

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



PUNIMI I DIPLOMËS - MASTER
Lënda: Basketball

Tema:

**Paraqitja e ndryshimeve në disa variabla antropometrike dhe
lëvizore bazike e specifike tek nxënësit e moshës 15-16 vjeç**

Mentori:
Prof.Dr. Hazir Salihu

Kandidati:
Severin Elezaj

Prishtinë, 2016

PËRMBAJTJA	Faqe
1. HYRJE	3
1.1. Huluntimet e gjertanishme	5
2. QËLLIMI I PUNIMIT	8
2.1. Hipotezat e themelore	9
3. METODOLOGJIA E PUNËS.....	10
3.1. Mostra e entiteteve	10
3.1. Mostra e variablave.....	10
3.1.1. Përshkrimi i variablave matëse antropometrike	11
3.1.2. Përshkrimi i variablave matëse të lëvizore bazike.....	16
3.1.3. Përshkrimi i variablave matëse të lëvizore situacionale	20
4. Mënyra e zbatimit të huluntimit	27
5. Metodatat e përpunimit të rezultateve.....	28
6. REZULTATET DHE INTERPRETIMI.....	29
6.1. Treguesit themelor statistikor në hapësirën antropometrike	29
6.1.1. Treguesit themelor statistikor në hapësirën lëvizore	31
6.2. KORELACIONET E VARIABLAVE MANIFESTE.....	33
6.2.1. Korelacionet ndërmjet variablave antropometrike manifeste.....	33
6.2.2. Korelacionet ndërmjet variablave lëvizore manifeste.....	35
6.3. KROSKORELACIONET	37

6.3.1. Kroskorelacionet ndërmjet variablave antropometrike dhe lëvizore në hapësirën manifeste	37
6.4. NDRYSHIMET NË HAPËSIRËN MANIFESTE.....	39
6.4.1. T-Testi për variablat antropometrike.....	40
6.4.2. T-Testi për variablat lëvizore bazike.....	41
6.4.3. T-Testi për variablat e lëvizore situacionale.....	42
7. ANALIZA DHE VËRTETIMI I HIPOTEZAVE.....	43
8. PËRFUNDIMI.....	45
9. LITERATURA	47

1. HYRJJE

Të hulumtosh dhe të kuptosh problematikën e sistemit të aktiviteteve polistrukturale komplekse, konkretisht të sportit të basketbollit dhe stërvitjes brenda këtij sporti si disiplinë e aktivitetit sportiv, kërkohet një qëndrim serioz dhe kërkues të të gjitha cilësive dhe aftësive primare dhe sekundare të sportistëve nga të cilat në masë më të madhe varet rezultati sportiv.

Përgatitja kondicionale është proces i ndërlikuar dhe gjithpërfshirës i aplikimit të programeve të ndryshme për zhvillimin dhe mbajtjen e aftësive funksionale dhe motorike si dhe karakteristikave morfologjike të basketbollistëve. Detyra themelore e këtyre programeve qëndron në përparimin e stërvitjes dhe rezultateve sportive, rritjen e cilësive dhe aftësive të përgjithshme, bazike dhe specifike të cilat janë të domosdoshme për ekzekutimin me sukses të aktiviteteve stërvitore dhe garuese. Përgatitja kondicionale duhet të jetë e kuptuar si proces afatgjatë i të ushtruarit në të cilën përherë ndryshohen ngarkesat dhe pushimet, stresi dhe adaptimi në ngarkesa.

Zhvillimi bashkëkohor i sportit gjithnjë e më tepër bazohet në hulumtimet shkencore dhe qëndrimin kibernetik në modelimin e proceseve të trajningut sportiv. Qëndrimi i tillë kërkon zbulimin e ligjshmërive dhe lidhjeve ndërmjet fushave të ndryshme të statusit psikosomatik të cilat janë përgjegjëse ose veprojnë në ekzekutimin e detyrave të ndryshme motorike në sporte.

Basketbolli bashkëkohor përbën kompleksitet të madh dhe variabilitet të punëve motorike të cilat janë të orientuara në arritjen sa ma të madhe të tempos, dinamikës dhe atraktivitetit, zhvillimit optimal të personalitetit të lojtarit e me këtë edhe në sukseset sportive në gara. Rëndësi të madhe ka edhe në edukimin dhe praktikën e lëvizjeve fizike te pjesa më e madhe e adoleshentëve që bëjnë sport(Salihu.,H. (2000) dhe e praktikojnë sepse ju duket argëtuese.

Nxënësit e klasës së 11-të janë vazhdimësi e programit të klasës së 10-të, që karakterizohet me një qetësim relativ të procesit të rritjes dhe të zhvillimit të organizmit të nxënësve.

Në këtë grup-moshë nxënësit janë në gjendje t'i përballojnë ngarkesat më të mëdha, duke ndikuar kështu në rritjen e aftësive motorike në nivel më të lartë.

Mësimdhënësi duhet të ketë parasysh dallimet ndërmjet gjinive në këtë moshë pasi këta nxënës veq hyjnë në fazën e pubertetit, që janë më shumë të shprehura se në nivelet e tjera shkollore. Motivimi i nxënësve për aktivitete sportive mbetet ndër qëllimet kryesore të mësimdhënësit. Ai këtë duhet ta arrijë përmes zgjedhjes adekuate të përmbajtjeve programore, përkatësisht me nxitjen dhe vlerësimin e përparimit në arritjet e nxënësve. Detyrat e shtruara nga mësimdhënësi duhet të jenë të tilla që nxënësi të mund t'i kryejë ato. Po ashtu, te nxënësit nuk duhet të zhvilohet së tepërmi rëndësia e fitores e humbjes apo e garës me të tjerët. Pra, qëllimi kryesor i mësimdhënësit duhet të jetë përforcimi dhe përsosja e njohurive sportive, aftësive trupore dhe motorike. Mësimdhënësi, në këtë grup-moshë, duhet të marrë parasysh interesimin e nxënësve për degë të caktuara sportive, pasi një pjesë e madhe e programit mësimor përfshin sportin zgjedhor. Ky fakt favorizon organizimin e mësimin në grupe sipas aftësive dhe nevojave duke pasur kujdes që asnjëri nga ata të mos mbetet pa u përfshirë në procesin mësimor.

Në kuadër të këtij punimi ne do të mundohemi të shtjellojmë disa nga parashikimet tona me anë të analizës statistikore , me anë të së cilës ne do t'i nxjerrim rezultatet të cilat do të na tregojnë nëse këta nxënës kanë dallime të theksuara në hapësirën antropometrike dhe realizimin e testeve motorike dhe të motorikës situacionale në lojën e basketbollit.

1.1. HULUMTIMET E GJERTANISHME

Në përgjithësi trajtime të karakterit hulumtues eksperimental të problematikës së analizave të antropometrisë dhe motorikës i hasim te një numër i madh i autorëve vendor dhe atyre botëror.

Në vendet e ndryshme të regjionit dhe ato evropiane hulumtimet në fushën e lojës së basketbollit janë të shumta. Ato kryesisht janë të orientuara në drejtim të gjetjes së stimulatorëve dhe operatorëve më të përshtatshëm kineziologjik në arritjen e rezultateve sa ma të mira në këtë sport.

Hulumtimet sa i përket faktorizimit të testeve situacionale të shpejtësisë në basketboll në vendin tonë nuk janë të njohura. Kjo është një përpjekje e parë që të punohet në këtë drejtim dhe në këtë fushë të psikomotorikës në lojën e basketbollit.

H. Salihu. (2000)¹: Në temën e tij të magjistraturës ka bërë hulumtimin tek basketbollistët e rinjë më titull “Relacionet e disa karakteristikave morfologjike dhe aftësive motorike të përgjithshme dhe situacionale tek basketbollistët e rinjë“, Prishtinë. Ai ka pasur një mostër prej 108 entiteteve, të moshës 14-15 vjeçare, gjinia mashkullore, gjatë hulumtimit ai ka arritur të fitoj dy faktorë në hapësirën morfologjike dhe tre faktorë në hapësirën motorike.

M.Aliu (1991)², në disertacionin e doktoraturës me temën: „Zhvillimi morfologjik dhe disa karakteristika motorike të popullatës dhe diferenca në ato karakteristika kronologjike të moshës së caktuar“², mostra prej 461 të testuarve ka qenë ndarë në tri submostra(15, 16 dhe 17 vjeçare) në bazë të rezultateve të faktorizimit në hapësirën antropometrike janë izoluar tre dimensione latente antropometrike: ***dimensioni i skeletit cirkular, indi dhjamor nënlëkuror dhe dimensionin e i skeletit***

¹) H.Salihu: Punim Magjistrature, Prishtinë, 2000

²) M.Aliu: Disertacion doktorature, US-FKE, Sarajevë, 1991.

transversal, ndërsa në hapësirën latente antropometrike, për submostrën 17 vjeçare, janë ekstraktuar 3 faktorë latentë lëvizorë të definuar si:

1. Faktori i ekuilibrit me sy të mbyllur dhe të hapur

2. Faktori i sprintit

3. Faktori i forcës eksplozive.

H. Rushiti³, (1999) në punimin e tij të magjistraturës“ Struktura faktoriale e dimensioneve antropometrike dhe relacioni i tyre me disa aftësi motorike të rinjtë e moshës 13-14 vjeçare”¹, në mostrën prej 205 nxënësve të moshës 13-14 vjeçare nxënës të Shkollave fillore që janë trajtuar me 18-të variabla antropometrike dhe 11-të variabla motorike, me faktorizimin e hapësirës antropometrike ekstrakttoi 2 faktorë latentë antropometrikë:

1. *Faktorin gjeneral morfologjik*

2. *Faktorin e indit dhjamor nënlëkuror*

Ndërsa në hapësirën motorike janë ekstraktuar tre faktorë latentë lëvizorë:

1. *Faktori i fleksibilitetit të trupit*

2. *Faktori i forcës dhe shpejtësisë*

3. *Faktori i shpejtësisë së frekuencave të dorës dhe kërcimit së gjati nga vendi.*

Çitaku F.⁴ (1981), ka bërë hulumtime në hapësirën motorike në segmentet e forcës, shpejtësisë dhe të precizitetit. Këto hulumtime i ka realizuar me 118-të sportistë aktiv (hendbollistë, volejbollistë dhe basketbollistë) të ligave kosovare dhe asaj federative. Qëllimi kryesor i këtij hulumtimi ka qenë përcaktimi i strukturës faktoriale të variablave të zbatuara, përcaktimi i mesëlidhjeve faktoriale në hapësirën manifeste dhe latente, varësisht nga tri grupet e sportistëve. Në bazë të analizës së të dhënave janë emëruar këta faktorë të rëndësishëm :

-Faktori i parë është definuar si kombinim i forcës repetitive dhe statike

-Faktori i dytë është definuar si forcë eksplozive.

-Faktori i tretë është emëruar si kombinim i forcës statike.

³ H. Rushiti: Punim magjistrature, 1999

⁴ Çitaku F. Disertacion doktorature, 1981

S. Sekereš(2000)⁵, në punimin e tij ka arritur të vërteton se forca në sporte veçanërisht në basketboll manifestohet përmes katër formave dhe atë nga : **forca absolute, forca e shpejtësisë, forca eksplozive dhe qëndrueshmëria në forcë**. Forca eksplozive është njëra ndër aftësitë më të rëndësishme motorike për basketbollistët kulminant.

Gjinolli. E. (1997) ⁶ në temën “ Karakteristikat antropometrike të vlefshme për volejboll te nxënësit e klasës së V-të të Shkollës fillore ka bërë hulumtimin duke pasur qëllim thelbësor antropometrinë dhe motorikën me nxënësit që janë orientuar në volejboll. Në faktorizimin e hapësirës antropometrike janë izoluar dy dimensione latente antropometrike: në analizën regresive në mostrën e variablave predikuese janë përfshirë 18-të variabla antropometrike, kurse në atë motorike 10-të.

⁵ S. Sekereš, Punim shkencorë, 2000

⁶ Gjinolli. E. Disertacion Doktorature, 1997

2. QËLLIMI I PUNIMIT

Qëllimi kryesor i hulumtimit që trajtohet në këtë punim është paraqitja e ndryshimeve në disa variabla morfologjike dhe motorike bazike e specifike tek të rinjtë e moshës 15 vjeçare. Për këtë qëllim është përpiluar grupi prej 7-të instrumenteve matëse antropometrike dhe 11-të instrumenteve matëse motorike dhe motorikës situacionale në atë mënyrë, që të gjitha instrumentet matëse në mënyrë empirike të jenë në funksion të vlerësimit të ndryshimeve në antropometrinë dhe lokomocionin e trupit të nxënësit dhe se detyra motorike të jetë sekuenca reale e lëvizjes së nxënësit në lojën e basketbollit.

Qëllimi tjetër do të jetë analizimi i ndryshimeve në mes grupeve duke i aplikuar të njëjtat teste të motorikës bazike dhe asaj situacionale ndërmjet djemve dhe vajzave të së njëjtës moshë.

Problemi i këtij hulumtimi ka të bëjë me vlerësimin e gjendjes së parametrave thelbësor të cilët janë tregues të rritjes dhe zhvillimit të fëmijëve të moshës 15 vjeçare të klasës së 10-të dhe nivelit të zhvillimit të rritjes dhe aftësive motorike.

2.1. HIPOTEZAT THEMELORE

Në bazë të hulumtimeve të gjertanishme qëllimit dhe problemit të hulumtimit për të trajtuar strukturën antropometrike dhe motorikën bazike dhe situacionale tek nxënësit në lojën e basketbollit kemi parashtruar këto hipoteza:

H1 – Do të paraqiten korelacione të mjaftueshme statistikore në mes karakteristikave antropometrike dhe të testeve motorike.

H2 –Do të paraqiten ndërlidhje të rëndësisë statistikore ndërmjet hapësirës manifeste antropometrike dhe asaj motorike.

H3 – Do të paraqiten dallime ndërmjet matjeve antropometrike të djemve dhe matjeve antropometrike të vajzave.

H4 – Do të paraqiten dallime ndërmjet matjeve të motorikës bazike dhe matjeve të motorikës situacionale ndërmjet djemve dhe vajzave.

3. METODOLOGJIA E PUNËS

3.1. Mostra e entiteteve

Mostra e të testuarve janë nxënës të klasëve të X-ta të Shkollës së Mesme të Lartë “Fehmi Agani” nga Klina. Nxënësit kanë qenë të kyçur në sesionet sportive nga fusha e basketbollit pranë shkollës përkatëse. Mostra e të testuarëve ka përfshirë numrin prej 80-të nxënës të moshës 15 dhe 16 vjeçar të klasës së 10-të 40 vajza dhe 40 djem e të cilët janë testuar në poligonin sportiv dhe në sallën e Edukatës Fizike dhe Sporteve pranë shkollës në të cilën ata mbajnë mësimin e rregullt.

3.2. Mostra e variablave

▪ Variablat për matjet morfologjike

- 1.Lartësia e trupit
- 2.Pesha e trupit
- 3.Gjatësia e krahut
- 4.Gjatësia e këmbës
- 5.Gjatësia e shuplakës së dorës
- 6.Gjerësia e shuplakës së dorës
- 7.Gjatësia e shputës së këmbës.

▪ Variablat për matjen e aftësive në disa teste lëvizore bazike

- 1.Vrapim nga vendi shpejtësia 20m.
- 2.Kërcim nga vendi në lartësi.
- 3.Kërcim nga vendi në largësi.
- 4.Hedhja e topit të mbushur medicinal.

▪ Variablat për matjen e aftësive në disa teste lëvizore specifike

- 1.Gjuajtje e lirë me dorën e majtë.
- 2.Gjuajtje e lirë me dorën e djathtë.
- 3.Gjuajtje anësore me ndihmën e tabelës 3 m(djathtë).
- 4.Gjuajtje anësore me ndihmën e tabelës 3m(majtë).
- 5.Gjuajtje për 3 pikë.
- 6.Driblim me pengesa(matje me sec).
- 7.Driblim me vajtje-ardhje(komplet fusha).

3.1.1. Përshkrimi i instrumenteve matëse antropometrike

1. APESHA.- Pesha e trupit

Pesha e trupit matet me peshore decimale lëvizëse e cila mundëson saktësinë e matjes prej 0.1 kg. Peshorja është domosdoshme të vihet në pozitë horizontale dhe për çdo ditë para përdorimit dhe pas 10 matjeve të bazhdarohet. I maturi është i zbathur, në brekë të shkurtër dhe qëndron në këmbë i qetë në mes të peshores. Pasi që treguesi të qetësohet, rezultati lexohet me saktës 0.1 kg.



Foto 1

2. ALART- Lartësia e trupit

Lartësia trupore është matur me antropometër sipas Martinit. I testuari gjatë matjes është i pajisur me veshje sportive i vendosur në sipërfaqe të rrafshët dhe të fortë. I testuari qëndron në pozitë të drejtë me muskulaturë të trupit të relaksuar. Pozita e kokës qëndron në atë pozitë ku nofulla merr pozitën horizontale të ashtuquajtur "Horizontalja e Frankfurtit", ndërkaq shputat të bashkuara nga pjesa e prapme. Matësi qëndron nga ana e majtë dhe është vendosur prapa trupit të testuarit, ku me dorën e djathtë lëshon unazën metalike me shtyllën horizontale derisa ajo takon pjesën e sipërme të kokës. Në unazën rrëshqitëse lexohet rezultati i cili shënohet në fletën testuese të subjektit me saktësi të matjes prej 0.1 cm.



Foto 2

3. **AGJTKRAH.**- Gjatësia e krahut matet me antropometër. I testuari qëndron në këmbë, drejtë dhe dora është e shtrirë. Skaji i antropometrit vendoset në kokën e humerusit kurse skaji i tjetër vendoset në pjesën e poshtme të ulna-s.

Rezultati lexohet me saktësi prej 0.01 cm.

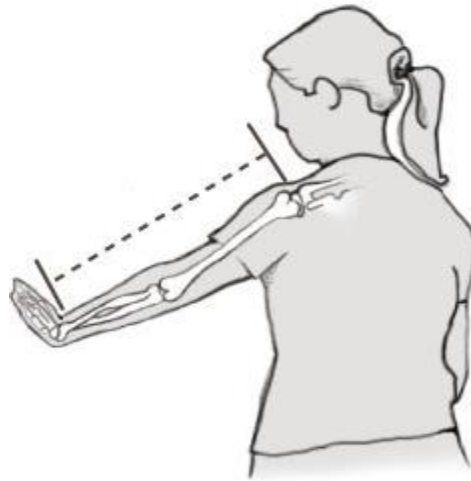


Foto 3

4. AGJATKËMB - Gjatësia e këmbës

Gjatësia e këmbës është matur me antropometër. I testuari duhet të qëndrojë sikurse në matjen e lartësisë trupore. Matja bëhet nga dysHEMEJA ku qëndron i testuari deri në pikën e quajtur “gjembi i sipërm i përparmë i çapokut”(spina iliaca anterior superior) të anës së majtë e cila caktohet me gishtin e mesëm të dorës që mban pjesën horizontale të antropometrit. Rezultati lexohet me saktësi 0.1 cm.



Foto 4

- 5. AGJATSHDOR** – Gjatësia e shuplakës është matur me antropometër të shkurtër, ashtu që i testuari e mban shuplakën në pozitë horizontale. Matja është bërë prej nyjes së dorës gjer në matjen e gishtit të mesëm, thonjtë duhet të jenë të prerë. Rezultati lexohet me saktësi 0,1 cm.



Foto 5

- 6. AGJERSHDOR** – Gjerësia e shuplakës është matur me antropometër të shkurtër, ashtu që i testuari e mban shuplakën në pozitë horizontale me gishtin e madh dhe atë të voglin të larguar maksimalisht nga njëri-tjetri dhe është matur gjerësia e shuplakës. Rezultati lexohet me saktësi 0.1 cm.

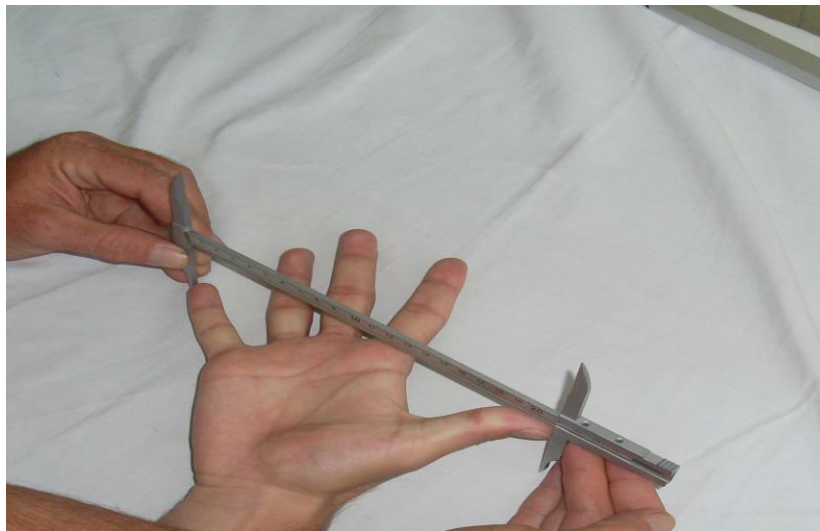


Foto 6

- 7. AGJATSHPUT-** . Gjatësia e shputës matet me antropometër. I testuari qëndron ulur me shputën e këmbës së majtë të vendosur në pjesën horizontale

të antropometrit ashtu që thembrën e mbështet në pjesën vertikale të antropometrit, kurse pjesa tjetër e antropometrit afrohet në kontakt me gishtin më të gjatë të këmbës. Thonjtë duhet të jenë të prerë. Rezultati lexohet me saktësi prej 0.1 cm.



Foto 7

3.2.1. Përshkrimi i instrumenteve matëse lëvizore bazike

1. **MKGJAT**(Kërcim së gjati nga vendi)



Foto 8

Metoda: Nxënësi kërcen duke u shtyer me të dy këmbët nga pjesa e përparme e pedanës dhe bie në dyshek sa më larg që mundet. Gjatë shtytjes lejohet hovi me krahë por shtytja dhe rënia duhet të bëhet më dy këmbët. Regjistrohet distanca nga vija shtytëse deri te gjurma më e afërt në dyshek. Testi përsëritet 3 herë dhe shënohet rezultati më i mirë.

Rezultati shënohet me saktësi prej 0.1 cm.

2. MKLART - Kërcim së lartësi nga vendi

Mjetet: Shiriti metrik, një asistent.

Udhëzim: I testuari në fillim duhet të afrohet afër murit ku është i ngjitur shiriti milimetrik, pozicioni është drejtqëndrim i kthyer anash murit, krahun afër murit duhet ngritur lart afër shiritit në majën ku prek gishti më i gjatë i dorës, shënohet vlera e lartësisë fillestare.



Foto 9

Metoda: I testuari është i përkulur në gjunjë dhe duke e shfrytëzuar hovin e krahëve shtyhet lart dhe takon pikën më të lartë të mundshme në shiritin milimetrik. Vlera regjistrohet dhe nga kjo vlerë zbritet vlera e lartësisë fillestare. Diferenca në mes këtyre vlerave shënon vlerën e kërcimit nga vendi në lartësi. Vlera shënohet me saktësi prej 0.1 cm

3. **MHMED** - Hedhje e topit medicinal nga pozita e shtrirë.

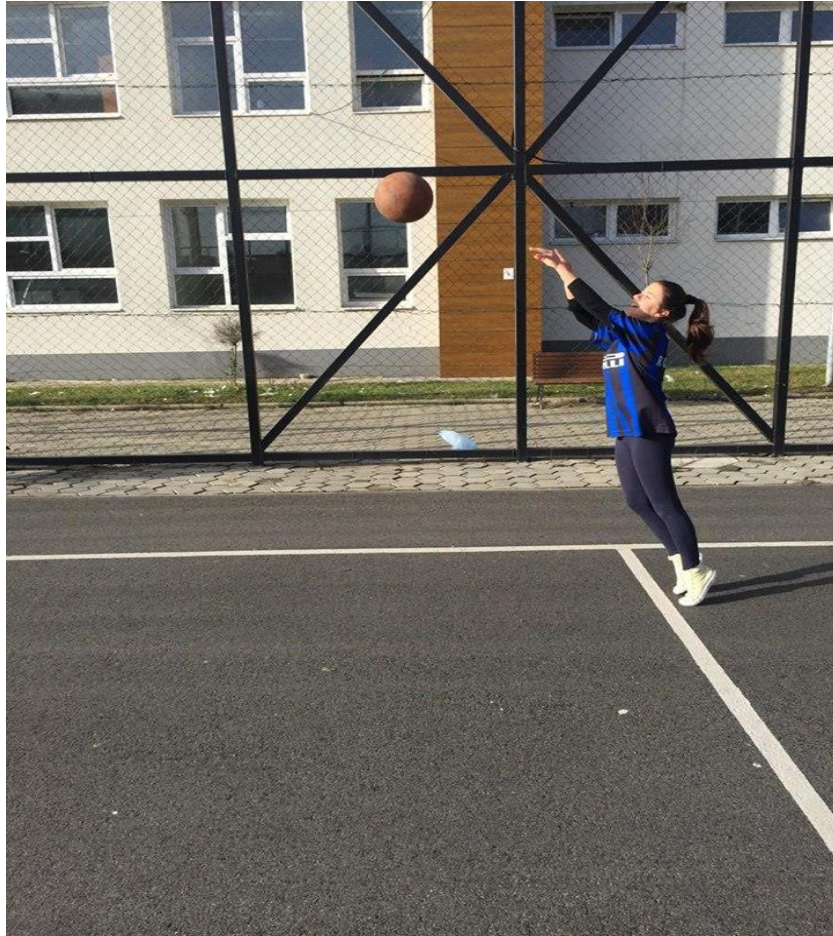


Foto 10

Metodat : I testuari vendoset i shtrirë në dyshek të gjimnastikës dhe krahët i shtrinë lart mbrapa kokës duke e mbajtur topin medicinal me peshë 2 kg. Krahët duhet të jenë të shtrirë në mënyrë që topi medicinal me gjysmën e tij të takoj dyshekun dhe me gjysmën tjetër dyshemenë, metri vendoset nga vija e dyshekut që është afër kokës së testuarit dhe shtrihet para. I testuari e hedh topin medicinal sa më larg që mundet, gjatë hedhjes trupi qëndron i shtrirë pa e ngritur kokën apo trupin.

Vlera shënohet me saktësi prej 0.1 cm.

4. MVR20M - Vrapim 20 metra starti i lartë.

Vrapimi kryhet në shtegun e gjatë prej 20 metrash nga vija e nisjes deri te vija e caktuar. Gjerësia e shtegut është 1.20m. I testuari nga pozita e nisjes së lartë, pas komandës “gati” dhe sinjalit për nisje vrapon me shpejtësi maksimale distancën prej 20m. Koha matet nga momenti i sinjalit për nisje e derisa vrapuesi të kalojë me gjoks rrafshin vertikal mbi vijën e caktuar. Rezultati shënohet me saktësi prej 0.1 sec.



Foto 11

3.1.3. Përshkrimi i variablave për matjen e aftësive në disa teste lëvizore specifike

1. MGJM3M -Gjuajtje e lirë me dorën e majtë

Realizimi i variablave është bërë në Shkollën e Mesme “Fehmi Agani” në Klinë me nxënësit e klasës së 10-të gjatë orëve mësimore.

Nxënësi vendoset në hapësirën për gjuajtje të lira dhe e ekzekuton gjuajtjen me dorën e djathtë në mënyrë që të testohet saktësia e gjuatjes së topit në kosh me dorën e majtë. Kjo gjuajtje përsëritet 5 herë dhe merret rezultati i shënimeve në kosh.



Foto 12

2. MGJM3D - Gjuajtja e lirë me dorën e djathtë

Realizimi i variablave është bërë në Shkollën e Lartë të Mesme “Fehmi Agani” në Klinikë me nxënësit e klasës së 10-të gjatë orëve mësimore.

I testuari vendoset në hapësirën për gjuajtje të lira dhe e ekzekuton gjuajtjen me dorën e majtë në mënyrë që të testohet saktësia e gjuatjes së topit në kosh me dorën e majtë, kjo gjuajtje përsëritet 5 herë dhe merret rezultati i shënimeve në kosh.



Foto 13

3. MGJTABD - Gjuajtja anësore me ndihmën e tabelës 3m dora e djathtë

Gjuajtja e topit në kosh me ndihmën e tabelës me dorën e djathtë bëhet në mënyrë që i testuari vendoset në vijat anësore nga ana e djathtë e tabelës, largësia e të testuarit nga caku është 3 metra dhe numri i gjuajtjeve është 5 herë dhe për rezultat merret numri i shënimeve në kosh.



Foto 14

4. MGJTABM-Gjuajtja anësore me ndihmën e tabelës 3m dora e majtë

Gjuajtja e topit në kosh me ndihmën e tabelës me dorën e majtë bëhet në mënyrë që i testuari vendoset në vijat anësore nga ana e djathtë e tabelës, largësia e të testuarit nga caku është 3 metra dhe numri i gjuajtjeve është 5 herë dhe për rezultat merret numri i shënimeve në kosh.



Foto 15

5. MGJ3PIK - Gjuajtja për 3 pikë

Gjuajtja për 3 pikë në kosh bëhet në këtë mënyrë: të testuarin e vendosim në hapësirën ose në vijën me distancë 6.75, për gjuajtje 3 pikësh numri i gjuajtjeve bëhet nga 5 herë dhe praktika e gjuajtjeve bëhet në vende të ndryshme rreth hapësirës për gjuajtje nga 3 pikëshi, për shënimet e sakta merret rezultati më i mirë.



Foto 16

6. MDRPE - Driblim me pengesa

Udhëheqja e topit bëhet në mes të pengesave në largësi të fushës së basketbollit. Janë të vendosur gjashtë pengesa. I testuari fillon me shenjën “tash” duke e udhëhequr topin në mes të pengesave vetëm duke shkuar në një drejtim. Koha e nisjes matet me kronometër deri te kalimi i lojtarit dhe topit në cak. Testi përsëritet 3 herë dhe merret rezultati më i mirë.



Foto 17

7. MDRVA - Driblim me vajtje-ardhje

Udhëheqja e topit në fushë bëhet në largësi të fushës së basketbollit. Udhëheqja bëhet në drejtim drejtvizor të fushës së basketbollit. I testuari fillon me shenjën “tash” duke e udhëhequr topin drejt, duke dribluar me top vajtje dhe ardhje. Matet koha e nisjes me kronometër deri te kalimi i lojtarit dhe topit në cak. Testi përsëritet 3 herë dhe merret rezultati më i mirë.

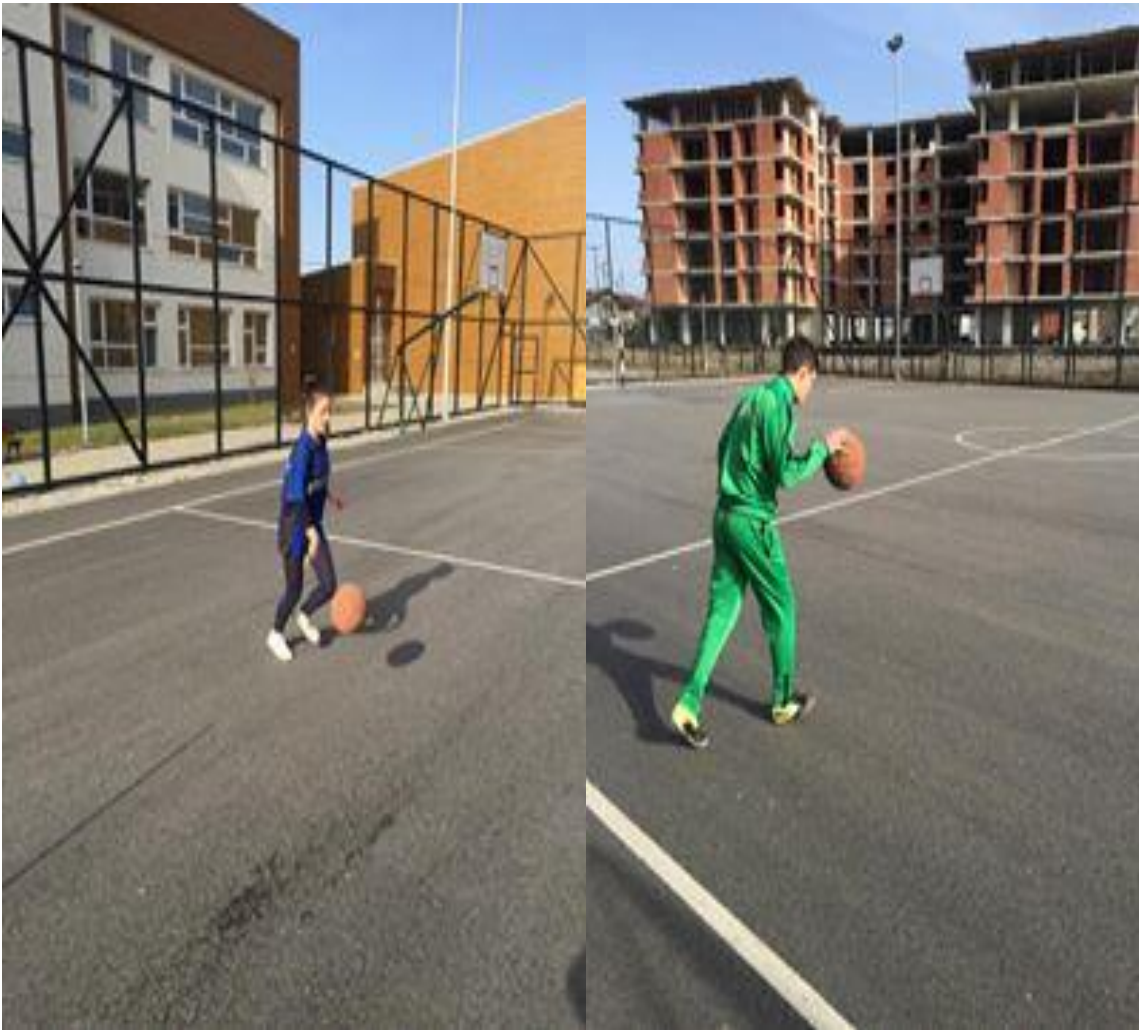


Foto 18

4. Mënyra e zbatimit të hulumtimit

Matjet në këtë punim janë realizuar gjatë Vitit shkollor 2015/2016 dhe janë kryer në Shkollën e Lartë të Mesme “Fehmi Agani” në Klinë.

Gjatë realizimit të matjeve antropometrike dhe motorike është shfrytëzuar salla e Edukimit Fizik brenda shkollës dhe poligoni sportiv i cili gjendet në oborrin e shkollës.

Përpara ekzekutimit të matjeve nxënësit janë përgatitur për të ekzekutuar elementet që i kam paraparë në këtë punim.

Matjet antropometrike dhe matjet e testeve motorike janë kryer para dite.

Gjatë realizimit të matjeve antropometrike janë përdorur këto instrumente:

- **Antropometri**(sipas Martinit) për matjen e lartësisë trupore.
- **Peshorja** me saktësi deri në 0.1 kg. e kontrolluar pas çdo 10 pushimeve.

Gjatë realizimit të matjeve antropometrike dhe motorike janë përdorur këto instrumente:

- **Metri shirit që përdoret për matjen e gjatësisë, largësisë së kërcimeve si dhe hedhjes së topit medicinal.**
- **Kronometri që shërben për matjen e kohës etj.**

5. METODAT E PËRPUNIMIT TË REZULTATEVE

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

- Për të dy grupet e sistemit të variablave do të llogariten parametrat themelor statistikor dhe të shpërndarjes për secilën variabël si dhe masat e asimetrisë dhe të shpërndarjes normale.
- Do të llogariten raportet e ndërlidhjeve ndërmjet variablave në hapësirën manifeste si dhe lidhëmeritë ndërmjet sistemit të variablave.
- Për vërtetimin e ndryshimeve ndërmjet dy grupeve të fituara tek matjet antropometrike, motorikës bazike dhe ato situacionale do të aplikohet analiza e T – Testit.

6. REZULTATET DHE INTERPRETIMI

6.1. Treguesit themelor statistikor në hapësirën antropometrike

Tabela 1. Treguesit themelor statistikor në hapësirën antropometrike- vajzat

Variablat	N	Min.	Max.	Mean	Std. Dev.	Skew	Kurt.
Apesha	40	42,00	82,00	57,4000	8,74657	,730	,569
Alart	40	156,00	174,00	164,9750	4,68214	,179	-,807
Agjatkrah	40	60,00	98,00	69,4500	6,40092	2,128	9,301
Agjatkemb	40	85,00	103,00	94,7000	4,87379	-,520	-,242
Agjatshdor	40	16,00	20,50	17,9000	1,16685	,114	-,581
Agjershdor	40	7,00	9,50	7,9375	,71779	,285	-,337
Agajshput	40	24,00	29,00	26,0000	1,19829	,659	-,170

Në këtë hulumtim janë aplikuar shtatë variabla antropometrike për të cilat mendohet se janë parametra të rëndësishëm për këtë punim. Në tabelën nr. 1. janë paraqitur rezultatet themelore statistikore të nxënësve vajza të Shkollës Lartë të Mesme “Haxhi Zeka” nga Klina. Në këtë tabelë janë paraqitur rezultatet themelore statistikore: rezultati minimal(min), maksimal (max.), mesatarja aritmetikore(mean), devijimi standard(std. dev), masat e asimetrisë(skeë dhe kurt) dhe numri i individëve. Në bazë të rezultateve të fituara në tabelën nr. 1. në mes të rezultateve minimale dhe maksimale të reflektuara nga devijimi standard, vlerat janë paraqitur në suaza të normales për arsye se kemi të bëjmë me një grup të seleksionuar dhe homogjen të nxënësve të cilat luajnë lojën e basketbollit. Ndërsa te rezultatet e masave të asimetrisë, kemi një paraqitje homogjene në aspektin e shtrirjes së rezultateve në të gjitha variablat përveç në gjatësinë e krahut e cila ka treguar një rezultat jo homogjen të rezultateve me kurt. 9.301.

Tabela 2. Treguesit themelor statistikor në hapësirën antropometrike- djemtë

Variablat	N	Min.	Max.	Mean	Std. Dev.	Skew	Kurt.
Apesha	40	36,00	89,00	61,6250	11,02372	,235	1,329
Alart	40	152,00	183,00	172,2500	7,53709	-,814	,766
Agjatkrah	40	67,00	81,00	75,9875	3,05607	-1,016	1,098
Agjatkemb	40	73,00	105,00	97,5250	6,25110	-1,896	5,046
Agjatshdor	40	16,00	22,00	19,1875	1,08420	-,274	1,669
Agjershdor	40	7,00	10,50	8,7125	,74151	,005	,006
Agjashput	40	25,00	31,00	28,4250	1,35661	-,644	,509

Edhe tek nxënësit djem janë aplikuar shtatë variabla antropometrike, për të cilat mendohet se janë parametra të rëndësishëm për këtë punim. Në tabelën nr. 2. janë paraqitur rezultatet themelore statistikore të nxënësve djem të shkollës “ Haxhi Zeka” nga Klina. Në këtë tabelë janë paraqitur rezultatet themelore statistikore: rezultati minimal (min), maksimal (max.), mesatarja aritmetikore (mean) , devijimi standard(std. dev), masat e asimetrisë (skeë dhe kurt) dhe numri i individëve. Në bazë të rezultateve të fituara në tabelën nr. 2. në mes të rezultateve minimale dhe maksimale të reflektuara nga devijimi standard, vlerat janë paraqitur në suaza të normales për arsye se kemi të bëjmë me një grup të seleksionuar dhe homogjen të nxënësve të cilët luajnë lojën e basketbollit. Ndërsa te rezultatet e masave të asimetrisë, kemi një paraqitje homogjene në aspektin e shtrirjes së rezultateve në të gjitha variablat përveç në gjatësinë e krahut e cila ka treguar një rezultat jo homogjen të rezultateve me kurt. 5.046.

6.1.1. Treguesit themelor statistikor në hapësirën lëvizore

Tabela 3. Treguesit themelor statistikor në hapësirën lëvizore- vajzat

Variablat	N	Min.	Max.	Mean	Std. Dev.	Skew	Kurt.
Mvr20m	40	4,03	5,84	4,5737	,30386	1,716	7,036
Mklart	40	20,00	53,00	29,1250	6,35363	1,154	3,908
Mkgjat	40	120,00	165,00	135,1250	10,33339	,856	,566
Mhmed	40	0,00	4,77	3,8730	,68955	-4,737	26,707
Mgjm3m	40	0,00	3,00	,7000	,79097	,929	,342
Mgid3m	40	0,00	4,00	1,0500	1,01147	1,304	2,052
mgjtabd	40	0,00	2,00	,4750	,67889	1,130	,097
mgjtabm	40	0,00	3,00	,1500	,53349	4,421	21,698
mgj3pike	40	0,00	2,00	,6000	,63246	,563	-,545
mdrpe	40	13,15	17,14	15,6975	,87269	-,649	,305
mdrva	40	11,74	15,87	14,3385	1,21228	-,369	-1,184

Po ashtu në këtë hulumtim janë aplikuar 11-të variabla të motorikes bazike dhe motorikës situacionale për të cilat mendohet se janë parametra të rëndësishëm për këtë punim. Në tabelën nr. 3. janë paraqitur rezultatet themelore statistikore të nxënësve vajza të Shkollës së Lartë të Mesme “Haxhi Zeka” në Klinë. Në këtë tabelë janë paraqitur rezultatet themelore etatist ikore: rezultati minimal(min), maksimal(max.), mesatarja aritmetikore(mean) , devijimi standard(std. dev), masat e asimetrisë(skeë dhe kurt) dhe numri i individëve. Në bazë të rezultateve të fituara në tabelën nr. 3. në mes të rezultateve minimale dhe maksimale të reflektuara nga devijimi standard, vlerat janë paraqitur me një shpërputhje të madhe për arsye se kemi të bëjmë me një grup variablash specifike motorike të cilat kanë qenë më të vështira për realizim si janë testi i MHMED dhe MGJTABM të cilat në shpërndarje të rezultateve tregojnë një shtrirje të tyre jo normale.

Tabela 4. Treguesit themelore statistikore në hapësirën lëvizore -djemtë

Variablat	N	Min.	Max.	Mean	Std. Dev.	Skeë	Kurt.
Mvr20m	40	3,28	4,59	3,6844	,25651	1,096	2,496
Mklart	40	15,00	60,00	44,8250	9,80028	-1,279	1,890
Mkgjat	40	125,00	215,00	180,6250	19,15482	-,466	,465
Mhmed	40	4,10	6,10	5,2463	,54507	-,205	-,734
Mgjm3m	40	0,00	4,00	1,0250	1,02501	,850	,371
Mgjd3m	40	0,00	4,00	1,8750	1,06669	,127	-,296
mgjtabd	40	0,00	3,00	1,2500	,83972	,034	-,672
mgjtabm	40	0,00	2,00	1,0500	,81492	-,094	-1,483
mgj3pike	40	0,00	3,00	1,2500	1,03155	-,092	-1,448
Mdrpe	40	10,70	14,18	12,6465	,80939	-,229	-,202
Mdrva	40	9,71	13,12	11,3293	,88748	,216	-,508

Edhe tek nxënësit djemë janë aplikuar 11 – njëmbëdhjetë variabla të motorikes bazike dhe motorikes situacionale për të cilat mendohet se janë parametra të rëndësishëm për këtë punim. Në tabelën nr.4. janë paraqitur rezultatet themelore statistikore të nxënësve djemë të Shkollës “ Haxhi Zeka” në Klinë. Në këtë tabelë janë paraqitur rezultatet themelore stasisikore: rezultati minimal (min), maksimal (max.) mesatarja aretmetikore (mean) , devijimi standard (std. dev), masat e asimetrisë (skeë dhe kurt), dhe numri i individëve. Në bazë të rezultateve të fituara në tabelën nr. 4. Në dallim me rezultatet e femrave këtu vërehetn rezultate më homogjene të nxënësve të cilët sigurisht që e luajnë më shpesh lojën e basketbollit. Poashtu edhe te masat e asimetrisë, kemi një paraqitje homogjene në aspektin shtrirjes se rezultateve në të gjitha variablat.

6.2. KORELACIONET E VARIABLAVE MANIFESTE

6.2.1. Korelacionet në hapësirën antropometrike manifeste

Tabela nr:5 Korelacionet në hapësirën antropometrike grupi i vajzave

Variablat	Apesha	Alart	Agjatkrah	Agjatkemb	Agjatshdor	Agjershdor	Agajshput
Apesha	1						
Alart	,364*	1					
Agjatkrah	,232	,665**	1				
Agjatkemb	,087	,655**	,577**	1			
Agjatshdor	,300	,652**	,658**	,711**	1		
Agjershdor	,355*	,476**	,257	,489**	,513**	1	
Agjashput	,215	,722**	,461**	,544**	,688**	,507**	1

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

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

Në tabelën 5 është dhënë tabela e korelacionit ndërmjet variablave në hapësirën antropometrike të nxënëseve vajza. Siç shihet në bazë të rezultateve të paraqitura në tabelë mund të themi se në tabelën e korelacionit të variablave antropometrike janë fituar rezultate të larta ndërmjet veti përveç tek variabla e gjatësisë së këmbës e cila nuk jep një korelacionet me peshën dhe gjatësia e krahut me gjatësinë e shputës japin një korelacionet jo të theksuar në raport me variablat e tjera të cilat kanë treguar një korelacionet shumë të lartë të cilat kanë koeficient të lartë të korelacionit deri në: 711**

Tabela nr:6 Korelacionet në hapësirën lëvizore grupi i vajzave

Variablat	Mvr20m	Mklart	Mkgjat	Mhmed	Mgjm3m	Mgjd3m	mgjtabd	mgjtabm	mgj3pike	mdrpe	mdrva
Mvr20m	1										
Mklart	-,237	1									
Mkgjat	-,347*	,309	1								
Mhmed	,105	-,166	-,238	1							
Mgjm3m	,079	,033	,231	-,158	1						
Mgjd3m	-,145	,015	-,261	,032	-,077	1					
mgjtabd	,060	,051	-,155	-,222	,033	,413**	1				
mgjtabm	,009	-,066	-,059	,027	,109	-,109	,577**	1			
mgj3pike	-,067	,006	-,137	,196	-,195	,032	,275	,486**	1		
mdrpe	-,019	,154	-,274	,146	-,125	,050	-,094	-,020	,091	1	
mdrva	-,033	,145	-,110	,136	-,035	,050	-,085	,066	,319*	,742**	1

Në tabelën 6 është dhënë tabela e korelacioneve ndërmjet variablave në hapësirën motorike të nxënësve vajza. Siç shihet në bazë të rezultateve të paraqitura në tabelë mund të themi se në tabelën e korelacioneve të variablave motorike janë fituar rezultate jo të larta ndërmjet veti përveç variabla e driblimeve vajtje -ardhje e cila ka një korelacione me testet e tjera të precizitetit gjuatja për tre pikë dhe driblimit me pengesa po ashtu një korelacion jo të theksuar në raport me variablat e tjera ka treguar edhe variabla e kërcimit së gjati me variablën e kërcimit së larti dhe hudhjen e medicinbollit me një koeficient të korelacionit deri në: 742**

Tabela nr:7 Korelacionet në hapësirën atropometrike grupi i djemve

Variablat	Apesha	Alart	Agjatkrah	Agjatkemb	Agjatshdor	Agjershdor	Agjashput
Apesha	1						
Alart	,731**	1					
Agjatkrah	,313*	,535**	1				
Agjatkemb	,507**	,676**	,682**	1			
Agjatshdor	,503**	,686**	,500**	,623**	1		
Agjershdor	,542**	,483**	,411**	,548**	,691**	1	
Agjashput	,568**	,634**	,530**	,711**	,650**	,583**	1

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

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

Në tabelën 7 është dhënë tabela korelative ndërmjet variablave në hapësirën motorike të nxënësve djem.

Në bazë të rezultateve të paraqitura në tabelë mund të themi se në tabelën e korelacioneve ndërmjet variablave motorike dhe motorikës situacionale janë fituar rezultate të larta dhe të vlefshme të cilat tregojnë një korelacion të lartë ndërmjet veti, rezultatet e tyre kanë një koeficient shumë të lartë në vlerë prej .731**.

Tabela nr:8 Korelacionet në hapësirën lëvizore grupi i djemve

Variablat	Mvr20m	Mklart	Mkgjat	Mhmed	Mgjm3m	Mgjd3m	Mgjtabd	Mgjtabm	Mgj3pike	Mdrpe	Mdrva
Mvr20m	1										
Mklart	-,406**	1									
Mkgjat	-,427**	,509**	1								
Mhmed	-,227	,072	,167	1							
Mgjm3m	-,341*	,314*	,123	,046	1						
Mgjd3m	-,196	,314*	-,134	-,118	,519**	1					
mgjtabd	,177	,046	-,297	-,155	,290	,379*	1				
mgjtabm	,106	,158	-,035	,081	,275	,155	,019	1			
mgj3pike	-,080	,032	,083	,102	,188	,076	,133	,076	1		
mdrpe	,559**	-,265	-,157	,045	-,145	-,232	-,254	,017	,043	1	
mdrva	,381*	,012	,049	,161	-,346*	-,354*	-,485**	,056	-,119	,478**	1

Në tabelën 8-të është dhënë tabela e korelacioneve ndërmjet variablave në hapësirën motorike të djemve. Siç shihet në bazë të rezultateve të paraqitura në tabelë mund të themi se në tabelën e korelacioneve të variablave motorike janë fituar rezultate mesatare të korelacioneve ndërmjet veti. Korelacion të theksuar ka dhënë testi i forcës eksplozive pothuajse me të gjitha variablat tjera të motorikës bazike dhe asaj situacionale në vlerë prej: .106 deri .559 po ashtu edhe variabla e driblimit me vajtje-ardhje ka treguar një korelacion të theksuar në raport me variablat e tjera me një koeficient të korelacionit deri në: 478** si dhe variabla e kërcimit së larti ka treguar korelacione pothuajse me të gjitha variablat e tjera në vlerë prej: .158 deri në .509.

6.3. KROSKORELACIONET NË MES TË VARIABLAVE ANTROPOMETRIKE, MOTORIKE DHE ATYRE SITUACIONALE

6.3.1. Kroskorelacionet ndërmjet hapësirës antropometrike dhe lëvizore

Tabela nr. 9 Kroskorelacionet ndërmjet hapësirës antropometrike dhe lëvizore tek grupi i vajzave

Variablat	Apesha	Alart	Agjatkrah	Agjatkemb	Agjatshdor	Agjershdor	Agjashput
Mvr20m	,057	-,159	-,149	-,336*	-,247	-,131	-,083
Mklart	,085	-,119	,006	-,114	-,131	-,007	-,084
Mkgjat	-,161	-,055	,103	-,090	,079	-,094	-,079
Mhmed	,324*	,318*	,222	,183	,130	,262	,149
Mgjm3m	-,371*	-,161	-,170	-,190	-,325*	-,305	-,189
Mgjd3m	,392*	,141	,064	,144	,232	,075	,381*
Mgjtabd	,123	-,061	-,003	,044	-,003	-,201	,063
Mgjtabm	-,030	,176	,070	,136	,004	-,042	,040
Mgj3pike	,016	,455**	,179	,401*	,309	,282	,338*
Mdrpe	,173	,325*	,108	,301	,220	,397*	,325*
Mdrva	-,123	,247	,052	,285	,198	,345*	,358*

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

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

Duke analizuar tabelën nr. 9-të janë paraqitur kroskorelacionet të variablave antropometrike me ato motorike dhe motorikës situacionale tek matjet e vajzave. Në këtë tabelë janë paraqitur vlerat kroskorelative ndërmjet hapësirës antropometrike e cila i ka shtatë variabla me hapësirën motorike dhe motorikës situacionale e cila përbëhet prej 11 variablave.

Duke analizuar amzën e kroskorelacioneve, vlerat e fituara janë të një niveli të mesëm të probabilitetit, të cilat dallohen në grupime të shkallës së kroskorelacioneve.

Në hapësirën motorike vlera të larta kroskorelative ka dhënë testi i precizitetit MGJ3PIKE i cili tregon se ka kroskorelacion të lartë me variablat antropometrike si ALARTE, AGJATKEMB, AGJATDOR, AGJERSHDOR dhe AGJASHPUT me në vlera prej : .309 deri në .455**, ndërsa nga hapësira antropometrike vlera të larta kroskorelative kanë dhënë disa nga variablat longitudinale.

Tabela nr. 10 Kroskorelacionet ndërmjet hapësirës antropometrike dhe lëvizore tek grupi i djemve

Correlations

	Apesha	Alart	Agjatkra	Agjatkm	Agjatshdor	Agjershdor	Agjashput
Mvr20m	,281	,135	,207	,103	,097	,072	,042
Mklart	,263	,502**	,145	,269	,142	,076	,133
Mkgjat	,109	,312*	,234	,369*	,192	,230	,261
Mhmed	,288	,148	,286	,245	,156	,292	,456**
Mgjm3m	-,017	,006	-,074	,038	-,039	-,210	-,118
Mgjd3m	,164	,071	-,170	,045	-,046	,002	-,051
Mgjtabd	,177	,107	,126	,209	,243	,098	-,006
Mgjtabm	,005	-,006	,196	-,030	-,054	-,060	-,205
Mgj3pike	,011	-,097	,192	-,136	-,146	-,004	-,279
Mdrpe	,114	,014	,134	-,056	-,119	-,035	-,017
Mdrva	,152	,162	,054	-,070	-,116	-,059	,097

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

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

Në tabelën nr.10-të janë paraqitur kroskorelacione të variablave antropometrike me ato motorike dhe motorikës situacionale tek matjet e nxënësve djemë.

Në këtë tabelë janë paraqitur vlerat kroskorelacione ndërmjet hapësirës antropometrike e cila i ka 7-të variabla me hapësirën motorike dhe motorikës situacionale e cila përbëhet prej 11-të variablave.

Duke analizuar amzën e kroskorelacioneve, vlerat e fituara janë të një niveli të ulët të probabilitetit, të cilat dallohen në grupime të shkallës së kroskorelacioneve.

Në hapësirën motorike vlera të mesme kroskorelative kanë dhënë dy testet e motorikës bazike MKGJAT me ALARTE, AGAJTKRAH, AGJATKEMB, AGAJTKRAH dhe AGJASHPUT ndërsa MHMED të cilat tregojnë se ka korelacione të lartë me variablat antropometrike si APESHA, AGJATKEMB, AGJATDOR, AGJERSHDOR dhe AGJASHPUT në vlera prej : .245 deri në .456**.

6.4. NDRYSHIMET NË HAPËSIRËN MANIFESTE

6.4.1. T- Testi për variablat antropometrike

Për të arritur deri te vërtetimi i ndryshimeve statistikore në mes të dy grupeve siç e kemi në këtë rast nxënësve vajza dhe atyre djemë, grupin e parë e përbëjnë nxënëset vajza ndërsa grupin e dytë e përbëjnë nxënësit djem.

Analiza e T- Testit është aplikuar për secilën variabla në hapësirën antropometrike. Përmes kësaj metode mund të vërtetojmë ndryshimet e dy mesatareve aritmetikore dhe sa është gabimi standard i tyre.

Që të tregohet vlefshmëria statistikore me anën e kësaj metode duhet ditur vlerën e T- Testit e cila për të dy grupet vlera e të cilit është $T > 1.97$, në nivelin e rëndësisë statistikore $p < 0.05$.

Në bazë të rezultateve të paraqitura në tabelën nr:11 mund të konstatojmë se ndryshime të vlefshme statistikore në hapësirën antropometrike ndërmjet dy grupeve, ndryshime të vlefshme janë paraqitur në gjashtë variabla antropometrike në favor të djemve përveç te pesha e trupit e cila nuk e ka rëndësinë e nivelit $p < 0.05$, ndërsa të tjerat të gjitha kanë treguar Sig. 000 siç janë: ALARTE, AGJATKRAH, AGJATKEMB, AGJATSHDOR, AGJERSHDOR dhe AGJASHPUT.

Tabela Nr :11T-Testi ndërmjet dy grupeve të testuara në hapësirën antropometrike

	grupet	N	Mean	Std. Deviation	Sig. (2-tailed)
Apesha	vajzat	40	57,4000	8,74657	,061
	djemtë	40	61,6250	11,02372	
Alart	vajzat	40	164,9750	4,68214	,000
	djemtë	40	172,2500	7,53709	
Agjatkra	vajzat	40	69,4500	6,40092	,000
	djemtë	40	75,9875	3,05607	
Agjatkemb	vajzat	40	94,7000	4,87379	,027
	djemtë	40	97,5250	6,25110	
Agjatshdor	vajzat	40	17,9000	1,16685	,000
	djemtë	40	19,1875	1,08420	
Agjershdor	vajzat	40	7,9375	,71779	,000
	djemtë	40	8,7125	,74151	
Agjashput	vajzat	40	26,0000	1,19829	,000
	djemtë	40	28,4250	1,35661	

6.4.2. T- Testi për variablat e lëvizore bazike

Tabela Nr:12T-Testi ndërmjet dy grupeve të testuara në hapësirën e lëvizore bazike

Analiza e T- Testit është aplikuar për secilën variabla në hapësirën e motorikës bazike. Përmes kësaj metode mund të vërtetohet ndryshimet e dy mesatareve aritmetike dhe sa është gabimi standard i tyre.

Që të tregohet vlefshmëria statistikore me anën e kësaj metode duhet ditur vlerën e T- Testit e cila për të dy grupet vlera e të cilit është $T > 1.97$, në nivelin e rëndësisë statistikore $p < 0.05$.

Në bazë të rezultateve të paraqitura në tabelën nr:12 mund të konstatojmë se ndryshime të vlefshme statistikore në hapësirën e motorikës bazike ndërmjet dy grupeve, janë paraqitur ndryshime të vlefshme në të gjitha variablat, gjithashtu në favor të djemve të cilët kanë treguar rezultate më të larta e cila edhe ashtu është e pritur për shkak të natyrës dhe zhvillimit të aftësive motorike tek djemtë.

	grupet	N	Mean	Std. Deviation	Sig. (2-tailed)
Mvr20m	vajzat	40	457,3750	30,38614	,000
	djemtë	40	368,5250	25,54131	
Mklart	vajzat	40	29,1250	6,35363	,000
	djemtë	40	44,8250	9,80028	
Mkgjat	vajzat	40	135,1250	10,33339	,000
	djemtë	40	180,6250	19,15482	
Mhmed	vajzat	40	3,9480	,32346	,000
	djemtë	40	5,2463	,54507	

6.4.3. T- Testi për variablat e lëvizore situacionale.

Tabela Nr :13 T-Testi ndërmjet dy grupeve të testuara në hapësirën e lëvizore situacionale

Analiza e T- Testit është aplikuar për secilën variabla në hapësirën e motorikës situacionale. Përmes kësaj metode mund të vërtetojmë ndryshimet e dy mesatareve aritmetikore dhe sa është gabimi standard i tyre.

Që të tregohet vlefshmëria statistikore me anën e kësaj metode duhet ditur vlerën e T- Testit, e cila për të dy grupet vlera e të cilit është $T > 1.97$, në nivelin e rëndësisë statistikore $p < 0.05$.

Në bazë të rezultateve të paraqitura në tabelën nr.13-të mund të konstatojmë se ndryshime të vlefshme statistikore në hapësirën e motorikës situacionale ndërmjet dy grupeve, janë paraqitur ndryshime të vlefshme në të gjitha variablat përveç tek MGJM3M e cila tregon se kanë rezultate të përafërta ndërsa rezultatet e tjera janë në favor të djemve të cilët kanë treguar rezultate më të larta në motorikën situacionale sesa vajzat.

Group Statistics					Sig. (2-tailed)
	grupet	N	Mean	Std. Deviation	
Mgjm3m	vajzat	40	,7000	,79097	,116
	djemtë	40	1,0250	1,02501	
Mgjd3m	vajzat	40	1,0500	1,01147	,001
	djemtë	40	1,8750	1,06669	
Mgjtabd	vajzat	40	,4750	,67889	,000
	djemtë	40	1,2500	,83972	
Mgjtabm	vajzat	40	,1500	,53349	,000
	djemtë	40	1,0500	,81492	
Mgj3pike	vajzat	40	,6000	,63246	,001
	djemtë	40	1,2500	1,03155	
Mdrpe	vajzat	40	15,6975	,87269	,000
	djemtë	40	12,6465	,80939	
Mdrva	vajzat	40	14,3385	1,21228	,000
	djemtë	40	11,3293	,88748	

7. ANALIZA DHE VËRTETIMI I HIPOTEZAVE

Duke u bazuar në problemin e këtij punimi dhe parashtrimin e hipotezave më pas në përpunimin e rezultateve të fituara nga tabelat e lartshënuara, mund të bëjmë verifikimin e hipotezave si vijon:

H1 – Në bazë të hipotezës së parë se do të paraqiten korelacione të mjaftueshme statistikore në mes të karakteristikave antropometrike dhe motorike, mund të themi se kjo hipotezë është plotësuar në tërësi sepse janë paraqitur korelacione të rëndësishme edhe ndërmjet variablave antropometrike edhe motorike për të dy gjinitë.

H1-Edhe hipoteza e dytë do të ketë kroskorelacione të rëndësishme statistikore ndërmjet hapësirës manifeste antropometrike dhe asaj motorike, mund të themi se është plotësuar pjesërisht sepse variablat antropometrike kanë treguar kroskorelacione të nivelit të mesëm po ashtu edhe te variablat të motorikës bazike dhe motorikës situacionale si tek vajzat po ashtu edhe tek djemtë, kanë treguar kroskorelacione të nivelit të mesëm me variablat e hapësirës antropometrike.

H3 –Hipoteza e tretë e cila thotë se do të paraqiten dallime ndërmjet matjeve antropometrike të djemve dhe matjeve antropometrike të vajzave, është vërtetuar plotësisht sepse janë paraqitur ndryshime në të gjitha variablat antropometrike përveç te pesha.

H4 – Edhe hipoteza e katërt në të cilën është thënë se do të paraqiten dallime ndërmjet matjeve të motorikës bazike dhe matjeve të motorikes situacionale ndërmjet djemve dhe vajzave është plotësuar në tërësi sepse edhe këtu janë paraqitur ndryshime në të gjitha variablat e motorikës bazike, ndërsa tek variablat e motorikës situacionale po ashtu vetëm në një variabël nuk janë paraqitur dallime.

8. PËRFUNDIMI

Realizimi i objektivave të përfshira në këtë punim kanë qenë në funksion të vlerësimit të njohurive mbi ndikimin e orëve të Edukatës Fizike në zbatimin e lojës së basketbollit si dhe vlerësimin e tyre në testet situacionale të shpejtësisë, në rritjen e precizitetit dhe të suksesit në lojën e basketbollit.

Vlerat e veçanta praktike të hulumtimit do të jenë në funksion të zgjedhjes së operatorëve dhe stimulatorëve kineziologjik në përshtatje me moshën dhe orientimin për sportin e basketbollit.

Zhvillimi i sportit nëpër shkolla është një edukim i shëndetshëm për secilin nxënës, secili sport i ka karakteristikat e veçanta që duhen marrë në konsideratë, sidomos kur bëhet fjalë për të zgjedhur dhe seleksionuar nxënësit të cilët kanë predispozita të mira për t'u inkuadruar në sportin e basketbollit.

Duke u bazuar në qëllimin kryesor që është trajtuar në këtë punim dhe në bazë të rezultateve të arritura nga matjet e kryera, është vërtetuar paraqitja e ndryshimeve në disa variabla morfologjike dhe motorike bazike e specifike tek nxënësit e klasës së 10-të të moshës 15-16 vjeç. Rezultatet janë përpunuar prej 7-të instrumenteve matëse antropometrike dhe 11-të instrumenteve matëse motorike dhe motorikes situacionale në atë mënyrë është bërë vlerësimi i parametrave themelor statistikor ku janë arritur rezultate të vlerave normale me disa përjashtime të vogla në fushën e antropometrisë e të cilat për këtë moshë janë normale, gjithashtu janë vlerësuar edhe korelacionet ndërmjet variablave si në fushën antropometrike edhe në atë motorike për të dy gjinitë ku vlerat ndërmjet variablave kanë qenë të larta ndërsa në kuadër të kroskorelacioneve apo ndërlidhjeve ndërmjet hapësirave antropometrike dhe motorike janë paraqitur vlera të mesme kroskorelative kah vlera të ulëta përveç disa testeve të cilat kanë treguar disa ndërlidhje jo edhe aq të larta.

Qëllimi kryesor ka qenë që të vërtetohen ndryshimet në mes grupeve duke i aplikuar të njëjtat teste në antropometri, në motoriken bazike dhe asaj situacionale ndërmjet djemve dhe vajzave të së njëjtës moshë. Ne kemi aplikuar analizën e T-Testit ku është vërtetuar qëllimi tërësisht sepse janë paraqitur vlera të vlefshme ndërmjet variablave antropometrike të djemve dhe vajzave përveç tek variablat e peshës ndërsa të tjerat të gjitha janë në favor të djemve edhe në hapësirën motorike rezultatet janë në favor të djemve në të gjitha variablat me vlera të larta .000 sig. Po ashtu edhe në hapësirën e testeve motorike situacionale të gjitha variablat kanë treguar vlera të larta të ndryshimeve në realizimin e testeve situacionale në të gjitha testet me vlera .000. sig.

Rezultatet e këtij hulumtimi janë informata të mjaftueshme për pedagogët dhe trajnerët të cilët mund të aplikojnë ushtrime situacionale tek nxënësit dhe basketbollistët, testet të cilat ne i kemi aplikuar në këtë punim me qëllim të rritjes së vëllimit dhe intensitetit të ngarkesave gjatë proceseve stërvitore si dhe orëve të rregullta të Edukatës Fizike.

Të rëndësishme të madhe gjithsesi do të jenë edhe detyrat gjatë seleksionimit dhe orientimit të drejtë në aktivitete të caktuara sportive në përputhje me kapacitetin dhe predispozitat e subjekteve.

Rëndësi të madhe ka edhe në edukimin dhe praktikën e lëvizjeve fizike të pjesa më e madhe e adoleshentëve që bëjnë sport dhe e praktikojnë sepse ju duket argëtuese. Klasa e 11-të është vazhdimësi e programit të klasës së 10-të, që karakterizohet me një qetësim relativ të procesit të rritjes dhe të zhvillimit të organizmit të nxënësve.

Organizmi i nxënësve të kësaj grup-moshe është në gjendje t'i përballojë ngarkesat më të mëdha, duke ndikuar kështu në rritjen e aftësive motorike në nivel më të lartë.

Mësimdhënësi duhet të ketë parasysh dallimet ndërmjet gjinive, që janë më shumë të shprehura se në nivelet e tjera shkollore. Motivimi i nxënësve për aktivitete

sportive mbetet ndër qëllimet kryesore të mësimdhënësit. Ai këtë duhet ta arrijë përmes zgjedhjes adekuate të përmbajtjeve programore, përkatësisht me nxitjen dhe vlerësimin e përparimit në arritjet e nxënësve. Detyrat e shtruara nga mësimdhënësi duhet të jenë të tilla që nxënësi do të mund t'i kryejë ato. Po ashtu, te nxënësit nuk duhet të zhvillohet së tepërmi rëndësia e fitores, humbjes apo e garimit me të tjerët. Pra, qëllimi kryesor i mësimdhënësit duhet të jetë përforsimi dhe përsosja e njohurive sportive, aftësive trupore dhe motorike. Mësimdhënësi, për këtë grup-moshë, duhet të marrë parasysh interesimin e nxënësve për degë të caktuara sportive, pasi një pjesë e madhe e programit mësimor përfshin sportin zgjedhor. Ky fakt favorizon organizimin e mësimin në grupe, sipas aftësive dhe nevojave, duke pasur kujdes që asnjëri nga ata të mos mbetet pa u përfshirë në procesin mësimor.

Në kuadër të këtij punimi ne jemi munduar që të shtjellojmë disa nga parashikimet tona me anë të analizës deskriptive e cila ka rezultuar me rezultate të cilat na kanë treguar se këta nxënës kanë dallime të theksuara sa i përket realizimit të testeve motorike të forcës eksplozive, forcës statike dhe forcës repetitive e sidomos dallime kanë dalë në testet e forcës eksplozive në kërcimin së gjati nga vendi dhe hedhja e topit medicinal.

Me këtë hulumtim është arritur edhe qëllimi i këtij punimi dhe lirisht mund të themi se është arritur të vërtetohen të gjitha parashikimet tona në raport me realizimin e testeve nga nxënësit e të dy gjinive.

9. BIBLIOGRAFIA

1. Salihu.H (2000) “ Relacionet e disa karakteristikave morfologjike dhe aftësive motorike të përgjithshme dhe situacionale tek basketbollistët e rinjë “ .Prishtinë,2000.
2. Salihu.H (2006) Basketboll- Tekst mësimor-Universitar, 2006. Prishtinë.
3. Salihu. H(2004): Analizë e shkurtër lidhur me basketbollin bashkëkohorë Studime Sportive nr.4. Tiranë.2004
4. Nixha.M (1982) “ Analiza kooperative e karakteristikave trupore dhe aftësive motorike të basketbollistëve të niveleve të ndryshme garuese”. Prishtinë, 1982
5. Nixha.M. Basketbolli, , Bazat themelore të basketbollit. Prishtinë 2004
6. Rushiti.H (1999),” Ndikimi i aktiviteteve kineziologjike në zhvillimin e disa karakteristikave psikosomatike të nxënësit”. Acta kineziologika,Prishtinë.
7. Rushiti.H (1997),”Ndryshimet në relacionin e zhvillimit të disa aftësive motorike te nxënësve në kushte të ndryshme të punës. Acta kineziologika,Prishtinë
8. Rushiti.H (2006), Niveli i zhvillimit të forcës eksplozive te të rinjët e moshës 11,12,13,14 vjeç. Simpoziumi ndërkombëtar i pedagogëve të K.Fizike.Shkup.
9. Šoše.H, Rađo.I.: (1998). Mjerenje u kineziologiji, Sarajevë.
10. Worf.B, &Rađo.I (1998), Analiza grupiasnja manifestnih varijabli, FFK, Sarajevo.
11. Dr M. Karalejic, Dr Z. Ahmetovic, Mr S. Jakovljevic i M. Novovic,; Kosarka. Prirucnik za trenere, Sarajevo, 2000.
12. Gjinolli. E. Ndikimi i programeve të ndryshme të procesit mësimorë të ed. fizike në disa dimensione të statutit psiko-somatik të nxënësve të klasave të pesta të shkollave fillore, 1982 dhe 1984 Prishtinë.
13. Shalci.Q Mbi disa probleme të vështruara komplekse për përgatitjen e basketbollistëve (të rritur), në përshtatje me kërkesat e kohës.
14. Shalci.Q Metodrat (intervalore) në basketboll etj.

15. F. Çitaku Relacionet e ca dimensioneve motorike në grup sportistësh në tri disiplina sportive. Elan, nr. 11, Prishtinë 1984.
16. Salihu.H , “Ndryshimet e zhvillimit të veçorive morfologjike dhe aftësive motorike tek basketbollistet e rijnë të moshës 16 vjeç + 6 muaj 2004 etj.
17. Lee Kline. : Five Stars Basketball 2005
18. M. Blaskovic, E. Hofman: Povezanost između bazicnih motorickih sposobnosti i uspješnosti u kosarci, KINEZIOLOGIJA,vol. 15, Nr.2, fq.27-36, Zagreb, 1983.
19. M. Blaskovic, D. Milanovic: Relacije situaciono-motorickih faktora i ocjena uspješnosti u kosarci, KINEZIOLOGIJA,vol.15, Nr.2,fq.7-16, Zagreb, 1983.