

<b>Subjekti</b>	Biomekanika e avancuar dhe kinesiologjia			
<b>Lloji</b>	Lloji	Semestri	ECTS	
	OBLIGATIVE (O)	V	4	
<b>Ligjeruesi</b>	Dr.Sc. Milaim Berisha			
<b>Qëllimet dhe objektivat</b>	Përveç njohurive të përgjithshme rreth biomekanikës dhe përfitimeve të saj aplikative në shkencën e sportit dhe lëvizjes, kursi ka për qëllim t'u mundësojë nxënësve të kuptojnë, shpjegojnë dhe aplikojnë llogaritjet themelore që lidhen me strukturën mekanike të përbërjes së trupit. Përveç kësaj, duke u mundësuar nxënësve të llogarisin efektet e aftësive motorike në lëvizjen njerëzore dhe, ç'është më e rëndësishmja, t'i përkthejnë këto rezultate në variabla trajnimi si tregues kryesorë të performancës.			
<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>✓ Kuptoni biomekanikën, parimet e saj dhe përfitimet e saj në sport, përbërjen e trupit dhe aftësitë motorike.</li> <li>✓ Llogarit strukturën mekanike të përbërjes së trupit</li> <li>✓ Llogarit strukturën mekanike të aftësive motorike</li> <li>✓ Përktheni rezultatet e analizës mekanike në variabla trajnimi si tregues kyç të performancës.</li> </ul>			
<b>Përmbajtja</b>	<b>Java</b>	<b>Temat</b>		
	<b>Prezantimi i syllabusit</b>			
	1	Biomekanika në kinesiologji		
	2	Përmbajtja dhe terminologjia e Biomekanikës në kinesiologji		
	3	Mjetet e përdorura në biomekanikën e shkencës sportive		
	4	Llogaritja e kinematikës së lëvizjeve lineare (zhvendosja, shpejtësia, përsheptimi)		
	5	Llogaritja e kinematikës së lëvizjes këndore (zhvendosja, shpejtësia, përsheptimi)		
	6	Llogaritje projektile (shpejtësia fillestare, këndi i nisjes, koha e fluturimit, gama (distanca e udhëtuar), lartësia maksimale)		
	<b>Provimi afatmesëm – 1</b>			
	7	Ligjet dhe forca e Njutonit, energjia dhe fuqia		
	8	Llogaritja e vullit dhe impulsit		
	9	Llogaritja e qendrës së gravitetit		
	10	Llogaritja e inercisë		
11	Duke analizuar rezultatet e analizës biomekanike			
12	Raportimi i rezultateve të analizës biomekanike			
<b>Provimi afatmesëm – 2</b>				
<b>Metodat e mësimdhënies/të mësuarit</b>	Aktiviteti		Pesha (%)	
	Leksione		40%	
	Laboratori		40%	
	Kërkime		10%	
	Mësimi i pavarur		10%	
<b>Metodat e vlerësimit</b>	<b>Metodat e vlerësimit:</b>		%	
	Pjesëmarrje		10%	
	a) Provimi afatmesëm -1		10%	
	b) Provimi afatmesëm - 2		10%	
	Laboratori		30%	
	Detyra		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., Büyükerğün, 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> </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 pandershëmërisë, 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>		