



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI”
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT

NORMAT E PRANIMIT
NË UNIVERSITETIN E ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI”
NË PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR”
NË EDUKIM FIZIK DHE SPORTE
PËR VITIN AKADEMIK 2020– 2021

DREJTUESI I DEPARTAMENTIT

Doc.dr. Edmond BIÇOKU

DEKANI

Prof.as.dr.Valentina HAXHIYMERI

Elbasan, Qershor 2020



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

**UNIVERSITETI I ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI”
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT**

**KONKURRIMI I STUDENTËVE KANDIDATË PËR NË UNIVERSITETIN E
ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI” NË PROGRAMIN E STUDIMIT
“BACHELOR” NË EDUKIM FIZIK DHE SPORTE NË DISIPLINËN E
GJIMNASTIKËS PËR VITIN AKADEMIK 2020-2021**

Në konkursin multidisiplinar gjimnastika është një nga disiplinat konkurruese. Në të marrin pjesë pa përjashtim të gjithë studentët konkurrues meshkuj dhe femra. Do të konkurrohet nëpërmjet elementeve gjimnastikore të akrobacisë si dhe në kërcimin e kaluçit, i cili për djemtë do të kërcëhet së gjati me këmbë të hapura dhe për vajzat së gjeri me këmbë të mbledhura. Nëpërmjet elementeve të akrobacisë dhe të kërcimit të kaluçit synohet kryesisht në vlerësimin e nivelit të aftësive koordinative dhe lëvizore në gjimnastikë për çdo konkurrues.

1. Vlerësimi do të bëhet me maksimumin 17 pike (9 pikë për akrobacinë dhe 8 pikë për kërciminë kaluçit)
2. Çdo element i përfshirë në akrobaci dhe i kërcimit të kaluçit vlerësohet me pikë sipas vështirësive që mbart.
3. Nëse konkurruesi (konkurruesja) nuk kryen një element të akrobacisë ose kërcimit (ose jo konform kërkesave teknike të përcaktuara për t’u kryer) penalizohet me heqjen e vlerësive pikëve që mbart ky element i pakryer.
4. Nuk lejohet përsëritja e elementeve të akrobacisë nga konkurentët.
5. Në kërcimin e kaluçit lejohen të bëhen dy kërcime dhe do të regjistrohet kërcimi që ka vlerën më të madhe të pikëve.
6. Kur konkurruesi pëson ndonjë dëmtim (tërheqje muskujsh, ndrydhje, kontuzion etj.) gjatë ekzekutimit të elementeve të akrobacisë ose kërcimit të kaluçit dhe nuk mund vazhdojë konkurrimin për momentin, atij i jepet mundësia nga juria që të përsërisë në fund të konkurruesve.
7. Përcaktimi i përsëritjes në këto raste është kompetencë e jurisë e cila vendos me konsensus ose votim të deklaruar mbi bazën e numrit më të madh të votave.

Shpjegimet e mësipërme shoqërohen nga tabela e përshkrimit terminologjik të elementeve gjimnastikore në akrobaci dhe vlerësimi i tyre, si dhe nga tabela e vlerësimit të elementeve të kërcimit të kaluçit.



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT "ALEKSANDËR XHUVANI"
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT

TABELA E PËRSHKRIMIT TERMINOLOGJIK TË ELEMENTEVE
GJIMNASTIKORE NË AKROBACI PËR DJEMTË DHE VLERËSIMI I TYRE

Numri i elementeve	Përshkrimi i elementeve të akrobacisë	Vlerësimi në pikë
1	Pozicioni fillestar: Drejtqëndrim- Start noti dhe kapërdimje para dy rrjedhshëm, ngritje dhe kthim 180° me kryqëzim të krahëve.	1
2	Rrjedhshëm kapërdimje mbrapa (një).	1
3	Rrjedhshëm kalim në vertikale mbi shpatulla, qëndrim 2 sekonda.	1
4	Rënie para këmbëmbledhur, vendosje e duarve në tokë dhe hapjeë njërës këmbë anash, dy rrethrotullime me këmbën e hapur anash poshtë duarve e këmbës së mbledhur dhe kalim në pozicionin shtrirë para mbi duar.	1
5	Mbledhja e këmbëve pranë duarve dhe ngritja lart me krahët para, hap me të majtën, vertikale mbi duar tregim dhe kapërdimje para, ngritje në këmbë me krahët anash.	1,5
6	Ekilibër mbi njërën këmbë 2 sekonda, ulje e këmbës në qëndrim me krahët lart.	1
7	Drejtqëndrim, kërcim me krahët dhe këmbët anash. Kalim në vertikale me kokë dhe duar, qëndrim 3 sek, kthim në drejtqëndrim.	1,5
8	Rrotullim anash (fletë) dy herë kthim 90° dhe kërcim lart me trupin harkë krahët hapura anash lart, kalim në drejtqëndrim	1
Shuma		9 pikë

KËRCIM KALUÇI (djem)

Kërcimi i kaluçit për meshkuj do të realizohet së gjati me këmbë të hapura dhe lartësia e tij është 125 cm nga toka.

Numri i fazave	Faza të kërcimit	Vlerësimi në pikë
1	Faza e vrapimit dhe rrahja në pedanë, fluturimi.	3
2	Shtytja me duar	2
3	Rënia në tokë	3
Shuma		8 pikë



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT "ALEKSANDËR XHUVANI"
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT

TABELA E PËRSHKRIMIT TERMINOLOGJIK TË ELEMENTEVE
GJIMNASTIKORE NË AKROBACI PËR VAJZA DHE VLERËSIMI I TYRE

Numri i elementeve	Përshkrimi i elementeve të akrobacisë	Vlerësimi në pikë
1	Pozicioni fillestar: Drejtqëndrim- Start noti dhe kapërdimje para dy rrjedhshëm, ngritje dhe kthim 180° me kryqëzim të krahëve.	1,5
2	Rrjedhshëm kapërdimje mbrapa (një)	1
3	Rrjedhshëm kalim në vertikale mbi shpatulla, qëndrim 2 sekonda.	1
4	Nga vertikalia mbi supe (shpatulla) kalim në pozicionin shtrirë me këmbë të mbledhura dhe duar të vendosura te qafa. Kalim në urë tregim 2 sekonda, ulje ngritje para në drejtqëndrim.	1,5
5	Hap me të majtën para, vertikale mbi duar tregim dhe kapërdimje para, kalim në drejtqëndrim.	1,5
6	Ekilibër mbi njëren këmbë 2 sekonda, ulje e këmbës në qëndrim me krahët lart.	1
7	Rrotullim anash (fletë) dy herë kthim 90° dhe kërcim lart me trupin hark krahë të hapura anash lart, kalim në drejtqëndrim.	1,5
	Shuma	9 pike

KËRCIM KALUÇI (vajza)

Kërcimi i kaluçit për vajza do të realizohet së gjeri me këmbë të mbledhura dhe lartësia e tij është 115 cm nga toka.

Numri i fazave	Fazat e kërcimit	Vlerësimi në pikë
1	Faza e vrapimit dhe rrahja në pedane, fluturimi.	3
2	Shtytja me duar	2
3	Rënia në tokë	3
	Shuma	8pikë



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI”
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT

KONKURRIMI I STUDENTËVE KANDIDATË PËR NË UNIVERSITETIN E ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI” NË DISIPLINËN E ATLETIKËS PËR VITIN MËSIMOR AKADEMIK 2020 – 2021

Në testin e atletikës konkurohet në 3 gara, të cilat vlerësojnë nivelin fizik dhe lëvizor të konkurrentëve. Këto gara janë:

- 1- Vrapim 100 m.
- 2- Kërcim së gjati nga vendi.
- 3- Vrapim 800 m

Shuma e pikëve të grumbulluara në këto tri gara arrin kufirin maksimal në 18 pikë.

1- Vrapim 100m (6 pikë)

- Organizohet sipas rregullores së garave atletike
- Ushtruesi ka të drejtë të gabojë vetëm një herë.
- Ushtruesi nis sipas komandës së nisësit.
- Koha vlerësohet mbi mesataren e matjeve kronometrike.

2- Kërcim së gjati nga vendi (6 pikë)

- Organizohet në terren të sheshtë dhe të kufizuar në vijën e nisjes.
- Çdo konkurent realizon 2 prova, ku vlerësohet prova më e mirë (në metra e centimetra të plota).
- Kërcimi bëhet nga vija e nisjes (pa e shkelur atë) dhe rënia në drejtimin para.
- Matja zhvillohet nga pika e nisjes deri në pikën më të afërt në vendin e rënies.
- Matja realizohet në vijë të drejtë.

3- Vrapim 800 m (6pikë)

TABELA E VLERËSIMIT TË DISIPLINËS ATLETIKE

Pikë	100 m		800 m		Kërcim së gjati nga vendi	
	Meshkuj	Femra	Meshkuj	Femra	Meshkuj	Femra
6	11,8 sec	14.1 sec	2.24 min	3.0 min	270 cm	220 cm
5	12,1 sec	14,3 sec	2.28 min	3.08 min	260 cm	210 cm
4	12,4 sec	14,5 sec	2.32 min	3.16 min	250 cm	200 cm
3	12,6 sec	14,7 sec	2.36 min	3.24 min	240 cm	190 cm
2	12,8 sec	14,9 sec	2.4 min	3.32 min	230 cm	180 cm



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT "ALEKSANDËR XHUVANI"
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT

1	13.2 sec	15.3 sec	2.44 min	3.42 min	220 cm	170 cm
---	----------	----------	----------	----------	--------	--------

Për garën e kërcimit së gjati kur konkurrenti arrin rezultat të ndërmjetëm, ndërmjet dy rezultateve që merr pikë ai do të marrë 0.5 pikë më shumë se rezultati më i ulët nëq ai kapërcen nga 5 cm e lart.

Për shembull:

Nëq konkurrenti Nr 1 kërcen 2.65, 2.66, 2.67, 2.68, 2.69 ai do të vlerësohet me 5.5.pikë.

Nëq konkurrenti Nr 2 kërcen 2.61, 2.62, 2.63, 2.64, ai do të vlerësohet me 5 pikë

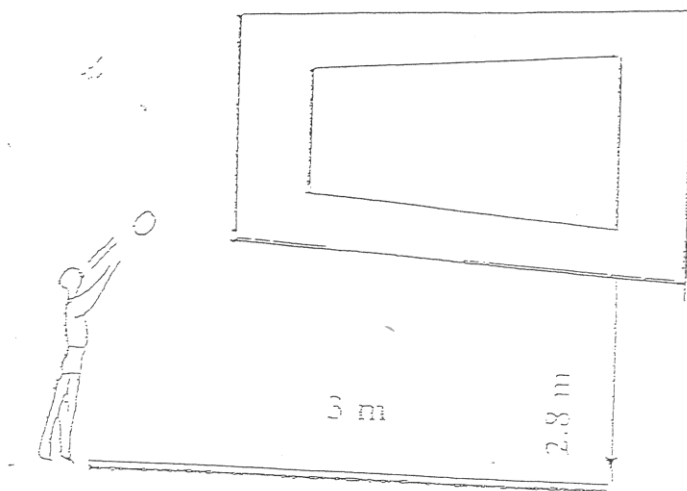
KONKURRIMI I STUDENTËVE KANDIDATË PËR NË UNIVERSITETIN E ELBASANIT "ALEKSANDËR XHUVANI" NË PROGRAMIN E STUDIMIT "BACHELOR" NË EDUKIM FIZIK DHE SPORTE NË DISIPLINËN E VOLEJBOLLIT PËR VITIN AKADEMIK 2020-2021

METODIKA E TESTIT

TEST NR. 1

Vizatohet në mur një kuadrat me përmasa 60x60cm mbi të cilin do të kryhen pasimet. Gjithashtu nga muri në distancë 3m, shënohet një vizë. Lartësia e kuadratit të vizatuar nga toka është 280 cm deri në 340 cm. **Koha e ekzekutimit të ushtrimit është 20 sekonda.**

Fig.1





REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT "ALEKSANDËR XHUVANI"
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT

EKZEKUTIMI I TESTIT

TEKNIKA E PASIMIT DHE PRECIZIONI – Gjatë ekzekutimit të pasimit lejohet shkelja e vijës, por jo kalimi i saj me një apo dy këmbë, pasimi me kalim të këmbës nuk llogaritet. Vijat kufizuese të kuadratit llogariten brenda 60 cm. Kronometri fillon punën në momentin e kontaktit të topit me gishta, përpara këtij momenti lojtari e hedh topin mbi lartësinë e kokës.

VLERËSIMI I TESTIT NR 1

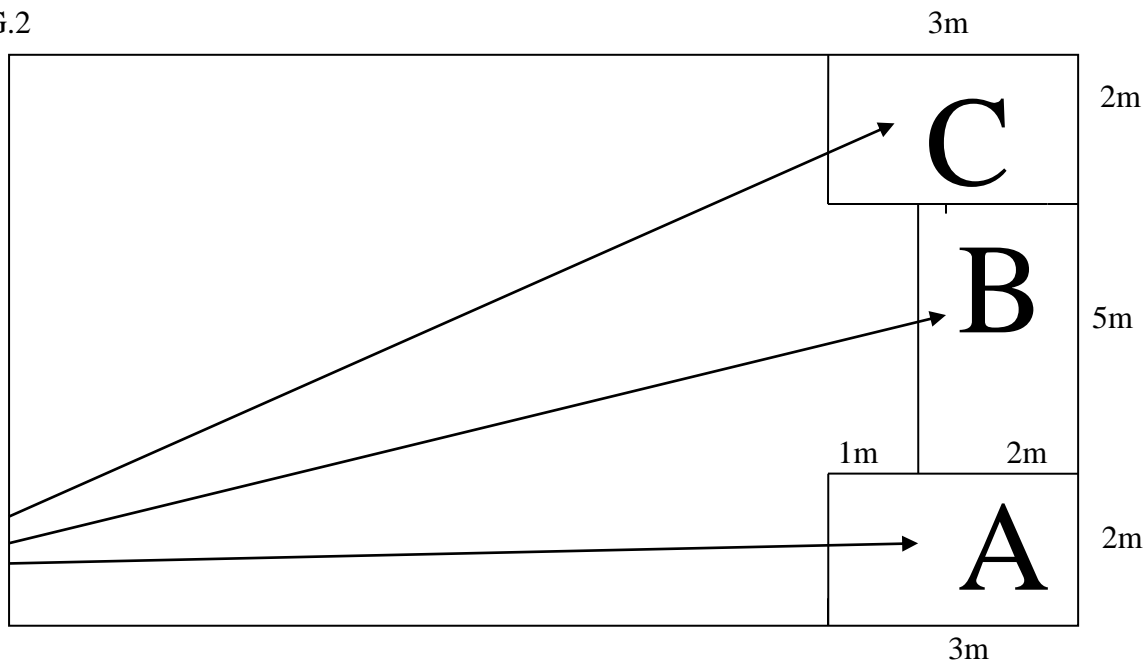
PIKËT	8	7	6	5	4	3	2	1	0
Djem	17	16	15	14	13	12	11	10	9
Vajza	14	13	12	11	10	9	8	7	6

METODIKA E TESTIT

TEST NR. 2

Vizohen në fushë kuadrate në zona të kufizuara ku **A.**=3x2 m, **B.**=5x2 m dhe **C.** 3x2 m. Kryhen gjithsej 9 shërbime.

FIG.2



EKZEKUTIMI I TESTIT

Shërbimet adresohen në zonat e treguara në fig 2. Kryhen 3 shërbime në kuadratin A, 3 shërbime në kuadratin B dhe 3 shërbime në kuadratin C. Vlerësohet precizioni i shërbimit i cili përfundon brenda kuadratit. Për çdo shërbim të kryer brenda kuadratit konkurenti merr 1 pikë.



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI”
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT

VLERËSIMI I TESTIT NR.2

PIKET	9	8	7	6	5	4	3	2	1
DJEM (shërbime të sakta)	9	8	7	6	5	4	3	2	1
VAJZA (shërbime të sakta)	9	8	7	6	5	4	3	2	1

KONKURIMI I STUDENTËVE KANDIDATË PËR NË UNIVERSITETIN E ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI” NË PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR” NË EDUKIM FIZIK DHE SPORTE NË DISIPLINËN E BASKETBOLLIT PËR VITIN AKADEMIK 2020- 2021

TESTI NR 1

GJUAJTJE TË LIRA

Konkurenti vendoset në vijën e gjuajtjeve të lira nga ku do të kryejë 9 gjuajtje të lira rradhazi. Për çdo gjuajtje të realizuar konkurenti merr 1 pikë.

- Nuk lejohet shkelja e vijes së gjuajtjeve të lira.
- Para se konkuruesi të garojë ka të drejtë të kryejë 2 gjuajtje të lira prove.
- Vlerësimi do të bëhet siç paraqitet në tabelen e mëposhtme.

Pikët	9	8	7	6	5	4	3	2	1
VAJZA, DJEM Kosha të realizuar	9	8	7	6	5	4	3	2	1

TEST NR. 2

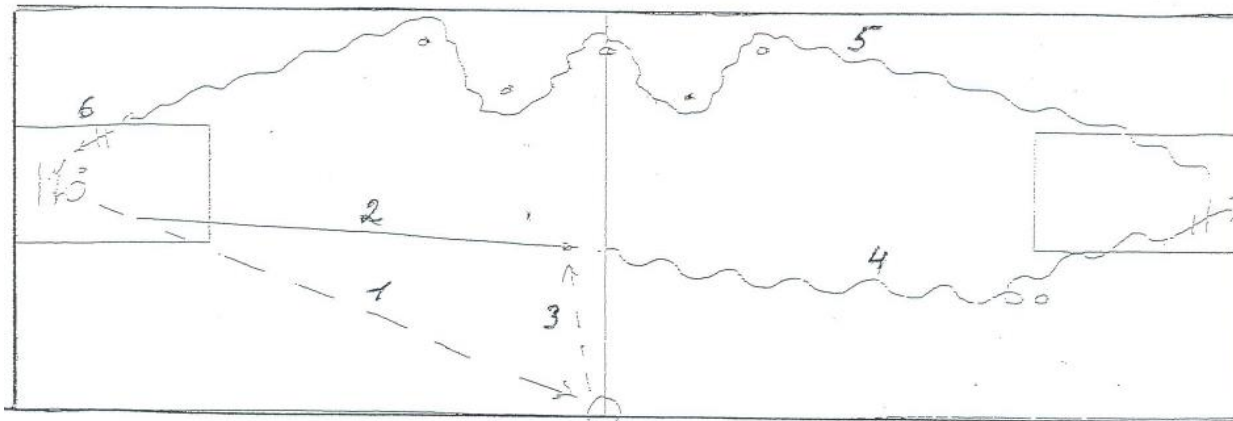
Konkurenti vendoset poshtë koshit anash tabelës me top në dorë. Hedh topin me një dorë nga poshtë në tabelë dhe e kap me kërcim. Pason me një dorë nga supi tek një shok i cili ndodhet në bashkimin e vijës së mesit të fushës me vijën anësore. Vrapon për ta rimarrë topin në vijën e mesit të fushës nga ku driblon drejt një piramide të vendosur 1,5 m në vazhdim të vijës së gjuajtjeve të lira.

Pasi bën një driblim me kthesë shpinore gjuan në lëvizje (me tre hapsh). Merr topin dhe kalon 5 piramida të vendosura si në figurë, në largësi 3m larg njëra –tjetrës. Pas kësaj kryhet një gjuajtje me kërcim nga brinja anësore e trapezit.



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT "ALEKSANDËR XHUVANI"
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT



VLERËSIMI

Vlerësimi do të bëhet i diferencuar për djem e vajza siç paraqitet në tabelat e mëposhtme.

PIKËT	9	8	7	6	5	4	3	2	1
DJEM									
Koha në sekonda	16''	16.5''	17''	17.5''	18''	18.5''	19''	19.5''	20''

PIKËT	9	8	7	6	5	4	3	2	1
VAJZA									
Koha në sekonda	20''	20.5''	21''	21.5''	22''	22.5''	23''	23.5''	24''

SHËNIM:

- Për koshat e perealizuar zbritet nga një pikë për çdo kosh.
- Për çdo faull, zbritet nga një pikë.
- Për çdo mosekzekutim të elementeve teknike të testit nr.2 (cirkuidi), zbritet një pikë.
- Piramida e mesit vendoset 1,5 m larg mesit të vijës anësore.
- Koha fillon të matet kur lojtari kap topin nga tabela dhe përfundon kur shkëputet nga dora pas gjuajtjes me kërcim.
- Për vajzat lojtari ndihmës afrohet 1m.

DREJTUESI I DEPARTAMENTIT

Doc.dr. Edmond BIÇOKU



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

UNIVERSITETI I ELBASANIT “ALEKSANDËR XHUVANI”
FAKULTETI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT
DEPARTAMENTI I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTIT

KARTELA SHENDETËSORE INDIVIDUALE PËR PRANIMIN E STUDENTËVE NË
UNIVERSITETIN E ELBASANIT “A. XHUVANI” NË PROGRAMIN E STUDIMIT
“BACHELOR” NË EDUKIM FIZIK DHE SPORTE.

VITI AKADEMIK 2020-2021

Emri	Atësia	Mbiemri	Datëlindja	
1. KARDIOLOG E.K.G. me spjegim dhe bashkëngjitur Vula Data Firma			4. ORL Vula Data Firma	
			5. OKULISTI Vula Data Firma	
2. ANALIZA Gjak komplet Eritrocitet H Urinë komplet Vula Data Firma			6. RADIOLOGU Vula Data Firma Radioskopi Thoraxi	
3. KIRURGU Vizita e përgjithshme. Është operuar, n.q. se po, nga çfarë. Ka defekte kirurgjikale, n.q.s. po, nga çfarë Vula Data Firma			V.K.M.L. I aftë për programin e studimit “Edukim Fizik dhe Sporte” në Universitetin e Elbasanit “A. Xhuvani”. KRYETAR ANETAR ANETAR	