

<b>Subjekti</b>	Vlerësimi dhe monitorimi i performancës		
<b>Lloji</b>	Lloji	Semestri	ECTS
	OBLIGATIVE (O)	V	5
<b>Ligjeruesi</b>	Dr.Sc. Milaim Berisha		
<b>Qëllimet dhe objektivat</b>	Lënda ka për qëllim t'u mundësojë studentëve të jenë të pavarur në përzgjedhjet e testeve në testimin e performancës, të aplikojnë protokollin e testimit, të analizojnë rezultatin dhe të përgatisin raportin e performancës dhe të përkthejnë përfundimin në variabla trajnimi duke e përdorur atë për arsye të tilla si përcaktimi i nivelit të fitnessit, përgatitja e programit të trajnimit, etj.		
<b>Rezultatet e të nxënit</b>	Pas përfundimit të këtij moduli, studentët duhet të jenë në gjendje të: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Të kesh njohuri rreth procesit të testimit</li> <li>✓ Duke pasur njohuri rreth përzgjedhjes së testeve të përshtatshme për atletët bazuar në kriteret e përcaktuara.</li> <li>✓ Kryeni testet bazë për përbërjen e trupit dhe antropometrinë.</li> <li>✓ Kryerja e testeve bazë të aftësive psikomotorike</li> <li>✓ Përcaktimi i protokollin e testimit dhe rezultatet</li> <li>✓ Përkthimi i rezultateve të performancës në një variabël trajnimi</li> </ul>		
<b>Përmbajtja</b>	<b>Java</b>	<b>Temat</b>	
	<b>Prezantimi i syllabusit</b>		
	1	Vlerësimi i performancës dhe parimet e përzgjedhjes së testeve në sporte	
	2	Aplikimi i matjeve të përbërjes së trupit në sporte	
	3	Aplikimi i matjeve antropometrike në sporte	
	4	Aplikimi i matjeve të fleksibilitetit dhe lëvizshmërisë në sporte	
	5	Zbatimi i agilitetit, dhe matjet e koordinimit në sporte	
	6	Zbatimi i matjeve të forcës në sport	
	<b>Provimi afatmesëm – 1</b>		
	7	Aplikimi i matjeve të shpejtësisë në sport	
	8	Aplikimi i matjeve të ekuilibrit dhe stabilitetit në sporte	
	9	Aplikimi i analizës statistikore të trajnerëve në ushtrimin e recetave dhe testimit në sport	
	10	Duke analizuar rezultatet e testit	
11	Përgatitja e raportit		
12	Kriteret e krijimit të testit të performancës		
<b>Provimi afatmesëm – 2</b>			
<b>Metodat e mësimdhënies/të mësuarit</b>	<b>Aktiviteti</b>	<b>Pesha (%)</b>	
	Leksione	40%	
	Laboratori	40%	
	Kërkime	10%	
	Mësimi i pavarur	10%	
<b>Metodat e vlerësimit</b>	<b>Metodat e vlerësimit:</b>	<b>%</b>	
	Pjesëmarrje	10%	
	a) Provimi afatmesëm -1	10%	
	b) Provimi afatmesëm - 2	10%	
	Laboratori	30%	
	Raporti i matjes së performancës	40%	
<b>Burimet</b>	<b>Burimet</b>	<b>Numri</b>	
	Leksione	1	
	Presantations	1	
	Web i shkencës	1	
	PubMed	1	
	Scopus	1	
<b>ECTS Ngarkesa e punës</b>	<b>Aktiviteti</b>	<b>Orë javore</b>	<b>Ngarkesa e punës</b>
	Leksione	2	24

	Laboratori	1	12
	Mësimi i pavarur	n/a	64
	Përgatitja e ekzaminimit	n/a	25
<b>Literatura</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolegji Amerikan i Mjekësisë Sportive. (2013). Udhëzimet e ACSM-së për testimin dhe recetën e ushtrimeve (9th ed.). Filadelfia, PA: Lippincott Williams &amp; Wilkins.</li> <li>• Heyward, V., &amp; Gibson, A. L. (2018). Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription, 7E. Human kinetics.</li> <li>• Heyward, V. H., &amp; Gibson, A. L. (2010). Parimet e vlerësimit, recetave dhe aderimit të programit të ushtrimeve. <i>Vlerësimi i avancuar i fitnessit dhe receta e ushtrimeve. 6. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.</i></li> <li>• Berisha, M. (2021). Përcaktimi i fleksibilitetit dhe nivelit të lëvizshmërisë për studentet e edukimit fizik femëror dhe analiza e asimetrisë motorike. <i>Edukimi fizik i nxënësve, 25(5), 272-279.</i></li> <li>• Thaqi, A., Berisha, M., &amp; Shaqiri, K. (2023). Niveli i kompetencave motorike të të moshuarve të matur me protokollin e Ekranit të Lëvizjes Funktionale. <i>Pedagogjia e Kulturës Fizike dhe Sporteve, 27(4), 267-273.</i></li> <li>• Berisha, M. I. L. A. I. M. (2021). Vlerat normative për karakteristikat fizike dhe psikomotorike tek fëmijët e moshës 4-7 vjeç në Turqi (Sakarya). <i>Человек. Спорт. Медицина, 21(1), 94-101.</i></li> <li>• Berisha, M., Cejhan, G., Büyükergün, A., &amp; Gjaka, M. (2023). Një qasje e re për matjen e fleksibilitetit aktiv në studentët e fakulteteve të shkencave sportive. <i>Kinesiologia Slovenica, 29(2), 195-207.</i></li> <li>• Berisha, M. (2020). <i>Normat fizike fizike në nxënësit e moshës 8-17 vjeç në Kosovë: Përcaktimi i vlerave të normave në vlerësimin e zhvillimeve fizike dhe biometrike të nxënësve 8-17 vjeç në Kosovë.</i> Lambert Academic Publishing.</li> </ul>		
<b>Standardet etike</b>	<p>Ky kurs ndjek Kodin e Etikës të Kolegjit UBT, duke kërkuar që të gjithë studentët të sillen në përputhje me këtë. Çdo rast i sjelljes së gabuar akademike, duke përfshirë por pa u kufizuar në mashtrim, plagjiaturë, apo forma të tjera të pandershmerisë, do të çojë në ndëshkime të rëndësishme si dështimi i vlerësimit specifik apo i gjithë kursit, si dhe masa të mëtejshme disiplinore në përputhje me politikat e integritetit akademik të Kolegjit UBT.</p>		
<b>Kontakt</b>	<a href="mailto:milaim.berisha@ubt-uni.net">milaim.berisha@ubt-uni.net</a>		