

Lënda	Sporti, Lojërat në Shëndetin Individual, Komunitet dhe Shëndetin Social		
Lloji	Lloji	Semestri	ECTS
	E DETYRUESHME (M)	1	5
Profesori/sha	Dr. Blerta Abazi		
Qëllimet dhe objektivat	Qëllimi i lëndës është t'u mundësojë nxënësve të zhvillojnë aftësi në lidhje me rëndësinë e sportit, lojrave dhe lojës për individët, komunitetin dhe shëndetin social. Për t'i njohur studentët me domethënien e sportit, lojrave dhe lojës për individët, komunitetin dhe shëndetin social. T'u mundësojë nxënësve të demonstrojnë aktivitete sportive që përfitojnë shëndetin e individëve dhe të komunitetit. T'u mundësojë studentëve të transferojnë njohuritë dhe aftësitë e fituara tek të tjerët, veçanërisht të mësojnë njohuri të reja mbi ndikimin e sportit dhe lojrave mbi individët dhe shëndetin social në përgjithësi		
Përfundimet e të mësuarit	<p>Pas përfundimit të lëndës, studentet do të:</p> <ul style="list-style-type: none"> Merrin njohuri mbi rregullat dhe rregullat që qeverisin aktivitetet, lojërat dhe sportet që lidhen me sportin dhe kuptoni ndikimin që këto aktivitete mund të kenë në shëndetin individual dhe social. Identifikojnë ushtrimet dhe lojërat kryesore për të mësuar aftësitë e nevojshme për të qenë të aftë në sporte dhe aktivitete të ndryshme individuale dhe të dyfishta. Identifikoni fazat e ndryshme të pjesëmarrjes sportive dhe rolin e tyre në shoqëri. Shpjegojnë ndikimin e edukimit fizik dhe pjesëmarrjes në aktivitete sportive dhe rekreative në shëndetin dhe mirëqenien personale dhe komunitare. Kuptojnë ndikimin e përgjithshëm të aktiviteteve sportive në çështje të ndryshme komunitare dhe sociale. 		
Përmbajtja	Java	Temat	
	Prezantimi i syllabusit		
	1	Koncepti i përgjithshëm i sporteve	
	2	Komponentët, funksionet dhe vlerat e sportit	
	3	Roli i sportit në promovimin e shëndetit social	
	4	Sportet dhe luajnë në shëndetin e përgjithshëm	
	5	Pasiviteti fizik dhe problemet shëndetësore	
	6	Aspekti i socializimit në sporte gjatë situatave dhe periudhave të ndryshme të jetës	
	Provimi periodik – 1		
	7	Koncepti i lojës dhe rëndësia e saj	
	8	Lojra në kulturën fizike dhe shëndetësore	
	9	Teoritë sociale, psikologjike dhe pedagogjike të lojës	
	10	Roli i sportit dhe lojës në komunitet dhe shoqëri	
11	Projekte kërkimore mbi fushën përkatëse, analiza grupore dhe diskutime		
12	Leksione interaktive: diskutim dhe përmbledhje e leksioneve praktike-teorike		
Provimi periodik – 2			
Metodat e mësimdhënies/të mësuarit	Aktiviteti		Pesha (%)
	Leksione		20
	Laboratori		30
	Kërkime		30
	Mësimi i pavarur		20
Metodat e vlerësimit	Metodat e vlerësimit:		%
	Pjesëmarrje		10
	a) Provimi periodik -1		30
	b) Provimi periodik - 2		30
	Laboratori		30
ECTS Ngarkesa e punës	Aktiviteti	Orë javore	Ngarkesa e punës
	Leksione	2	24
	Laboratori	1	12
	Mësimi i pavarur	n/a	59

	Përgatitja per provim	n/a	30
Literatura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bartoš, A. (2015). Zdravlje i tjelesna aktivnost civilizacijska potreba modernog 2. Bouchard, C., Blair, S.N., Haskell, W.L. (2012). Physical activity and health. 3. American College of Sports Medicine (2000). Exercise and Type 2 diabetes. 4. Folsom AR, Kushi LH & Hong CP (2000). Physical activity and incident diabetes mellitus in postmenopausal women. American Journal of Public. 5. Findak, V. (2003.) Metodika tjelesne i zdravstvene kulture, priručnik za nastavnike. 6. Abazi, B. (2020). The impact of marital status in physical activity of women in Kosovo.. Sport dhe Health , 7(13-14), 19-26.79. 7. Abazi, B., Gashi, B., Pireva, F., & Maqedonci, V. (2019). Dependency on cell phone (Internet) and Its impact to the learning process and to the physical activity among sports students in Aab College. <i>Sportski Logos</i>, 20 		
Standardet etike	<p>Kjo lënd 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>		
Kontakt	blerta.abazi@ubt-uni.net		