

Deri te:

Këshilli Mësimor - Shkencor i Fakultetit të Kulturës Fizike të Universitetit të Tetovës

Lënda: Vlerësimi i disertacionit të doktoraturës i kandidatit Besim Gashi me temë:

“RELACIONET E TREGUESVE KINEMATIK GJATË PERFORMIMIT TË SALTOS PARA I MBLEDHUR DHE PRAPA I MBLEDHUR TE GJIMNASTËT”

Këshilli Mësimor-Shkencor i Fakultetit të Kulturës Fizike të Universitetit të Tetovës, në mbledhjen e mbajtur më 16.07.2025, solli vendimin: nr. 19-163/2 për formimin e Komisionit për vlerësimin e punimit të disertacionit të doktoraturës me titull “Relacionet e treguesve kinematik gjatë performimit të saltos para i mbledhur dhe prapa i mbledhur te gjimnastët” i kandidatit Mr. Sc. Besim Gashi. Komisioni përbëhet nga: Prof. Dr. Fadil Mamuti, kryetar; Prof. Dr. Kastriot Shaqiri, anëtar; Prof. Dr. Hyjnor Kica, anëtar; Prof. Dr. Milazim Kamberi, anëtar; Prof. Dr. Fadil Rexhepi, mentor.

Ky komision i paraqet Këshillit Mësimor-Shkencor të Fakultetit të Kulturës Fizike këtë:

RAPORT

Për vlerësimin e disertacionit të doktoraturës

Besim Gashi ka lindur më 21 korrik 1975 në Prizren. Ai ka përfunduar studimet themelore në Fakultetin e Edukimit Fizik dhe Sportit në Universitetin e Prishtinës, ku u diplomua në vitin 2003 dhe merr titullin Profesor i Edukimit Fizik dhe Sportit. Studimet pasuniversitare i përfundoi në vitin 2008 në të njëjtën institucion, duke fituar titullin Master i Shkencave të Kulturës Fizike dhe Sportit.

Përvoja e tij profesionale filloi në vitin 2000 si mësimdhënës i cdukatës fizike në shkollën e mesme teknike “Skënder Luarasi” në Suharekë. Nga viti 2000 deri më 2004, ai njëkohësisht shërbeu si trajner për kurset e Aerobisë, PingPongut dhe Notit në Qendrën Rinore “Shtëpia e

Fellbahut” në Suharekë. Nga viti 2008 deri në vitin 2012 ka qenë profesor në shkollën fillore dhe të mesme “Luarasi” në Prishtinë.

Prej vitit 2008 është pjesë e stafit akademik në Kolegjin AAB, si asistent për lëndët Gjymnastikë Sportive dhe Akrobatikë në Fakultetin e Kulturës Fizike dhe Sportit. Nga viti 2012 është ligjërues në Fakultet. Nga viti 2011 mban edhe pozitën e zyrtarit të cilësisë në kuadër të Fakultetit. Në këtë rol ai ka kontribuar në mësimdhënie, përgatitje të planprogrameve, mbikëqyrje të praktikës dhe publikime shkencore.

Nga nëntori i vitit 2024, është Koordinator i projektit “Let’s Play Math” të mbështetur nga Erasmus+ dhe Play International. Ai ka udhëhequr implementimin institucional, komunikimin me partnerët dhe organizimin e ngjarjeve trajnuese. Ka shërbyer si Nënkyetar dhe Anëtar Themelues i Federatës së Gjymnastikës së Kosovës (2012–2018), duke kontribuar në ndërtimin institucional të saj dhe zhvillimin e sportit të gjymnastikës në vend. Në vitin 2020, ka marrë mirënjohje nga Federata e Gjymnastikës për kontributin e dhënë në zhvillimin e këtij sporti.

Aktualisht është gjyqtar i licencuar i Notit dhe anëtar i Bordit të Federatës së Notit të Kosovës. Në vitin 2024, është shpërblyer me çmimin “Gjyqtari i Vitit” nga Federata e Notit të Kosovës.

Ai ka botuar punime në revista të indeksuara dhe ka marrë pjesë në konferenca shkencore brenda dhe jashtë vendit. Trajnimet e tij përfshijnë certifikime nga Radboud University (Holandë), CISCO/AUK, Federata Ndërkombëtare e Gjymnastikës (FIG), QAPI nga Kolegji AAB etj.

Gjatë karrierës së tij, Besim Gashi ka qenë aktiv në punë kërkimore, ku do të pasqyrohen disa nga punimet shkencore, profesionale dhe prezantimet:

Punimet shkencore të publikuara:

1. Gashi, B., & Rexhepi, F. (2021). The difference between the main kinematic indicators of backward somersault and front somersault of an elite athlete. *The Scientific Journal Sport and Health*, 8(15–16), 1–102. Tetova.
https://drive.google.com/file/d/1fhwGCTrxBf4KhOKGiD7_P492FXzY4APS/view

2. Rexhepi, F., Pireva, F., Vehapi, S., & Gashi, B. (2020). Alternative opportunities for conducting physical, sports and recreational activities in the conditions of the Covid-19 pandemic. *Thesis International Research Journal*, 9(2).
3. Gashi, B., Rexhepi, F., & Koleci, A. (2019). The center of gymnast's body gravity during the performance of the salto forward tucked. *The Scientific Journal Sport and Health*, 7(13-14).
4. Abazi, B., Gashi, B., Pireva, F., & Magedonci, V. (2019). Dependency on cellphone (Internet) and its impact to the learning process and to the physical activity among sports students in AAB College. *Sportski Logos*, 17(31).
5. Rexhepi, F., Vehapi, S., Pireva, F., & Gashi, B. (2018). Kinematic analysis of the kicking leg velocity and its position during performance of the mawashi geri technic on target. *IIOAB Journal*, 9(3 Suppl), S3, 1-5. https://www.iioab.org/IIOABJ_9_S3_1-5.pdf
6. Shaqiri, D., Pireva, F., Vehapi, S., Myrtaj, N., Pireva, A., & Gashi, B. (2017). Differences between basketball players and 15-year-old students in some anthropometric features and motor skills. *Sport Science: International Kinesiology Scientific Magazine*. University of Travnik, Faculty of Education. <http://www.sportscience.ba/pdf/br19.pdf>
7. Vehapi, S., Pireva, F., Mikic, B., Gashi, B., Haliti, A., & Morina, B. (2015). Differences between students of the Faculty of Physical Education and regular body building practitioners in the dimensions of maximal, explosive and static strength. In *Proceedings of the 1st International Sport, Science, Education and Development Conference (InSSED 2015)*. Bosnia and Herzegovina.
8. Pireva, F., Vehapi, S., Mikić, B., Pireva, A., Gashi, B., & Kelmendi, D. (2015). Differences in motoric and anthropometric space between 12-year old boy basketball players and students. *Sport Science*, 8(2). <http://www.sportscience.ba/pdf/br16.pdf>
9. Vehapi, S., Pireva, F., Gashi, B., Mikic, B., & Arnautovic, A. (2014). Differences in body mass, body height and explosive, repetitive and static strength between 16-year-old males and females. *Sport Science*, 7(2), December. Faculty of Education – University of Travnik.
10. Korça, A., Halilaj, B., Gllareva, I., & Gashi, B. (2014). Impact of some tests in implementation of 60 meter sprint in young people of 13 years of age. *Sport and Health*, 1(2), 64-68.

Pjesëmarrja në Konferenca Shkencore:

1. Vehapi, Sh., & Gashi, B. (2025, May 13). *Integrimi i inteligjencës artificiale në edukimin fizik*. In *Artificial Intelligence (AI) in the Age of Transformation: Opportunities and Challenges*. Prishtina, AAB College.

2. (2024, May 15–17). International Congress on Natural, Health Sciences and Technology, Tetovë, North Macedonia.
3. (2023, May 17–19). International Congress on Natural, Health Sciences and Technology, 8th International Balkan Conference in Sport Sciences. University of Tetova, Tetovë, North Macedonia.
4. (2022, May 18–19). International Congress on Natural, Health Sciences and Technology, 7th International Balkan Conference in Sport Sciences. University of Tetova, Tetovë, North Macedonia.
5. (2021, December 22–23). Third Scientific Conference for Physical Education, Sport and Health. Prishtina, Kosovo.
6. (2021, December 10–11). International Academic Conference on Sports Sciences. Faculty of Physical Culture and Sports, Prishtinë, Kosovo. ISBN 978-9951-832-05-2.
7. (2021, December 22–23). Third Scientific Conference for Physical Education, Sport and Health / 12th International Symposium on New Technologies in Sport. Prishtina, Kosovo. <https://fefs.uni-pr.edu/page.aspx?id=1.6.57>
8. Rexhepi, F., Pireva, F., Vehapi, S., & Gashi, B. (2020, September 5–6). *Mundësitë alternative të mbajtjes së aktiviteteve fizike, sportive dhe rekreative si pasojë e pandemisë COVID-19*. In Transformations and Consequences in Society Due to the COVID-19 Pandemic. Prishtina, Kosovo.
9. (2018, May 18–19). The 5th International Balkan Conference in Sports Sciences. University of Tetova, Tetovë, North Macedonia. <https://unite.edu.mk/en/event/fifth-international-balkan-conference-in-sport-sciences/>
10. (2017, April 20–22). The 7th World Conference on Innovation and Computer Science (INSODE-2017). Prishtina, Kosovo. <https://archive.aab-edu.net/en/conferences/7th-world-conference-innovation-computer-science-insode-2017/>
11. (2017, May 5–6). The 4th International Balkan Conference in Sports Sciences. University of Tetova, Tetovë, North Macedonia.
12. (2016, May 27–28). Third International Balkan Symposium on Sports Sciences. Tetovë, North Macedonia. <https://www.uludag.edu.tr/english/haber/view/1656>

Në vitin 2015 regjistroi studimet e doktoraturës në Universitetin e Tetovës në Fakultetin e Kulturës Fizike - drejtimi kineziologji. Në vitin 2025 ka përgatitur punimin e disertacionit të

doktoraturës me temën “Relacionet e treguesve kinematik gjatë performimit të saltos para i mbledhur dhe prapa i mbledhur te gjimnastët”, me mentor, Prof. Dr. Fadil Rexhepi.

Punimi i doktoraturës është i shtypur në 145 (njëqindë e dyzet e pesë) faqe. Teksti është i ndarë në: 12 (dymbëdhjetë) kapituj, 19 (nëntëmbëdhjetë) nën kapituj, përmban 18 (tetëmbëdhjetë) tabela, 62 (gjashtëdhjetë e dy) grafike dhe 82 (tetëdhjetë e dy) njësi bibliografike.

Lëndë e këtij hulumtimi janë sportistët e gjimnastikës, përkatësisht matja e disa karakteristikave antropometrike dhe analiza e treguesve kinematik gjatë performimit të dy elementeve akrobatike: Salto para i mbledhur dhe Salto prapa i mbledhur.

Ky punim hulumton kërkesat kinematike të saltos para të mbledhur dhe saltos prapa të mbledhur te gjimnastët, duke analizuar variablat hapësinore dhe kohore gjatë performimit të këtyre elementeve akrobatike. Studimi synon të identifikojë dallimet kinematike mes dy teknikave, duke përfshirë disa treguesë: si shpejtësia e qendrës së rëndesës, koha e realizimit dhe zhvendosja e qendrës së rëndesës në drejtime të ndryshme. Hulumtimi bazohet në një analizë të tri fazave të teknikës: faza e shtytjes, faza e fluturimit dhe faza e uljes.

Në Hyrje të këtij punimi, autori në përgjithësi jep një pasqyrë të shkurtër për Akrobatikën si një disiplinë e Gjimnastikës Sportive që përfshin lëvizje dinamike dhe elemente spektakolare, duke shfaqur forcën dhe mjeshhtërinë e sportistëve. Ajo paraqitet si pjesë përbërëse e gjimnastikës sportive, por edhe si një disiplinë e pavarur që përfshin elemente të pranishme në të gjitha veglat gjimnastikore. Elementet akrobatike përbëjnë bazën e gjimnastikës dhe përdoren në çdo nivel, nga fillestarët deri tek gjimnastët elitarë. Përmes ushtrimeve specifike akrobatike, sportistët demonstrojnë përgatitjen e tyre teknike dhe fizike, rezultat i stërvitjes së gjatë dhe të qëndrueshme. Më tutje autori shton se: Historia e akrobatikës daton që nga lashtësia. Në Egjiptin e vjetër ajo ishte pjesë e ceremonive kulturore, ndërsa në Greqinë antike zhvillohej në lojërat fizike dhe përgatitjen ushtarake. Në Kinë, akrobatika ka qenë gjithashtu pjesë e rëndësishme e trashëgimisë kulturore, duke u zhvilluar në formë spektaklesh të sofistikuar që kërkonin forcë dhe fleksibilitet. Në literaturën e lashtë përmenden lëvizje të ndërlikuara akrobatike, të cilat janë përsosur me kalimin e kohës dhe kanë evoluar në formën moderne që njihet sot.

Në gjimnastikën sportive, akrobatika është integruar në të gjitha veglat kryesore: dysHEME, kali me doreza, paralelet dhe trau. Ajo u jep kompozimeve harmoni, kontroll dhe shkathtësi. Për

shembull, në garat e dyshemesë, gjimnastët performojnë një varg saltosh dhe rrotullimesh të kombinuara për të krijuar një program artistik e akrobatik. Edhe veglat e tjera përfshijnë lëvizje që ndërthurin forcën dhe ekuilibrin me elemente akrobatike, duke ndikuar drejtpërdrejt në vlerësimin nga gjyqtarët.

Realizimi i elementeve akrobatike kërkon zhvillim të forcës, fleksibilitetit dhe ekuilibr. Një ndër elementet më të rëndësishme janë saltot para dhe prapa. Këto kryhen me saktësi të lartë teknike, ku krahët dhe këmbët punojnë në harmoni për të krijuar ngritjen dhe rrotullimin e duhur. Faza e ngritjes duhet të sigurojë lartësinë e mjaftueshme për rotacion, ndërsa ulja kërkon kontroll të plotë për të shmangur dëmtimet.

Në gjimnastikën moderne, dallimet mes meshkujve dhe femrave janë të dukshme. Te femrat, programet e dyshemesë zgjasin 70-90 sekonda dhe shoqërohen me muzikë, duke theksuar aspektin artistik. Te meshkujt, kompozimet zgjasin 50-70 sekonda dhe përqendrohen më shumë në forcë dhe elemente akrobatike, pa muzikë.

Ndryshime të rëndësishme kanë ndodhur edhe në sipërfaqen e performimit. Fillimisht ajo ishte 8x8 metra, ndërsa pas vitit 1950 u standardizua në 12x12 metra me shtesa mbrojtëse. Futja e tapetit elastik ka qenë një risi që ndihmon në arritjen e lartësive më të mëdha dhe ul rrezikun e dëmtimeve.

Elementet akrobatike kategorizohen sipas shkallës së vështirësisë. Për gjimnastët e rinj, saltoja para ose prapa përbën ushtrim bazë. Për nivelet më të larta, ato shoqërohen me rrotullime anësore dhe kthime deri në 90 gradë, duke i bërë kompozimet më komplekse.

Në kuadrin olimpik, dyshemeja ka rëndësi të madhe: ajo është e katërta për femrat dhe e para për meshkujt në shumëgarësh. Gjimnastët e nivelit të lartë stërviten për vite për të përfshirë elemente akrobatike të vështira, të cilat vlerësohen për shkallën e kompleksitetit dhe përsosmërinë në performim. Në nivel pionerësh dhe juniorësh, saltot para dhe prapa janë themelore për ndërtimin e bazës, ndërsa për gjimnastët e avancuar ato përdoren si pjesë lidhëse drejt elementeve më të sofistikuara.

Qëllimi i hulumtimit është bazuar në përcaktimin e treguesëve kinematikë gjatë performimit të elementeve akrobatike salto prapa i mbledhur dhe salto para i mbledhur, si dhe në

relacionet ndërmjet treguesve kinematik hapësinor dhe kohor të salto para i mbledhur dhe salto para i mbledhur. Niveli i ndikimit të disa treguesve morfologjik të gjimnastëve dhe treguesve kinematik në sasinë e lëvizjes (momentumin) të të dy elementet, si dhe vërtetimin i dallimeve të treguesve kinematik ndërmjet dy elementeve.

Duke u bazuar në këto qëllime janë shtruar edhe hipotezat themelore të hulumtimit.

Metodat e hulumtimit të cilat janë përdorur gjatë këtij punimi janë:

PËRKUFIZIMI I MOSTRËS SË HULUMTIMIT

Mostra e hulumtimit përbëhet nga 20 gjimnastë të klubeve të ndryshme të Kosovës, nga të dy gjinitë dhe të moshave të ndryshme. Kriteret kryesore që duhet të plotësojnë gjimnastët kanë qenë: Të jenë aktivë në klube me stërvitje të rregullta një periudhë kohore prej të paktën 4 vjet. E kanë zotëruar në nivel të duhur teknikën e saltos para i mbledhur dhe teknikën e saltos prapa i mbledhur. Të jenë në gjendje të mirë shëndetësore. Të angazhohen maksimalisht gjatë realizimit (performimit) të saltos para i mbledhur dhe i saltos prapa i mbledhur. Realizimi i matjeve të treguesve kryesorë të trupit dhe xhirimi i teknikave në fjalë është bërë me pajisjet dhe sistemin përkatës. Tri kamera digjitale të tipit Sony, me frekuencë 60 foto për sekondë, me këmbalecët përkatëse të lartësisë prej rreth 1,2 m. Kuadri kalibruar me përmasa 2m x 2m x 2m. Matja e lartësisë së trupit është bërë me antropometër dhe masa trupore është matur me peshore digjitale.

FAZAT E ANALIZUARA TË TEKNIKËS SALTO PARA I MBLEDHUR DHE TEKNIKËS SALTO PRAPA I MBLEDHUR

Gjatë analizës kinematike për dy teknikat e zgjedhura në hulumtim janë analizuar këto faza:

1. Shtytja (paraqet fazën nga vendosja e shputës së gjimnastit në dysheme e deri në shkëputjen e shputës nga dyshemeja),
2. Fluturimi (paraqet fazën nga shkëputja e shputës së gjimnastit nga dyshemeja, rrotullimi (salto) rreth boshtit horizontal të trupit, e deri në rënie (prekjen e shputës në dysheme)),
3. Rënia (paraqet fazën nga çasti i prekjes së shputës së gjimnastit në dysheme e deri në stabilizimin e shputës dhe trupit të tij).

PËRKUFIZIMI I VARIABLEVE KINEMATIKE

Nga përmasat e trupit janë matur lartësia dhe masa e trupit të çdo gjimnasti.

Treguesit e vlerësuar kinematik janë nga hapësira e lëvizjes së trupit të gjimnastit, përkatësisht pozita e tij, shpejtësia dhe koha. Vlerat e përlogaritura janë për pjesë të caktuara të trupit dhe qendrës së rëndesës së trupit të gjimnastit.

Parametrat e analizuar kinematikë për fazën e parë, përkatësisht faza e shtytjes (nga vendosja e shputës së gjimnastit në dysHEME e deri në shkëputjen e shputës nga dysHEMEJA) janë: Zhvendosja e Qendrës së Rëndesës (QR) në boshtin X, Zhvendosja e Qendrës së Rëndesës (QR) në boshtin Y, Zhvendosja e Qendrës së Rëndesës (QR) në boshtin Z, Këndi në gjunjë në shkëputje, Këndi në kofshë në shkëputje, Këndi në bërryl në shkëputje, Këndi në krah në shkëputje, Shpejtësia e QR në momentin e shkëputjes, Shpejtësia e duarve në momentin e shkëputjes (m/s), Koha e fazës së shtytjes,

Të njëjtat parametra janë analizuar edhe për dy fazat e tjera të dy elementet: Fazën e fluturimit dhe Fazën e rënies.

Hapi i parë analitik pas regjistrimit është transferimi i imazhit të videos në hard diskun kompjuterik për digjitalizim. Moduli Capture është një program i bazuar në windows për regjistrimin dhe ruajtjen e këtyre imazheve për analizë, duke përdorur Sistemin e Analizës së Performancës Ariel (APAS). Për secilin performim është bërë prerja e filmit sipas modulit Trimmer, nga fillimi i lëvizjes, përkatësisht përgatitjes për performim e elementit deri te përfundimi. Pastaj janë analizuar fazat veç e veç.

Dixhitalizimi është hapi i parë për analizë pasi imazhet e regjistruara janë prerë, varësisht nga qëllimi i analizës e më pas janë ruajtur të sinkronizuara për të gjitha kamerat. Moduli Digitize është një program i bazuar në Windows për digjitalizimin e imazheve që duhen analizuar duke përdorur Sistemin e Analizës së Performancës Ariel (APAS). Pastaj është kryer dixhitalizimi manual nën kontrollin e operatorit të kompjuterit për video imazhet e sinkronizuara më parë për të gjitha kamerat. Ky operator është i pajisur me një model të qëndrueshëm të dixhitalizimit në

përputhje me përmasat anatomike të personave të analizuar dhe që mund të prodhojë me shpejtësi imazhe të dixhitalizuara me cilësi të lartë.

Të dhënat e mbledhura janë përpunuar me metodat përkatëse të paketit statistikor IBM SPSS Statistics 20. Për përshkrimin e gjendjes dhe nivelit të vlerave të parametrave kinematikë janë përcaktuar: Mesi aritmetik, Devijimi standard, Skewness dhe Kurtosis. Për vërtetimin e dallimeve ndërmjet grupeve, për treguesë të caktuar kinematik është aplikuar analiza e variancës (ANOVA). Për vërtetimin e ndikimit të ndërsjellë ndërmjet treguesve kryesorë kinematik për tri fazat e teknikave të analizuar është përdorur metoda e korelacionit të Pirsonit.

Në kapitullin e analizës dhe diskutimit me rekomandime të këtij studimi mbi kinematikën e saltove para dhe prapa të mbledhura, autori paraqet një qasje të gjerë për të kuptuar dinamikën biomekanike dhe rolin e këtyre elementeve në gjimnastikën sportive. Rezultatet kryesore tregojnë se shpejtësia e qendrës së rëndesës (QR) është dukshëm më e lartë te saltot prapa, duke dëshmuar se këto lëvizje kërkojnë më shumë energji, forcë të këmbëve dhe koordinim të saktë për të realizuar ngritjen dhe rrotacionin. Krahas kësaj, zhvendosja mediolaterale dhe këndet trupore u vlerësuan si indikatorë thelbësorë për ruajtjen e ekuilibrit dhe sigurimin e teknikës optimale, ndërsa koha e realizimit pasqyron ndryshimet në mekanikën e dy llojeve të saltove, duke vënë në dukje se faza e shtytjes dhe ajo e fluturimit kanë kërkesa të ndryshme për pozicionim dhe kontroll. Shpërndarja e rezultateve përmes treguesve statistikor si skewness dhe kurtosis tregon se saltot para shfaqin më shumë qëndrueshmëri dhe janë më pak të ndikuar nga variacionet individuale, ndërsa saltot prapa paraqesin variabilitet më të madh, çka sugjeron se trajnerët duhet të fokusohen në përmirësimin e fuqisë shpërthyes dhe kontrollit të këndit të shtytjes për këto lëvizje. Këto të dhëna kinematike ofrojnë një pasqyrë të qartë për identifikimin e fazave që kërkojnë ndërhyrje të drejtuar në stërvitje, duke ndihmuar në reduktimin e rrezikut të dëmtimeve – veçanërisht gjatë fazës së uljes, që mbetet më e rrezikshme në performimin e saltove. Përdorimi i teknologjisë, si sistemi APAS (Ariel Performance Analysis System), është mjaftë solid për matjen e saktë të lëvizjeve dhe analizën e teknikave, duke dëshmuar se integrimi i mjeteve moderne në trajnim dhe hulumtime mundëson jo vetëm rritjen e performancës, por edhe mbrojtjen e shëndetit të gjimnastëve. Në këtë kuptim, punimi kontribuon në pasurimin e literaturës biomekanike duke u bazuar në traditën e studiuesve, dhe gjithashtu nxjerr në pah rëndësinë e koordinimit motorik për realizimin me sukses të lëvizjeve komplekse

dhe ofron udhëzime të vlefshme për personalizimin e programeve të trajnimit sipas nevojave të gjimnastëve, grupmohave dhe niveleve të ndryshme të zhvillimit teknik.

Në kapitullin e përfundimit autori ka dëshmuar rëndësinë e analizave kinematike në gjimnastikën sportive, duke analizuar me hollësi kërkesat kinematike të saltos para të mbledhur dhe saltos prapa të mbledhur, si dy nga elementet themelore të akrobatikës në gjimnastikë. Studimi dëshmoi se shpejtësia e qendrës së rëndesës është dukshëm më e lartë në saltot prapa, duke nxjerrë në pah rolin vendimtar të fuqisë së gjymtyrëve të poshtme dhe koordinimit të saktë për realizimin e tyre. Koha e realizimit dhe pozicioni i trupit u identifikuan si faktorë determinuesë për performancën e përgjithshme, ndërsa variabiliteti i rezultateve tregoi nevojën e domosdoshme për analiza individuale dhe trajnime të personalizuara.

Përdorimi i teknologjive moderne si APAS i dha studimit një dimension të avancuar shkencor, duke siguruar regjistrime të sakta dhe të besueshme të lëvizjeve, çka e bën këtë hulumtim jo vetëm të vlefshëm për gjimnastët profesionistë, por edhe për ata në nivele të mesme e fillestare. Rezultatet nënvizuan rëndësinë e fazës së shtytjes si element kyç për arritjen e lartësisë dhe kontrollit gjatë fazës së fluturimit, duke sugjeruar se trajnerët duhet të përqendrojnë vëmendjen në këtë fazë për të rritur efikasitetin teknik.

Ky hulumtim jo vetëm që konfirmoi hipotezat e vendosura mbi ndryshimet mes dy teknikave, por gjithashtu ofroi udhëzime praktike për trajnimet sportive, duke theksuar se personalizimi i metodave dhe integrimi i analizave kinematike kontribuojnë në përmirësimin e performancës dhe reduktimin e rrezikut të dëmtimeve. Në të njëjtën kohë, gjetjet krijojnë bazën për kërkime të reja mbi dallimet gjinore, ndikimet morfologjike dhe aplikimin e teknologjive më të avancuara si analizat 3D dhe platformat e forcës.

Mendojmë se, ky studim do të ndihmojë në hapjen e horizonteve të reja për zhvillimin e gjimnastikës si sport, duke kombinuar traditën me teknologjinë moderne dhe qasjen shkencore. Ai i pajis trajnerët, gjimnastët dhe studiuesit me njohuri të vlefshme mbi mekanizmat biomekanikë që qëndrojnë pas saltove akrobatike, duke kontribuar në ngritjen e nivelit të performancës dhe sigurimin e një baze më të qëndrueshme e të sigurt për gjeneratat e ardhshme të sportistëve.

Në kapitullin e Literaturës, janë radhitur referencat e shfrytëzuara për kompletimin e këtij studimi. Referencat e përdorura janë nga studiuesë të fushës së njëjtë hulumtuese. Në këtë pjesë janë pasqyruar gjithsejt 82 burime në lidhje me problematikën e studimit.

MENDIM DHE PROPOZIM NGA KOMISIONI

Punimi i disertacionit të doktoraturës me temë “RELACIONET E TREGUESVE KINEMATIK GJATË PERFORMIMIT TË SALTOS PARA I MBLEDHUR DHE PRAPA I MBLEDHUR TE GJIMNASTËT” i kandidatit MSc. Besim Gashi, paraqet studim të dobishëm nga fusha e hulumtimeve shkencore për analizën kinematike në sportin e Gjimnastikës.

Rezultatet e këtij hulumtimi pasurojnë fondin e njohurive shkencore lidhur me përdorimin e analizës biomekanike në sportin e Gjimnastikës. Ky punim hulumton treguesit kinematik të saltos para të mbledhur dhe saltos prapa të mbledhur te gjimnastët, duke analizuar variablat hapësinore dhe kohore gjatë performimit të këtyre elementeve akrobatike. Studimi synon të identifikojë dallimet kinematike mes dy teknikave, duke përfshirë treguesë si: shpejtësia e qendrës së rëndesës, koha e realizimit dhe zhvendosja e qendrës së rëndesës në drejtime të ndryshme. Hulumtimi bazohet në një analizë të tri fazave të teknikës: faza e shtytjes, faza e fluturimit dhe faza e uljes.

Për arsyet si më lart, Komisioni i vlerësimit të punimit të disertacionit të doktoraturës me titull “RELACIONET E TREGUESVE KINEMATIK GJATË PERFORMIMIT TË SALTOS PARA I MBLEDHUR DHE PRAPA I MBLEDHUR TE GJIMNASTËT” i kandidatit MSc. Besim Gashi, vendos se punimi i plotëson të gjitha kriteret e përcaktuara dhe i propozon Këshillit Mësimor Shkencor të Fakultetit të Kulturës Fizike që të miratohet ky raport i vlerësimit të punimit të disertacionit të doktoraturës.

Komisioni:

1. Prof. Dr. Fadil Mamuti – kryetar
2. Prof. Dr. Kastriot Shaqiri – anëtar
3. Prof. Dr. Hyjnor Kica – anëtar
4. Prof. Dr. Milazim Kamberi – anëtar
5. Prof. Dr. Fadil Rexhepi – mentor

