

Testi		Kvl	Kvgj	Tetpk	V3x10m	V10mpr
Kvl	Pearson Cor.	1.000				
	Sig.					
Kvgj	Pearson Cor.	.492**	1.000			
	Sig.	.001				
Tetpk	Pearson cor.	-.429**	-.620**	1.000		
	Sig.	.003	.000			
V3x10m	Pearson cor.	-.473**	-.536**	.494**	1.000	
	Sig.	.001	.000	.001		
V10mpr	Pearson cor.	-.528**	-.435**	.450**	.645**	1.000
	Sig.	.000	.003	.002	.000	

** Niveli I propabilitetit 0.01

* Niveli I propabilitetit 0.05

Në tabelën 10, janë dhënë koeficientet e korelacioneve ndërmjet parametrave morfologjik dhe atyre lëvizorë motorik.

Në bazë të madhësive të koeficienteve të korelacionit, është vërtetuar mungesa e ndërlidhjeve, e në një mënyrë edhe ndikimi i parametrave morfologjik në realizimin e detyrave motorike edhe i papërfillshëm.

Faktori i peshës trupore dhe BMI së në masë të madhe janë rënues në realizimin e testeve motorike

Tabela 10 Korelacionet ndërmjet parametrave morfologjik dhe motorik - mashkuj

Testi		Lart	Pesha	BMI
Kvl	Pearson C.	-.016	-.275	-.192
	Sig.	.916	.068	.207
Kvgj	Pearson C.	.013	-.388**	-.304*
	Sig.	.931	.008	.042
Tetpk	Pearson C.	-.110	.258	.268
	Sig.	.473	.087	.076
V3x10m	Pearson C.	.122	.345*	.251
	Sig.	.426	.020	.096
V10mpr	Pearson C.	.086	-.123	-.165
	Sig.	.576	.422	.280

** Niveli I propabilitetit 0.01

* Niveli I propabilitetit 0.05

Edhe në rastin e femrave, koeficientet e korelacioneve përafërsisht janë të njejta me ato të djemve tabela 11, me përjashtim të ndërlidhjes pozitive dhe të rëndësisë statistikore ndërmjet Lartësisë së trupit dhe vrapimit 3x10 metra.

Gjithashtu parametri i peshës trupore dhe BMI së edhe te vajzat kanë reflektuar më tepës si pengues në realizimin e detyrave motorike, në rastin konkret me ndikim më të madhë në testin e Kërcimit nga vendi në lartësi si dhe testin e agjilitetit tetëshe me përkulje.

Siq shifet në tabelë koeficientet e rëndësishme me projeksione negative janë fituar ndërmjet peshës dhe indeksit të masës trupore, gjithashtu edhe me testin e tetpk – tetëshe me përkulje me peshën e trupit me 0.435 përkatësisht, 0.504 me indeksin e masës së trupit.

Tabela 11 Korelacionet ndërmjet parametrave morfologjik dhe motorik - femra

Testi		Lart	Pesha	BMI
Kvl	Pearson C.	.281	-.297*	-.399**
	Sig.	.062	.048	.007
Kvgj	Pearson C.	.297*	-.168	-.263
	Sig.	.047	.271	.081
Tetpk	Pearson C.	-.196	.435**	.504**
	Sig.	.197	.003	.000
V3x10m	Pearson C.	-.389**	.164	.282
	Sig.	.008	.282	.061
V10mpr	Pearson C.	-.237	.185	.268
	Sig.	.117	.225	.075

** Niveli I propabilitetit 0.01

* Niveli I propabilitetit 0.05

6.5. Testimi i ndryshimeve ndërmjet vlerave mesatare në parametrat antropometrik-meshkuj dhe femra

Pavarësisht karakteristikave dalluese të entiteteve të kësaj moshe ndërmjet djemve dhe vajzave, gjithashtu me anë të analizës diskriminative të t – testit, djemt në të ytri karakteristikat morfologjike dallojnë dukshëm ndaj vajzave, me parametra më të lartë.

Është interesant fakti i koeficientit të BMI së më i lartë te djemt se sa te vajzat, por që ky dallim mundë të përshkruhet me masën e shtuar muskulare te djemt, ndërkaq mungon vitaliteti dhe kapaciteti muskolorë tek vajzat.

Tabela 12 Ndryshimet ndërmjet vlerave mesatare të parametrave morfologjik

Testet		Ma	N	D.s
1	Lart M	178.69	45	5.88
	Lart F	165.56	45	5.75
2	Pesha M	72.22	45	12.78
	Pesha F	57.54	45	7.15
3	BMI M	20.55	45	3.01
	BMI F	17.37	45	2.12

Tabela 13. Vlerat e T - testit

Testet		Ndryshimi					Sig.
		Ma	D.s	Gab.st	t	df	
1	Lart -	13.13	8.14	1.21	10.827	44	.000
2	Pesha -	14.68	16.72	2.49	5.889	44	.000
3	BMI -	3.17	4.20	0.63	5.070	44	.000

6.6. Testimi i ndryshimeve ndërmjet vlerave mesatare në parametrat lëvizorë motorik-meshkuj dhe femra

Në tabelën 15 dhe 16 janë paraqitur ndryshimet në parametrat lëvizorë motorik ndërmjet djemve dhe vajzave.

Gjithashtu ka qenë e pritshme ekzistimi i dallimeve ndërmjet gjinive, me ç'rast djemt në të gjitha detyrat motorike të testuar kanë treguar performance më të mire në realizimin e tyre.

Dallimet dukshëm më të mëdha janë vërejtur të realizimi I detyrave motorike të karakterit të forcës eksplozive në dy testet e para KVL dhe KVGJ

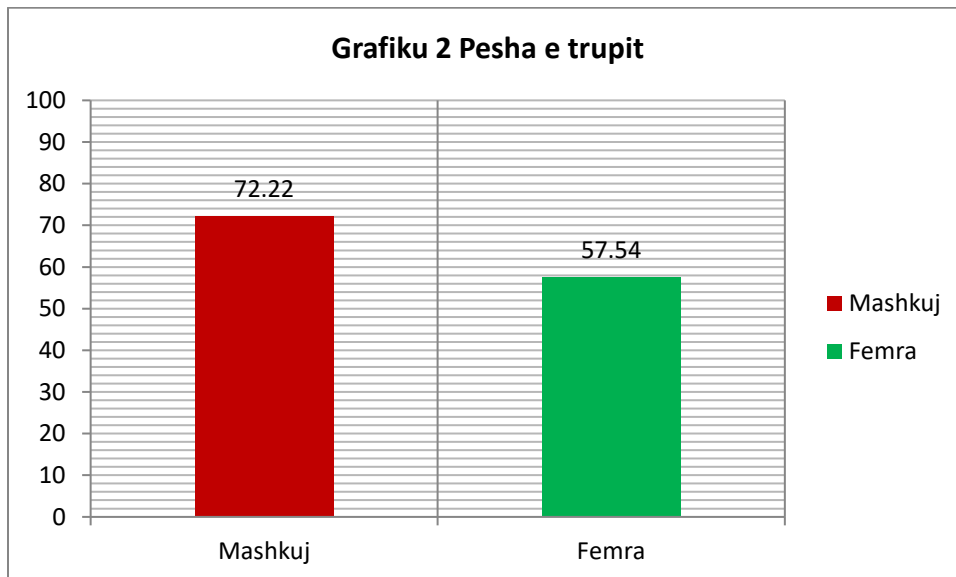
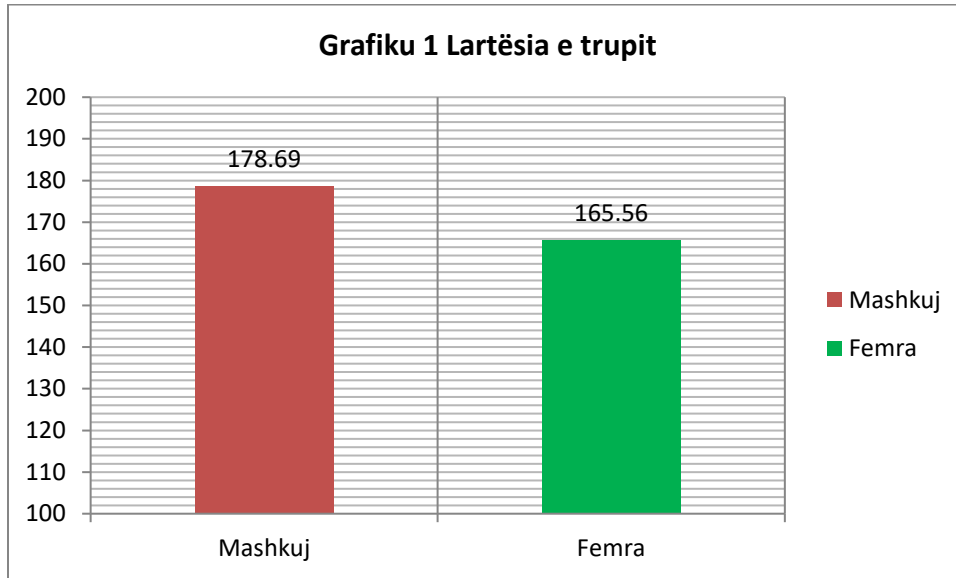
Tabela 15 Ndryshimet ndërmjet vlerave mesatare të parametrave lëvizorë motorik

Testet		Ma	N	D.s
M	Kvl	46.44	45	5.91
F	Kvl	31.47	45	5.50
M	Kvgj	196.33	45	19.06
F	Kvgj	140.36	45	18.78
M	Tetpk	29.70	45	2.72
F	Tetpk	34.38	45	2.31
M	V3x10m	8.39	45	0.58
F	V3x10m	9.97	45	0.86
M	V10mp	3.15	45	0.26
F	V10mp	3.82	45	0.51

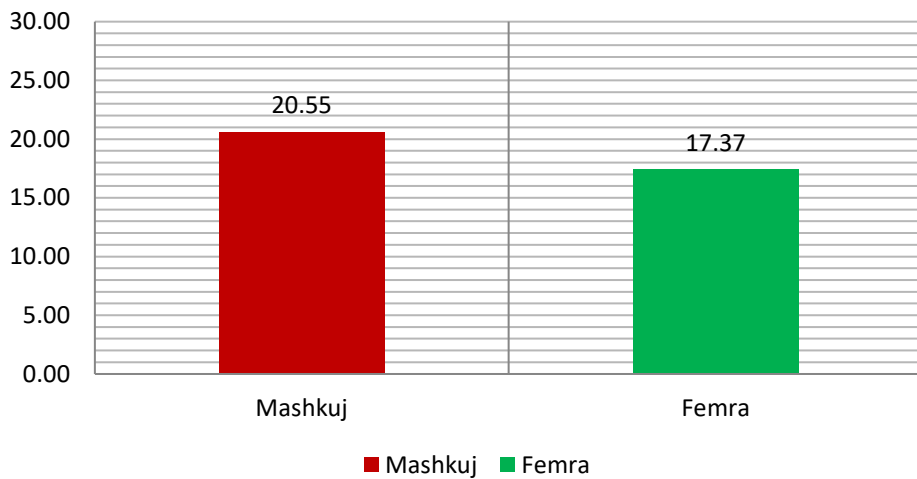
Tabela 16. Vlerat e T - testit

Testet		Ndryshimi			t	df	Sig.
		Ma	D.s	Gab.st			
1	Kvl -	14.98	8.31	1.24	12.09	44	.000
2	Kvgj -	55.98	24.03	3.58	15.63	44	.000
3	Tetpk -	-4.69	3.45	0.51	-9.12	44	.000
4	V3x10m	-1.58	1.10	0.16	-9.59	44	.000
5	V10mpr	-0.67	0.58	0.09	-7.73	44	.000

6.7.Paraqitja grafike e rezultateve mashkuj - femra



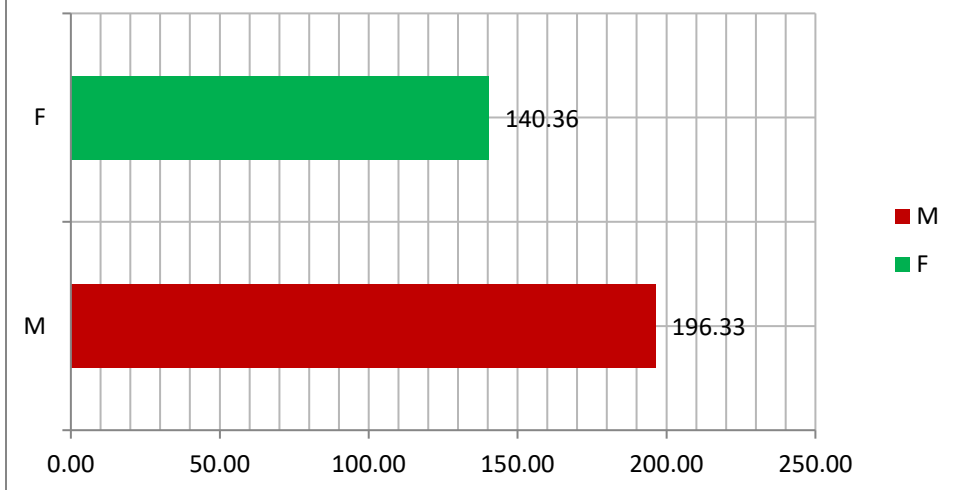
Grafiku 3 BMI



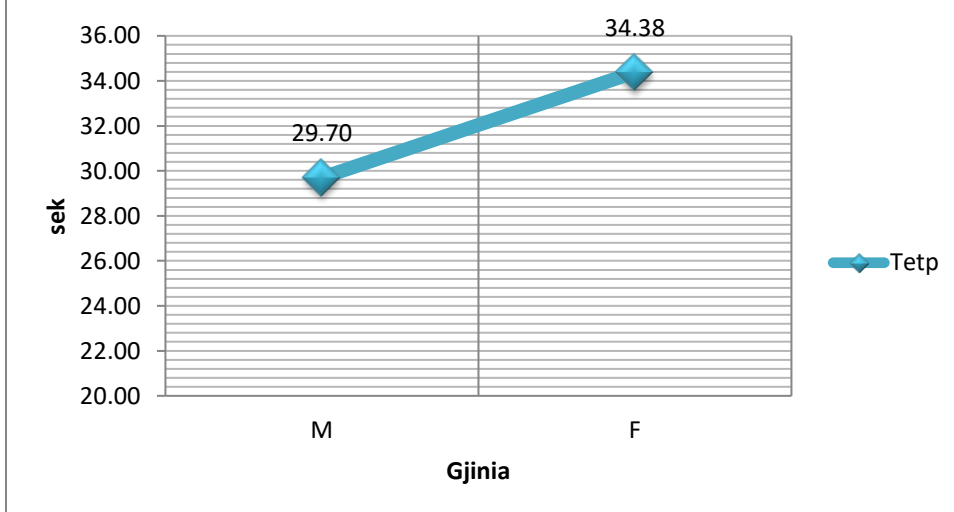
Grafiku 4 Kërcim në lartësi



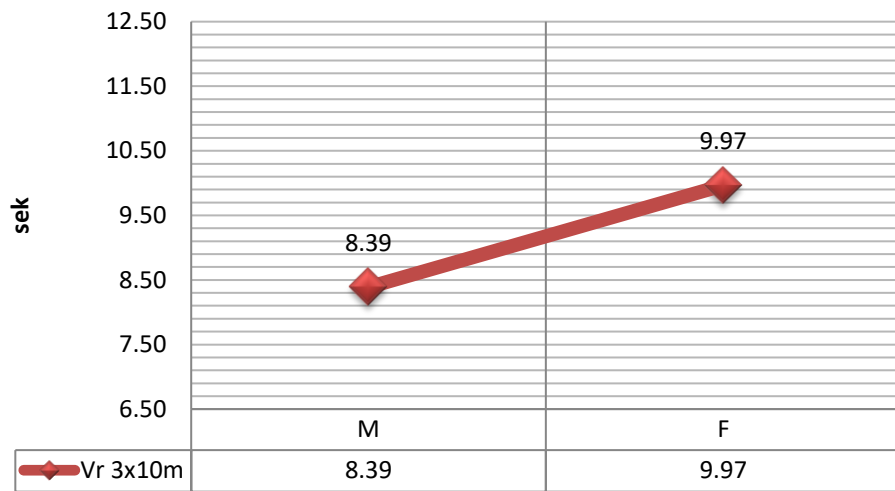
Grafiku 5 Kërcim vendi në gjatësi



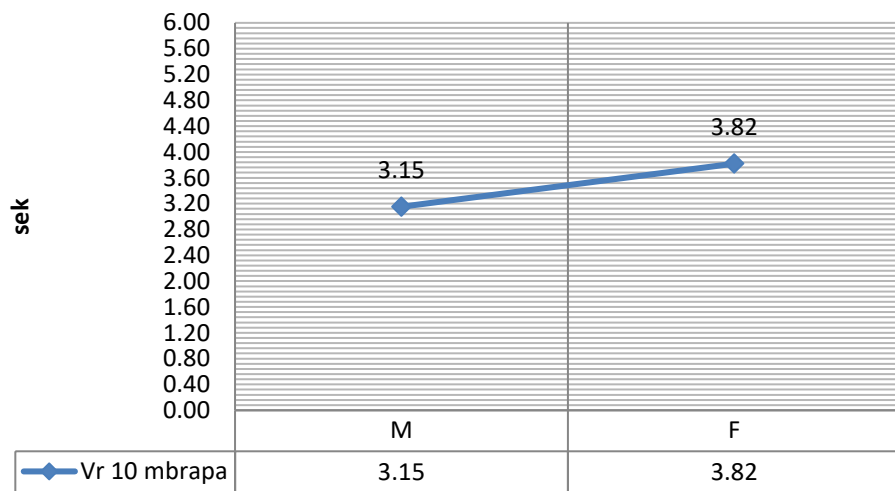
Grafiku 6 Vrapim tetëshe me përkulje



Grafiku 7 Vr 3x10m



Grafiku 8 Vr 10m mbrapa



7.Vërtetimi i hipotezave

Bazuar në rezultatet e fituara, e me qëllim të realizimit dhe vërtetimit të tyre në këtë punim hipotezat e parashtruara mundë të vërtetohen dhe interpretohen si::

H1: Presim të fitohen dallime të rëndësishme statistikore ndërmjet grupit të mashkujve dhe femrave sidomos në indeksin e masës trupore .

Hipoteza e pare nuk është vërtetuar, pasi që nuk janë fituar ndryshime të rëndësishme në parametrin në fjalë ndërmjet djemve dhe vajzave

H2: Nuk presim të fitohen raporte të rëndësishme të ndërlidhjeve në variablat e trajtura në të dy gjinitë, duke pasur në considerate karakteristikat përzgjedhjen e mostrës së hulumtuar .

Hipoteza e dyte në përgjithësi mund të hudhet, pasi që tek djemt janë fituar raporte të rëndësishme të ndërlidhjeve, për dallim me ato të vajzave, sidomos në testem lëvizore motorike.

H3: Presim të fitohen ndryshime të rëndësishme statistikore në shumicën e testeve motorike ndërmjet mashkujve dhe femrave.

Hipoteza e tretë është vërtetuar në tërësi, pasi logjikisht ka qenë e pritshme dallimet ndërmjet djemve dhe vajzave në realizimin e detyrave motorike.

8.Përfundimi

Në këtë punim, është trajtuar popullata e të rinjve djem dhe vajza, e definuar nga nxënësit e grupmoshave 17 dhe 18 vjeç, dhe me metodologjinë adekuata të përpunimit të të dhënave kemi arritur në përfundime si vijon:

Me aplikimin e metodave statistikore përshkruese kemi përshkruar parametrat kryesorë për grupet veç e veç të femrave dhe grupit të meshkujve. Shumica e ndryshoreve kanë pasur distribucion normal në të dy grupet.

Djemt dhe vajzat dallojnë më së shumti janë heterogjen në dimensionin e peshës së trupit, shpërndarje edhe më e theksuar e rezultateve vërehet sidomos në rezultatet e detyrave motorike.

Me metodën e korrelacionit kemi konstatuar lidhshmëritë ndërmjet treguesve morfologjik dhe motorike, në veqanti janë vërtetuar nivele të larta të ndërlidhjeve ndërmjet testeve motorike dhe ato të grupit meshkujve. Hapësirat brenda vetës kanë treguar korrelacione të vlefshme statistike, ndërsa kroskorelacionet apo korrelacionet ndërmjet dy hapësirave të hulumtuara kanë qenë pak më të rralla.

Gjithashtu , është vërtetuar së në të gjitha rastet (testet), rezultatet e vitit 2019 dmth para pandemisë, janë dukshëm më të avansuara se sa ato të vitit 2021, përkundër faktit se kemi të bëjmë më një mostër relativisht të vogël, por indikacionet tregojnë për rënjen e nivelit të aftësive lëvizore të të rinjtë gjat periudhës së pandemisë.

Me aplikimin e metodës diskriminative të t- testit, është konstatuar se femrat dallojnë statistikisht prej meshkujve në të tre parametrat morfologjik truporë, respektivisht djemt në këto tri karakteristika trupore kanë vlera më të larta..

Kjo mund të arsyetohet pasi që dihet se femrat në këtë moshë janë më pak active në aktivitete të rregullta lëvizore dhe sportive.

Në të gjitha variablat motorike meshkujt kanë treguar nivel më të lartë për dallim prej vajzave në realizimin e detyrave motorike lëvizore.

Si përfundim i këtij punimi mund të them se grupi i meshkujve dhe i femrave kanë dallime të theksuara në aftësitë motorike dhe gjatë përpilimit të përmbajtjeve programeve shkollore për këtë moshë mendoj se duhet të kemi parasysh dallimet në aftësisë motorike. Arsimitarët e edukatës fizike gjatë punës së tyre kur kërkohet angazhimi i këtyre aftësive motorike të ndajnë nxënësit në grupe sipas aftësive motorike.

8.1. Rezyme

Në këtë punim, është trajtuar popullata e të rinjve djem dhe vajza, e definuar nga nxënësit e grupmoshave 17 dhe 18 vjeç, dhe me metodologjinë adekuata të përpunimit të të dhënave kemi ardhur në përfundime si vijon:

Me aplikimin e metodës diskriminative të t- testit, është konstatuar se femrat dallojnë statistikisht prej meshkujve në të tre parametrat morfologjik truporë, respektivisht djemt në këto tri karakteristika trupore kanë vlera më të larta..

Si përfundim i këtij punimi mund të them se grupi i meshkujve dhe i femrave kanë dallime të theksuara në aftësitë motorike dhe gjatë përpilimit të përmbajtjeve programeve shkollore për këtë moshë mendoj se duhet të kemi parasysh dallimet në aftësisë motorike. Arsimitarët e edukatës fizike gjatë punës së tyre kur kërkohet angazhimi i këtyre aftësive motorike të ndajnë nxënësit në grupe sipas aftësive motorike.

Resyme

In this paper, the population of young boys and girls is treated, students of age 17 and 18. With the adequate methodology of the data processing we have come to the conclusion that:

Applying the discriminatory T-test method, it was statistically established that women differ from men in the three physical morphological parameters, where men have respectively higher values on these three physical characteristics.

In conclusion it can be said that men and women have significant differences in motor skills, and I think that these differences should be taken into consideration when compiling the contents of school curricula for this age. Teachers of physical education should divide students into groups according to motor skills during their work when asked for the engagement of these motor skills.

9.Literatura

1. Duja,B.: 2012, Punim diplome master, UP FSHS, Prishtinë.
2. Halilaj, B. : (2002).Gjendja e disa parametrave antropometrik dhe motorik te të rinjtë e moshës 10-17 vjeç. Punim diplome, U.P.F.K.T. Prishtinë.
3. Kasa.A.:(1996). Baza e stërvitjes me fëmijët e moshës 10-14 vjeç.ILKF,Tiranë.
4. Magashi.N, Paliqi.Sh.: 2019. Vlerësimi i dallimeve në disa karakteristika morfologjike dhe lëvizore bazike e situacionale të të dy gjinive të moshës 16-17 vjeç. Punim diplome master, UP FEFS Prishtinë.
5. Reçica,R. 2019,,: Analiza e disa karakteristikave morfologjike dhe aftësive motorike te fëmijët e moshës 17 deri 18 vjeç në Komunën e Shtimes, punim diploma master, UP FEFS, Prishtinë.
6. Revista “Studime sportive” (2004,2005), Nr 4.5, Tiranë.
7. Rushiti,H.:(1999). Ndikimi i aktiviteteve kineziologjike në zhvillimin e disa karakteristikave psikosomatike te nxënësit. Acta kineziologica,Vol6 Nr1 Prishtinë.
8. Rushiti.H, Turjaka.B, Ibrahim.G.: (2019)Gjendja e disa parametrave morfologjik dhe lëvizorë motorik te të rinjtë e moshës 12 vjeç të katër qendrave të Kosovës. Konferenca e dytë shkencore ndërkombëtare, UP FEFS conference.fefs@uni-pr.edu
9. Rushiti.H, Turjaka.B, Sinani.H.: (2018)Evaluimi i zhvillimit të gjatësisë trupore dhe disa testeve motorike si kriter i vlerësimit të nxënësve të shkollës së mesme. Simpoziumi I 5 ndërkombëtar Ballkanik, Tetovë.
10. Rushiti.H,Krasniqi.L.:(2005). Niveli i zhvillimit të aftësive lëvizore të tipit eksploziv te të rinjtë e moshës 11-14 vjeç. UP.FKF.Prishtinë.
11. Selmani.A.:(2018 Ndikimi i të ushtruarit sistematik në zhvillimin e disa parametrave morfologjik dhe lëvizorë motorik te të rinjtë e moshës 12 vjeç punim diploma master, UP FEFS Prishtinë

12. Sylejmani, V, Ademi,S (2016) .Niveli i zhvillimit të disa karakteristikave morfologjike dhe aftësive lëvizore te të rinjtë e moshës 12 vjeç. Punim diplome master FEFS UP Prishtinë.
13. T.O.Bompa.:(2000). Periodization,Theory and Metodology Of Training. Ilionis,USA.