

FACULTY OF PHYSICAL ACTIVITY AND RECREATION

First Cycle of studies "Bachelor"

Main field(s) of study for the qualification "Fields of Physical Activity, Health and Recreation"

Official length of study program (in years) "3 (three) Years, (6 Semesters)"

Access requirement(s)

The student has to possess a Degree of State Matura equal or equivalent (in the end of the high school) 40%, plus Admission Competition (Motor Tests) 60%.

Programme aims

In obtaining a "Bachelor" Diploma in the fields of "Physical Activity, Health and Recreation" the student aims at:

- a) A basic knowledge on general scientific methods and principles and a range of specific professional and specialty skills;
- b) An accumulation of basic academic knowledge in the field of physical activity, health and recreation; in the field of bio-medicine, socio-human sciences and sports movement science.

By the end of "Bachelor" studies, the student should have acquired:

- 35 ECTS in the disciplines of general formation;
- 90 ECTS in the disciplines of the specialty formation;
- 19 ECTS in the formation of analog disciplines and / or integrating with specialty disciplines;
- 15 ECTS in elective disciplines / activities;
- 12 ECTS in formation in skills such as; (foreign language, computer skills, practices or internship);
- 8 ECTS thesis preparation

Second Cycle of studies "Professional Master"

Main field(s) of study for the qualification "Physical Activity and Recreation – Fitness Coach"

Official length of programme "1.5 (one point five) Years, (3 Semesters)"

Access requirement(s) "To possess a Bachelor Degree in "Fields of Physical Activity Health and Recreation", equivalent or similar. ."

Programme Requirements

To obtain a "Master of Professional Studies" degree in "Physical Activity and Recreation – Fitness Coach" the student must be able to demonstrate professional skills and competences:

- a. in guiding and managing individuals and groups;



FAKULTETI I VEPRIMTARISË FIZIKE DHE REKREACIONIT



*Mirëqenia, Shëndeti dhe Jeta
Rekreative - Misioni Ynë*

Universiteti i Sporteve të Tiranës
Fakulteti i Veprimtarisë Fizike dhe Rekreacionit
RR. MUHAMET GJOLLESHA, TIRANA, ALBANIA.
Tel: +355 4 2226652
E-mail: contact@ust.edu.al
www.ust.edu.al
facebook: [sportsuniversityoftirana](https://www.facebook.com/sportsuniversityoftirana)
twitter : [@ust1948](https://twitter.com/ust1948); youtube: [sportsuniversity1948](https://www.youtube.com/sportsuniversity1948)

FAKULTETI I VEPRIMTARISË FIZIKE DHE REKREACIONIT

Cikli i studimit “Bachelor”

Fusha e studimit “Fushat e Veprimtarisë Fizike të Shëndetit dhe të Rekreacionit”

Kohëzgjatja zyrtare e programit të studimit (në vite) “3 (tre) Vjet, (6 Semestra)”

Kushtet e pranimit në programin konkret të studimit

“Studenti duhet të ketë marrë një Diplomë të Maturës Shtetërore të barazvlefshme ose të njëhësuar, 40%, plus Konkursin e Pranimit (Testimi Motor) 60%.”

Objektivat dhe veprimtaritë formuese të programit të studimit. Programi “Bachelor” (Me kohë të Plotë) synon:

Për fitimin e diplomës “Bachelor” në “Fushat e Veprimtarisë Fizike të Shëndetit dhe të Rekreacionit”, studenti synon:

- Pajisjen me njohuritë bazë, mbi metoda e parime shkencore të përgjithshme, dhe formimin e shprehive të veçanta në një llojshmëri të gjerë profesioneve dhe specialitetesh;
- Formimin e njohurive akademike bazë në fushën e shkencave të aktivitetit fizik, shëndetit dhe rekreacionit; në fushën biomjeksore, social-humane dhe shkencat e lëvizjes e sportit;

Në përfundim të studimeve “Bachelor”, studenti duhet të ketë realizuar:

- 35 ECTS në disiplinat e formimit të përgjithshëm;
- 90 ECTS në disiplinat e formimit karakterizues;
- 19 ECTS në disiplinat e formimit të ngjashëm ose / dhe integruese me disiplinat karakterizuese;
- 15 ECTS në disiplinat formuese të zgjedhura nga studenti;
- 12 ECTS në veprimtaritë formuese për njohje (gjuhë e huaj, aftësi informatike, praktika apo stazh);
- 8 ECTS përgatitja e tezës së diplomës

Cikli i studimit “Master Profesional”

Fusha e studimit “Aktiviteti Fizik dhe Rekreacioni – TrajnerFitnesi”

Kohë zgjatja zyrtare e programit të studimit (në vite) “1.5 (një pikë pesë) Vjet, (3 Semestra)”

Kushtet e pranimit në programin konkret të studimit “Të ketë Diplomë Bachelor në “Fushat e Veprimtarisë Fizike të Shëndetit dhe të Rekreacionit”, ekuivalente ose të ngjashme..”

Objektivat dhe veprimtaritë formuese të programit të studimit. Për fitimin e diplomës “Master Profesional” në “Aktiviteti Fizik dhe Rekreacioni – Trajner Fitnesi”, studenti duhet të demonstrojë shprehuri dhe kompetenca profesionale:

- a.në drejtimin e menaxhimit individual dhe në grup;
- b.të zbatimit të metodave të stërvitjes për grupet dhe specifikat sipas moshës;

c. të njohë dhe përdorë teknologjinë e aplikuar në praktikën e stërvitjes, rehabilitimit dhe rekreacionit nëpërmjet lëvizjes;

d. të njohë dhe zbatojë teknikat dhe metodologjitë e aktivitetëve outdoor dhe turizmit sportiv.

Gjithashtu, studenti duhet të ketë realizuar:

- 10 ECTS në disiplinat e formimit të përgjithshëm;
- 25 ECTS në disiplinat e formimit karakterizues;
- 10 ECTS në disiplinat e formimit të ngjashëm ose / dhe integruese me disiplinat karakterizuese;
- 5 ECTS në disiplinat formuese të zgjedhura nga studenti;
- 5 ECTS në veprimtaritë formuese për njohje (gjuhë e huaj, aftësi informatike, praktika apo stazh);
- 5 ECTS përgatitja e tezës së diplomës.

Cikli i studimit “Master i Shkencave”

Fusha e studimit “Aktiviteti Fizik dhe Shëndeti”

Kohëzgjatja zyrtare e programit të studimit (në vite) “2 (dy) Vjet, (4 Semestra)”

Kushtet e pranimit në programin konkret të studimit Të ketë Diplomë Bachelor në “Fushat e Veprimtarisë Fizike të Shëndetit dhe të Rekreacionit”, ekuivalente ose të ngjashme.

Objektivat dhe veprimtaritë formuese të programit të studimit Për fitimin e diplomës “Masteri Shkencave”, “Aktiviteti Fizik dhe Shëndeti”, studenti duhet të zotërojë dhe demonstrojë njohuri të thelluara, teorike dhe praktike, si dhe kompetenca për kërkim shkencor në një fushë shkencave të aktivitetit fizik dhe shëndetit e rekreacionit, si dhe të demonstrojë kompetenca specifike në një fushë të veçantë brenda specialitetit.

Gjithashtu studenti duhet të ketë realizuar:

- 12 ECTS në disiplinat e formimit të përgjithshëm;
- 48 ECTS në disiplinat e formimit karakterizues;
- 14 ECTS në disiplinat e formimit të ngjashëm ose / dhe integruese me disiplinat karakterizuese;
- 8 ECTS në disiplinat formuese të zgjedhura nga studenti;
- 9 ECTS në veprimtaritë formuese për njohje (gjuhë e huaj, aftësi informatike, praktika apo stazh);
- 30 ECTS përgatitja e tezës së diplomës

Titulli akademik i studimit “Doktoratë”

Fusha e studimit “Aktiviteti Fizik dhe Shëndeti”

Kohë zgjatja zyrtare e programit të studimit (në vite) “3 (tre) Vjet, (6 Semestra)”

Kushtet e pranimit në programin konkret të studimit “Studenti duhet të zotërojë diplomë të nivelit “Master Shkencor”

b.in implementing training methods depending on groups and age specifics;

c.in knowing and using applied technology in training practices, rehabilitation and recreation through movement;

d.in knowing and applying techniques and methodology of outdoor activities and sport tourism.

The student should also acquire:

- 10 ECTS in the disciplines of general formation;
- 25 ECTS in the disciplines of specialty formation;
- 10 ECTS in the formation of analog disciplines and / or integrating with specialty disciplines;
- 5 ECTS in elective disciplines / activities selected by the student;
- 5 ECTS in formation activities (foreign language acquisition, computer skills, practice or internship);
- 5 ECTS thesis preparation

Second Cycle of studies “Master of Science”

Main field(s) of study for the qualification “Physical Activity and Health”

Official length of programme “2 (two) years, (4 semesters)”

Access requirement(s) “To possess a Bachelor Degree in “Fields of Physical Activity, Health and Recreation”, equivalent or similar”

Programme Requirements

To obtain a “Master of Science” degree in “Physical Activity and Health” the student must possess and be able to demonstrate extended theoretical and practical knowledge, as well as competences in scientific research in the fields of physical activity, health and recreation sciences, and specific competences in one of the specialty areas.

The student should also acquire:

- 12 ECTS in the disciplines of general formation;
- 48 ECTS in the disciplines of the characteristics formation;
- 14 ECTS in the formation of analog disciplines and / or integrating with characteristics disciplines;
- 8 ECTS in elective disciplines / activities selected by the student;
- 9 ECTS in formation activities (foreign language acquisition, computer skills, practices or internship);
- 30 ECTS preparation of the diploma thesis

Third Cycle of studies “Doctoral Degree”

Main field(s) of study for the qualification “Physical Activity and Health”

Official length of programme “3 (three) years, (6 semesters)”

Access requirement(s) “The student should possess a “Master of Science” Diploma in “Movement Sciences”