|  |  |
| --- | --- |
|  | **REPUBLIKA E SHQIPËRISË****UNIVERSITETI "ALEKSANDËR XHUVANI" ELBASAN** **FAKULTETI FAKULTETI I SHKENCAVE TE EDUKIMIT****DEPARTAMENTI I I EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTEV**Tel. &Fax. 355 54 252593 |

**RREGULLORE E PRANIMIT TE STUDENTEVE NE PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR” NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE PER VITIN AKADEMIK 2016 – 2017**

1. Te drejtënpër te konkurruar e gëzojnë te gjithënxënësit qe janë diplomuar ne arsimin e mesëm te përgjithshëm dhe ne arsimin e mesëm profesional sportiv ose jo sportive, te cilët kane përfunduarkonform rregullores se MAS, detyrimet e MaturësShtetërore ne vitin akademik 2016 – 2017.
2. Mbështetur ne VKM Nr. 407 dt.01.06.2016 kane te drejte te regjistrohen për te konkurruar te gjithë kandidatet qe kane përfunduar nivelin e arsimit te mesëm me note mesatare 6 (gjashte ) e lart.
3. Data e konkurrimit si dhe kuota e pranimit, përcaktohen nga Universiteti “A. Xhuvani”.
4. Rregulloren e konkurrimit, Normat e pranimit, ne programin e studimit "Bachelor”ne Edukim Fizik dhe Sporte si dhe SkedenShendetesore Individuale te interesuarit mund ta gjejne ne faqen zyrtare te Universitetit “A.Xhuvani”,[www.uniel.edu.al](http://www.uniel.edu.al).Gjithashtu nje kopje do ta terheqin ne sekretarine e Fakultetit te Shkencave te Edukimit, ne momentin e regjistrimit per konkurim. Bashkengjitur do te gjeni skeden e kontrollit shendetsor dhe daten e caktuar per fillimin e regjistrimit perkonkurim, si dhe datën e zhvillimit të Konkursit
5. Konkuruesit qe rezultojne me problem te shendetit, humbasin te drejten e perfshirjes ne konkurim.
6. Njoftimi perdaten, oren dhe vendin e organizimit te konkurimit, shpallen dy jave para dates se konkurimit. Njoftimi shpallet ne median vizive e te shkruar. Ju mund ta kerkoniate edhe ne adresen e internetit te UE, [www.uniel.edu.al](http://www.uniel.edu.al)
7. Konkuruesit te paraqiten ne konkurim me uniforme sportive.
8. Dokumentat e vlefshme per regjistrim jane:
* Dokument personal identifikimi me fotografi.(Karte identiteti e fotokopje e saj,ose Pasaporte dhe fotokopje e saj)
* Skeda shendetsore e dhene nga institucion, e cila verteton gjendjen shendetesore te konkuruesit ne perballimin e sforcimeve fizike, e plotesuar nga mjeke te specialitetit ne rrethin ku i interesuari banon.
* Dy fotografi.
* Mandat arketimi i tarifes se regjistrimit.
1. Konkuruesiperfiton 50% te pikeve nga konkurimi sportiv dhe 50% te pikeve nga rezultati i maturesshteterore.
2. Rezultati shume i mire vetem ne nje disipline sportive ndikon, po jo domosdoshmërish vendos për suksesin e konkurruesit.
3. Numri maksimal i pikëve ne konkursin praktik eshte 70 pike:
* Atletike 18 pike (6 pike vrapimi 100m,6 pike vrapimi 800m dhe 6 pike kërcimi nga vendi
* Gjimnastike 17 pike (9 pike akrobaci dhe 8 pike kërcim kaluçi )
* Basketboll 18 pike ( 9 pike Cirkuidi dhe 9 pike Gjuajtjet e Lira )
* Volejboll 17 pike ( 9 pike Shërbimet dhe 8 pike Pasimet )
1. Sasia e pikeve te grumbulluara nga konkuruesi ne 4 disiplinat sportive: Atletike, Gjimnastike, Volejboll, Basketboll, si rregull mblidhen me piket e perftuara nga matura shteterore. Shumatura e ketyre pikeve do te perbeje rezultatin përfundimtar te pikëve qe grumbullon çdo konkurrues.

**PERGJEGJESI I DEPARTAMENTIT TE EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTEVE**

**PhD. EDMOND BIÇOKU**

**NORMAT E PRANIMIT**

**NE UNIVERSITETIN “ALEKSANDER XHUVANI”**

**NE PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR”**

**NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE.**

**PER VITIN AKADEMIK 2016– 2017**

**ELBASAN, Qershor 2016**

**PERGJEGJESI I DEPARTAMENTIT DEKANI**

**Dr. Doc. Edmond BIÇOKU Prof.Asoc.Dr. Valentina HAXHIYMERI**

**KONKURIMI I STUDENTEVE KANDITATE PER NE UNIVERSITETIN “ALEKSANDER XHUVANI” NE PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR” NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE NE DISIPLINEN E GJIMNASTIKES PER VITIN MESIMOR AKADEMIK 2016-2017**

Ne konkursin multidisiplinar gjimnastika është një nga disiplinat konkurruese. Ne te marrin pjese pa përjashtim te gjithë studentet konkurrues meshkuj dhe femra. Do te konkurrohet nëpërmjet elementeve gjimnastikor te akrobacisë si dhe ne kërcimin e kaluçit, i cili për djemtë do te kërcehet se gjati me këmbe te hapura dhe per vajzat se gjeri me këmbe te mbledhura.

Nëpërmjet elementeve te akrobacisë dhe te kërcimit te kaluçit synohet kryesisht ne vlerësimin e nivelit te aftesivekoordinative dhe levizore ne gjimnastike percdokonkurues.

1. Vleresimi do te behet me maksimumin 17pike (9 pike perakrobacine dhe 8 pike perkercimin e kalucit)
2. Çdo element i perfshire ne akrobaci dhe i kercimit te kalucitvleresohet me pike sipas veshtiresive qe mbart
3. Nesekonkuruesi(konkuruesja) nuk kryen nje element te akrobacise ose kercimit(ose jo konformkerkesave teknike te percaktuaraper tu kryer) penalizohet me heqen e vleres se pikeve qe mbart ky element i pakryer.
4. Nuk lejohet perseritja e elementeve te akrobacise nga konkurentet.
5. Ne kercimin e kalucit lejohen te behen dy kercime dhe do te regjistrohet kercimi qe ka vleren me te madhe te pikeve.
6. Kur konkuruesipesonndonjedemtim(terheqe muskujsh, ndrydhje, kontuzionetj) gjate ekzekutimit te elementeve te akrobacise ose kercimit te kalucit dhe nuk mund vazhdoje konkuriminper momentin, atij i jepet mundesia nga juria qe ta perserise ne fund te konkuruesve.
7. Percaktimi i perseritjes ne keto raste eshte kompetence e Jurise e cila vendos me konsensius ose votim te deklaruar mbi bazen e numrit me te madh te votave.

Shpjegimet e mersipermeshoqerohen nga tabela e pershkrimit terminologjik te elementeve gjimnastikore ne akrobaci dhe vleresimi i tyre si dhe nga tabela e vleresimit te elementeve te kercimit te kalucit.

**TABELA E PERSHKRIMIT TERMINOLOGJIK TE ELEMENTEVE GJIMNASTIKORE NE AKROBACI PER DJEMTE DHE VLERESIMI I TYRE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Numri i elementeve | Pershkrimi i elementeve te akrobacise | **Vleresimi****ne pike** |
|  1 | Pozicioni fillestar: Drejtqendrim- Start noti dhe kaperdimje para dy rrjedhshem, ngritje dhe kthim 180˚ me kryqezim te kraheve. |  **1** |
|  2 | Rrjedhshemkaperdimje mbrapa(nje) |  **1** |
|  3 | Rrjedhshem kalim ne vertikale mbi shpatulla, qendrim 2 sekonda. |  **1** |
|  4 | Renie para kembembledhur, vendosje e duarve ne toke dhe hapje e njereskembe anash, dy rreth rrotullime me kemben e hapur anash poshte duarve e kembes se mbledhur dhe kalim ne pozicionin shtrire para mbi duar. |  **1** |
|  5 | Mbledhja e kembeveprane duarve dhe ngritja lart me krahet para, hap me te majten, vertikale mbi duar tregim dhe kaperdimje para, ngritje ne kembe me krahet anash. |  **1,5** |
|  6 | Ekuiliber mbi njerenkembe 2 sekonda, ulje e kembes ne qendrim me krahet lart. |  **1** |
|  7 | Drejtqendrim, kercim me krahet dhe kembet anash. Kalim ne vertikale me koke dhe duar, qendrim 3 sek, kthim ne drejtqendrim |  **1,5** |
|  8 | Rrotullim anash(flete) dy here kthim 90˚ dhe kercim lart me trupin hark e krahet e hapura anash lart, klalim ne drejtqendrim |  **1** |
|  Shuma |  |  **9 pike** |

**KERCIM KALUCI (djem)**

Kercimi i kalucitper meshkuj do te realizohet se gjati me kembe te hapura dhe lartesia e tij eshte 125 cm nga toka.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Numri i fazave | Fazat e kercimit | VleresimiNe pike |
|  1 | Faza e vrapimit dhe rrahja ne pedane, fluturimi. | **3** |
|  2 | Shtytja me duar | **2** |
|  3 | Renia ne toke | **3** |
|  | Shuma | **8 pike** |

**TABELA E PERSHKRIMIT TERMINOLOGJIK TE ELEMENTEVE GJIMNASTIKORE NE AKROBACI PER VAJZA DHE VLERESIMI I TYRE**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Numri elementeve | Pershkrimi i elementeve te akrobacise | **Vleresimi****Ne pike** |
|  1 | Pozicioni fillestar: Drejtqendrim- Start noti dhe kaperdimje para dy rrjedhshem, ngritje dhe kthim 180˚ me kryqezim te kraheve. | **1,5** |
|  2 | Rrjedhshemkaperdimje mbrapa(nje) | **1** |
|  3 | Rrjedhshem kalim ne vertikale mbi shpatulla, qendrim 2 sekonda. | **1** |
|  4 | Nga vertikalja mbi supe(shpatulla) kalim ne pozicionin shtrire me kembe te mbledhura dhe duar te vendosura tek qafa.Kalim ne ure tregim 2 sekonda, ulje e ngritje para ne drejtqendrim. | **1,5** |
|  5 | Hap me te majten para, vertikale mbi duar tregim dhe kaperdimje para, kalim ne drejtqendrim. | **1,5** |
|  6 | Ekuiliber mbi njerenkembe 2 sekonda, ulje e kembes ne qendrim me krahet lart. | **1** |
|  7 | Rrotullim anash(flete) dy here kthim 90˚ dhe kercim lart me trupin hark e krahet e hapura anash lart, klalim ne drejtqendrim. | **1,5** |
|  | **Shuma** | **9 pike** |

**KERCIM KALUCI (vajza)**

Kercimi i kalucitper vajza do te realizohet se gjeri me kembe te mbledhura dhe lartesia e tij eshte 115 cm nga toka.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Numri i fazave | Fazat e kercimit | VleresimiNe pike |
|  1 | Faza e vrapimit dhe rrahja ne pedane, fluturimi. | **3** |
|  2 | Shtytja me duar | **2** |
|  3 | Renia ne toke | **3** |
|  | **Shuma** |  **8pike** |

**KONKURIMI I STUDENTEVE KANDITATE PER NE UNIVERSITETIN “ALEKSANDER XHUVANI”NE DISIPLINEN E ATLETIKES PER VITIN MESIMOR AKADEMIK 2016 - 2017**

Ne testin e atletikes konkurohet ne 3 gara, te cilat vlerësojnë nivelin fizik dhe lëvizor te konkurrenteve. Keto gara jane:

1. Vrapim 100 m.
2. Kercim se gjati nga vendi.
3. Vrapim 800 m

Shuma e pikeve te grumbulluara ne keto tre gara arrin kufirin maksimal ne 18 pike.

1. **Vrapim 100m (6 pike)**
* Organizohet sipas rregullores se garave atletike
* Ushtruesi ka te drejte te gaboje vetemnje here.
* Ushtruesi niset sipas komandes se nisesit.
* Koha vleresohet mbi mesataren e matjeve kronometrike.
1. **Kercim se gjati nga vendi (6 pike)**

Organizohet ne terren te sheshte dhe te kufizuar ne vijen e nisjes

* Cdokonkurent realizon 2 prova, ku vleresohet prova me e mire (ne metra e centimetra te plota).
* Kercimi behet nga vija e nisjes ( pa e shkelur ate) dhe renia ne drejtimin para.
* Matja zhvillohet nga pika e nisjes deri ne piken me te afert ne vendin e renies.
* Matja realizohet ne vije te drejte.
1. **Vrapim 800 m (6pike)**

**TABELA E VLERESIMIT TE DISIPLINES ATLETIKE**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Pike |  100 m  |  800 m |  Se 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 |
| 5.5 |  |  |  |  | 2.65cm | 2.15cm |
| 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 |
| 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 qëmërr pikë ai do të marrë 0.5pikë më shumëse rezultati më i ulët nis ai kapërcen nga 5 cm e lart.

Per shembull:

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

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

**KONKURIMI I STUDENTEVE KANDITATE PER NE UNIVERSITETIN “ALEKSANDER XHUVANI” NE PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR” NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE NE DISIPLINEN E VOLEJBOLLIT PER VITIN MESIMOR AKADEMIK 2016- 2017**

**METODIKA E TESTIT**

**TEST NR. 1**

Vizatohet ne mur nje kuadrat me permasa 60x60cm mbi te cilin do te kryhen pasimet. Gjithashtu nga muri ne distance 3m, shenohet nj evize. Lartesia e kuadratit te vizatuar nga toka eshte 280 deri ne 340cm.**Koha e ekzekutimit te ushtrimit eshte 20 sekonda.**

****

**EKZEKUTIMI I TESTIT**

**TEKNIKA E PASIMIT DHE PRECIZIONI *–*** Gjate ekzukitimit te pasimit lejohet shkelja e vijes por jo kalimi I saj me nje apo dy kembe, pasimi me kalim te kembes nuk llogaritet. Vijat kufizuese te kuadratit llogariten brenda 60cm. Kronometri fillon punen ne momentin e kontaktit te topit me gishta, perpara ketij moment lojtari e hedh topin mbi lartesine e kokes.

**VLERESIMI I TESTIT NR 1**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| PIKET | 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 ne fushe kuadrate ne zona te kufizuara ku **A.**=3x2m**, B.**=5x2m dhe **C**. 3x2m. Kryhen gjithsej 9 sherbime.

 FIG.2 3m

C

 B

 A

 2m

 5m

 2m

 3m **EKZEKTUTIMI I TESTIT**

Sherbimet adresohen ne zonat e treguara ne fig 2. Kryhen 3 sherbime ne kuadratin A, 3 sherbime ne kuadratin B dhe 3 sherbime ne kuadratin C. Vleresohetprecizioni i sherbimit i cili perfundon brenda kuadratit. Percdosherbim te kryer brenda kuadratit konkurenti merr 1 pike.

**VLERESIMI I TESTIT NR.2**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIKET** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| DJEM(sherbime te sakta) | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| VAJZA(sherbime te sakta) | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |

**KONKURIMI I STUDENTEVE KANDITATE PER NE UNIVERSITETIN“ALEKSANDER XHUVANI” NE PROGRAMIN E STUDIMIT”BACHELOR”NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE NE DISIPLINEN E BASKETBOLLIT PER VITIN MESIMOR AKADEMIK 2016- 2017.**

**TESTI NR 1 GJUAJTJE TE LIRA**

Konkurenti vendoset ne vijen e gjuajteve te lira nga ku do te kryeje 9 gjuajtje te lira rradhazi.Percdo gjuajtje te realizuar konkurenti merr 1 pike.

* Nuk lejohet shkelja e vijes se gjuajtjeve te lira.
* Para se konkuruesi te garoje ka te drejte te kryeje 2 gjuajtje te lira prove.
* Vleresimi do te behet siç paraqitet ne tabelen e meposhtme.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Piket** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| VAJZA, DJEMKosha te realizuar | 9 | 8 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 |

**TEST NR. 2**

Konkurenti vendoset poshte koshit anash tabeles me top ne dore. Hedh topin me nje dore nga poshte ne tabele dhe e kap me kercim. Pason me nje dore nga supi tek nje shok i cili ndodhet ne bashkimin e vijes se mesit te fushes me vijenanesore. Vrapon per ta rimarre topin ne vijen e mesit te fushes nga ku driblon drejt nje piramide te vendosur 1,5m ne vazhdim te vijes se gjuajtjeve te lira.

Pasi bennje driblim me kthese shpinore gjuan ne levizje(me tre hapsh).Merr topin dhe kalon 5 piramida te vendosura si ne figure, ne largesi 3m larg njera –tjetres. Pas kesaj kryhet nje gjuajtje me kercim nga brinja anesore e trapezit.

***VLERESIMI***

Vleresimi do te behet i diferencuar per djem e vajza sic paraqitet ne tabelat e meposhtme.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIKET** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| DJEMKoha ne sekonda | **17’’** | **17.5’’** | **18’’** | **18.5’’** | **19’’** | **19.5’’** | **20’’** | **20.5’’** | **21’’** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **PIKET** | **9** | **8** | **7** | **6** | **5** | **4** | **3** | **2** | **1** |
| **VAJZA**Koha ne sekonda | **21’’** | **21.5’’** | **22’’** | **22.5”** | **23’’** | **23.5’’** | **24’’** | **24.5’’** | **25’’** |

**SHENIM:**

* Per koshat e parealizuar zbritet nga nje pike percdo kosh.
* Percdo faull, zbritet nga nje pike.
* Per çdo mos ekzekutim te elementeve teknike te testit nr.2 ( cirkuidi), zbritet nje pike.
* Piramida e mesit vendoset 1,5m larg mesit te vijesanesore.
* Koha fillon te matet kur lojtari kap topin nga tabela dhe perfundon kur shkeputet nga dora pas gjuajtjes me kercim.
* Per vajzat lojtari ndihmes afrohet 1m.

**PERGJEGJESI I DEPARTAMENTIT TE EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTEVE**

**PhD. EDMOND BICOKU**

**KARTELA SHENDETSORE INDIVIDUALE PER PRANIMIN E STUDENTEVE NE UNIVERSITETIN “A.XHUVANI” NE PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR” NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE.**

**VITI AKADEMIK 2016-2017**

|  |
| --- |
| **Emri Atёsia Mbiemri Datёlindja** |
| **1. KARDIOLOG**E.K.G. me spjegim dhe bashkengjiturVula Data Firma | **4. ORL**Vula Data Firma**5. OKULISTI**Vula Data Firma |
| **2. ANALIZA****Gjak komplet**Eritrocidet H**Urinё komplet** Vula Data Firma | **6. RADIOLOGU**Vula Data FirmaRadioskopi Thoraxi |
| **3. KIRURGU**Vizita e pёrgjithshm. Ёshtё operuar, n.q. se po, nga ç’fare.Kadifektekirurgjikale,n.q.s. po,ngaç’fare Vula Data Firma | **V.K.M.L.**I aftёpёr programin e studimet “Edukim Fizik dhe Sporte” nё Universitetin “A. Xhuvani” Elbasan.**ANETARE KRYETARE ANETARE** |