



UNIVERSITETI I SPORTEVE TË TIRANËS
FAKULTETI I VEPRIMTARISË FIZIKE DHE REKREACIONIT
DEPARTAMENTI LËVIZJA DHE SHËNDETI

Aktiviteti Fizik dhe Shëndeti

DISERTACION

Tema: “Aktiviteti Fizik Motor tek Fëmijët Parashkollorë në Tiranë”

Kandidati
Msc. Orges Liçaj

Udhëheqësi Shkencor
Prof.As.Dr. Anest Qelesi

Tiranë
Janar, 2026

Parathënie

Zhvillimi i fëmijës parashkollor përfaqëson një proces kompleks, dinamik dhe thellësisht individual, i ndikuar nga ndërveprimi i faktorëve biologjikë, mjedisorë, socialë dhe kulturorë. Çdo fëmijë ndjek një trajektore unike zhvillimi, ku ritmi, mënyra dhe cilësia e përparimit ndryshojnë edhe në raste të zhvillimit paralel, siç janë binjakët. Ky diversitet zhvillimor e bën të domosdoshëm studimin e komponentëve kyç që ndikojnë në formimin e aftësive themelore që në fëmijërinë e hershme.

Në këtë kontekst, aktiviteti fizik motor zë një rol qendror në zhvillimin holistik të fëmijës, duke kontribuar jo vetëm në formimin e aftësive motorike, por edhe në zhvillimin njohës, social dhe emocional. Përmes aktivitetit motor, fëmija ndërton njohjen e trupit të vet, zhvillon vetëkontrollin, rrit vetëbesimin dhe mëson të ndërveprojë me mjedisin dhe me bashkëmoshatarët. Studime të ndryshme theksojnë se përfshirja e hershme dhe e vazhdueshme në aktivitete motorike krijon bazën për një personalitet të ekuilibruar dhe për një zhvillim të qëndrueshëm afatgjatë (Bergen, 2009; Cheng & Johnson, 2009).

Loja, si aktiviteti kryesor i fëmijërisë parashkollore, përfaqëson mjetin më natyror dhe më efektiv për zhvillimin motor. Përmes lojës, fëmijët fitojnë përvoja të kënaqshme, eksplorojnë aftësitë e tyre fizike dhe njohëse, zhvillojnë kreativitetin dhe aftësinë për të zgjidhur probleme, si dhe përforcojnë ndërveprimin social. Loja aktive ndihmon në rritjen e gatishmërisë së fëmijës për sfidat e të mësuarit formal dhe për integrimin në jetën sociale dhe shkollore (Goldstein, 2012; Majumdar, 2020). Në kontrast, aktivitetet pasive, veçanërisht ekspozimi i zgjatur ndaj ekraneve, janë identifikuar si faktorë që mund të kufizojnë zhvillimin optimal motor dhe të rrisin rrezikun për sjellje sedentare që në moshë të hershme (Cristia & Seidl, 2015).

Aftësitë motorike të fëmijëve parashkollorë ndahen në aftësi motorike bruto dhe aftësi motorike të holla/fine. Aftësitë motorike bruto lidhen me lëvizjet e mëdha të trupit, ekuilibrin, forcën dhe koordinimin e përgjithshëm, ndërsa aftësitë motorike fine lidhen me koordinimin e saktë të duarve, syve dhe gjymtyrëve, të domosdoshme për kryerjen e detyrave të përditshme dhe përgatitjen për shkrim dhe aktivitete akademike (Williams et al., 2008; Carlson et al., 2013; Kokštejn et al., 2017; Madrona, 2014). Zhvillimi i këtyre aftësive nuk është i izoluar, por ndërvepron vazhdimisht, duke ndikuar në gatishmërinë e fëmijës për pjesëmarrje të mëvonshme në aktivitete sportive dhe fizike.

Për këtë arsye, niveli i aktivitetit motor dhe përparimi i aftësive motorike duhet të vlerësohen si komponentë thelbësorë të zhvillimit afatgjatë të fëmijës. Vlerësimi sistematik i këtyre aftësive lejon identifikimin e hershëm të vonësive zhvillimore dhe krijon mundësi për ndërhyrje parandaluese dhe mbështetëse që në moshë të hershme.

Një dimension i rëndësishëm që ndikon drejtpërdrejt në zhvillimin motor është mjedisi arsimor. Programet e edukimit fizik në institucionet parashkollore, kur janë të strukturuar, të planifikuara dhe të përshtatura për moshën, kontribuojnë në përmirësimin e aftësive motorike,

në zhvillimin e kompetencave sociale dhe në krijimin e zakoneve të shëndetshme që shoqërojnë individin edhe në moshat e mëvonshme (Gustafson & Rhodes, 2006; Copeland et al., 2012). Pjesëmarrja aktive e fëmijëve në aktivitete motorike gjatë orarit të kopshteve është veçanërisht e rëndësishme për përgatitjen e tyre për jetën shkollore dhe për kërkesat e mësimit formal.

Përveç mjedisit institucional, familja dhe niveli socio-ekonomik luajnë një rol të rëndësishëm në mundësitë që fëmijët kanë për pjesëmarrje në aktivitet fizik. Qëndrimi i prindërve ndaj aktivitetit motor, mbështetja për lojën aktive dhe sportin, si dhe kushtet ekonomike dhe sociale, ndikojnë drejtpërdrejt në zhvillimin motor dhe në krijimin e qëndrimeve pozitive ndaj aktivitetit fizik (Gordon-Larsen et al., 2006; Gustafson & Rhodes, 2006). Në këtë kuadër, analiza e rolit të familjes dhe e faktorëve socio-ekonomikë merr rëndësi të veçantë në studimin e fëmijëve parashkollorë në kontekste urbane si Tirana.

Gjithashtu, dallimet ndërmjet institucioneve publike dhe private, si dhe ndërmjet zonave qendrore dhe periferike, mund të ndikojnë në cilësinë, sasinë dhe strukturën e aktivitetit motor të ofruar për fëmijët. Krahasimi i praktikave lokale me standardet dhe rekomandimet ndërkombëtare për aktivitetin fizik në fëmijërinë e hershme ndihmon në identifikimin e boshllëqeve dhe mundësive për përmirësim (Janssen & LeBlanc, 2010; Trost et al., 2013).

Nga një perspektivë afatgjatë, aktiviteti fizik motor ka ndikim të drejtpërdrejtë në gatishmërinë shkollore, në krijimin e zakoneve të shëndetshme dhe në parandalimin e sedentarizmit. Studime të shumta tregojnë se zhvillimi i mirë i aftësive motorike lidhet me përmirësimin e funksioneve ekzekutive, performancën akademike dhe mirëqenien psikologjike të fëmijëve në të ardhmen (Diamond & Lee, 2011; Copeland et al., 2012; Goldstein, 2012).

Në përmbledhje, aktiviteti fizik motor nuk përfaqëson vetëm një formë lëvizjeje, por një komponent themelor të zhvillimit të fëmijës parashkollor. Ky studim synon të trajtojë në mënyrë të integruar nivelin e aktivitetit motor, zhvillimin e aftësive motorike, ndikimin e mjedisit arsimor dhe familjar, dallimet institucionale dhe territoriale, si dhe pasojat afatgjata të këtyre faktorëve, duke lidhur teorinë me praktikën dhe duke krijuar një bazë të qëndrueshme për analizën empirike në kuadër të doktoraturës.

Në Shqipëri, zhvillimi i fëmijës parashkollor përbën një prioritet të rëndësishëm të politikave arsimore dhe sociale, i reflektuar në dokumente strategjike dhe kurrikulare kombëtare. Korniza Kurrikulare e Arsimit Parauniversitar dhe Kurrikula Bërthamë për Arsimin Parashkollor, të hartuara nga Ministria e Arsimit dhe Sportit, e konsiderojnë zhvillimin fizik dhe motor si një nga fushat themelore të zhvillimit të fëmijës, krahas zhvillimit njohës, social-emocional dhe gjuhësor. Në këto dokumente, loja aktive dhe aktiviteti fizik motor përcaktohen si mjete kryesore për nxitjen e shëndetit, autonomisë dhe mirëqenies së fëmijëve në moshë të hershme.

Megjithatë, pavarësisht theksit teorik të vendosur në dokumentet zyrtare, zbatimi praktik i tyre në institucionet parashkollore paraqet sfida të shumta. Standardet shtetërore për institucionet e arsimit parashkollor përcaktojnë nevojën për hapësira të përshtatshme për lojë dhe aktivitet

fizik, si dhe për organizimin e aktiviteteve të strukturuar motorike gjatë ditës edukative. Në praktikë, veçanërisht në zonat urbane me dendësi të lartë si Tirana, mungesa e hapësirave të jashtme, infrastruktura e kufizuar dhe ngarkesa e madhe e grupeve shpesh kufizojnë mundësitë për realizimin e plotë të këtyre standardeve.

Në kontekstin e Tiranës, proceset e urbanizimit të shpejtë dhe ndryshimet në stilin e jetesës kanë ndikuar ndjeshëm në mënyrën se si fëmijët parashkollorë angazhohen në aktivitet fizik. Zvogëlimi i hapësirave publike të sigurta për lojë, rritja e përdorimit të teknologjisë dhe orientimi gjithnjë e më i hershëm drejt aktiviteteve akademike kanë sjellë një prirje drejt sedentarizmit që në fëmijërinë e hershme. Këto zhvillime bien në kontrast me rekomandimet e dokumenteve strategjike kombëtare për shëndetin dhe mirëqenien e fëmijëve, të cilat theksojnë rëndësinë e aktivitetit fizik të rregullt për parandalimin e problemeve shëndetësore dhe për zhvillimin e qëndrueshëm.

Institucionet parashkollore publike dhe private në Tiranë luajnë një rol kyç në kompensimin e mungesës së aktivitetit fizik jashtë institucionit. Megjithatë, ekzistojnë dallime të dukshme midis tyre sa i përket burimeve infrastrukturore, kualifikimit të stafit dhe mënyrës së organizimit të aktivitetit motor. Ndërkohë që disa institucione private ofrojnë programe të strukturuar të edukimit fizik, në shumë institucione publike aktiviteti motor kufizohet në lojë të lirë, pa një planifikim sistematik dhe pa vlerësim të qartë të aftësive motorike të fëmijëve, siç rekomandohet në udhëzimet kurrikulare.

Dokumentet udhëzuese të Ministrisë së Arsimit dhe Sportit theksojnë gjithashtu rëndësinë e bashkëpunimit me familjen në procesin e zhvillimit të fëmijës. Në realitetin shqiptar, faktorët socio-ekonomikë, mungesa e kohës së prindërve dhe shqetësimet për sigurinë në hapësirat publike shpesh kufizojnë përfshirjen e fëmijëve në lojë aktive jashtë kopshtit. Kjo e bën edhe më të rëndësishëm rolin e institucioneve parashkollore si mjedise kyçe për nxitjen e aktivitetit motor dhe për krijimin e zakoneve të shëndetshme që në moshë të hershme.

Pavarësisht ekzistencës së kornizave ligjore dhe kurrikulare, në Shqipëri mungojnë studime të mirëstrukturuara empirike që të vlerësojnë në mënyrë sistematike nivelin e aktivitetit fizik dhe zhvillimin e aftësive motorike të fëmijët parashkollorë, veçanërisht në kontekste urbane si Tirana. Ky boshllëk në literaturën vendase e bën të domosdoshëm realizimin e studimeve që lidhin objektivat e dokumenteve zyrtare me realitetin praktik të institucioneve arsimore dhe mjedisit familjar.

Në këtë kuadër, studimi i zhvillimit motor të fëmijëve parashkollorë në Tiranë, i analizuar në raport me kurrikulën kombëtare, kushtet institucionale dhe faktorët socio-ekonomikë, përbën një kontribut të rëndësishëm shkencor dhe praktik. Ai synon jo vetëm të pasurojë literaturën shkencore në kontekstin shqiptar, por edhe të ofrojë evidencë të bazuar në të dhëna për përmirësimin e praktikave pedagogjike dhe politikave arsimore në arsimin parashkollor.



Falenderime

Në përfundim të këtij disertacioni me temë “Aktiviteti Fizik Motor tek Fëmijët Parashkollorë në Tiranë”, dëshiroj të shpreh mirënjohjen time të thellë për të gjithë ata që kontribuuan në realizimin e këtij studimi.

Së pari, falënderoj udhëheqësin shkencor Prof.As.Dr. Anest Qelesi për përkushtimin profesional, mbështetjen e vazhdueshme, udhëzimet metodologjike dhe këshillat e çmuara shkencore gjatë gjithë procesit të hulumtimit. Kontributi i tij ka qenë vendimtar në orientimin teorik, metodologjik dhe analitik të këtij punimi, si dhe në rritjen e cilësisë shkencore të tij.

Falënderime të veçanta u drejtohen institucioneve arsimore parashkollore në qytetin e Tiranës, drejtuesve, stafit pedagogjik, si dhe prindërve dhe fëmijëve pjesëmarrës në studim, për bashkëpunimin, korrektësinë dhe gatishmërinë e treguar gjatë mbledhjes së të dhënave empirike, pa të cilat realizimi i këtij kërkimi shkencor nuk do të ishte i mundur.

Gjithashtu, shpreh mirënjohjen time për kolegët dhe bashkëpunëtorët akademikë për diskutimet profesionale dhe sugjerimet e vlefshme, të cilat kanë ndikuar pozitivisht në pasurimin e këtij studimi.

Së fundi, shpreh mirënjohjen time për familjen dhe miqtë, të cilët më kanë mbështetur moralisht dhe emocionalisht gjatë gjithë kësaj periudhe studimi..

Ky disertacion përfaqëson një përpjekje shkencore personale, por njëkohësisht është rezultat i mbështetjes dhe bashkëpunimit të shumë individëve dhe institucioneve, të cilëve u shpreh mirënjohjen time të sinqertë.



Deklarata e Disertantit

Kjo deklaratë është bërë më datë 27.01.2026.

Unë, Orges Liçaj (EF813N100016), deklaroj se punimi i titulluar “Aktiviteti Fizik Motor tek Fëmijët Parashkollorë në Tiranë”, është puna ime origjinale. Këtë punim nuk e kam kopjuar nga asnjë punim i dikujt tjetër, apo nga ndonjë burim tjetër përveç atyre burimeve të cituara në mënyrë të rregullt, apo për të cilat është vënë shpjegim eksplicit në tekst, ky punim nuk ka qenë pjesë e ndonjë punimi të mëparshëm nga unë apo ndonjë person tjetër.

27.01.2026
Data e dorëzimit të punimit

Orges Liçaj
Emri i disertantit (EF813N100016)

Parametrat e vërtetimit të disertacionit

Përmes këtij dokumenti, po ashtu konfirmoj dhe deklaroj me vullnet të lirë, se ky punim do të vendoset zyrtarisht në Arkivin e UST-së, me të drejtat dhe lejet e mëposhtme:

- Ky punim është pronë ligjore vetëm e UST-së.
- UST ka të drejtën ligjore për të bërë kopje të këtij punimi vetëm për qëllime akademike dhe hulumtuese, e jo për qëllime të tjera.
- UST ka të drejtën ligjore të dixhitalizimit të përmbajtjes së disertacionit për Bibliotekën e UST-së si dhe për ta certifikuar si origjinal (i lirë nga plagjiatura).
- UST ka të drejtën ligjore për të bërë kopje të punimit në shërbim të këmbimeve akademike me Institucione të Arsimit të Lartë.

Tabela e përmbajtjes

PARATHËNIE.....	II
FALENDERIME.....	V
DEKLARATA E DISERTANTIT.....	VI
TABELA E PËRMBAJTJES.....	VII
LISTA E SHKURTIMEVE.....	IX
LISTA E TABELAVE.....	X
LISTA E FIGURAVE.....	XI
KREU I.....	1
HYRJE.....	1
1.1 SFONDI I STUDIMIT.....	1
1.2. ÇËSHTJET PËR TRAJTIM.....	2
1.3. RËNDËSIA E STUDIMIT.....	4
KREU II.....	7
DISKUTIMI TEORIK.....	7
2.1. ZHVILLIMI I FËMIJËS DHE RËNDËSIA E EDUKIMIT FIZIK.....	7
2.2. AFTËSITË MOTORIKE TE FËMIJËT PARASHKOLLORË.....	8
2.2.1. Aftësitë Motorike Bruto.....	8
2.2.2. Aftësitë Motorike të Holla/Fine.....	9
2.2.3. Çështje që lidhen me nivelin e aktivitetit fizik motor.....	10
2.2.4. Çështje që lidhen me zhvillimin motorik të fëmijëve.....	11
2.2.5. Çështje që lidhen me dimensionin psiko-social të aktivitetit motor.....	14
2.2.6. Çështje që lidhen me praktikat pedagogjike dhe rolin e edukatorit.....	17
2.2.8. Çështje që lidhen me familjen dhe mjedisin social.....	20
2.2.9. Çështje që lidhen me politikat arsimore dhe programet zyrtare.....	21
2.2.10. Çështje që lidhen me pasojat afatgjata.....	21
2.3. PËRMBLEDHJE E DISKUTIMIT TEORIK.....	22
2.4. HIPOTEZAT DHE PYETJET HULUMTUESE.....	24
KREU III.....	26
METODOLOGJIA E PUNËS HULUMTUESE.....	26
3.1. QASJA METODOLOGJIKE DHE DIZAJNI I STUDIMIT.....	26
3.1.1. Vendi dhe kushtet e zhvillimit të studimit.....	26
3.1.2. Përzgjedhja e kampionit.....	26
3.1.3. Procedurat dhe Instrumentet e kërkimit.....	27
3.1.4. Mbledhje e të dhënave.....	34
3.1.5. Analiza statistikore e të dhënave.....	34
3.1.6. Çështjet Etike të Kërkimit.....	34
3.2. KUFIZIMET E HULUMTIMIT.....	34
KREU IV.....	36
REZULTATET.....	36
4.1. INTERPRETIMI KATEGORIK FUNKSIONAL I REZULTATEVE TË IVAPM–8 (0–8 PIKË).....	36
4.1.1. Analiza përshkruese e rezultateve të instrumentit IVAPM–8 (Pre–Post).....	37
4.1.2. Rezultatet e Matjeve të Përsëritura ANOVA për IVAMP–8.....	46
4.1.3. Rezultatet Përshkruese Sipas Gjinisë.....	50
4.2. BALANCA.....	54

4.2.1. Analiza e Balancës.....	54
KREU V	79
DISKUTIME.....	79
KREU VI.....	84
PËRFUNDIMET DHE REKOMANDIMET.....	84
BIBLIOGRAFIA.....	88
SHTOJCA	98
SHTOJCA 1.....	98

Lista e shkurtimeve

IVAPM–8- Instrumenti i vlerësimit të aftësive perceptivo-motorike

ST_EO- Semitangent me sy hapur (ang. Semitangent Eye Open)

ST_EC- Semitangent me sy mbyllur (ang. Semitangent Eye Close)

T_EO- Tangent me sy hapur (ang. Tangent Eye Open)

T_EC- Tangent me sy mbyllur (ang. Tangent Eye Close)

Lista e tabelave

<i>Tabelë 1. Statistikat Përshkruese për rezultatet e instrumentit IVAMP-8</i>	<i>38</i>
<i>Tabelë 2. Rezultatet e testeve multivariate për efektin brenda-subjekteve</i>	<i>46</i>
<i>Tabelë 3. Rezultatet e testit Testi Mauchly</i>	<i>47</i>
<i>Tabelë 4. Efektet Brenda Subjekteve për IVAMP-8.....</i>	<i>48</i>
<i>Tabelë 5. Ndryshimet e midis subjekteve për IVAMP-8</i>	<i>48</i>
<i>Tabelë 6. Treguesit e mesatares për IVAMP sipas gjinisë</i>	<i>51</i>
<i>Tabelë 7. Analiza e variancës – testet multivariate sipas grupeve dhe gjinisë</i>	<i>53</i>
<i>Tabelë 8. Statistikat Përshkruese për Balancën</i>	<i>54</i>
<i>Tabelë 9. Përmbledhje e treguesve të mesatares dhe devijimit standard për testet tangent dhe semitangent ..</i>	<i>56</i>
<i>Tabelë 10. Analiza Deskriptive për variablin ST_EO</i>	<i>58</i>
<i>Tabelë 11. Analiza Deskriptive për variablin ST_EC</i>	<i>63</i>
<i>Tabelë 12. Statistikat deskriptiv për variablin T_EO</i>	<i>68</i>
<i>Tabelë 13. Analiza Deskriptive për variablin ST_EC</i>	<i>72</i>
<i>Tabelë 14. Analiza deskriptive e ndryshimeve (midis pre dhe post) për testet tangent dhe semi-tangent.....</i>	<i>77</i>
<i>Tabelë 15 Analiza e variancës deskriptive për testet tangent dhe semi-tangent</i>	<i>78</i>

Lista e figurave

Figurë 1. Pamja nga zbatimi i protokollit të matjeve për balancën	28
Figurë 2. Pamje nga aktivitetet rekreative në qendrën sportive “Fari”	31
Figurë 3. Pamje të instruktimit të notit në qendrën “Nobis”	32
Figurë 4. Gjatë seancave të notit në qendrën “Nobis”	32
Figurë 5. Matjet e para me platformën Leonardo.....	33
Figurë 6. Matjet e dyta me platformën Leonardo	33
Figurë 7. Histograma e IVAMP_Pre për Grupin e Kontrollit	41
Figurë 8. Histograma e IVAMP_Pre për Grupin Eksperimental.....	42
Figurë 9. Histograma e IVAMP_Post për Grupin e Kontrollit.....	43
Figurë 10. Histograma e IVAMP_Post për Grupin Eksperimental	44
Figurë 11. Boxplot i IVAMP_Pre për Grupet Eksperimental dhe të Kontrollit	44
Figurë 12. Boxplot i IVAMP_Post për Grupet Eksperimental dhe Kontrolli.....	45
Figurë 13. Grafiku i Mesatares Margjinale për instrumentin IVAMP.....	50
Figurë 14. Grafiku me kuti (box-plot) për instrumentin IVAMP sipas gjinisë për matjen post.	51
Figurë 15. Grafiku me kuti (box-plot) për instrumentin IVAMP sipas gjinisë për matjen pre.	52
Figurë 16. Histograma për matjen pre të variablit ST_EO të grupit të kontrollit	59
Figurë 17. Histograma për matjen post të variablit ST_EO të grupit të kontrollit.....	60
Figurë 18. Histograma për matjen pre të variablit ST_EO të grupit eksperimental.....	60
Figurë 19. Histograma për matjen post të variablit ST_EO të grupit eksperimental	61
Figurë 20. Grafiku me kuti (box-plot) për variablin ST_EO.....	61
Figurë 21. Histograma për matjen pre të variablit ST_EC të grupit të kontrollit	65
Figurë 22. Histograma për matjen post të variablit ST_EC të grupit të kontrollit	65
Figurë 23. Histograma për matjen pre të variablit ST_EC të grupit eksperimental.....	66
Figurë 24. Histograma për matjen post të variablit ST_EC të grupit eksperimental	66
Figurë 25. Grafiku me kuti (box-plot) për variablin ST_EC	67
Figurë 26. Histograma për matjen pre të variablit T_EO të grupit të kontrollit	69
Figurë 27. Histograma për matjen post të variablit T_EO të grupit të kontrollit.....	70
Figurë 28. Histograma për matjen pre të variablit T_EO të grupit eksperimental	70
Figurë 29. Histograma për matjen post të variablit T_EO të grupit eksperimental.....	71
Figurë 30. Grafiku me kuti (box-plot) për variablin T_EO sipas grupeve.....	71
Figurë 31. Histograma për matjen pre të variablit T_EC të grupit të kontrollit	74
Figurë 32. Histograma për matjen post të variablit T_EC të grupit të kontrollit.....	74
Figurë 33. Histograma për matjen pre të variablit T_EC të grupit eksperimental.....	75
Figurë 34. Histograma për matjen post të variablit T_EC të grupit eksperimental	75
Figurë 35. Grafiku me kuti (box-plot) për variablin T_EC sipas grupeve	76

KREUI

HYRJE

1.1 Sfondi i studimit

Edukimi fizik dhe aktiviteti motorik në fëmijëri përbëjnë një fushë studimi me rëndësi të veçantë në shkencat e edukimit dhe të lëvizjes njerëzore. Hulumtimet bashkëkohore kanë dëshmuar se aktiviteti fizik tek fëmijët nuk mund të trajtohet si një version i reduktuar i sportit për të rritur, por si një disiplinë e pavarur, me objektiva, metoda dhe parime specifike të përshtatura për fazat e hershme të zhvillimit (Gallahue et al., 2012). Kjo qasje e diferencuar buron nga veçoritë biologjike, psikologjike dhe sociale që karakterizojnë fëmijët, veçanërisht në moshën parashkollore.

Vitet e para të jetës konsiderohen një periudhë kritike për zhvillimin e personalitetit dhe për ndërtimin e bazave psiko-fizike të individit. Në këtë fazë, aktiviteti motorik luan një rol thelbësor në formimin e aftësive bazë motorike, në zhvillimin e funksioneve njohëse dhe emocionale, si dhe në ndërtimin e marrëdhënieve sociale (Haywood & Getchell, 2019). Edukimi motorik parashkollor shërben si bazë për programimin e mëvonshëm të aktiviteteve parasportive dhe sportive, duke ndikuar pozitivisht në cilësinë e jetës dhe në aftësinë e fëmijës për t'u përshtatur me kërkesat e mjedisit shkollor dhe shoqëror.

Edukimi fizik dhe sporti kontribuojnë ndjeshëm në zhvillimin e gjithanshëm të fëmijës, duke ndikuar njëkohësisht në aspektin fizik dhe mendor. Nëpërmjet veprimtarive motorike, fëmijët krijojnë mundësi për të njohur trupin e tyre, për të zhvilluar koordinimin, ekuilibrin dhe aftësitë perceptive, si dhe për të rritur vetëbesimin dhe motivimin e brendshëm (McGrane et al., 2017). Loja, si formë bazë e aktivitetit motorik në moshën parashkollore, përfaqëson një mjet të rëndësishëm edukativ dhe zhvillimor.

Zhvillimi i fëmijës duhet të kuptohet si një proces kompleks ndërveprimi mes dimensionit biologjik dhe atij social. Në këtë kontekst, edukimi fizik përbën një komponent thelbësor të edukimit të përgjithshëm, duke kontribuar në formimin e vlerave shoqërore, respektimin e rregullave, bashkëpunimin dhe ndjenjën e përgjegjësisë (Bailey, 2006). Qasja edukative ndaj aktivitetit fizik synon formimin e individëve të ekuilibruar dhe shmang orientimin e tepruar drejt konkurrencës dhe specializimit të parakohshëm sportiv.

Në moshën parashkollore, edukimi motorik duhet të konceptohet si edukim psikokinetik, me synim zhvillimin global të fëmijës në aspektin motorik, njohës, afektiv dhe social (Winter et al., 2014). Ky edukim bazë motorik garanton përgatitjen shumëvalente të fëmijës për situata të ndryshme të të mësuarit, si në jetën e përditshme ashtu edhe në aktivitetet sportive të mëvonshme.

Zhvillimi harmonik i fëmijës kërkon një evolucion të rregullt të funksioneve psikomotorike, të cilat përfaqësojnë ndërveprimin e pandashëm mes trupit dhe mendjes. Plani metodologjik i edukimit motorik fokusohet në ndërtimin e skemës trupore, lateralizimit, njohjes dhe

perceptimit të trupit, si dhe perceptimit të kohës dhe hapësirës, funksione këto të lidhura ngushtë me maturimin e sistemit nervor qendror (Marín-Méndez et al., 2017).

Një aspekt thelbësor i edukimit motorik parashkollor është dimensionimi afektiv dhe relacional i procesit mësimor. Marrëdhënia mes edukatorit dhe fëmijës, klima emocionale pozitive dhe komunikimi efektiv krijojnë kushtet për zhvillimin optimal të funksioneve psikomotorike dhe për pjesëmarrjen aktive të fëmijëve në aktivitetet fizike (Vygotsky, 1978).

Në këtë kuadër, studimi i aktivitetit fizik motor të fëmijët parashkollorë në qytetin e Tiranës merr rëndësi të veçantë, pasi kontribuon në pasurimin e njohurive shkencore mbi praktikat aktuale të edukimit motorik dhe ndikimin e tyre në zhvillimin e gjithanshëm të fëmijëve në realitetin shqiptar.

1.2. Çështjet për trajtim

Analiza e literaturës bashkëkohore tregon qartë se aktiviteti fizik motor në moshën parashkollorë përbën një komponent themelor të zhvillimit të fëmijës, duke ndikuar në mënyrë të integruar në aftësitë motorike, zhvillimin kognitiv, kompetencat sociale dhe mirëqenien emocionale. Përmes aktivitetit motor dhe lojës aktive, fëmijët zhvillojnë koordinimin, ekuilibrin, forcën, shkathtësinë dhe kreativitetin, si dhe përforcojnë aftësinë për vetërregullim dhe ndërveprim social (Bergen, 2009; Cheng & Johnson, 2009). Në të kundërt, dominimi i aktiviteteve pasive, veçanërisht përdorimi i hershëm dhe i zgjatur i ekraneve, është identifikuar si faktor që mund të ngadalësojë zhvillimin e aftësive motorike dhe të ndikojë negativisht në zhvillimin e përgjithshëm të fëmijës (Cristia & Seidl, 2015).

Zhvillimi i aftësive motorike bruto dhe të holla/fine përbën bazën për pjesëmarrjen e mëvonshme në aktivitete sportive, për krijimin e zakoneve të shëndetshme dhe për formimin e një personaliteti të ekuilibruar. Studimet tregojnë se fëmijët që përfshihen rregullisht në aktivitete motorike të strukturuar dhe të larmishme shfaqin nivele më të larta të kompetencës motorike dhe një prirje më të madhe për aktivitet fizik në moshat e mëvonshme (Williams et al., 2008; Carlson et al., 2013; Kokštejn et al., 2017).

Në të njëjtën kohë, literatura thekson se zhvillimi motor nuk varet vetëm nga karakteristikat individuale të fëmijës, por ndikohet ndjeshëm nga faktorë kontekstualë, si mbështetja familjare, niveli socio-ekonomik, mjedisi arsimor dhe politikat edukative. Programet e planifikuara të edukimit fizik dhe integrimi sistematik i aktivitetit motor në kurrikulën parashkollorë rrisin gatishmërinë e fëmijëve për të zhvilluar aftësitë e tyre motorike dhe për të ndërtuar zakone të shëndetshme që zgjasin gjatë gjithë jetës (Gustafson & Rhodes, 2006; Copeland et al., 2012; Diamond & Lee, 2011; Trost et al., 2013).

Në këtë kuadër teorik dhe praktik, ky studim identifikon dhe trajton një sërë çështjesh kryesore, të cilat synojnë të analizojnë në mënyrë gjithëpërfshirëse aktivitetin fizik motor të fëmijëve parashkollorë në qytetin e Tiranës.

Niveli i aktivitetit fizik motor

Një nga çështjet qendrore të këtij studimi është vlerësimi i nivelit aktual të aktivitetit fizik motor të fëmijëve parashkollorë që ndjekin institucionet publike dhe private në Tiranë. Kjo çështje synon të analizojë:

- nivelin e përgjithshëm të përfshirjes së fëmijëve në aktivitet fizik gjatë ditës edukative;
- nëse aktivitetet motorike të ofruara përputhen me rekomandimet ndërkombëtare për fëmijët e moshës 3–6 vjeç;
- format kryesore të aktivitetit motorik të përdorura në praktikë, duke përfshirë lojën e lirë, aktivitetet e strukturuar dhe ushtrimet bazë të edukimit fizik.

Kjo analizë lejon të identifikohen prirjet aktuale dhe boshllëqet ekzistuese në ofrimin e aktivitetit motor në institucionet parashkollore.

Zhvillimi i aftësive motorike

Një çështje tjetër thelbësore lidhet me nivelin e zhvillimit të aftësive motorike bruto dhe të holla/fine te fëmijët parashkollorë. Studimi synon të shqyrtojë:

- cilat aftësi motorike bruto dhe fine janë më të zhvilluara në këtë grupmoshë;
- ndryshimet e mundshme në zhvillimin e këtyre aftësive në varësi të nivelit dhe llojit të aktivitetit motor;
- ndikimin e aktiviteteve të planifikuara dhe të strukturuar në përparimin motor të fëmijëve.

Vlerësimi i aftësive motorike shërben si tregues i rëndësishëm i zhvillimit të përgjithshëm dhe i gatishmërisë së fëmijëve për përfshirje të mëvonshme në aktivitete sportive dhe shkollore.

Lidhja e aktivitetit motor me mjedisin arsimor

Mjedisi arsimor përfaqëson një faktor kyç në organizimin dhe zbatimin e aktivitetit fizik motor. Në këtë drejtim, studimi trajton:

- nivelin e zbatueshmërisë së programit të edukimit fizik në institucionet parashkollore;
- mënyrën se si aktiviteti motor mbështetet dhe integrohet në kurrikulën parashkollore;
- dallimet midis institucioneve publike dhe private, si dhe midis zonave të ndryshme të qytetit të Tiranës.

Kjo analizë ndihmon në vlerësimin e përputhshmërisë midis kornizës kurrikulare dhe praktikës së përditshme edukative.

Mjedisi social dhe familjar

Një dimension i rëndësishëm i studimit lidhet me ndikimin e mjedisit familjar dhe social në aktivitetin fizik motor të fëmijëve. Në këtë kuadër, analizohen:

- qëndrimet e prindërve ndaj aktivitetit fizik dhe sportit në moshë të hershme;
- niveli i mbështetjes prindërore për pjesëmarrjen e fëmijëve në aktivitete motorike jashtë institucionit;
- ndikimi i nivelit socio-ekonomik në mundësitë për aktivitet fizik dhe zhvillim motor.

Ky dimension ndihmon në kuptimin e faktorëve jashtëinstitucionalë që ndikojnë në zhvillimin motor të fëmijëve parashkollorë.

Pasojat afatgjata të edukimit motor

Nga një perspektivë afatgjatë, studimi shqyrton rolin e edukimit motor në:

- rritjen e gatishmërisë shkollore të fëmijëve;
- krijimin e zakoneve të qëndrueshme të aktivitetit fizik dhe stilit të shëndetshëm të jetesës;
- parandalimin e sedentarizmit dhe problemeve shëndetësore që lidhen me mungesën e aktivitetit fizik që në fëmijëri.

Analiza e këtyre pasojave ndihmon në vlerësimin e rëndësisë strategjike të edukimit motor në politikat arsimore dhe shëndetësore.

Në përmbledhje, kuadri teorik dhe empirik i paraqitur tregon se aktiviteti fizik motor përbën një element themelor të zhvillimit të fëmijës parashkollor. Ai krijon bazat për aftësi të qëndrueshme motorike dhe sociale, mbështet zhvillimin kognitiv dhe emocional dhe përgatit fëmijën për sfidat e ardhshme akademike dhe shoqërore. Çështjet e trajtuara në këtë studim lidhen drejtpërdrejt me këtë kuadër teorik dhe synojnë të ofrojnë një analizë të thelluar dhe të bazuar në evidencë mbi aktivitetin motor të fëmijëve parashkollorë në Tiranë, duke krijuar themele të forta për analizën empirike të këtij disertacioni.

1.3. Rëndësia e studimit

Studimi mbi aktivitetin fizik motor tek fëmijët parashkollorë ka një rëndësi të veçantë, pasi periudha e hershme e fëmijërisë përbën një etapë kritike për zhvillimin e aftësive motorike, sociale, njohëse dhe emocionale (Williams et al., 2008; Kokštejn et al., 2017). Në këtë fazë zhvillimi, ekuilibri statik dhe dinamik përfaqëson një komponent themelor të aftësive motorike bruto, duke shërbyer si bazë për kontrollin postural, koordinimin e lëvizjeve dhe realizimin e aftësive të tjera bazë motorike, si vrapimi, kërcimi dhe ndryshimi i drejtimit. Aktiviteti fizik në këtë moshë jo vetëm që ndikon në shëndetin fizik dhe zhvillimin motorik, por gjithashtu krijon

themelet për gatishmërinë shkollore dhe për formimin e zakoneve të shëndetshme që ndikojnë gjatë gjithë jetës (Diamond & Lee, 2011; Goldstein, 2012).

Nga ana teorike, ky studim kontribuon në thellimin e njohurive mbi rolin e aktivitetit motorik në zhvillimin e aftësive bazë të fëmijëve parashkollorë, me theks të veçantë në zhvillimin e ekuilibrit si aftësi kyçe për autonominë funksionale dhe kontrollin trupor. Ekuilibri lidhet ngushtë me perceptimin e skemës trupore, vetëbesimin në lëvizje dhe aftësinë e fëmijës për të eksploruar mjedisin në mënyrë të pavarur. Studimi ndihmon gjithashtu në kuptimin e marrëdhënies midis aftësive motorike dhe zhvillimit të personalitetit, autonomisë dhe integritit social (Bergen, 2009; Tapia-Fuselier & Ray, 2019). Në të njëjtën kohë, ai analizon ndikimin e mjedisit familjar dhe socio-ekonomik, si dhe të politikave arsimore dhe programeve zyrtare, në ofrimin e aktiviteteve motorike që mbështesin zhvillimin e ekuilibrit dhe aftësive bazë motorike (Gordon-Larsen et al., 2006; Gustafson & Rhodes, 2006).

Nga perspektiva praktike, studimi është me rëndësi të veçantë për edukatorët, prindërit dhe politikëbërësit, pasi ofron evidencë shkencore për planifikimin dhe zbatimin e programeve të strukturuar të edukimit motorik në moshën parashkollore. Në mënyrë specifike, ai nënvizon nevojën për përfshirjen e aktiviteteve që synojnë zhvillimin sistematik të ekuilibrit, përmes lojës së strukturuar, ushtrimeve psikomotorike dhe përdorimit të pajisjeve të përshtatshme. Studimi ndihmon gjithashtu në identifikimin e mangësive dhe kufizimeve të praktikave ekzistuese, si p.sh. dallimet midis institucioneve publike dhe private ose midis zonave qendrore dhe periferike, të cilat mund të ndikojnë drejtpërdrejt në mundësitë e fëmijëve për zhvillimin optimal të aftësive motorike dhe ekuilibrit (Trost et al., 2013; Janssen & LeBlanc, 2010).

Përveç ndikimit lokal, studimi ofron mundësi krahasimi me praktikën dhe standardet ndërkombëtare të edukimit motorik parashkollor, duke kontribuar në formulimin e rekomandimeve të bazuara në evidencë për përmirësimin e politikave dhe programeve arsimore në Shqipëri dhe në rajon (Copeland et al., 2012). Përfundimisht, ky studim ofron një qasje gjithëpërfshirëse që lidh zhvillimin motorik – me fokus të veçantë në ekuilibrin – me dimensionet psiko-sociale dhe edukative, duke theksuar rëndësinë e integritit të aktivitetit fizik në jetën e fëmijëve që nga mosha parashkollore.

Në kontekstin shqiptar, rëndësia e këtij studimi bëhet edhe më e theksuar për shkak të ndryshimeve të shpejta sociale, urbane dhe arsimore që po ndikojnë drejtpërdrejt në jetën e fëmijëve parashkollorë, veçanërisht në zonat urbane si Tirana. Megjithëse dokumentet zyrtare, si Kurrikula Bërthamë për Arsimin Parashkollor dhe Korniza Kurrikulare e Arsimit Parauniversitar, theksojnë zhvillimin fizik dhe motor si komponent thelbësor të zhvillimit të fëmijës, zbatimi praktik i këtyre udhëzimeve paraqet sfida të dukshme.

Kufizimi i hapësirave të përshtatshme për lojë aktive, dallimet infrastrukturore ndërmjet institucioneve publike dhe private, si dhe mungesa e vlerësimit sistematik të aftësive motorike, krijojnë pabarazi në mundësitë për zhvillimin optimal të ekuilibrit dhe aftësive bazë motorike. Në këtë kuadër, mungesa e studimeve empirike të thelluara mbi aktivitetin fizik motor të fëmijëve parashkollorë në Shqipëri e bën këtë studim veçanërisht të rëndësishëm, pasi ai synon të lidhë kornizën teorike dhe kurrikulare me realitetin praktik të institucioneve parashkollore

shqiptare, duke ofruar një bazë të qëndrueshme për përmirësimin e praktikave pedagogjike dhe politikave arsimore në nivel kombëtar.

Ky studim ka për qëllim kryesor analizimin e gjendjes aktuale të zhvillimit motorik tek fëmijët parashkollorë dhe vlerësimin e ndikimit që aktivitetet fizike rekreative kanë në përmirësimin e këtij zhvillimi. Në mënyrë të veçantë, fokusi i kërkimit vendoset mbi aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujoretë strukturuar si një formë alternative dhe plotësuese e edukimit fizik tradicional gjatë kohës së lirë, duke marrë në konsideratë specifikat biomekanike, sensoperceptive dhe psikomotorike që ofron mjedisi ujqor.

Studimi synon të identifikojë dhe të analizojë ndryshimet që ndodhin në komponentët kryesorë të aktivitetit motorik, përfshirë ekuilibrin statik dhe dinamik, koordinimin sensoperceptiv, orientimin në hapësirë dhe në kohë, si dhe kontrollin postural dhe të vetë trupit, pas një periudhe ndërhyrjeje të strukturuar fizike. Përmes krahasimit ndërmjet grupit eksperimental dhe grupit të kontrollit, kërkimi synon të evidentojë nëse aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujorekontribuojnë në mënyrë më efektive në zhvillimin motorik krahasuar me lojërat rekreative .

Një dimension shtesë i këtij studimi lidhet me analizimin e rolit të gjinisë në përfitimet motorike të arritura, me qëllim vlerësimin nëse zhvillimi i aftësive motorike në këtë grupmoshë ndikohet nga faktorë gjinorë apo nëse ndërhyrja fizike prodhon efekte të krahasueshme për të dy gjinitë. Në këtë kuadër, studimi synon të kontribuojë në literaturën shkencore mbi edukimin fizik parashkollor dhe të ofrojë baza empirike për përmirësimin e praktikave pedagogjike dhe programeve të aktivitetit fizik në këtë fazë të hershme zhvillimore.

KREU II

DISKUTIMI TEORIK

2.1. Zhvillimi i Fëmijës dhe Rëndësia e Edukimit Fizik

Çdo zhvillim i fëmijës është unik dhe nuk mund të përsëritet ose krahasohet me zhvillimin e ndonjë fëmije tjetër, madje as në rastin e binjakëve. Çdo fëmijë rritet dhe zhvillohet sipas mënyrave dhe rregullave të veçanta, duke krijuar një personalitet të pavarur dhe të veçantë. Misioni i edukimit është të mbështesë dhe të përshpejtojë zhvillimin individual të fëmijës, duke synuar arritjen e satisfaksionit personal, ndjenjës së përgjegjësisë dhe kontributit qytetar. Në këtë kuadër, edukimi fizik i mirëstrukturuar nga mësuesi mund të luajë një rol të rëndësishëm në realizimin e këtyre qëllimeve (Tapia-Fuselier & Ray, 2019).

Loja për fëmijët është një aktivitet natyrshëm argëtues dhe emocionues, një element themelor i botës së fëmijërisë. Ajo ofron mundësinë për të përshtatur aftësitë individuale me mjedisin dhe të tjerët, duke ndikuar pozitivisht në zhvillimin motorik, aftësinë e të menduarit dhe aftësinë për të zgjidhur probleme (Cheng & Johnson, 2009). Megjithatë, disa prindër i japin përparësi aftësive akademike, si lexim dhe matematikë, duke supozuar gabimisht se loja është humbje kohe dhe nuk kontribuon në zhvillimin e aftësive të tjera të rëndësishme (Mota et al., 2017). Në të vërtetë, loja e planifikuar dhe me qëllime specifike mund të ndihmojë ndjeshëm zhvillimin e fëmijëve në fushat motorike, kognitive dhe sociale.

Fëmijëria e hershme, shpesh e quajtur “epoka e artë”, është periudha më e rëndësishme për stimujt e aftësive motorike. Në këtë fazë, zhvillimi i sistemit nervor mundëson që stimujt motorikë të ndikojnë pozitivisht në përshpejtimin e aftësive motorike (Cristia & Seidl, 2015). Fëmijët që kalojnë kohë të gjatë në aktivitet pasiv, si përdorimi i ekraneve me prekje, mund të përjetojnë ulje të aftësive motorike dhe të ndikohet negativisht zhvillimi i tyre global (Cristia & Seidl, 2015).

Loja e orientuar drejt qëllimit, e cila përfshin aktivitete të vazhdueshme dhe të sekuencializuara, ndihmon në zhvillimin e aftësive motorike të ndryshme, duke përfshirë forcën, qëndrueshmërinë, shkathhtësinë, shpejtësinë, ekuilibrin dhe koordinimin. Loja aktive dhe e kënaqshme stimulon kreativitetin dhe ndihmon në zhvillimin e aftësive sociale, njohëse dhe fizike të fëmijëve (Bergen, 2009; Goldstein, 2012).

Sipas literaturës, loja mundëson zhvillimin e aftësive bazë në të gjitha fushat: social, fizik, intelektual dhe gjuhësor (Majumdar, 2020). Loja aktive rrit aftësitë e fëmijëve për të përballuar sfidat sociale dhe mjedisore, forcon muskujt dhe përmirëson efikasitetin kognitiv dhe kapacitetin për zgjidhjen e problemeve. Studimet tregojnë se dy orë lojë aktive në ditë mund të kontribuojnë në reduktimin e deficitit të vëmendjes dhe hiperaktivitetit (Goldstein, 2012).

2.2. Aftësitë motorike te fëmijët parashkollorë

Aftësia motorike përkufizohet si aftësia e sistemit nervor për të kontrolluar dhe koordinuar lëvizjet e trupit. Në periudhën parashkollorë (3–4 vjeç), zhvillimi motorik përbën një komponent thelbësor të zhvillimit të përgjithshëm të fëmijës, pasi ndikon drejtpërdrejt në autonominë, pjesëmarrjen sociale dhe përgatitjen për aktivitete akademike dhe sportive. Për këtë arsye, janë zhvilluar teste fizike specifike për të vlerësuar aftësitë motorike në këtë grupmoshë, duke mundësuar identifikimin e hershëm të vonësve motorike (Williams et al., 2008).

Aftësitë motorike ndahen në aftësi motorike bruto dhe aftësi motorike të holla/fine.

2.2.1. Aftësitë Motorike Bruto

Aftësitë motorike bruto përfshijnë lëvizjet që aktivizojnë grupe të mëdha muskujsh dhe lidhen me kontrollin postural dhe lëvizjen e përgjithshme të trupit. Ato konsiderohen themeli i aftësive themelore të lëvizjes dhe janë të domosdoshme për pjesëmarrjen e mëvonshme në aktivitete sportive dhe fizike (Rudd et al., 2015).

Aftësitë motorike bruto përfshijnë tre komponentë kryesorë:

a) Aftësitë lokomotore (lëvizëse)

Këto aftësi lidhen me koordinimin e të gjithë trupit për të lëvizur nga një pikë e hapësirës në tjetrën. Ato përfshijnë veprime si vrapimi, galopimi, kërcimi, hedhja dhe rrëshqitja. Aftësitë lokomotore janë thelbësore për eksplorimin e mjedisit dhe zhvillimin e autonomisë motorike.

b) Ekuilibri

Ekuilibri i referohet aftësisë për të mbajtur një pozicion të kontrolluar gjatë kryerjes së një detyre ose aktiviteti dhe ndahet në dy lloje:

- Ekuilibri dinamik, i cili lidhet me ruajtjen e stabilitetit të trupit gjatë lëvizjes, si p.sh. gjatë ecjes ose vrapimit.
- Ekuilibri statik, i cili lidhet me aftësinë për të mbajtur një pozicion të qëndrueshëm pa lëvizje, si qëndrimi në këmbë ose në njërën këmbë.

c) Aftësitë e kontrollit të objekteve

Këto aftësi përfshijnë lëvizje ku fokusi kryesor është manipulimi i objekteve, duke përdorur duart, këmbët ose mjete të ndryshme. Ato ndahen në:

- Aftësi shtytëse, të cilat përfshijnë largimin e objektit nga trupi (hedhja, goditja, rrotullimi);
- Aftësi pranuese, të cilat përfshijnë marrjen dhe kontrollimin e objektit (kapja, ndalimi i topit), duke kërkuar lëvizje përthithëse për ngadalësimin e objektit.

Këto aftësi janë thelbësore për ndërveprimin e fëmijës me mjedisin dhe për zhvillimin e koordinimit motorik (Ulrich, 2019; Grissmer et al., 2010; Lopes et al., 2013; D'Hondt et al., 2014; Magistro et al., 2015; Rudd et al., 2015; Chang & Gu, 2018; Haywood & Getchell, 2019).

2.2.2. Aftësitë Motorike të Holla/Fine

Aftësitë motorike të holla/fine lidhen me përdorimin e grupeve të vogla të muskujve dhe kërkojnë lëvizje të sakta dhe të kontrolluara, veçanërisht të duarve, gishtërinjve, këmbëve dhe syve. Këto aftësi janë të rëndësishme për aktivitete si shkrimi, vizatimi dhe manipulimi i objekteve të vogla (Carlson et al., 2013; Kokštejn et al., 2017).

Brenda aftësive motorike fine dallohen dy nënkategori kryesore:

a) Koordinimi fin motorik (koordinimi vizual-motorik)

Ky lloj koordinimi përfshin lëvizje të vogla të muskujve, duke theksuar shkathtësinë e gishtërinjve, shpejtësinë dhe saktësinë e lëvizjeve. Detyra të zakonshme vlerësimi përfshijnë gjurmimin, filetimin e ruazave, ndërtimin me blloqe, manipulimin e monedhave dhe imitimën e lëvizjeve të duarve (Davis & Matthews, 2010).

b) Integrimi fin motorik

Integrimi fin motorik përfshin organizimin e lëvizjeve të vogla të muskujve përmes përpunimit dhe integritit të informacionit vizual nga mjedisi. Ai mbështetet në sinkronizimin e lëvizjeve të syrit dhe dorës dhe vlerësohet përmes detyrave të shkrimit, kopjimit të formave, shkronjave ose stimujve të tjerë vizualë (Sortor & Kulp, 2003; Grissmer et al., 2010; Cameron et al., 2012; Roebbers et al., 2014; Jansen et al., 2015; Van der Fels et al., 2015; Oberer et al., 2017; Chang & Gu, 2018).

Ndërlidhja e Aftësive Motorike dhe Qëllimi i Zhvillimit Motorik

Zhvillimi i aftësive motorike bruto dhe fine nuk ndodh në mënyrë të pavarur, por në ndërveprim të vazhdueshëm. Për shembull, zhvillimi i ecjes i liron duart e fëmijës, duke krijuar mundësi të reja për eksplorim, veprim dhe përfaqësim simbolik (Oberer et al., 2017).

Qëllimi kryesor i zhvillimit motorik është arritja e vetëkontrollit të trupit dhe përdorimi maksimal i potencialit motor të fëmijës. Ky zhvillim vlerësohet përmes performancës në aktivitete që pasqyrojnë marrëdhënien e fëmijës me mjedisin përreth. Përfshirja në aktivitete motorike të larmishme, të planifikuara dhe të përshtatshme për moshën është thelbësore për zhvillimin optimal motorik dhe për zhvillimin e përgjithshëm të fëmijës si individ i integruar (Madrona, 2014).

2.2.3. Çështje që lidhen me nivelin e aktivitetit fizik motor

Niveli aktual i aktivitetit fizik motor te fëmijët parashkollorë në Tiranë

Vlerësimi i nivelit aktual të aktivitetit fizik motor tek fëmijët parashkollorë përbën një nga çështjet themelore të këtij studimi. Aktiviteti fizik në moshën 3–6 vjeç është i lidhur ngushtë me zhvillimin e aftësive bazë motorike, me shëndetin fizik dhe me mirëqenien psiko-sociale të fëmijës (Gallahue et al., 2012). Megjithatë, studime të ndryshme tregojnë se niveli i aktivitetit fizik në institucionet parashkollore shpesh nuk është i mjaftueshëm për të përmbushur nevojat zhvillimore të fëmijëve (Pate et al., 2015).

Në këtë kontekst, studimi synon të analizojë nivelin real të aktivitetit fizik motor të fëmijëve parashkollorë në institucionet publike dhe private në Tiranë, duke marrë në konsideratë kohëzgjatjen, frekuencën dhe intensitetin e aktiviteteve motorike. Sipas literaturës, fëmijët parashkollorë kalojnë një pjesë të konsiderueshme të kohës në aktivitete sedentare, veçanërisht në mjedise të strukturuarra institucionale, çka ndikon negativisht në zhvillimin e tyre motor (Tucker, 2008).

Përputhshmëria e aktiviteteve motorike me rekomandimet ndërkombëtare

Një çështje tjetër e rëndësishme lidhet me përputhshmërinë e aktiviteteve motorike të zhvilluara në kopshte me rekomandimet ndërkombëtare për aktivitet fizik në moshën parashkollore. Organizata Botërore e Shëndetësisë rekomandon që fëmijët nën moshën 5 vjeç të angazhohen në të paktën 180 minuta aktivitet fizik në ditë, nga të cilat një pjesë duhet të jetë me intensitet të moderuar deri në të lartë (World Health Organization, 2019).

Studimet tregojnë se aktiviteti fizik në moshën parashkollore duhet të jetë i larmishëm, i shpërndarë gjatë gjithë ditës dhe i bazuar kryesisht në lojë, në mënyrë që të mbështesë zhvillimin motorik global dhe shëndetin afatgjatë të fëmijëve (Tremblay et al., 2017). Në këtë kuadër, studimi synon të vlerësojë nëse praktikat aktuale në institucionet parashkollore në Tiranë përmbushin kriteret e rekomanduara për kohëzgjatjen, intensitetin dhe cilësinë e aktivitetit fizik motor.

Analiza e kësaj përputhshmërie është thelbësore për të identifikuar boshllëqet ndërmjet standardeve ndërkombëtare dhe praktikës reale edukative, si dhe për të propozuar përmirësime në programet e edukimit motorik.

Format e aktivitetit motorik të përdorura në institucionet parashkollore

Aktiviteti motor në moshën parashkollore mund të organizohet në forma të ndryshme, të cilat kanë ndikime të ndryshme në zhvillimin e fëmijës. Literatura shkencore dallon kryesisht ndërmjet lojës së lirë, aktiviteteve të strukturuarra dhe ushtrimeve bazë motorike të drejtuara nga edukatori (Payne & Isaacs, 2024).

Loja e lirë konsiderohet një formë natyrore dhe thelbësore e aktivitetit motor, e cila nxit kreativitetin, autonominë dhe zhvillimin spontan të aftësive motorike (Pellegrini & Smith,

1998). Nga ana tjetër, aktivitetet e strukturuar dhe ushtrimet bazë motorike janë të rëndësishme për zhvillimin sistematik të aftësive themelore si vrapimi, kërcimi, hedhja dhe kapja, të cilat përbëjnë bazën për pjesëmarrjen e mëvonshme sportive (Haywood & Getchell, 2019).

Studimi synon të identifikojë se cilat forma të aktivitetit motorik përdoren më shpesh në institucionet parashkollore në Tiranë dhe nëse ekziston një balancë e përshtatshme ndërmjet aktiviteteve të lira dhe atyre të strukturuar. Sipas Gallahue et al. (2012), një kombinim i qëllimshëm i këtyre formave përbën qasjen më efektive për zhvillimin motorik të fëmijëve në këtë moshë.

2.2.4. Çështje që lidhen me zhvillimin motorik të fëmijëve

Zhvillimi i aftësive bazë motorike përbën një komponent thelbësor të rritjes dhe zhvillimit të fëmijëve në moshën parashkollore. Aftësi të tilla si vrapimi, kërcimi, hedhja, kapja dhe ruajtja e ekuilibrit konsiderohen themel për pjesëmarrjen e mëvonshme në aktivitete fizike dhe sportive (Gallahue et al., 2012). Literatura shkencore thekson se këto aftësi nuk zhvillohen automatikisht vetëm si rezultat i maturimit biologjik, por kërkojnë përvoja të qëllimshme dhe të strukturuar motorike (Haywood & Getchell, 2019).

Në këtë kontekst, studimi synon të vlerësojë nivelin e zhvillimit të aftësive bazë motorike te fëmijët parashkollorë në Tiranë, duke analizuar nëse ata kanë arritur stadet e pritshme të zhvillimit për moshën përkatëse. Studime të ndryshme kanë treguar se mungesa e aktivitetit fizik të mjaftueshëm në fëmijëri lidhet me vonesa në zhvillimin motorik dhe me vështirësi në koordinim dhe kontroll të lëvizjes (Logan et al., 2012).

Diferencat në zhvillimin motorik sipas moshës dhe gjinisë

Një çështje e rëndësishme në studimin e zhvillimit motorik lidhet me ekzistencën e diferencave sipas moshës dhe gjinisë. Hulumtimet tregojnë se zhvillimi i aftësive motorike ndjek një progresion të parashikueshëm sipas moshës kronologjike, ndërsa diferencat gjinore mund të shfaqen në aftësi të caktuara, veçanërisht si rezultat i përvojave motorike dhe ndikimeve socio-kulturore (Thomas & French, 1985; Payne & Isaacs, 2024).

Në moshën parashkollore, diferencat gjinore në aftësitë motorike nuk janë gjithmonë të theksuara dhe shpesh lidhen më shumë me mundësitë për pjesëmarrje në aktivitete fizike sesa me faktorë biologjikë (Malina et al., 2004). Studimi synon të analizojë nëse ekzistojnë dallime të rëndësishme në zhvillimin motorik të fëmijëve sipas moshës dhe gjinisë në kontekstin e institucioneve parashkollore në Tiranë.

Zhvillimi i Ekuilibrit tek Fëmijët Parashkollorë (3–6 vjeç)

Ekuilibrin përbën një nga komponentët themelorë të zhvillimit motorik në fëmijërinë e hershme dhe është i lidhur ngushtë me maturimin e sistemit nervor qendror, koordinimin neuromuskular dhe perceptimin e skemës trupore. Në moshën parashkollore (3–6 vjeç), zhvillimi i ekuilibrit

është veçanërisht i rëndësishëm, pasi krijon bazën për realizimin e lëvizjeve lokomotore, kontrollin postural dhe pjesëmarrjen aktive në lojëra dhe aktivitete motorike më komplekse (Gallahue et al., 2012).

Ekulibri përkufizohet si aftësia për të ruajtur qëndrimin trupor, si në pozicione statike ashtu edhe gjatë lëvizjes, përballë forcës së gravitetit dhe stimujve të jashtëm. Në literaturën shkencore dallohen dy forma kryesore të ekulibrit: ekulibri statik, që lidhet me ruajtjen e qëndrimit në një pozicion të caktuar (p.sh. qëndrimi në një këmbë), dhe ekulibri dinamik, që lidhet me ruajtjen e stabilitetit gjatë lëvizjes (p.sh. ecja mbi një vijë ose kërcimi me kontroll) (Payne & Isaacs, 2024).

Studimet tregojnë se periudha parashkollore përfaqëson një fazë kritike për zhvillimin e ekulibrit, pasi në këtë moshë ndodhin ndryshime të rëndësishme në organizimin neuromotor dhe në integrimin e sistemeve sensoriale (vestibular, vizual dhe proprioceptiv) që mbështesin kontrollin postural (Shumway-Cook & Woollacott, 2006). Aktivitetet motorike të larmishme dhe të përshtatura sipas moshës kontribuojnë ndjeshëm në përmirësimin e aftësive të balancimit dhe stabilitetit trupor.

Zhvillimi i ekulibrit lidhet drejtpërdrejt me aftësitë bazë motorike, si vrapimi, kërcimi dhe ndryshimi i drejtimit, të cilat kërkojnë kontroll të mirë të trupit dhe koordinim të lëvizjeve (Rudd et al., 2015). Fëmijët që shfaqin një nivel më të lartë të ekulibrit prirën të jenë më aktivë fizikisht, të marrin pjesë më shpesh në lojëra aktive dhe të tregojnë më shumë vetëbesim në kryerjen e detyrave motorike (Logan et al., 2015).

Nga ana psiko-sociale, ekulibri ndikon në autonominë dhe vetëvlerësimin e fëmijës. Fëmijët me aftësi të mira të balancimit ndihen më të sigurt gjatë lojës, eksplorojnë më lirshëm mjedisin dhe janë më të prirur për bashkëpunim me bashkëmoshatarët (Payne & Isaacs, 2024). Në të kundërt, vështirësitë në ruajtjen e ekulibrit mund të çojnë në shmangie të aktiviteteve motorike, frikë nga lëvizja dhe pjesëmarrje më të kufizuar në aktivitetet grupore.

Roli i edukatorit dhe i mjedisit arsimor është thelbësor në nxitjen e zhvillimit të ekulibrit. Qasja psikokinetike dhe edukimi përmes lojës ofrojnë mundësi të shumta për stimulimin e ekulibrit përmes aktiviteteve të strukturuar dhe të lira, si lojërat me pengesa, ecja mbi sipërfaqe të ndryshme, lëvizjet ritmike dhe balancimi me objekte (Piek et al., 2012). Këto aktivitete jo vetëm që përmirësojnë stabilitetin postural, por kontribuojnë edhe në zhvillimin e koordinimit, vëmendjes dhe rregullimit emocional.

Në përmbledhje, zhvillimi i ekulibrit në moshën parashkollore përbën një element kyç të edukimit motorik dhe ka ndikim të drejtpërdrejtë në zhvillimin fizik, psiko-social dhe edukativ të fëmijës. Përfshirja e qëllimshme e aktiviteteve që synojnë përmirësimin e ekulibrit në programet parashkollore është e domosdoshme për të garantuar një zhvillim të harmonik dhe për të krijuar bazat për një jetë aktive dhe të shëndetshme.

Ndikimi i aktivitetit fizik në koordinim dhe skemën trupore

Zhvillimi motorik në moshën parashkollore lidhet ngushtë me përmirësimin e koordinimit, ekuilibrit dhe ndërtimin e skemës trupore. Këto elemente përbëjnë bazën e funksionimit psikomotor dhe janë të lidhura drejtpërdrejt me maturimin e sistemit nervor qendror (Winter et al., 2014). Në këtë periudhë zhvillimore, truri i fëmijës karakterizohet nga një plasticitet i lartë nervor, i cili mundëson përvetësimin dhe përmirësimin e aftësive motorike përmes përvojës dhe praktikës së vazhdueshme. Aktiviteti fizik i rregullt dhe i larmishëm kontribuon në përmirësimin e kontrollit postural, orientimit hapësinor dhe ndërgjegjësimin trupor (Marín-Méndez et al., 2017), duke ndihmuar fëmijën të kuptojë pozicionin dhe lëvizjen e trupit të tij në raport me mjedisin.

Koordinimi motorik përfshin integrimin e informacionit shqisor (vizual, vestibular dhe propioceptiv) me përgjigjet motorike, proces i cili zhvillohet gradualisht përmes aktiviteteve si vrapimi, kërcimi, hedhja dhe kapja e objekteve. Nëpërmjet këtyre përvojave, fëmija përmirëson sinkronizimin e lëvizjeve, kohëzgjatjen dhe saktësinë e tyre. Ndërkohë, ekuilibri si komponent statik dhe dinamik ndikohet nga përforcimi i muskulaturës dhe nga përpunimi efikas i informacionit vestibular, duke e bërë fëmijën më të qëndrueshëm në veprimet e përditshme.

Skema trupore, e cila i referohet përfaqësimit mendor të trupit dhe pjesëve të tij, ndërtohet dhe konsolidohet përmes ndërveprimit aktiv me hapësirën. Përmes lojërave motorike të strukturuar dhe të lira, fëmija zhvillon aftësinë për të dalluar drejtimet, anësinë (lateritetin) dhe raportet hapësinore, elemente thelbësore për përgatitjen shkollore dhe për zhvillimin e mëvonshëm akademik. Studimet tregojnë se fëmijët që përfshihen rregullisht në aktivitete motorike të përshtatura për moshën shfaqin nivele më të larta koordinimi dhe ekuilibri, si dhe një perceptim më të zhvilluar të trupit të tyre në hapësirë (Payne & Isaacs, 2024). Për më tepër, ndërhyrjet e strukturuar në edukimin fizik në moshën e hershme kanë treguar efekte pozitive jo vetëm në komponentët motorikë, por edhe në vetëbesim, pavarësi funksionale dhe ndërveprim social.

Në këtë kuadër, studimi synon të vlerësojë ndikimin e aktivitetit fizik motor në zhvillimin e këtyre komponentëve psikomotorë tek fëmijët parashkollorë, duke analizuar në mënyrë të veçantë lidhjen midis frekuencës së aktivitetit, cilësisë së ndërhyrjes dhe nivelit të arritur të koordinimit dhe skemës trupore.

Zhvillimi motorik si bazë për gatishmërinë shkollore

Një çështje tjetër e rëndësishme lidhet me rolin e zhvillimit motorik në gatishmërinë shkollore të fëmijëve. Literatura bashkëkohore tregon se aftësitë motorike janë të lidhura ngushtë me zhvillimin njohës, me përqendrimin dhe me suksesin akademik në vitet e para të shkollimit (Diamond, 2000; Piek et al., 2008). Në veçanti, zhvillimi i funksioneve ekzekutive – si kontrolli inhibitor, memoria punuese dhe fleksibiliteti kognitiv – ndërlidhet me përvojat

motorike të hershme, të cilat stimulojnë organizimin dhe integrimin e proceseve nervore. Lëvizja nuk përbën vetëm aktivitet fizik, por edhe një mekanizëm përmes të cilit fëmija eksploron, përpunon dhe kupton mjedisin përreth.

Aftësitë motorike të pamjaftueshme mund të ndikojnë negativisht në performancën shkollore dhe në përshtatjen sociale të fëmijës. Vështirësitë në koordinim, në kontrollin e lëvizjeve të imëta apo në ekuilibër mund të reflektohen në probleme gjatë shkrimit, vizatimit, përdorimit të mjeteve shkollore apo pjesëmarrjes në aktivitete grupore. Këto sfida shpesh shoqërohen me ulje të vetëbesimit dhe me tërheqje nga aktivitetet sociale, duke ndikuar në mënyrë të tërthortë edhe në motivimin për të mësuar.

Gatishmëria shkollore përfshin jo vetëm përgatitjen kognitive, por edhe pjekurinë fizike, emocionale dhe sociale. Në këtë kuptim, zhvillimi motorik shërben si një themel funksional mbi të cilin ndërtohen aftësitë akademike bazë, si leximi, shkrimi dhe matematika fillestare (Hapala, 2012). Për shembull, zhvillimi i mirë i motorikës së imët dhe i koordinimit sy-dorë është thelbësor për përvetësimin e shkrimit, ndërsa orientimi hapësinor dhe perceptimi vizual kontribuojnë në kuptimin e simboleve grafike dhe strukturave numerike (Cameron et al., 2012; Grissmer et al., 2010).

Studimet empirike sugjerojnë se programet e strukturuar të aktivitetit fizik në moshën parashkollore kanë efekte pozitive jo vetëm në përmirësimin e aftësive motorike, por edhe në rritjen e vëmendjes, disiplinës së brendshme dhe angazhimit në detyrat akademike (Hillman et al., 2008; Donnelly et al., 2016). Për më tepër, përvojat motorike të pasura në fazën e hershme të zhvillimit krijojnë bazë për vetë-rregullim më të mirë dhe për adaptim më të suksesshëm në mjedisin shkollor.

Në këtë kontekst, studimi synon të analizojë zhvillimin motorik si një faktor parashikues për gatishmërinë shkollore të fëmijëve parashkollorë, duke theksuar rëndësinë e edukimit motorik cilësor në fazën e hershme të zhvillimit dhe rolin e tij në ndërtimin e një baze të qëndrueshme për suksesin e mëvonshëm akademik dhe social.

2.2.5. Çështje që lidhen me dimensionin psiko-social të aktivitetit motor

Ndikimi i aktivitetit fizik motor në zhvillimin emocional të fëmijëve

Aktiviteti fizik motor në moshën parashkollore nuk ndikon vetëm në zhvillimin fizik, por luan një rol të rëndësishëm edhe në zhvillimin emocional të fëmijëve. Përfshirja e rregullt në aktivitete motorike ndihmon në rregullimin e emocioneve, në uljen e ankthit dhe në përmirësimin e gjendjes së përgjithshme emocionale (Strong et al., 2005). Nga perspektiva neuropsikologjike, aktiviteti fizik stimulon lirimin e neurotransmetuesve si dopamina dhe serotonina, të cilët lidhen me përmirësimin e humorit dhe me reduktimin e stresit. Kjo kontribuon në krijimin e një gjendjeje emocionale më të qëndrueshme dhe më të balancuar tek fëmijët.

Nëpërmjet lëvizjes dhe lojës, fëmijët mësojnë të shprehin emocionet e tyre, të përballen me frustrimin dhe të zhvillojnë ndjenjën e kënaqësisë dhe arritjes. Aktivitetet motorike, veçanërisht ato në grup, krijojnë situata sociale ku fëmijët përjetojnë sukses, dështim, bashkëpunim dhe konkurrencë, duke mësuar gradualisht të menaxhojnë reagimet emocionale në mënyrë të përshtatshme. Këto përvoja kontribuojnë në zhvillimin e vetë-rregullimit emocional (Tomporowski et al., 2015), i cili konsiderohet një komponent thelbësor i pjekurisë socio-emocionale dhe i gatishmërisë për shkollë.

Studimet tregojnë se aktiviteti fizik ndikon pozitivisht në zhvillimin e vetëbesimit dhe të vetëvlerësimit tek fëmijët parashkollorë, duke i ndihmuar ata të krijojnë një perceptim pozitiv për aftësitë e tyre (Eime et al., 2013). Përmes arritjes së qëllimeve motorike si përvetësimi i një aftësie të re lëvizore, fëmijët përjetojnë ndjenjën e kompetencës, e cila sipas teorive të motivimit është bazë për ndërtimin e një vetëkoncepti të shëndetshëm. Për më tepër, përfshirja në aktivitete fizike është lidhur me nivele më të ulëta të sjelljeve problematike dhe me rritje të mirëqenies psikologjike në fëmijërinë e hershme.

Ndërhyrjet e strukturuar në edukimin fizik në institucionet parashkollore kanë treguar se programet që kombinojnë lëvizjen me elementë të bashkëpunimit dhe lojës simbolike ndikojnë pozitivisht në zhvillimin e empatisë, të kontrollit emocional dhe të aftësive për zgjidhjen e konflikteve (Lubans et al., 2016; Zeng et al., 2017). Kjo tregon se aktiviteti motor nuk është vetëm një mjet për zhvillim fizik, por edhe një platformë e rëndësishme për ndërtimin e kompetencave emocionale dhe sociale.

Në këtë kontekst, studimi synon të analizojë ndikimin e aktivitetit motor në zhvillimin emocional të fëmijëve dhe në aftësinë e tyre për të menaxhuar situata të ndryshme emocionale në mjedisin parashkollor, duke vlerësuar lidhjen midis nivelit të përfshirjes në aktivitete fizike dhe treguesve të mirëqenies emocionale.

Roli i aktivitetit motor në zhvillimin social dhe ndërveprimin me bashkëmoshatarët

Një çështje tjetër thelbësore lidhet me rolin e aktivitetit fizik motor në zhvillimin social të fëmijëve. Aktivitetet motorike, veçanërisht ato të bazuara në lojë, krijojnë mundësi të shumta për ndërveprim social, bashkëpunim dhe respektim të rregullave (Pellegrini & Smith, 1998). Në këto situata, fëmijët mësojnë të ndajnë hapësirën, të bashkëpunojnë me të tjerët dhe të zgjidhin konflikte në mënyrë konstruktive.

Sipas teorisë sociokulturore të Vygotsky-t (1978), të mësuarit ndodh përmes ndërveprimit social, dhe aktiviteti motor përbën një kontekst të favorshëm për zhvillimin e aftësive sociale në moshën parashkollore. Studimi synon të vlerësojë se si aktiviteti fizik motor ndikon në zhvillimin e aftësive sociale, si bashkëpunimi, ndihma reciproke dhe respektimi i rregullave të përbashkëta, tek fëmijët parashkollorë në Tiranë.

Aktiviteti motor, autonomia dhe motivimi i brendshëm

Aktiviteti fizik motor kontribuon ndjeshëm në zhvillimin e autonomisë dhe motivimit të brendshëm tek fëmijët. Përmes pjesëmarrjes aktive në lojëra dhe ushtrime motorike, fëmijët përjetojnë ndjenjën e kompetencës dhe kontrollit mbi veprimet e tyre, elemente këto thelbësore për ndërtimin e autonomisë personale (Deci & Ryan, 2000). Sipas teorisë së vetë-përcaktimit, motivimi i brendshëm zhvillohet kur plotësohen tre nevoja themelore psikologjike: autonomia, kompetenca dhe ndërlidhja sociale. Aktivitetet motorike, veçanërisht ato që ofrojnë zgjedhje, sfida të përshtatura dhe mbështetje pozitive nga edukatori, krijojnë kushte të favorshme për përmbushjen e këtyre nevojave.

Në moshën parashkollore, autonomia shfaqet përmes aftësisë së fëmijës për të marrë iniciativa, për të zgjedhur aktivitetet dhe për të zgjidhur situata të thjeshta problemore gjatë lojës. Kur fëmijët lejohen të eksplorojnë lëvizjet, të eksperimentojnë me mënyra të ndryshme realizimi dhe të përballen me sfida të arritshme, ata zhvillojnë ndjenjën e vetë-efikasitetit dhe të besimit në aftësitë e tyre. Ky proces ndikon drejtpërdrejt në forcimin e motivimit të brendshëm, pasi aktiviteti përjetohet si i kënaqshëm dhe kuptimplotë në vetvete, jo thjesht si një detyrë e imponuar.

Studimet tregojnë se një qasje edukative që thekson pjesëmarrjen, përpjekjen dhe kënaqësinë nga aktiviteti, dhe jo rezultatin apo konkurrencën, ndihmon në forcimin e motivimit të brendshëm dhe në krijimin e qëndrimeve pozitive ndaj aktivitetit fizik (Harter, 1981). Në këtë kuptim, klima motivuese e krijuar nga edukatori luan rol vendimtar. Një mjedis mbështetës, që inkurajon përpjekjen individuale dhe progresin personal, favorizon përfshirjen aktive dhe këmbënguljen në aktivitet, ndërsa një theks i tepruar në krahasim apo performancë mund të dobësojë motivimin e brendshëm.

Për më tepër, studime të bazuara në Teorinë e Vetë-Përcaktimit kanë gjetur se format më autonome të motivimit, përfshirë motivimin e brendshëm dhe rregullimin e identifikuar, lidhen pozitivisht me nivelet e aktivitetit fizik tek fëmijët dhe adoleshentët (Owen et al., 2014). Për më tepër, perceptimet e fëmijëve për përmbushjen e nevojave për autonomi, kompetencë dhe lidhje sociale shoqërohen me motivim të brendshëm dhe angazhim më të madh në aktivitetet fizike (Sebire et al., 2013). Rishikimet e fundit sugjerojnë se ndërhyrjet që mbështesin autonominë dhe kënaqësinë gjatë aktivitetit fizik në shkollë mund të rrisin motivimin dhe përfshirjen e fëmijëve në lëvizje (Wang et al., 2024). Kjo e bën edukimin motor në moshën e hershme jo vetëm një mjet zhvillimor afatshkurtër, por edhe një investim në shëndetin dhe mirëqenien e ardhshme.

Në këtë kuadër, studimi synon të analizojë se në çfarë mase aktiviteti motor në institucionet parashkollore në Tiranë nxit autonominë dhe motivimin e brendshëm të fëmijëve, duke shqyrtuar lidhjen midis praktikave pedagogjike, klimës motivuese dhe nivelit të angazhimit të fëmijëve në aktivitetet motorike.

Ndikimi i aktivitetit motor në sjelljen dhe përshtatjen sociale

Një aspekt i rëndësishëm i dimensionit psiko-social lidhet me ndikimin e aktivitetit motor në sjelljen dhe përshtatjen sociale të fëmijëve. Aktiviteti fizik i rregullt është lidhur me uljen e sjelljeve problematike dhe me përmirësimin e vetëkontrollit dhe vëmendjes tek fëmijët (Biddle & Asare, 2011). Në moshën parashkollore, këto elemente janë veçanërisht të rëndësishme për përshtatjen në mjedisin edukativ dhe për krijimin e marrëdhënieve pozitive me edukatorët dhe bashkëmoshatarët.

Nga perspektiva zhvillimore, aktiviteti motor, sidomos ai i organizuar në formë loje bashkëpunuese, krijon situata sociale ku fëmijët mësojnë të respektojnë rregullat, të presin radhën, të ndajnë materiale dhe të zgjidhin konflikte në mënyrë konstruktive. Përmes këtyre përvojave, zhvillohet gradualisht vetëkontrolli, aftësia për të menaxhuar impulsivitetin dhe për të rregulluar reagimet emocionale në ndërveprim me të tjerët (Wang, 2022; Ozyurek et al., 2015). Këto kompetenca konsiderohen thelbësore për integrimin e suksesshëm në grup dhe për funksionimin efektiv në mjedisin parashkollor.

Studimet empirike sugjerojnë se fëmijët me nivele më të larta të aktivitetit fizik shfaqin më pak sjellje agresive dhe më shumë sjellje prosociale, si bashkëpunimi dhe ndihma ndaj të tjerëve (Shavega, 2024; Abdessemed et al., 2021). Aktiviteti fizik është lidhur gjithashtu me përmirësim të funksioneve ekzekutive, të cilat ndikojnë drejtpërdrejt në kontrollin e sjelljes dhe në aftësinë për t'u përqendruar në detyrë. Për më tepër, përfshirja në aktivitete motorike në grup forcon ndjenjën e përkatësisë dhe të pranimit social, duke reduktuar rrezikun e izolimit apo të përjashtimit nga grupi.

Në kontekstin parashkollor, edukimi motor mund të shërbejë si një mjet parandalues ndaj vështirësive të sjelljes, duke ofruar kanale të shëndetshme për shprehjen e energjisë dhe emocioneve. Një program i strukturuar dhe i përshtatur për moshën, që kombinon lëvizjen me elementë bashkëpunimi dhe rregullash të qarta, mund të kontribuojë në krijimin e një klime pozitive në klasë dhe në përmirësimin e marrëdhënieve ndërpersonale.

Në këtë kontekst, studimi synon të vlerësojë rolin e aktivitetit fizik motor në përmirësimin e sjelljes dhe të aftësive të përshtatjes sociale të fëmijëve parashkollorë, duke analizuar lidhjen midis frekuencës dhe cilësisë së aktiviteteve motorike dhe nivelit të vetëkontrollit, bashkëpunimit dhe integritimit social në mjedisin edukativ.

2.2.6. Çështje që lidhen me praktikën pedagogjike dhe rolin e edukatorit

Roli i edukatorit në planifikimin dhe zbatimin e aktivitetit motor

Edukatori përbën një faktor kyç në cilësinë dhe efektivitetin e aktivitetit fizik motor në moshën parashkollore. Literatura shkencore thekson se planifikimi i qëllimshëm i aktiviteteve motorike, i përshtatur me moshën dhe nivelin e zhvillimit të fëmijëve, ndikon drejtpërdrejt në përmirësimin e aftësive motorike dhe psiko-sociale (Gallahue et al., 2012). Roli i edukatorit

nuk kufizohet vetëm në organizimin e aktivitetit, por përfshin edhe krijimin e një mjedisi të sigurt, nxitës dhe gjithëpërfshirës për pjesëmarrjen aktive të fëmijëve.

Studimet tregojnë se edukatorët që posedojnë njohuri të mjaftueshme mbi zhvillimin motorik dhe përdorin strategji pedagogjike të përshtatshme arrijnë të rrisin nivelin e aktivitetit fizik dhe angazhimin e fëmijëve në aktivitetet motorike (Morgan et al., 2013). Në këtë kuadër, studimi synon të analizojë rolin e edukatorit në planifikimin, organizimin dhe drejtimin e aktivitetit fizik motor në institucionet parashkollore në Tiranë.

Metodat pedagogjike të përdorura në edukimin motorik parashkollor

Një çështje e rëndësishme lidhet me metodat pedagogjike të përdorura për zhvillimin e aktivitetit motor në moshën parashkollore. Qasjet bashkëkohore theksojnë rëndësinë e metodave aktive, të bazuara në lojë, eksplorim dhe zgjidhje problemesh, të cilat respektojnë ritmin individual të zhvillimit të fëmijëve (Winter et al., 2014; McGrane et al., 2017).

Metodat tradicionale, të fokusuar në përsëritje mekanike të ushtrimeve, janë vlerësuar si më pak efektive për këtë grupmoshë, pasi kufizojnë kreativitetin dhe autonominë e fëmijëve (Payne & Isaacs, 2024). Në këtë kontekst, studimi synon të identifikojë se cilat metoda pedagogjike përdoren më shpesh nga edukatorët në Tiranë dhe nëse ato janë në përputhje me parimet e edukimit psikokinetik dhe të të mësuarit përmes lojës.

Përgatitja profesionale dhe formimi i vazhdueshëm i edukatorëve

Cilësia e edukimit motorik parashkollor është e lidhur ngushtë me nivelin e përgatitjes profesionale të edukatorëve. Studimet tregojnë se shumë edukatorë ndihen të pasigurt në zbatimin e aktiviteteve motorike për shkak të mungesës së formimit specifik në fushën e edukimit fizik dhe zhvillimit motor (Copeland et al., 2012).

Formimi i vazhdueshëm profesional dhe trajnimi specifik në edukimin motorik janë konsideruar faktorë kyç për përmirësimin e praktikave pedagogjike dhe për rritjen e cilësisë së aktivitetit fizik në institucionet parashkollore (Sheridan et al., 2009). Në këtë kuadër, studimi synon të analizojë nivelin e përgatitjes profesionale të edukatorëve në Tiranë dhe mundësitë për zhvillim profesional në fushën e edukimit motorik.

Marrëdhënia edukator–fëmijë dhe klima psiko-emocionale e aktivitetit motor

Një aspekt thelbësor i praktikave pedagogjike është marrëdhënia mes edukatorit dhe fëmijës gjatë zhvillimit të aktivitetit motor. Klima psiko-emocionale pozitive dhe komunikimi efektiv janë kushte të domosdoshme për pjesëmarrjen aktive dhe zhvillimin optimal të fëmijëve (Vygotsky, 1978). Një qasje mbështetëse dhe inkurajuese nga ana e edukatorit ndihmon në uljen e frikës nga dështimi dhe në rritjen e vetëbesimit të fëmijëve gjatë aktivitetit fizik (Harter, 1981).

Studimi synon të vlerësojë se si ndërveprimi edukator–fëmijë dhe klima emocionale gjatë aktiviteteve motorike ndikojnë në motivimin, angazhimin dhe zhvillimin psiko-motor të fëmijëve parashkollorë në Tiranë.

2.2.7. Çështje që lidhen me mjedisin dhe infrastrukturën për aktivitetin fizik motor

Rëndësia e mjedisit fizik për zhvillimin motorik

Mjedisi fizik ku zhvillohen aktivitetet motorike ka një ndikim të drejtpërdrejtë në nivelin dhe cilësinë e zhvillimit motor të fëmijëve parashkollorë. Hapësirat e sigurta, të përshtatura me moshën, dhe me pajisje që nxisin lëvizjen dhe eksplorimin, mundësojnë zhvillimin e koordinimit, ekuilibrit dhe aftësive motorike të tjera (Bornstein et al., 2022). Përveç kësaj, një mjedis stimulues ndikon pozitivisht në motivimin për pjesëmarrje dhe në kënaqësinë që fëmijët përjetojnë gjatë aktiviteteve fizike (Dyson, 2001).

Studimet tregojnë se kufizimet hapësinore, mungesa e pajisjeve të siguruara ose infrastrukturës jo të përshtatshme, ndikojnë negativisht në aktivitetin motor, duke reduktuar mundësitë për zhvillimin e aftësive motorike dhe për pjesëmarrje aktive (Brown et al., 2009). Në këtë kontekst, studimi synon të vlerësojë mjedisin fizik të kopshteve publike dhe private në Tiranë dhe ndikimin e tij në aktivitetin motor të fëmijëve.

Pajisjet dhe materialet për aktivitetin motor

Përdorimi i pajisjeve dhe materialeve të përshtatshme për fëmijët është një faktor kyç për zhvillimin motorik. Pajisjet duhet të jenë të sigurta, të stimulojnë lëvizjen, të përmirësojnë koordinimin dhe të jenë të adaptueshme për nivele të ndryshme zhvillimi (Pate et al., 2004). Për shembull, topat, kangjellat, mjete për kërcim dhe alpinim, lejojnë zhvillimin e një game të gjerë aftësish motorike dhe inkurajojnë lojën kreative.

Mungesa e materialeve të mjaftueshme ose përdorimi i pajisjeve të papërshtatshme mund të pengojë zhvillimin e aftësive motorike dhe të rrisë rrezikun e dëmtimeve (Gallahue et al., 2012). Studimi synon të identifikojë llojet e pajisjeve dhe materialeve të përdorura në institucionet parashkollorë në Tiranë dhe të analizojë nëse ato janë të mjaftueshme dhe të përshtatshme për zhvillimin motorik të fëmijëve.

Hapësirat e brendshme dhe të jashtme

Hapësirat e brendshme dhe të jashtme të kopshteve luajnë një rol të ndryshëm, por të ndërsjellë, në aktivitetin motor. Hapësirat e jashtme, si oborret dhe kopshtet, ofrojnë mundësi për aktivitete që kërkojnë më shumë lëvizje dhe eksplorim, ndërsa hapësirat e brendshme janë të nevojshme për zhvillimin e lojërave strukturuara dhe aktiviteteve më të kontrolluara motorike (Brown et al., 2009; Dyson, 2001).

Sigurimi i një balancimi të duhur midis hapësirave të brendshme dhe të jashtme, si dhe pajisjeve të ndryshme motorike, është një element kyç për të maksimizuar aktivitetin fizik dhe

zhvillimin motorik të fëmijëve. Studimi synon të analizojë se sa institucionet parashkollore në Tiranë ofrojnë një mjedis të përshtatshëm dhe të larmishëm për zhvillimin e aftësive motorike.

Siguria dhe standardet e infrastrukturës

Siguria është një aspekt kryesor i mjedisit fizik në aktivitetet motorike. Hapësirat duhet të jenë të dizajnuara dhe të miratuara sipas standardeve të sigurisë për fëmijët parashkollorë, duke minimizuar rrezikun e aksidenteve dhe lëndimeve (Pate et al., 2004). Përveç kësaj, edukatorët duhet të jenë të trajnuar për të përdorur pajisjet në mënyrë të sigurt dhe për të monitoruar fëmijët gjatë aktivitetëve motorike.

Studimet tregojnë se mungesa e standardeve të sigurisë dhe monitorimit të duhur ndikon negativisht në pjesëmarrjen aktive të fëmijëve dhe mund të shkaktojë frikë ose shmangie nga aktiviteti motor (Brown et al., 2009). Studimi synon të vlerësojë nivelin e sigurisë dhe përputhshmërinë me standardet e infrastrukturës në institucionet parashkollore në Tiranë.

2.2.8. Çështje që lidhen me familjen dhe mjedisin social

Qëndrimi i prindërve ndaj aktivitetit fizik

Roli i familjes dhe veçanërisht i prindërve është vendimtar për pjesëmarrjen dhe motivimin e fëmijëve në aktivitete motorike. Studimet tregojnë se prindërit që inkurajojnë lojën aktive dhe aktivitetin fizik ndikojnë pozitivisht në nivelin e aktivitetit motor dhe zhvillimin e aftësive motorike (Gustafson & Rhodes, 2006). Qëndrimi mbështetës dhe pjesëmarrja e prindërve në aktivitete të përbashkëta rrit vetëbesimin dhe autonominë e fëmijëve (Sallis et al., 2000). Përveç kësaj, prindërit që japin shembull përmes aktivitetit të tyre fizik nxisin një kulturë familjare të lëvizjes, ku fëmijët mësojnë të vlerësojnë dhe të gjejnë kënaqësi në lëvizje. Jo vetëm suksesi, por edhe mbështetja emocionale dhe shpërblimi i përpjekjeve, forcojnë motivimin e brendshëm dhe gatishmërinë për të përfshirë veten në aktivitete motorike.

Mbështetja për aktivitet jashtë institucionit

Pjesëmarrja e fëmijëve në aktivitete motorike jashtë kopshtit (lojërat në park, sportet e lehta aktivitetet e komunitetit etj), është e lidhur ngushtë me mbështetjen që ofrojnë prindërit. Kur prindërit investojnë kohë, energji dhe burime për t'i mundësuar këto aktivitete, fëmijët shfaqin nivele më të larta të aktivitetit fizik (Trost et al., 2013). Këto eksperiencë jashtë institucionit ofrojnë mundësi për eksplorim të hapësirës, ndërveprim social dhe zhvillim të aftësive motorike në kontekste të ndryshme. Për më tepër, aktivitetet jashtë kopshtit ndihmojnë në rritjen e pavarësisë dhe vetë-organizimit të fëmijëve, pasi ata mësojnë të planifikojnë dhe të menaxhojnë kohën e lojës dhe lëvizjes.

Niveli socio-ekonomik dhe mundësitë për aktivitet fizik

Studimet tregojnë se niveli socio-ekonomik i familjes ndikon në aksesin ndaj infrastrukturës sportive, pajisjeve dhe aktivitetëve jashtë institucioneve parashkollore (Gordon-Larsen et al.,

2006). Familjet me më shumë mundësi financiare ofrojnë hapësira, pajisje dhe mundësi shtesë për zhvillimin motorik, ndërsa kufizimet socio-ekonomike mund të ndikojnë negativisht në nivelin e aktivitetit dhe diversitetin e tij. Për më tepër, fëmijët nga familje me resurse të kufizuara mund të kenë më pak mundësi të përjetojnë aktivitete të ndryshme, duke kufizuar zhvillimin e koordinimit, ekuilibrit dhe kreativitetit motor. Kjo tregon rëndësinë e ndërhyrjeve komunitare dhe programave të financuara për të siguruar mundësi të barabarta për të gjithë fëmijët.

2.2.9. Çështje që lidhen me politikat arsimore dhe programet zyrtare

Përfshirja e aktivitetit motorik në kurrikulën parashkollore

Programet zyrtare të edukimit parashkollor zakonisht përfshijnë aktivitetin fizik motor, por shpesh niveli dhe koha e dedikuar nuk janë të mjaftueshme për të siguruar zhvillim të plotë motorik (Pate et al., 2004). Standardet ndërkombëtare sugjerojnë që fëmijët 3–6 vjeç të angazhohen të paktën 60 minuta aktivitet fizik të moderuar deri intensiv çdo ditë (Bull et al., 2020).

Zbatueshmëria e programit në kopshte

Efektiviteti i kurrikulës varet nga kapaciteti i edukatorëve, mjedisi fizik dhe mbështetja institucionale. Shumë studime tregojnë se zbatueshmëria e programeve ndryshon në praktikë, duke krijuar diferenca midis aspiratës dhe realitetit të përditshëm (Copeland et al., 2012).

Mbështetja institucionale

Mbështetja institucionale për zhvillimin e edukimit motorik përfshin furnizimin me pajisje, hapësira adekuate dhe trajnime për edukatorët (Gallahue et al., 2012). Mungesa e këtyre elementëve kufizon mundësitë për zhvillim të plotë motor dhe pjesëmarrje aktive të fëmijëve.

2.2.10. Çështje që lidhen me pasojat afatgjata

Gatishmëria shkollore

Edukimi motorik i hershëm ndihmon në zhvillimin e aftësive kognitive, përqendrimit dhe gatishmërisë për mësim formal, pasi aktiviteti fizik është i lidhur ngushtë me funksionet ekzekutive të trurit (Diamond & Lee, 2011).

Zakonet e shëndetshme

Pjesëmarrja e rregullt në aktivitete motorike parashkollore mund të krijojë zakone të shëndetshme që vazhdojnë në moshat e mëvonshme, duke ulur rrezikun e obezitetit, sedentarizmit dhe problemeve të tjera shëndetësore (Troost et al., 2013).

Edukimi motorik në fëmijëri është një faktor parandalues ndaj stilit të jetesës sedentar. Fëmijët që janë aktivë herët kanë më shumë gjasa të vazhdojnë të jenë aktivë gjatë shkollës fillore dhe më vonë, duke përmirësuar shëndetin fizik dhe mental (Janssen & LeBlanc, 2010).

2.3. Përmbledhje e Diskutimit Teorik

Aktiviteti fizik motor te fëmijët parashkollorë përbën një komponent thelbësor të zhvillimit të tyre të përgjithshëm, duke përfshirë aspektet motorike, njohëse, sociale dhe emocionale. Literatura shkencore thekson se çdo fëmijë zhvillohet në mënyrë unike dhe se nuk ekziston një model standard zhvillimi që mund të zbatohet njësoj për të gjithë fëmijët, madje as në rastin e binjakëve (Tapia-Fuselier & Ray, 2019). Ky fakt nënvizon rëndësinë e një edukimi të planifikuar dhe të individualizuar, i cili respekton ritmet e zhvillimit, interesat dhe nevojat specifike të secilit fëmijë.

Loja përfaqëson formën kryesore të aktivitetit motorik në moshën parashkollorë dhe nuk duhet parë thjesht si një aktivitet argëtues, por si një mjet edukativ me vlerë të lartë zhvillimore. Nëpërmjet lojës, fëmijët zhvillojnë aftësitë bazë motorike, përfshirë koordinimin, forcën, shkathtësinë dhe ekuilibrin, si dhe aftësitë njohëse dhe sociale të lidhura me ndërveprimin me mjedisin dhe bashkëmoshatarët (Bergen, 2009; Goldstein, 2012).

Loja e strukturuar dhe e orientuar drejt qëllimit kontribuon gjithashtu në stimulimin e kreativitetit, të menduarit dhe zgjidhjes së problemeve, duke ofruar kushte optimale për një zhvillim të balancuar psiko-fizik (Majumdar, 2020; Cheng & Johnson, 2009). Në të kundërt, aktivitetet pasive, veçanërisht përdorimi i tepërt i pajisjeve digjitale, janë të lidhura me ulje të nivelit të aktivitetit fizik dhe me pasoja negative në zhvillimin motorik dhe funksional të fëmijëve (Cristia & Seidl, 2015).

Aftësitë motorike te fëmijët parashkollorë ndahen në aftësi motorike bruto dhe aftësi motorike të holla/fine. Aftësitë motorike bruto përfshijnë lëvizjet lokomotore, kontrollin e objekteve dhe ruajtjen e stabilitetit trupor, ndërsa aftësitë motorike të holla/fine lidhen me koordinimin e imët ndërmjet syrit dhe dorës ose syrit dhe këmbës (Williams et al., 2008; Carlson et al., 2013; Kokštejn et al., 2017).

Zhvillimi i këtyre aftësive në moshën parashkollorë konsiderohet themelor për pjesëmarrjen e mëvonshme të fëmijëve në aktivitete sportive dhe për ndërtimin e një baze të qëndrueshme për shëndetin fizik dhe formimin e personalitetit (Madrona, 2014; Rudd et al., 2015).

Në këtë kuadër, ekuilibri zë një vend qendror si komponent i aftësive motorike bruto, duke përfaqësuar bazën e kontrollit postural dhe të realizimit të lëvizjeve të sigurta dhe të

koordinuara. Studimet tregojnë se zhvillimi i ekuilibrit në moshën 3–6 vjeç është i lidhur ngushtë me maturimin neuromotor dhe me integrimin e sistemeve sensoriale vestibulare, vizuale dhe proprioceptive, të cilat janë thelbësore për orientimin trupor dhe stabilitetin gjatë lëvizjes (Gallahue et al., 2012; Shumway-Cook & Woollacott, 2006).

Aktivitetet motorike të strukturuar dhe loja aktive kontribuojnë ndjeshëm në përmirësimin e ekuilibrit statik dhe dinamik, duke ndikuar pozitivisht në autonominë, vetëbesimin dhe gatishmërinë e fëmijëve për përfshirje në aktivitete motorike më komplekse (Logan et al., 2015; McGrane et al., 2017).

Studimet empirike theksojnë se aktiviteti fizik i rregullt dhe i përshtatur për moshën parashkollore ndikon pozitivisht në gatishmërinë shkollore, në krijimin e zakoneve të shëndetshme dhe në parandalimin e sedentarizmit në moshat e mëvonshme (Diamond & Lee, 2011; Janssen & LeBlanc, 2010; Trost et al., 2013).

Në këtë proces, mbështetja familjare, niveli socio-ekonomik dhe cilësia e programeve arsimore luajnë një rol të rëndësishëm, duke ndikuar drejtpërdrejt në mundësitë që fëmijët kanë për të zhvilluar aftësitë e tyre motorike dhe për të ndërtuar një marrëdhënie pozitive me aktivitetin fizik (Gustafson & Rhodes, 2006; Gordon-Larsen et al., 2006; Copeland et al., 2012).

Në përmbledhje, baza teorike e paraqitur konfirmon se aktiviteti motorik në moshën parashkollore ka një rëndësi të veçantë për zhvillimin integral të fëmijës. Ai nuk përfaqëson vetëm një mjet për lëvizje, por një faktor kyç për formimin e aftësive motorike, njohëse dhe sociale, duke krijuar kushtet për një zhvillim harmonik dhe për ndërtimin e themeleve të një jete aktive dhe të shëndetshme në të ardhmen.

Përfundime të përgjithshme të sfondit teorik:

1. Aktiviteti fizik motor është thelbësor për zhvillimin integral të fëmijës parashkollor, duke ndikuar jo vetëm në aftësitë motorike, por edhe në zhvillimin kognitiv, emocional dhe social. Aktiviteti i organizuar dhe loja e strukturuar krijojnë një mjedis stimulues për eksplorim dhe zhvillim, duke kontribuar në përmirësimin e koordinimit, ekuilibrit, forcës dhe kreativitetit, si komponentë bazë të zhvillimit motorik (Bergen, 2009; Cheng & Johnson, 2009).
2. Çdo fëmijë zhvillohet në mënyrë unike dhe ndjek ritme individuale zhvillimi, të cilat nuk mund të krahasohen apo standardizohen, madje as në rastin e fëmijëve binjakë. Për këtë arsye, edukimi motorik parashkollor duhet të jetë i individualizuar dhe i diferencuar, duke respektuar potencialin, nevojat dhe nivelin e zhvillimit motorik të secilit fëmijë, përfshirë edhe aftësinë për të ruajtur stabilitetin dhe kontrollin trupor (Cristia & Seidl, 2015).
3. Loja përfaqëson formën më efektive dhe natyrore të zhvillimit motorik në moshën parashkollore dhe mbështet fëmijët në dimensione të shumta të zhvillimit. Nëpërmjet lojës aktive dhe të orientuar drejt qëllimit, fëmijët mësojnë të bashkëpunojnë, të përballojnë sfida motorike, të zhvillojnë aftësi të zgjidhjes së problemeve dhe të ndërtojnë zakone të

shëndetshme për jetën e mëvonshme, duke përmirësuar njëkohësisht aftësitë e tyre të ekuilibrit dhe koordinimit (Goldstein, 2012; Majumdar, 2020).

4. Aftësitë motorike ndahen në aftësi motorike bruto dhe aftësi motorike të holla/fine, ku aftësitë bruto përfshijnë lëvizjet lokomotore, kontrollin e objekteve dhe ruajtjen e ekuilibrit statik dhe dinamik. Zhvillimi i hershëm i këtyre aftësive krijon bazën për pjesëmarrjen e mëvonshme të fëmijëve në aktivitete sportive dhe për ndërtimin e një stili jetese aktiv dhe të shëndetshëm (Williams et al., 2008; Kokštejn et al., 2017).
5. Roli i familjes, mjedisit social dhe politikave arsimore është vendimtar në nxitjen e aktivitetit fizik motor në moshën parashkollore. Mbështetja e prindërve, niveli socio-ekonomik dhe zbatueshmëria e programeve parashkollore ndikojnë drejtpërdrejt në mundësitë që fëmijët kanë për të marrë pjesë në aktivitete motorike cilësore, të cilat stimulojnë zhvillimin e aftësive bazë, përfshirë ekuilibrin dhe kontrollin postural (Gustafson & Rhodes, 2006; Copeland et al., 2012; Gordon-Larsen et al., 2006).
6. Përfshirja e aktivitetit fizik motor në mënyrë të rregullt, të planifikuar dhe të përshtatur sipas moshës përfaqëson një investim afatgjatë në shëndetin dhe zhvillimin e fëmijës. Aktiviteti fizik kontribuon në parandalimin e sedentarizmit, në ndërtimin e zakoneve të shëndetshme dhe në përgatitjen e fëmijës për gatishmërinë shkollore, duke forcuar njëkohësisht stabilitetin motor dhe ekuilibrin funksional të nevojshëm për sfidat e mëvonshme akademike dhe sociale (Diamond & Lee, 2011; Janssen & LeBlanc, 2010; Trost et al., 2013).

Përfundimisht, aktiviteti motorik në moshën parashkollore nuk përbën thjesht një komponent të edukimit fizik, por një element kyç në formimin e personalitetit dhe aftësive të fëmijës. Ai krijon themelet për një jetë të shëndetshme, aktive dhe të ekuilibruar, duke përgatitur fëmijën për përballimin e sfidave të ardhshme akademike, sociale dhe fizike.

2.4. Hipotezat dhe Pyetjet Hulumtuese

Pyetjet kryesore kërkimore:

1. Niveli i aktivitetit fizik motor

- Cili është niveli aktual i aktivitetit fizik motor te fëmijët parashkollorë në kopshte publike dhe private në Tiranë?
- Në çfarë mase aktivitetet motorike përmbushin rekomandimet ndërkombëtare për moshën 3–6 vjeç?

2. Zhvillimi motorik (me fokus te ekuilibri)

- Cili është niveli i aftësive bazë motorike, veçanërisht ekuilibri statik dhe dinamik, tek fëmijët parashkollorë?

- A ekzistojnë diferenca në zhvillimin motorik dhe ekuilibër sipas moshës dhe gjinisë?
- Sa ndikon aktiviteti fizik motor në përmirësimin e koordinimit dhe kontrollit postural?

3. Dimensioi psiko-social

- Si ndikon aktiviteti motor në vetëbesimin, autonominë dhe aftësitë sociale të fëmijëve?
- A ndihmon aktiviteti fizik motor në rregullimin emocional dhe bashkëpunimin në grup?

4. Praktikët pedagogjike

- Cili është roli i edukatorit në planifikimin dhe zbatimin e aktiviteteve motorike?
- Sa efektive janë metodat pedagogjike për zhvillimin e aftësive motorike dhe ekuilibrit?

5. Mjedi dhe infrastruktura

- Si ndikojnë hapësirat, pajisjet dhe siguria në pjesëmarrjen aktive dhe zhvillimin motorik të fëmijëve?
- A ekzistojnë pengesa infrastrukturore që kufizojnë zhvillimin e ekuilibrit dhe aftësive bazë motorike?

Hipoteza Kërkimore

Hipoteza kryesore e këtij studimi mbështetet në supozimin se fëmijët e grupit eksperimental, të cilët angazhohen në aktivitete të strukturuar rekreative dhe ujore tre herë në javë për një periudhë gjashtëmujore, do të shfaqin përmirësime statistikisht të rëndësishme në parametrat kryesorë të aktivitetit motorik, krahasuar me fëmijët e grupit të kontrollit që ndjekin vetëm aktivitete rekreative. Këto përmirësime pritet të reflektohen veçanërisht në rritjen e nivelit të ekuilibrit, koordinimit, orientimit hapësinor dhe kohor, si dhe në kontrollin postural dhe sensoperceptiv.

Hipoteza dytësore e studimit parashikon se ndërhyrja fizike e aplikuar nuk do të prodhojë dallime statistikisht të rëndësishme ndërmjet gjinive në rezultatet e përfuturara. Kjo hipotezë mbështetet në supozimin se, në moshën parashkollore, zhvillimi motorik ndikohet më tepër nga cilësia dhe struktura e ndërhyrjes fizike sesa nga faktorët gjinorë, duke sugjeruar se aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujore të organizuara mund të ofrojnë përfitime të barabarta për fëmijët e të dyja gjinive.

KREU III

METODOLOGJIA E PUNËS HULUMTUESE

3.1. Qasja metodologjike dhe dizajni i studimit

Ky studim është realizuar mbi bazën e një qasjeje eksperimentale kuantitative, e mbështetur nga vëzhgimi i strukturuar pedagogjik dhe motorik. Dizajni kërkimor është i tipit eksperimental i kontrolluar me dy grupe paralele, një grup eksperimental dhe një grup kontrolli, të ndarë në mënyrë rastësore.

Zgjedhja e këtij dizajni synon evidentimin e marrëdhënieve shkak-pasojë midis ndërhyrjes fizike rekreative dhe zhvillimit të komponentëve kryesorë të aktivitetit motorik tek fëmijët parashkollorë.

Studimi u zhvillua në formë longitudinale, duke përfshirë dy momente matjeje, përpara dhe pas ndërhyrjes gjashtëmujore. Kjo qasje metodologjike mundëson analizën e ndryshimeve brendagrupore dhe ndërgrupore, duke rritur vlefshmërinë e brendshme dhe të jashtme të kërkimit.

3.1.1. Vendi dhe kushtet e zhvillimit të studimit

Pjesa eksperimentale e kërkimit u zhvillua në qytetin e Tiranës, në dy qendra sportive të specializuara për aktivitete me fëmijë të moshës parashkollore. Aktivitetet e grupit të kontrollit u realizuan në qendrën sportive “Fari”, e fokusuar në lojëra rekreative, ndërsa aktivitetet e grupit eksperimental u zhvilluan në pishinën dimërore të qendrave “Nobis” dhe “Stela”.

Të gjitha aktivitetet u zhvilluan nën mbikëqyrjen e instruktorëve të kualifikuar dhe në prani të prindërve, duke garantuar respektimin e standardeve të sigurisë dhe etikës gjatë gjithë procesit kërkimor.

3.1.2. Përzgjedhja e kampionit

Popullimi i studimit përbëhet nga fëmijë të moshës 4–6 vjeç, të të dyja gjinive, të regjistruar në kopshte në qytetin e Tiranës. Kampioni përfundimtar përfshiu 80 fëmijë, të përzgjedhur në mënyrë rastësore, duke përfaqësuar një kampion statistikisht të vlefshëm për grupmoshën e studiuar.

Nga kjo zgjedhje, 40 fëmijë u përfshinë në grupin eksperimental dhe 40 në grupin e kontrollit. I gjithë procesi kërkimor u realizua me një nivel besueshmërie statistikore prej 95%, duke siguruar stabilitet dhe besueshmëri të rezultateve.

3.1.3. Procedurat dhe Instrumentet e kërkimit

Vlerësimi i aftësive motorike u realizua përmes metodave laboratorike dhe eksperimentale. Testi standard Voyager u përdor për matjen e balancës statike dhe dinamike, përmes testeve Semitangent dhe Tangent, të realizuara me sy hapur dhe me sy mbyllur. Koordinimi senso-perceptiv dhe lateralizimi u vlerësuan përmes testit Fitlight, i cili konsiston në reagimin e subjektit ndaj stimujve vizualë të kontrolluar.

Përveç këtyre testeve, u aplikuan protokolle të strukturuar për vlerësimin e koordinimit dinamik, kontrollit postural, kontrollit të vetë trupit, organizimit perceptiv, orientimit hapësinor dhe kohor, si dhe dominimit lateral të duarve, syve dhe këmbëve.

Ndërhyrja eksperimentale u realizua përmes aktiviteteve fizike rekreative të strukturuar, të përshtatura për moshën 4–6 vjeç. Seancat u zhvilluan tre herë në javë, me kohëzgjatje 40–50 minuta për seancë, për një periudhë gjashtëmujore. Aktivitetet u projektuan për të nxitur zhvillimin e koordinimit, ekuilibrit dhe aftësive perceptivo-motorike, duke respektuar karakteristikat zhvillimore dhe psikologjike të kësaj grupmoshe.

Testi standard Voyager për vlerësimin e balancës

Për vlerësimin e gjendjes aktuale të balancës statike dhe dinamike tek fëmijët parashkollorë u përdor testi standard Voyager, i cili konsiderohet një instrument i besueshëm dhe i përdorur gjerësisht për matjen e aftësive të ekuilibrit në moshat e hershme. Ky test lejon analizimin e qëndrueshmërisë posturale dhe aftësisë së subjektit për të ruajtur ekuilibrin në kushte të ndryshme sensoriale, duke ofruar një vlerësim të plotë të funksionimit të sistemit vestibular, proprioceptiv dhe vizual.

Protokolli i testimit përfshiu dy komponentë kryesorë, testin e balancës Semitangent dhe testin e balancës Tangent, të cilët u administruan në mënyrë të standardizuar për të gjithë subjektet e studimit. Të dy testet u realizuan në dy kushte të ndryshme, fillimisht me sy hapur dhe më pas me sy mbyllur, me qëllim izolimin e ndikimit të informacionit vizual në ruajtjen e ekuilibrit. Kjo qasje metodologjike mundëson vlerësimin e rolit relativ të mekanizmave sensoriale në kontrollin postural dhe evidentimin e ndryshimeve individuale në aftësinë për të kompensuar mungesën e stimulit vizual.

Gjatë realizimit të testit Semitangent, subjekti u vendos në një pozicion të përcaktuar sipas protokollit standard, duke u kërkuar të ruante qëndrueshmërinë trupore për një periudhë kohore të caktuar, pa lëvizje kompensuese apo humbje të ekuilibrit. Testi Tangent u zhvillua në mënyrë të ngjashme, por me kërkesa më të larta për kontrollin postural, duke rritur kompleksitetin e detyrës dhe ndjeshmërinë e matjes.

Qëllimi kryesor i aplikimit të testit standard Voyager ishte evidentimi i gjendjes fillestare të balancës tek subjektet e përfshira në studim, si dhe krijimi i një baze krahasuese për analizimin e ndryshimeve të mundshme pas ndërhyrjes fizike. Rezultatet e përfutuara nga ky test u përdorën si indikatorë kryesorë për vlerësimin e efektivitetit të aktiviteteve fizike rekreative, veçanërisht atyre ujore, në përmirësimin e aftësive të ekuilibrit tek fëmijët parashkollorë.



Figurë 1. Pamja nga zbatimi i protokollit të matjeve për balancën

Platforma Leonardo u përdor për realizimin e matjeve të balancës, duke ofruar një sistem të standardizuar dhe objektiv për vlerësimin e qëndrueshmërisë posturale tek fëmijët parashkollorë. Kjo platformë mundëson regjistrimin dhe analizimin e parametrave biomekanikë në kohë reale, duke reduktuar ndikimin e vlerësimeve subjektive dhe duke rritur saktësinë dhe besueshmërinë e të dhënave të mbledhura. Përdorimi i platformës Leonardo siguroi kushte të njëjta testimi për të gjithë subjektet e përfshira në studim, duke kontribuar në rritjen e vlefshmërisë së brendshme të kërkimit dhe duke krijuar një bazë të qëndrueshme për krahasimin e rezultateve para dhe pas ndërhyrjes eksperimentale.

Instrumenti i vlerësimit të aftësive perceptivo-motorike (IVAPM-8)

Për vlerësimin e aftësive perceptivo-motorike tek fëmijët e moshës 4–6 vjeç u ndërtua dhe u aplikua një instrument i strukturuar vlerësimi, i përbërë nga tetë aspekte funksionale, të cilat matin komponentë të ndryshëm të zhvillimit motorik, sensoperceptiv dhe të kontrollit trupor. Instrumenti është konceptuar si një test kompozit, ku secili aspekt përfaqëson një nën-test të pavarur, por i integruar në një indeks të përgjithshëm të funksionimit motorik.

Çdo aspekt vlerësohet në mënyrë dikotomike, ku realizimi i suksesshëm i kriterit të përcaktuar shënohet me vlerën 1, ndërsa mosrealizimi shënohet me vlerën 0. Në këtë mënyrë, rezultati total i instrumentit varion nga 0 deri në 8 pikë, ku vlerat më të larta tregojnë një nivel më të zhvilluar të aftësive perceptivo-motorike.

Aspekti i parë i instrumentit lidhet me koordinimin dinamik. Fëmija, me këmbë të bashkuara dhe pa marrë vrull, duhet të kalojë një llastik të ngritur 20 cm nga toka, me gjunjë të mbledhur. Çdo fëmijë kryen tre prova, dhe konsiderohet i suksesshëm nëse realizon saktë të paktën dy nga tre provat, pa prekur llastikun, pa u rrëzuar dhe pa prekur tokën me duar. Realizimi i kriterit vlerësohet me 1 pikë.

Aspekti i dytë vlerëson kontrollin postural (ekuilibrin). Fëmija qëndron në majat e gishtave, me sytë hapur, krahët përgjatë trupit, këmbët e shtrira dhe shputat e bashkuara, për një kohëzgjatje prej 10 sekondash. Testi kryhet në tre prova, dhe konsiderohet i suksesshëm nëse fëmija ruan pozicionin pa spostuar këmbët dhe pa prekur tokën me thembra. Përmbushja e kriterit vlerësohet me 1 pikë.

Aspekti i tretë lidhet me kontrollin e vetë trupit, përmes imitimit të lëvizjeve të thjeshta të duarve dhe krahëve. Fëmijët udhëzohen të imitojnë seri lëvizjesh të demonstruara nga instruktori. Për qëllime të këtij instrumenti, suksesi përcaktohet nga realizimi korrekt i shumicës së lëvizjeve të kërkuara, duke reflektuar aftësinë e fëmijës për të kontrolluar dhe koordinuar segmentet trupore. Realizimi i kriterit vlerësohet me 1 pikë.

Aspekti i katërt vlerëson organizimin perceptiv përmes një detyre manipulimi hapësinor, e njohur si “loja me qetësinë”. Fëmija duhet të bashkojë dy pjesë gjeometrike në mënyrë korrekte brenda një kohe prej një minute. Detyra kryhet në tre prova dhe konsiderohet e realizuar me sukses nëse fëmija përmbush saktë të paktën dy nga tre provat. Suksesi vlerësohet me 1 pikë.

Aspekti i pestë përfshin observimin e lateralizimit, duke analizuar preferencën e dorës dhe dominimin e syrit përmes detyrave funksionale, si hedhja e topit, vendosja e objekteve dhe shikimi përmes një vrime të vogël në karton. Nëse fëmija shfaq dominim të qëndrueshëm lateral, aspekti konsiderohet i realizuar dhe vlerësohet me 1 pikë.

Aspekti i gjashtë lidhet me dominimin e këmbëve, ku fëmija kryen detyra të koordinuara që kërkojnë përdorimin e qëndrueshëm të së njëjtës këmbë dhe dorë. Suksesi përcaktohet nga

realizimi korrekt i të paktën dy nga tre provat me të njëjtën anë dominuese dhe vlerësohet me 1 pikë.

Aspekti i shtatë vlerëson aftësinë e përfaqësimit mendor të hapësirës, përmes riprodhimit të një rruge të demonstruar nga mësuesi. Fëmija konsiderohet i suksesshëm nëse arrin të riprodhojë strukturën hapësinore në mënyrë funksionale, edhe pas përsëritjeve eventuale. Përbushja e kriterit vlerësohet me 1 pikë.

Aspekti i tetë dhe i fundit lidhet me vlerësimin e kohës, përmes riprodhimit të strukturave të thjeshta ritmike. Fëmija udhëzohet të përsërisë modele ritmike bazë dhe rezultati vlerësohet si suficient ose insuficient. Një vlerësim suficient përkthehet në 1 pikë në instrumentin përfundimtar.

Testet e përfshira janë paraqitur si më poshtë vijon:

1. Koordinimi dinamik

Fëmija, me këmbë të bashkuara pa marrë vrull kalon një llastik të ngritur 20 cm. (me gjunjët e mbledhur).

Rezultatet negative: të prekurit e llastikut, të rrëzuarit pa e prekur llastikun, prekja e tokës me duar. Fëmijët kryen e 3 prova. Duhet të kryenin 2 nga 3 prova.

2. Kontrolli postural (eikulibri)

Fëmija qëndron në majat e gishtave, me sytë hapur, me krahët përgjatë trupit, këmbët e shtrira, e shputat e bashkuara.

Rezultatet negative: spostimi i këmbëve, prekja e tokës me thembra. Testi zgjati 10 sek, fëmijët kryen nga 3 prova secili.

3. Kontrolli i vetë trupit.

Fëmijët imitojnë lëvizje të thjeshta: lëvizja e duarve, (10 lëvizje, seicila lëvizje korrekte vlerësohet me 1 pikë)

Fëmijët imitojnë lëvizje të thjeshta: lëvizja e krahëve (10 lëvizje, seicila lëvizje korrekte vlerësohet me 1 pikë)

Mosha 4-6 vjeç: Vlerësimi maksimal 18 – 20 pikë, u bë që të motivoheshin fëmijët.

4. Organizim perceptiv.

Mosha 4-6 vjeç “Loja me qetësinë”. Vendoset një kordon në formë rrjete (14 x 10) përpara fëmijës, në sensin e gjatësisë në anë të saj dhe një më afër subjektit duke vënë dy pjesë trekëndëshe të katrorit të prerë me hipotenuzë me drejtim nga jashtë. ”Fëmijët u instruktuan të merrnin këto dy copa dhe t’i vendosnin bashkë duke bërë të duken i barabarta me njëra - tjetrën.

Duhet që të 3 provat të kryeshin në një minutë. Ata që nuk ia dolën në proven e parë, i rikujtuan edhe një here rregullat. ”Duhet të bënin të sakta 2 deri në 3 prova.

5. Observime të lateralizimit.

Preferenca e duarve: Hedhja e një topi; Vini në vënd kubet në kutinë e tyre. Të shpërndahen kartolina ose figura (5 ose 6 kartona) që fëmija duhet rikthehet në çdo herë. Dominimi i syrit. Të shikuarit nëpërmjet vrimës së kartonit (kartoni me vrimë në qëndër vrimë me 0.5 cm diametri: “të shoh nëpërmjet kësaj vrimë të kartonit, bëj përpjekje të më shohësh.”

6. Dominimi i këmbëve.

Ngritja e njërës këmbë, ndërkohë dora kryen: një gërmë të madhe (D ose S), nëse të gjitha provat janë efektivisht me të njëjtën dorë: fëmija kryen një gërmë të vogël (d ose s). Fëmijët duhet të kryenin saktë 2 prova nga 3, me një dorë.

7. Vlerësimi i hapësirës.

Përfaqësimi mendor i hapësirës: duke riprodhuar të njëjtën rrugë efektive nga mësuesi me disa kërkime të bëra vetë, me përsëritje eventuale të provave.

8. Vlerësimi i kohës.

Riprodhojmë menjëherë strukturat e thjeshta ritmike si më poshtë: Ta- tata, ta-ta, ta, ta-ta, ta –ta, me vlerësim të përsëritur të provave. (Rezultati: suficient – insuficient).



Figurë 2. Pamje nga aktivitetet rekreative në qendrën sportive “Fari”



Figurë 3. Pamje të instruktimit të notit në qendrën “Nobis”



Figurë 4. Gjatë seancave të notit në qendrën “Nobis”



Figurë 5. Matjet e para me platformën Leonardo



Figurë 6. Matjet e dyta me platformën Leonardo

3.1.4. Mbledhje e të dhënave

Mbledhja e të dhënave u realizua në dy momente kohore, përpara fillimit të ndërhyrjes dhe pas përfundimit të saj. Të gjitha testimet u administruan nga personel i trajnuar, duke ndjekur protokollin standarde dhe duke garantuar konsistencë metodologjike gjatë gjithë procesit kërkimor.

3.1.5 Analiza statistikore e të dhënave

Përpunimi dhe analiza e të dhënave u realizuan duke përdorur programin statistikor IBM SPSS Statistics. Fillimisht u aplikua analiza statistikore përshkruese, duke përfshirë mesataren aritmetike, devijimin standard, minimumin dhe maksimumin për çdo variabël.

Për verifikimin e shpërndarjes normale të të dhënave u përdor testi Kolmogorov–Smirnov dhe testi Shapiro-Wilk. Krahasimi i rezultateve para dhe pas ndërhyrjes brenda secilit grup u realizua përmes t-testit për mostra të varura, ndërsa krahasimi ndërmjet grupit eksperimental dhe atij të kontrollit u krye me t-test për mostra të pavarura. Për analizën e ndikimit të gjinisë në rezultatet e përfuara u përdor ANOVA njëfaktoriale. Niveli i rëndësisë statistikore u vendos në $p < 0.05$.

3.1.6. Çështjet Etike të Kërkimit

Studimi u realizua në përputhje me parimet themelore etike të kërkimit shkencor dhe legjislacionin në fuqi për mbrojtjen e fëmijëve. U sigurua pëlqimi i informuar i prindërve për pjesëmarrjen e fëmijëve në studim dhe u garantua anonimiteti dhe konfidencialiteti i të dhënave personale.

Përpara fillimit të procesit kërkimor, u mor miratimi zyrtar nga Këshilli i Etikës i Universitetit të Sporteve të Tiranës, i cili vlerësoi dhe aprovoi protokollin e studimit, instrumentet e matjes, procedurat e ndërhyrjes dhe mënyrën e mbledhjes së të dhënave.

Gjatë gjithë procesit kërkimor u respektua siguria fizike dhe psikologjike e subjekteve, si dhe parimi i mosdëmtimit dhe mirëqenies së fëmijës.

3.2. Kufizimet e hulumtimit

Pavarësisht dizajnit të kontrolluar eksperimental dhe përdorimit të instrumenteve të standardizuara, ky studim paraqet disa kufizime metodologjike dhe praktike, të cilat duhen marrë parasysh gjatë interpretimit të rezultateve.

Së pari, kampioni i studimit përfshin vetëm fëmijë të moshës 4–6 vjeç nga qyteti i Tiranës. Megjithëse madhësia e kampionit ($N = 80$) konsiderohet statistikisht e përshtatshme për dizajnin e studimit, përqendrimi gjeografik dhe moshor kufizon përgjithësimin e gjetjeve në grupmosha të tjera parashkollore ose në kontekste të ndryshme sociale dhe territoriale brenda

Shqipërisë. Për rrjedhojë, rezultatet duhet të interpretohen me kujdes kur aplikohen në popullata më të gjera.

Së dyti, ndërhyrja eksperimentale u realizua në kushte të kontrolluara dhe në qendra sportive specifike, të pajisura me infrastrukturë dhe staf të kualifikuar. Këto kushte mund të mos pasqyrojnë plotësisht realitetin e përditshëm të institucioneve parashkollore publike, ku burimet materiale dhe njerëzore janë shpesh të kufizuara. Si rrjedhojë, efektet e vëzhguara të aktiviteteve fizike rekreative, veçanërisht atyre ujore, mund të mos jenë të riprodhueshme në të gjitha mjediset edukative.

Një kufizim tjetër lidhet me kohëzgjatjen e ndërhyrjes. Megjithëse periudha gjashtëmujore lejon vëzhgimin e ndryshimeve domethënëse në aftësitë motorike dhe ekuilibrin, ajo nuk mundëson vlerësimin e qëndrueshmërisë afatgjatë të efekteve të ndërhyrjes. Studime longitudinale me ndjekje më të gjatë do të ishin të nevojshme për të analizuar nëse përmirësimet e vërejtura ruhen edhe pas përfundimit të programit.

Gjithashtu, kontrolli i faktorëve të jashtëm përbën një kufizim të rëndësishëm. Edhe pse grupet u ndanë në mënyrë rastësore, aktiviteti fizik i fëmijëve jashtë seanceve të strukturuar, ndikimi i mjedisit familjar, si dhe pjesëmarrja e mundshme në aktivitete sportive të tjera nuk mund të kontrolloheshin plotësisht. Këta faktorë mund të kenë ndikuar në rezultatet e matjeve pas ndërhyrjes.

Në lidhje me instrumentet e matjes, testi standard Voyager dhe testi Fitlight konsiderohen të besueshme dhe të vlefshme për vlerësimin e ekuilibrit dhe koordinimit sensoperceptiv. Megjithatë, performanca e fëmijëve në teste të tilla mund të ndikohet nga faktorë momentalë, si motivimi, lodhja, niveli i ankthit ose kuptimi i udhëzimeve. Edhe pse u ndoqën protokolle të standardizuara dhe u siguroa prania e instruktorëve të kualifikuar, këta faktorë subjektivë nuk mund të eliminohen plotësisht.

Një kufizim shtesë lidhet me praninë e prindërve gjatë seanceve dhe testeve. Ndërkohë që kjo praktikë ishte e nevojshme për arsye sigurie dhe etike, ajo mund të ketë ndikuar në sjelljen dhe performancën e disa fëmijëve, duke rritur ose ulur nivelin e përfshirjes dhe përqendrimit gjatë aktiviteteve dhe testeve.

Së fundi, studimi fokusohet kryesisht në ekuilibrin statik dhe dinamik dhe në disa komponentë të koordinimit perceptivo-motor, duke mos përfshirë në mënyrë të drejtpërdrejtë indikatorë të tjerë të zhvillimit motorik, si forca muskulore, qëndrueshmëria kardiovaskulare apo fleksibiliteti. Kjo qasje e fokusuar, ndonëse e qëllimshme, përbën një kufizim për interpretimin e zhvillimit motorik në tërësi.

KREU IV

REZULTATET

4.1. Interpretimi kategorik funksional i rezultateve të IVAPM–8 (0–8 pikë)

Rezultatet e instrumentit IVAPM–8 u interpretuan përmes një ndarjeje kategorike funksionale, e ndërtuar mbi parimin e konsistencës së performancës dhe integritit perceptivo-motor, dhe jo thjesht mbi numrin e detyrave të realizuara me sukses. Kjo qasje lejon dallimin e qartë midis zhvillimit minimal të pranueshëm, zhvillimit normativ dhe zhvillimit të konsoliduar.

Zhvillim shumë i ulët perceptivo-motor (0–3 pikë)

Ky nivel përfaqëson një zhvillim dukshëm nën pritshmëritë zhvillimore për moshën 5–6 vjeç. Fëmija arrin të realizojë vetëm një numër të kufizuar detyrash dhe shfaq mungesë integrimi midis komponentëve motorikë dhe perceptivë. Performanca është e paqëndrueshme dhe shpesh e varur nga asistenca e të rriturit. Ky nivel nuk konsiderohet tipik për zhvillimin normal parashkollor.

Zhvillim i mjaftueshëm perceptivo-motor (4–5 pikë)

Kjo kategori përfaqëson pragun minimal funksional të zhvillimit perceptivo-motor. Fëmija arrin të realizojë shumicën e detyrave bazë, por performanca karakterizohet nga variabilitet, mungesë konsistence dhe vështirësi në detyrat që kërkojnë integrim më kompleks, si koordinimi dinamik, organizimi hapësinor ose kontrolli postural i qëndrueshëm. Ky nivel konsiderohet i pranueshëm zhvillimisht, por tregon qartë nevojë për stimulim të mëtejshëm motorik të strukturuar.

Zhvillim mesatar perceptivo-motor (6 pikë)

Ky nivel përfaqëson zhvillimin normativ për moshën parashkollore. Fëmija realizon detyrat kryesore në mënyrë funksionale dhe të përsëritshme, duke demonstruar kontroll trupor adekuat, koordinim të mjaftueshëm dhe orientim hapësinor e kohor në përputhje me pritshmëritë zhvillimore. Megjithatë, performanca është kryesisht reaktive, pra fëmija realizon detyrat kur ato janë të strukturuar dhe të drejtuara nga i rrituri, pa shfaqur ende automatizim ose stabilitet të plotë ndër-situacional.

Zhvillim i mirë perceptivo-motor (7 pikë)

Kjo kategori dallon qartë nga niveli mesatar, pasi përfaqëson një zhvillim të konsoliduar. Fëmija jo vetëm që realizon detyrat me sukses, por e bën këtë në mënyrë të qëndrueshme, të koordinuar dhe të integruar, edhe kur rritet kompleksiteti i detyrës. Kontrolli postural, koordinimi dinamik dhe organizimi perceptivo-motor shfaqen me stabilitet, duke treguar

fillimin e automatizimit funksional të aftësive motorike. Ky nivel zakonisht lidhet me ekspozim të rregullt ndaj aktiviteteve fizike të strukturuar.

Zhvillim shumë i mirë perceptivo-motor (8 pikë)

Ky nivel përfaqëson kufirin e sipërm të zhvillimit perceptivo-motor për këtë instrument. Fëmija demonstroi integrim të plotë të të gjithë komponentëve të vlerësuar, me performancë të qëndrueshme, të automatizuar dhe të pavarur nga struktura e situatës. Ky nivel nuk përfaqëson normën zhvillimore, por një përjashtim pozitiv, që reflekton zhvillim të avancuar perceptivo-motor për moshën parashkollore.

4.1.1. Analiza përshkruese e rezultateve të instrumentit IVAPM–8 (Pre–Post)

Analiza përshkruese e rezultateve të instrumentit IVAPM–8 para ndërhyrjes (Pre-test) tregon se të dy grupet, kontroll dhe eksperimental, paraqesin nivele shumë të afërta të zhvillimit perceptivo-motor në momentin fillestar të studimit. Mesatarja e grupit të kontrollit në matjen fillestare është 5.33 pikë, ndërsa mesatarja e grupit eksperimental është 5.38 pikë. Intervalet e besimit 95% për mesataren mbivendosen në mënyrë të konsiderueshme, duke sugjeruar mungesë dallimesh fillestare statistikisht dhe funksionalisht të rëndësishme ndërmjet grupeve. Sipas ndarjes kategorike të instrumentit, këto vlera vendosin të dy grupet në kategorinë e zhvillimit të mjaftueshëm perceptivo-motor, që përfaqëson pragun minimal funksional për këtë grupmoshë. Mediana identike prej 5.5 pikësh në të dy grupet dhe vlerat e ngjashme të devijimit standard tregojnë një shpërndarje relativisht homogjene të performancës në momentin fillestar, pa devijime ekstreme ose asimetri të theksuar.

Pas përfundimit të ndërhyrjes (Post-test), vërehet një rritje e përgjithshme e rezultateve në të dy grupet, por me intensitet të ndryshëm. Grupi i kontrollit arrin një mesatare prej 5.80 pikësh, që përfaqëson një përmirësim modest krahasuar me matjen fillestare. Ky rezultat e zhvendos grupin e kontrollit drejt kufirit të sipërm të kategorisë së zhvillimit të mjaftueshëm, duke iu afruar, por pa e tejkaluar qartësisht, nivelin normativ të zhvillimit perceptivo-motor.

Në kontrast të qartë, grupi eksperimental shfaq një rritje të konsiderueshme të performancës perceptivo-motorike, me një mesatare prej 6.68 pikësh në matjen përfundimtare. Kjo vlerë e pozicionon grupin eksperimental në kategorinë e zhvillimit mesatar perceptivo-motor, duke reflektuar një kalim të dukshëm nga niveli minimal funksional drejt zhvillimit normativ për moshën parashkollore. Mediana prej 7.0 pikësh dhe rritja e kufirit të poshtëm të intervalit të besimit 95% mbi vlerën 6 sugjerojnë se ky përmirësim nuk është i kufizuar vetëm tek disa individë, por përfaqëson një zhvendosje të përgjithshme të shpërndarjes së rezultateve.

Vlerat e devijimit standard në të dy grupet mbeten relativisht të qëndrueshme nga Pre në Post-test, çka tregon se përmirësimi i vërejtur, veçanërisht në grupin eksperimental, nuk shoqërohet

me rritje të pabarazisë së performancës, por me një përmirësim të përgjithshëm dhe të konsoliduar të aftësive perceptivo-motorike. Gjithashtu, vlerat e skewness dhe kurtosis në të gjitha matjet sugjerojnë shpërndarje afërsisht normale të të dhënave, duke mbështetur përdorimin e testeve parametrike në analizën inferenciale që pason.

Në tërësi, analiza përshkruese tregon se ndërhyrja fizike e strukturuar, veçanërisht aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujoretë aplikuar në grupin eksperimental, shoqërohet me një përmirësim më të theksuar të zhvillimit perceptivo-motor krahasuar me zhvillimin natyror ose aktivitetet rekreative standarde të ndjekura nga grupi i kontrollit.

Tabelë 1. Statistikat Përshkruese për rezultatet e instrumentit IVAPM–8

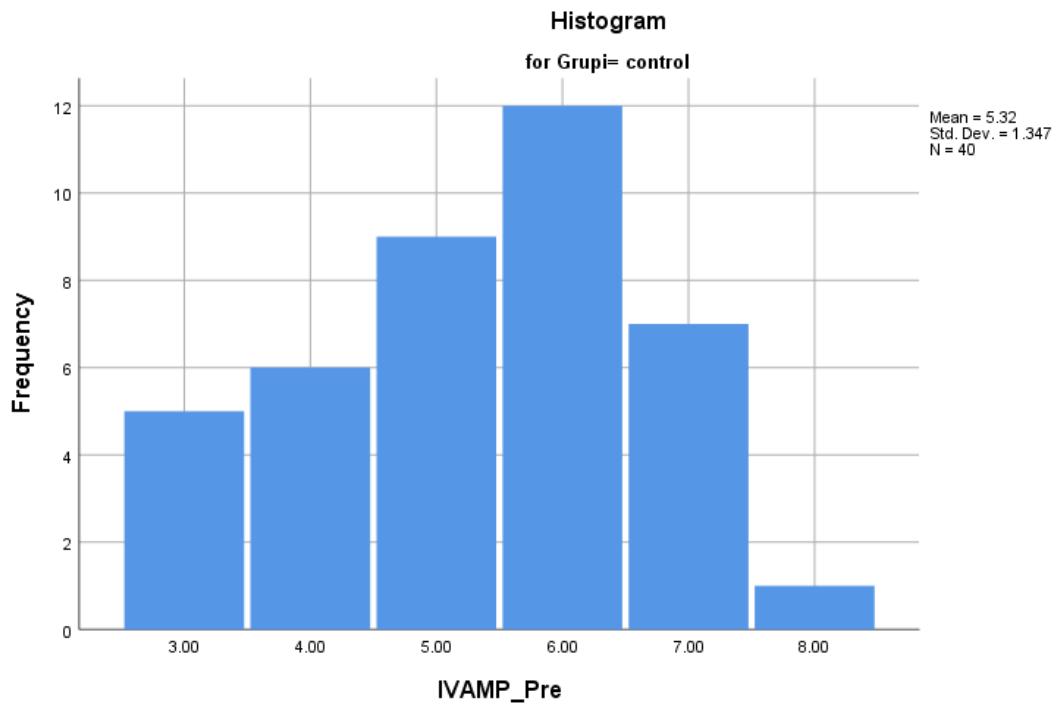
Analiza deskriptive për IVAMP

Grupi			Treguesi	Gabimi Standart
IVAMP_Pre	control	Mean	5.3250	.21300
		95% Confidence Interval Lower Bound for Mean	4.8942	
		Upper Bound	5.7558	
		5% Trimmed Mean	5.3333	
		Median	5.5000	
		Variance	1.815	
		Std. Deviation	1.34712	
		Minimum	3.00	
		Maximum	8.00	
		Range	5.00	
		Interquartile Range	2.00	
		Skewness	-.236	.374

		Kurtosis		-.762	.733
exp		Mean		5.3750	.20782
		95% Confidence Interval Lower Bound for Mean		4.9546	
			Upper Bound	5.7954	
		5% Trimmed Mean		5.3611	
		Median		5.5000	
		Variance		1.728	
		Std. Deviation		1.31437	
		Minimum		3.00	
		Maximum		8.00	
		Range		5.00	
		Interquartile Range		1.75	
		Skewness		-.106	.374
		Kurtosis		-.432	.733
IVAMP_Post	control	Mean		5.8000	.19677
		95% Confidence Interval Lower Bound for Mean		5.4020	
			Upper Bound	6.1980	
		5% Trimmed Mean		5.7778	
		Median		6.0000	
		Variance		1.549	
		Std. Deviation		1.24447	
		Minimum		4.00	

	Maximum	8.00	
	Range	4.00	
	Interquartile Range	1.75	
	Skewness	.232	.374
	Kurtosis	-.693	.733
exp	Mean	6.6750	.18738
	95% Confidence Interval Lower Bound	6.2960	
	for Mean	Upper Bound	7.0540
	5% Trimmed Mean	6.7500	
	Median	7.0000	
	Variance	1.404	
	Std. Deviation	1.18511	
	Minimum	4.00	
	Maximum	8.00	
	Range	4.00	
	Interquartile Range	2.00	
	Skewness	-.782	.374
	Kurtosis	-.014	.733

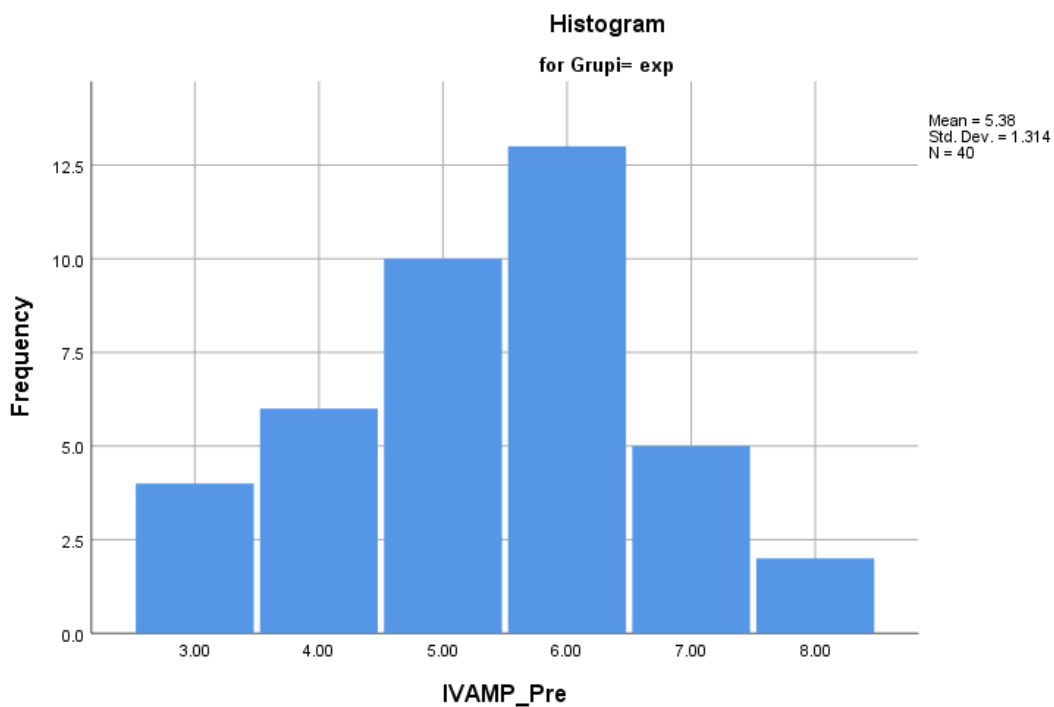
Rezultatet e histogramit për IVAMP_Pre në grupin e kontrollit tregojnë një shpërndarje përafërsisht normale të vlerave. Mesatarja e kampionit ishte $M = 5.32 \pm 1.35$, me $N = 40$. Shpërndarja paraqitet relativisht simetrike, pa prani të vlerave ekstreme të theksuara, dhe me përqendrim të rezultateve rreth mesatares. Këto të dhëna sugjerojnë se supozimi i normalitetit për matjen fillestare në grupin e kontrollit është i përmbushur, duke mbështetur përdorimin e analizave parametrike në vijim.



Figurë 7. Histograma e IVAMP_Pre për Grupin e Kontrollit

Rezultatet e histogramit për IVAMP_Pre në grupin eksperimental tregojnë një shpërndarje përafërsisht normale të vlerave. Mesatarja e kampionit ishte $M = 5.38 \pm 1.31$, me $N = 40$. Shpërndarja paraqitet relativisht simetrike, pa devijime ekstreme të theksuara, dhe me përqendrim të vlerave rreth mesatares.

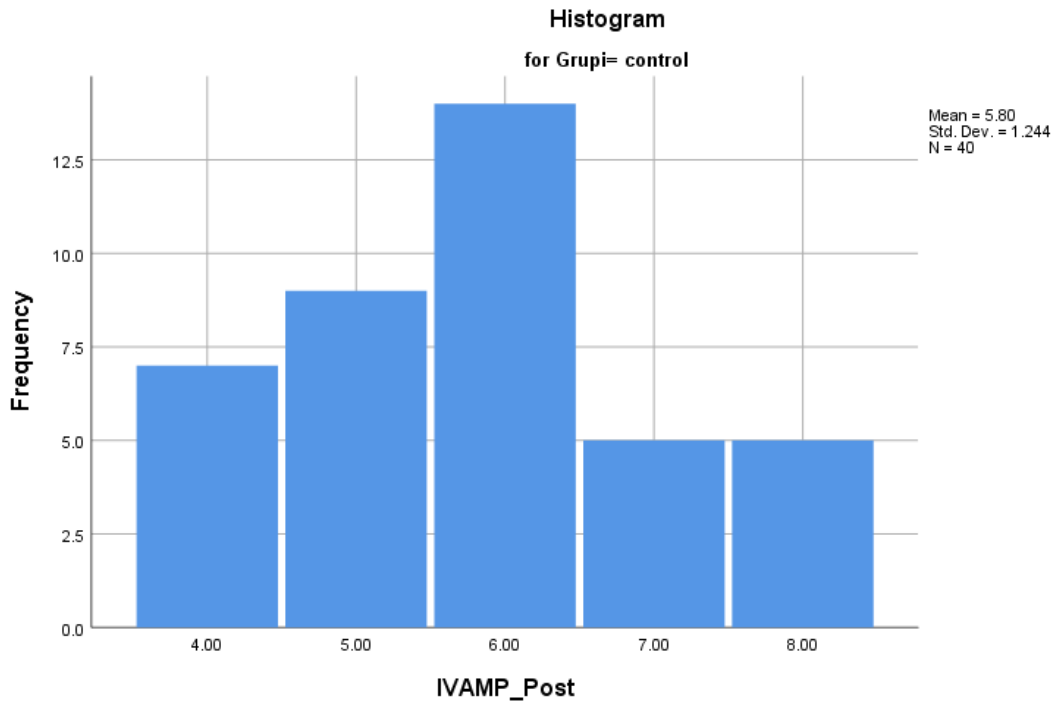
Këto rezultate tregojnë se supozimi i normalitetit për matjen fillestare në grupin eksperimental është i përmbushur, duke mbështetur përdorimin e analizave parametrike dhe duke konfirmuar krahasueshmërinë fillestare të dy grupeve.



Figurë 8. Histograma e IVAMP_Pre për Grupin Eksperimental

Rezultatet e histogramit për IVAMP_Post në grupin e kontrollit tregojnë një shpërndarje përafërsisht normale të vlerave. Mesatarja e kampionit ishte $M = 5.80 \pm 1.24$, me $N = 40$. Shpërndarja paraqitet relativisht simetrike, pa prani të vlerave ekstreme të theksuara, dhe me një zhvendosje të lehtë të vlerave drejt niveleve më të larta krahasuar me matjen fillestare.

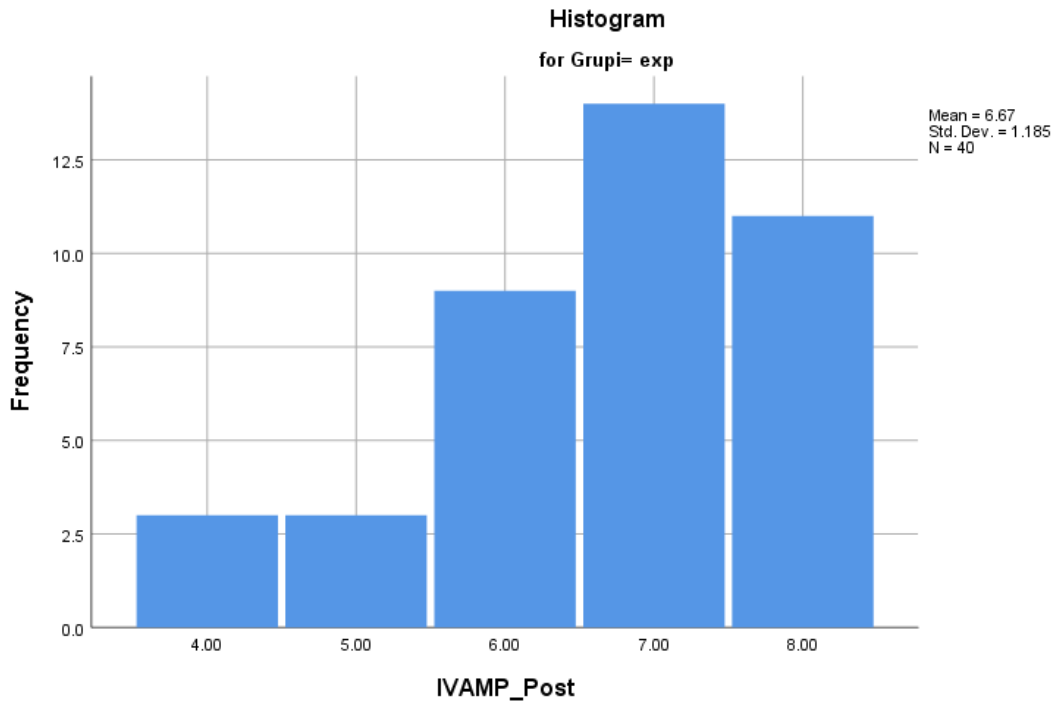
Këto rezultate tregojnë se supozimi i normalitetit për matjen e dytë në grupin e kontrollit është i përmbushur, duke mbështetur përdorimin e analizave parametrike dhe duke konfirmuar krahasueshmërinë fillestare të dy grupeve.



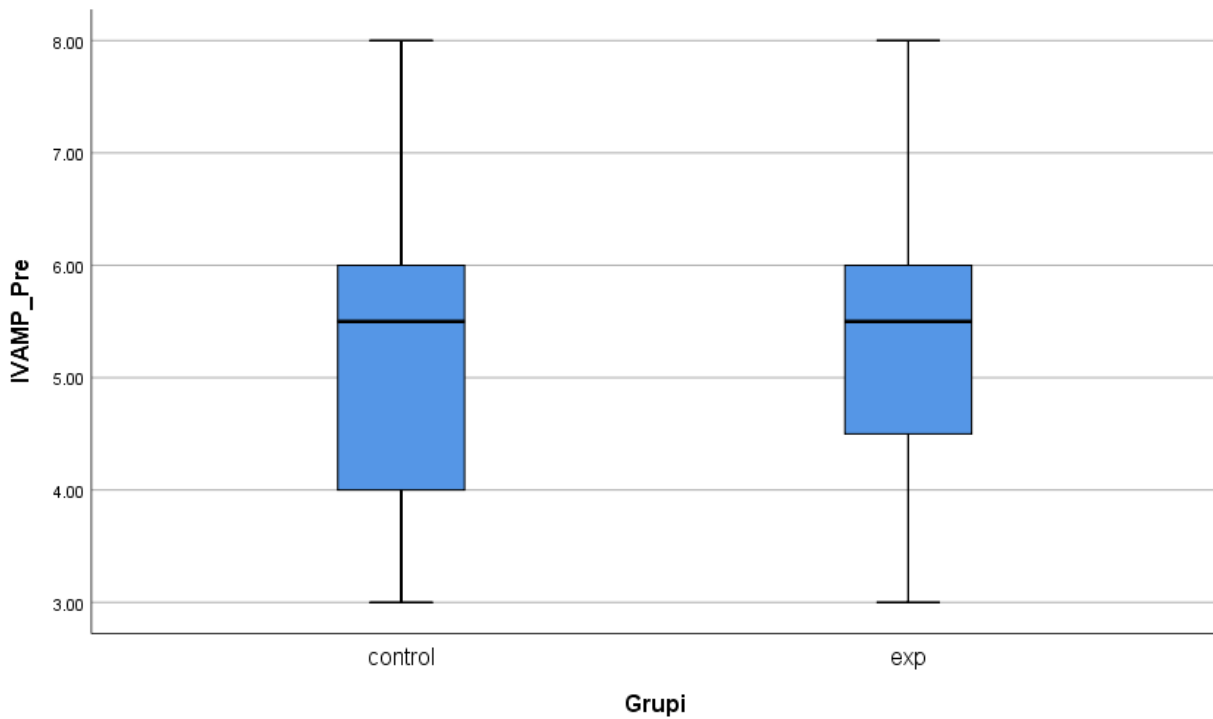
Figurë 9. Histograma e IVAMP_Post për Grupin e Kontrollit

Rezultatet e histogramit për IVAMP_Post në grupin eksperimental tregojnë një shpërndarje përafërsisht normale të vlerave. Mesatarja e kampionit ishte $M = 6.67 \pm 1.19$, me $N = 40$. Shpërndarja paraqitet relativisht simetrike, pa prani të vlerave ekstreme të theksuara, dhe me një zhvendosje të qartë të rezultateve drejt niveleve më të larta të shkallës IVAMP krahasuar me matjen fillestare.

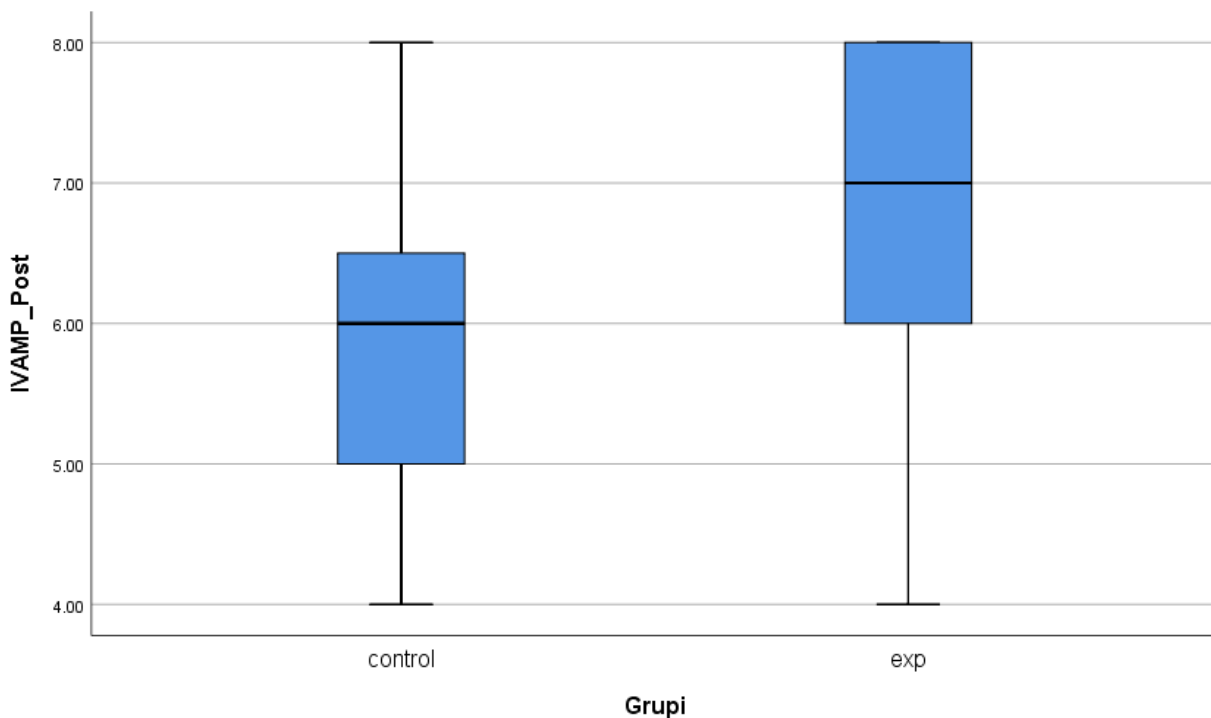
Këto rezultate tregojnë se supozimi i normalitetit për matjen e dytë në grupin eksperimental është i përmbushur, duke mbështetur përdorimin e analizave parametrike dhe duke konfirmuar krahasueshmërinë fillestare të dy grupeve.



Figurë 10. Histograma e IVAMP_Post për Grupin Eksperimental



Figurë 11. Boxplot i IVAMP_Pre për Grupet Eksperimental dhe të Kontrollit



Figurë 12. Boxplot i IVAMP_Post për Grupet Eksperimentale dhe Kontrollit

Boxplot-et e paraqitura ilustrojnë shpërndarjen e rezultateve të instrumentit IVAMP-8 për grupin e kontrollit dhe grupin eksperimental, si në matjen fillestare (Pre), ashtu edhe në matjen përfundimtare (Post), duke ofruar një pasqyrë të qartë vizuale të tendencave qendrore, variabilitetit dhe ndryshimeve ndërmjet grupeve.

Në matjen fillestare (IVAMP_Pre), të dy grupet paraqesin shpërndarje shumë të ngjashme të rezultateve. Medianat e grupit të kontrollit dhe atij eksperimental janë pothuajse identike dhe pozicionohen rreth vlerës 5.5, ndërsa intervalet ndërkuartilore mbivendosen gjerësisht. Kjo tregon se, para ndërhyrjes, të dy grupet ndodheshin në të njëjtin nivel zhvillimi perceptivo-motor, konkretisht në kategorinë e zhvillimit të mjaftueshëm, duke konfirmuar homogjenitetin fillestar të mostrës dhe vlefshmërinë e dizajnit eksperimental.

Në matjen përfundimtare (IVAMP_Post), boxplot-et tregojnë një diferencim të qartë ndërmjet grupeve. Grupi i kontrollit shfaq një zhvendosje të lehtë të medianës drejt vlerës 6, duke reflektuar një përmirësim modest të zhvillimit perceptivo-motor, i cili mund t'i atribuohet zhvillimit natyror dhe aktiviteteve rekreative të zakonshme. Megjithatë, shpërndarja e rezultateve mbetet e përqendruar kryesisht brenda intervalit 4–6, pa një zhvendosje të dukshme drejt niveleve më të larta të instrumentit.

Ndërsagrupi eksperimental paraqet një zhvendosje të dukshme të të gjithë shpërndarjes së rezultateve drejt vlerave më të larta. Mediana rritet në vlerën 7, ndërsa kuartili i sipërm afrohet me kufirin maksimal të instrumentit. Kjo tregon se jo vetëm disa individë, por një pjesë e konsiderueshme e grupit eksperimental ka kaluar nga niveli i zhvillimit të mjaftueshëm drejt zhvillimit mesatar dhe të mirë perceptivo-motor. Rritja e intervalit të sipërm, pa rritje disproporcionale të variabilitetit, sugjeron një përmirësim të përgjithshëm dhe të konsoliduar të performancës perceptivo-motorike.

4.1.2. Rezultatet e Matjeve të Përsëritura ANOVA për IVAMP-8

Testimi i hipotezës u realizua duke përdorur analizën e variancës me masa të përsëritura (Repeated Measures ANOVA), me një faktor brenda-subjekteve që përfaqëson kohën e matjes (IVAMP_Pre dhe IVAMP_Post) dhe një faktor ndër-subjekteve që përfaqëson grupin e studimit (grupi i kontrollit dhe grupi eksperimental).

Tabela që paraqet testet multivariate të efektit brenda-subjekteve tregon se faktori i kohës së matjes (nderhyrja: IVAMP_Pre kundrejt IVAMP_Post) ka një efekt statistikisht sinjifikativ mbi zhvillimin perceptivo-motor.

Tabelë 2. Rezultatet e testeve multivariate për efektin brenda-subjekteve

Multivariate Tests^a

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
intervent	Pillai's Trace	.465	67.910 ^b	1.000	78.000	.000
	Wilks' Lambda	.535	67.910 ^b	1.000	78.000	.000
	Hotelling's Trace	.871	67.910 ^b	1.000	78.000	.000
	Roy's Largest Root	.871	67.910 ^b	1.000	78.000	.000
intervent * Grupi	Pillai's Trace	.158	14.670 ^b	1.000	78.000	.000
	Wilks' Lambda	.842	14.670 ^b	1.000	78.000	.000
	Hotelling's Trace	.188	14.670 ^b	1.000	78.000	.000
	Roy's Largest Root	.188	14.670 ^b	1.000	78.000	.000

a. Design: Intercept + Grupi

Within Subjects Design: intervent

b. Exact statistic

Sipas testit Pillai's Trace, rezulton një vlerë prej 0.465, e shoqëruar me një vlerë $F(1, 78) = 67.91$ dhe $p < 0.001$. Ky rezultat tregon se, në nivel të përgjithshëm të kampionit, ekziston një ndryshim i rëndësishëm statistikisht ndërmjet matjes fillestare dhe asaj përfundimtare të zhvillimit perceptivo-motor. Madhësia e efektit sugjeron një ndikim të konsiderueshëm të kohës së matjes, duke reflektuar progres real dhe jo variacion rastësor.

Në të njëjtën tabelë, ndërveprimi ndërmjet kohës së matjes dhe grupit rezulton gjithashtu statistikisht i rëndësishëm. Vlera e Pillai's Trace për ndërveprimin $\text{intervent} \times \text{grupi}$ është .158, me $F(1, 78) = 14.67$ dhe $p < 0.001$.

Ky rezultat tregon se ndryshimi i vërejtur nga IVAMP_Pre në IVAMP_Post nuk është i njëjtë për grupin e kontrollit dhe grupin eksperimental. Me fjalë të tjera, efekti i kohës së matjes varet nga përkatësia në grup, duke konfirmuar se ndërhyrja e aplikuar ka ndikuar në mënyrë të diferencuar zhvillimin perceptivo-motor të pjesëmarrësve.

Testi i Mauchly vlerëson hipotezën zero se matrica e kovariancës së gabimit të variablave të varura të transformuara është proporcionale me një matricë identiteti.

Tabela e testit të Mauchly për sfericitetin tregon se supozimi i sfericitetit nuk paraqet problem për analizën e kryer. Duke qenë se faktori brenda-subjekteve përfshin vetëm dy nivele matjeje, sfericiteti konsiderohet automatikisht i përmbushur.

Kjo pasqyrohet edhe në vlerën e koeficientit Greenhouse–Geisser, i cili është i barabartë me 1.000, duke konfirmuar se nuk është e nevojshme aplikimi i korigjimeve për shkallët e lirisë dhe se rezultatet e raportuara të ANOVA-s janë të vlefshme.

Tabelë 3. Rezultatet e testit Testi Mauchly

Efekt brenda-subjekteve	Mauchly's W	Chi-katror i përafërt	df	Sig.	Greenhouse–Geisser ϵ	Huynh–Feldt ϵ	Lower-bound ϵ
Ndërhyrja (intervent)	1.000	0.000	0	—	1.000	1.000	1.000

Tabela e efekteve brenda-subjekteve përforcon gjetjet e analizës multivariate. Efekti kryesor i kohës së matjes rezulton statistikisht i rëndësishëm, me $F(1, 78) = 67.91$ dhe $p < .001$, duke treguar se ndryshimi ndërmjet IVAMP_Pre dhe IVAMP_Post është i qëndrueshëm dhe i fortë. Po ashtu, ndërveprimi $\text{kohë} \times \text{grupi}$ është statistikisht i rëndësishëm, me $F(1, 78) = 14.67$ dhe $p < .001$, çka konfirmon se progresi i zhvillimit perceptivo-motor ndryshon në varësi të grupit të studimit.

Tabelë 4. Efektet Brenda Subjekteve për IVAMP-8

Burimi	Ndërhyrja (kontrasti)	Shuma e katrorëve (Type III)	df	Katrori mesatar	F	Sig.
Ndërhyrja	Linear	31.506	1	31.506	67.910	.000
Ndërhyrja × Grupi	Linear	6.806	1	6.806	14.670	.000
Gabimi (Ndërhyrja)	Linear	36.187	78	0.464	—	—

Testet e kontrasteve brenda-subjekteve vlerësojnë trendin linear të ndryshimit ndërmjet matjes fillestare dhe asaj përfundimtare të zhvillimit perceptivo-motor. Rezultatet tregojnë se ndryshimi linear i lidhur me ndërhyrjen është statistikisht i rëndësishëm, si në nivel të përgjithshëm të kampionit, ashtu edhe në ndërveprim me grupin e studimit, duke konfirmuar se trajektorja e progresit ndryshon në varësi të përkatësisë në grup.

Tabela e kontrasteve brenda-subjekteve tregon se trendi linear i ndryshimit nga matja fillestare në atë përfundimtare është statistikisht i rëndësishëm si për efektin kryesor të kohës, ashtu edhe për ndërveprimin me grupin.

Kjo nënkupton se ndryshimi i zhvillimit perceptivo-motor ndjek një drejtim të qartë progresiv dhe se ky progres është më i theksuar në grupin eksperimental krahasuar me grupin e konvtrollit.

Tabelë 5. Ndryshimet e midis subjekteve për IVAMP-8

Burimi	Shuma e katrorëve (Type III)	df	Katrori mesatar	F	Sig.
Intercept	5370.806	1	5370.806	1929.298	.000
Grupi	8.556	1	8.556	3.014	.048
Gabimi	217.137	78	2.784		

Rezultatet e testit të efekteve ndër-subjekteve tregojnë se efekti kryesor i grupit është statistikisht i rëndësishëm, $F(1, 78) = 3.01$, $p = .048$. Ky rezultat tregon se, duke marrë në konsideratë mesataren e përgjithshme të matjeve, ekziston një diferencë domethënëse ndërmjet

grupit të kontrollit dhe grupit eksperimental. Ky efekt sugjeron se përkatësia në grup ndikon në nivelin mesatar të zhvillimit perceptivo-motor të pjesëmarrësve.

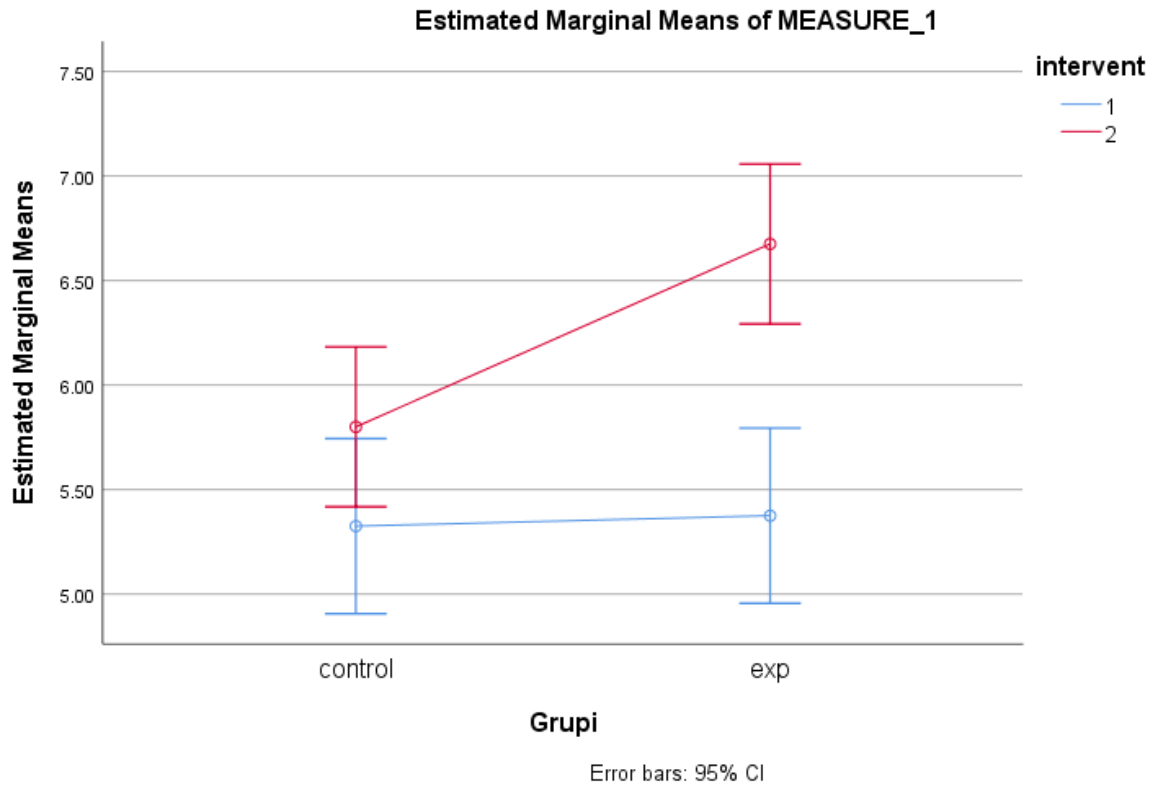
Megjithatë, ky efekt duhet interpretuar në lidhje me rezultatet e analizës brenda-subjekteve dhe ndërveprimin koha \times grupi. Duke qenë se kampioni ishte homogjen në matjen fillestare dhe se ndërveprimi koha \times grupi rezulton statistikisht i rëndësishëm, diferenca e përgjithshme ndërmjet grupeve interpretohet si pasojë e ndikimit të ndërhyrjes

Figura paraqet mesataret marginale të vlerësuara të zhvillimit perceptivo-motor për grupin e kontrollit dhe grupin eksperimental në matjen fillestare dhe përfundimtare, së bashku me intervalet e besimit 95%. Në matjen fillestare, mesataret e të dy grupeve janë të ngjashme dhe intervalet e besimit mbivendosen, duke treguar homogjenitet fillestar të kampionit.

Në matjen përfundimtare, grupi i kontrollit shfaq një rritje të lehtë të mesatares marginale të vlerësuar, që sugjeron një përmirësim modest të atribuueshëm zhvillimit natyror.

Në kontrast, grupi eksperimental paraqet një rritje më të theksuar të mesatares, me zhvendosje drejt vlerave më të larta të shkallës IVAMP.

Ky diferencim vizual ndërmjet trajektoreve të dy grupeve pasqyron ndërveprimin domethënës ndërmjet kohës së matjes dhe grupit dhe mbështet interpretimin se ndërhyrja ka pasur një ndikim pozitiv dhe të rëndësishëm në zhvillimin perceptivo-motor.



Figurë 13. Grafiku i Mesatares Marginale për instrumentin IVAMP

Në përfundim, interpretimi i rezultateve tregon qartë se ekziston një efekt i fortë i kohës së matjes mbi zhvillimin perceptivo-motor, si dhe një ndërveprim domethënës ndërmjet kohës dhe grupit.

Këto rezultate mbështesin hipotezën se ndërhyrja e aplikuar ka pasur një ndikim të rëndësishëm në përmirësimin e zhvillimit perceptivo-motor në grupin eksperimental, duke tejkaluar efektet e zhvillimit natyror të vërejtura në grupin e kontrollit.

4.1.3. Rezultatet Përshkruese Sipas Gjinisë

Rezultatet përshkruese të paraqitura në tabelë tregojnë se, në matjen fillestare (IVAMP_Pre), femrat dhe meshkujt në të dy grupet paraqesin mesatare shumë të afërta, duke konfirmuar homogjenitetin fillestar të kampionit si sipas grupit ashtu edhe sipas gjinisë.

Në grupin e kontrollit, femrat ($M = 5.56 \pm 1.26$) dhe meshkujt ($M = 5.17 \pm 1.40$) shfaqin nivele të krahasueshme të zhvillimit perceptivo-motor, ndërsa në grupin eksperimental mesataret janë pothuajse identike për femrat ($M = 5.37 \pm 1.34$) dhe meshkujt ($M = 5.38 \pm 1.32$).

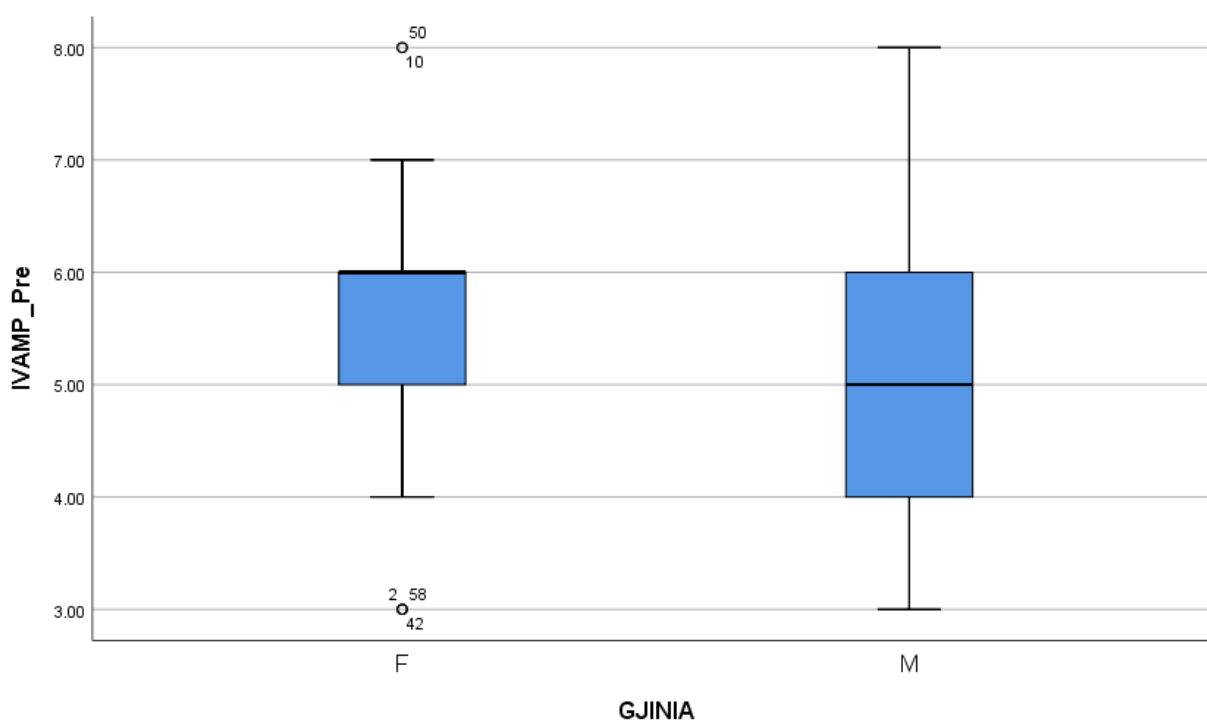
Në matjen përfundimtare (IVAMP_Post), të dy gjinitë në grupin e kontrollit tregojnë një përmirësim modest, me femrat që arrijnë një mesatare prej $M = 6.06 \pm 1.18$ dhe meshkujt $M =$

5.63 ± 1.28. Ky progres i kufizuar është në përputhje me efektin e zhvillimit natyror dhe aktivitetet rekreative të zakonshme.

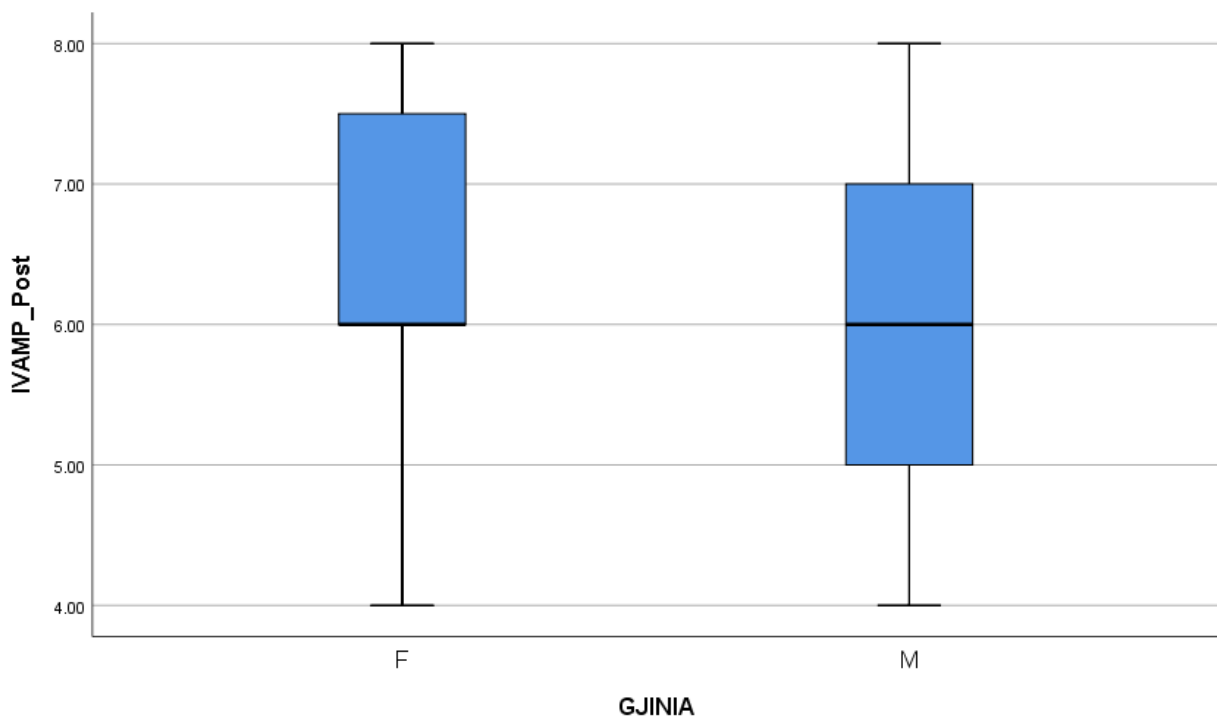
Në kontrast, grupi eksperimental paraqet një rritje dukshëm më të theksuar të rezultateve për të dy gjinitë. Femrat arrijnë M = 6.63 ± 1.46, ndërsa meshkujt M = 6.71 ± 0.90, duke treguar një përmirësim të qartë të zhvillimit perceptivo-motor pas ndërhyrjes ujore të strukturuar. Diferencat ndërmjet femrave dhe meshkujve brenda secilit grup mbeten të vogla dhe brenda kufijve të variabilitetit, çka sugjeron se gjinia nuk përbën një faktor përcaktues në përfitimet motorike të arritura, ndërkohë që lloji i ndërhyrjes rezulton vendimtar për nivelin e progresit të vëzhguar.

Tabelë 6. Treguesit e mesatares për IVAMP sipas gjinisë

Grupi	Gjinia	N	IVAMP_Pre (M ± SD)	IVAMP_Post (M ± SD)
Kontroll	Femra	16	5.56 ± 1.26	6.06 ± 1.18
Kontroll	Meshkuj	24	5.17 ± 1.40	5.63 ± 1.28
Eksperimental	Femra	19	5.37 ± 1.34	6.63 ± 1.46
Eksperimental	Meshkuj	21	5.38 ± 1.32	6.71 ± 0.90



Figurë 14. Grafiku me kuti (box-plot) për instrumentin IVAMP sipas gjinisë për matjen post.



Figurë 15. Grafiku me kuti (box-plot) për instrumentin IVAMP sipas gjinisë për matjen pre.

Rezultatet e testeve multivariate tregojnë se gjinia nuk ka një efekt statistikisht të rëndësishëm në ndryshimet e zhvillimit perceptivo-motor nga matja fillestare në atë përfundimtare. Ndërveprimi ndërmjet kohës së matjes dhe gjinisë nuk rezultoi domethënës, Pillai's Trace = .000, $F(1, 76) = 0.00$, $p = .949$, duke treguar se trajektorja e zhvillimit perceptivo-motor është e ngjashme për femrat dhe meshkujt.

Po ashtu, ndërveprimi trefish ndërmjet kohës së matjes, grupit dhe gjinisë nuk rezultoi statistikisht i rëndësishëm, Pillai's Trace = .001, $F(1, 76) = 0.06$, $p = .800$. Ky rezultat tregon se efekti i ndërhyrjes nuk ndryshon në varësi të gjinisë, pavarësisht përkatësisë në grup.

Në tërësi, këto gjetje sugjerojnë se gjinia nuk vepron si faktor moderues në përmirësimet e zhvillimit perceptivo-motor të vërejtura në këtë studim. Përfitimet e arritura pas ndërhyrjes janë të krahasueshme për fëmijët e të dyja gjinive, duke mbështetur hipotezën se në moshën parashkolllore zhvillimi motorik ndikohet më tepër nga struktura dhe cilësia e aktivitetit fizik sesa nga faktorët gjinorë.

Tabelë 7. Analiza e variancës – testet multivariate sipas grupeve dhe gjinisë

Multivariate Tests ^a						
Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
intervent	Pillai's Trace	.461	64.974 ^b	1.000	76.000	.000
	Wilks' Lambda	.539	64.974 ^b	1.000	76.000	.000
	Hotelling's Trace	.855	64.974 ^b	1.000	76.000	.000
	Roy's Largest Root	.855	64.974 ^b	1.000	76.000	.000
intervent * Grupi	Pillai's Trace	.154	13.798 ^b	1.000	76.000	.000
	Wilks' Lambda	.846	13.798 ^b	1.000	76.000	.000
	Hotelling's Trace	.182	13.798 ^b	1.000	76.000	.000
	Roy's Largest Root	.182	13.798 ^b	1.000	76.000	.000
intervent * GJINIA	Pillai's Trace	.000	.004 ^b	1.000	76.000	.949
	Wilks' Lambda	1.000	.004 ^b	1.000	76.000	.949
	Hotelling's Trace	.000	.004 ^b	1.000	76.000	.949
	Roy's Largest Root	.000	.004 ^b	1.000	76.000	.949
intervent * Grupi * GJINIA	Pillai's Trace	.001	.064 ^b	1.000	76.000	.800
	Wilks' Lambda	.999	.064 ^b	1.000	76.000	.800
	Hotelling's Trace	.001	.064 ^b	1.000	76.000	.800
	Roy's Largest Root	.001	.064 ^b	1.000	76.000	.800

a. Design: Intercept + Grupi + GJINIA + Grupi * GJINIA

Within Subjects Design: intervent

b. Exact statistic

4.2. Balanca

4.2.1. Analiza e Balancës

Tabelë 8.Statistikat Përshkruese për Balancën

		Case Summaries							
Grupi		Semitange nt (me sy hapur)_Pr e	Semitange nt (me sy hapur)_Po st	Semitange nt (me sy mbyllur)_P re	Semitangen t (me sy mbyllur)_Po st	Tangent (me sy hapur)_P re	Tangent (me sy hapur)_Po st	Tangent (me sy mbyllur)_P re	Tangent (me sy mbyllur)_Po st
contr ol	N	40	40	40	40	40	40	40	40
	Mean	4.1228	3.8950	5.0285	4.8701	8.0920	7.7200	14.2828	13.6868
	Median	2.7900	2.6755	3.3300	3.3850	6.3250	6.2882	6.9400	6.7272
	Std. Error of Mean	.49909	.47774	.75206	.59566	.96440	.91448	3.09097	2.88999
	Minimu m	.85	.83	.57	1.57	1.89	1.86	4.12	3.92
	Maximu m	14.12	13.79	26.04	18.82	30.95	30.19	93.15	87.01
	Range	13.27	12.96	25.47	17.25	29.06	28.33	89.03	83.09
	Std. Deviation	3.15652	3.02147	4.75647	3.76727	6.09937	5.78370	19.54904	18.27788
	Kurtosis	2.645	3.064	10.501	6.928	6.926	7.242	11.199	10.922
	Std. Error of Kurtosis	.733	.733	.733	.733	.733	.733	.733	.733
	Skewne ss	1.771	1.854	3.015	2.469	2.618	2.647	3.295	3.247
	Std. Error of Skewne ss	.374	.374	.374	.374	.374	.374	.374	.374
	exp	N	40	40	40	40	40	40	40
Mean		4.6000	4.1520	4.5605	4.0083	6.7648	6.0656	13.7235	12.4540
Median		3.0350	2.8813	3.5800	2.9932	5.3500	4.9261	8.0250	7.2160
Std. Error of Mean		.57554	.51870	.49755	.45300	.75346	.65503	2.55878	2.36191

	Minimum	1.33	1.21	1.70	1.42	2.14	1.87	3.01	2.58
	Maximum	17.04	15.89	18.02	17.35	27.64	22.84	80.87	69.14
	Range	15.71	14.68	16.32	15.93	25.50	20.97	77.86	66.56
	Std. Deviation	3.64002	3.28057	3.14680	2.86504	4.76533	4.14275	16.18316	14.93800
	Kurtosis	3.217	3.559	8.238	11.616	9.265	6.668	10.470	9.551
	Std. Error of Kurtosis	.733	.733	.733	.733	.733	.733	.733	.733
	Skewness	1.803	1.832	2.540	2.945	2.712	2.328	3.218	3.111
	Std. Error of Skewness	.374	.374	.374	.374	.374	.374	.374	.374
Total	N	80	80	80	80	80	80	80	80
	Mean	4.3614	4.0235	4.7945	4.4392	7.4284	6.8928	14.0031	13.0704
	Median	2.9450	2.8002	3.4100	3.3300	6.1300	5.7992	7.4250	6.8114
	Std. Error of Mean	.37943	.35065	.44879	.37494	.61260	.56656	1.99384	1.85563
	Minimum	.85	.83	.57	1.42	1.89	1.86	3.01	2.58
	Maximum	17.04	15.89	26.04	18.82	30.95	30.19	93.15	87.01
	Range	16.19	15.05	25.47	17.40	29.06	28.33	90.14	84.43
	Std. Deviation	3.39373	3.13632	4.01407	3.35359	5.47925	5.06748	17.83347	16.59730
	Kurtosis	2.947	3.131	11.708	8.434	7.825	8.080	10.717	10.396
	Std. Error of Kurtosis	.532	.532	.532	.532	.532	.532	.532	.532
	Skewness	1.786	1.816	3.071	2.671	2.684	2.662	3.254	3.200

Std. Error of Skewness	.269	.269	.269	.269	.269	.269	.269	.269
------------------------	------	------	------	------	------	------	------	------

Tabelë 9. Përmbledhje e treguesve të mesatares dhe devijimit standard për testet tangent dhe semitangent

TESTI	GRUPI	PRE (M ± SD)	POST (M ± SD)
SEMITANGENT (SY HAPUR)	Kontroll	4.12 ± 3.16	3.90 ± 3.02
	Eksperimental	4.60 ± 3.64	4.15 ± 3.28
SEMITANGENT (SY MBYLLUR)	Kontroll	5.03 ± 4.76	4.87 ± 3.77
	Eksperimental	4.56 ± 3.15	4.01 ± 2.87
TANGENT (SY HAPUR)	Kontroll	8.09 ± 6.10	7.72 ± 5.78
	Eksperimental	6.76 ± 4.77	6.07 ± 4.14
TANGENT (SY MBYLLUR)	Kontroll	14.28 ± 19.55	13.69 ± 18.28
	Eksperimental	13.72 ± 16.18	12.45 ± 14.94

Në testin Semitangent me sy hapur, grupi i kontrollit shfaqti një ulje të lehtë të vlerës mesatare nga matja fillestare ($M = 4.12 \pm 3.16$) në matjen përfundimtare ($M = 3.90 \pm 3.02$), duke treguar një përmirësim modest të balancës statike. Grupi eksperimental paraqiti një ndryshim më të theksuar, me ulje të mesatares nga $M = 4.60 \pm 3.64$ në $M = 4.15 \pm 3.28$, çka sugjeron një progres më të qëndrueshëm pas ndërhyrjes.

Në kushtin Semitangent me sy mbyllur, grupi i kontrollit shfaqti një reduktim të lehtë të rezultateve nga $M = 5.03 \pm 4.76$ në $M = 4.87 \pm 3.77$, ndërsa grupi eksperimental tregoi një përmirësim më të dukshëm, me ulje të mesatares nga $M = 4.56 \pm 3.15$ në $M = 4.01 \pm 2.87$. Këto ndryshime tregojnë një rritje të aftësisë për ruajtjen e ekuilibrit në mungesë të informacionit vizual, veçanërisht në grupin eksperimental.

Në testin Tangent me sy hapur, grupi i kontrollit shfaqti një ulje të moderuar të vlerave mesatare nga $M = 8.09 \pm 6.10$ në $M = 7.72 \pm 5.78$, ndërsa grupi eksperimental tregoi një përmirësim më të theksuar, me reduktim të mesatares nga $M = 6.76 \pm 4.77$ në $M = 6.07 \pm 4.14$. Këto rezultate sugjerojnë një përmirësim më efektiv të balancës dinamike në grupin që iu nënshtrua ndërhyrjes ujore.

Në kushtin më kërkues, Tangent me sy mbyllur, grupi i kontrollit shfaqti një ulje relativisht të vogël të vlerës mesatare nga $M = 14.28 \pm 19.55$ në $M = 13.69 \pm 18.28$, ndërsa grupi

eksperimental paraqiti një reduktim më të dukshëm nga $M = 13.72 \pm 16.18$ në $M = 12.45 \pm 14.94$. Ky ndryshim reflekton një përmirësim më të madh të kontrollit postural dhe integritet sensorial në kushte me kërkesa të larta vestibulare dhe propioceptive.

Në tërësi, përshkrimi i rezultateve tregon se të dy grupet shfaqin përmirësime nga matja fillestare në atë përfundimtare, por këto përmirësime janë më të theksuara dhe më konsistente në grupin eksperimental. Ulja më e madhe e vlerave mesatare në testet Semitangent dhe Tangent, veçanërisht në kushtet me sy mbyllur, sugjeron se aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujoretë strukturuar lidhen me një zhvillim më efektiv të balancës statike dhe dinamike krahasuar me aktivitetet rekreative të zakonshme.

Në këtë studim u vlerësuan ndryshimet në ekuilibrin postural duke u bazuar në katër variabla kryesore, të cilat përfaqësojnë diferencat midis matjeve para dhe pas ndërhyrjes në testet Semitangent me sy hapur (ST_EO), Semitangent me sy mbyllur (ST_EC), Tangent me sy hapur (T_EO) dhe Tangent me sy mbyllur (T_EC). Këto variabla shërbyen si tregues të ndryshimeve në stabilitetin postural dhe u analizuan për të krahasuar performancën midis grupit të kontrollit dhe grupit eksperimental.

Analiza e shpërndarjes së të dhënave evidentoi devijime nga normaliteti në disa prej variablave, sipas rezultateve të testit Kolmogorov–Smirnov, ndërsa testi i Levene-it tregoi se homogjeniteti i variancave nuk ishte plotësisht i përmbushur në të gjitha rastet. Megjithatë, duke marrë në konsideratë madhësinë e kampionit dhe barazinë e grupeve, u vlerësua si metodologjikisht e përshtatshme përdorimi i analizës së variancës ANOVA, e cila konsiderohet një metodë robuste ndaj shkeljeve të moderuara të supozimeve statistikore.

Në testin Semitangent me sy hapur, analiza deskriptive tregoi se para ndërhyrjes grupi i kontrollit kishte një mesatare prej 4.12 ± 3.16 , ndërsa grupi eksperimental 4.75 ± 3.62 . Pas ndërhyrjes, vlerat në grupin e kontrollit mbetën pothuajse të pandryshuara ($M = 4.05 \pm 3.15$), ndërkohë që në grupin eksperimental u vu re një ulje e dukshme e vlerave ($M = 3.62 \pm 3.00$), duke reflektuar përmirësim të stabilitetit postural.

Diferenca Pre–Post ishte minimale në grupin e kontrollit ($M = 0.07 \pm 0.27$) dhe dukshëm më e madhe në grupin eksperimental ($M = 1.12 \pm 1.12$), çka tregon një ndryshim statistikiqsinjifikativ midis grupeve.

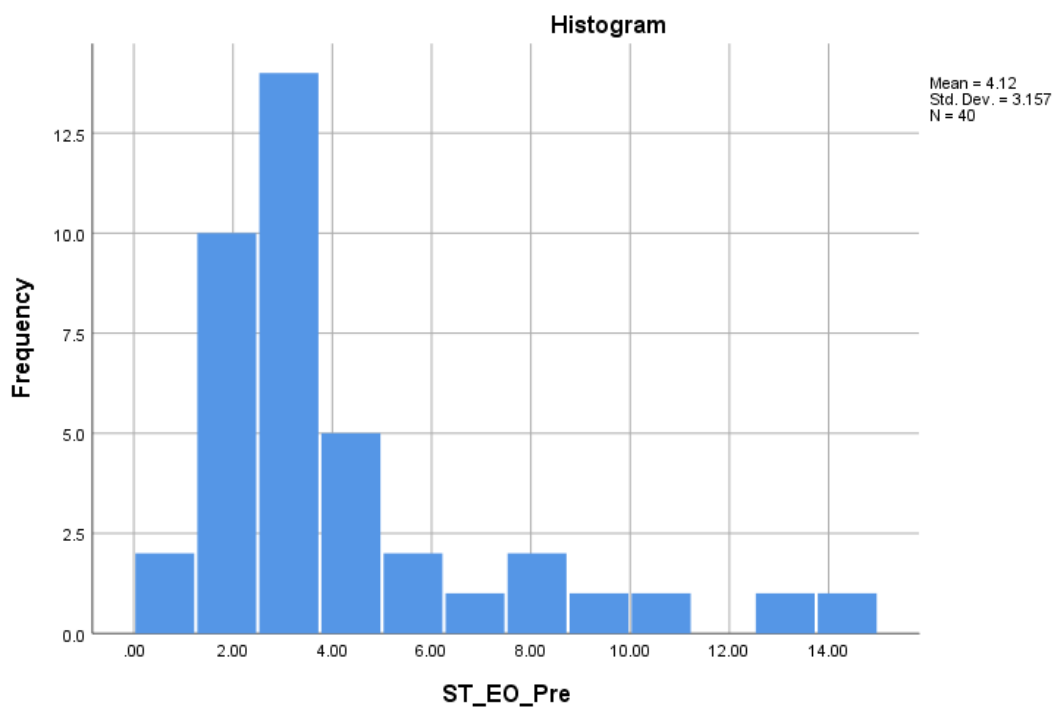
Ky përfundim u mbështet nga analiza e variancës ANOVA, e cila tregoi një efekt të rëndësishëm të faktorëve të grupimit mbi ndryshimin e performancës në test, $F(1,78) = 33.37$, $p < .001$, duke konfirmuar se varianca midis grupeve ishte dukshëm më e madhe sesa varianca brenda grupeve.

Histogramat dhe boxplot-et e paraqitura për këtë test evidentojnë shpërndarje asimetrike të të dhënave dhe prani të vlerave ekstreme, veçanërisht në grupin eksperimental, duke mbështetur rezultatet e testeve të normalitetit

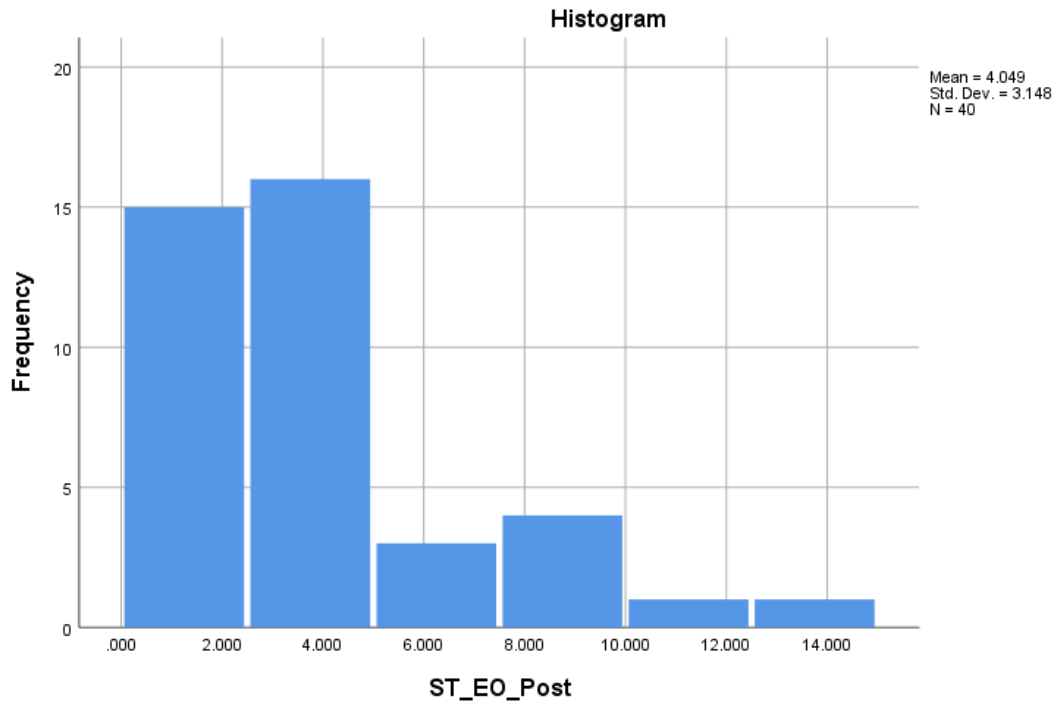
Tabelë 10. Analiza Deskriptive për variblin ST_EO

		Descriptives			
	Grupi		Statistic	Std. Error	
ST_EO_Pre	control	Mean	4.1228	.49909	
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	3.1132	
		Mean	Upper Bound	5.1323	
		5% Trimmed Mean		3.7819	
		Median		2.7900	
		Variance		9.964	
		Std. Deviation		3.15652	
		Minimum		.85	
		Maximum		14.12	
		Range		13.27	
		Interquartile Range		2.47	
		Skewness		1.771	.374
		Kurtosis		2.645	.733
		exp	Mean	4.7450	.57286
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	3.5863		
	Mean	Upper Bound	5.9037		
	5% Trimmed Mean		4.3222		
	Median		3.7250		
	Variance		13.127		
	Std. Deviation		3.62307		
Minimum		1.52			
Maximum		17.04			
Range		15.52			
Interquartile Range		4.11			
Skewness		1.783	.374		
Kurtosis		3.058	.733		
ST_EO_Post	control	Mean	4.04948	.497699	
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	3.04278	
		Mean	Upper Bound	5.05617	
		5% Trimmed Mean		3.68477	
		Median		2.72398	
		Variance		9.908	
		Std. Deviation		3.147728	
		Minimum		.852	
		Maximum		14.792	

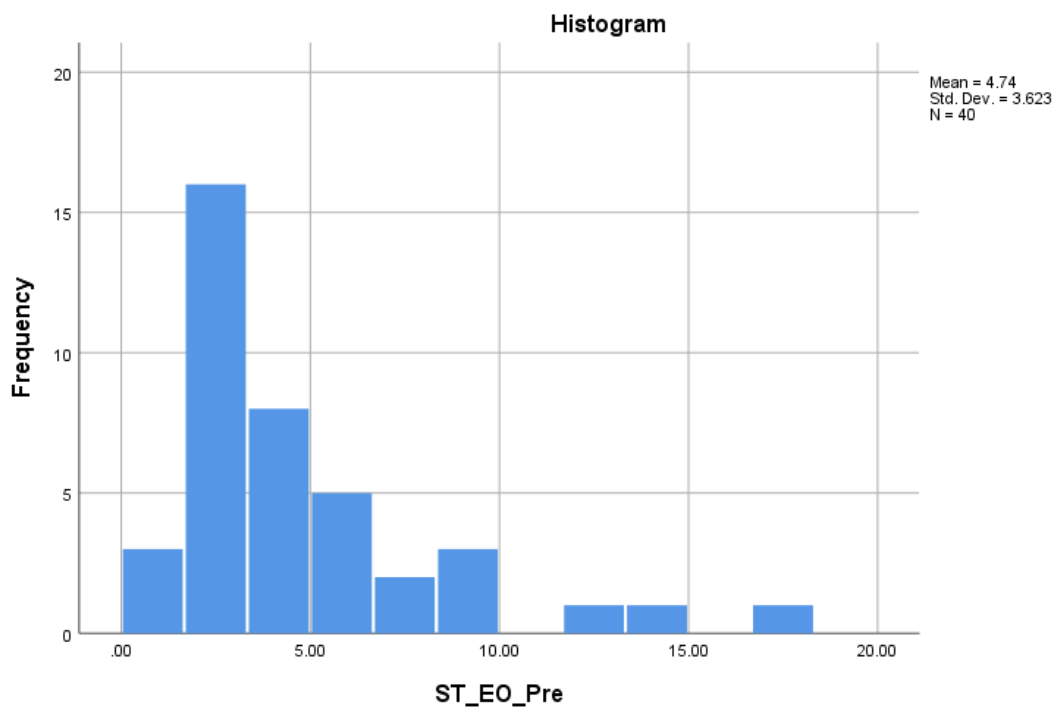
	Range	13.940	
	Interquartile Range	2.596	
	Skewness	1.873	.374
	Kurtosis	3.205	.733
exp	Mean	3.62267	.473911
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	2.66409
	Mean	Upper Bound	4.58124
	5% Trimmed Mean	3.24904	
	Median	2.76271	
	Variance	8.984	
	Std. Deviation	2.997277	
	Minimum	1.000	
	Maximum	15.887	
	Range	14.887	
	Interquartile Range	2.459	
	Skewness	2.264	.374
	Kurtosis	6.415	.733



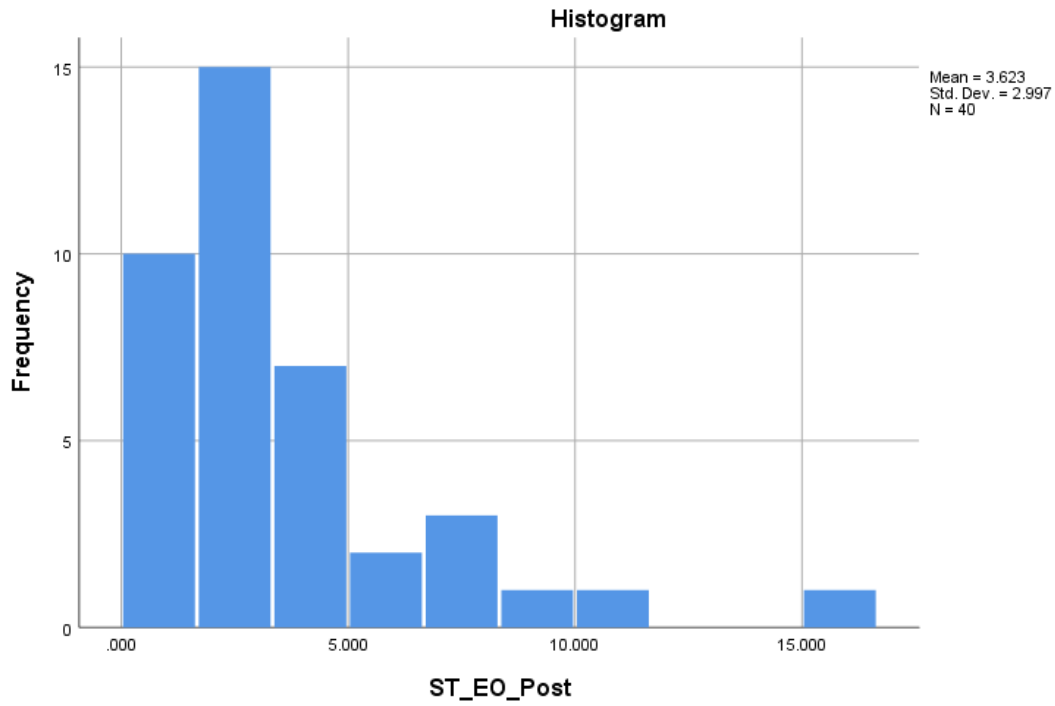
Figurë 16. Histograma për matjen pre të variablit ST_EO të grupit të kontrollit



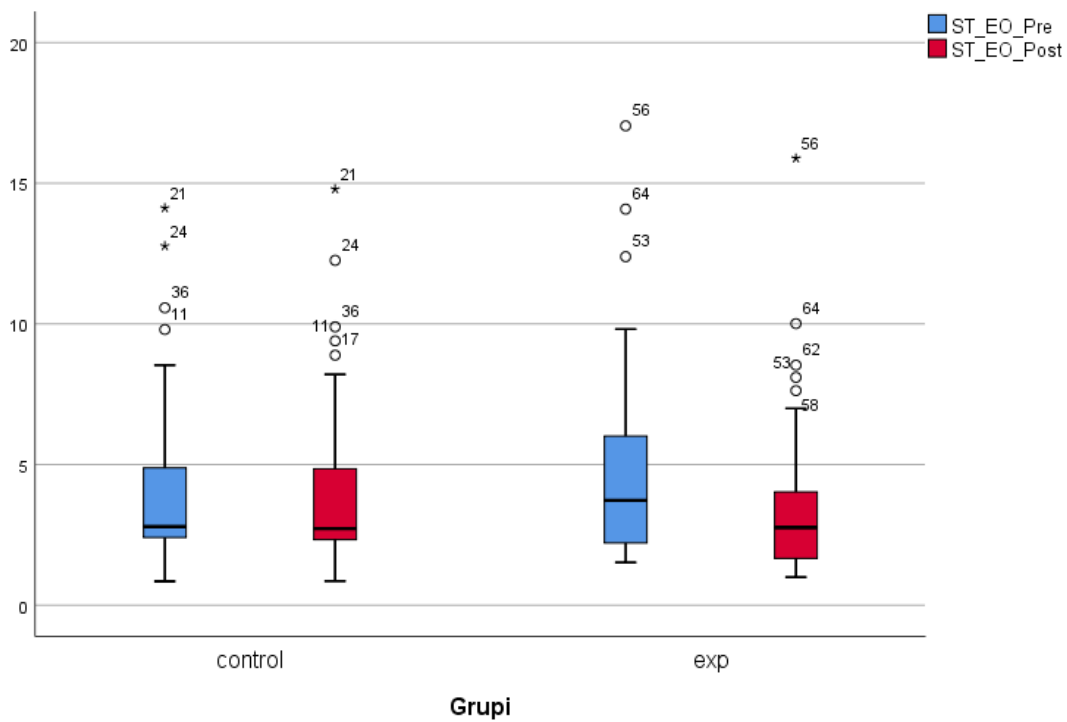
Figurë 17. Histograma për matjen post të variablit ST_EO të grupit të kontrollit



Figurë 18. Histograma për matjen pre të variablit ST_EO të grupit eksperimental



Figurë 19. Histograma për matjen post të variablit ST_EO të grupit eksperimental



Figurë 20. Grafiku me kuti (box-plot) për variablin ST_EO

Në testin Semitangent me sy mbyllur, vlerat deskriptive para ndërhyrjes ishin të ngjashme midis grupeve, me një mesatare prej 4.97 ± 3.34 për grupin e kontrollit dhe 5.12 ± 3.18 për grupin eksperimental. Pas ndërhyrjes, grupi i kontrollit shfaqti një rritje të lehtë të vlerave ($M = 5.07 \pm 3.29$), ndërsa grupi eksperimental tregoi një ulje të konsiderueshme ($M = 3.91 \pm 2.34$).

Diferenca Pre–Post ishte e vogël në grupin e kontrollit ($M = -0.08 \pm 1.02$), por dukshëm më e lartë në grupin eksperimental ($M = 1.22 \pm 1.13$), duke treguar një ndryshim statistikiqisht sinjifikativ.

Analiza e variancës ANOVA konfirmoi këtë ndryshim duke treguar një efekt domethënës të ndërhyrjes në këtë test, $F(1,78) = 29.20$, $p < .001$, çka tregon se ndryshimet e vëzhguara nuk mund t'i atribuohen rastësisë, por përfaqësojnë një ndikim real të ndërhyrjes.

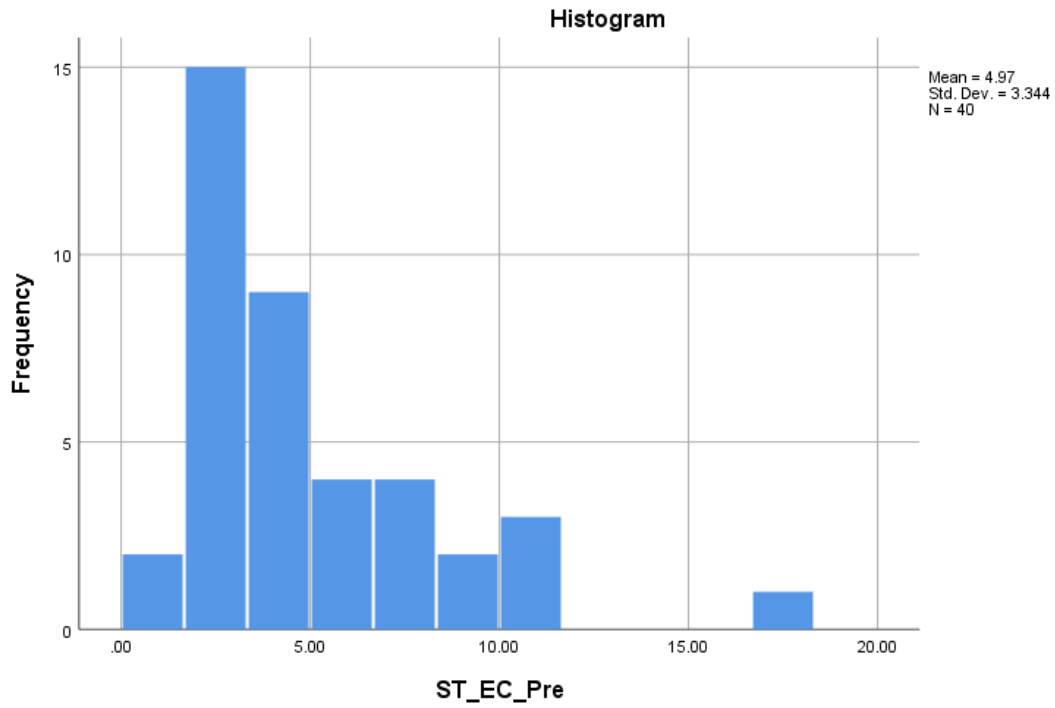
Histogramat dhe boxplot-et për këtë test tregojnë një shtrirje më të madhe të të dhënave dhe devijime nga normaliteti, veçanërisht në grupin e kontrollit.

Tabelë 11. Analiza Deskriptive për variblin ST_EC

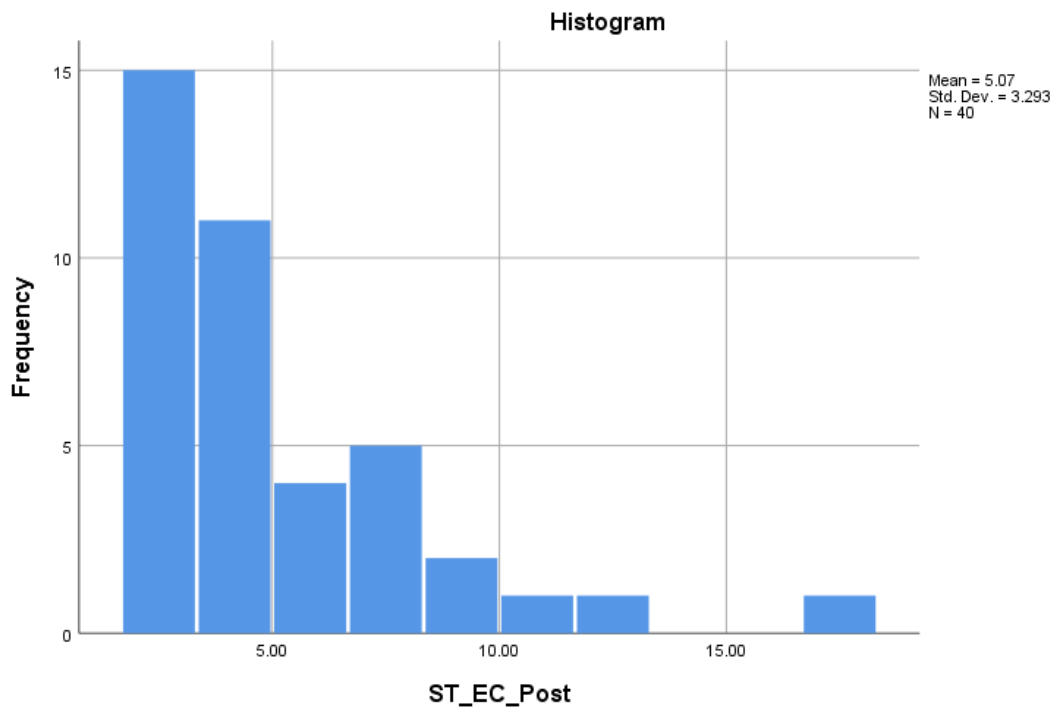
Descriptives

Grupi		Statistic	Std. Error		
ST_EC_Pre	control	Mean	4.9715	.52879	
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	3.9019	
		Mean	Upper Bound	6.0411	
		5% Trimmed Mean		4.6722	
		Median		3.5250	
		Variance		11.185	
		Std. Deviation		3.34437	
		Minimum		.57	
		Maximum		17.32	
		Range		16.75	
		Interquartile Range		3.83	
		Skewness		1.717	.374
		Kurtosis		3.625	.733
		exp	exp	Mean	5.1228
95% Confidence Interval for	Lower Bound			4.1057	
Mean	Upper Bound			6.1398	
5% Trimmed Mean				4.7522	
Median				4.0150	
Variance				10.113	
Std. Deviation				3.18012	
Minimum				1.70	
Maximum				18.02	
Range				16.32	
Interquartile Range				3.87	
Skewness				2.012	.374
Kurtosis				6.023	.733
ST_EC_Post	control			Mean	5.0713
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	4.0182	
		Mean	Upper Bound	6.1244	
		5% Trimmed Mean		4.7265	
		Median		3.7350	
		Variance		10.842	
		Std. Deviation		3.29277	
		Minimum		1.67	
		Maximum		17.54	
		Range		15.87	

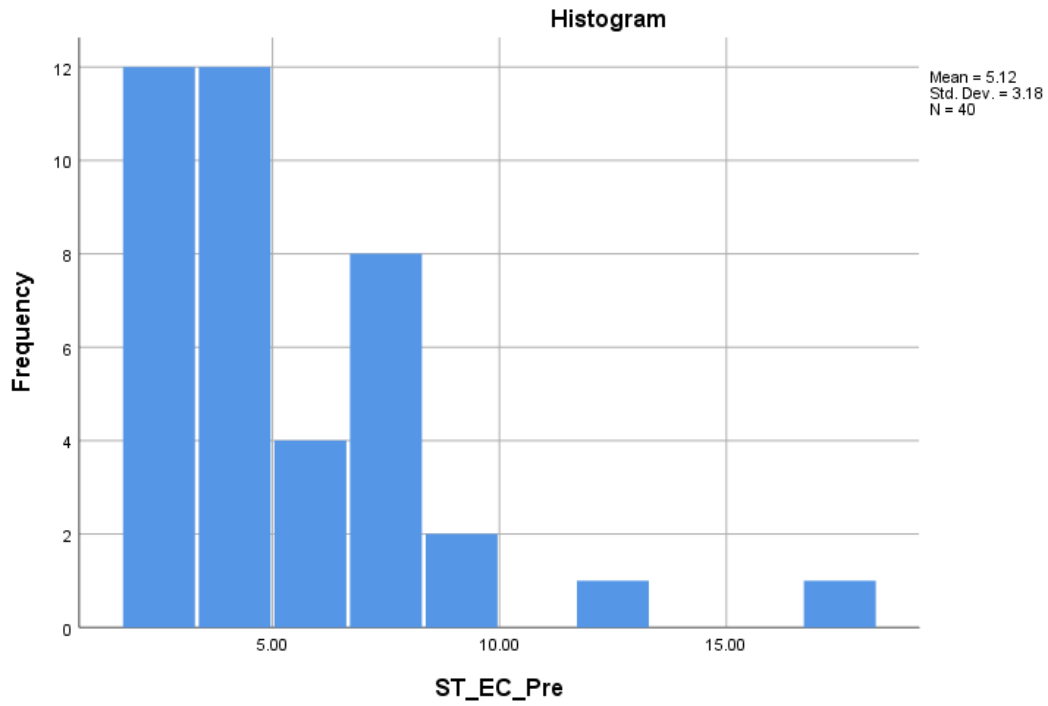
	Interquartile Range		3.69	
	Skewness		1.850	.374
	Kurtosis		4.269	.733
exp	Mean		3.9059	.36946
	95% Confidence Interval for	Lower Bound	3.1586	
	Mean	Upper Bound	4.6532	
	5% Trimmed Mean		3.6493	
	Median		3.2410	
	Variance		5.460	
	Std. Deviation		2.33666	
	Minimum		1.12	
	Maximum		12.35	
	Range		11.23	
	Interquartile Range		3.22	
	Skewness		1.661	.374
	Kurtosis		3.729	.733



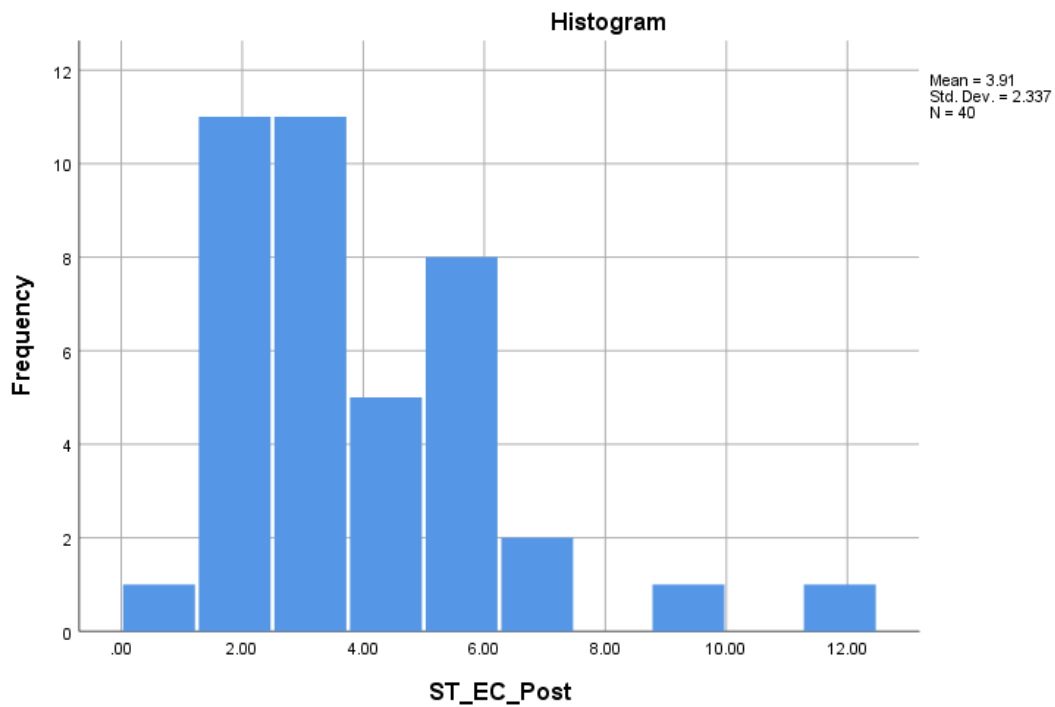
Figurë 21. Histograma për matjen pre të variablit *ST_EC* të grupit të kontrollit



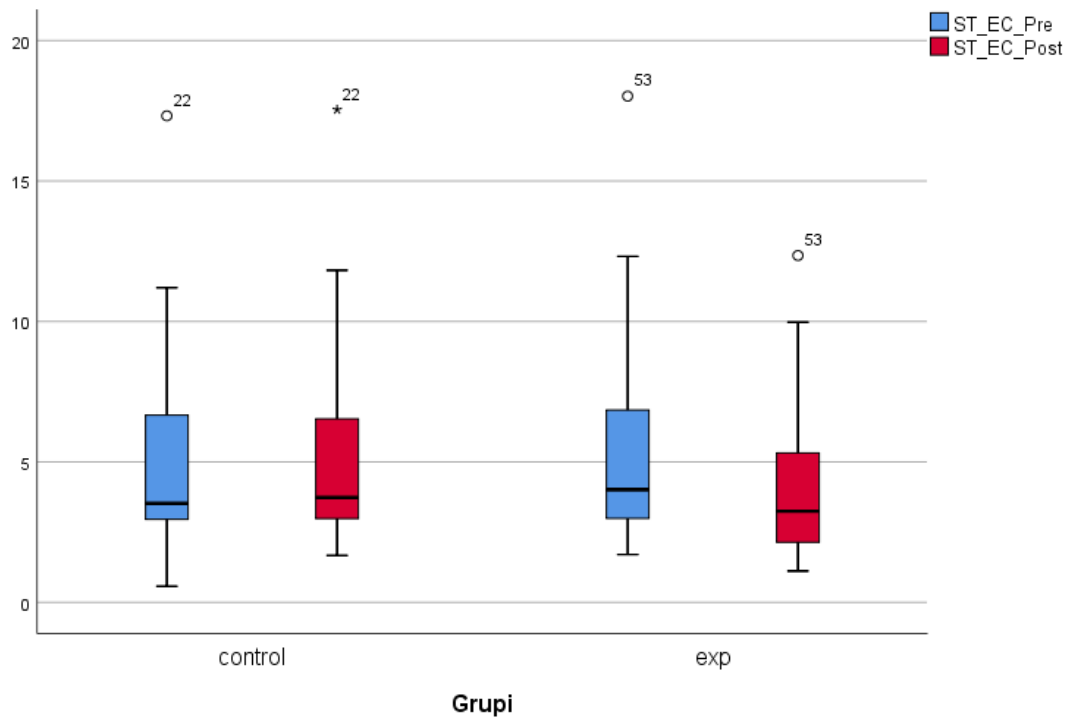
Figurë 22. Histograma për matjen post të variablit *ST_EC* të grupit të kontrollit



Figurë 23. Histograma për matjen pre të variablit ST_EC të grupit eksperimental



Figurë 24. Histograma për matjen post të variablit ST_EC të grupit eksperimental



Figurë 25. Grafiku me kuti (box-plot) për variablin ST_EC

Në testin Tangent me sy hapur, analizat deskriptive treguan se para ndërhyrjes grupi i kontrollit kishte një mesatare prej 7.46 ± 4.13 , ndërsa grupi eksperimental 6.39 ± 3.84 . Pas ndërhyrjes, vlerat në grupin e kontrollit mbetën relativisht të qëndrueshme ($M = 7.22 \pm 3.97$), ndërsa grupi eksperimental shfaqti një përmirësim të qartë ($M = 5.62 \pm 3.64$).

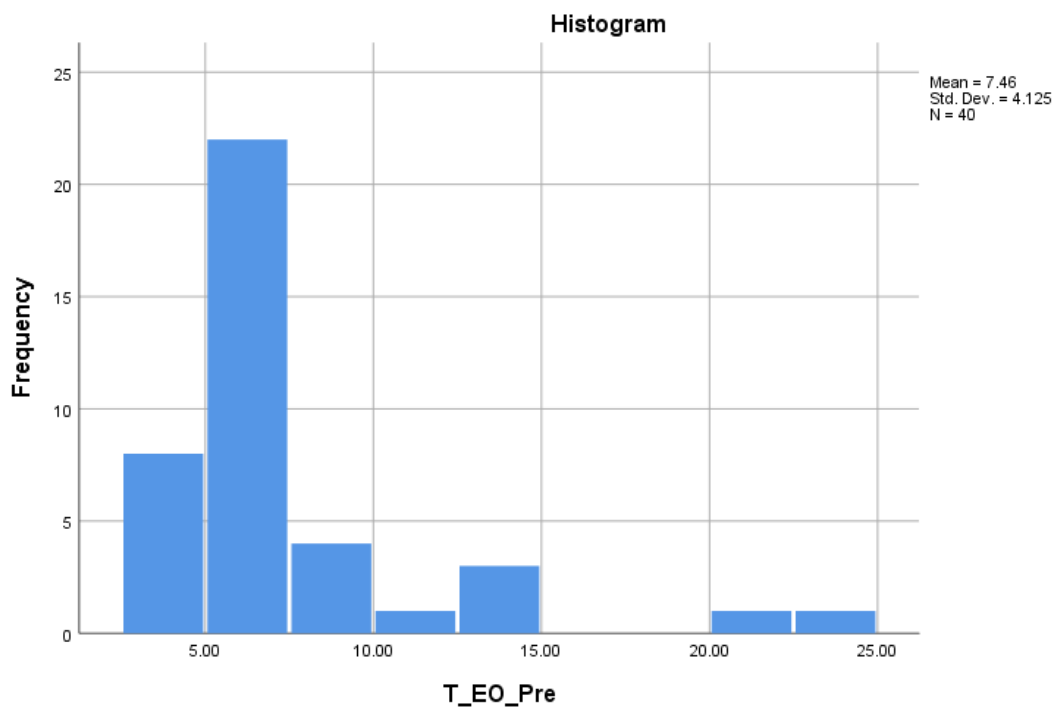
Diferenca Pre–Post ishte më e vogël në grupin e kontrollit ($M = 0.25 \pm 0.30$) krahasuar me grupin eksperimental ($M = 0.77 \pm 0.64$), duke treguar një ndryshim statistikisht sinjifikativ. Analiza e variancës ANOVA tregoi një efekt të qartë dhe statistikisht sinjifikativ të ndërhyrjes në këtë test, $F(1,78) = 22.21$, $p < .001$, duke sugjeruar se ndërhyrja ka ndikuar në mënyrë të qëndrueshme në performancën posturale edhe në detyra me kërkesë më të lartë biomekanike.

Histogramat dhe boxplot-et e paraqitura për këtë test tregojnë një zhvendosje të shpërndarjes drejt vlerave më të ulëta në grupin eksperimental pas ndërhyrjes.

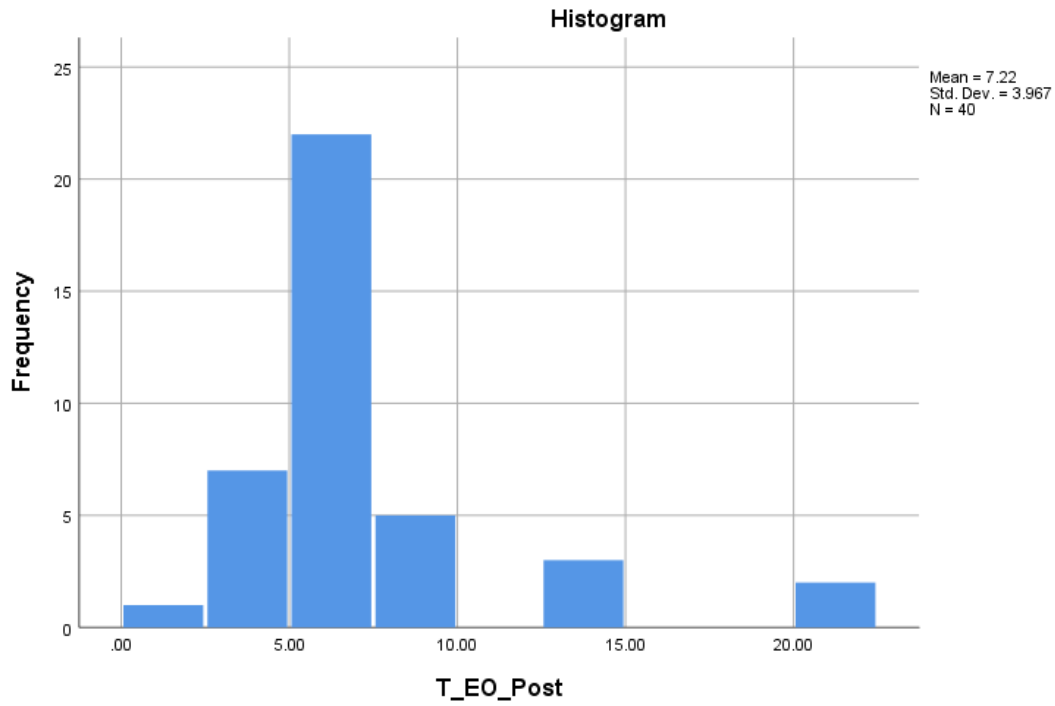
Tabelë 12. Statistikat deskriptiv për variablin T_EO

		Descriptives			
	Grupi		Statistic	Std. Error	
T_EO_Pre	control	Mean	7.4645	.65222	
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	6.1453	
		Mean	Upper Bound	8.7837	
		5% Trimmed Mean		6.9322	
		Median		6.4650	
		Variance		17.016	
		Std. Deviation		4.12500	
		Minimum		2.54	
		Maximum		22.51	
		Range		19.97	
		Interquartile Range		2.01	
		Skewness		2.300	.374
		Kurtosis		5.827	.733
	exp	Mean		6.3898	.60720
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	5.1616	
		Mean	Upper Bound	7.6179	
		5% Trimmed Mean		5.9869	
		Median		5.0600	
		Variance		14.748	
		Std. Deviation		3.84029	
		Minimum		2.14	
		Maximum		18.12	
		Range		15.98	
Interquartile Range			3.05		
Skewness			1.752	.374	
Kurtosis		2.933	.733		
T_EO_Post	control	Mean	7.2195	.62720	
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	5.9509	
		Mean	Upper Bound	8.4881	
		5% Trimmed Mean		6.7286	
		Median		6.3717	
		Variance		15.735	
		Std. Deviation		3.96673	
		Minimum		2.33	
		Maximum		21.08	
		Range		18.75	

	Interquartile Range	2.19	
	Skewness	2.186	.374
	Kurtosis	5.325	.733
exp	Mean	5.6156	.57613
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	4.4503
		Upper Bound	6.7809
	5% Trimmed Mean	5.1886	
	Median	4.2371	
	Variance	13.277	
	Std. Deviation	3.64379	
	Minimum	1.87	
	Maximum	17.84	
	Range	15.97	
	Interquartile Range	3.23	
	Skewness	1.847	.374
	Kurtosis	3.501	.733

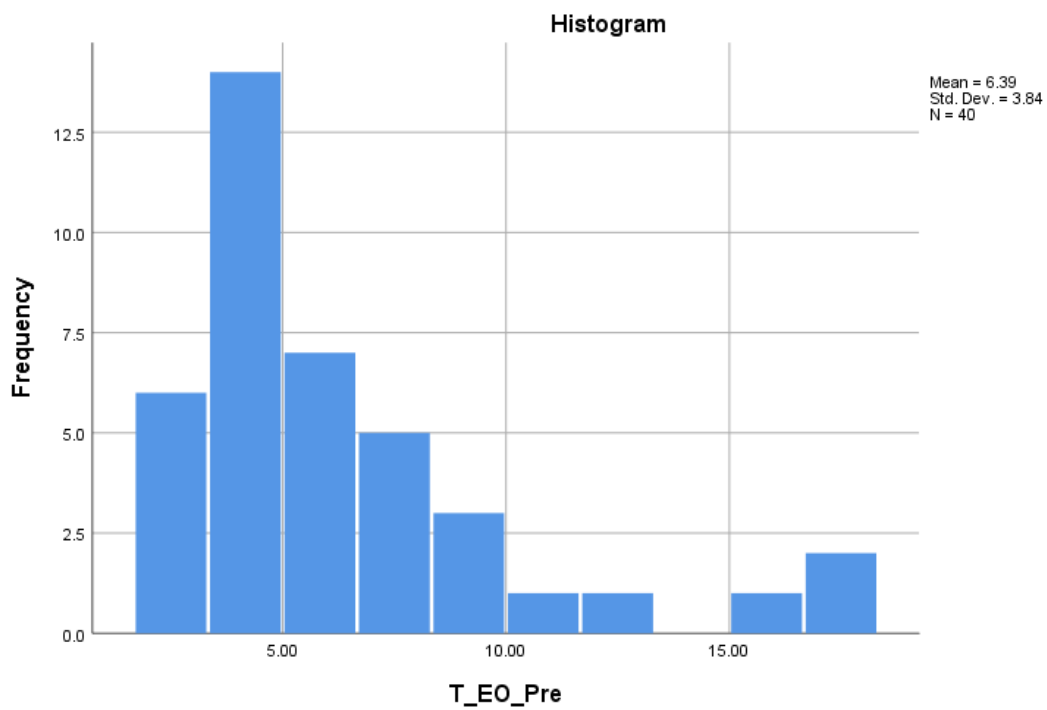


Figurë 26. Histograma për matjen pre të variablit T_{EO} të grupit të kontrollit

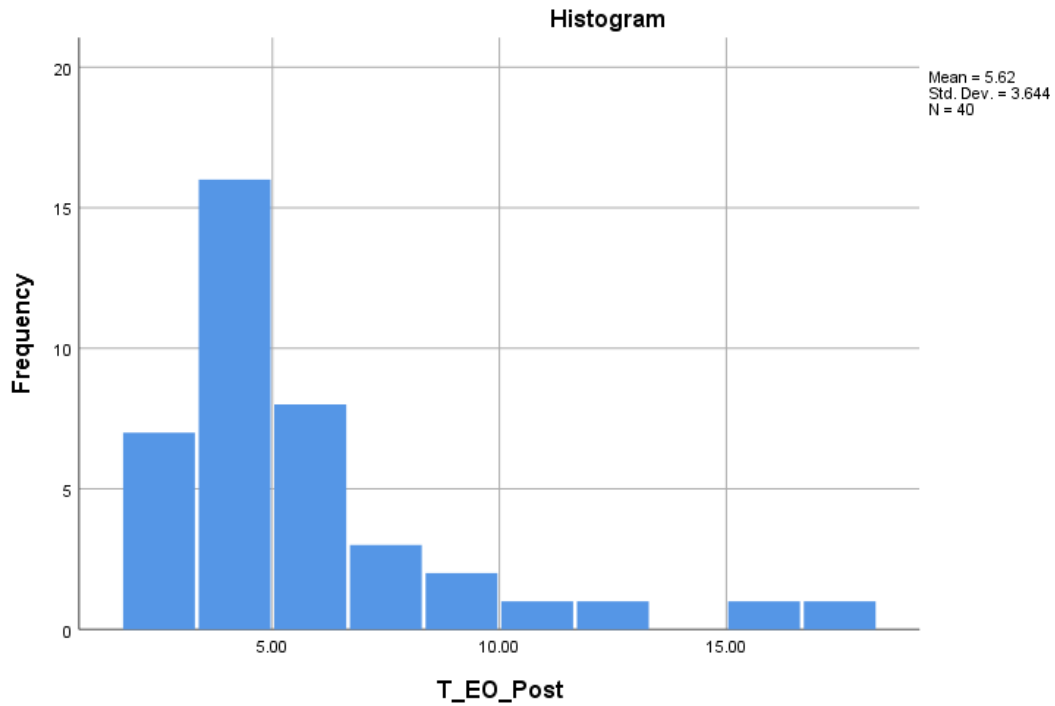


Figurë 27. Histograma për matjen post të variablit T_{EO} të grupit të kontrollit

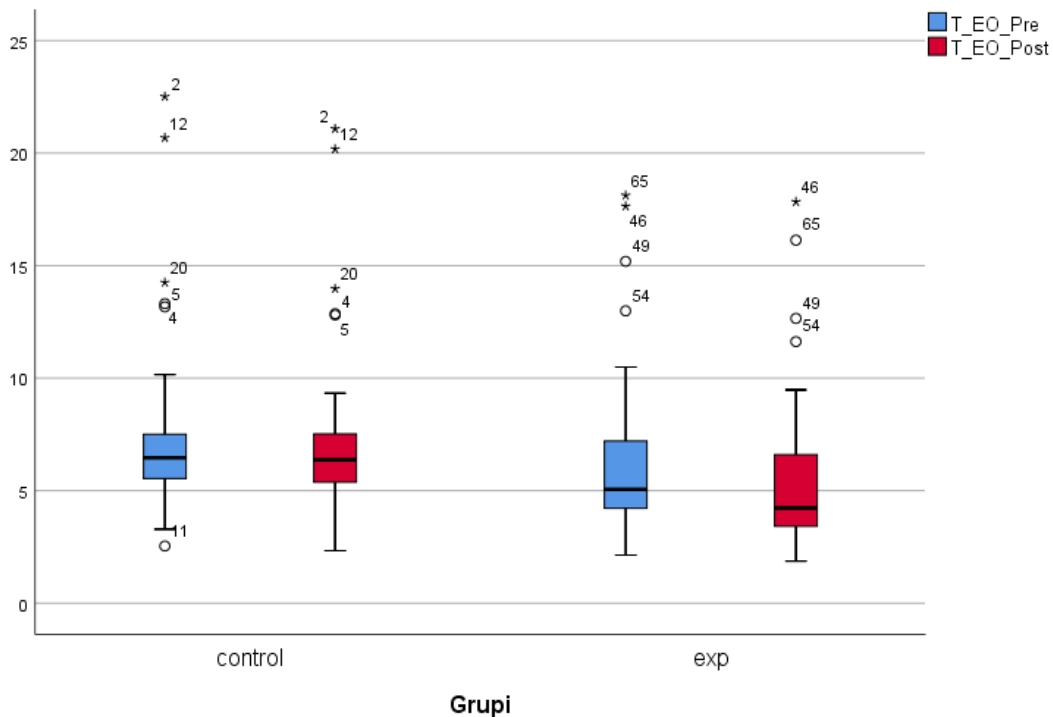
Grupi Eksperimental



Figurë 28. Histograma për matjen pre të variablit T_{EO} të grupit ekperimental



Figurë 29. Histograma për matjen post të variablit T_{EO} të grupit ekperimental



Figurë 30. Grafiku me kuti (box-plot) për variablin T_{EO} sipas grupeve

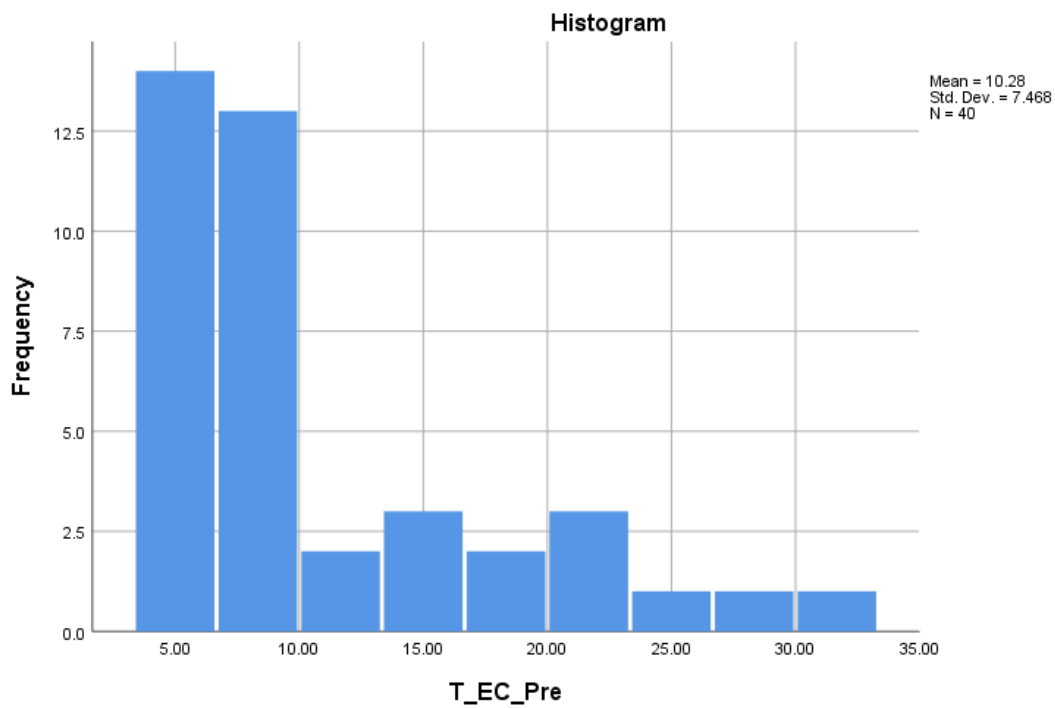
Në testin Tangent me sy mbyllur, analiza deskriptive tregoi se para ndërhyrjes grupi i kontrollit paraqiti një mesatare prej 10.28 ± 7.47 , ndërsa grupi eksperimental 9.62 ± 4.73 . Pas ndërhyrjes,

vlerat në grupin e kontrollit mbetën pothuajse të pandryshuara ($M = 10.21 \pm 7.50$), ndërsa grupi eksperimental shfaqti një ulje të ndjeshme ($M = 7.95 \pm 4.16$). Diferenca Pre–Post ishte minimale në grupin e kontrollit ($M = 0.07 \pm 0.40$), por shumë e theksuar në grupin eksperimental ($M = 1.67 \pm 1.03$), duke treguar një ndryshim statistikisht sinjifikativ midis grupeve. Analiza e variancës ANOVA tregoi një efekt shumë të fortë dhe statistikisht sinjifikativ të ndërhyrjes, $F(1,78) = 83.62$, $p < .001$, duke nënvizuar se ndërhyrja ka pasur një ndikim veçanërisht të madh në kushtet më kërkuese të kontrollit postural. Histogramat dhe boxplot-et për këtë test evidentojnë një reduktim të qartë të shpërndarjes së vlerave dhe një ulje të variancës në grupin eksperimental pas ndërhyrjes, duke ilustruar vizualisht stabilizimin e performancës pas ndërhyrjes.

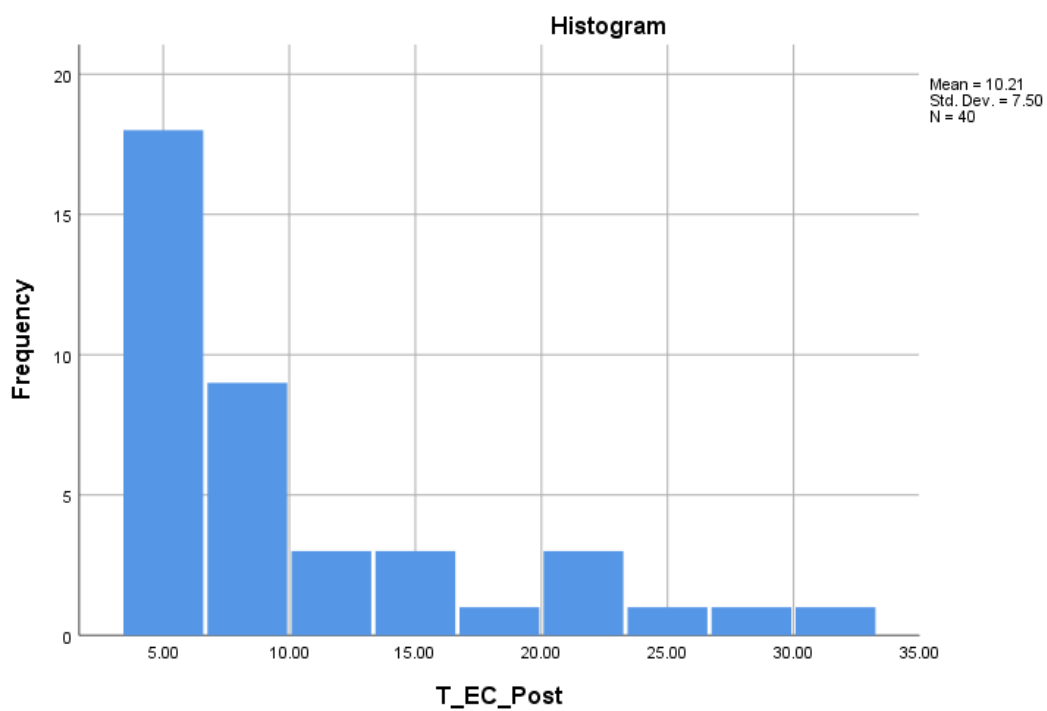
Tabelë 13. Analiza Deskriptive për variablin ST_EC

		Descriptives		
	Grupi		Statistic	Std. Error
T_EC_Pre	control	Mean	10.2803	1.18080
		95% Confidence Interval for		
		Lower Bound	7.8919	
		Mean		
		Upper Bound	12.6686	
		5% Trimmed Mean	9.4767	
		Median	6.9400	
		Variance	55.772	
		Std. Deviation	7.46805	
		Minimum	4.12	
		Maximum	32.45	
		Range	28.33	
	Interquartile Range	8.86		
	Skewness	1.558	.374	
	Kurtosis	1.553	.733	
	exp	Mean	9.6235	.74791
95% Confidence Interval for				
Lower Bound		8.1107		
Mean				
Upper Bound		11.1363		
5% Trimmed Mean		9.3339		
Median		7.9050		
Variance		22.375		
Std. Deviation		4.73019		
Minimum	3.01			
Maximum	20.87			
Range	17.86			

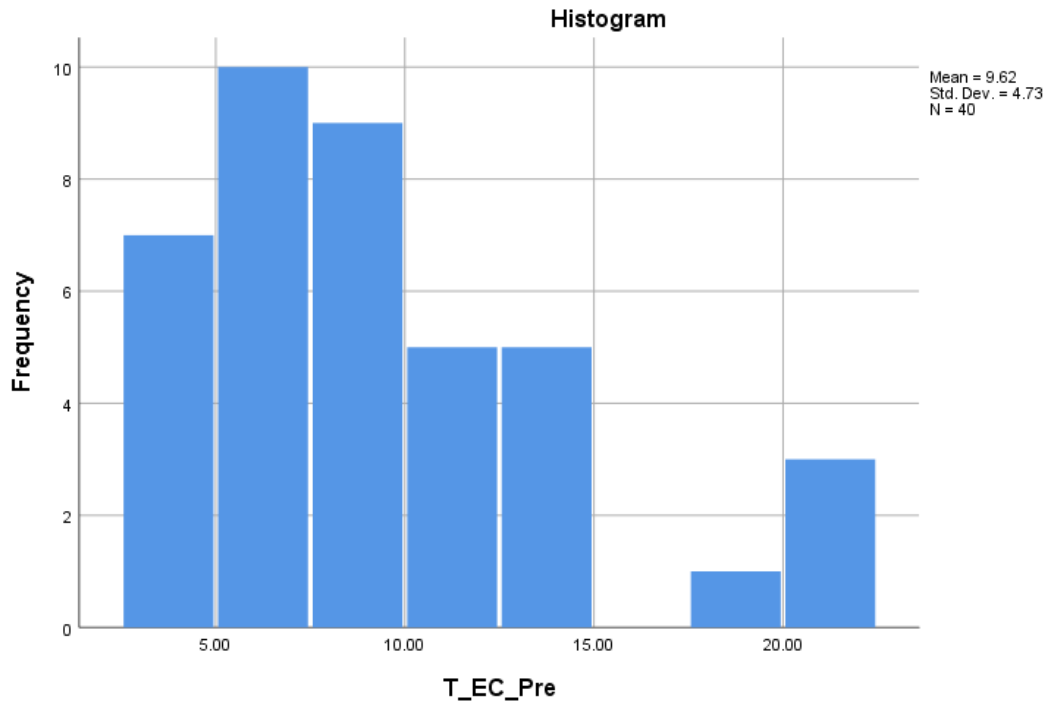
		Interquartile Range	5.25	
		Skewness	1.120	.374
		Kurtosis	.626	.733
T_EC_Post	control	Mean	10.2106	1.18588
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	7.8119
		Mean	Upper Bound	12.6092
		5% Trimmed Mean	9.4035	
		Median	6.8000	
		Variance	56.253	
		Std. Deviation	7.50017	
		Minimum	3.86	
		Maximum	32.62	
		Range	28.76	
		Interquartile Range	8.12	
		Skewness	1.575	.374
		Kurtosis	1.639	.733
	exp	Mean	7.9540	.65796
		95% Confidence Interval for	Lower Bound	6.6232
		Mean	Upper Bound	9.2849
		5% Trimmed Mean	7.6430	
		Median	6.7443	
		Variance	17.316	
		Std. Deviation	4.16128	
		Minimum	2.58	
		Maximum	18.73	
		Range	16.15	
		Interquartile Range	4.79	
		Skewness	1.181	.374
		Kurtosis	.916	.733



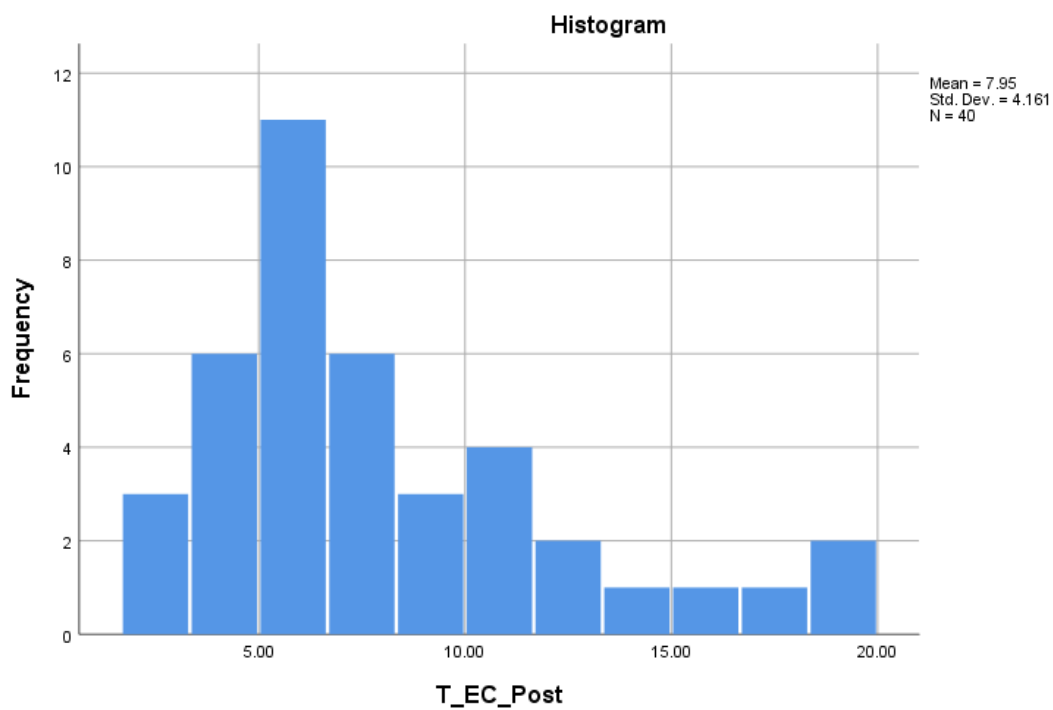
Figurë 31. Histograma për matjen pre të variablit T_{EC} të grupit të kontrollit



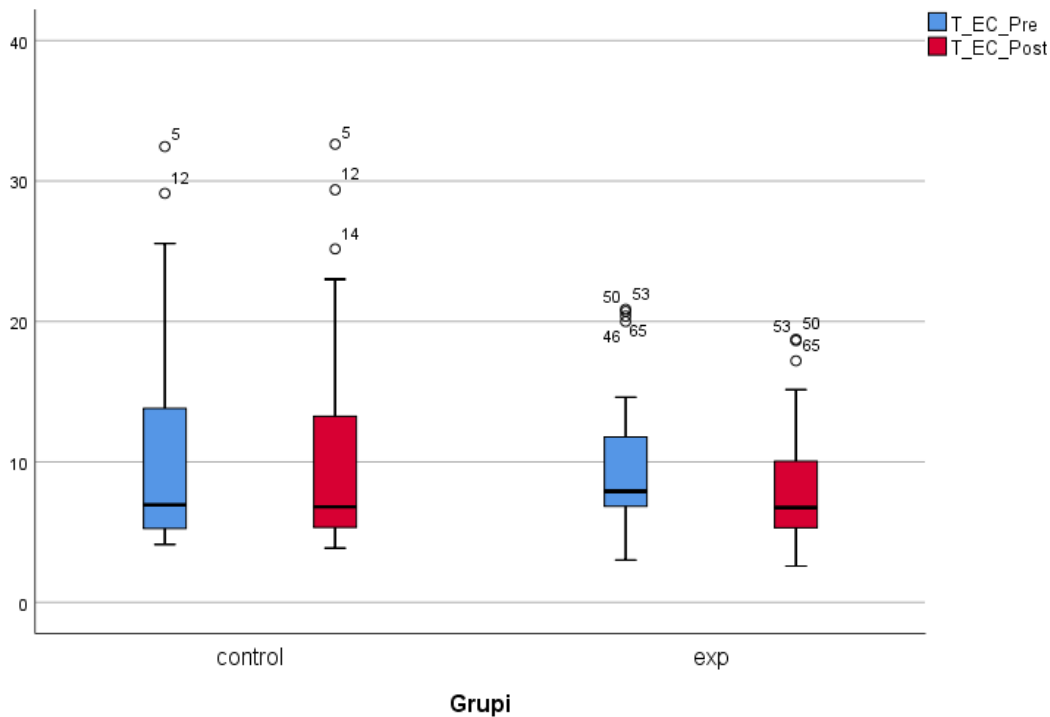
Figurë 32. Histograma për matjen post të variablit T_{EC} të grupit të kontrollit



Figurë 33. Histograma për matjen pre të variablit T_{EC} të grupit eksperimental



Figurë 34. Histograma për matjen post të variablit T_{EC} të grupit eksperimental



Figurë 35. Grafiku me kuti (box-plot) për variablin T_{EC} sipas grupeve

Analizat deskriptive treguan se grupi i kontrollit shfaqti ndryshime minimale midis matjeve para dhe pas ndërhyrjes në të gjitha testet e ekuilibrit, ndërsa grupi eksperimental paraqiti përmirësime të qarta dhe të qëndrueshme.

Në testin Semitangent me sy hapur, grupi i kontrollit regjistroi një diferencë mesatare prej 0.07 ± 0.27 , ndërsa grupi eksperimental 1.12 ± 1.12 , duke reflektuar një përmirësim dukshëm më të madh të stabilitetit postural në grupin eksperimental. Ky ndryshim rezultoi statistikisht sinjifikativ.

Në testin Semitangent me sy mbyllur, grupi i kontrollit paraqiti një diferencë mesatare negative dhe të vogël (-0.08 ± 1.02), ndërsa grupi eksperimental shfaqti një diferencë pozitive dhe më të lartë (1.22 ± 1.13), duke treguar përmirësim të ekuilibrit edhe në mungesë të informacionit vizual. Edhe në këtë rast, ndryshimi midis grupeve ishte statistikisht sinjifikativ.

Për testin Tangent me sy hapur, grupi i kontrollit shfaqti një diferencë mesatare prej 0.25 ± 0.30 , ndërsa grupi eksperimental 0.77 ± 0.64 , duke treguar një efekt pozitiv të ndërhyrjes edhe në një test më kërkues biomekanikisht. Ky ndryshim rezultoi statistikisht sinjifikativ.

Rezultati më i theksuar u vu re në testin Tangent me sy mbyllur, ku grupi i kontrollit paraqiti një diferencë minimale (0.07 ± 0.40), ndërsa grupi eksperimental një diferencë shumë të madhe (1.67 ± 1.03). Ky përmirësim i dukshëm i grupit eksperimental ishte statistikisht sinjifikativ dhe përfaqëson efektin më të fortë të ndërhyrjes në të gjitha testet e ekuilibrit.

Tabelë 14. Analiza deskriptive e ndryshimeve (midis pre dhe post) për testet tangent dhe semi-tangent.

		Descriptives							
		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
						Lower Bound	Upper Bound		
ST_EO_Difference	control	40	.0733	.26603	.04206	-.0118	.1584	-.93	.67
	exp	40	1.1223	1.11725	.17665	.7650	1.4796	.04	4.29
	Total	80	.5978	.96425	.10781	.3832	.8124	-.93	4.29
ST_EC_Difference	control	40	-.0816	1.01787	.16094	-.4071	.2440	-3.00	3.10
	exp	40	1.2169	1.12853	.17844	.8560	1.5778	.07	5.67
	Total	80	.5677	1.25181	.13996	.2891	.8462	-3.00	5.67
T_EO_Difference	control	40	.2450	.30206	.04776	.1484	.3416	-.50	1.43
	exp	40	.7742	.64275	.10163	.5686	.9797	-.27	2.53
	Total	80	.5096	.56558	.06323	.3837	.6354	-.50	2.53
T_EC_Difference	control	40	.0697	.39892	.06307	-.0579	.1973	-.80	.80
	exp	40	1.6695	1.03207	.16319	1.3394	1.9995	.10	4.85
	Total	80	.8696	1.11908	.12512	.6205	1.1186	-.80	4.85

Rezultatet e Matjeve të Përsëritura ANOVA

Analiza e variancës ANOVA konfirmoi se ndryshimet midis grupeve ishin statistikisht sinjifikative në të gjitha testet, me vlera F që varionin nga 22.21 deri në 83.62 dhe me $p < .001$ në të gjitha rastet.

Në tërësi, këto rezultate tregojnë se ndërhyrja ka pasur një ndikim të rëndësishëm dhe të qëndrueshëm në përmirësimin e ekuilibrit postural në grupin eksperimental, ndërsa grupi i kontrollit nuk shfaqti ndryshime të rëndësishme, duke mbështetur qartë efektivitetin e ndërhyrjes.

Tabelë 15 Analiza e variancës deskriptive për testet tangent dhe semi-tangent

		ANOVA				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
ST_EO_Difference	Between Groups	22.010	1	22.010	33.374	.000
	Within Groups	51.442	78	.660		
	Total	73.453	79			
ST_EC_Difference	Between Groups	33.719	1	33.719	29.198	.000
	Within Groups	90.076	78	1.155		
	Total	123.795	79			
T_EO_Difference	Between Groups	5.601	1	5.601	22.208	.000
	Within Groups	19.670	78	.252		
	Total	25.271	79			
T_EC_Difference	Between Groups	51.187	1	51.187	83.618	.000
	Within Groups	47.748	78	.612		
	Total	98.935	79			

KREU V

DISKUTIME

Qëllimi kryesor i këtij studimi ishte analizimi i gjendjes së zhvillimit motorik tek fëmijët parashkollorë dhe vlerësimi i ndikimit që aktivitetet fizike rekreative, veçanërisht aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujore të strukturuar, kanë në përmirësimin e këtij zhvillimi. Në këtë kuadër, rezultatet e përftuara nga analiza statistikore ofrojnë evidencë të qartë empirike që mbështet hipotezat kërkimore dhe forcon rëndësinë pedagogjike dhe zhvillimore të ndërhyrjes së aplikuar.

Rezultatet e matjes fillestare treguan se kampioni ishte homogjen në aspektin e zhvillimit perceptivo-motor, si për grupin e kontrollit ashtu edhe për grupin eksperimental. Mesataret e ngjashme dhe shpërndarjet përfaqësojnë normale të rezultateve në të dy grupet konfirmojnë se fëmijët ndodheshin në një nivel të krahasueshëm zhvillimi përpara ndërhyrjes. Ky gjetje ka rëndësi metodologjike, pasi përjashton ndikimin e diferencave paraprake ndërmjet grupeve dhe forcon vlefshmërinë e brendshme të dizajnit eksperimental të përdorur.

Pas periudhës gjashtëmujore të ndërhyrjes, rezultatet treguan ndryshime të dukshme në zhvillimin perceptivo-motor, veçanërisht në grupin eksperimental. Analiza e variancës me masa të përsëritura evidentoi një efekt të rëndësishëm të kohës së matjes, çka tregon se zhvillimi motorik përmirësohet në kohë tek fëmijët parashkollorë. Megjithatë, ky përmirësim nuk u shfaq në të njëjtën masë në të dy grupet, siç dëshmohet nga ndërveprimi domethënës ndërmjet kohës së matjes dhe grupit.

Rezultatet e ANOVA treguan se faktori i kohës së matjes ka një efekt statistikisht të rëndësishëm mbi zhvillimin perceptivo-motor. Testi Pillai's Trace rezultoi domethënës, Pillai's Trace = .465, $F(1, 78) = 67.91$, $p < .001$, duke treguar se, në nivel të përgjithshëm të kampionit, ekziston një ndryshim i rëndësishëm ndërmjet matjes fillestare dhe asaj përfundimtare. Ky rezultat konfirmon se zhvillimi perceptivo-motor ka pësuar një progres të matshëm me kalimin e kohës.

Në të njëjtën tabelë, ndërveprimi ndërmjet kohës së matjes dhe grupit rezultoi gjithashtu statistikisht i rëndësishëm, Pillai's Trace = .158, $F(1, 78) = 14.67$, $p < .001$. Ky rezultat tregon se ndryshimi nga IVAMP_Pre në IVAMP_Post nuk është i njëjtë për të dy grupet, duke sugjeruar se efekti i kohës varet nga përkatësia në grup dhe duke mbështetur ndikimin specifik të ndërhyrjes në grupin eksperimental.

Tabela e testit të Mauchly tregon se supozimi i sfericitetit nuk është problematik për këtë analizë. Meqenëse faktori brenda-subjekteve përfshin vetëm dy nivele matjeje, sfericiteti konsiderohet i përmbushur, gjë që konfirmohet edhe nga vlera Greenhouse-Geisser $\epsilon = 1.000$. Si pasojë, rezultatet e ANOVA-s interpretohen pa korrigjime shtesë.

Tabela e efekteve brenda-subjekteve përforcon gjetjet multivariate. Efekti kryesor i kohës së matjes rezultoi statistikisht i rëndësishëm, $F(1, 78) = 67.91$, $p < .001$, ndërsa ndërveprimi koha \times grupi është gjithashtu domethënës, $F(1, 78) = 14.67$, $p < .001$. Këto rezultate tregojnë se

progresi i zhvillimit perceptivo-motor është i qëndrueshëm në kohë dhe se ky progres ndryshon në varësi të grupit të studimit.

Tabela e kontrasteve brenda-subjekteve tregon se ndryshimi linear nga matja fillestare në atë përfundimtare është statistikisht i rëndësishëm si për efektin e kohës, ashtu edhe për ndërveprimin me grupin, duke treguar se zhvillimi perceptivo-motor ndjek një trajektore progresive, më të theksuar në grupin eksperimental.

Rezultatet e analizës së efekteve ndër-subjekteve tregojnë se efekti kryesor i grupit arrin nivelin e rëndësisë statistikore, $F(1, 78) = 3.01, p = .048$. Ky gjetje sugjeron se, duke marrë në konsideratë mesataren e përgjithshme të matjeve, ekzistojnë diferenca të moderuara ndërmjet grupit të kontrollit dhe grupit eksperimental. Megjithatë, duke qenë se vlera e p është pranë pragut konvencional të rëndësisë statistikore, ky efekt duhet interpretuar me kujdes.

Në kontekstin e rezultateve të analizës brenda-subjekteve dhe ndërveprimit domethënës ndërmjet kohës së matjes dhe grupit, diferenca e përgjithshme ndërmjet grupeve interpretohet si pasojë e ndikimit të ndërhyrjes në kohë dhe jo si diferencë fillestare ndërmjet grupeve. Kjo përforcon përfundimin se ndërhyrja ka ndikuar në mënyrë sistematike zhvillimin perceptivo-motor, duke prodhuar një progres më të theksuar në grupin eksperimental krahasuar me grupin e kontrollit

Konkludojmë se bazuar në interpretimin e rezultateve të analizës së variancës një efekt të fortë të kohës së matjes dhe një ndërveprim domethënës ndërmjet kohës dhe grupit për IVAMP, duke konfirmuar se ndërhyrja e aplikuar ka pasur një ndikim të rëndësishëm në përmirësimin e zhvillimit perceptivo-motor të kampionit eksperimental.

Grupi i kontrollit shfaq një rritje modeste të rezultateve në matjen përfundimtare, e cila mund të interpretohet si rezultat i zhvillimit natyror, maturimit biologjik dhe përfshirjes në lojëra rekreative të zakonshme. Këto përmirësime janë në përputhje me literaturën ekzistuese, e cila thekson se në moshën parashkollore zhvillimi motorik ndodh edhe në mungesë të ndërhyrjeve të strukturuar, si pasojë e proceseve të rritjes dhe eksplorimit spontan të mjedisit.

Në kontrast, grupi eksperimental shfaq një përmirësim dukshëm më të theksuar të zhvillimit perceptivo-motor. Rritja e mesatareve dhe zhvendosja e shpërndarjes së rezultateve drejt niveleve më të larta të shkallës IVAMP sugjerojnë se aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujoretë strukturuar kanë kontribuar në mënyrë efektive në zhvillimin e ekuilibrit, koordinimit, orientimit hapësinor dhe kontrollit postural. Këto rezultate përforcojnë supozimin se mjedisi ujqor, përmes reduktimit të peshës trupore, rezistencës së vazhdueshme të ujit dhe stimulimit multisensorial, ofron kushte optimale për zhvillimin e aftësive perceptivo-motorike në këtë grupmoshë.

Efekti statistikisht i rëndësishëm i grupit në analizën ndër-subjekteve sugjeron se, duke marrë në konsideratë mesataren e përgjithshme të matjeve, ekzistojnë diferenca domethënëse ndërmjet grupit eksperimental dhe atij të kontrollit. Ky rezultat interpretohet si pasojë e ndikimit kumulativ të ndërhyrjes dhe jo si diferencë fillestare, duke qenë se homogeniteti

fillestar i kampionit ishte i konfirmuar. Në këtë mënyrë, pranohet hipoteza kryesore e studimit, sipas së cilës aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujore të strukturuar kontribuojnë më efektivisht në zhvillimin motorik krahasuar me aktivitetet rekreative të zakonshme.

Rezultatet përshkruese të testeve të balancës tregojnë se, në të dy grupet, vërehet një tendencë e përgjithshme përmirësimi nga matja fillestare në matjen përfundimtare, e reflektuar në uljen e vlerave mesatare në të gjitha kushtet e testimit. Në testin Semitangent me sy hapur, grupi i kontrollit shfaq një reduktim të lehtë të vlerës mesatare nga matja fillestare në atë përfundimtare, duke sugjeruar një përmirësim modest të balancës statike. Një prirje e ngjashme vërehet edhe në kushtin me sy mbyllur, ku ulja e vlerave mesatare tregon një rritje të aftësisë për të ruajtur ekuilibrin në mungesë të informacionit vizual.

Në këtë studim u analizuan ndryshimet në ekuilibrin postural përmes katër variablove kryesore, të përfaqësuara nga diferencat midis matjeve para dhe pas ndërhyrjes në testet Semitangent me sy hapur (ST_EO_Difference), Semitangent me sy mbyllur (ST_EC_Difference), Tangent me sy hapur (T_EO_Difference) dhe Tangent me sy mbyllur (T_EC_Difference). Këto variabla u përdorën si tregues të ndryshimeve në stabilitetin postural midis grupit të kontrollit dhe grupit eksperimental.

Vlerësimi i shpërndarjes së të dhënave tregoi devijime nga normaliteti në disa variabla, sipas rezultateve të testit Kolmogorov–Smirnov, ndërsa testi i Levene-it evidentoi se homogjeniteti i variancave nuk ishte plotësisht i garantuar në të gjitha rastet. Megjithatë, duke marrë në konsideratë madhësinë e kampionit dhe barazinë e grupeve, u konsiderua e përshtatshme përdorimi i analizës së variancës ANOVA, e cila është metodë robuste ndaj shkeljeve të moderuara të supozimeve statistikore.

Analizat deskriptive treguan se grupi i kontrollit shfaqti ndryshime minimale në të gjitha testet e ekuilibrit, ndërsa grupi eksperimental paraqiti përmirësime të qarta dhe të qëndrueshme. Në testin Semitangent me sy hapur, grupi i kontrollit regjistroi një diferencë mesatare prej 0.07 ± 0.27 , ndërsa grupi eksperimental 1.12 ± 1.12 . Ky ndryshim rezultoi statistikisht sinjifikativ dhe u konfirmua nga analiza e variancës ANOVA, $F(1,78) = 33.37$, $p < .001$.

Në testin Semitangent me sy mbyllur, grupi i kontrollit paraqiti një diferencë mesatare prej -0.08 ± 1.02 , ndërsa grupi eksperimental 1.22 ± 1.13 . Edhe ky ndryshim ishte statistikisht sinjifikativ, siç u vërtetua nga analiza e variancës ANOVA, $F(1,78) = 29.20$, $p < .001$.

Për testin Tangent me sy hapur, diferenca mesatare në grupin e kontrollit ishte 0.25 ± 0.30 , ndërsa në grupin eksperimental 0.77 ± 0.64 . Analiza e variancës ANOVA tregoi se ky ndryshim ishte statistikisht sinjifikativ, $F(1,78) = 22.21$, $p < .001$.

Rezultati më i theksuar u vu re në testin Tangent me sy mbyllur, ku grupi i kontrollit shfaqti një diferencë minimale prej 0.07 ± 0.40 , ndërsa grupi eksperimental një diferencë shumë të lartë prej 1.67 ± 1.03 . Ky ndryshim u konfirmua si statistikisht sinjifikativ nga analiza e variancës ANOVA, $F(1,78) = 83.62$, $p < .001$.

Në tërësi, analiza e variancës ANOVA tregoi se ndryshimet midis grupit të kontrollit dhe grupit eksperimental ishin statistikisht sinjifikative në të gjitha testet e ekuilibrit, duke dëshmuar një efekt të fortë dhe të qëndrueshëm të ndërhyrjes në përmirësimin e kontrollit postural.

Në testin Tangent me sy hapur, grupi i kontrollit paraqet gjithashtu një reduktim të moderuar të vlerave mesatare pas periudhës së ndërhyrjes, ndërsa në kushtin me sy mbyllur ndryshimet janë më të vogla dhe shoqërohen me variabilitet të lartë të rezultateve. Këto gjetje sugjerojnë se përmirësimet e vërejtura në grupin e kontrollit janë relativisht të kufizuara dhe të qëndrueshme në të gjitha kushtet e testimit.

Në grupin eksperimental, ndryshimet ndërmjet matjes fillestare dhe asaj përfundimtare janë më të theksuara. Në testin Semitangent, si me sy hapur ashtu edhe me sy mbyllur, vërehet një ulje më e dukshme e vlerave mesatare, duke treguar një përmirësim më efektiv të balancës statike dhe integritit sensorial. Në testin tangent, veçanërisht në kushtin me sy mbyllur, grupi eksperimental shfaq një reduktim të konsiderueshëm të vlerave mesatare, çka sugjeron një rritje të aftësisë për kontroll postural dhe stabilitet dinamik në kushte me kërkesa të larta sensoceptive.

Në tërësi, përshkrimi i rezultateve tregon se përmirësimet në grupin eksperimental janë më të theksuara krahasuar me grupin e kontrollit, veçanërisht në testet dhe kushtet që kërkojnë një nivel më të lartë të integritit vestibular, proprioceptiv dhe motorik. Këto gjetje përshkruese sugjerojnë se aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujoretë strukturuar lidhen me një progres më të madh në balancën statike dhe dinamike, krahasuar me aktivitetet rekreative të zakonshme.

Sa i përket hipotezës dytësore mbi rolin e gjinisë, mungesa e diferencave të theksuara ndërmjet gjinive sugjeron se në moshën parashkollorë zhvillimi motorik ndikohet kryesisht nga cilësia dhe struktura e ndërhyrjes fizike dhe jo nga faktorë gjinorë. Ky gjetje është në përputhje me studime të tjera që theksojnë se dallimet gjinore në aftësitë motorike bëhen më të dukshme në faza më të vona të zhvillimit, ndërkohë që në moshat e hershme përfitimet nga aktiviteti fizik janë të krahasueshme për të dy gjinitë.

Në tërësi, rezultatet e këtij studimi kontribuojnë në literaturën shkencore mbi edukimin fizik parashkollor duke ofruar evidencë empirike për efektivitetin e aktivitetëve ujore të strukturuar si një formë alternative dhe plotësuese e edukimit fizik tradicional. Gjetjet mbështesin rëndësinë e integritit të programeve të strukturuar ujore në kurrikulat e aktivitetit fizik për fëmijët parashkollorë, me synimin për të nxitur zhvillimin e ekuilibrit, koordinimit dhe aftësive perceptivo-motorike në një fazë kritike të zhvillimit.

Rezultatet tregojnë se ndërhyrja e bazuar në aktivitete të strukturuar rekreative dhe ujore jo vetëm që përmirëson zhvillimin motorik në mënyrë statistikisht të rëndësishme, por gjithashtu ofron një model pedagogjik të vlefshëm për praktikatat e ardhshme në edukimin fizik

parashkollor, duke krijuar baza të forta për ndërhyrje të hershme, gjithëpërfshirëse dhe të bazuara në evidencë shkencore.

KREU VI

PËRFUNDIMET DHE REKOMANDIMET

Ky studim kishte si qëllim analizimin e nivelit të zhvillimit perceptivo-motor tek fëmijët parashkollorë dhe vlerësimin e ndikimit të aktiviteteve të strukturuar rekreative dhe ujore në përmirësimin e këtij zhvillimi. Rezultatet e analizave statistikore ofrojnë evidencë të fortë empirike që mbështet hipotezat kërkimore dhe konfirmon rëndësinë pedagogjike, zhvillimore dhe metodologjike të ndërhyrjes së aplikuar.

Popullimi e studimit përbëhet nga fëmijë të moshës 4–6 vjeç, të të dyja gjinive, të regjistruar në kopshte në qytetin e Tiranës. Kampioni përfundimtarë përfshiu 80 fëmijë, të përzgjedhur në mënyrë rastësore, duke përfaqësuar një kampion statistikisht të vlefshëm për grupmoshën e studuar.

Nga kjo zgjedhje, 40 fëmijë u përfshinë në grupin eksperimental dhe 40 në grupin e kontrollit. I gjithë procesi kërkimor u realizua me një nivel besueshmërie statistikore prej 95%, duke siguruar stabilitet dhe besueshmëri të rezultateve.

Matjet fillestare treguan homogjenitet të kampionit si në grupin e kontrollit ashtu edhe në grupin eksperimental, duke konfirmuar se fëmijët ndodheshin në nivele të krahasueshme zhvillimi perceptivo-motor përpara ndërhyrjes. Ky fakt përforcon vlefshmërinë e brendshme të dizajnit eksperimental dhe lejon që ndryshimet e vëzhguara pas ndërhyrjes t'i atribuohen ndikimit të aktiviteteve të strukturuar rekreative dhe ujore, dhe jo diferencave fillestare ndërmjet grupeve.

Një kontribut i rëndësishëm shkencor i këtij studimi është krijimi, operacionalizimi dhe aplikimi i instrumentit IVAMP (Instrumenti i Vlerësimit të Aftësive Motorike dhe Perceptive), i cili u zhvillua për të matur në mënyrë të integruar komponentët kryesorë të zhvillimit perceptivo-motor në moshën parashkollorë.

Instrumenti IVAMP mundësoi vlerësimin e strukturuar të ekuilibrit, koordinimit, orientimit hapësinor dhe kontrollit postural, duke ofruar një qasje të standardizuar dhe të përshtatur për këtë grupmoshë.

Rezultatet treguan se grupi i kontrollit shfaqti një rritje modeste të rezultateve, e interpretuar si pasojë e zhvillimit natyror, maturimit biologjik dhe përfshirjes në aktivitete rekreative të zakonshme, në përputhje me literaturën ekzistuese mbi zhvillimin motorik në moshën parashkollorë. Në kontrast, grupi eksperimental shfaqti përmirësime dukshëm më të theksuara, si në treguesit e përgjithshëm të zhvillimit perceptivo-motor të matur përmes IVAMP, ashtu edhe në testet specifike të ekuilibrit statik dhe dinamik.

Rezultatet e testeve të balancës treguan se aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujore kanë ndikim pozitiv në përmirësimin e kontrollit postural, veçanërisht në kushtet që kërkojnë integrim të lartë vestibular, propioceptiv dhe sensorial. Këto gjetje mbështesin supozimin se noti dhe aktivitetet rekreative, përmes karakteristikave të tyre biomekanike dhe stimulimit

multisensorial, krijojnë kushte optimale për zhvillimin e ekuilibrit, koordinimit dhe stabilitetit motorik në këtë grupmoshë.

Sa i përket rolit të gjinisë, mungesa e diferencave të theksuara ndërmjet vajzave dhe djemve sugjeron se në moshën parashkollore zhvillimi motorik ndikohet kryesisht nga cilësia dhe struktura e aktivitetit fizik dhe jo nga faktorë gjinorë, duke përforcuar rëndësinë e ndërhyrjeve të hershme gjithëpërfshirëse.

Ky studim konfirmon se aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujore përbëjnë një formë efektive, pedagogjike të vlefshme dhe të bazuar në evidencë shkencore për përmirësimin e zhvillimit perceptivo-motor tek fëmijët parashkollorë, ndërkohë që instrumenti IVAMP përfaqëson një kontribut origjinal metodologjik, i cili mund të përdoret në kërkime të ardhshme dhe në praktikën profesionale për vlerësimin dhe monitorimin e zhvillimit motorik në edukimin parashkollor.

Bazuar në analizën teorike dhe në rezultatet empirike të këtij studimi, mund të nxirren përfundime të qarta dhe të argumentuara mbi rolin dhe efektivitetin e aktivitetit fizik motor në zhvillimin e fëmijëve parashkollorë, me theks të veçantë në ndikimin e aktiviteteve rekreative të strukturuar.

Së pari, studimi konfirmon se aktiviteti fizik motor përbën një komponent themelor të zhvillimit integral të fëmijës parashkollor, duke ndikuar drejtpërdrejt në zhvillimin perceptivo-motor, veçanërisht në ekuilibrin statik dhe dinamik, koordinimin, orientimin hapësinor dhe kontrollin postural. Rezultatet tregojnë se zhvillimi motorik përmirësohet natyrshëm me kalimin e kohës, por ky progres është dukshëm më i theksuar kur fëmijët përfshihen në programe të strukturuar dhe të planifikuara të aktivitetit fizik.

Së dyti, analiza statistikore e të dhënave dëshmon se ndërhyrja e bazuar në aktivitete të strukturuar rekreative dhe ujore ka prodhuar përmirësime statistikisht të rëndësishme në zhvillimin perceptivo-motor të fëmijëve të grupit eksperimental, krahasuar me grupin e kontrollit. Ndërveprimi Statistikisht sinjifikativ ndërmjet kohës së matjes dhe grupit konfirmon se këto përmirësime nuk janë thjesht rezultat i maturimit biologjik, por pasojë direkte e ndërhyrjes së aplikuar.

Së treti, rezultatet e testeve të ekuilibrit tregojnë se aktivitetet e strukturuar rekreative dhe ujore kontribuojnë ndjeshëm në përmirësimin e stabilitetit postural, veçanërisht në kushte me kërkesa të larta sensoriale, siç janë testet me sy mbyllur. Mjedisi ujor, përmes karakteristikave të tij specifike (reduktimi i peshës trupore, rezistenca e ujit dhe stimulimi multisensorial), krijon kushte optimale për zhvillimin e aftësive motorike bazë në moshën parashkollore.

Së katërti, mungesa e diferencave statistikisht të rëndësishme ndërmjet gjinive mbështet hipotezën dytësore të studimit, duke sugjeruar se në këtë fazë zhvillimi, përfitimet nga aktiviteti fizik motor varen kryesisht nga cilësia dhe struktura e ndërhyrjes dhe jo nga faktorët gjinorë.

Së fundi, gjetjet e këtij studimi kontribuojnë në literaturën shkencore duke ofruar evidencë empirike për efektivitetin e aktiviteteve të strukturuar rekreative dhe ujore si një formë alternative dhe plotësuese e edukimit fizik tradicional në institucionet parashkollore. Studimi thekson rëndësinë e ndërhyrjeve të hershme, të bazuara në evidencë, për ndërtimin e themeleve të një stili jetese aktiv dhe të shëndetshëm.

Megjithëse ky studim u realizua duke ndjekur një dizajn eksperimental të kontrolluar dhe duke përdorur instrumente të standardizuara për vlerësimin e aftësive motorike, disa kufizime metodologjike duhet të merren parasysh gjatë interpretimit të rezultateve. Njohja e këtyre kufizimeve është thelbësore, pasi ato ofrojnë gjithashtu udhëzime të rëndësishme për zhvillimin e kërkimeve të ardhshme.

Së pari, kampioni i studimit u përqendrua në fëmijë të moshës 4–6 vjeç nga institucionet parashkollore dhe qendrat sportive në qytetin e Tiranës. Ky kufizim gjeografik dhe demografik mund të ndikojë në përgjithësimin e rezultateve në popullata të tjera. Prandaj, studime të ardhshme rekomandohet të përfshijnë kampione më të mëdha dhe më të larmishme, duke përfshirë zona të ndryshme urbane dhe rurale të Shqipërisë, si dhe grupmosha të tjera parashkollore, për të analizuar ndikimin e faktorëve mjedisorë dhe zhvillimorë në aktivitetin motorik.

Së dyti, ndërhyrja eksperimentale u realizua në qendra sportive të specializuara, të pajisura me infrastrukturë dhe staf të kualifikuar, çka mund të kufizojë transferueshmërinë e rezultateve në mjediset e zakonshme arsimore parashkollore. Në këtë drejtim, kërkimet e ardhshme duhet të fokusohen në zbatimin dhe vlerësimin e programeve të strukturuar të aktivitetit motorik brenda kopshteve publike dhe private, për të vlerësuar efektivitetin e tyre në kushte reale edukative.

Një kufizim tjetër lidhet me kohëzgjatjen e ndërhyrjes dhe mungesën e ndjekjes afatgjatë. Edhe pse periudha gjashtëmuajore mundësoi evidentimin e ndryshimeve domethënëse në ekuilibrin statik dhe dinamik, studimi nuk përfshiu matje pasuese për të vlerësuar qëndrueshmërinë e këtyre përmirësimeve. Studime të ardhshme rekomandohet të adoptojnë dizajne longitudinale me matje të përsëritura pas përfundimit të ndërhyrjes, për të analizuar ruajtjen ose evolucionin e efekteve të aktivitetit motorik në kohë.

Gjithashtu, kontrolli i faktorëve të jashtëm, si niveli i aktivitetit fizik jashtë seancave të strukturuar, mbështetja familjare dhe pjesëmarrja në aktivitete të tjera sportive, ishte i kufizuar. Kërkimet e ardhshme mund të përfshijnë përdorimin e instrumenteve shtesë të mbledhjes së të dhënave, si pyetësorë për prindërit, ditarë aktiviteti ose pajisje objektive për matjen e aktivitetit fizik (p.sh., akselerometra), për të kontrolluar më mirë këta faktorë ndërhyrës.

Në lidhje me instrumentet e vlerësimit, megjithëse testi standard Voyager dhe testi Fitlight janë instrumente të besueshme për matjen e ekuilibrit dhe koordinimit sensorceptiv, fokusi i studimit mbeti i kufizuar në disa komponentë specifike të zhvillimit motorik.

Studime të ardhshme mund të adoptojnë qasje më gjithëpërfshirëse, duke integruar matje shtesë të aftësive motorike bruto dhe fine, forcës muskulore, qëndrueshmërisë kardiorespiratore dhe aftësive psikomotorike.

Së fundi, prania e prindërve gjatë seancave dhe testimeve, megjithëse e nevojshme për arsye etike dhe sigurie, mund të ketë ndikuar në performancën e disa fëmijëve. Studime të ardhshme mund të eksplorojnë ndikimin e këtij faktori duke krahasuar performancën e fëmijëve në kushte të ndryshme mbikëqyrjeje, për të kuptuar më qartë efektin e kontekstit social në performancën motorike.

Në bazë të përfundimeve të mësipërme, paraqiten këto rekomandime me karakter pedagogjik, institucional dhe shkencor:

Rekomandim 1. *Integrimi i aktiviteteve të strukturuar rekreative dhe ujore në programet e edukimit fizik parashkollor, si një komponent plotësues i kurrikulës, me qëllim nxitjen e zhvillimit të ekuilibrit, koordinimit dhe aftësive perceptivo-motorike.*

Rekomandim 2. *Hartimi i programeve të aktivitetit fizik të planifikuara dhe të diferencuara, të përshtatura sipas moshës, nivelit të zhvillimit motorik dhe nevojave individuale të fëmijëve, duke respektuar parimin e zhvillimit unik të secilit fëmijë.*

Rekomandim 3. *Trajnimi dhe kualifikimi i edukatorëve dhe specialistëve të edukimit fizik, me fokus në përdorimin e metodave bashkëkohore pedagogjike dhe në zbatimin e ndërhyrjeve të strukturuar motorike, përfshirë aktivitetet ujore.*

Rekomandim 4. *Përmirësimi i infrastrukturës dhe kushteve të sigurisë, duke siguruar ambiente të përshtatshme dhe pajisje adekuate për zhvillimin e aktiviteteve motorike cilësore, si në mjediset tokësore ashtu edhe ujore.*

Rekomandim 5. *Forcimi i bashkëpunimit me familjen, për të rritur ndërgjegjësimin mbi rëndësinë e aktivitetit fizik në moshën parashkollorë dhe për të nxitur vazhdimësinë e aktiviteteve motorike edhe jashtë institucioneve arsimore.*

Rekomandim 6. *Zgjerimi i kërkimeve të ardhshme shkencore, duke përfshirë kampione më të mëdha, periudha më të gjata ndërhyrjeje dhe analiza të thelluara mbi ndikimin afatgjatë të aktiviteteve ujore në zhvillimin motorik, psiko-social dhe shëndetësor të fëmijëve.*

BIBLIOGRAFIA

- Abdessemed, M., Mougharbel, F., Hafizi, K., Cameron, J. D., Heidinger, B., Barnes, J., D'Angiulli, A., Adamo, K. B., Carson, V., Okely, A. D., Lang, J. J., Timmons, B. W., Longmuir, P. E., Tremblay, M. S., Tucker, P., & Goldfield, G. S. (2021). Associations between physical activity, sedentary time and social-emotional functioning in young children. *Mental Health and Physical Activity*, 21, 100422. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2021.100422>
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of school health*, 76(8), 397-401.
- Bergen, D. (2009). Play as the learning medium for future scientists, mathematicians, and engineers. *American Journal of play*, 1(4), 413-428. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1069001>
- Biddle, S. J. H., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine*, 45(11), 886–895.
- Bornstein, M. H., Bradley, R. H., Rothenberg, W. A., Deater-Deckard, K., Esposito, G., Lansford, J. E., Zietz, S., Putnick, D. L., & Bizzego, A. (2022). *Parenting and child development in Low- and Middle-Income countries*. <https://doi.org/10.4324/9781003044925>
- Brown, W. H., Pfeiffer, K. A., McIver, K. L., Dowda, M., Addy, C. L., & Pate, R. R. (2009). Social and environmental factors associated with preschoolers' nonsedentary physical activity. *Child Development*, 80(1), 45–58.
- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., ... & Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British journal of sports medicine*, 54(24), 1451-1462.

- Cameron, C. E., Brock, L. L., Murrah, W. M., Bell, L. H., Worzalla, S. L., Grissmer, D., & Morrison, F. J. (2012). Fine motor skills and executive function both contribute to kindergarten achievement. *Child Development, 83*(4), 1229–1244.
- Carlson, A. G., Rowe, E., & Curby, T. W. (2013). Disentangling fine motor skills' relations to academic achievement: The relative contributions of visual-spatial integration and visual-motor coordination. *The Journal of genetic psychology, 174*(5), 514-533.
- Chang, M., & Gu, X. (2018). The role of executive function in linking fundamental motor skills and reading proficiency in socioeconomically disadvantaged kindergarteners. *Learning and individual differences, 61*, 250-255. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2018.01.002>
- Cheng, M., & Johnson, J. E. (2009). Research on Children's Play: Analysis of Developmental and Early Education Journals from 2005 to 2007. *Early Childhood Education Journal, 37*(4), 249–259. <https://doi.org/10.1007/s10643-009-0347-7>
- Copeland, K. A., Sherman, S. N., Kendeigh, C. A., Kalkwarf, H. J., & Saelens, B. E. (2012). Societal values and policies may curtail preschool children's physical activity in child care centers. *Pediatrics, 129*(2), 265-274.
- Cristia, A., & Seidl, A. (2015). Parental reports on touch screen use in early childhood. *PLoS ONE, 10*(6), e0128338. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0128338>
- D'Hondt, E., Deforche, B., Gentier, I., Verstuyf, J., Vaeyens, R., De Bourdeaudhuij, I., Philippaerts, R., & Lenoir, M. (2014). A longitudinal study of gross motor coordination and weight status in children. *Obesity, 22*(6), 1505–1511. doi: 10.1002/oby.20723
- Davis, J. L., & Matthews, R. N. (2010). NEPSY-II Review: Korkman, M., Kirk, U., & Kemp, S.(2007)." NEPSY--"(NEPSY-II). San Antonio, TX: Harcourt Assessment. *Journal of Psychoeducational Assessment, 28*(2), 175-182. doi: 10.1177/0734282909346716
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227–268.

- Diamond, A. (2000). Close interrelation of motor development and cognitive development and of the cerebellum and prefrontal cortex. *Child Development*, 71(1), 44–56.
- Diamond, A., & Lee, K. (2011). Interventions shown to aid executive function development in children 4 to 12 years old. *Science*, 333(6045), 959-964.
- Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etner, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., Lambourne, K., & Szabo-Reed, A. N. (2016). Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(6), 1197–1222. <https://doi.org/10.1249/mss.0000000000000901>
- Dyson, B. (2001). Cooperative learning in an elementary physical education program. *Journal of teaching in Physical Education*, 20(3), 264-281. <https://doi.org/10.1123/jtpe.20.3.264>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Gallahue, D., Ozmun, J., & Goodway, J. (2012). Development of fundamental movement: Locomotor skills. *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults*, 185-221.
- Goldstein, J. (2012). *Play in children's development, health and well-being*. Brussels: Toy Industries of Europe.
- Gordon-Larsen, P., Nelson, M. C., Page, P., & Popkin, B. M. (2006). Inequality in the built environment underlies key health disparities in physical activity and obesity. *Pediatrics*, 117(2), 417-424.
- Grissmer, D., Grimm, K. J., Aiyer, S. M., Murrah, W. M., & Steele, J. S. (2010). Fine motor skills and early comprehension of the world: Two new school readiness indicators. *Developmental Psychology*, 46(5), 1008–1017. <https://doi.org/10.1037/a0020104>

- Gustafson, S. L., & Rhodes, R. E. (2006). Parental correlates of physical activity in children and early adolescents. *Sports medicine*, 36(1), 79-97. <https://doi.org/10.2165/00007256-200636010-00006>
- Hapala, E. (2012). Physical activity, academic performance and cognition in children and adolescents. A systematic review. *Baltic Journal of health and physical activity*, 4(1), 7.
- Harter, S. (1981). A new self-report scale of intrinsic versus extrinsic orientation in the classroom: Motivational and informational components. *Developmental Psychology*, 17(3), 300–312. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.17.3.300>
- Haywood, K. M., & Getchell, N. (2019). The synergetic, probabilistic pathways of typical motor development. In *Understanding Motor Behaviour in Developmental Coordination Disorder* (1st Edition, pp. 11–27). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315268231-2>
- Hillman, C. H., Erickson, K. I., & Kramer, A. F. (2008). Be smart, exercise your heart: Exercise effects on brain and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 9(1), 58–65. <https://doi.org/10.1038/nrn2298>
- Jansen, P., Quaiser-Pohl, C., Neuburger, S., & Ruthsatz, V. (2015). Factors influencing mental-rotation with action-based gender-stereotyped objects—The role of fine motor skills. *Current Psychology*, 34(2), 466-476. <https://doi.org/10.1007/s12144-014-9269-7>
- Janssen, I., LeBlanc, A.G. Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *Int J Behav Nutr Phys Act* 7, 40 (2010). <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-40>
- Kokštejn, J., Musálek, M., Šťastný, P., & Golas, A. (2017). Fundamental motor skills of Czech children at the end of the preschool period. *Acta Gymnica*, 47(4), 193–200. <https://doi.org/10.5507/ag.2017.024>

- Logan, S. W., Robinson, L. E., Wilson, A. E., & Lucas, W. A. (2012). Getting the fundamentals of movement: a meta-analysis of the effectiveness of motor skill interventions in children. *Child: care, health and development*, 38(3), 305-315.
- Logan, S. W., Webster, E. K., Getchell, N., Pfeiffer, K. A., & Robinson, L. E. (2015). Relationship between fundamental motor skill competence and physical activity during childhood and adolescence: A systematic review. *Kinesiology review*, 4(4), 416-426. <https://doi.org/10.1123/kr.2013-0012>
- Lopes, L., Santos, R., Pereira, B. O., & Lopes, V. P. (2013). Associations between gross Motor Coordination and Academic Achievement in elementary school children. *Human Movement Science*, 32(1), 9–20. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2012.05.005>
- Lubans, D. R., Richards, J., Hillman, C. H., Faulkner, G., Beauchamp, M. R., Nilsson, M., Kelly, P., Smith, J. J., Raine, L. B., Biddle, S. J. H., & Eime, R. M. (2016). Physical activity for cognitive and mental health in youth: A systematic review of mechanisms. *Pediatrics*, 138(3), e20161642. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1642>
- Madrona, P. G. (2014). Site development and teaching of motor skills in early childhood education. *Journal of Arts and Humanities*, 3(11), 09-20.
- Magistro, D., Bardaglio, G., & Rabaglietti, E. (2015). Gross motor skills and academic achievement in typically developing children: The mediating effect of ADHD related behaviours. *Cognitie, Creier, Comportament/Cognition, Brain, Behavior*, 19(2).
- Majumdar, A. (2020). ROLE OF PLAY IN CHILD DEVELOPMENT. *International Journal of Technical Research & Science*, 05(04), 9–16. <https://doi.org/10.30780/ijtrs.v05.i04.002>
- Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). *Growth, maturation, and physical activity* (2nd ed.). Human Kinetics.
- Marín-Méndez, J., Borra-Ruiz, M., Álvarez-Gómez, M., & Esperón, C. S. (2017). Psychomotor development and learning difficulties in preschool children with probable attention deficit hyperactivity disorder: An epidemiological study in Navarre and La

Rioja. *Neurología (English Edition)*, 32(8), 487–493.
<https://doi.org/10.1016/j.nrleng.2016.02.008>

McGrane, B., Belton, S., Powell, D., & Issartel, J. (2017). The relationship between fundamental movement skill proficiency and physical self-confidence among adolescents. *Journal of Sports Sciences*, 35(17), 1709–1714.

Morgan, P. J., et al. (2013). Fundamental movement skill interventions in youth: A systematic review and meta-analysis. *Pediatrics*, 132(5), e1361–e1383.

Mota, J., Silva-Santos, S., Santos, A., Seabra, A., Duncan, M., & Vale, S. (2017). Parental education and perception of outdoor playing time for preschoolers. *Motriz Revista De Educação Física*, 23(spe2). <https://doi.org/10.1590/s1980-6574201700si0062>

Oberer, N., Gashaj, V., & Roebbers, C. M. (2017). Motor skills in kindergarten: Internal structure, cognitive correlates and relationships to background variables. *Human movement science*, 52, 170-180. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2017.02.002>

Owen, K. B., Smith, J., Lubans, D. R., Ng, J. Y., & Lonsdale, C. (2014). Self-determined motivation and physical activity in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Preventive medicine*, 67, 270-279.
<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.07.033>

Ozyurek, A., Ozkan, I., Begde, Z., & Yavuz, N. F. (2015). Effects of physical training on social skill levels of preschool children. *Journal of Sports Science*, 3(6).
<https://doi.org/10.17265/2332-7839/2015.06.003>

Pate, R. R., O'Neill, J. R., Brown, W. H., Pfeiffer, K. A., Dowda, M., & Addy, C. L. (2015). Prevalence of compliance with a new physical activity guideline for preschool-age children. *Childhood obesity*, 11(4), 415-420.

Pate, R. R., Pfeiffer, K. A., Trost, S. G., Ziegler, P., & Dowda, M. (2004). Physical activity among children attending preschools. *Pediatrics*, 114(5), 1258-1263.

- Payne, V. G., & Isaacs, L. D. (2024). *Human motor development: A lifespan approach*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781032697147>
- Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (1998). Physical activity play: The nature and function of a neglected aspect of play. *Child Development*, 79(3), 577–598.
- Piek, J. P., Dawson, L., Smith, L. M., & Gasson, N. (2008). The role of early fine and gross motor development on later motor and cognitive ability. *Human movement science*, 27(5), 668-681. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2007.11.002>
- Piek, J. P., Hands, B., & Licari, M. K. (2012). Assessment of motor functioning in the preschool period. *Neuropsychology review*, 22(4), 402-413. <https://doi.org/10.1007/s11065->
- Roebbers, C. M., Röthlisberger, M., Neuenschwander, R., Cimeli, P., Michel, E., & Jäger, K. (2014). The relation between cognitive and motor performance and their relevance for children's transition to school: A latent variable approach. *Human movement science*, 33, 284-297. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2013.08.011>
- Rudd, J. H., Barnett, L. M., Butson, M., Farrow, D., Berry, J., & Polman, R. (2015). Fundamental Movement Skills Are More than Run, Throw and Catch: The Role of Stability Skills. *PLOS ONE*, 10(10), e0140224. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0140224>
- Sallis, J. F., Prochaska, J. J., & Taylor, W. C. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(5), 963–975.
- Sebire, S. J., Jago, R., Fox, K. R., Edwards, M. J., & Thompson, J. L. (2013). Testing a self-determination theory model of children's physical activity motivation: a cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 111. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-111>

- Shavega, T. J. (2024). Prosocial Behaviour Development among Preschool Children: Effect of Peer Socialisation. *East African Journal of Education Studies*, 7(1), 284–292. <https://doi.org/10.37284/eajes.7.1.1772>
- Sheridan, S. M., Edwards, C. P., Marvin, C. A., & Knoche, L. L. (2009). Professional development in early childhood programs: Process issues and research needs. *Early education and development*, 20(3), 377-401.
- Shumway-Cook, A., & Woollacott, M. H. (2006). Motor Control: Translating Research into Clinical Practice. In *Touro Scholar (Touro College)*. https://touro scholar.touro.edu/nymc_fac_pubs/4647
- Sortor, J. M., & Kulp, M. T. (2003). Are the results of the Beery-Buktenica Developmental Test of Visual-Motor Integration and its subtests related to achievement test scores?. *Optometry and vision science*, 80(11), 758-763. doi: 10.1097/00006324-200311000-00013
- Strong, W. B., et al. (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. *Journal of Pediatrics*, 146(6), 732–737. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2005.01.055>
- Tapia-Fuselier, J. L., & Ray, D. C. (2019). Culturally and linguistically responsive play therapy: Adapting child-centered play therapy for deaf children. *International Journal of Play Therapy*, 28(2), 79–87. <https://doi.org/10.1037/pla0000091>
- Thomas, J. R., & French, K. E. (1985). Gender differences across age in motor performance: A meta-analysis. *Psychological bulletin*, 98(2), 260. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.260>
- Tomporowski, P. D., McCullick, B., Pendleton, D. M., & Pesce, C. (2015). Exercise and children’s cognition: The role of exercise characteristics and a place for metacognition. *Journal of Sport and Health Science/Journal of Sport and Health Science*, 4(1), 47–55. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2014.09.003>
- Tremblay, M. S., Chaput, J. P., Adamo, K. B., Aubert, S., Barnes, J. D., Choquette, L., ... & Carson, V. (2017). Canadian 24-hour movement guidelines for the early years (0–4

- years): an integration of physical activity, sedentary behaviour, and sleep. *BMC public health*, 17(Suppl 5), 874. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4859-6>
- Trost, S. G., McDonald, S., & Cohen, A. (2013). Measurement of general and specific approaches to physical activity parenting: a systematic review. *Childhood Obesity*, 9(s1), S-40.
- Tucker, P. (2008). The physical activity levels of preschool-aged children: A systematic review. *Early childhood research quarterly*, 23(4), 547-558. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2008.08.005>
- Ulrich, D. A. (2019). Test of Gross Motor Development--*Third Edition (TGMD-3)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t87935-000>
- Van der Fels, I. M., Te Wierike, S. C., Hartman, E., Elferink-Gemser, M. T., Smith, J., & Visscher, C. (2015). The relationship between motor skills and cognitive skills in 4–16 year old typically developing children: A systematic review. *Journal of science and medicine in sport*, 18(6), 697-703.
- Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes (Vol. 86). *Harvard university press*.
- Wang, C. (2022). The role of physical activity promoting thinking skills and emotional behavior of preschool children. *Psicologia Reflexão E Crítica*, 35(1), 24. <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00223-1>
- Wang, Y., Wang, H., Wang, S., Wind, S. A., & Gill, C. (2024). A systematic review and meta-analysis of self-determination-theory-based interventions in the education context. *Learning and Motivation*, 87, 102015. <https://doi.org/10.1016/j.lmot.2024.102015>
- Williams, H. G., Pfeiffer, K. A., O'Neill, J. R., Dowda, M., McIver, K. L., Brown, W. H., & Pate, R. R. (2008). Motor skill performance and physical activity in preschool children. *Obesity*, 16(6), 1421–1426. <https://doi.org/10.1038/oby.2008.214>

Winter, C., Van Acker, F., Bonduelle, M., Desmyttere, S., De Schrijver, F., & Nekkebroeck, J. (2014). Cognitive and psychomotor development of 5- to 6-year-old singletons born after PGD: a prospective case-controlled matched study. *Human Reproduction*, 29(9), 1968–1977.

World Health Organization. (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. *World Health Organization*.

Zeng, N., Ayyub, M., Sun, H., Wen, X., Xiang, P., & Gao, Z. (2017). Effects of physical activity on motor skills and cognitive development in early childhood: A systematic review. *BioMed Research International*, 2017, 2760716. <https://doi.org/10.1155/2017/2760716>

Shtojca

Shtojca 1

FORMULAR VLERËSIMI

Testet e Zhvillimit Motorik dhe Perceptivo-Kognitiv (Mosha 4–6 vjeç)

Kodi i formularit: _____

Emër/Mbiemër: _____

Mosha: _____

Vlerësuesi: _____

Data: ____ / ____ / ____

Kodi i subjektit: _____

Mosha: _____ Gjinia: _____

1. KOORDINIMI DINAMIK

Prova	Sukses	Jo sukses	Shënime
1			
2			
3			

Rezultat final: Sukses Jo sukses

2. KONTROLLI POSTURAL (EKUILIBRI)

Prova	Sukses	Jo sukses	Shënime
1			
2			
3			

Rezultat final: Sukses Jo sukses

3. KONTROLLI I VETË TRUPIT

Lëvizje të duarve: ____ / 10

Lëvizje të krahëve: ____ / 10

Vlerësimi total: ____ / 20

Rezultat final: Sukses Jo sukses

4. ORGANIZIMI PERCEPTIV

Prova	Sukses	Jo sukses	Shënime
1			
2			
3			

Rezultat final: Sukses Jo sukses

5. OBSERVIME TË LATERALIZIMIT

Preferenca e dorës: Djathtas Majtas

Dominimi i syrit: Djathtas Majtas

Rezultat final: Sukses Jo sukses

6. DOMINIMI I KËMBËVE

Prova	Djathtas	Majtas
1		
2		
3		

Dominimi: Djathtas Majtas I paqartë

Rezultat final: Sukses Jo sukse

7. VLERËSIMI I HAPËSIRËS

I saktë Pjesërisht i saktë I pasaktë

Rezultat final: Sukses Jo sukses

8. VLERËSIMI I KOHËS

Suficient Insuficient

Rezultat final: Sukses Jo sukses

VLERËSIM I PËRGJITHSHËM

Komente të vlerësuesit:

Total i pikëve: _____

Nënshkrimi: _____