

REPUBLIKA E SHQIPERISE

UNIVERSITETI "A.XHUVANI"ELBASAN

DEPARTAMENTI EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTEVE

Departamenti i Edukimit Fizik dhe Sporteve prane UE "A.Xhuvani" pergezton dhe mirepret te gjitha ata qe kane zgjedhur te konkurojne dhe studiojne ne universitetin tone.

RREGULLORE E PRANIMIT TE STUDENTEVE NE PROGRAMIN E STUDIMIT "BACHELOR" NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE PER VITIN AKADEMIK 2014-2015

1. Te drejten per te konkuruar e gezojne te gjitha nxenesit qe jane diplomuar ne arsimin e mesem te pergjithshem dhe ne arsimin e profesional sportiv ose jo sportive, te cilet kane perfunduar konform rregullores se MASH, detyrimet e Matures SHteterore ne vitin akademik 2013-2014 si dhe te gjitha ata qe jane diplomuar ne nje program studimi.
2. Data e konkurimit si dhe kuota e pranimit, percaktohen nga MASH.
3. Rregulloren e konkurimit, te interesuarit do ta terheqin ne sekretarine e Fakultetit te SHkencave te Edukimit, kundrejt pageses se percaktuar nga MASH. Bashkengjitur do te gjeni skeden e kontrollit shendetsor dhe daten e caktuar per fillimin e regjistrimit per konkurim.
4. Konkursesit qe rezultojne me problem te shendetit, humbasin te drejten e perfshirjes ne konkurim.
5. Departamenti I Edukimit Fizik dhe Sporteve prane UE. "A. Xhuvani" eshte pergjegjes per organizimin dhe mbarevajtjen e konkursit te pranimit.
6. Njoftimi per daten, 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 kerkoni ate edhe ne adresen e internetit te UE, www.uniel.edu.al
7. Konkursesit te paraqiten ne konkurim me uniforme sportive.
8. Dokumentat e vlefshme per regjistrim jane:
 - Deftese e Matures SHteterore(fotokopje e noterizuar), ose diploma e shkolles se larte dhe liste notash per konkurentet ne dege te dyte)
 - Dokument personal identifikimi me fotografi.(Karte Identiteti e fotokopje e saj)
 - Skeda shendetsore e dhene nga institucioni dhe e plotesuar nga mjeke te specialitetit ne rrethin ku I interesuari banon.
 - Dy fotografi.
 - Mandat arketimi I tarifes se regjistrimit.
9. Konkursesit perfiton 50% te pikeve nga konkurimi sportive dhe 50% te pikeve nga rezultati I matures shteterore.Per konkursesit qe kane kryer nje program studimi, do te merret parasysh vetem piket e fituara nga konkurimi praktik.
10. Rezultati shume I mire vetem ne nje disipline sportive ndikon, po jo domosdoshmerisht vendos per suksesin e konkursesit.
11. Sasia e pikeve te grumbulluara nga konkursesit ne 4 disiplinat sportive: Atletike, Gjymnastike, Volejball, Basketboll, si rregull mblidhen me piket e perftuara nga matura shtetore.

Shumatura e ketyre pikeve do te perbeje rezultatin perfundimtar te pikeve qe grumbullon cdo konkurues.

12. Renditja perfundimtare e listes se fituesve do te behet ne baze te totalit te pikeve te grumbulluara nga sejcili dhe shpallet nga MASH.

DEPARTAMENTI EDUKIMIT FIZIK DHE SPORTEVE

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'E. Bick', is written below the department name.

NORMAT E PRANIMIT
NE UNIVERSITETIN “ALEKSANDER XHUVANI”
NE PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR”
NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE.
PER VITIN AKADEMIK 2014-2015

ELBASAN, JANAR 2014

**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 2014-2015**

Ne konkursin pluridisiplinar perfshihet edhe gjimnastika. Ne te marrin pjese pa perjashtim te gjithe studentet konkuroes meshkuj dhe femra. Do te konkurohet nepermjet elementeve gjimnastikor te akrobacise si dhe ne kercimin e kalucit, i cili per djemte do te kercehet se gjati me kembe te hapura dhe per vajzat se gjeri me kembe te mbledhura.

Nepermjet elementeve te akrobacise dhe te kercimit te kalucit synohet kryesisht ne vleresimin e nivelit te aftesive koordinative dhe levizore ne gjimnastike per cdo konkuroes.

1-Vleresimi do te behet me maksimumin 17pike (9 pike per akrobacine dhe 8 pike per kercimin e kalucit)

2-Cdo element i perfshire ne akrobaci dhe i kercimit te kalucit vleresohet me pike sipas veshtiresive qe mbart

3-Nese konkuroesi(konkuroesja) nuk kryen nje element te akrobacise ose kercimit(ose jo konform kerkesave teknike te percaktuara per 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 konkuroesi peson ndonje demtim(terheqe muskujsh, ndrydhje, kontuzion etj) gjate ekzekutimit te elementeve te akrobacise ose kercimit te kalucit dhe nuk mund vazhdoje konkurimin per momentin, atij i jepet mundesia nga juria qe ta perserise ne fund te konkuroesve.

7-Percaktimi i perseritjes ne keto raste eshte kompetence e Jurise e cila vendos me konsensus ose votim te deklaruar mbi bazen e numrit me te madh te votave.

Shpjegimet e mersiperme shoqerohen 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 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	Rrjedhshem kaperdimje 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 njeres kembe 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 kembeve prane 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 njerem kembe 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 kalucit per 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	Vleresimi Ne 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	Rrjedhshem kaperdimje mbrapa(nje)	1
3	Rrjedhshem kalim ne vertikale mbi shpatulla, qendrim 2 sekonda.	1
4	Nga vertikajla 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 njerem kembe 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 kalucit per vajza do te realizohet se gjeri me kembe te mbledhura dhe lartesia e tij eshte 125 cm nga toka.

Numri i fazave	Fazat e kercimit	Vleresimi Ne 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 2014-2015**

Test i atletikes permban 3 ushtrime te cilet vleresojne nivelin fizik dhe levizor te konkurenteve. Keto ushtrime jane:

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

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

1- Vrapim 100m (6 pike)

-Organizohet sipas rregullores se garave atletike

- Ushtruesi ka te drejte te gaboje vetem nje here.
- Ushtruesi niset sipas komandes se nisesit.
- Koha vleresohet mbi mesataren e matjeve kronometrike.

2- Kercim se gjati nga vendi (6 pike)

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

- Cdo konkurent realizon 3 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.

3- Vrapim 800 m (6 pike)

TABELA E VLERSIMIT TE TESTIT ATLETIK

Pike	100 m		800 m		Se gjati nga vendi	
	Meshkuj	Femra	Meshkuj	Femra	Meshkuj	Femra
6	11,8	14.1	2.24 min	3.0 min	264 cm	218cm
5	12,1	14,3	2.28	3.08	256cm	210
4	12,4	14,5	2.32	3.16	248	200
3	12,6	14,7	2.36	3.24	240	190
2	12,8	14,9	2.40	3.32	230	180
1	13.2	15.3	2.44	3.42	220	170

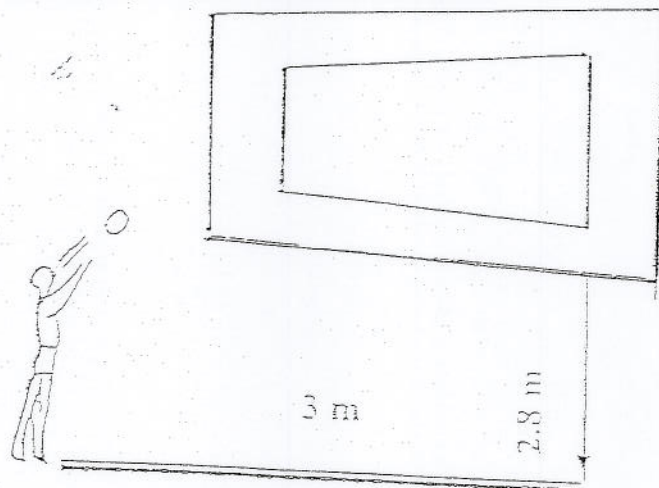
**KONKURIMI I STUDENTEVE KANDITATE PER NE UNIVERSITETIN
“ALEKSANDER XHUVANI” NE PROGRAMIN E STUDIMIT “BACHELOR” NE
EDUKIM FIZIK DHE SPORTE NE DISIPLINEN E VOLEJBOLLIT PER VITIN
MESIMOR AKADEMIK 2014-2015**

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 nje vize. Lartesia e kuadratit te vizatuar nga toka eshte 280 deri ne 340cm. Koha e ekzekutimit te ushtrimit eshte 20 sekonda.

Fig.1



EKZEKUTIMI I TESTIT

TEKNIKA E PASIMIT DHE PRECIZIONI – Gjate ekzekutimit te pasimit lejohet shlelja 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 momenti lojtari e hedh topin mbi lartesis e kokes.

VLERESIMI I TESTIT NR 1

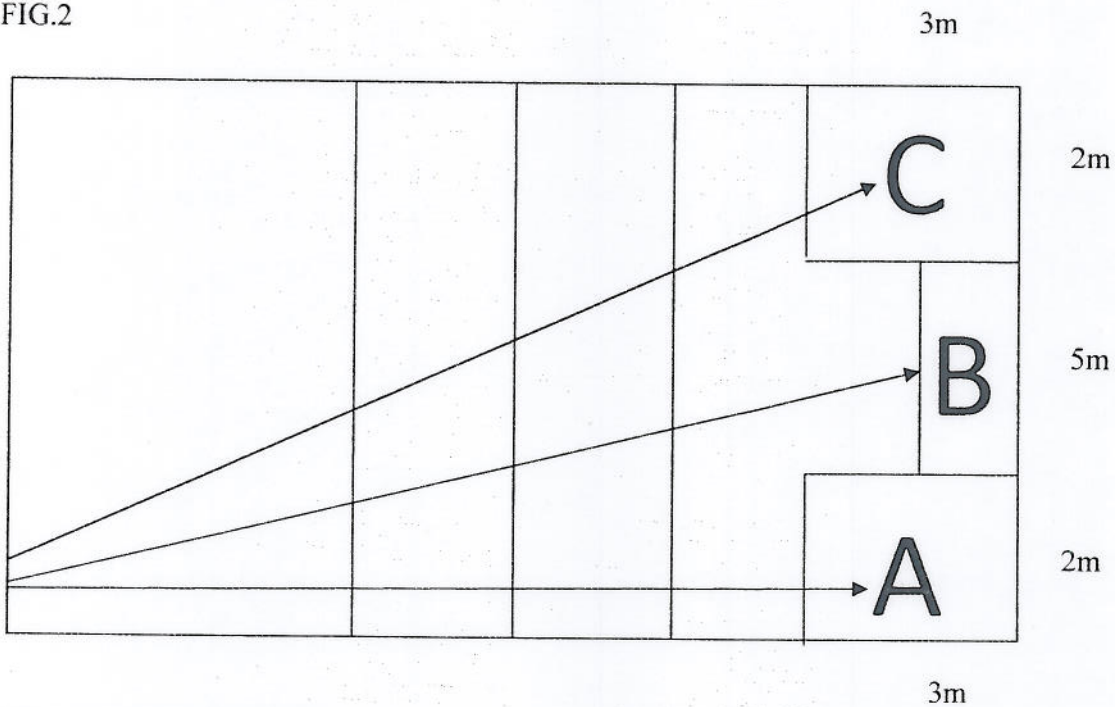
PIKET	9	8	7	6	5	4	3	2	1
DJEM	17	16	15	14	13	12	11	10	9
VAJZA	14	13	12	11	10	9	8	7	6

METODIKA E TESTIT

TEST NR. 2

Vizohen ne fushe kuadrate ne zona te kufizuara ku $A=3 \times 2m$, $B=5 \times 2m$ dhe $C=3 \times 2m$. Kryhen gjithsej 8 sherbime.

FIG.2



EKZEKTUTIMI I TESTIT

Sherbimet adresohen ne zonat e treguara ne fig.2. Kryhen 2 sherbime ne kuadratin A, 4 sherbime ne kuadratin B dhe 2 sherbime ne kuadratin C. Vleresohet precizioni i sherbimit i cili perfundon brenda kuadratit. Per cdo sherbim te kryer brenda kuadratit konkurenti merr 1 pike.

VLERESIMI I TESTIT NR.2

PIKET	8	7	6	5	4	3	2	1
DJEM(sherbime te sakta)	8	7	6	5	4	3	2	1
VAJZA(sherbime te sakta)	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 2014-2015.**

TESTI NR. 1

GJUAJTJE TE LIRA

Konkurenti vendoset ne vijen e gjuajtjeve te lira nga ku do te kryeje 9 gjuajtje te lira rradhazi. Per cdo 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.

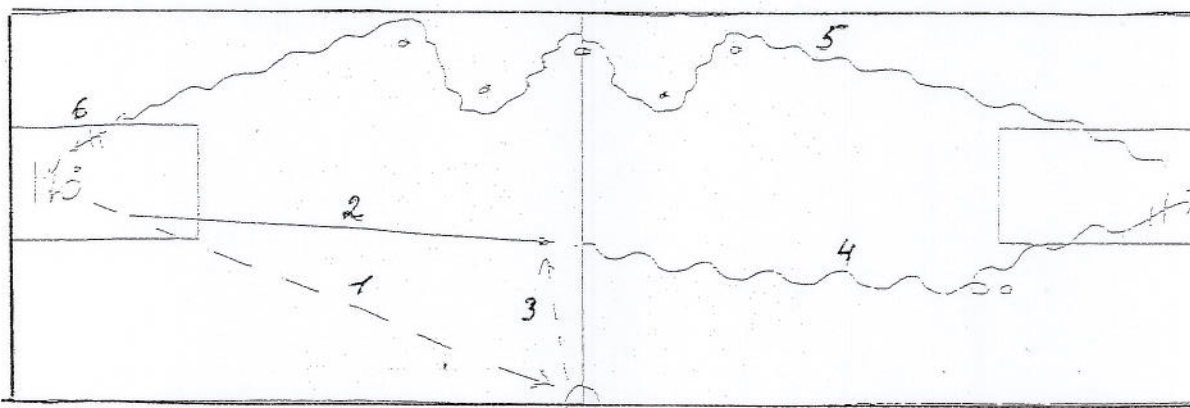
-Vleresimi do te behet sic paraqitet ne tabelen e meposhtme.

Piket	9	8	7	6	5	4	3	2	1
VAJZA, DJEM Kosha te realizuar	9	8	7	6	5	4	3	2	1

TEST NR. 2

Konkurenti vendoset poshte koshit anash tabelës me top ne dore. Hedh topin me nje dore nga poshte ne table 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 vijen anesore. 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 ben nje 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
DJEM	19''	19,5''	20''	20,5''	21''	21,5''	22''	22,5''	23''
Koha ne sekonda									

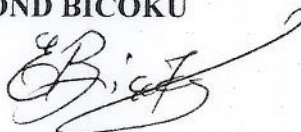
PIKET	9	8	7	6	5	4	3	2	1
VAJZA	23''	23,5''	24''	24,5''	25''	25,5''	26''	26,5''	27''
Koha ne sekonda									

SHENIM:

- Per koshat e perealizuar zbritet nga nje pike per cdo kosh.
- Per cdo 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 vijes anesore.
- Koha fillon te matet kur lojtari bie ne toke pas kapjes se topit 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

EDMOND BICOKU



SKEDA SHENDETSORE INDIVIDUALE PER PRANIMIN E STUDENTEVE NE UNIVERSITETIN
 "A. XHUVANI" NE PROGRAMIN E STUDIMIT "BACHELOR" NE EDUKIM FIZIK DHE SPORTE.

Emri	Atësia	Mbiemri	Datëlindja
1. Kardiolog E.K.G. me spjegim dhe bashkengjitur Vula Data Firma		4. ORL Vula Data Firma	
2. Analiza Gjak komplet Eritrocidet H Urinë komplet Vula Data Firma		5. Okulisti Vula Data Firma 6. Radiologu Vula Data Firma Radioskopi Pulmon	
3. Kirurgu Vizita e përgjithshme Është operuar, n.q. se po, nga cfare Vula Data Firma		V.K.M.L. I aftë për programin e studimet "Edukim Fizik dhe Sporte" në Universitetin "A. Xhuvani" Elbasan. ANETARE KRYETARE ANETARE	