

**UNIVERSITETI I PRISHTINËS
“HASAN PRISHTINA”
FAKULTETI I EDUKIMIT FIZIK DHE I SPORTIT**



PUNIMI - MASTER

**KRAHASIMI I NIVELIT TË AKTIVITETIT FIZIK REKREATIV
TEK TË RINJËT E ZONËS URBANE DHE RURALE TË
KOMUNËS SË PEJËS**

**Mentori:
Prof. Dr. Bujar Turjaka**

**Kandidatja:
Ajshe Shala**

Prishtinë, 2025

**UNIVERSITY OF PRISHTINA
FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**



MASTER THESIS

**COMPARISON OF THE LEVEL OF RECREATIONAL
PHYSICAL ACTIVITY AMONG YOUTH IN URBAN AND
RURAL AREAS OF PEJA MUNICIPALITY**

Mentor:

Prof.dr. Bujar Turjaka

Candidat:

Ajshe Shala

Prishtinë, 2025

DEDIKIM

Familjës time

FALËNDERIM

Me përfundimin e këtij punimi, ndjej detyrimin dhe kënaqësinë që të shpreh mirënjohjen time të thellë për të gjithë ata që më kanë mbështetur gjatë këtij rrugëtimi akademik.

Së pari, falënderoj mentorin **Prof. Dr. Bujar Turjaka** për ndihmën e ofruar dhe durimin gjatë përgatitjes së këtij punimi të Diplomës Master, si dhe profesorët për udhëzimet dhe përkushtimin e tyre gjatë këtyre viteteve të studimeve.

Falënderime të veçanta për familjen time për durimin, dashurinë dhe përkrahjen e pakushtëzuar gjatë gjithë kohës. Pa mbështetjen e tyre të vazhdueshme kjo arritje nuk do të kishte qenë e mundur.

Abstrakt

Ky hulumtim ka analizuar nivelin e përfshirjes së nxënësve të klasës së VIII nga Komuna e Pejës në aktivitetet fizike dhe qëndrimet e tyre ndaj edukatës fizike, duke marrë parasysh ndikimin e gjinisë dhe vendbanimit (urbane vs. rurale). Mostra përbëhej nga 200 nxënës, përkatësisht 100 djem dhe 100 vajza, të ndarë në mënyrë të barabartë sipas vendbanimit: 50 djem dhe 50 vajza nga zona urbane, dhe 50 djem dhe 50 vajza nga zona rurale. Qëllimi kryesor ishte vlerësimi i ndryshimeve në masat antropometrike (lartësia, pesha, BMI) dhe perceptimet për aktivitetin fizik, kushtet e zhvillimit dhe barrierat në përfshirje. Përpunimi i të dhënave u realizua me SPSS, duke përdorur analiza përshkruese, t-teste për grupe të pavarura, si dhe testet joparametrike Mann–Whitney dhe Kruskal-Wallis për të identifikuar dallimet statistikisht të rëndësishme mes grupeve. Rezultatet treguan dallime antropometrike të rëndësishme vetëm tek vajzat mes grupeve urbane dhe rurale, me avantazh për vajzat urbane, ndërsa tek djemtë dallimet nuk ishin statistikisht të rëndësishme. Kjo sugjeron ndikim më të fortë të faktorëve ambientale dhe socio-ekonomikë tek zhvillimi trupor i vajzave. Përfshirja në aktivitet fizik ndryshon në bazë të gjinisë dhe vendbanimit: djemtë urbanë janë më aktivë sesa ata ruralë, ndërsa vajzat rurale janë më pak aktive krahasuar me vajzat urbane. Motivimi për aktivitetin fizik ndryshon gjithashtu, ku djemtë urbanë fokusohen kryesisht te shëndeti, ndërsa grupet rurale te humbja në peshë. Nxënësit urbanë shfaqin më shumë kënaqësi dhe vetëvlerësim ndaj edukatës fizike, ndërsa ata ruralë përballen me më shumë sfida dhe interes më të ulët. Megjithatë, angazhimi gjatë orëve të edukatës fizike është relativisht i barabartë në të gjitha grupet. Rëndësia e edukatës fizike për shëndetin pranohet gjerësisht pavarësisht dallimeve në përfshirje dhe perceptim. Këto gjetje theksojnë nevojën për politika dhe ndërhyrje që adresojnë pabarazitë në infrastrukturë dhe motivim, duke siguruar mundësi të barabarta për të gjithë nxënësit në edukatën fizike, me qëllim përmirësimin e shëndetit dhe mirëqenies së komunitetit të Pejës.

Fjalët kyçe: Aktiviteti fizik, Nxënës të klasës së VIII, Komuna e Pejës, Zonë urbane, Zonë rurale, anketa, statistika

Abstract

This study analyzed the level of participation of 8th-grade students from the Municipality of Peja in physical activities and their attitudes towards physical education, considering the influence of gender and place of residence (urban vs. rural). The sample consisted of 200 students, equally divided by gender and residence: 100 boys and 100 girls, with 50 boys and 50 girls from urban areas, and 50 boys and 50 girls from rural areas. The main objective was to assess differences in anthropometric measures (height, weight, BMI) and perceptions regarding physical activity, conditions for development, and barriers to participation. Data processing was carried out using SPSS, employing descriptive analyses, independent samples t-tests, as well as non-parametric Mann–Whitney and Kruskal-Wallis tests to identify statistically significant differences between groups. Results showed significant anthropometric differences only among girls between urban and rural groups, with an advantage for urban girls, while differences among boys were not statistically significant. This suggests a stronger influence of environmental and socio-economic factors on the physical development of girls. Participation in physical activity varies by gender and residence: urban boys are more active than rural boys, while rural girls are less active compared to urban girls. Motivation for physical activity also differs, with urban boys focusing primarily on health, while rural groups emphasize weight loss. Urban students demonstrate higher satisfaction and self-esteem regarding physical education, whereas rural students face more challenges and show less interest. However, engagement during physical education classes is relatively equal across all groups. The importance of physical education for health is widely acknowledged despite differences in participation and perception. These findings highlight the need for policies and interventions that address inequalities in infrastructure and motivation, ensuring equal opportunities for all students in physical education, with the goal of improving the health and well-being of the Peja community.

Keywords: Physical activity, 8th-grade students, Municipality of Peja, Urban area, Rural area, Survey, Statistics

PËRMBAJTJA

1. HYRJE	1
2. HULUMTIMET E DERITANISHME	6
3. SUBJEKTI, PROBLEMI DHE QËLLIMI I HULUMTIMIT	12
5. HIPOTEZA E PUNIMIT	13
5. METODOLOGJIA E HULUMTIMIT	14
5.1. Rrjedha dhe procedurat e hulumtimit	14
5.2. Mostra e të anketuarve	14
5.3. Mostra e instrumenteve të matjes	15
5.4. Përshkrimi i matjeve	18
5.4.1. Përshkrimi i matjeve antropometrike.....	18
5.5. Përpunimi statistikor i të dhënave.....	21
6. INTERPRETIMI DHE DISKUTIMI.....	22
6.1. Parametrat statistikor themelor	22
6.1.1. Parametrat statistikor të ndryshoreve antropometrike te djemt dhe vajzat të viseve urbane dhe rurale.....	22
6.2. Analiza e dallimeve.....	25
6.2.1. Analiza e dallimeve ndermjet djemve nga viset urbane dhe rurale	25
6.2.2. Analiza e dallimeve ndermjet vajzave nga viset urbane dhe rurale.....	27
6.3. Analiza joparametrike.....	29
6.3.1. Dallimet ndërmjet djemve nga viset urbane dhe rurale si dhe vajzave nga viset urbane dhe rurale.....	29
6.4. Dalimi ndërmjet grupeve	47
6.5. Vërtetimi i hipotezave të punimit	59
7. PËRFUNDIM	62
8. RËNDEsia TEORIKE DHE PRAKTIKE.....	64
9. LITERATURA	65

1. HYRJJE

Duke e përkufizuar kohën e lirë (Dumazedier, 1972; Irby dhe Tolman, 2002), theksojnë se ajo përfshin ato orë të ditës kur të rinjtë nuk janë të angazhuar formalisht në aktivitete shkollore, familjare apo të punës. Si aktivitete të kohës së lirë përmenden ato që të rinjtë i zgjedhin lirisht, prandaj konsiderohen si e drejtë diskrecionale e tyre. Koha e lirë është ajo kohë që i mbetet fëmijës pas përbushjes së të gjitha detyrimeve shkollore dhe të tjera.

Përpara njeriut modern vazhdimisht paraqiten kërkesa gjithnjë e më të reja nga shoqëria konsumatore, të cilat duhet të përbushen që si shpërblim të fitohet e ashtuquajtura 'kohë e lirë' (Polić, 2003). Koha e lirë është një parakusht për shumë aktivitete, një pjesë e madhe e të cilave i nënshtrohet faktorëve të rëndësishëm që ndikojnë në funksionimin e njeriut në kuadër të drejtimeve të ndryshme shoqërore dhe ekonomike të jetës (Andrijašević, 2000). Lindja dhe zhvillimi i shoqërisë industriale, përveç pasojave të tjera, ka rezultuar në lindjen, përkatësisht formësimin specifik të kategorisë së të rinjve, si dhe të kategorisë së kohës së lirë (Perasović, 2009). Aktivitetet dhe hapësira e kohës së lirë janë kuptuar si mjete të rëndësishme për fuqizimin e të rinjve, si edhe si një sferë për realizimin e interesave të çdo individi apo grupi (Jeđud dhe Novak, 2006). Hulumtimi i fenomenit të kohës së lirë ka vetëm një qëllim parësor, dhe ai është që koha e lirë të organizohet sa më mirë, dhe rrjedhimisht të shfrytëzohet në mënyrë cilësore. Duke qenë se aktivitetet e lira i zgjedh individi vetë, ato i ofrojnë atij ndjenjën e lirisë dhe kontrollit personal shumë më tepër sesa aktivitetet e tjera, siç janë shkolla apo puna. Koha e lirë, pra, duhet të jetë kulmi i përjetimit të kënaqësisë dhe lumturisë, dhe si e tillë, një pjesë e pandashme e kodit të njeriut modern (Bouillet, 2008.)." Koha e lirë e të rinjve ka qenë gjithmonë në qendër të vëmendjes si një fenomen shoqëror, me qëllim gjetjen e përmbajtjeve që do t'i motivonin të rinjtë ta kalonin kohën e lirë në aktivitete fizike. Këtë detyrë shoqërore, e cila është shumë e rëndësishme, e ka marrë përsipër shkolla si institucion edukativo-arsimor, që është në gjendje të drejtojë aktivitetet jashtëmësimore dhe jashtëshkollore, si në aspektin teorik ashtu edhe praktik, drejt një kulture të shfrytëzimit të kohës së lirë (Previšić, 2000). Përmbajtjet dhe format e kalimit të kohës së lirë bëhen variabla të rëndësishme për të kuptuar efikasitetin e edukimit në përgjithësi, e veçanërisht në kuadër të sistemit shkollor (Leburić dhe Relja, 1999).

Hulumtimet e deritanishme tregojnë se "koha e lirë është ajo fushë e jetës së përditshme në të cilën të rinjtë bëhen të pavarur më herët dhe ku autonomia e tyre është më e madhe" (Ilišin et al., 2006). Vetë termi aktivitete jashtëmësimore apo të lira nënkupton ekzistencën e kushteve themelore psikologjike për zhvillimin e kreativitetit — lirinë dhe sigurinë psikologjike — që për nxënësit përbëjnë një faktor të fuqishëm motivues për pjesëmarrje. Potenciali krijues i individit kërkon një ambient dhe kushte të caktuara në mënyrë që të zhvillohet dhe të realizohet lirisht (Mlinarević–Brust, 2009). Fëmijëve që kanë vullnet dhe ndjeshmëri për këtë u rekomandohet të merren me sport, ndërsa të tjerëve, që nuk kanë ambicie sportive, u rekomandohet të merren me aktivitete rekreative, të cilat janë të qasshme për të gjithë. Gjithashtu, rekomandohet që fëmijët dhe të rinjtë të shfrytëzojnë kohë pas kohe një pjesë të kohës së lirë për t'u marrë me aktivitete të dobishme dhe interesante nga fusha të ndryshme si: muzika, arti pamor dhe aktivitete të tjera kreative. Në mjedise të ndryshme (rajonale), nxënësi fiton përvoja të ndryshme, kryen aktivitete të ndryshme dhe është i ekspozuar ndaj ndikimeve dhe pritshmërive të ndryshme nga personat me të cilët takohen. Çdo mjedis ka potenciale edukativo-arsimore specifike (Rosić, 2001).

Procesi edukativ gjithmonë zhvillohet në një kontekst të caktuar dhe në një mjedis më shumë apo më pak të favorshëm për edukim. Në kohën dhe hapësirën ku individi zhvillohet, mjedisi edukativ përfshin: ambientin fizik, social, kulturor, psikik dhe fetar. Shoqëria bashkëkohore përbëhet nga mjedise të ndryshme që mund të kenë ndikim edukativ. Meqenëse fëmijët i zgjedhin vetë aktivitetet, është i pranishëm një nivel i lartë motivimi që mundëson përfshirje të gjerë dhe përvetësim më të lehtë të njohurive. Aktivitetet e të rinjve janë të ndryshme në rajone të ndryshme dhe interesat e tyre varen nga një sërë faktorësh, si: gjeografikë (vendi i banimit), ekonomikë (zhvillimi i mjedisit), mendorë, niveli i interesimit, gjinia, moshja, profesioni etj.

Koha e lirë është ai segment i jetës njerëzore në të cilin njeriu para së gjithash e njeh veten si individ me të gjitha veçoritë, interesat, motivet e tij (Grandić dhe bashkëpunëtorët, 2009).

Rëndësia e interesave personale për mënyrën se si të rinjtë e kalojnë kohën e lirë konfirmohet nga rezultatet e hulumtimeve me nxënës të shkollave fillore (Havelka dhe bashkëpunëtorët, 1990). Përafërsisht gjysma e nxënësve e kalojnë kohën e lirë në shtëpi, ndërsa gjysma tjetër jashtë saj. Kur largohen nga shtëpia, të rinjtë më së shpeshti shkojnë në fusha sportive, parqe, rrugë apo sheshe publike. Përgjithësimi i rezultateve i çon autorët në

përfundimin se në strukturën e kohës së lirë të nxënësve në fund të arsimit fillor dominojnë aktivitetet fizike, ndërsa në mesin e aktiviteve njohëse – ato receptive. Prandaj, në jetën e të rinjve ka pak rrethana që do të nxisnin produktivitetin dhe kreativitetin (Maksić dhe bashkëpunëtorët, 2008). Zhvillimi i një kulture të mirëfilltë të përdorimit të kohës së lirë është thelbësor për formimin e plotë të personalitetit të të rinjve. Koha e lirë nuk duhet të jetë vetëm pushim pas detyrimeve ditore, por një mundësi për rritje personale dhe sociale. Aktivitetet që nxisin kreativitetin si leximi, muzika, arti, shkrimi, programimi apo pjesëmarrja në projekte vullnetare janë mënyra të dobishme për ta shfrytëzuar këtë kohë.

Për më tepër, teknologjia moderne ka ndryshuar mënyrën se si të rinjtë e kalojnë kohën e lirë. Rrjetet sociale, lojërat elektronike dhe platforma të tjera dixhitale kanë zënë një pjesë të madhe të kësaj kohe. Edhe pse këto aktivitete mund të ofrojnë forma të argëtimit dhe komunikimit, ato shpeshherë nuk kontribuojnë në zhvillimin e aftësive reale apo në nxitjen e krijimtarisë. Prandaj, është e rëndësishme që prindërit, arsimtarët dhe institucionet edukative të ndërjegjësojnë të rinjtë për rëndësinë e balancimit mes argëtimit pasiv dhe aktiviteteve produktive. Organizimi i klubeve të interesit, kurseve jashtëshkollore dhe punëtorive krijuese mund të jetë një mënyrë efektive për t'i orientuar të rinjtë drejt përdorimit më të dobishëm të kohës së lirë (Aarnio, 2003).

Periudha e shkollës fillore është një fazë e rëndësishme për formimin e interesave personale dhe për përfshirjen e fëmijëve në aktivitete të ndryshme të kohës së lirë. Gjatë kësaj kohe, ata ndeshen me lloje të shumta aktiviteteve që ndikojnë në zhvillimin e tyre individual dhe shoqëror. Këto përfshijnë aktivitete jashtëshkollore si sportet, artet, aktivitetet kulturore, si dhe ato më pasive si shikimi i televizorit, përdorimi i rrjeteve sociale apo dëgjimi i muzikës.

Bazuar në këtë qasje, studimi i realizuar ka nisur nga ideja se fëmijët zakonisht zgjedhin sportin si mënyrë më të preferuar për të kaluar kohën e lirë. Sporti jo vetëm që ofron lëvizje fizike dhe argëtim, por gjithashtu ndihmon në ndërtimin e vetëdisiplinës, punës në grup dhe vetëbesimit. Në shoqëritë moderne, koha e lirë shihet si një pjesë shumë e rëndësishme e zhvillimit të të rinjve në aspektin emocional, mendor dhe shoqëror. Përveç argëtimit, ajo përfshin edhe përfshirjen aktive të të rinjve në kulturë, media, teknologji informative, si dhe në aktivitete sportive dhe edukative që ndodhin jashtë shkollës (Andrijašević, 2000).

Aktivitetet në kohën e lirë luajnë rol kyç në zhvillimin e ndjenjës së përkatësisë, në forcimin e marrëdhënieve me bashkëmoshatarët dhe në kultivimin e shprehive të shëndetshme të

sjelljes. Megjithatë, është e domosdoshme që organizimi i këtyre aktiviteteve të bëhet me kujdes, në mënyrë që të rinjtë të mos izoloohen apo manipulohen përmes përmbajtjes së tyre. Koha e lirë duhet të shfrytëzohet si mundësi për përmirësimin e cilësisë së jetës dhe për realizimin e të drejtave të fëmijëve dhe të rinjve për zhvillim të shëndetshëm. Ajo gjithashtu mund të ndihmojë në parandalimin e dukurive negative si varësia ndaj substancave narkotike, konsumimi i alkoolit, dhuna apo sjelljet devijante në shoqëri. Prandaj, është detyrë e përbashkët e shkollave, familjes dhe institucioneve shoqërore të krijojnë kushte që nxisin përfshirjen e fëmijëve në aktivitete të dobishme, që jo vetëm i argëtojnë, por edhe i ndihmojnë të rriten si individë të përgjegjshëm dhe aktivë në komunitet (Grandić dhe bashkëpunëtorët, 2009)

Sporti dhe aktiviteti fizik, në veçanti, kanë një rol të rëndësishëm në procesin edukativo-arsimor të të rinjve, pasi ndikojnë në zhvillimin e aspekteve fizike, psikologjike dhe sociale të tyre. Përfshirja e të rinjve në aktivitete sportive dhe rekreative duhet të reflektojë karakteristikat e tyre individuale dhe të kontribuojë në ndërtimin e një personaliteti të balancuar. Këto aktivitete ndihmojnë në përvetësimin e vlerave të sportit, si respekti, ndershmëria, bashkëpunimi, qëndrueshmëria, vetëbesimi dhe një frymë e shëndetshme garimi (Nešić dhe bashkëpunëtorët, 2011). Një nga sfidat kryesore të brezit të ri sot është mungesa e mjaftueshme e aktivitetit fizik, fenomen i përhapur në të gjitha shtresat e shoqërisë. Reduktimi i lëvizjes dhe aktivitetit trupor ndikon negativisht në shëndetin fizik dhe mendor të të rinjve.

Përveç sporteve ekipore të njohura si volejboli, hendbolli, basketbolli dhe futboli, në shkolla duhet të organizohen vazhdimisht programe që kanë si qëllim parandalimin e mbipeshës. Këto programe duhet të përfshijnë aktivitete të ndryshme sportive, në mënyrë që edhe nxënësit që kanë peshë të shtuar të mund të përfshihen pa u ndjerë inferior për shkak të rezultateve apo pamjes së tyre fizike (Vidaković dhe bashkëpunëtorët, 2011).

Ushtrimet fizike të kryera rregullisht kanë shumë efekte pozitive në shëndetin e njeriut. Ndërsa fëmijët kanë tendencë natyrale për aktivitet, me kalimin e kohës ata bëhen më pak aktivë. (Aarnio, 2003). Për këtë arsye, është e rëndësishme që në moshë të vogël të krijohet një zakon për aktivitetin fizik dhe të nxiset kuptimi i rëndësishëm së sporteve dhe aktiviteteve rekreative. (Ostojić dhe bashkëpunëtorët, 2010). Aktiviteti fizik dhe angazhimi në sport lidhen ngushtë me sjelljet që ndikojnë në shëndetin, si dhe me faktorë të ndryshëm shoqërorë (Sallis dhe bashkëpunëtorët, 2000).

Stili i jetës dhe puna moderne kanë sjellë ndryshime të mëdha, jo vetëm në natyrën dhe intensitetin e detyrave në punë, por edhe në mënyrën se si njerëzit shfrytëzojnë kohën e tyre të lirë dhe pushimin. Meqë shumë nga aktivitetet e sotme profesionale nuk përfshijnë lëvizje të mjaftueshme muskulore dhe aktivitet motorik optimal, i nevojitet organizmit të njeriut të gjenden forma të ndryshme aktivitetesh që në kohën e lirë mund të plotësojnë nevojat bazë të njeriut për lëvizje, relaksim, komunikim, lojë dhe argëtim, duke kontribuar kështu në përmirësimin e cilësisë së jetës (Grandić dhe bashkëpunëtorët, 2009)

Sot, shoqëria gjithnjë e më shumë përqafon mënyra aktive të pushimit, edhe gjatë orarit të punës, duke aplikuar programe të ndryshme sportive dhe rekreative, si ushtrime për formësim trupor, aktivitete argëtuese dhe elemente nga lojërat sportive. Këto aktivitete janë natyrale për lëvizjen dhe përshtaten me gjendjen shëndetësore, aftësitë, nevojat dhe interesat e secilit individ, qoftë me vetëdije apo pa (Nešić dhe bashkëpunëtorët, 2011).

Duke pasur parasysh rolin e rëndësishëm që sporti dhe rekreacioni sportiv kanë në plotësimin e nevojave themelore të njeriut për lëvizje, ato janë gjithashtu pjesë e trendeve të reja turistike. Turizmi po ndryshon nga ofertat tradicionale të pushimit drejt programeve aktive që përfshijnë sporte dhe rekreacion në ambiente natyrore tërheqëse.

Në shëndetin e njerëzve modernë ndikojnë negativisht ushqimi i tepërt dhe jo i përshtatshëm, mungesa e aktivitetit fizik, stresi, ndotja e mjedisit dhe zakonet e dëmshme. Këto faktorë, së bashku me mungesën e lëvizjes dhe ngarkesat emocionale, janë shkaktarë kryesorë të sëmundjeve të ndryshme si ato të sistemit muskular, zemrës, aparatit të frymëmarrjes dhe tretjes, si dhe problemeve nervore dhe emocionale. Aktiviteti fizik i rregullt dhe i përshtatshëm është i domosdoshëm për ruajtjen e shëndetit dhe funksionimin normal të trupit. Çdo kufizim i madh i lëvizjes është në kundërshtim me natyrën biologjike të njeriut dhe mund të shkaktojë probleme funksionale e më vonë edhe dëmtime organike të organeve jetësore. Kjo mungesë e aktivitetit mund të kompensohet përmes programeve adekuate të rekreacionit sportiv.

Në psikologji, personaliteti është koncepti më kompleks dhe më gjithëpërfshirës, i cili përdoret për të përshkruar dhe shpjeguar sjelljet gjatë trajnimit sportiv. Marrëdhënia midis personalitetit dhe trajnimit sportiv ndikohet nga disa faktorë të ndryshëm. Personaliteti, përveç ndikimit nga faktorët situacionalë, organikë, socialë dhe social-historikë, përbën një pjesë të pandashme të determinimeve që ndikojnë në çdo veprim të individit, përfshirë edhe pjesëmarrjen në aktivitete të ndryshme të trajnimit sportiv. (Ostojčić dhe bashkëpunëtorët, 2010).

2. HULUMTIMET E DERITANISHME

Gjatë dhjetë viteve të fundit është vërejtur një ulje e përgjithshme e aktivitetit fizik në të gjitha moshat. Kjo ndodh kryesisht si pasojë e modernizimit të mënyrës së punës dhe jetës së përditshme, ku përdorimi i teknologjisë dhe pajisjeve të ndryshme ka çuar në minimizimin e nevojës për lëvizje fizike. Gjithashtu, tërheqja që kanë programet dhe përmbajtjet e mediave elektronike, si televizioni, interneti dhe telefonat inteligjentë, ka kontribuar në këtë rënie.

Në lidhje me vlerësimin e nivelit të aktivitetit fizik në popullata të ndryshme, janë realizuar një sërë studimesh në mbarë botën. Për të pasur një kuptim më të thellë të problematikës, është thelbësore që këto studime të vazhdojnë. Meqë ekziston një mungesë e konsiderueshme e kërkimeve që fokusohen posaçërisht në personat e moshës së re, do të jetë e nevojshme që të merren parasysh edhe të dhënat nga studimet që përfshijnë popullatën e gjerë në vende të ndryshme. Rezultatet e këtyre hulumtimeve do të paraqiten në pjesën në vijim të materialit.

Burton dhe Turrell (2000), në një hulumtim të realizuar në Australi, kanë analizuar marrëdhënien midis profesionit, kohës së kaluar në punë dhe nivelit të aktivitetit fizik në kohën e lirë tek individët e moshës së mesme. Mostra ka përfshirë 21,787 të anketuar. Rezultatet treguan se 67.7% e tyre nuk ishin mjaftueshëm aktivë fizikisht, ku gratë (72.2%) rezultuan më pak aktive se burrat (64.8%). Ndër meshkujt më pak të përfshirë në aktivitet fizik u identifikuan ata që kishin fëmijë, ishin duhanpirës dhe kishin status shëndetësor të dobët.

Okano, Miyake dhe Mori (2003), në një kompani të madhe në Hokkaido, kanë shqyrtuar marrëdhënien ndërmjet punonjësve të moshës së mesme (50-59 vjeç) dhe aktivitetit fizik në kohën e lirë, duke e krahasuar me vlerësimin subjektiv të shëndetit. Rezultatet treguan se ky vlerësim lidhej ngushtë me aktivitetin fizik në punë dhe në kohën e lirë, si dhe me nivelin e stresit psikologjik.

Leino-Arjas et al. (2004) kanë hulumtuar lidhjen midis ngarkesës në vendin e punës, aktivitetit fizik në kohën e lirë dhe vlerësimit subjektiv të shëndetit fizik. Rezultatet treguan se aktiviteti fizik intensiv redukton ndjeshëm mundësinë e përkeqësimit të shëndetit fizik, veçanërisht në fazat e vona të jetës.

Ali dhe Lindstrom (2006), në një studim të realizuar në Suedi, analizuan kushtet psiko-sociale në punë, aktivitetin fizik në kohën e lirë dhe situatën e të papunëve. Ata konstatuan se meshkujt janë dukshëm më pak të përfshirë në aktivitete fizike në kohën e lirë sesa femrat.

Kouvonen et al. (2005) analizuan lidhjen ndërmjet aktivitetit fizik në kohën e lirë, natyrës së punës dhe ngarkesës së saj te punonjësit e sektorit publik (femra dhe meshkuj). Gjetjet tregojnë se niveli i aktivitetit fizik bie ndjeshëm me rritjen e moshës dhe me rënien e statusit socio-ekonomik.

Schneider dhe Becker (2005) analizuan nivelin e aktivitetit fizik tek popullata e punësuar e moshës së mesme në Gjermani, me fokus tek pjesëmarrja në sport dhe faktorët e punës që e ndikojnë atë. Rezultatet treguan se 39.2% e popullsisë nuk merrnin pjesë në sport, 19% ushtronin të paktën 1 orë në javë, 20.2% ushtronin rregullisht 1-2 orë në javë, ndërsa 13.4% ushtronin 2-4 orë në javë.

Proper et al. (2003) kanë analizuar efektivitetin e programeve të aktivitetit fizik gjatë orarit të punës dhe ndikimin e tyre në shëndetin dhe aftësitë fizike. Sipas rezultateve, ushtrimet fizike gjatë orarit të punës kanë rëndësi të madhe në parandalimin e çrregullimeve muskulo-skeletore.

Thogersen-Ntoumani dhe Fox (2005) kryen një sondazh për të identifikuar lidhjen mes aktivitetit fizik, indeksit të masës trupore (BMI), variablave demografike dhe shëndetit mendor të punonjësve. Rezultatet treguan se mungesa e ushtrimeve fizike dhe e vetëbesimit lidhen me uljen e kënaqësisë në punë.

Nešić et al. (2014), në një mostër prej 450 femrash të moshës mesatare në Novi Sad, analizuan lidhjen midis mënyrës së jetesës dhe përmbajtjes së ushtrimeve rekreative. U konstatua se shumica e grave të moshës së mesme nuk e konsiderojnë aktivitetin fizik si pjesë të rëndësishme të jetës së përditshme. Më pak se 20% ushtrojnë rregullisht (të paktën 3 herë në javë), ndërsa faktorët demografikë, veçanërisht mosha, rezultuan me ndikim statistikisht të rëndësishëm.

Murseli & Gjuraj (2015) theksojnë se sporti dhe aktiviteti fizik në përgjithësi, janë faktorë që kanë një ndikim pozitiv në cilësinë e jetës, shëndet, mendor, stabilitetin mendor, motivimin dhe vetëbesimin si tek personat e të gjitha moshave dhe dy gjinive te popullata ku ajo jeton. Ushtrimet e përgjithshme kanë për qëllim të aktivizojnë gjithë organizmin, për të ndihmuar ruajtjen e statusit shëndetësor në përgjithësi ose të rivendos gjendjen e sëmurë në një gjendje relativisht të shëndetshme. Për realizimin e qëllimit është është popullata nga e cila është nxjerrur mostra e entitetit e cila është definuar si popullatë e personave nga komuna e Prishtinës. Me metoden e mostrës së rastësishme është përzgjedhur mostra e të anketuarve për

qëllimet e këtij hulumtimi. Në hulumtim janë përfshirë – gjithësejt 500 të anketuar të ndarë sipas gjinisë dhe në 5 grupe sipas moshës. Rezultatet e fituara tregojnë se janë fituar dallime të rëndësishme statistikore në mes femrave dhe meshkujve gati në të gjitha pyetjet e shtatë pyetjeve të parashtruara. Gjithashtu rezultatet e fituara tregojnë se janë fituar dallime të rëndësishme statistikore në mes meshkujve të ndarë sipas moshës dhe femrave të ndarë sipas moshës gati në të gjitha pyetjet e shtatë pyetjeve të parashtruara.

Kaçiu dhe Daci (2018), në një studim mbi nxënësit e shkollave të mesme të Podujevës dhe Pejës (mosha 16-17 vjeç), analizuan ndikimin e stilit të jetesës dhe aktiviteteve rekreative fizike në Indeks të Masës Trupore (BMI). Studimi përfshiu 400 nxënës (200 për komunë, nga të dy gjinitë). U përdor një pyetësor i modifikuar që analizoi pjesëmarrjen në aktivitete fizike dhe shprehjet e jetesës si: pirja e duhanit, konsumimi i alkoolit, ushqimi dhe gjumi i rregullt. U përfshinë gjithashtu të dhëna mbi lartësinë dhe peshën trupore për të llogaritur BMI-në. Rezultatet treguan se BMI nuk lidhet drejtpërdrejt me aktivitetet fizike apo shprehjet e jetesës, por më tepër me konsumin e energjisë dhe kohëzgjatjen e aktiviteteve.

Metushi & Muqa (2019) si qëllim të punimit kishin prezantimin e marrjes me aktivitet rekreativ sportiv si dhe kohës më të preferuar për pjesëmarrje me aktivitete rekreative sportive. Hulumtimi i cili është realizuar ka për qëllim para se gjithash, identifikimin e disa shprehjeve të jetesës të nxënësve të Suharekës dhe Ferizajit të cilat mund të kenë ndikim në përcaktimin e mbështetjes në aktiviteteve rekreative sportive në qytetet e trajtuara në punim. Për realizimin e qëllimit Mostra e anketuar në këtë punim është definuar si mostër e përbër nga nxënësit e moshës 16, 17 dhe 18 vjeçe të shkollave të mesme të qytetit të Suharekës dhe Ferizajit. Mostra në përgjithësi ka përfshi në këtë punim 200 nxënës të anketuar të dy komunave të Kosovës nga 100 nxënës të secilës komunë të të dy gjinive. Në grupin e të anketuarve përfshihen nxënës të klasave X, XI dhe XII /domethënë nga 50 nxënës të gjinisë mashkullore dhe 50 nxënës të gjinisë femrore të secilës komunë. Rezultatet e fituara pas përpunimit tregojnë se të anketuarit të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve kanë dhënë përgjigje të ndryshme. Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në Peshën trupore. Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në Lartësinë trupore. Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në Indeks të masës trupore (BMI). Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve

të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në marrjes me aktivitet rekreativ sportiv si dhe kohës më të preferuar për pjesmarrje me aktivitete rekreative sportive. Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikor në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në shprehive të jeteses.

Kurshumlija & Hoxha (2019) theksojn se aktiviteti fizik te femrat e moshes së mesme është një faktor i rëndësishëm për çdo femer që i përket këtij grupi. Femrat që janë më aktive fizikisht janë në gjendje më të mirë shëndetësore. Qëllim kryesor i këtij punimi është paraqitja e nivelit të marrjes me aktivitete rekreativo-sportive, llojet e aktiviteteve, kohës më të preferuar për pjesmarrje me këto aktivitete, tek gratë e dy qyteteve Prishtinë dhe Mitrovicë nga mosha 20-29 vjeçare 30-39 vjeçare dhe 40-50 vjeçare. Mostra e hulumtimit është përbër nga grupi i femrave të dy qyteteve të Kosoves (Prishtinës dhe Mitrovicës). Mostra e të anketuarve ka përfshirë 200 femra që janë përzgjedh rastësisht në këtyre dy komunave. Mostra e të anketuarve në aspektin e kategorive të moshës është ndarë në gjashtë nëngrupe. Grupin e parë dhe të dytë e kanë përbërë femrat e moshës 20-29 vjeçe nga Komuna e Prishtinës dhe Mitrovicës. Grupin e tretë dhe të katërt e kanë përbërë femrat e moshës 30-39 vjeçe nga Komuna e Prishtinës dhe Mitrovicës. Grupin e pestë dhe të gjashtë e kanë përbërë femrat e moshës 40-50 vjeçe nga Komuna e Prishtinës dhe Mitrovicës. Si instrument i hulumtimit është aplikuar pyetësori, i përpiluar dhe modifikuar për këtë hulumtim me 15 pyetje: Qe sa kohë mereni me fitness (KMAF), Sa here në javë ushtroni fitness (HJUSH), Arsyeja e marrjes me fitnes (ARMF), Çka ju motivon për të ushtruar (ÇMOTUSH), Sa kohë ushtroni (SAKOUSH), Cilin aktivitet apo ushtrim e përdorni më së tepërmi (CIAKUPSH), Përgjigjet nga pyetësorët: A përdorni protein (PPROT) dhe Në çfar kohe ushtroni (ÇFKOUSH), A ushtroni për gara (USHGA), A ushtroni për shëndet dhe mirëqenie (USHSH), A e përdorëni fitnesin si rekreacion (PALR), A mendoni se fitnesi ndikon pozitivisht në gjendjen e juaj shëndetësore (MFNPGJSH), Si mund të përshkruani nivelin tuaj të fitnesit (MPNTF), Si ushtroni (SIUSH), Deri në çfar shu me parash jeni të gatshme ta paguani trajnerin personal (PARAT). Nga hapësira e e statistikes komparative (krahasuese) për grupet e mostrave të pavarura do të përdoret procedura diskriminative, para se gjithash, analiza diskriminative në mes të gjitha grupeve ANOVA dhe në mes çdo grupi sipas Post-Hoc analizës LSD. Dallimi në mes grupeve do të bëhet me anë të analizës. Joparametrike Hi-kateror testit. Rezultatet e fituara tregojn se aplikimi i dy teknikave (parametrike dhe joparemetrike) tregon se teknika joparametrike është një formë e përpunimit të rezultateve më e sakt për identifikimin e

grupeve. Rezultatet e fituara tregojn se në mes grupeve të moshës 20-29 vjeç; 30-39 vjeç dhe 40-50 vjeç nga Prishtina dhe 20-29 vjeç; 30-39 vjeç dhe 40-50 vjeç nga Mitrovica ekziston një dallim i rëndësishëm statistikor. Mund të theksojm se femrat e moshave të ndryshme kanë qasje të ndryshme ndaj aktiviteteve fizike rekreative. I përshtaten mundësive të tyre kondicionale, financionale dhe kohore.

Abdiu (2019) si qëllim të këtij hulumtimi kishte që të vërtetoj arsyen se pse popullata e moshës mbi 25 vjeçe e Komunës së Tetovës dëshiron të merret me aktivitete fizike rekreative. Në këtë punim mostraka përfshir 200përsona të moshave nga 25 deri 60 vjeç të cilët merren së paku dy herë në ditë me aktivitete fizike rekreative. Grupin e kanë përbërë 4 nëngrupe me nga 50 përsona: 50 persona te gjinisë mashkullore të moshës 25-39 vjeç; 50 persona te gjinisë femrore të moshës 25-39 vjeç; 50 persona te gjinisë mashkullore të moshës 40-60 vjeç;50 persona te gjinisë femrore të moshës 40-60 vjeç. Pyetësorin se cilat forma të aktiviteteve fizike i pëlqejnë dhe si ndikojnë është plotësuar në qendrat rekreative të Komunës së Tetovës. Personat e përfshirë në anketim me dëshirë kanë pranuar të jenë pjesë e këtij hulumtimi. Për realizimin e qëllimit të këtij punimi është aplikuar pyetësori me 34 pyetje. Të anketuarit dhe të anketuarat mendojnë se aktiviteti fizik ka shumë efekte përfituese në drejtim të shëndetit, pavarësisht nga mosha. Përsonat të cilët kanë një stiltë jetesës të shëndetshëm dhe që rregullisht përfshihen në ushtrime, kanë me pak mundësi të zhvillojnë sëmundje kronike, duke përmendur këtu diabetin, sëmundjet kardio-vaskulare, dhe sëmundjet mendore si dhe forcimin e muskujve dhe socializimin.

Metushi & Muqa (2019) si qëllim të punimit kishin prezantimin e marrjes me aktivitet rekreativ sportiv si dhe kohës më te preferuar për pjesmarrje me aktivitete rekreative sportive. Hulumtimi i cili është realizuar ka për qëllim para se gjithash, identifikimin e disa shprehive të jeteses të nxënësve të Suharekës dhe Ferizajit të cilat mundë të kenë ndikim në përcaktimin e mbështetjes në aktiviteteve rekreative sportive në qytetet e trajtuara në punim. Për realizimin e qëllimit Mostra e anketuar në këtë punim është definuar si mostër e përbër nga nxënësit e moshës 16, 17 dhe 18 vjeçe të shkollave të mesme të qytetit të Suharekës dhe Ferizajit. Mostra në përgjithsi ka përfshi në këtë punim 200 nxënës të anketuar të dy komunave tëKosovës nga 100 nxënës të secilës komunë të të dy gjinive. Në grupin e të anketuarve përfshihen nxënës të klasave X, XI dhe XII /domethënë nga 50 nxënës të gjinisë mashkullore dhe 50 nxënës të gjinisë femrore të secilës komunë. Rezultatet e fituara pas përpunimit tregojnë se të anketuarit të

ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve kanë dhënë përgjigje të ndryshme. Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në Peshën trupore. Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në Lartësinë trupore. Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në Indeks të masës trupore (BMI). Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në marrjes me aktivitet rekreativ sportiv si dhe kohës më të preferuar për pjesëmarrje me aktivitete rekreative sportive. Egzistojnë dallime të rëndësishme statistikore në mes grupeve të nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimeve në shprehive të jetesës.

Salihu (2021) si qëllim kishte të vërtetohet nivelin e qëndrimit ndaj aktivitetit fizik dhe fakti se sa është ngritur vetëdija e nxënësve të ndarë sipas gjinisë dhe komunave ndaj aktivitetit fizik, konkretisht për tu marrur me aktivitet fizik. Në kuadër të këtij qëllimi primar, parashirohen edhe këto qëllime: a) Të përcaktohet qëndrimi ndaj aktivitetit fizik (sportiv) të maturanëve, b) Të përcaktohet qëndrimi ndaj aktivitetit fizik (sportiv) të maturanëve femra, c) Dallimi në mes maturanëve dhe maturanëve në qëndrimin ndaj aktivitetit fizik, d) Qëndrimi ndaj aktivitetit fizik (sportiv) midis nxënësve të shkollave të ndryshme. Zgjedhja e mostrës ka qenë, para së gjithash, e kushtëzuar me mundësitë ekonomike dhe organizative të matjes. Mostra do të përfshijë 120 maturanë, domethënë 30 maturanë dhe 30 maturanë nga komuna e Ferizajt dhe 30 maturanë dhe 30 maturanë nga komuna e Prishtinës. Për realizimin e këtij punimi janë aplikuar disa variabla në formë të pyetësorit të cilat do të plotësohen nga anketa e parashtruar. Për fitimin e informatave të cilat kanë të bëjnë me qëndrimet e maturanëve dhe maturanëve ndaj aktivitetit fizik (sportiv) do të përdoret inventari i Kneerov-it, i cili është i formuar prej 24 itemave dhe i takon shkallës së llojit të Likertit (me saktësisht-skemë pesëshkallore të llojit të Likertit). Në pyetësor janë 12 pyetje, pozitivisht e parashtruara ndërsa 12 pyetje janë parashtruar negativisht (Ryan, Fredrick, Lepes, Rubio dhe Sheldon 1997). Rezultatet e fituara tregojnë se janë fituar dallime të rëndësishme statistikore $p < 0.05$ në mesataret aritmetikore në mes grupeve të maturanëve neshkuj nga Prishtina (P1-24PM), maturanëve nga Prishtina (P1-24PF), maturanëve neshkuj nga Ferizaji (P1-24FM), maturanëve nga Ferizaji (P1-24FF), të pyetjet: 4. Koha e cila nevojitet për nxemje, lojë apo përgatitje do të ishte më e mirë të shfrytëzohej për dikë tjetër?, 13. Trajnimi sportiv nuk jep asgjë që do të ishte e dobishme jashtë sportit?,

3. SUBJEKTI, PROBLEMI DHE QËLLIMI I HULUMTIMIT

Formimi i qëndrimeve pozitive dhe mendimeve të nxënësve ndaj edukatës fizike është një nga detyrat dhe vlerat e përhershme që duhet të arrihen përmes punës mësimore në edukatën fizike.

Subjekti i këtij hulumtimi është analiza e aktiviteteve të rinisë së Komunës së Pejës gjatë kohës së lirë.

Problemi i këtij hulumtimi, sidomos kur bëhet fjalë për Komunën e Pejës, është mungesa e të dhënave statistikore mbi aktivitetin fizik dhe angazhimin në sport të nxënësve të shkollave të mesme të ulëta në Komunën e Pejës. Ky problem nuk është i kufizuar vetëm për popullatën shkollore, por në të gjitha nivelet ka një problem të madh me mungesën e të dhënave të këtij lloji. Mungesa e këtyre rezultateve çon gjithashtu në probleme në marrjen e vendimeve strategjike në Komunën e Pejës dhe Kosovë, duke ndikuar gjithashtu në ofrimin e rekomandimeve të qarta teorike.

Pikërisht, qëllimi i këtij hulumtimi është të shqyrtojë dhe të përcaktojë nëse nxënësit e klasës VIII të shkollave të mesme të ulëta, të Komunës së Pejës, ndryshojnë në mes atyre nga viset rurale dhe urbane në: masat antropometrike: lartësia trupore, pesha trupore dhe BMI duke i përfshirë edhe; qëndrimet dhe angazhimin në aktivitet fizik dhe sportiv, si dhe vlerësimet subjektive të nxënësve për rëndësinë e aktivitetit fizik dhe pajisjet e sallave për këto aktivitete.

Gjithashtu të hulumtohet niveli, llojet dhe ndikimi i aktiviteteve fizike që ndjekin të rinjtë e Komunës së Pejës gjatë kohës së lirë, si dhe të identifikohen faktorët që i inkurajojnë apo pengojnë ata në përfshirjen në aktivitete të tilla.

Ky qëllim mund të shtrihet në disa objektiva specifike si:

- Të vërtetohet dallimi në mes djemëve nga viset rurale me ata nga viset urbane.
- Të vërtetohet dallimi në mes vajzave nga viset rurale me ata nga viset urbane.
- Të vërtetohet dallimi në mes djemve dhe vajzave katër grupeve rreth qëndrimeve dhe angazhimit të tyre në aktivitet fizik dhe sportiv.
- Të vërtetohet dallimi në mes katër grupeve rreth vlerësimeve subjektive të nxënësve për rëndësinë e aktivitetit fizik dhe pajisjet e sallave për këto aktivitete.
- Të identifikohet se cilat janë aktivitetet fizike më të zakonshme që praktikohen.

4. HIPOTEZA E PUNIMIT

Gjatë planifikimit dhe hartimit të punimit janë vendosur hipoteza për qëllim të analizës krahasuese të grupeve të vëzhguara sipas disa variablave.

H1: Pritet të ketë dallim të rëndësishëm statistikor në mes djemëve nga qyteti, dhe djemëve nga fshati, vajzave nga qyteti dhe vajzave nga fshati në Indeksin e masës trupore.

H2: Pritet të ketë dallim të rëndësishëm statistikor në mes djemëve nga qyteti, dhe djemëve nga fshati, vajzave nga qyteti dhe vajzave nga fshati lidhur me marrjen me aktivitete fizike rekreative.

H3: Pritet të ketë dallim të rëndësishëm statistikor në mes djemëve nga qyteti, dhe djemëve nga fshati, vajzave nga qyteti dhe vajzave nga fshati rreth vlerësimit subjektiv të tyre mbi kushtet e zhvillimit normal të orëve të edukatës fizike

Përmes përpunimit statistik të të dhënave, analiza e të dhënave të marra gjatë punimit do t'i përgjigjet të tri hipotezave, të cilat do të paraqesin bazën kryesore për nxjerrjen e konkluzioneve të punimit.

5. METODOLLOGJIA E HULUMTIMIT

5.1. Rrjedha dhe procedurat e hulumtimit

Sipas orientimit kohor, ky ishte një hulumtim transversal me qëllim të përcaktimit nëse ka vetëdije te popullata shkollore për rëndësinë e lëvizjes dhe aktivitetit fizik, nëse ata angazhohen në aktivitete sportive ose rekreative gjatë kohës së lirë ose a është e mjaftueshme sasia e ushtrimeve në mësim, si dhe kënaqësia e tyre me kushtet aktuale për të marrë pjesë në aktivitete fizike ose sportive në shkollat e tyre.

Të dhënat do të sigurohen përmes një hulumtimi në terren. Pyetëtori përbëhej nga tre pjesë. Pjesa e parë përfshinte karakteristikat demografike të pjesëmarrësve, së bashku me karakteristikat antropometrike të tyre, e dyta përfshinte aktivitetin fizik dhe sportiv, dhe pjesa e tretë lidhej me vlerësimin subjektiv të nxënësve për rëndësinë e aktivitetit fizik dhe pajisjet e sallave për këto aktivitete. Metoda që do të përdoret në këtë hulumtim është metodë e drejtpërdrejtë e hulumtimit në terren për mbledhjen e pyetësorëve. Masat, përkatësisht mbledhja e të dhënave, për qëllimet e këtij hulumtimi do të realizohen gjatë muajit maj 2025. Matësit do të jenë mësues të edukatës fizike dhe studentë të studimeve master me përvojë të mëparshme në testimin e pjesëmarrësve.

5.2 Mostra e të anketuarve

Hulumtimi do të përfshij të intervistuar nga Komuna e Pejës (8 shkolla të arsimit të mesëm të ulët), të cilët janë nxënës të klasëve të VIII (teta). Mostra do të përfshij 200 nxënës të intervistuar (50 djem dhe 50 vajza nga viset urbane si dhe 50 djem dhe 50 vajza nga viset rurale. Mostra përfshin një numër të barabartë djemsh dhe vajzash që ndjekin klasët e teta në shkollat e mesme të ulëta.

5.3 Mostra e instrumenteve të matjes

Mostra e variablave përbëhet nga pyetjet e nxjerura nga anketa (Tatar, 2014):

Pjesa I e pyetësorit – Dy masa morfologjike (lartësia trupore dhe pesha trupore) përmes të cilave llogaritet BMI, si dhe katër pyetje që lidhen me: gjininë, vitin e lindjes, klasën dhe viset e banimit.

Masat morfologjike:

- Lartësia trupore
- Pesha trupore
- BMI

Pjesa II e pyetësorit – Variablat mbi bazën e pyetësorit për vlerësimin e aktivitetit fizik:

1. P1MAF – A merreni me aktivitet fizik? Pyetje e mbyllur, përgjigjet: Po / Jo. Vlerësim subjektiv nga nxënësi.
2. P2ANMAF – Arsyeja përse merresh me aktivitet fizik? Pyetje e mbyllur: Dukje, shëndet, humbje peshe, shoqërim.
3. P3ASHMAF – Sa shpesh merresh me aktivitet fizik? Pyetje e mbyllur, për ata që janë përgjigjur "Po" Përgjigjet: Çdo ditë, 2-3 herë në javë, 1 herë në javë, Më pak se 1 herë në javë.
4. P4AMNS – A merresh me ndonjë sport? Pyetje e mbyllur, përgjigjet: Po / Jo. Vlerësim subjektiv nga nxënësi.
5. P5BSRAZ – Trego arsyet përse nuk merresh me sport: Pyetja e mbyllur, përgjigjen: Mungesa e financave, larg terrenet sportive, skam kohe për mesim.
6. P6SSHMS – Sa shpesh merresh me sport: Pyetje e mbyllur për ata që janë përgjigjur "Po". Përgjigjet: Çdo ditë, 2-3 herë në javë, 1 herë në javë, Më pak se 1 herë në javë.
7. P7MMS – Në ç'mënyrë merresh me sport? Pyetje e mbyllur. Përgjigjet: Si anëtar i një klubi sportiv, si anëtar i një seksioni shkollor, rekreativisht.
8. P8KOJSP – Me cilin sport merresh? Pyetje gjysmë e mbyllur. Përgjigjet: Futboll, Basketboll, Volejboll, Karate, Hendboll dhe Tjetër (nxënësi shkruan sportin tjetër).
9. P10CANMS – Cilat janë arsyet që nuk merresh me atë sport? Pyetje e hapur, nxënësi e shkruan vetë përgjigjen.
10. P11AKSHSPEF – A ka shkolla salla të pajisura për edukatë fizike? Pyetje e mbyllur, përgjigje: Po / Jo. Vlerësim subjektiv.

Pjesa III e pyetësorit – Vlerësimi subjektiv i nxënësve: Nxënësi vlerëson deklaratat e dhëna në një shkallë (sipas Likertit) nga 1 deri në 5, ku 1 – nuk pajtohem fare, dhe 5 – pajtohem plotësisht.

P1	Shumë kënaqem në orët e edukatës fizike	Nuk pajtohem fare	Nuk pajtohem	As pajtohem, as kundërshtoj	Pajtohem	Pajtohem plotësisht
P2	Përpiqem shumë në orët e edukatës fizike					
P3	Jam i kënaqur me angazhimin tim në orët e edukatës fizike					
P4	Nuk më interesojnë shumë orët e edukatës fizike					
P5	Ndjej tension gjatë orëve të edukatës fizike					
P6	Mendoj se jam mjaft i mirë në edukatë fizike					
P7	Orët e edukatës fizike janë të rëndësishme për shëndetin tim					
P8	Detyrat në edukatë fizike janë shumë të vështira					
P9	Jam i kënaqur me sallën ku mbahen orët e edukatës fizike					

Bazuar në pyetjet nga pyetësi, të dhënat që janë marrë lidhen me: lartësinë, peshën, BMI-në, vlerësimin e kushteve, vlerësimin e angazhimit vetjak në sport, vlerësimin e hapësirës, arsyet e mosangazhimit etj.

Duke marrë parasysh natyrën e problemit që trajton vetë punimi, ka lindur nevoja për një hulumtim që lidhet me shkallën e përfshirjes në aktivitetet fizike të të rinjve në kohën e lirë. Hulumtimi i parë i këtij lloji u zhvillua në territorin e Komunës së Pejës.

Meqenëse tema e hulumtimit është aktiviteti fizik i të rinjve në kohën e lirë, pyetësi i destinuar për nxënës të shkollës fillore u krijua në mënyrë që, përveç të dhënave bazë (masa dhe lartësi trupore), të identifikojë sa më lehtë arsyet e tyre për (mos) bërjen e aktivitetit fizik, si dhe për të marrë informacione rreth aktiviteteve që preferojnë më shpesh në kohën e lirë

5.4. Përshkrimi i matjeve

5.4.1. Përshkrimi i matjeve antropometrike

1. Lartësia e trupit

Përshkrimi i detyrës:

Pajisjet e nevojshme për matje: Antropometri

Pozita fillestare: Lartësia e trupit është matë me antropometër, subjekti që është matë ka qenë e zbathur, në veshje sportive dhe ka qëndruar në bazamentin e fortë horizontal të antropometrit. Koka e tij ka qenë në atë pozitë që skaji i poshtëm i syrit dhe skaji i epërm i zgavrës së jashtme të veshit të jenë në pozitë horizontale (horizontalja e Frankfurtit). Qëndrimi i trupit të subjektit ka qenë më e relaksuar dhe i drejtë, shputat e bashkuara, ndërkaq matësi ka qëndruar në të majtë të entitetit.

Realizimi i detyrës: Pasi që e kontrollon pozitën e subjektit dhe të instrumentit (antropometri), matësi e lëshon krahun horizontal të antropometrit deri në pjesën e epërme të kokës (pika më e lartë e kokës – vertex) dhe e lexon në shtyllën e antropometrit pikën e lartësisë.

Vlerësimi: Matet lartësia e trupit në drejtqëndrim e shprehur në milimetra.

Foto 1. Matja e lartësisë së trupit



2. Pesha e trupit

Përshkrimi i detyrës:

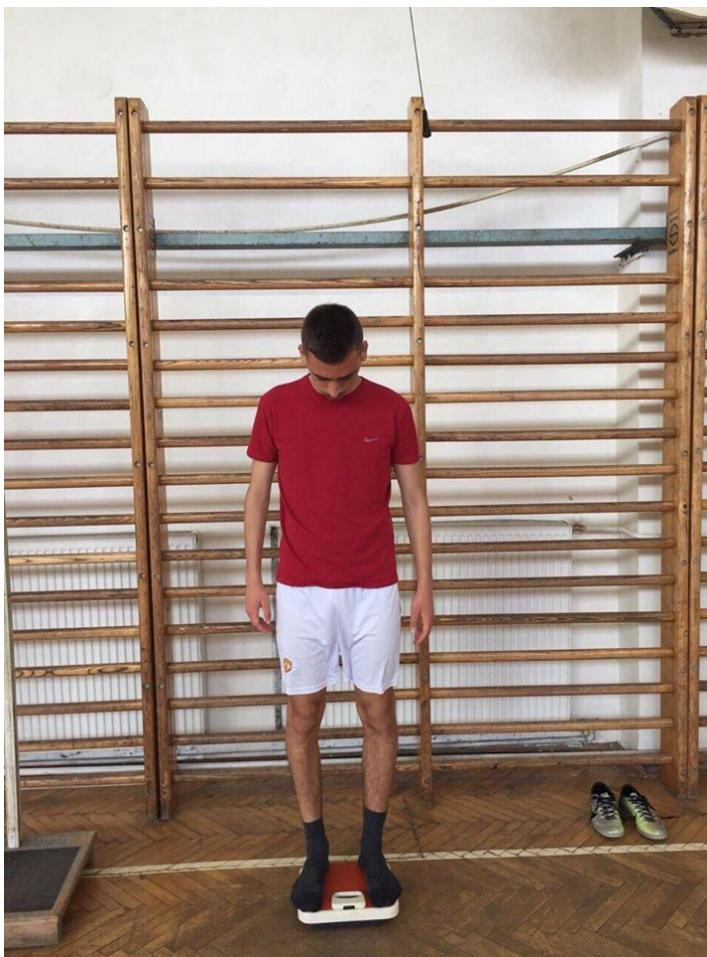
Pajisjet e nevojshme për matje: Peshorja

Pozita fillestare: Pesha e trupit matet me peshorën antropometrike, e cila mundëson saktësinë e matjes prej 0.1 kg, treguesi rregullohet në pozitën zero. E domosdoshme është që peshorja të vihet në pozitë horizontale dhe në bazament të fortë.

Realizimi i detyrës: Subjekti është e zbathur në përgatitje të lehta sportive, qëndron e qetë në këmbë, në mes të peshorës. Pasi të qetësohet boshti (treguesi) i peshorës në pozitën ekuilibruese lexohet rezultati. Leximi i rezultatit bëhet me saktësi 0.1 kg.

Vlerësimi: Matet pesha e trupit në drejtpërdrejtë dhe shprehur në 0.1 kg.

Foto 2. Matja e peshës së trupit



3. Indeks i masës trupore – AIMTR

Përshkrimi i detyrës:

Pajisjet e nevojshme për matje: Antropometri, Peshorja

Pozita fillestare: Indeks i masës trupore (Body Mass Index-BMI), është një metodë e llogaritjes së të ushqyerit. Indeks i masës trupore llogaritet shumë thjeshtë, dhe bazohet në bazë të të peshës së trupit dhe lartësisë së trupit.

Realizimi i detyrës: Indeks i masës trupore (BMI – body mass index) është matja – raporti në mes peshës trupore relative dhe gjatësisë trupore në katror, zakonisht është përdorur si formula më e mirë për klasifikuar nënpeshën, mbipeshën dhe trashjen (obezitetin) te burrat dhe gratë.

Vlerësimi: Pra raporti mes peshës në kg dhe lartësisë në m² na jep BMI-në. Kjo llogaritet duke përdorur një formulë shumë të thjeshtë: Peshë (kg)/lartësia (m²) = IMT ose BMI; nëse volejbolistja ka peshën 65 kg dhe lartësinë e trupit 1.70 m

$$\text{Shembull: BMI} = 65 \text{ Kg} / (1.70 \times 1.70) = 65 / 2.89 = 22.49$$

Foto 3. Indeks i masës trupore



5.5. Përpunimi statistikor i të dhënave

Për përpunimin e të dhënave do të përdoret programi softuerik SPSS, i cili është një softuer statistik i njohur ndërkombëtarisht dhe që përdoret në masë të madhe për lloje të tilla kërkimesh. Është shumë e rëndësishme të theksohet se përpunimi i të dhënave do të bëhet si në mënyrë të përmbledhur, ashtu edhe sipas gjinisë dhe viseve. Si të tilla, të gjitha të dhënat na japin mundësi për krahasim rajonal dhe të tjera për nxënësit e klasës së VIII në Komunën e Pejës. Përpunimi i plotë statistikor i të dhënave do të përfshinte: Statistikën bazë, Frekuencën + Përqindjen; Analizën regressive; Testin U i Mann – Whitney; t-testin; Testin Kruskal-Wallis; Analizën e t-testit.

Për të dhënat e nevojshme për përcaktimin e gjendjes sipas përgjigjeve të marra nga anketimi, sipas gjinisë dhe rajonit të të anketuarve, do të përdoren statistika përshkruese (e paraqitur përmes frekuencës dhe përqindjeve, ndërsa për gjatësinë trupore, peshën trupore dhe BMI-në e përfuar do të përdoren parametrat bazë statistikorë).

Përcaktimi i dallimeve mes dy grupeve sipas gjinisë është bërë me testin U i Mann – Whitney në këto kombinime:

- të gjithë djemtë dhe vajzat nga dy rajonet;

Përcaktimin e dallimeve në mesataret aritmetikore mes 4 grupeve sipas gjinisë dhe rajoneve është përdorur analiza Kruskal-Wallis për grupe të pavarura.

Për të përcaktuar mes cilave grupe rajonale ekziston dallim në mesataret aritmetikore është përdorur T-testi për grupe të pavarura.

6. INTERPRETIMI DHE DISKUTIMI

6.1. Parametrat statistikor themelor

6.1.1. Parametrat statistikor të ndryshoreve antropometrike te djemt dhe vajzat të viseve urbane dhe rurale

Në Tabelën 1 janë paraqitur treguesit statistikore për ndryshoret që lidhen me dimensionet antropometrike të nxënësve dhe nxënësve nga viset urbane dhe rurale të shkollave të mesme të ulëta në Komunën e Pejës. Tabela përfshin: vlerat maksimale dhe minimale, mesataren aritmetike, devijimin standard (që tregon shmangien nga mesatarja), koeficientin e variacionit (ose të homogjenitetit), si dhe parametrat që përshkruajnë shpërndarjen e të dhënave — konkretisht, koeficientin e asimetrisë (Skewness) dhe kurtosis-in (i cili tregon lakimin ose formën e kulmit të shpërndarjes).

Tabela 1. Parametrat statistikor të ndryshoreve antropometrike te katër grupeve të nxënësve

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Dev	Skewness	Kurtosis	Kv
ALARTËDU	50	158	189	169.60	7.780	0.908	0.463	4.59
APESHDU	50	44.4	91	63.54	12.689	0.465	-0.686	19.97
AIMATRDU	50	16.12	27.63	21.98	3.413	-0.014	-1.208	15.53
ALARTËDR	50	157	182	168.10	6.882	0.282	-0.946	4.09
APESHDR	50	41.6	91.8	62.62	13.152	0.631	-0.289	21.00
AIMATRDR	50	15.98	30.85	22.14	4.363	0.673	-0.549	19.71
ALARTËVU	50	149	183	162.66	8.740	0.651	-0.485	5.37
APESHVU	50	39.8	81.2	56.68	9.397	0.787	0.26	16.58
AIMATRVU	50	15.7	26.6	21.41	2.928	-0.142	-0.676	13.68
ALARTËVR	50	144	174	160.30	6.683	0	0.205	4.17
APESHVR	50	34.8	82.7	55.21	12.096	0.518	-0.395	21.91
AIMATRVR	50	14.5	29.8	21.37	3.935	0.553	-0.231	18.41

Legjinda: ALARTËDU – lartësia trupore te meshkujt nga viset urbane; APESHDU - pesha trupore te meshkujt nga viset urbane; AIMATRDU – indeksi i masës trupore te meshkujt nga viset urbane; ALARTËDR – lartësia trupore te meshkujt nga viset rurale; APESHDR - pesha trupore te meshkujt nga viset rurale; AIMATRDR – indeksi i masës trupore te meshkujt nga viset rurale; ALARTËVU – lartësia trupore te vajzat nga viset urbane; APESHVU - pesha trupore te vajzat nga viset urbane; AIMATRVU – indeksi i masës trupore te vajzat nga viset urbane; ALARTËVR – lartësia trupore te vajzat nga viset rurale; APESHVR - pesha trupore te vajzat nga viset rurale; AIMATRVR – indeksi i masës trupore te vajzat nga viset rurale;

Lartësia trupore te meshkujt urbanë ka një mesatare prej 169.60 cm, me një devijim standard prej 7.78 cm, që tregon një përhapje mesatare të të dhënave rreth mesatares. Koeficienti i variacionit është 4.59%, çka dëshmon për homogjenitet të lartë. Shpërndarja është asimetrike pozitive (Skewness = 0.908), që nënkupton se ka individë me lartësi dukshëm më të madhe se mesatarja, ndërsa Kurtosis-i (0.463) sugjeron një shpërndarje pak më e sheshtë se ajo normale.

Pesha trupore te meshkujt urbanë ka një mesatare prej 63.54 kg, me devijim standard 12.689 kg, që tregon për një variacion të konsiderueshëm në peshë. Koeficienti i variacionit prej 19.97% e konfirmon këtë heterogjenitet. Shpërndarja është asimetrike pozitive (Skewness = 0.465), duke treguar individë me peshë mbi mesatare, ndërsa Kurtosis është negativ (-0.686), që tregon një shpërndarje më e sheshtë se ajo normale.

BMI-ja e meshkujve urbanë ka një mesatare prej 21.98, që bie brenda normës së shëndetshme. Devijimi standard është 3.413, me Koeficient variacioni 15.53%, që tregon variacion të moderuar. Shpërndarja është afërsisht simetrike (Skewness = -0.014) dhe Kurtosis (-1.208) tregon një shpërndarje shumë të sheshtë.

Meshkujt ruralë kanë një lartësi mesatare prej 168.10 cm, pak më të ulët se ata urbanë. Devijimi standard është 6.882 cm dhe Koeficienti i variacionit 4.09%, çka dëshmon për homogjenitet të lartë. Shpërndarja është pak asimetrike pozitive (Skewness = 0.282), ndërsa Kurtosis (-0.946) tregon shpërndarje më të sheshtë.

Pesha trupore te meshkujt nga viset rurale ka një mesatare prej 62.62 kg, me devijim standard 13.152 kg dhe një Koeficient variacioni prej 21%, që tregon për shpërndarje të gjerë dhe heterogjenitet të lartë. Shpërndarja është asimetrike pozitive (Skewness = 0.631), ndërsa Kurtosis (-0.289) sugjeron shpërndarje të sheshtë.

BMI-ja ka një mesatare prej 22.14, pak më e lartë se ajo e urbanëve, me devijim standard 4.363 dhe Koeficient variacioni 19.71%, që tregon variacion të dukshëm. Shpërndarja është asimetrike pozitive (Skewness = 0.673), ndërsa Kurtosis (-0.549) tregon shpërndarje pak më të sheshtë se ajo normale.

Vajzat urbane kanë një lartësi mesatare prej 162.66 cm, me devijim standard 8.74 cm dhe Koeficient variacioni 5.37%, që tregon për një grup relativisht homogjen. Shpërndarja është asimetrike pozitive (Skewness = 0.651), ndërsa Kurtosis (-0.485) tregon shpërndarje më të sheshtë.

Pesha trupore te vajzat urbane ka një mesatare prej 56.68 kg, me devijim standard 9.397 kg dhe Koeficient variacioni 16.58%, që tregon një variacion mesatar. Shpërndarja është asimetrike pozitive (Skewness = 0.787) dhe Kurtosis (0.26) afër normales.

BMI-ja e vajzave urbane është 21.41, brenda kufijve të shëndetshëm. Devijimi standard është 2.928, ndërsa Koeficienti i variacionit 13.68% tregon një shpërndarje të moderuar. Skewness (-0.142) tregon shpërndarje gati simetrike dhe Kurtosis (-0.676) një shpërndarje pak më të sheshtë.

Vajzat rurale kanë një lartësi mesatare prej 160.30 cm, me devijim standard 6.683 cm dhe një Koeficient variacioni prej 4.17%, që tregon për homogjenitet të lartë. Skewness = 0, që do të thotë shpërndarje krejt simetrike, ndërsa Kurtosis (0.205) tregon shpërndarje pranë normales.

Pesha trupore mesatare është 55.21 kg, me devijim standard 12.096 kg dhe një Koeficient variacioni të lartë (21.91%), që tregon për variacion të madh. Skewness (0.518) tregon asimetrikë pozitive, ndërsa Kurtosis (-0.395) sugjeron shpërndarje pak më të sheshtë se ajo normale.

BMI-ja mesatare është 21.37, shumë afër me grupet e tjera. Devijimi standard është 3.935 dhe Koeficienti i variacionit 18.41%, që tregon variacion të moderuar deri të lartë. Skewness (0.553) sugjeron asimetrikë pozitive, ndërsa Kurtosis (-0.231) një shpërndarje pak më të sheshtë.

6.2. Analiza e dallimeve

6.2.1. Analiza e dallimeve ndermjet djemve nga viset urbane dhe rurale

Në tabelën 2 janë paraqitur dallimeve ndermjet djemve nga viset urbane dhe rurale

Tabela 2. Dallimi në mes grupeve në mesataret aritmetikore të djemtë

Independent Samples Test		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig.	Mean Diff.	Std. Error Diff.	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
ALARTËDU	Equal vari ass	.109	.742	1.021	98	.310	1.500	1.46893	-1.4150	4.4150
ALARTËDR	Equal vari not ass			1.021	96.560	.310	1.500	1.46893	-1.4155	4.4155
APESHDU	Equal vari ass	.060	.808	.357	98	.722	.922	2.58450	-4.2068	6.0508
APESHDR	Equal vari not ass			.357	97.874	.722	.922	2.58450	-4.2069	6.0509
AIMATRDU	Equal vari ass	1.392	.241	-2.03	98	.840	-.158	.78336	-1.7133	1.3957
AIMATRDR	Equal vari not ass			-2.03	92.635	.840	-.158	.78336	-1.7144	1.3968

Më poshtë po të paraqes një analizë përshkruese dhe interpretim të plotë të testit të mostrave të pavarura (Independent Samples t-test), në mënyrë rrjedhshme dhe me përfshirjen e vlerave numerike, për të krahasuar meshkujt nga viset urbane dhe rurale sipas: lartësisë trupore, peshës trupore dhe indeksit të masës trupore (BMI).

Lartësia mesatare e meshkujve nga viset urbane është 169.60 cm, ndërsa për ata nga viset rurale është 168.10 cm, që paraqet një ndryshim mesatar prej 1.5 cm në favor të nxënësve urbanë. Megjithatë, sipas testit të pavarur të mostrave, vlera e $t = 1.021$ me një vlerë $p = 0.310$, tregon se ky ndryshim nuk është statistikisht i rëndësishëm ($p > 0.05$). Intervali i besueshmërisë 95% për këtë ndryshim është nga -1.41 cm deri në 4.41 cm, që përfshin vlerën zero, duke treguar se diferenca mund të jetë edhe rastësore. Përfundim: Nuk ka dallim domethënës në lartësinë trupore mes meshkujve nga zonat urbane dhe rurale.

Pesha mesatare e meshkujve urbanë është 63.54 kg, ndërsa për meshkujt ruralë është 62.62 kg, me një diferencë mesatare prej 0.92 kg, sërish në favor të nxënësve urbanë. Rezultatet

e testit tregojnë një vlerë $t = 0.357$ dhe një vlerë $p = 0.722$, që është shumë më e lartë se niveli i zakonshëm i rëndësisë (0.05). Kjo do të thotë se dallimi nuk është statistiki i rëndësishëm. Edhe këtu, intervali i besueshmërisë shkon nga -4.21 kg deri në 6.05 kg, duke përfshirë vlerën zero. Përfundim: Nuk ka diferencë të rëndësishme statistiki në peshën trupore midis meshkujve nga viset urbane dhe rurale.

Indeksi mesatar i masës trupore për meshkujt urbanë është 21.98, ndërsa për ata ruralë është 22.14, me një diferencë shumë të vogël prej -0.158, në favor të grupit rural. Vlera e $t = -0.203$ dhe $p = 0.840$, tregon se diferenca nuk është statistiki e rëndësishme. Edhe intervali i besueshmërisë për këtë diferencë (-1.71 deri në 1.40) përfshin vlerën zero, çka e përforcon mungesën e dallimit real. Përfundim: Edhe në indeksin e masës trupore nuk ka ndryshime domethënëse statistiki midis nxënësve meshkuj nga zonat urbane dhe rurale.

Bazuar në të dhënat statistike dhe analizën përmes testit të mostrave të pavarura (Independent Samples t-test), u shqyrtuan dallimet në treguesit antropometrikë ndërmjet nxënësve meshkuj nga zonat urbane dhe atyre nga zonat rurale në Komunën e Pejës. Variablat e përfshira në këtë analizë ishin: lartësia trupore, pesha trupore dhe indeksi i masës trupore (BMI). Rezultatet tregojnë se, mesatarisht, nxënësit nga zonat urbane janë pak më të gjatë dhe më të rëndë se bashkëmoshatarët e tyre nga zonat rurale. Konkretisht, lartësia mesatare te urbanët ishte 169.60 cm krahasuar me 168.10 cm te ruralët, ndërsa pesha mesatare ishte 63.54 kg kundrejt 62.62 kg. Sa i përket indeksit të masës trupore, diferenca ishte shumë e vogël (21.98 urbanë dhe 22.14 ruralë). Megjithatë, asnjë prej këtyre ndryshimeve nuk rezultoi të ishte statistiki e rëndësishme, pasi vlerat p në të gjitha rastet ishin shumë më të larta se niveli i rëndësisë 0.05 (respektivisht: $p = 0.310$ për lartësinë, $p = 0.722$ për peshën dhe $p = 0.840$ për BMI). Gjithashtu, intervalet e besueshmërisë për secilin ndryshim përfshinin vlerën zero, çka nënkupton se dallimet mund të jenë thjesht rastësore. Nga kjo analizë, mund të konkludohet se zona e banimit (urbane apo rurale) nuk ka ndikuar ndjeshëm në treguesit fizikë të nxënësve meshkuj. Megjithëse faktorë të tillë si ambienti jetësor, stili i jetesës dhe qasja ndaj ushqimit mund të luajnë rol, në këtë rast, ato nuk kanë prodhuar diferenca domethënëse midis dy grupeve. Kjo gjetje mund të interpretohet si tregues i një përjasje të barabartë ndaj shëndetit dhe zhvillimit fizik të nxënësit në të dy zonat, ndoshta si rezultat i standardizimit të kujdesit shëndetësor, ushqimit dhe aktiviteteve edukative. Për më shumë saktësi, do të ishte e dobishme të përfshiheshin analiza të mëtejshme me një kampion më të gjerë dhe duke përfshirë faktorë të tjerë socialë e ekonomikë.

6.2.2. Analiza e dallimeve ndermjet vajzave nga viset urbane dhe rurale

Në tabelën 2 janë paraqitur dallimeve ndermjet vajzave nga viset urbane dhe rurale në mesataret aritmetikore.

Tabela 3. Dallimi në mes grupeve në mesataret aritmetikore te vajzat

Independent Samples Test		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig.	Mean Diff	Std. Error Diff	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
ALARTËVU	Equal var ass	8.112	.005	3.592	137	.000	5.3404	1.48676	2.4004	8.2804
ALARTËVR	Equal var not ass			3.925	128.310	.000	5.3404	1.36077	2.6479	8.0329
APESHVU	Equal var ass	.591	.443	2.069	137	.040	4.2444	2.05191	.1869	8.3019
APESHVR	Equal var not ass			2.031	96.196	.045	4.2444	2.09015	.0956	8.3932
AIMATRVU	Equal var ass	2.496	.116	.371	137	.711	.2249	.60589	-.9731	1.4230
AIMATRVU	Equal var not ass			.348	83.696	.729	.2249	.64682	-1.0614	1.5112

Vajzat nga zonat urbane kanë një lartësi mesatare prej 162.66 cm, ndërsa vajzat nga zonat rurale kanë një lartësi mesatare prej 160.30 cm. Kjo tregon një dallim prej 5.34 cm në favor të vajzave urbane. Nga testi t për mostra të pavarura: Vlera $t = 3.925$, $p = 0.000$, që tregon se ky dallim është statistikisht shumë domethënës ($p < 0.01$). Intervali i besueshmërisë 95%: nga 2.65 cm deri në 8.03 cm, që nuk përfshin vlerën zero → konfirmon rëndësinë statistikore. Interpretim: Vajzat nga zonat urbane janë dukshëm më të gjata se ato nga zonat rurale, dhe ky ndryshim është i besueshëm dhe domethënës nga pikëpamja statistikore.

Pesha mesatare e vajzave në zonat urbane është 56.68 kg, ndërsa ajo e vajzave në zonat rurale është 55.21 kg. Kjo përbën një dallim prej 4.24 kg, ku vajzat urbane kanë peshë më të lartë. Nga të dhënat e testit: Vlera $t = 2.069$, $p = 0.040$, që është më pak se 0.05 → dallimi është domethënës statistikisht. Intervali i besueshmërisë 95%: nga 0.18 kg deri në 8.30 kg, çka përjashton zero dhe përforcon dallimin. Interpretim: Edhe pse dallimi në peshë është më i vogël sesa në lartësi, ai është gjithsesi statistikisht i rëndësishëm, duke sugjeruar që vajzat urbane kanë tendencë të jenë më të rënda.

BMI mesatar për vajzat urbane është 21.41, ndërsa për vajzat rurale është 21.37, me një diferencë shumë të vogël prej vetëm 0.22 njësi. Nga analiza statistikore: Vlera $t = 0.371$, $p =$

0.711, që është shumë më e lartë se niveli i pranueshëm 0.05 → dallimi nuk është domethënës statistikisht. Intervali i besueshmërisë 95%: nga -0.97 deri në 1.42, që përfshin vlerën zero. Interpretim: Megjithëse vajzat urbane janë më të gjata dhe më të rënda, raporti i peshës ndaj lartësisë (BMI) mbetet i ngjashëm në të dy grupet. Kjo tregon se të dyja grupet ruajnë përmasa të balancuara trupore, pavarësisht ndryshimeve në peshë dhe gjatësi.

Rezultatet e analizës statistikore tregojnë se vajzat nga zonat urbane janë dukshëm më të gjata dhe më të rënda sesa ato nga zonat rurale, dhe këto dallime janë statistikisht të rëndësishme. Megjithatë, indeksi i masës trupore (BMI) është pothuajse i njëjtë në të dy grupet, gjë që tregon se raporti mes peshës dhe lartësisë është proporcional, dhe struktura trupore e përgjithshme është e balancuar në të dy mjediset. Diferencat e vërejtura mund të lidhen me faktorë si stil jetese më aktiv, ushqyerje më e mirë ose qasje më e lehtë ndaj kujdesit shëndetësor në mjediset urbane. Ndërkohë, mjediset rurale mund të kenë më pak mundësi në këto drejtime, por nuk paraqesin ndryshime ekstreme në balancën trupore. Për të konfirmuar këto gjetje dhe për të kuptuar më mirë faktorët ndikues, do të ishte e dobishme të përfshihen në studim edhe indikatorë të tjerë si: niveli socio-ekonomik, aktiviteti fizik, dieta ditore dhe faktorë psikologjikë e socialë.

Dallimet e evidentuara ndërmjet vajzave nga zonat urbane dhe atyre rurale, në aspektin e lartësisë dhe peshës trupore, mund të shpjegohen përmes faktorëve të ndryshëm ambientale, socialë dhe ekonomikë. Vajzat që jetojnë në zonat urbane zakonisht kanë akses më të mirë në kujdes shëndetësor, ushqim të larmishëm dhe më të pasur me vlera ushqyese, si dhe mundësi më të mëdha për aktivitete fizike të strukturuar. Të gjitha këto kontribuojnë pozitivisht në zhvillimin fizik dhe rritjen e tyre. Në anën tjetër, vajzat nga zonat rurale shpesh përballen me kushte më të kufizuara ekonomike, mungesë të qasjes në ushqim të balancuar dhe ndonjëherë edhe me mungesë të ndjekjes së rregullt mjekësore gjatë fëmijërisë, çka mund të ndikojë në ritmin e rritjes. Megjithatë, pavarësisht dallimeve në gjatësi dhe peshë, fakti që indeksi i masës trupore (BMI) nuk ndryshon ndjeshëm, sugjeron se trupat e vajzave janë proporcionalë dhe nuk paraqesin prirje ndaj mbipeshës apo nënpeshës në mënyrë të pabarabartë ndërmjet grupeve. Ky rezultat mund të jetë tregues se, edhe nëse ambienti ndikon në dimensionet trupore absolute, balanca trupore relative ruhet në të dy mjediset. Në tërësi, dallimet në lartësi dhe peshë reflektojnë ndikimin kompleks të stilit të jetesës, faktorëve gjenetikë dhe kushteve socio-ekonomike, duke nënvizuar nevojën për politika të barabarta të zhvillimit dhe përkujdesjes për fëmijët në të gjitha zonat.

6.3. Analiza joparametrike

6.3.1. Dallimet ndërmjet djemve nga viset urbane dhe rurale si dhe vajzave nga viset urbane dhe rurale

Në këtë kaptinë të punimt nga parametrat joparametrik statistikore është llogaritur Hi-katror testi mbrenda grupit dhe ndërmjet grupeve të nxënësve të shkollave të mesme të ulëta nga komuna e Pejës.

1. Pjesëmarrja në aktivitet fizik sipas gjinisë dhe vendbanimit

Tabela 5.

P1MAF – A merreni me aktivitet fizik?											
	DJEMT					VAJZAT					DV
Pergjigja	NDPU	%	NDPR	%	GJ	NVPU	%	NVPR	%	GJ	GJ
Po	36	72	28	56	64	29	58	18	36	47	111
Jo	14	28	22	44	36	21	42	32	64	53	89
Gjithsej	50		50		100	50		50		100	200
Hi katror	$\chi^2=9.7$ df: 1 P= 0.002		$\chi^2=0.7$ df: 1 P= 0.400			$\chi^2=11.2$ df: 1 P= 0.257		$\chi^2=3.9$ df: 1 P= 0.047			
Hi katror	$\chi^2=2.1$;	df: 1;	P= 0.144			$\chi^2=4.8$	df: 1	P= 0.027			
Hi katror	$\chi^2=13.3$					df: 3	P= 0.003				

Djemtë nga zonat urbane (NDPU) - Nga të dhënat e mbledhura, rezulton se 72% e djemve që jetojnë në zonat urbane janë të përfshirë në aktivitet fizik, ndërsa 28% nuk ushtrojnë aktivitet të tillë. Testi i Hi-katrore ($\chi^2 = 9.7$; df = 1; P = 0.002) tregoi një dallim të rëndësishëm statistikisht, duke sugjeruar se përfshirja në aktivitet fizik në këtë grup është e lartë dhe jo e rastësishme.

Djemtë nga zonat rurale (NDPR) Në këtë grup, 56% e pjesëmarrësve raportuan se janë aktivë fizikisht, ndërsa 44% jo. Analiza statistikore ($\chi^2 = 0.7$; df = 1; P = 0.400) nuk tregoi një diferencë statistikisht të rëndësishme, që nënkupton se përqindja më e lartë e të angazhuarve nuk është mjaftueshëm e madhe për të përfaqësuar një prirje domethënëse.

Vajzat nga zonat urbane (NVPU) - Ndër vajzat që banojnë në zona urbane, 58% janë të përfshirë në aktivitet fizik, për kundër 42% që nuk janë aktive. Edhe pse shumica janë të angazhuara, analiza ($\chi^2 = 11.2$; df = 1; P = 0.257) nuk identifikoi një dallim të rëndësishëm statistikisht.

Vajzat nga zonat rurale (NVPR)- Në këtë grup, vetëm 36% e vajzave janë përfshirë në aktivitet fizik, ndërsa 64% nuk janë të angazhuara. Testi i Hi-katrore ($\chi^2 = 3.9$; $df = 1$; $P = 0.047$) tregoi një diferencë statistikisht të rëndësishme, që sugjeron një mungesë domethënëse të pjesëmarrjes në aktivitet fizik tek vajzat nga zonat rurale.

Djemtë urbanë dhe ruralë - Krahasimi midis djemve urbanë (72% aktivë) dhe atyre ruralë (56% aktivë) tregon një dallim numerik, por ky nuk është statistikisht domethënës ($\chi^2 = 2.1$; $P = 0.144$). Kjo do të thotë se, megjithëse ekziston një diferencë në përqindje, ajo nuk mund të konsiderohet e vlefshme nga pikëpamja statistikore.

Vajzat urbane dhe rurale - Përqindja e vajzave të angazhuara në aktivitet fizik është dukshëm më e lartë në zonat urbane (58%) krahasuar me ato në zonat rurale (36%). Testi statistik ($\chi^2 = 4.8$; $P = 0.027$) konfirmon se ky ndryshim është i rëndësishëm statistikisht, duke sugjeruar një ndikim të vendbanimit në nivelin e aktivitetit fizik tek vajzat.

Të katër grupet së bashku - Analiza e kombinuar e të katër grupeve (djem urbanë, djem ruralë, vajza urbane dhe vajza rurale) tregoi një dallim të rëndësishëm statistikisht në nivelin e përfshirjes në aktivitet fizik ($\chi^2 = 13.3$; $df = 3$; $P = 0.003$). Kjo tregon se gjinia dhe vendbanimi përbëjnë faktorë të rëndësishëm që ndikojnë në sjelljen ndaj aktivitetit fizik. Djemtë urbanë përfaqësojnë grupin më të angazhuar, ndërsa vajzat rurale janë më pak të përfshirat. Në përgjithësi, djemtë janë më aktivë fizikisht sesa vajzat, dhe nxënësit që jetojnë në zonat urbane janë më të prirur të merren me aktivitet fizik sesa ata në zonat rurale – me theks të veçantë në rastin e vajzave (Tabela 5).

2. Analiza përshkruese e arsyeve për përfshirje në aktivitet fizik

Tabela 6.

P2ANMAF – Arsyeja përse merresh me aktivitet fizik?											
	DJEMT					VAJZAT					DV
	NDPU	%	NDPR	%	GJ	NVPU	%	NVPR	%	GJ	GJ
Dukse	2	2	9	18	11	4	8	10	22	14	25
Shëndet	24	48	13	26	37	11	22	13	26	24	61
Humbje peshe	13	26	24	28	35	28	56	19	38	47	82
Shoqërim	11	22	4	8	17	7	14	8	16	15	32
Gjithsej	50	100	50	100	100	50	100	50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2=19.6$ df: 3 P= 0.000		$\chi^2=17.4$ df: 3 P= 0.000			$\chi^2=27.6$ df: 3 P=0.000		$\chi^2=5.5$ df: 3 P= 0.047			
Hi katror	$\chi^2=10.528$; df: 3; P= 0.014				$\chi^2=4.528$ df: 3 P= 0.113						
Hi katror	$\chi^2=22.448$					df: 9 P= 0.007					

Vajzat urbane dhe rurale - Përqindja e vajzave të angazhuara në aktivitet fizik është dukshëm më e lartë në zonat urbane (58%) krahasuar me ato në zonat rurale (36%). Testi statistik ($\chi^2 = 4.8$; $P = 0.027$) konfirmon se ky ndryshim është i rëndësishëm statistikisht, duke sugjeruar një ndikim të vendbanimit në nivelin e aktivitetit fizik tek vajzat.

Të dhënat e mbledhura nga nxënësit lidhur me pyetjen: “Përse merresh me aktivitet fizik?” janë analizuar sipas gjinisë dhe vendbanimit. Alternativat e ofruara në pyetjen e strukturuar ishin: dukja, shëndeti, humbja në peshë dhe shoqërimi. Të dhënat janë ndarë në katër grupe: djem urbanë (NDPU), djem ruralë (NDPR), vajza urbane (NVPU) dhe vajza rurale (NVPR). Për çdo grup është zbatuar testi Chi-katrore (χ^2) për të vlerësuar rëndësinë statistikore të shpërndarjes së arsyeve.

Djemtë nga zonat urbane (NDPU) - Nga gjithsej 50 djem urbanë të përfshirë në aktivitet fizik, 48% ($n = 24$) kanë raportuar shëndetin si motivin kryesor. 26% ($n = 13$) përmendin humbjen në peshë, 22% ($n = 11$) citojnë shoqërimin, dhe vetëm 4% ($n = 2$) përmendin dukje. Analiza statistikore tregon një dallim të rëndësishëm ndërmjet këtyre arsyeve ($\chi^2 = 19.6$; $df = 3$; $P = 0.000$), duke sugjeruar se motivimi për aktivitet fizik është i orientuar kryesisht drejt përfitimeve shëndetësore.

Djemtë nga zonat rurale (NDPR) - Në këtë grup, 48% (n = 24) deklarojnë se humbja në peshë është motivi kryesor. 26% (n = 13) përmendin shëndetin, 18% (n = 9) përmendin dukje, ndërsa vetëm 8% (n = 4) citojnë shoqërimin si arsye. Dallimi është statistikisht i rëndësishëm ($\chi^2 = 17.4$; df = 3; P = 0.000), duke theksuar humbjen në peshë si motivin dominues për djemtë ruralë.

Vajzat nga zonat urbane (NVPU) - Shumica e vajzave urbane (56% ose n = 28) deklarojnë humbjen në peshë si motivin kryesor për aktivitet fizik. 22% (n = 11) përmendin shëndetin, 14% (n = 7) përmendin shoqërimin, dhe 8% (n = 4) e lidhin aktivitetin me dukje. Testi Chi-katrore tregon një shpërndarje statistikisht të rëndësishme ($\chi^2 = 27.6$; df = 3; P = 0.000), ku humbja në peshë dallohet si motivi kryesor.

Vajzat nga zonat rurale (NVPR) - Edhe në këtë grup, humbja në peshë është arsyeja më e cituar (38% ose n = 19), e ndjekur nga shëndeti (26%), dukje (20%) dhe shoqërimi (16%). Edhe pse diferencat janë më të moderuara krahasuar me grupet e tjera, analiza tregon një rëndësi statistikore ($\chi^2 = 5.5$; df = 3; P = 0.047), që nënvizon një strukturë domethënëse të përgjigjeve.

Djemtë urbanë dhe djemtë ruralë - Krahasimi mes këtyre dy grupeve nxjerr në pah një ndryshim domethënës në motivimin për aktivitet fizik. Djemtë urbanë janë më të motivuar nga shëndeti, ndërsa djemtë ruralë nga humbja në peshë. Ky dallim është statistikisht i rëndësishëm ($\chi^2 = 10.528$; df = 3; P = 0.014), duke sugjeruar se vendbanimi ndikon në natyrën e motivimit tek djemtë.

Vajzat urbane dhe vajzat rurale - Edhe pse numerikisht vajzat rurale shfaqin shpërndarje më të balancuar të arsyeve dhe përmendin më shumë dukje, ndërsa vajzat urbane përqendrohen më shumë te humbja në peshë, ky ndryshim nuk rezulton të jetë domethënës nga pikëpamja statistikore ($\chi^2 = 4.528$; df = 3; P = 0.1137). Kjo tregon se mjedisi jetësor nuk ka ndikim të rëndësishëm në motivimin e vajzave për aktivitet fizik.

Të katër grupet së bashku - Analiza gjithëpërfshirëse e katër grupeve tregon një dallim të theksuar në arsyet për përfshirje në aktivitet fizik ($\chi^2 = 22.448$; df = 9; P = 0.007). Vajzat në përgjithësi e lidhin aktivitetin me humbjen në peshë, ndërsa djemtë urbanë theksojnë shëndetin, dhe djemtë ruralë – gjithashtu – humbjen në peshë. Ky rezultat sugjeron se gjinia dhe vendbanimi veprojnë në ndërthurje dhe ndikojnë ndjeshëm në motivimin për aktivitet fizik (Tabela 6).

3. Frekuenca e pjesëmarrjes në aktivitet fizik sipas gjinisë dhe vendbanimit

Tabela 7.

P3ASHMAF – Sa shpesh merresh me aktivitet fizik?											
	DJEMT					VAJZAT					DV
	NDPU	%	NDPR	%	GJ	NVPU	%	NVPR	%	GJ	GJ
Çdo ditë,	2	4	1	2	3	3	6	1	2	4	7
2-3 herë në javë	13	26	9	18	22	11	22	6	12	17	39
1 herë në javë	31	62	28	56	59	34	68	32	64	66	125
Më pak se 1 herë në javë	4	8	12	24	16	2	4	11	22	13	29
Gjithsej	50	100	50	100	100	50	100	50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2= 42.3$ df: 3 P= 0.000		$\chi^2=30.8$ df: 3 P= 0.000			$\chi^2= 53.2$ df: 3 P=0.000		$\chi^2= 26.8$ df: 3 P= 0.00			
Hi katror	$\chi^2= 5.2;$ df: 3; P= 0.156				$\chi^2= 8.7$ df: 3 P= 0.032						
Hi katror	$\chi^2=15.2$					df: 9 P= 0.083					

Analiza e të dhënave për pyetjen “Sa shpesh merresh me aktivitet fizik?” është zhvilluar për katër grupe të ndara sipas gjinisë dhe vendbanimit: djem urbanë (NDPU), djem ruralë (NDPR), vajza urbane (NVPU) dhe vajza rurale (NVPR). Për secilin grup është përdorur testi i Hi-katrore (χ^2) për të vlerësuar nëse shpërndarja e frekuencës së aktivitetit fizik është statistikisht e rëndësishme.

Djemtë nga zonat urbane (NDPU) - Nga 50 djem urbanë, 62% kanë raportuar se angazhohen në aktivitet fizik një herë në javë, 26% dy deri në tre herë në javë, 8% më rrallë se një herë në javë, dhe vetëm 4% ushtrojnë çdo ditë. Testi i Hi-katrore tregon një shpërndarje statistikisht të rëndësishme ($\chi^2 = 42.3$; df = 3; P = 0.000). Interpretim: Frekuenca dominuese “një herë në javë” nuk është e shpërndarë rastësisht, por përfaqëson një prirje të qartë brenda grupit.

Djemtë nga zonat rurale (NDPR) - Ndër 50 djem ruralë, 56% deklarojnë aktivitet fizik një herë në javë, 18% dy-tri herë në javë, 24% më pak se një herë në javë, dhe 2% çdo ditë. Edhe në këtë rast, analiza tregon rëndësi statistikore ($\chi^2 = 30.8$; df = 3; P = 0.000). Interpretim: Edhe pse prirja dominuese është e njëjtë me djemtë urbanë, përqindja e atyre që janë më pak aktivë është më e lartë.

Vajzat nga zonat urbane (NVPU) - Nga 50 vajza urbane, 68% deklarojnë frekuencën “një herë në javë”, 22% dy-tri herë në javë, 6% çdo ditë dhe 4% më rrallë se një herë në javë. Testi Hi-katrore rezulton shumë domethënës statistikisht ($\chi^2 = 53.2$; df = 3; P = 0.000).

Interpretim: Kjo strukturë ngjan me atë të djemve urbanë, por përqindja e atyre që janë më aktive (dy-tri herë në javë ose çdo ditë) është pak më e lartë.

Vajzat nga zonat rurale (NVPR) - Në këtë grup, 64% ushtrojnë aktivitet fizik një herë në javë, 12% dy-tri herë në javë, 22% më pak se një herë në javë dhe 2% çdo ditë. Dallimet janë statistikisht të rëndësishme ($\chi^2 = 26.8$; $df = 3$; $P = 0.000$). Interpretim: Vajzat rurale janë më pak të angazhuara në mënyrë të rregullt dhe kanë përqindje më të lartë të atyre që ushtrojnë më rrallë.

Djemtë urbanë dhe djemtë ruralë - Dallimi në frekuencë mes këtyre dy grupeve nuk rezulton të jetë statistikisht i rëndësishëm ($\chi^2 = 5.2$; $df = 3$; $P = 0.156$). Interpretim: Megjithëse djemtë ruralë janë pak më të prirur të ushtrojnë më rrallë, këto dallime nuk janë mjaftueshëm të theksuara për të qenë statistikisht domethënëse.

Vajzat urbane dhe vajzat rurale Analiza tregon një dallim të rëndësishëm statistikisht në frekuencën e aktivitetit fizik ndërmjet vajzave urbane dhe rurale ($\chi^2 = 8.7$; $df = 3$; $P = 0.032$). Interpretim: Vajzat urbane kanë tendencë të merren më shpesh me aktivitet fizik, veçanërisht në kategorinë “2–3 herë në javë”.

Të katër grupet së bashku - Kur të katër grupet analizohen në mënyrë të integruar, dallimi total nuk arrin nivelin klasik të rëndësisë statistikore ($\chi^2 = 15.2$; $df = 9$; $P = 0.083$), por është afër pragut të rëndësishmërisë. Interpretim: Ndryshimet mes grupeve ekzistojnë, por nuk janë mjaftueshëm të forta për të konsideruar një efekt të qartë të gjinisë dhe vendbanimit në frekuencën e aktivitetit fizik (Tabela 7).

4. Përfshirja në sport sipas gjinisë dhe vendbanimit (P4AMNS)

Tabela 8.

P4AMNS	A merresh me ndonjë sport?.										
	DJEMT					VAJZAT					DV
	NDPU	%	NDPR	%	GJ	NVPU	%	NVPR	%	GJ	GJ
Po	39	78	32	64	71	13	26	9	18	22	93
Jo	11	22	18	36	29	37	74	41	82	78	107
Gjithsej	50	100	50	100	100	50	100	50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2= 15.6$ df: 1 P= 0.000		$\chi^2= 3.9$ df: 1 P= 0.047			$\chi^2= 11.5$ df: 1 P=0.000		$\chi^2= 20.4$ df: 1 P= 0.000			
Hi katror	$\chi^2= 2.3$; df: 1; P= 0.12					$\chi^2= 0.9$ df: 1 P= 0.334					
Hi katror	$\chi^2= 50.8$					df: 3 P= 0.000					

Në këtë seksion paraqitet një analizë përshkuese dhe inferenciale e të dhënave të pyetjes “A merresh me ndonjë sport?”, sipas grupeve të ndara për gjini dhe vendbanim: djem urbanë (NDPU), djem ruralë (NDPR), vajza urbane (NVPU) dhe vajza rurale (NVPR). Për çdo grup është përdorur testi Hi katror (χ^2) për të vlerësuar nëse përfshirja në sport është statistikisht e rëndësishme brenda dhe ndërmjet grupeve.

Djemet nga zonat urbane (NDPU) - Nga gjithsej 50 djem urbanë, 39 djem (78%) janë përgjigjur pozitivisht për përfshirjen në ndonjë sport, ndërsa 11 djem (22%) nuk merren me sport. Analiza statistikore rezulton në një dallim shumë të rëndësishëm, me $\chi^2 = 15.6$; df = 1; P = 0.000. Interpretim: Shumica dërmuese e djemve urbanë janë të përfshirë në sport, dhe kjo shpërndarje nuk është e rastësishme, por statistikisht domethënëse.

Djemet nga zonat rurale (NDPR) - Nga 50 djem ruralë, 32 (64%) janë të përfshirë në ndonjë sport, ndërsa 18 (36%) jo. Testi Hi katror tregon dallim të rëndësishëm statistikisht, me $\chi^2 = 3.9$; df = 1; P = 0.047. Interpretim: Edhe pse përfshirja është më e ulët krahasuar me djemtë urbanë, rezultati mbetet statistikisht i vlefshëm dhe tregon një përfshirje të konsiderueshme në sport.

Vajzat nga zonat urbane (NVPU) - Nga 50 vajza urbane, vetëm 13 vajza (26%) deklarojnë se merren me ndonjë sport, ndërsa 37 (74%) nuk janë të përfshira. Testi Hi katror jep $\chi^2 = 11.5$; df = 1; P = 0.000, që nënkupton një dallim shumë të rëndësishëm statistikisht. Interpretim: Përfshirja e vajzave urbane në sport është e ulët dhe ky rezultat nuk është i rastësishëm, por statistikisht i besueshëm.

Vajzat nga zonat rurale (NVPR) - Vetëm 9 nga 50 vajza rurale (18%) janë të përfshira në sport, ndërsa 41 (82%) nuk janë. Analiza tregon një dallim shumë të rëndësishëm, me $\chi^2 = 20.4$; $df = 1$; $P = 0.000$. Interpretim: Ky është grupi me përfshirjen më të ulët në sport. Dominon përgjigjja negative dhe kjo është statistikisht shumë domethënëse.

Djemtë urbanë vs. djemtë ruralë - Dallimi në përqindje është 78% (urban) kundrejt 64% (rural). Testi Hi katror tregon $\chi^2 = 2.3$; $df = 1$; $P = 0.12$, që nuk përfaqëson një dallim të rëndësishëm statistikisht. Interpretim: Edhe pse djemtë urbanë janë më të përfshirë numerikisht, kjo diferencë nuk është mjaftueshëm e fortë për të qenë statistikisht e rëndësishme.

Vajzat urbane vs. vajzat rurale - Përfshirja në sport është pak më e lartë tek vajzat urbane (26%) krahasuar me vajzat rurale (18%). Megjithatë, $\chi^2 = 0.9$; $df = 1$; $P = 0.334$, që tregon mungesë të dallimit të rëndësishëm statistikisht. Interpretim: Vendbanimi nuk ndikon ndjeshëm në përfshirjen e vajzave në sport, ndërsa gjinia mbetet një faktor më përcaktues.

Të katër grupet së bashku - Analiza e kombinuar për të gjithë grupet (djem/vajza, urban/rural) tregon një dallim shumë të rëndësishëm statistikisht, me $\chi^2 = 50.8$; $df = 3$; $P = 0.000$. Interpretim: Kombinimi i gjinisë dhe vendbanimit ndikon në mënyrë të theksuar në përfshirjen në sport. Djemtë, veçanërisht ata urbanë, marrin pjesë dukshëm më shumë në sport sesa vajzat, veçanërisht ato rurale (Tabela 8).

5. Analiza përshkruese e arsyes përse merresh me sport (P5BSRAZ)

Tabela 9.

P5BSRAZ – Trego arsyet përse merresh me sport:											
P5	DJEMT					VAJZAT					DV
	NDPU	%	NDPR	%	GJ	NVPU	%	NVPR	%	GJ	
Afirmim	13	26	9	18	32	10	20	13	26	23	55
Kondicion me te mirë	21	42	31	62	52	19	38	25	50	44	96
Perfitime financiare	16	36	10	20	26	21	42	12	24	33	59
Gjithsej	50	100	50	100	100	50	100	50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2= 1.9$ df: 2 P=0.375		$\chi^2= 18.5$ df: 2 P= 0.000			$\chi^2= 4.2$ df: 2 P=0.127		$\chi^2= 6.3$ df: 2 P= 0.043			
Hi katror	$\chi^2= 4.03$; df: 2; P= 0.132					$\chi^2= 3.6$ df: 2 P= 0.160					
Hi katror	$\chi^2=9.4$					df: 6 P= 0.150					

Në këtë pjesë prezantohen rezultatet për arsyet që djemtë dhe vajzat nga viset urbane dhe rurale japin për angazhimin në sport, si dhe analiza statistikore me testin Hi-katrore për secilin grup dhe për krahasimet ndërmjet grupeve (Tabela 9)

Djemtë nga viset urbane (NDPU) kanë zgjedhur kryesisht si arsye për përfshirjen në sport përmirësimin e kondicionit fizik (42%), ndjekur nga përfitimet financiare (36%) dhe afirmimi personal (26%). Testi Hi-katrore brenda këtij grupi tregon $\chi^2=1.9$ me 2 shkallë lirie dhe një vlerë $p=0.375$, që tregon se nuk ka një dallim statistikisht të rëndësishëm në shpërndarjen e arsyeve në këtë grup, pra zgjedhjet e tyre janë relativisht të barabarta dhe nuk ka një motiv dominues statistikisht të qartë.

Në grupin e djemve nga viset rurale (NDPR), motivi kryesor për përfshirjen në sport është përmirësimi i kondicionit fizik (62%), ndërsa afirmimi dhe përfitimet financiare përfaqësojnë një pjesë më të vogël të përgjigjeve. Testi Hi-katrore tregon një vlerë shumë të rëndësishme statistikisht, me $\chi^2=18.5$, 2 shkallë lirie dhe $p=0.000$, që tregon një diferencë të fortë në shpërndarjen e motiveve brenda këtij grupi, ku dominon motivi i kondicionit.

Tek vajzat nga viset urbane (NVPU), shpërndarja e motiveve përfshin 20% për afirmim, 38% për kondicion më të mirë dhe 42% për përfitime financiare. Testi Hi-katrore për këtë grup jep $\chi^2=4.2$ me 2 shkallë lirie dhe $p=0.127$, që tregon se nuk ka një dallim statistikisht të rëndësishëm në shpërndarjen e motiveve brenda këtij grupi.

Në grupin e vajzave nga viset rurale (NVPR), më shumë se gjysma (50%) zgjedhin kondicionin më të mirë si motiv kryesor, 26% afirmimin dhe 24% përfitimet financiare. Testi Hi-katrore jep $\chi^2=6.3$, 2 shkallë lirie dhe $p=0.043$, që tregon se ka një dallim të rëndësishëm

statistikisht në shpërndarjen e motiveve në këtë grup, me përmirësimin e kondicionit që shfaqet si motiv dominues.

Në krahasim të motiveve ndërmjet djemve ruralë dhe atyre urbanë, testi Hi-katrore rezulton me $\chi^2=4.03$, 2 shkallë lirie dhe $p=0.132$, që tregon mungesë të dallimit statistikisht të rëndësishëm në shpërndarjen e motiveve midis këtyre dy grupeve.

Po ashtu, krahasimi i vajzave rurale dhe vajzave urbane jep një $\chi^2=3.6$ me 2 shkallë lirie dhe $p=0.160$, që tregon se nuk ka një ndryshim statistikisht të rëndësishëm në mënyrën si ato zgjedhin motivet për angazhimin në sport.

Kur analizohen të katër grupet së bashku (djem urbanë, djem ruralë, vajza urbane dhe vajza rurale), testi Hi-katrore tregon një vlerë $\chi^2=9.4$ me 6 shkallë lirie dhe $p=0.150$, që do të thotë se nuk ka një dallim të rëndësishëm statistikisht në shpërndarjen e përgjithshme të motiveve për sport në mes grupeve të ndryshme.

Në përmbledhje, vetëm djemtë nga viset rurale dhe vajzat nga viset rurale tregojnë një ndryshim të rëndësishëm në shpërndarjen e motiveve të tyre për sport, ndërsa grupet e tjera dhe krahasimet ndërmjet tyre nuk tregojnë dallime statistikisht të rëndësishme në këtë aspekt. Motivacioni kryesor për pjesën më të madhe të grupeve mbetet përmirësimi i kondicionit fizik.

6. Shpeshtësia e përfshirjes në sport (P6SSHMS)

Tabela 10.

P6SSHMS – Sa shpesh merresh me sport:											
P6	DJEMT					VAJZAT					DV
	NDPU	%	NDPR	%	GJ	NDPU	%	NDPR	%	GJ	GJ
Çdo ditë,	3	6	0	0	3	1	2	0	0	1	4
2-3 herë në javë	17	34	12	24	29	8	16	1	2	9	38
1 herë në javë	21	42	33	66	54	35	70	42	84	77	131
Asnjëherë	9	18	5	10	14	6	12	7	14	13	27
Gjithsej	50	100	50	100	100	50		50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2=15.6$ df: 3 P= 0.001		$\chi^2=50.6$ df: 3 P= 0.000			$\chi^2=36.4$ df: 3 P=0.000		$\chi^2=95.1$ df: 3 P= 0.000			
Hi katror	$\chi^2=7.6$; df: 3; P= 0.053					$\chi^2=16.38$. df: 3 P= 0.000					
Hi katror	$\chi^2=28.7$					df: 9 P= 0.000					

Në këtë pjesë analizohen të dhënat për pjesëmarrësit që janë përgjigjur se merren me sport, në lidhje me shpeshtësinë e angazhimit të tyre. Pyetja ka qenë e mbyllur, me katër alternativa: “Çdo ditë”, “2-3 herë në javë”, “1 herë në javë” dhe “Asnjëherë”. Të dhënat janë analizuar brenda çdo grupi (djem dhe vajza nga viset urbane dhe rurale), si dhe përmes krahasimeve ndërmjet grupeve, duke përdorur testin Hi-katrore (χ^2) për të vlerësuar rëndësinë statistikore të shpërndarjes së përgjigjeve (Tabela 10).

Djemtë nga viset urbane (NDPU) - Nga gjithsej 50 djem urbanë që merren me sport, 6% e tyre ushtrojnë çdo ditë, 34% ushtrojnë 2-3 herë në javë, 42% një herë në javë dhe 18% raportojnë se nuk merren rregullisht me sport. Testi Hi-katrore: $\chi^2 = 15.6$; df = 3; P = 0.001 Interpretim: Dallimi në shpërndarjen e frekuencës së përfshirjes në sport është statistikiqsh i rëndësishëm. Pjesa më e madhe e djemve urbanë merren me sport 1 herë ose 2-3 herë në javë, ndërsa aktiviteti i përditshëm është i rrallë.

Djemtë nga viset rurale (NDPR) - Nga 50 djem ruralë, asnjë nuk ushtrohet çdo ditë, 24% e bëjnë këtë 2-3 herë në javë, 66% një herë në javë dhe 10% raportojnë se nuk e praktikojnë sportin rregullisht. Testi Hi-katrore: $\chi^2 = 50.6$; df = 3; P = 0.000 Interpretim: Rezultati është shumë i rëndësishëm statistikiqsh. Djemtë ruralë shfaqin një model të qartë të përfshirjes javore në sport, me shumicën që ushtrojnë vetëm një herë në javë dhe mungesë të plotë të aktivitetit të përditshëm.

Vajzat nga viset urbane (NVPU) - Vetëm 2% e vajzave urbane angazhohen çdo ditë, 16% 2-3 herë në javë, 70% një herë në javë dhe 12% nuk ushtrohen fare. Testi Hi-katrore: $\chi^2 =$

36.4; $df = 3$; $P = 0.000$ Interpretim: Dallimet janë shumë të rëndësishme statistikisht. Shumica absolute e vajzave urbane kanë përfshirje minimale, kryesisht vetëm një herë në javë, ndërsa aktiviteti i përditshëm është pothuajse inekzistent.

Vajzat nga viset rurale (NVPR) - Asnjë vajzë rurale nuk angazhohet çdo ditë në sport, vetëm 2% e bëjnë këtë 2-3 herë në javë, 84% vetëm një herë në javë, ndërsa 14% nuk angazhohen fare. Testi Hi-katrore: $\chi^2 = 95.1$; $df = 3$; $P = 0.000$ Interpretim: Ky është rezultati më i theksuar nga të gjitha grupet dhe tregon një shpërndarje shumë të pabarabartë, statistikisht shumë domethënëse. Thujse të gjitha vajzat rurale që merren me sport, e bëjnë këtë vetëm një herë në javë, duke dëshmuar për një nivel shumë të ulët të përfshirjes dhe një mungesë të madhe të intensitetit të angazhimit fizik.

Djemtë urbanë dhe djemtë ruralë kanë $\chi^2 = 7.6$; $df = 3$; $P = 0.053$ Interpretim: Dallimi në frekuencën e përfshirjes në sport ndërmjet djemve urbanë dhe atyre ruralë është afër kufirit të rëndësisë statistikore. Edhe pse nuk kalon nivelin standard të rëndësisë ($P < 0.05$), është shumë pranë, duke treguar tendencë që djemtë urbanë mund të jenë disi më aktivë, përfshirë edhe raste të aktivitetit të përditshëm, që mungojnë plotësisht tek djemtë ruralë.

Vajzat urbane dhe vajzat rurale kanë $\chi^2 = 16.38$; $df = 3$; $P = 0.000$ Interpretim: Dallimi është shumë i rëndësishëm statistikisht. Vajzat urbane, edhe pse me përfshirje të ulët, janë dukshëm më aktive sesa vajzat rurale. Kjo tregon se vendbanimi ndikon ndjeshëm në frekuencën e aktivitetit sportiv tek vajzat.

Të katër grupet së bashku kanë $\chi^2 = 28.7$; $df = 9$; $P = 0.000$ Interpretim: Dallimet ndërmjet të katër grupeve (djem dhe vajza, urbanë dhe ruralë) janë shumë të rëndësishme statistikisht. Kombinimi i gjinisë dhe vendbanimit ka ndikim të qartë në frekuencën e angazhimit në sport. Djemtë urbanë janë më të aktivët, ndërsa vajzat rurale janë grupi më pak i përfshirë dhe me më pak intensitet.

Brenda grupeve, të gjitha (me përjashtim të djemve urbanë) tregojnë dallime statistikisht të rëndësishme në frekuencën e aktivitetit sportiv, ku dominon praktika një herë në javë. Djemtë ruralë dhe vajzat rurale janë grupet me frekuencën më të ulët dhe më të njëtrajtshme të përfshirjes. Vajzat rurale përbëjnë grupin me përfshirjen më të kufizuar, ndërsa djemtë urbanë janë grupi më i larmishëm dhe më i angazhuar. Krahasimet ndërmjet grupeve konfirmojnë ndikimin e vendbanimit, sidomos tek vajzat, dhe në mënyrë të përgjithshme, ndikimin e gjinisë në nivelin e përfshirjes fizike.

7. Mënyra e përfshirjes në sport sipas gjinisë dhe vendbanimit (P7MMS)

Tabela 11.

P7MMS – Në ç’ mënyrë merresh me sport?											
P7	DJEMT					VAJZAT					DV
	NPU	%	NPR	%	GJ	NPU	%	NPR	%	GJ	GJ
Si anëtar i një klubi sportiv	11	22	6	12	17	9	18	6	12	15	32
si anëtar i një seksioni shkollor	24	48	34	68	58	27	54	19	38	46	104
rekreativisht.	15	30	10	20	25	14	28	25	50	39	64
Gjithsej	50	100	50		100	50		50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2= 5.3$ df: 2 P= 0.069		$\chi^2= 27.5$ df: 2 P= 0.000			$\chi^2= 10.3$ df: 2 P= 0.005		$\chi^2= 11.3$ df: 2 P= 0.003			
Hi katror	$\chi^2= 4.1$; df: 2; P= 0.122					$\chi^2= 5.1$ df: 2 P= 0.078					
Hi katror	$\chi^2= 14.4$					df: 6 P= 0.025					

Kjo pyetje kishte për qëllim të eksploronte format e përfshirjes në sport tek nxënësit që ushtrojnë ndonjë aktivitet sportiv. Të anketuarit janë pyetur nëse e bëjnë këtë si anëtarë të një klubi sportiv, si pjesë e seksioneve shkollore, apo thjesht rekreativisht. Për çdo grup është aplikuar testi Hi-katrore (χ^2) për të vlerësuar nëse shpërndarja e përgjigjeve është statistikisht e rëndësishme (Tabela 11).

Djemtë nga viset urbane (NDPU) - Nga 50 djem urbanë që merren me sport, 22% janë anëtarë të një klubi sportiv, 48% marrin pjesë në seksione shkollore dhe 30% e bëjnë këtë rekreativisht. Hi-katrore: $\chi^2 = 5.3$; df = 2; P = 0.069. Interpretim: Ky rezultat është afër pragut të rëndësisë statistikore. Duket se pjesëmarrja përmes seksioneve shkollore është forma më e zakonshme për këtë grup, por dallimet nuk janë mjaftueshëm të theksuara për të qenë statistikisht të rëndësishme në mënyrë të sigurt.

Djemtë nga viset rurale (NDPR) - Vetëm 12% e djemve ruralë janë pjesë e një klubi sportiv, ndërsa një përqindje dominuese (68%) janë të përfshirë në seksione shkollore dhe 20% ushtrojnë rekreativisht. Hi-katrore: $\chi^2 = 27.5$; df = 2; P = 0.000. Interpretim: Dallimet janë shumë të rëndësishme statistikisht. Pjesëmarrja përmes seksioneve shkollore është qartësisht forma më dominuese e përfshirjes në sport për djemtë ruralë, ndërsa përfshirja në klube sportive është minimale.

Vajzat nga viset urbane (NVPU) - Nga vajzat urbane që ushtrojnë sport, 18% janë anëtare të një klubi, 54% pjesë e seksioneve shkollore dhe 28% e bëjnë këtë në mënyrë

rekreative. Hi-katrore: $\chi^2 = 10.3$; $df = 2$; $P = 0.005$. Interpretim: Diferenca është statistikisht e rëndësishme. Seksionet shkollore përfaqësojnë formën kryesore të përfshirjes për vajzat urbane, ndërsa klubet sportive mbeten më pak të përdorura.

Vajzat nga viset rurale (NVPR) - Vetëm 12% e vajzave rurale janë anëtare të një klubi, 38% të seksioneve shkollore, ndërsa gjysma (50%) ushtrojnë sportin rekreativisht. Hi-katrore: $\chi^2 = 11.3$; $df = 2$; $P = 0.003$ Interpretim: Diferenca është statistikisht e rëndësishme, me rekreacionin që rezulton të jetë mënyra më e zakonshme për përfshirje në sport për këtë grup. Ndryshe nga grupet e tjera, këtu bie në sy mungesa e përfshirjes së strukturuar, veçanërisht në klubet sportive.

Djemtë urbanë dhe djemtë ruralë Hi-katrore: $\chi^2 = 4.1$; $df = 2$; $P = 0.122$ Interpretim: Nuk ka dallim të rëndësishëm statistikisht ndërmjet mënyrës së përfshirjes në sport mes djemve urbanë dhe atyre ruralë. Megjithëse përqindja e djemve ruralë në seksione shkollore është më e lartë, këto ndryshime nuk janë statistikisht të vlefshme.

Vajzat urbane vs. vajzat rurale kanë Hi-katrore: $\chi^2 = 5.1$; $df = 2$; $P = 0.078$ Interpretim: Diferenca nuk është statistikisht e rëndësishme, por ndodhet pranë kufirit të rëndësisë. Vajzat rurale duken më të prira për të ushtruar sport në mënyrë rekreative, ndërsa vajzat urbane kanë më shumë përfshirje në seksione shkollore, por dallimi nuk arrin të jetë domethënës në nivelin statistikor.

Të katër grupet së bashku kanë Hi-katrore: $\chi^2 = 14.4$; $df = 6$; $P = 0.025$ Interpretim: Dallimi ndërmjet katër grupeve është statistikisht i rëndësishëm. Kombinimi i gjinisë dhe vendbanimit ndikon ndjeshëm në mënyrën se si të rinjtë merren me sport. Djemtë dhe vajzat nga zonat urbane përfshihen më shumë përmes strukturave të organizuara (seksione dhe klube), ndërsa të rinjtë ruralë, veçanërisht vajzat, janë më të orientuar drejt aktiviteteve rekreative ose përmes shkollës.

Brenda grupeve, përjashtuar djemtë urbanë, të gjitha grupet tregojnë shpërndarje statistikisht të rëndësishme në mënyrën e përfshirjes në sport. Djemtë dhe vajzat ruralë janë më të lidhur me seksionet shkollore ose aktivitetet rekreative, ndërsa pjesëmarrja në klube sportive mbetet e ulët, veçanërisht në zonat rurale. Dallimet ndërmjet katër grupeve janë domethënëse, gjë që sugjeron se si gjinia ashtu edhe vendbanimi luajnë rol në formën e përfshirjes sportive.

8. Sporti me të cilin merren të rinjtë sipas gjinisë dhe vendbanimit (P8KOJSP)

Tabela 12.

P8KOJSP – Me cilin sport merresh											
P8	DJEMT					VAJZAT					DV
	NPU	%	NPR	%	GJ	NPU	%	NPR	%	GJ	GJ
Futboll	20	40	31	62	51	2	4	7	14	9	60
Basketboll	8	16	3	6	11	9	18	11	22	20	31
Volejboll	6	12	5	10	11	17	34	9	18	26	37
Hendboll	2	4	1	2	3	3	6	2	4	5	8
Sporte luftarake	11	22	7	14	18	14	28	13	26	27	45
Atletike	1	2	3	6	4	2	4	6	12	8	12
Tjera	2	4	0	0	2	3	6	2	4	5	7
Gjithsej	50	100	50	100	100	50	100	50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2= 38.6$ df: 6 P=0.000		$\chi^2= 97.5$ df: 6 P= 0.000			$\chi^2= 32.8$ df: 6 P= 0.000		$\chi^2= 14.9$ df: 6 P=0.020			
Hi katror	$\chi^2= 8.9;$	df: 6;	P= 0.175			$\chi^2= 7.8$	df: 6	P= 0.247			
Hi katror	$\chi^2= 59.2$					df: 18					P= 0.000

Kjo pyetje synon të identifikojë llojin e sportit me të cilin merren të rinjtë që kanë deklaruar se ushtrojnë një aktivitet sportiv (tabela 12). Të dhënat janë ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimit, duke përfshirë djemtë dhe vajzat nga zonat urbane dhe rurale. Për të vlerësuar nëse shpërndarja e preferencave sportive është statistikisht e rëndësishme brenda dhe ndërmjet grupeve, është aplikuar testi Hi-katrore (χ^2).

Djemtë nga zonat urbane (NDPU) - Në mesin e djemve urbanë, sporti më i preferuar është futboli (40%), i ndjekur nga sportet luftarake (22%) dhe basketboli (16%). Sportet si volejboli, hendboli dhe atletika janë më pak të përfaqësuara. Hi-katrore: $\chi^2 = 38.6$; df = 6; P = 0.000 Interpretim: Diferencat janë shumë të rëndësishme statistikisht, që do të thotë se shpërndarja e preferencave sportive nuk është rastësore. Futboli dominon në mënyrë të theksuar si zgjedhje sportive për këtë grup (Tabela 12).

Djemtë nga zonat rurale (NDPR) - Edhe më i theksuar është dominimi i futbollit (62%) tek djemtë ruralë, i ndjekur nga sportet luftarake (14%) dhe volejboli (10%). Të gjitha sportet e tjera zënë pjesë shumë të vogla. Hi-katrore: $\chi^2 = 97.5$; df = 6; P = 0.000. Interpretim: Shumë domethënëse statistikisht. Kjo tregon një preferencë të theksuar dhe të pabarabartë për futbollin, duke lënë pak hapësirë për diversitet sportiv tek djemtë nga zonat rurale.

Vajzat nga zonat urbane (NVPU) - Për vajzat urbane, sportet luftarake (28%) dhe volejboli (34%) janë më të përhapura. Basketboli (18%) është gjithashtu i ndjekur, ndërsa

futbolli është praktikisht i papërfaqësuar (vetëm 4%). Hi-katrore: $\chi^2 = 32.8$; $df = 6$; $P = 0.000$ Interpretim: Shumë domethënëse. Shpërndarja tregon qartazi se vajzat urbane orientohen drejt sporteve si volejboli dhe ato luftarake, me interes të ulët për sportet tradicionalisht "mashkullore" si futboli.

Vajzat nga zonat rurale (NVPR) - Vajzat rurale preferojnë më së shumti sportet luftarake (26%) dhe volebollin (18%), ndërsa një përqindje relativisht më e lartë sesa në grupet e tjera luajnë edhe basketboll (22%). Futboli ka përfaqësim të ulët (14%). Hi-katrore: $\chi^2 = 14.9$; $df = 6$; $P = 0.020$. Interpretim: Diferenca është statistikisht e rëndësishme. Të dhënat tregojnë se vajzat rurale shfaqin pak më shumë diversitet në zgjedhjen e sporteve, krahasuar me grupet tjera.

Djemtë urbanë vs. djemtë ruralë kanë Hi-katrore: $\chi^2 = 8.9$; $df = 6$; $P = 0.175$ Interpretim: Diferenca nuk është statistikisht e rëndësishme. Edhe pse djemtë ruralë kanë përqindje më të lartë në futboll, shpërndarja e përgjigjeve është në linja të ngjashme me djemtë urbanë.

Vajzat urbane vs. vajzat rurale kanë Hi-katrore: $\chi^2 = 7.8$; $df = 6$; $P = 0.247$ Interpretim: Nuk ka dallim të rëndësishëm statistikisht. Vajzat nga të dy mjediset ndajnë modele të ngjashme për zgjedhje sportive, me dominim të sporteve luftarake, volebollit dhe basketbollit.

Të katër grupet së bashku kanë Hi-katrore: $\chi^2 = 59.2$; $df = 18$; $P = 0.000$ Interpretim: Dallimet ndërmjet katër grupeve janë shumë të rëndësishme statistikisht. Gjinia dhe vendbanimi ndikojnë në mënyrë të theksuar në përzgjedhjen e sporteve. Futboli është i lidhur ngushtë me djemtë, veçanërisht ata ruralë. Volejboli dhe sportet luftarake janë më të përhapura tek vajzat. Diversiteti sportiv është më i madh tek vajzat, ndërsa tek djemtë dominon një sport i vetëm – futboli.

Brenda grupeve, të gjitha tregojnë shpërndarje statistikisht të rëndësishme (χ^2 , $P < 0.05$), me përjashtim të krahasimeve ndërmjet grupeve të një gjinie. Futboli është sporti dominues për djemtë, veçanërisht ruralët. Volejboli dhe sportet luftarake janë më të pëlqyera nga vajzat, me më shumë diversitet në përzgjedhje. Dallimet ndërmjet të katër grupeve janë shumë të rëndësishme, duke reflektuar ndikimin e gjinisë dhe vendbanimit në zgjedhjen e sportit.

**9. Pajisja e shkollave me salla për edukatë fizike sipas gjinisë dhe vendbanimit
(P9AKSHSPEF)**

Tabela 13.

P9AKSHSPEF – A ka shkolla salla të pajisura për edukatë fizike?											
P9	DJEMT					VAJZAT					DV
	NPU	%	NPR	%	GJ	NPU	%	NPR	%	GJ	GJ
Po	37	74	24	48	61	12	24	17	34	29	90
Jo	13	26	26	52	39	38	76	33	66	71	110
Gjithsej	50	100	50	100	100	50	100	50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2= 11.5$ df: 1 P= 0.000		$\chi^2= .8$ df: 1 P= 0.777			$\chi^2= 13.5$ df: 1 P=0.000		$\chi^2= 5.1$ df: 1 P= 0.023			
Hi katror	$\chi^2= 7.1;$ df: 1; P= 0.007				$\chi^2= 1.2$ df: 1 P= 0.270						
Hi katror	$\chi^2= 6.4$					df: 3 P= 0.092					

Kjo pyetje trajton perceptimin dhe realitetin e infrastrukturës sportive nëpër shkolla, konkretisht nëse shkollat kanë salla të pajisura për edukatë fizike. Të dhënat janë ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimit të nxënësve dhe janë analizuar përmes testit të Hi-katrore (χ^2), me qëllim identifikimin e dallimeve statistikisht të rëndësishme brenda dhe ndërmjet grupeve (Tabela 13).

Djemtë nga zonat urbane (NDPU) - Nga 50 djem urbanë, 37 (74%) deklarojnë se shkolla e tyre ka sallë për edukatë fizike, ndërsa 13 (26%) mendojnë se nuk ka. Hi-katrore: $\chi^2 = 11.5$; df = 1; P = 0.000 Interpretim: Dallimi është shumë domethënës statistikisht, duke sugjeruar se shumica e djemve urbanë kanë akses në salla të pajisura për edukatë fizike. Ky rezultat nuk është i rastësishëm.

Djemtë nga zonat rurale (NDPR) - Në këtë grup, vetëm 24 (48%) pohuan se shkolla ka sallë të tillë, ndërsa 26 (52%) u shprehën negativisht. Hi-katrore: $\chi^2 = 0.8$; df = 1; P = 0.777. Interpretim: Nuk ka dallim të rëndësishëm statistikisht. Përgjigjet janë të shpërndara pothuajse në mënyrë të barabartë, çka tregon se në zonat rurale mungon qartësia ose konsistenca në infrastrukturën sportive në shkolla.

Vajzat nga zonat urbane (NVPU) - Vetëm 12 nga 50 vajza urbane (24%) deklarojnë se shkolla e tyre ka sallë të pajisur, ndërsa shumica (76%) thonë që jo. Hi-katrore: $\chi^2 = 13.5$; df = 1; P = 0.000. Interpretim: Dallimi është shumë i rëndësishëm statistikisht dhe tregon qartë mungesën e infrastrukturës sportive të përshtatshme për vajzat në shkollat urbane. Kjo tregon një mospërputhje të mundshme në qasjen ndaj vajzave dhe djemve edhe brenda të njëjtit mjedis urban.

Vajzat nga zonat rurale (NVPR) - Në këtë grup, 17 vajza (34%) raportuan se ka sallë për edukatë fizike në shkollën e tyre, ndërsa 33 (66%) thonë që nuk ka. Hi-katrore: $\chi^2 = 5.1$; $df = 1$; $P = 0.023$. Interpretim: Ky rezultat është statistikisht i rëndësishëm, që tregon se shumica e vajzave nga zonat rurale nuk kanë akses në salla të pajisura. Ky fakt nënvizon një mospërputhje të rëndësishme në qasjen ndaj edukatës fizike për këtë grup.

Djemtë urbanë dhe djemtë ruralë - Hi-katrore: $\chi^2 = 7.1$; $df = 1$; $P = 0.007$ Interpretim: Dallimi është domethënës statistikisht. Djemtë urbanë kanë akses dukshëm më të mirë në salla të pajisura për edukatë fizike krahasuar me djemtë ruralë.

Vajzat urbane dhe vajzat rurale - Hi-katrore: $\chi^2 = 1.2$; $df = 1$; $P = 0.270$ Interpretim: Nuk ka dallim statistikisht të rëndësishëm ndërmjet vajzave urbane dhe rurale. Të dyja grupet përjetojnë nivel të ulët aksesibiliteti në infrastrukturë sportive, duke treguar se vendbanimi nuk bën diferencë të madhe në këtë rast për vajzat.

Të katër grupet së bashku - Hi-katrore: $\chi^2 = 6.4$; $df = 3$; $P = 0.092$ Interpretim: Dallimi ndërmjet katër grupeve nuk është statistikisht i rëndësishëm në mënyrë të fortë, por është afër kufirit të rëndësisë statistikore ($P \approx 0.05$). Kjo sugjeron se ekziston një tendencë e dallueshme, por jo e mjaftueshme për të deklaruar ndikim të kombinuar të gjinisë dhe vendbanimit në aksesin në sallat e edukatës fizike.

Djemtë urbanë janë grupi me aksesin më të mirë në salla të pajisura për edukatë fizike. Vajzat, si urbane ashtu edhe rurale, raportojnë në mënyrë dominuese mungesën e infrastrukturës së tillë në shkollat e tyre. Dallimet brenda grupeve gjinore janë statistikisht të rëndësishme tek djemtë, ndërsa tek vajzat jo. Kombinimi i gjinisë dhe vendbanimit nuk rezulton të japë dallim shumë të rëndësishëm në analizën e përgjithshme me katër grupe, por tendencat janë të dukshme dhe meritojnë vëmendje në politikat arsimore dhe sportive.

10. Çfarë duhet të ndryshohet në edukatën fizike sipas gjinisë dhe vendbanimit (P10ÇFNDDR)

Tabela 14.

P10ÇFNDDR - Çfarë është e nevojshme të ndryshohet?											
P10	DJEMT					VAJZAT					DV
	NPU	%	NPR	%	GJ	NPU	%	NPR	%	GJ	GJ
Salla e edukatës fizike	8	16	29	58	37	7	14	28	56	35	72
Pajisjet për ushtrime	26	52	13	26	39	23	26	11	22	34	73
Topa	12	24	6	12	18	14	28	7	14	21	39
Profesori	3	6	0	0	3	5	10	1	2	6	9
Tjera	1	2	2	2	3	1	2	3	6	4	7
Gjithsej	50	100	50	100	100	50	100	50	100	100	200
Hi katror	$\chi^2= 39.4$ df: 4 P= 0.000		$\chi^2= 55.0$ df: 4 P= 0.000			$\chi^2= 30.4$ df: 4 P= 0.000		$\chi^2=46.4$ df: 4 P=0.00			
Hi katror	$\chi^2= 21.5;$ df: 4; P= 0.000				$\chi^2= 22.8$ df: 4 P= 0.000						
Hi katror	$\chi^2= 46.1$					df: 12 P= 0.000					

Kjo pyetje trajton perceptimet e të rinjve për përmirësimin e kushteve të edukatës fizike në shkolla. Të anketuarit kanë identifikuar nevoja për përmirësim në aspekte të ndryshme si: salla e edukatës fizike, pajisjet për ushtrime, topat, profesori apo faktorë të tjerë. Të dhënat janë ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimit dhe analizuar përmes testit Hi-katrorë (χ^2) për të vlerësuar domethënien statistikore të shpërndarjes së përgjigjeve brenda dhe ndërmjet grupeve.

Djemtë nga zonat urbane (NDPU) - Më shumë se gjysma e djemve urbanë (52%) mendojnë se duhet përmirësuar pajisjet për ushtrime, ndërsa 24% theksojnë mungesën e topave dhe 16% mendojnë se duhet përmirësuar salla e edukatës fizike. Hi-katrorë: $\chi^2 = 39.4$; df = 4; P = 0.000 Interpretim: Shumë domethënëse statistikiisht. Tregon qartë se perceptimi i djemve urbanë për çështjet që duhen përmirësuar nuk është i shpërndarë rastësisht, me fokus të fortë tek pajisjet dhe materialet sportive.

Djemtë nga zonat rurale (NDPR) - Në këtë grup, përparësi ka salla e edukatës fizike (58%), ndjekur nga pajisjet për ushtrime (26%). Të tjerat kanë peshë të ulët. Hi-katrorë: $\chi^2 = 55.0$; df = 4; P = 0.000. Interpretim: Dallimet janë statistikiisht të rëndësishme. Djemtë ruralë

theksojnë më shumë mungesën e sallave, gjë që përputhet me të dhënat e pyetjeve të mëparshme mbi infrastrukturën shkollore.

Vajzat nga zonat urbane (NVPU) - Për vajzat urbane, më shumë se një e katërta (28%) theksojnë mungesën e topave, ndërsa 26% flasin për pajisjet për ushtrime dhe 14% për sallat. Hi-katrore: $\chi^2 = 30.4$; $df = 4$; $P = 0.000$ Interpretim: Shumë domethënëse statistikisht. Ndërsa vajzat nuk fokusohen në një element të vetëm si djemtë, prapë identifikojnë nevojën për përmirësim të mjeteve dhe materialeve bazë për sport.

Vajzat nga zonat rurale (NVPR) - Një numër i madh vajzash rurale (56%) thonë se salla e edukatës fizike është ajo që ka nevojë më shumë për përmirësim. 22% theksojnë pajisjet për ushtrime, dhe pjesa tjetër shpërndahet në kategoritë tjera. Hi-katrore: $\chi^2 = 46.4$; $df = 4$; $P = 0.000$. Interpretim: Dallimet janë shumë domethënëse. Shumica e vajzave rurale i japin përparësi infrastrukturës – sidomos mungesës së sallave – çka përkon me rezultatet nga P9 për mungesën e sallave në shkolla.

Djemtë urbanë vs. djemtë ruralë Hi-katrore: $\chi^2 = 21.5$; $df = 4$; $P = 0.000$. Interpretim: Dallim shumë domethënës statistikisht. Djemtë ruralë fokusohen te mospasja e sallës, ndërsa urbanët te mungesa e pajisjeve dhe topave, çka tregon ndikimin e qartë të vendbanimit në përjetimin e mungesave.

Vajzat urbane vs. vajzat rurale - Hi-katrore: $\chi^2 = 22.8$; $df = 4$; $P = 0.000$. Interpretim: Dallim shumë i rëndësishëm. Vajzat rurale përqendrohen te mungesa e sallave, ndërsa urbanet shpërndajnë vëmendjen mes topave dhe pajisjeve. Diferencat janë të theksuara dhe të vlefshme statistikisht.

Të katër grupet së bashku - Hi-katrore: $\chi^2 = 46.1$; $df = 12$; $P = 0.000$. Interpretim: Dallimet ndërmjet katër grupeve janë shumë të rëndësishme statistikisht. Kombinimi i gjinisë dhe vendbanimit ndikon në mënyrë të theksuar në perceptimin e nevojave për përmirësim të edukatës fizike. Të gjitha grupet kanë treguar shpërndarje domethënëse statistikisht, që do të thotë se secili grup ka perceptime të qarta dhe të ndryshme për prioritetet në përmirësimin e edukatës fizike. Djemtë ruralë dhe vajzat rurale kërkojnë më shumë salla të pajisura, që është edhe rezultat i mungesës aktuale të tyre. Djemtë urbanë theksojnë më shumë pajisjet sportive, ndërsa vajzat urbane përqendrohen te topat dhe pajisjet. Diferencat ndërmjet grupeve janë të forta dhe të rëndësishme, duke reflektuar ndikimin e vendbanimit dhe gjinisë në përvojat dhe pritshmëritë e të rinjve nga edukata fizike.

6.4. Dallimi ndërmjet grupeve

Në vazhdim të këtij kapitulli janë paraqitur dallimet ndërmjet djemve nga viset urbanë (NDPU), djemve nga viset rurale (NDPR), vajzave nga viset urbane (NVPU); 4 - vajzave nga viset rurale (NVPR) me anë të testit joparametrik të Kruskal-Wallis, i cili përdoret për të krahasuar medianet e më shumë se dy grupeve të pavarura.

P1. Shumë kënaqem në orët e edukatës fizike

Tabela 15.

P1. Shumë kënaqem në orët e edukatës fizike			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P1	1.00	50	118.69
	2.00	50	102.57
	3.00	50	91.12
	4.00	50	89.62
	Total	200	
		Chi-Square	8.740
		df	3
		Asymp. Sig.	.033

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);
3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR)

Në këtë pyetje është vlerësuar niveli i kënaqësisë së nxënësve me orët e edukatës fizike, i ndarë sipas gjinisë dhe vendbanimit në katër grupe: djem urbanë, djem ruralë, vajza urbane dhe vajza rurale. Duke qenë se pyetja lidhet me përjetimin subjektiv të kënaqësisë, është përdorur testi jo-parametrik Kruskal-Wallis, që lejon krahasimin e mesatareve të renditjeve midis më shumë se dy grupeve të pavarura (Tabela 15).

Rezultatet tregojnë se djemtë urbanë janë grupi që ka shprehur nivelin më të lartë të kënaqësisë me një renditje mesatare prej 118.69, të pasuar nga djemtë ruralë me një renditje mesatare prej 102.57. Më pas vijnë vajzat urbane, të cilat kanë një renditje mesatare më të ulët (91.12), ndërsa vajzat rurale paraqesin nivelin më të ulët të kënaqësisë në këtë aspekt, me një renditje mesatare prej 89.62.

Për të vlerësuar nëse këto dallime janë statistikisht të rëndësishme, është analizuar rezultati i testit Kruskal-Wallis. Ky test ka dhënë një vlerë $\chi^2 = 8.740$, me 3 shkallë lirie (df), dhe një vlerë $p = 0.033$. Meqë kjo vlerë është më e vogël se pragu kritik i zakonshëm (0.05), rezultati konsiderohet statistikisht domethënës.

Dallimi i konstatuar tregon se kënaqësia në orët e edukatës fizike nuk është e njëjtë për të gjithë nxënësit, por ndikohet nga faktorë si gjinia dhe vendbanimi. Djemtë në përgjithësi janë më të kënaqur se vajzat, ndërsa nxënësit nga zonat urbane paraqiten më të kënaqur krahasuar me ata nga zonat rurale. Këto rezultate mund të lidhen me diferenca në infrastrukturën shkollore, mundësitë për përfshirje në aktivitet fizik jashtë mësimit, si dhe faktorë socialë apo kulturorë që ndikojnë përjetimin e orës së edukatës fizike në mënyra të ndryshme për grupe të ndryshme.

P2 – Përpiqem shumë në orët e edukatës fizike

Tabela 16.

P2. Përpiqem shumë në orët e edukatës fizike			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P2	1.00	50	106.57
	2.00	50	109.61
	3.00	50	96.59
	4.00	50	89.23
	Total	200	
		Chi-Square	4.618
		df	3
		Asymp. Sig.	.202

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);
3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR)

Në këtë pjesë është analizuar niveli i përpjekjes që nxënësit perceptojnë se bëjnë gjatë orëve të edukatës fizike, në varësi të gjinisë dhe vendbanimit. Të dhënat janë ndarë në katër grupe: djem urbanë, djem ruralë, vajza urbane dhe vajza rurale, dhe janë analizuar përmes testit Kruskal-Wallis, që është i përshtatshëm për krahasimin e renditjeve mes më shumë se dy grupeve kur të dhënat janë jo-parametrike.

Rezultatet tregojnë se djemtë ruralë janë ata që raportojnë përpjekjen më të madhe gjatë orës së edukatës fizike, të ndjekur nga djemtë urbanë, me dallim shumë të vogël mes tyre. Vajzat urbane vijnë pas me një nivel mesatar të përpjekjes, ndërsa vajzat rurale janë grupi që shprehet më pak përkushtuar gjatë orëve të edukatës fizike.

Megjithatë, edhe pse renditjet mesatare dallojnë disi midis grupeve, analiza statistikore nuk tregon një dallim të rëndësishëm nga pikëpamja statistikore. Testi Kruskal-Wallis rezultoi me një vlerë $\chi^2 = 4.618$, me 3 shkallë lirie, dhe një vlerë $p = 0.202$. Kjo vlerë është më e madhe se pragu i rëndësisë statistikore prej 0.05, që do të thotë se nuk ka prova të mjaftueshme për të thënë se dallimet mes grupeve janë domethënëse.

Kjo tregon se, në përgjithësi, nxënësit – pavarësisht gjinisë apo vendbanimit – e perceptojnë veten si mjaft të përfshirë dhe përkushtuar gjatë orëve të edukatës fizike. Ndërsa prirjen e ekzistojnë disa ndryshime në mënyrën si e përjetojnë përpjekjen djemtë dhe vajzat, apo nxënësit urbanë dhe ata ruralë, këto ndryshime nuk janë të theksuara dhe nuk tregojnë një pabarazi të qëndrueshme në nivelin e angazhimit.

Përpjekja në edukatën fizike perceptohet në mënyrë relativisht të njëjtë mes grupeve, dhe gjinia apo vendbanimi nuk janë faktorë që ndikojnë në mënyrë të theksuar në këtë aspekt. Nxënësit, në tërësi, tregojnë një përfshirje të krahasueshme dhe angazhim të ngjashëm gjatë orëve të edukatës fizike (Tabela 16).

P3 – Jam i kënaqur me angazhimin tim në orët e edukatës fizike

Tabela 17

P3 Jam i kënaqur me angazhimin tim në orët e edukatës fizike			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P3	1.00	50	101.01
	2.00	50	86.48
	3.00	50	102.66
	4.00	50	111.85
	Total	200	
		Chi-Square	5.617
		df	3
		Asymp. Sig.	.132

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);

3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR)

Kjo pyetje ka synuar të vlerësojë perceptimin e nxënësve lidhur me kënaqësinë personale ndaj angazhimit të tyre në orët e edukatës fizike. Për analizën janë përfshirë katër grupe të dalluara sipas gjinisë dhe vendbanimit: djem urbanë (1), djem ruralë (2), vajza urbane (3) dhe vajza rurale (4).

Rezultatet tregojnë disa ndryshime interesante në mënyrën se si nxënësit e vlerësojnë angazhimin e tyre. Vajzat nga zonat rurale rezultojnë grupi që është më i kënaqur me angazhimin e tyre, me një renditje mesatare prej 111.85. Pas tyre vijjnë vajzat urbane, me një renditje mesatare 102.66, ndjekur nga djemtë urbanë me 101.01. Djemtë ruralë, në këtë rast, shfaqin nivelin më të ulët të kënaqësisë me angazhimin e vet, me një renditje mesatare prej 86.48.

Për të vlerësuar nëse këto dallime janë statistikiisht të rëndësishme, është përdorur testi Kruskal-Wallis, i cili ka rezultuar me një vlerë $\chi^2 = 5.617$, me 3 shkallë lirie (df) dhe një vlerë $p = 0.132$. Meqë kjo vlerë është më e madhe se niveli i rëndësisë statistikore prej 0.05, rezultati nuk konsiderohet domethënës në aspektin statistik.

Ky rezultat tregon se, edhe pse ka disa dallime në mënyrën si nxënësit vlerësojnë kënaqësinë me angazhimin e tyre, këto dallime nuk janë statistikiisht të rëndësishme. Kështu, mund të thuhet se në përgjithësi, nxënësit – pavarësisht gjinisë apo vendbanimit – ndihen mjaftueshëm të kënaqur me angazhimin që tregojnë në orët e edukatës fizike. Interesante është se në këtë rast, vajzat rurale (që në pyetjet e tjera shpesh rezultojnë më pasive ose më pak të përfshira) raportojnë nivelin më të lartë të kënaqësisë personale, që mund të tregojë një lidhje pozitive mes përpjekjes individuale dhe perceptimit personal të vlerës së angazhimit – pavarësisht kushteve të jashtme.

Angazhimi në orët e edukatës fizike perceptohet pozitivisht në të gjitha grupet, pa dallime të theksuara statistikore. Megjithatë, renditjet sugjerojnë se vajzat – veçanërisht ato në zonat rurale – kanë një ndjenjë më të fortë të kënaqësisë ndaj përpjekjes së tyre, krahasuar me djemtë, veçanërisht ata ruralë (Tabela 17).

P4 – Nuk më interesojnë shumë orët e edukatës fizike

Tabela 18.

P4 Nuk më interesojnë shumë orët e edukatës fizike			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P4	1.00	50	91.35
	2.00	50	110.95
	3.00	50	88.07
	4.00	50	111.63
	Total	200	
		Chi-Square	7.882
		df	3
		Asymp. Sig.	.049

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);
3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR),

Kjo pyetje synon të zbulojë nivelin e mosinteresimit të nxënësve për orët e edukatës fizike. Përgjigjet janë krahasuar midis katër grupeve: djem urbanë (1), djem ruralë (2), vajza urbane (3) dhe vajza rurale (4). Përdorimi i testit Kruskal-Wallis mundëson vlerësimin e dallimeve mes këtyre grupeve në mënyrë statistikore, pa supozuar shpërndarje normale të të dhënave.(Tabela 18).

Rezultatet tregojnë një dallim të dukshëm në qëndrimin ndaj edukatës fizike. Djemtë ruralë (110.95) dhe vajzat rurale (111.63) kanë renditjet mesatare më të larta, që nënkupton shkallë më të lartë të mosinteresimit për orët e edukatës fizike në krahasim me grupet e tjera. Në anën tjetër, vajzat urbane (88.07) dhe djemtë urbanë (91.35) kanë renditje më të ulëta, çka sugjeron interes më të madh për këtë lëndë.

Testi Kruskal-Wallis ka rezultuar me $\chi^2 = 7.882$, me 3 shkallë lirie, dhe një vlerë $p = 0.049$. Kjo është shumë afër kufirit të zakonshëm të rëndësisë statistikore ($p = 0.05$), dhe si e tillë konsiderohet statistikisht domethënëse. Kjo do të thotë se dallimet në nivelin e interesimit për edukatën fizike midis grupeve janë të rëndësishme dhe jo të rastësishme.

Rezultatet sugjerojnë se vendbanimi është një faktor ndikues në qëndrimin ndaj edukatës fizike, me nxënësit ruralë (si vajzat, ashtu edhe djemtë) që shfaqin më pak interes për këtë lëndë në krahasim me bashkëmoshatarët e tyre urbanë. Gjinia, gjithashtu, luan një rol, por

duket se vajzat urbane janë grupi më i interesuar, ndonëse në shumë pyetje të tjera, janë treguar më pasive në angazhim praktik. Kjo mospërputhje mund të interpretohet si rezultat i faktorëve të ndryshëm si: mungesë infrastrukture në zonat rurale, mungesë motivimi nga ana e mësuesve, ose mungesë aktiviteteve fizike cilësore që do ta bënin orën e edukatës fizike më tërheqëse.

Dallimet në interesimin për edukatën fizike janë statistikisht të rëndësishme midis grupeve gjinore dhe gjeografike. Nxënësit urbanë, veçanërisht vajzat, tregojnë më shumë interesim për orët e edukatës fizike, ndërsa nxënësit ruralë – si vajza ashtu edhe djem – raportojnë më shumë mosinteresim, çka kërkon vëmendje të veçantë nga institucionet arsimore dhe politikat e barazisë në edukim fizik.

P5 – Ndjej tension gjatë orëve të edukatës fizike

Tabela 19.

P5 Ndjej tension gjatë orëve të edukatës fizike			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P5	1.00	50	111.05
	2.00	50	104.20
	3.00	50	87.00
	4.00	50	99.75
	Total	200	
		Chi-Square	5.468
		df	3
		Asymp. Sig.	.141

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);
3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR)

Kjo pyetje ka synuar të vlerësojë ndjenjën e tensionit apo stresit që nxënësit përjetojnë gjatë orëve të edukatës fizike. Ndjenja e tensionit mund të jetë tregues i faktorëve si: presioni për performancë, mungesa e vetëbesimit, apo ndonjë përjetim negativ gjatë aktiviteteve fizike në shkollë (Tabela 19).

Nga të dhënat, vihet re se djemtë urbanë kanë renditjen mesatare më të lartë (111.05), çka sugjeron se ata raportojnë nivel më të lartë tensioni krahasuar me grupet e tjera. Pas tyre

vijnë djemtë rurale me një mesatare prej 104.20, dhe vajzat rurale me 99.75. Grupi me më pak ndjenjë tensioni janë vajzat urbane, me një renditje mesatare prej 87.00.

Për të testuar nëse këto ndryshime janë statistikiisht të rëndësishme, është përdorur testi Kruskal-Wallis, i cili ka rezultuar me vlerën $\chi^2 = 5.468$, me 3 shkallë lirie, dhe vlerë $p = 0.141$.

Meqë vlera p është më e madhe se 0.05, kjo nënkupton se nuk ka dallime statistikiisht të rëndësishme mes grupeve sa i përket ndjenjës së tensionit gjatë orëve të edukatës fizike. Pra, edhe pse në pamje të parë djemtë urbanë duken më të tensionuar dhe vajzat urbane më të qeta, këto dallime nuk janë mjaftueshëm të mëdha për të qenë statistikiisht të vlefshme.

Megjithatë, vlen të përmendet se tendenca e djemve urbanë për të ndjerë më shumë tension mund të lidhet me pritshmëri më të larta ndaj tyre për të performuar në sport, apo me konkurrencën brenda klasës. Në anën tjetër, vajzat urbane mund të ndihen më të relaksuara për shkak të përfshirjes më të ulët ose pritshmërive më të lehta.

Ndjenja e tensionit në orët e edukatës fizike varion mes grupeve gjinore dhe gjeografike, me djemtë urbanë që raportojnë më shumë stres dhe vajzat urbane më pak. Megjithatë, këto dallime nuk janë statistikiisht të rëndësishme, sipas testit Kruskal-Wallis, duke treguar se tensioni gjatë orës së edukatës fizike nuk ndikohet në mënyrë të theksuar nga gjinia apo vendbanimi.

P6 – Mendoj se jam mjaft i mirë në edukatë fizike

Tabela 20.

P6 Mendoj se jam mjaft i mirë në edukatë fizike			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P6	1.00	50	120.86
	2.00	50	80.70
	3.00	50	119.85
	4.00	50	80.59
	Total	200	
		Chi-Square	25.659
		df	3
		Asymp. Sig.	.000

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);
3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR)

Kjo pyetje ka për qëllim të matin perceptimin e vetëvlerësimit të nxënësve për aftësitë e tyre në edukatë fizike. Vetëvlerësimi i lartë lidhet shpesh me pjesëmarrje më të madhe në aktivitetet fizike dhe me më shumë vetëbesim në situata sportive (Tabela 20).

Sipas rezultateve, djemtë urbanë (NDPU) kanë renditjen mesatare më të lartë (120.86), që tregon një vetëvlerësim shumë të lartë për aftësitë e tyre në edukatë fizike. Ngjashëm, vajzat urbane (NVPU) kanë gjithashtu një renditje të lartë (119.85), çka sugjeron se edhe ato ndihen mjaft të afta në këtë lëndë.

Në të kundërt, djemtë ruralë (NDPR) dhe vajzat rurale (NVPR) kanë renditje ndjeshëm më të ulëta, përkatësisht 80.70 dhe 80.59, duke treguar një vetëvlerësim më të dobët në krahasim me bashkëmoshatarët e tyre urbanë.

Analiza statistikore me testin Kruskal-Wallis ka rezultuar me një vlerë shumë domethënëse: $\chi^2 = 25.659$, $df = 3$, $p = 0.000$. Ky rezultat tregon një dallim statistikisht shumë të rëndësishëm mes grupeve lidhur me perceptimin për aftësinë personale në edukatë fizike. Në mënyrë të qartë, nxënësit urbanë, si vajzat ashtu edhe djemtë, e vlerësojnë më shumë veten në këtë lëndë, krahasuar me nxënësit ruralë. Ky ndryshim mund të lidhet me faktorë si:

- infrastruktura më e mirë sportive në zonat urbane,
- mundësi më të shumta për përfshirje në aktivitete sportive jashtë shkollës,
- nivel më i lartë i motivimit dhe mbështetjes në shkolla urbane,
- ose mungesë vetëbesimi te nxënësit nga zonat rurale, ndoshta për shkak të mungesës së kushteve dhe pajisjeve adekuate për ushtrime.

Të dhënat tregojnë qartë se nxënësit urbanë kanë një vetëvlerësim dukshëm më të lartë për aftësitë e tyre në edukatë fizike, krahasuar me nxënësit ruralë. Ky dallim është statistikisht shumë i rëndësishëm ($p = 0.000$), duke theksuar nevojën për ndërhyrje më të madhe në zonat rurale, si në aspektin e infrastrukturës, ashtu edhe në ndërtimin e vetëbesimit dhe motivimit të nxënësve për përfshirje në aktivitete fizike.

P7 – Orët e edukatës fizike janë të rëndësishme për shëndetin tim

Tabela 21.

P7 Orët e edukatës fizike janë të rëndësishme për shëndetin tim			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P7	1.00	50	103.33
	2.00	50	100.23
	3.00	50	98.39
	4.00	50	100.05
	Total	200	
		Chi-Square	.267
		df	3
		Asymp. Sig.	.966

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);
3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR)

Kjo pyetje synon të vlerësojë perceptimin e nxënësve për rëndësinë që kanë orët e edukatës fizike në mirëqenien dhe shëndetin e tyre fizik. Rëndësia që u jepet këtyre orëve mund të reflektojë edhe vlerësimin që bëhet ndaj aktivitetit fizik në jetën e përditshme të nxënësve. Sipas rezultateve, dallimet mes grupeve janë shumë të vogla:

- Djemtë urbanë (NDPU) kanë renditjen mesatare më të lartë me 103.33,
- Ndiqen nga djemtë ruralë (NDPR) me 100.23,
- Vajzat rurale (NVPR) me 100.05, dhe
- Vajzat urbane (NVPU) kanë renditjen më të ulët me 98.39.

Kjo pyetje synon të vlerësojë perceptimin e nxënësve për rëndësinë që kanë orët e edukatës fizike në mirëqenien dhe shëndetin e tyre fizik. Rëndësia që u jepet këtyre orëve mund të reflektojë edhe vlerësimin që bëhet ndaj aktivitetit fizik në jetën e përditshme të nxënësve. Sipas rezultateve, dallimet mes grupeve janë shumë të vogla:

Diferencat janë minimale dhe nuk tregojnë ndonjë prirje të qartë mes gjinive apo vendbanimit. Testi Kruskal-Wallis jep rezultatet: $\chi^2 = 0.267$, $df = 3$, $p = 0.966$.

Duke qenë se vlera p (0.966) është shumë më e madhe se 0.05, mund të konkludohet se nuk ka dallim statistikisht të rëndësishëm në vlerësimin e rëndësisë së orëve të edukatës fizike për shëndetin, ndërmjet katër grupeve të nxënësve. Pavarësisht dallimeve të vogla numerike, të

gjithë nxënësit – pavarësisht nga gjinia apo vendbanimi – e vlerësojnë ngjashëm rëndësinë e edukatës fizike për shëndetin e tyre (Tabela 21).

Rezultatet tregojnë se të gjithë nxënësit, pa dallim gjinie apo vendbanimi, kanë një qëndrim të qëndrueshëm dhe të ngjashëm pozitiv ndaj rëndësisë së orëve të edukatës fizike për shëndetin personal. Dallimet janë statistikisht të parëndësishme ($p = 0.966$), duke sugjeruar se kjo bindje është e përbashkët dhe mjaft e konsoliduar tek të gjithë nxënësit e përfshirë në studim.

P8 – Detyrat në edukatë fizike janë shumë të vështira

Tabela 22.

P8 Detyrat në edukatë fizike janë shumë të vështira			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P8	1.00	50	99.62
	2.00	50	82.84
	3.00	50	99.98
	4.00	50	119.56
	Total	200	
		Chi-Square	10.807
		df	3
		Asymp. Sig.	.013

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);
3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR)

Kjo pyetje ka për qëllim të zbulojë perceptimin e nxënësve për nivelin e vështirësisë së detyrave dhe ushtrimeve në orët e edukatës fizike. Renditja mesatare për secilin grup pasqyron sa i vështirë u duket ky lëndim dhe aktivitetet që përfshin ai (Tabela 22).

Sipas rezultateve:

- Vajzat rurale (NVPR) kanë renditjen mesatare më të lartë (119.56), që tregon se ky grup e percepton në mënyrë më të theksuar vështirësinë e detyrave në edukatë fizike.
- Vajzat urbane (NVPU) gjithashtu kanë një perceptim relativisht të lartë të vështirësisë (99.98), pothuaj sa djemtë urbanë.
- Djemtë urbanë (NDPU) kanë një renditje mesatare 99.62, duke treguar një perceptim të moderuar të vështirësisë.

- Djemtë ruralë (NDPR) e perceptojnë më pak vështirësinë e detyrave në edukatë fizike, me një renditje mesatare më të ulët – 82.84, që është ndjeshëm më e vogël krahasuar me grupet e tjera.

Testi Kruskal-Wallis rezulton me: $\chi^2 = 10.807$, $df = 3$, $p = 0.013$.

Ky rezultat është statistiki i rëndësishëm ($p < 0.05$), çka do të thotë se ekziston një dallim domethënës mes grupeve në perceptimin e tyre për vështirësinë e detyrave në edukatë fizike. Veçanërisht bie në sy:

- vajzat nga zonat rurale janë grupi që e percepton më shumë vështirësi këtë lëndë,
- ndërsa djemtë nga zonat rurale janë më të relaksuar dhe më pak të ndikuar nga kjo ndjesi vështirësie.

Dallimi i theksuar ndërmjet vajzave rurale dhe djemve ruralë sugjeron se faktorë si kushtet fizike, vetëbesimi në aktivitet fizik apo niveli i pritjeve në shkollë mund të ndikojnë ndjeshëm në këtë perceptim. Të dhënat tregojnë një dallim domethënës statistiki ($p = 0.013$) ndërmjet grupeve në lidhje me perceptimin për vështirësinë e detyrave në edukatë fizike. Vajzat rurale ndihen më të ngarkuara dhe e perceptojnë këtë lëndë si më të vështirë, krahasuar me grupet tjera, ndërsa djemtë ruralë ndihen më të lirë nga ky perceptim negativ. Rezultat mund të sinjalizojë nevojën për pranimin më të mirë të dallimeve gjinore dhe rajonale në planifikimin e lëndëve të edukatës fizike dhe përkrahjen ndaj nxënësve që përjetojnë më shumë vështirësi.

P9 – Jam i kënaqur me sallën ku mbahen orët e edukatës fizike

Tabela 23.

P9 Jam i kënaqur me sallën ku mbahen orët e edukatës fizike			
Ranks			
	X	N	Mean Rank
P9	1.00	50	118.39
	2.00	50	89.93
	3.00	50	114.99
	4.00	50	78.69
	Total	200	
		Chi-Square	17.856
		df	3
		Asymp. Sig.	.000

Legjenda: 1 - djem urbanë (NDPU); 2 - djem ruralë (NDPR);
3 - vajza urbane (NVPU); 4 - vajza rurale (NVPR)

Kjo pyetje synon të vlerësojë kënaqësinë e nxënësve me sallat ku zhvillohen orët e edukatës fizike, duke krahasuar perceptimet sipas gjinisë dhe vendbanimit (Tabela 23).

Renditjet mesatare të katër grupeve janë si më poshtë:

- Djemtë urbanë (NDPU) kanë renditjen mesatare më të lartë (118.39), duke shprehur kënaqësinë më të madhe me sallat ku mbahen orët e edukatës fizike.
- Vajzat urbane (NVPU) ndjekin me një renditje shumë të afërt (114.99), çka tregon gjithashtu kënaqësi të lartë, të krahasueshme me djemtë urbanë.
- Djemtë ruralë (NDPR) kanë një renditje mesatare më të ulët (89.93), që tregon kënaqësi të moderuar ose të kufizuar me sallat ku zhvillohen orët.
- Vajzat rurale (NVPR) shfaqin renditjen mesatare më të ulët (78.69), duke treguar kënaqësinë më të ulët ndër të gjitha grupet.

Analiza statistikore: Chi-square (χ^2) = 17.856, df = 3 Asymp. Sig. (P-vlera) = 0.000.

Rezultati është statistikorisht shumë i rëndësishëm ($p < 0.001$), që do të thotë se ekziston një dallim i rëndësishëm në nivelin e kënaqësisë së nxënësve me sallat e edukatës fizike në varësi të gjinisë dhe vendbanimit.

Veçanërisht, mund të vërehet:

- Nxënësit urbanë, si djem ashtu edhe vajza, janë dukshëm më të kënaqur me sallat e tyre – kjo mund të lidhet me infrastrukturë më të mirë, hapësira më moderne apo pajisje më të përshtatshme në shkollat e zonave urbane.
- Nxënësit nga zonat rurale, veçanërisht vajzat, janë më pak të kënaqura – gjë që mund të pasqyrojë mungesën e sallave të pajisura mirë, kushte të papërshtatshme fizike ose akses të kufizuar ndaj burimeve sportive.
- Ekziston një dallim statistikorisht i rëndësishëm ($\chi^2 = 17.856$; $p = 0.000$) ndërmjet grupeve në lidhje me kënaqësinë e tyre për sallat ku zhvillohen orët e edukatës fizike. Djemtë urbanë dhe vajzat urbane janë dukshëm më të kënaqur, ndërsa vajzat rurale raportojnë kënaqësinë më të ulët. Ky dallim thekson pabarazitë infrastrukturore mes shkollave urbane dhe rurale dhe nënvizon nevojën për përmirësime në mjediset sportive, veçanërisht në zonat rurale.

65. Vërtetimi i hipotezave të punimit

Vërtetimi i hipotezave është me sa vijon:

Hipoteza H1 është mbështetur pjesërisht nga të dhënat: ka dallime të rëndësishme statistikisht në mes vajzave nga qyteti dhe fshati në lartësi dhe peshë trupore, por jo në BMI. Për djemtë, nuk janë gjetur dallime të rëndësishme statistikisht në asnjë nga treguesit e analizuar.

Hipoteza H2 është realizuar pjesërisht. Dallimet e rëndësishme statistikisht janë vërejtur në përfshirjen e aktiviteteve fizike rekreative mes djemve urbanë dhe vajzave rurale, duke mbështetur ndikimin e vendbanimit dhe gjinisë në nivelin e aktivitetit fizik.

Hipoteza H3 është realizuar me sukses. Rezultatet e analizës statistikore tregojnë një dallim të rëndësishëm statistikisht në vlerësimin subjektiv të nxënësve mbi kushtet e zhvillimit normal të orëve të edukatës fizike, në varësi të gjinisë dhe vendbanimit.

7. PËRFUNDIM

Ky hulumtim ka synuar të analizojë nivelin e përfshirjes së nxënësve të klasës së VIII nga Komuna e Pejës në aktivitetet fizike dhe qëndrimet e tyre ndaj edukatës fizike, duke marrë për bazë dallimet midis gjinisë dhe vendbanimit (urbane vs. rurale). Qëllimi kryesor ishte të vlerësohen ndryshimet në masat antropometrike (lartësia, pesha dhe BMI), si dhe të analizohen perceptimet dhe praktikrat e nxënësve lidhur me rëndësinë e aktivitetit fizik, kushtet për zhvillimin e tij dhe barrierat e përfshirjes.

Hipotezat e punimit u orientuan drejt vërtetimit të dallimeve statistikisht të rëndësishme ndërmjet grupeve të ndryshme, në mënyrë që të kuptohet më qartë ndikimi i mjedisit jetësor dhe gjinisë në shëndetin dhe aktivitetin fizik të nxënësve. Mostra e përzgjedhur përfshiu 200 nxënës të klasës së VIII nga tetë shkolla të arsimit të mesëm të ulët në Komunën e Pejës, e ndarë në mënyrë të barabartë sipas gjinisë dhe vendbanimit, gjë që siguroi balancë dhe përfaqësim të drejtë në analizë.

Variablat e hulumtuara janë mbledhur përmes një pyetësoi të strukturuar, i cili përfshinte të dhëna morfologjike, të dhëna për qëndrimet ndaj aktivitetit fizik dhe vlerësime subjektive të nxënësve mbi kushtet dhe rëndësinë e edukatës fizike. Përpunimi i të dhënave u realizua përmes programit SPSS, duke përdorur teknika të ndryshme statistikore si: analiza përshkruese, t-testi për grupe të pavarura, testi Mann–Whitney dhe analiza Kruskal-Wallis. Kjo qasje e gjithanshme statistikore ka mundësuar krahasimin mes grupeve dhe identifikimin e dallimeve reale dhe domethënëse në variablat e shqyrtuara.

Rezultatet e këtij hulumtimi dëshmojnë se ekzistojnë disa dallime antropometrike mes nxënësve të klasës VIII në Komunën e Pejës në varësi të gjinisë dhe zonës së banimit, por jo të gjitha janë statistikisht të rëndësishme.

Analiza e parametrave antropometrikë dhe krahasimi i tyre ndërmjet nxënësve dhe nxënësve nga viset urbane dhe rurale në Komunën e Pejës nxjerr në pah disa aspekte të rëndësishme lidhur me ndikimin e mjedisit në zhvillimin fizik të fëmijëve.

Tek djemtë, ndonëse treguesit mesatarë të lartësisë trupore, peshës dhe indeksit të masës trupore (BMI) janë pak më të larta në grupin urban, këto dallime nuk janë statistikisht të rëndësishme. Kjo sugjeron se mjedisi urban apo rural nuk ka ndikim thelbësor në përmasat antropometrike të tyre, duke treguar mundësinë e një zhvillimi të qëndrueshëm dhe relativisht

uniform në të dyja mjediset, ndoshta për shkak të faktorëve të përbashkët socialë, ekonomikë apo kulturorë.

Nga ana tjetër, tek vajzat dallimet në lartësi dhe peshë trupore midis grupeve urbane dhe rurale janë të dukshme dhe statistikisht domethënëse, me një avantazh në favor të vajzave urbane. Kjo mund të lidhet me kushtet më të favorshme jetësore dhe shëndetësore në zonat urbane, si ushqyerja më e mirë, qasja në kujdesin shëndetësor dhe mundësitë për aktivitet fizik.

Këto gjetje tregojnë se ndikimi i zonës së banimit në zhvillimin antropometrik të nxënësve është më i theksuar tek vajzat sesa tek djemtë dhe se faktorët ambientalë dhe socio-ekonomikë mund të ndikojnë ndryshe në zhvillimin trupor sipas gjinisë. Në përgjithësi, mungesa e dallimeve të thella tek djemtë dhe balanca trupore e vajzave sugjerojnë përpjekje të suksesshme për barazi në kushtet jetësore dhe edukative në Komunën e Pejës, megjithëse ka ende hapësirë për përmirësim, sidomos në zonat rurale

Nga analiza joparametrike u vërtetua se pjesëmarrja në aktivitet fizik ndryshon në bazë të gjinisë dhe vendbanimit. Djemtë urbanë janë më aktivë sesa ata ruralë, ndërsa vajzat rurale janë më pak aktive krahasuar me vajzat urbane. Motivimi për aktivitetin fizik ndryshon sipas grupit, ku djemtë urbanë fokusohen më shumë tek shëndeti, ndërsa vajzat dhe djemtë ruralë te humbja në peshë. Përfshirja në sport është më e madhe tek djemtë, veçanërisht ata urbanë, ndërsa vajzat ruralë kanë përfshirjen më të ulët. Në përgjithësi, gjinia dhe vendbanimi ndikojnë ndjeshëm në aktivitetin fizik dhe motivimin për të.

Në përmbledhje, rezultatet tregojnë se perceptimet dhe përjetimet ndaj edukatës fizike ndryshojnë në varësi të faktorëve të ndryshëm socialë dhe gjeografikë. Grupi me vendbanim urban paraqet shpesh një nivel më të lartë kënaqësie dhe vetëvlerësimi në këtë lëndë, ndërsa grupet rurale shfaqin më shumë sfida, si perceptim më i lartë i vështirësive dhe më pak interesim. Megjithatë, përpjekja dhe angazhimi gjatë orëve të edukatës fizike janë relativisht të njëjta mes grupeve të ndryshme, duke treguar një përkushtim të përbashkët. Ndjenja e tensionit nuk paraqet dallime të theksuara statistikisht, ndërsa rëndësia që u jepet edukatës fizike për shëndetin është e pranuar gjerësisht dhe në mënyrë të barabartë. Këto dallime dhe ngjashmëri nënvizojnë nevojën për politika dhe ndërhyrje që të adresojnë pabarazitë në infrastrukturë dhe motivim, duke siguruar një përvojë më të drejtë dhe të përfshirë për të gjithë në edukatën fizike.

8. RËNDESIDIA TEORIKE DHE PRAKTIKE

Rëndësia teorike:

Ky hulumtim kontribuon në literaturën ekzistuese mbi edukatën fizike duke ofruar një analizë të detajuar të faktorëve që ndikojnë në përfshirjen e nxënësve në aktivitetet fizike. Ai thekson rëndësinë e mjedisit jetësor dhe gjinisë në zhvillimin fizik të fëmijëve, duke ofruar një kuptim më të thellë të ndikimeve të këtyre faktorëve. Për më tepër, hulumtimi ndihmon në identifikimin e barrierave që pengojnë pjesëmarrjen e nxënësve në aktivitetet fizike dhe ofron rekomandime për adresimin e këtyre barrierave, duke kontribuar kështu në zhvillimin e politikave dhe praktikave më efektive në fushën e edukatës fizike.

Rëndësia praktike:

Rezultatet e këtij hulumtimi janë të rëndësishme për zhvillimin e strategjive dhe politikave që synojnë përmirësimin e përfshirjes së nxënësve në aktivitetet fizike. Ato ofrojnë informacione të vlefshme për mësuesit, drejtorët e shkollave dhe politikanët për të kuptuar më mirë nevojat dhe sfidat që hasin nxënësit në lidhje me edukatën fizike. Për më tepër, hulumtimi ndihmon në identifikimin e praktikave më efektive për të rritur motivimin dhe pjesëmarrjen e nxënësve në aktivitetet fizike, duke kontribuar kështu në përmirësimin e shëndetit dhe mirëqenies së tyre.

Përfundim:

Ky hulumtim ofron një kuptim të thellë të faktorëve që ndikojnë në përfshirjen e nxënësve në aktivitetet fizike dhe qëndrimet e tyre ndaj edukatës fizike. Ai kontribon në literaturën ekzistuese dhe ofron rekomandime praktike për përmirësimin e përfshirjes së nxënësve në aktivitetet fizike, duke pasur një ndikim të drejtpërdrejtë në zhvillimin e politikave dhe praktikave në fushën e edukatës fizike.

9. LITERATURA

Abdiu, V. (2019). Niveli i përfshirjes dhe preferencat e tyre për aktivitete rekreative tek popullata e tetovës Punim i diplomës master. Prishtinë: Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit, Universiteti i Prishtines` Hasan Prishtina.

Ali, S. M., & Lindstrom, M. (2006). Leisure time physical activity and psychological well-being among unemployed and employed people: A population-based study in southern Sweden. *Scandinavian Journal of Public Health*, 34(2), 107–113. <https://doi.org/10.1080/14034940510032231>.

Andrijašević, M. (2000.). Slobodno vrijeme i igra. U: Andrijašević (ur.) Zbornik radova –Slobodno vrijeme i igra, str. 7-14. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu Sveučilišta u Zagrebu.

Aarnio, M. E. (2003). Leisure-time physical activity in late adolescence: a cohort study of stability, correlates and familial aggregation in twin boys and girls. *Journal of sports science and medicine*, 2(2), 1-41.

Bouillet, D., Ilišin, V., Potočnik, D. (2008.). Continuity and Changes in Croatian University Students' Leisure Time Activities (1999.–2004.). *Sociologija i prostor*, 46 (2), 123–142.

Burton, N. W., & Turrell, G. (2000). Occupation, hours worked, and leisure-time physical activity. *Preventive Medicine*, 31(6), 673–681. <https://doi.org/10.1006/pmed.2000.0756>

Dumazedier, J. (1972.). Rad i slobodno vrijeme. u: Friedmann G. i Naville P. (ur.) *Sociologija rada*. Sarajevo: Veselin Masleša.

Grandić, R. i Letić M. (2009). Životni stilovi slobodnog vremena mladih u Srbiji. *Pedagoška stvarnost*, vol. 55, br. 5-6, str. 468-478

Havelka, N., Vučić, L., Hrnjica, S., Lazarević, Lj., Kuzmanović, B., Kovačević, P. (1990). *Obrazovna i razvojna postignuća učenika na kraju osnovnog školovanja*. Beograd, Institut za psihologiju.

Ilišin V. (2006). *Mladi između želja i mogućnosti: položaj, problemi i potrebe mladih Zagrebačke županije*. Zagreb: Institut za društvena istraživanja. Irby, I., Tolman, J. (2002). *Rethinking Leisure Time: Expanding Opportunities for Young People and Communities*. Washington, The Forum for Youth Investment.

Jeđud, I., Novak, T. (2006). Provođenje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju – kvalitativna metoda. *Revija za sociologiju*, 37 (1–2), 77–90.

Leburić, A., Relja, R. (1999). Kultura i zabava mladih u slobodnom vremenu. *Napredak*, 140 (2), 175-183.

Kaçiu, B., Daci, S. (2018). Roli i pjesmarrjes në aktivitete rekreative sportive dhe ndikimi i tyre në indeksin e masës trupore - (bmi) te nxënësit e dy komunave të Kosovës. Punim Masteri. Prishtinë: Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit, Universiteti i Prishtinës.

Kouvonen, A., Kivimäki, M., Elovainio, M., Virtanen, M., Linna, A., & Vahtera, J. (2005). Job strain and leisure-time physical activity in female and male public sector employees. *Preventive Medicine*, 41(2), 532–539. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2005.01.003>.

Kurshumlija, E & Hoxha, L. (2019). Dallimet në aktivitetet rekreativo-lëvizore ndërmjet femrave të Mitrovicës dhe Prishtinës. Punim i diplomës master. Prishtinë: Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit, Universiteti i Prishtinës ``Hasan Prishtina``

Leino-Arjas, P., Liira, J., Mutanen, P., Malmivaara, A., & Matikainen, E. (2004). Predictors and consequences of unemployment among construction workers: Prospective cohort study. *BMJ*, 328(7437), 409. <https://doi.org/10.1136/bmj.37936.485210.0D>

Maksić, S. i Tenjović, L. (2008). Povezanost interesovanja i verbalna fluentnost kod učenika osnovne škole. *Psihologija*, Vol. 41 (3), str. 311-325.

Metushi, E.& Muça, F. (2019). Preferencat e marrjes me aktivitete rekreative dhe sportive si dhe shprehitë individuale tek nxënësit e komunës së ferizajit dhe suharekës. Punim i diplomës master. Prishtinë: Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit, Universiteti i Prishtinës ``Hasan Prishtina``

Mlinarević, V., Brust, M., (2009). Kvaliteta provedbe školskih izvannastavnih aktivnosti, Osijek: Učiteljski fakultet.

Murseli, M. & Gjuraj, L. (2015). Shprehit individuale të jetesës dhe aktivitetet rekreative sportive. Punim i diplomës master. Prishtinë: Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit, Universiteti i Prishtinës ``Hasan Prishtina``.

Nešić, M., Lolić, V., Srdić, V. i Meholjić-Fetahović, A. (2011). Indeks telesne mase kao činilac opredeljenja prema sportsko-rekreativnim aktivnostima na univerzitetu. *Sportske nauke i zdravlje*, 1(1):37-46.

Nešić, M., Tomašević, M., & Pantović, M. (2014). Lifestyle and recreational physical activity among middle-aged women. *Research in Physical Education, Sport and Health*, 3(2), 89–94.

Okano, G., Miyake, H., & Mori, M. (2003). Leisure time physical activity and self-rated health among middle-aged employees. *Journal of Occupational Health*, 45(6), 286–292. <https://doi.org/10.1539/joh.45.286>

Ostojic SM, Stojanovic M, Stojanovic V. i Maric J. (2010). Adiposity, physical activity and blood lipid profile in 13-year-old adolescents. *J Pediatr Endocrinol Metab*. 23(4):333-43.

Polić, R. (2003). Odgoj i dokolica. *Metodički ogledi*, 10 (2), 25–37.

Perasović, B. (2009). O (ne)mogućnosti upravljanja slobodnim vremenom; U: Andrijašević, M. (ur.): Upravljanje slobodnim vremenom sadržajima sporta i rekreacije, str. 47-59. Zagreb: Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

Previšić, V. (2000). Slobodno vrijeme između pedagojske teorije i odgojne prakse. *Napredak* 141 (4), 403 – 410.

Proper, K. I., Koning, M., Van der Beek, A. J., Hildebrandt, V. H., Bosscher, R. J., & Van Mechelen, W. (2003). The effectiveness of worksite physical activity programs on physical activity, physical fitness, and health. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 13(2), 106–117. <https://doi.org/10.1097/00042752-200303000-00008>

Rosić, V. (2005). Slobodno vrijeme — slobodne aktivnosti, Rijeka: Biblioteka Educo.

Salihu, Xh. (2021). Rëndësia ndaj aktiviteti fizik te maturantët. Punim i diplomës master. Prishtinë: Fakulteti i Edukimit Fizik dhe i Sportit, Universiteti i Prishtines`Hasan Prishtina.

Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine & science in sports & exercise*, 963-975.

Schneider, S., & Becker, S. (2005). Prevalence of physical activity among the working population and correlation with work-related factors: Results from a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 5, 105. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-5-105>

Tatar, N. (2014). Fizičke aktivnosti u slobodnom vremenu mladih Crne Gore. Doktorska disertacija. Novi sad: Fakultet za sport i turizam, Univerzitet EDUCONS.

Thøgersen-Ntoumani, C., & Fox, K. R. (2005). Physical activity and mental well-being typologies in corporate employees: A mixed methods approach. *Work & Stress, 19*(1), 50–67. <https://doi.org/10.1080/02678370500057833>.

Vidaković-Samardžija, D., Pavelić-Karamatić, L. i Samardžija, D. (2011). Uticaj morfoloških karakteristika na motoričke i funkcionalne sposobnosti učenica. *Hrvatski kineziološki savez, 263-269*.