



Prof. Dr. Qemal Shalsi

U lind me 15.09.1936. Ka kryer studimet në I.L.K.F. "Vojo Kushi". Eshtë ndër kuadrot me karrierë më të gjatë në sport, veçanërisht në sportin e basketbollit si lojtar, gjygtar, trener, mësues, pedagog, drejtues federate, katedre etj. Trainer i ekipit të basketbollit "17 Nëntori" femra (Tirana), 12 vjet kampion rradhazi, i "Partizanit" meshkuj 6 vjet kampion rradhazi, trener i ekipit kombëtar të femrave, i ekipit kombëtar për të rinj, zv. trener i ekipit kombëtar për të rritur.

- "Trainer kombëtar", "Mjeshtër i Merituar Sporti", "Nderi i sportit shqiptar"

- Sekretar i përgjithshëm i Federatës Shqiptare të Lojrave.

- Shefi i katedrës së Basketbollit në I.L.K.F. "Vojo Kushi".

- President i Federatës Shqiptare të Basketbollit

- Mbrojtësi i dizertacionin "Veprimtaria komplekse për përgatitjen e basketbollistëve" ku fiton gradën shkencore "Kandidat i Shkencave" e konvertuar më vonë me "Doktor i Shkencave".

- 1987 merr titullin shkencor DOCENT

- 1995 merr titullin shkencor PROFESOR

- I dekoruar me medaljen sportive "Kudër i dalluar në Fiskulturë dhe Sport", Urdhër i punës etj...

Autor i shumë botimeve në fushën e sportit të basketbollit, bashkëautor në tekste mësimore, udhëheqës shkencor, refçzent, kryetar dhe anëtar komisioni në shumë disertacione të mbrojtura në Akademinë e Kulturës Fizike dhe Sportive A.K.F.S "Vojo Kushi".



TRAJNERI dhe SPORTISTI



Prof. Dr. Qemal Shalsi

Trajneri dhe sportisti



Tiranë 2002

*Ushtrimi i sportit është një e drejtë e njeriut.
Të gjithë individëve duhet t'u
krijohet mundësia të ushtrojnë
sportin sipas nevojave të tyre.*

**Karta olimpike
Principet themelore**

Vlerësim

Libri "Trajneri dhe Sportisti" i Prof. Dr. Qemal Shalsi është kryesisht produkt i punës së tij shumëvjeçare si trainer e pedagog me përvojë. Njëherësh botimet e tij të fundit, tregojnë se jo vetëm është një specialist i formuar por edhe aktiv, që ka dashur të thotë gjithnjë mendimin dhe veprimin e tij duke treguar zotësi dhe kurajo qytetare sportive.

Perifrazimet për principet themelore të Kartës Olimpike dhe të figurës së trajnerit me të cilat fillon ky libër, janë realiste të përzgjedhura dhe kanë për qëllim të japin dimesione të plota të figurës së tij. Në vazhdim autori depërton thellë në të fshehtat etiko-morale duke i zbërthyer ato në planin social-psikologjik. Ai e respekton dhe adhuron figurën e trajnerit dhe duke e trajtuar me zell është munduar ta paraqesë me vërtetësi të madhe.

Edhe për fëmijët, pasi rekomandon përgatitjen profesionale me baza shkencore, ndalet tek edukata nëpërmjet sportit, duke dhënë shembuj konkretë dhe këshilla bindëse për specifikën e punës me fëmijët e të rinjtë.

Në libër jepen mendime edhe nga trajnerë e specialistë të sporteve të ndryshme.

Qëllimi është jo vetëm të njihemi me përvojën e tyre të avancuar, ballafaqimin me probleme të njohura dhe të panjohura gjithnjë të përsëritshme, por të dalin akoma më të plota raportet midis trajnerit dhe sportistit në brendësinë e tyre të veçantë. Dhe ka bërë mirë, sepse duke i kujtuar i ngremë në nivelin që i takon, i heqim "pluhurin" e kohës së kaluar, pasi kanë sakrifikuar energjitë dhe moshën e tyre në dobi të sportit.

Edhe publikimi i trainerëve dhe sportistëve me tituj sportivë është

në funksion të librit dhe figurës së trajnerit.

Libri plotëson boshllëqe në formimin e përgjithshëm intelektual të trainerit dhe është një kontribut për kohën dhe problemet që po kalojmë. Ai është i larmishëm, parashtron të vërteta njerëzore dhe të fton t'i realizosh ato. Është i pari libër ku trainerëve aktualë dhe atyre të ardhshëm u jepet çelësi për t'u futur në botën e brendshme si personazh kryesor, qoftë për marrjen e përvojës, qoftë edhe për zgjerimin e kulturës dhe horizontit të tyre.

Kam mendimin, se jo vetëm do të jetë i këndshëm për trajnerët, sportistët dhe sportadhësit, por do të nxisë edhe kuadrot e tjerë të shkruajnë për përvojën e tyre.

E përshëndesim, falënderojmë dhe e përgëzojmë thellësisht autorin.

Stavri Bello

Sekretar i Përgjithshëm i KOKSH.

Zemra e trainerit...

Kur më 1907 në Londër u themelua Bashkimi i Futbollistëve dhe Trajnerëve, e gjithë bota sportive institucionalizonte për herë të parë, si të thuash ligjërisht, figurën deri atëherë "të padukshme" të trainerit. Në të vërtetë, në Angli figura e trajnerit nuk ishte fort e re. Kishte e pakta 50 vjet, që ai shihej paksa pranë fushës së futbollit, ndonëse ende më tepër se një njeri teknik, ai përbënte një përgjegjësi të punëve në tanësi. Sidoqoftë, formimi i Shoqatës së mësipërme edhe për trajnerin në atë vit 1907, sot mbërrin si një 95-vjetor i gjithë trajnerëve të botës.

Në Shqipëri, ai ka mbërritur më vonë, shumë më vonë. Nëse do të kërkojmë të gjejmë trajnerin e parë shqiptar, duhet të lodhemi tejte. Luigj Shala mund të ketë qenë ndër të parët, Gaqo Gogo pas tij, Avni Zajmi është para të gjithëve megjithatë, aq sa mund ta konsiderosh "trajnerin e trajnerëve", por ai kurrë nuk qe trajneri i mirëfilltë. Ai mbeti mësuesi i madh. Na duhet të presim deri te Selman Stërmasi, i cili papritmas është i pari që në fotot e viteve '30 rreshtohet së bashku me 11-shin e Sportklub Tiranës, ashtu me kostumin zyrtar të drejtuesit, teknikut të skuadrës, ndonëse në një farë mënyre, të paktën në fund të viteve '30, Luigj Shalën e pati edhe ai vetë trajner e drejtues në Kampionatin Ballkanit të Atletikës. E prap duhet të pranojmë se Selman Stërmasi, të paktën për futbollin, është modeli i parë i trajnerit, i pasuar nga Adem Karrapici, i cili mund të quhet njeriu që krijoi stilin e parë modern të trajnerit në Shqipëri. Pas tij erdhën "stilistë" të tjerë...

Ja pra, që na mungon edhe një histori sado e shkurtër e trajnerëve në Shqipëri, ashtu si dhe shumë të tjera. Autori i këtij libri, Qemal Shalsi, është një prej tyre. Është një trajner që ka filluar të jetë i këtu, besoj në fund të viteve "50. Është një trajner ndër më të suksesëshmit, madje në

një sektor të vështirë tejet, siç është të qenurit trajner me sportistët femra, ku ai bëri të thuash epokë për ne, ndonëse ai e arriti suksesin edhe me meshkujt. Dhe më në fund ka dashur të flasë dhe të tregojë përmes këtij libri, përvojën e tij, po dhe të të tjerëve. Nuk e ka të lehtë. Po rëndësi ka që ai po fillon ndër të parët specialistë shqiptarë, për të shpalosë trajnerin si figurë, si personalitet, si qytetar dhe si mësues të të tjerëve, si pedagog dhe teknik i sporteve. E kam patur personazh të shkrimeve të mia qysh në fund të viteve '60-të. Shpesh jemi "hangër" me fjalë përmes bisedave dhe shkrimeve. Është një prej atyre që më ka kuptuar, duke njohur vështirësitë e profesionit tonë të informacionit, ndërsa unë e kolegët e mi, kemi kuptuar vështirësitë e profesionit të tij të drejtimit të njerëzve në fushat e sportit. Vetvetiu duket sikur kemi ecur së bashku në ndihmë të njëri-tjetrit.

Në kohën tonë, ne më tepër kemi patur miq trajnerët se sa sportistët. Ndoshta ngaqë prej tyre kemi mësuar ato që nuk arrinim të kuptonim gjatë ndeshjes apo garës. Dhe ata nuk kanë nguruar të na i zbulojnë sekretet e teknikës jo rrallë "misterioze" të rezultatit sportiv. E, kështu, ky libër është fort i vlefshëm dhe mendimi për ta shkruar, nderon Qemal Shalsin, i cili ka dashur t'i blatojë një nderim punës fisnike të gjithë brezit të tij të trajnerëve shqiptarë të pasluftës, të cilët për kushtet tejet të rënda përmes të cilëve punuan, them se kanë arritur rezultate përtej mundësive të Shqipërisë.

Nuk kemi një renditje të trajnerëve shqiptarë. Megjithatë do t'i rendis tre të parët, të cilët i lashë qëllimisht në fund për argumentin tim esencial: Loro Boriçi, Myslym Alla, Feti Dizdari. Në këtë renditje të kësaj trio-je të rrallë, nuk kam vlerësuar gjithë kompleksitetin e cilësive të një trajneri, por një gjë të vetme: përkushtimin qytetar që ata patën në profesionin e tyre. Them se janë ndër të parët që u përpoqën të punojnë me njeriun, më parë se sa t'i mësojnë teknikën e disiplinës sportive atij. Ia arritën si pakkush. E për mua, trajneri është një mësues. Natyrisht një mësues i llojit më të veçantë, të cilit i duhet që kurrë të mos qëndrojë vetëm te përvoja e tij e pasur, por të mësojë përditë së bashku me nxënësit e tij, sepse sporti ecën habitshëm, ndryshon rrufeshëm, pasurohet me ide orë e çast.

Më 6 shkurt 1958, skuadra e Manchester United shkatërrohet

tragjikisht mbi Munchen. Për habi shpëton trajneri, Matt Busby. Ky njeri që pa vdekjen me sy, megjithatë u rikthye. Ai tha se do ta rikrijonte përsëri skuadrën e tij jo duke i gjetur të gatshëm lojtarët prej të tjerëve, por duke i rritur ata qysh fëmijë në klub për lavdinë e Manchester United. Në të vërtetë ai kështu kishte bërë edhe më parë, por tashmë një urdhër hyjnor i thërriste të ringjallte jetë të reja. Ia arriti jo thjesht se pas 10 vjetëve, më 1968, mbi gjermadhat e Munchenit, ngriti Manchester-in e ri duke e bërë Kampion të Europës, por më tepër sepse mbeti trajner i vetëm në historinë e sporteve, sportistët e të cilit u thirrën gjithmën "Matt's Babies" ("Fëmijët e Mattit"). A është ky trajneri i kohës së sotme? Ndoshta jo më.

Të paktën për mua, trajneri mbetet edukatori i madh i njeriut. Teknika mbase është më e lehta që mund të mësohet, pra më parë mendoj se duhet zemër. Sepse dihet që teknika, bie fjala e futbollit, shpesh nuk mësohet, por lind me njeriun. Kur erdhi në Shqipëri një nga trajnerët më të mëdhenj të Botës, hungarezi Marton Bukovi, teksa po ecte i shoqëruar nga kolegë shqiptarë rrugëve të Tiranës, papritmas ndaloi i shtangur. Kishte parë një fëmijë virtuoze të Tiranës, i cili i vetëm luante në rrugë me topin pa e lënë atë kurrësi të binte në tokë. "Ju e paskeni futbollin, - tha mjeshtri i madh nga Hungaria, - iu mbetet ta çoni në fushë".

Ja, bash për këtë them se duhet shpirt, mund dhe zemër. Trajnerët e mëdhenj e kanë një zemër të tillë. Edhe në Shqipërinë e vogël madje. Ndaj më vjen shumë mirë kur për këtë kërkon të shkruajë një trajner, në këtë rast trajneri Qemal Shalsi. E përgëzoj fort.

Besnik Dizdari, gazetar.

Vlerësim

Me shumë vëmendje e lexova materialin, dhe shpesh meditoja rinin tonë, ku së bashku me Qemalin e shokë të tjerë, luanim, lexonim dhe bisedonim kryesisht për sportin, veçanërisht për basketbollin.

Dhe në jetë patëm të njëjtën rrugë dhe profesion atë të trajnerit, për koeçidencë po me të njëjtët ekiye por në periudha të ndryshme kohore.

Në qoftë se unë ia "kalova" si trainer i Partizani-t në basketboll për meshkuj duke fituar 27 tituj të kampionit kombëtar, nga gjashtë tituj që mori Qemali po me të njëjtën skuader, ai ma kaloi tek Tirana basketboll femra me 12 tituj, nga dy te mijat; unë përsëri ia kam "kaluar" si trainer i ekipit kombëtar për disa vjet radhazi. Pra që të dy të lidhur plotësisht mbas basketbollit.

Kam mendimin se të gjithë trajnerët kanë punuar me sakrifica dhe strese, sepse sportistët janë tipa kompleks dhe të ndërlikuar.

Dhe kjo vërtetohet plotësisht në librin "Trajneri dhe sportisti" e shkruar nga Qemal Shalsi që me sa di unë është i pari libër që shkruhet për trajnerin, që është një ndihmë konkrete për t'u thelluar dhe depërtuar në të fshehtat e këtij profesioni.

Personalisht e konsideroj si një dëshmi të gjallë për trajnerët aktualë dhe të ardhshëm plot me porosi se si duhet komunikuar me sportistët, sepse kemi edhe trajnera që ose i tejkalojnë kopetencat e tyre ose nuk i zbatojnë fare ato.

Gjithashtu theksoj se tek ne në sport qarkullon edhe mendimi se me sportistët duhet të flasim dhe të sillemi ashpër që të marrin vesh.

Por Qemal Shalsi nuk e përkrahu një mendim të tillë, e konsideron dhunë, duke i kundërvënë bindjen, kulturën dhe edukatën.

Unë mendoj që në kushtet e sotme ku ndodhet shoqëria shqiptare

edhe në sport duhet të dominojnë njerëz të ngritur si nga ana morale ashtu dhe intelektuale.

Autori nuk ngutet në punë. Me siguri e ka shkruajtur dhe rishkruajtur disa herë derisa është bindur se e ka bërë mirë.

Libri i intereson një mase të gjerë trajnerësh, sportistësh dhe kuadrosh.

Ai të fton të kujtosh se nuk mjafton ta njohësh deryrën por dhe ta kryesh atë.

Astrit Greva
Nderi i sportit shqiptar
Mjeshtër i merituar i sportit

Shalsi, trajneri i ekipeve kampione

Gjithë jetën e tij sportive e jo sportive, si lojtare si trajner, pedagog, familjar e kudo ka qenë një njeri korrekt, shumë punëtor e miqësor. Qemal Shalsi, trajneri i shquar i basketbollit shqiptar, trajneri që në të gjitha vitet e drejtimit të skuadrave më të mira shqiptare në basketboll për femra e meshkuj është shpallur kampion i Shqipërisë dhe sot shquhet për ndjenjën e punës. Siç thotë ai vetë, hobet e tij janë leximi dhe dëshira për të studiuar e shkruar. Jeton në katin e 7-të të një pallati të lartë tek "Shallvaret", tok me bashkëshorten e tij të përkushtuar pas të shoqit, Belin, që ka qenë bashkëudhëtare në të gjitha gëzimet dhe hidhërimet përgjatë karrierës së tij brilante sportive. Sarah është mbesa e tij e vetme 8-vjeçare që vetëm e gëzon. Ajo merret me aerobi, por gjyshi dëshiron të injektojë "Për Elizën" e tij basketbollin. Dy djemtë Gazmendi, 35 vjeçar dhe Arenci, 30 vjeç, kanë qenë basketbollistë madje "i vogli" ka qenë edhe anëtar i ekipit kombëtar të basketbollit për të rritur dhe që prej 10 vjetësh jeton në Spanjë, pasi u kontraktua nga një klub basketbolli i Grenadës, kur në vitin 1992 shkoi me përfaqësuesen e Shqipërisë në eliminatoret e Kampionatit European të Basketbollit. "Vendi im më i preferuar pas Shqipërisë është Spanja, sepse atje ndodhet një pjesë e zemrës sime, djali i voël Arenci", thotë Qemali. Ai ka botuar 7 libra për basketbollin, dispenca për këtë specialitet në 12 vjet që ka qenë pedagog e shef katedre i basketbollit në Institutin e Kulturës Fizike, në Tiranë. Ka udhëhequr dizertacione e realizuar opionenca krahas shkrimeve të shumta problemore që ka bërë në organe shtypi e periodike sportive. Vetëm në kohën e pensionit ka botuar librat "Basketbolli për të rinj e

fëmijë“, “Manual basketbolli” dhe tani e ka në botim librin “Trajneri e sportisti”, ku figura e trajnerit trajtohet në rrafshin etiko-moral dhe psiko-pedagogjik. Ai shfleton, studion e shkruan çdo ditë në porcione të konsiderueshme të kohës ditore. Ashtu, buzagaz siç e njohin shumë njerëz të sportit e jo të sportit, ai rrëfen copëza nga jeta e tij e gjatë sportive. “Basketbollin e kam filluar në moshën 10 vjeçare në shtëpinë e pionerit dhe paradoksi ka qenë se mësues basketbolli i parë për mua ishte ish-futbollisti i mirënjohur i Partizanit dhe përfaqësueses shqiptare, Rexhep Spahiu, Myslym Alla e më pas Mustafa Çelkupa, që sapo kishte mbaruar studimet në Poloni për fiskulturë“, tregon Trajneri i Merituar dhe Mjeshtri i Merituar i Sportit Shqiptar. Luan 6 vjet basketboll me të rritur e “Studentit” e “Partizanit”, si lojtar rezervë i basketbollistëve me nivel të lartë J. Kona, P. Murzaku, A. Kona, P. Casli, Nj. Lleshi, M. Përmeti, F. Qirici etj., e më pas shkon për studime në Prangë, në Institutin e Edukimit Fizik, por qëndron vetëm 1 vit pasi prishen marrëdhëniet me vendet e lindjes. Kur kthehet në Shqipëri, veterani i sportit të Tiranës, Lame Konomi i propozon rolin e trajnerit të të rinjve të Tiranës, ku përgatit për pak kohë mjeshtër të ardhshëm të basketbollit si Vaso Shaka, Bujar Shehu, Filip Guraziu etj. Dhe, rishtas vjen propozimi i dytë i Konomit për të marrë ekipin e famshëm të basketbollit të të rriturve të Tiranës, disa herë kampion i vendit. “Isha 27 vjeç dhe u befasova, sepse këtu përzheshin nga njëra anë ndrojtja dhe pasiguria, por edhe opotimizmi e dëshira për të provuar forcat në ekipet e përparuar nga ana tjetër. Në karrierën time nuk kam qenë partizan i revolucionit, por evolucionit. Intensiteti i stërvitjes dhe testimi, bënë që të tërhiqeshin disa basketbolliste veterane për t’u zëvendësuar me të reja, si S. Vreto, T. Radoja, B. Shtiza, P. Dojaka, Dh. Xhani, M. Ferhati, F. Ymeri, V. Hoxha, F. Konçi. Krahës tyre, bashkë me veteranet A. Dule dhe kapitenen P. Llaçi, korr plot 12 vjet rresht fitimet e titullit kampion. Pas sukseseve me femrat e “17 Nëntorit”, absolutet e kohës dhe drejtimit me profesionalizëm për 4 vjet si sekretar të Federatës Shqiptare të Basketbollit merr në dorë drejtimin e ekipit të madh të basketbollit shqiptar “Partizanin” e të mëdhenjve Agim Fagu, Kushtrim Zaçe, Katriot Mushi etj. Fiton për 5 vjet me rradhë titullin kampion kombëtar e zhvillon ndeshje të bukura e të paharrueshme ndërkombëtare. Në kujtesën e tij

janë të paharrueshme ndeshjet “17 Nëntori”-“Skënderbeu”, në Korçë për femra ku brenda 1 minuta, skuadra e tij në fund shënon 6 pikë dhe përmbys rezultatit në vitin 1970, fitorja e parë shqiptare me përfaqësuesen e Zvicrës në RDGJ për kampionatin europian për femra 79-77 dhe një gazetë gjermane shkruante: “Trajneri shqiptar Qemal Shalsi e shkriu Zvicrën, si gjalpi në diell”, si dhe ndeshjet e paharrueshme për Kupën e Kampioneve të Europës për meshkuj në vitin 1979, ku ekipi i Partizanit zyri vendin e dytë në grup pas Bosnjës së Sarajevës me trajner të famshmin Bogdan Tanjeviç që e ka dhe sot mik. Dëgjon arie dhe episode operistike italiane dhe si elbasanas pëlqen muzikën e Shqipërisë së mesme e sërish punon.

Irfan Rama

Hyrje

Tashmë sportdashësit tanë, duke ndjekur veprimtaritë kombëtare dhe ndërkombëtare të sportit tonë, kanë fituar njohuri dhe kulturë të gjerë sportive mbi nivelin e sportit dhe debutuesit e tyre, trajnerët dhe sportistët. Ato flasin me dashuri dhe respekt për plejada të tëra sportistësh, duke kujtuar me admirim talentin, punën vetëmohuese dhe patriotizmin e madh treguar në tërë veprimtarinë e tyre sportive.

Nga gjiri i këtyre talenteve dolën trajnerët tanë të parë të sporteve të ndryshëm që së bashku me sportistët e tyre i vunë gjoksin zhvillimit të sportit, me mundim e sakrificë, me vetëmohim dhe patriotizëm të lartë duke rritur përshtur lavdinë e sportit shqiptar.

Prandaj nisma për të shkruar librin "Trajneri dhe Sportisti" lindi në mënyrë të natyrshme si kërkesë emergjente e kohës dhe e praktikës sportive. Ata i kanë dhënë sportit moshën më të bukur të jetës rininë dhe pjekurinë e saj. Ky brez i sakrificës dhe i kënaqësisë së madhe i ka kapërcyer vështirësitë dhe po i kapërcen aktualisht, sepse kanë pasionin e madh për sportin dhe respektin ndaj sportëdashësve. Aktualisht sporti po përballon sfidat e kohës. Vështirësitë e periudhës së gjatë të tranzicionit, kanë ndikuar dhe në sport. Kushtet ekonomike, mungesa e ambienteve sportive apo shfrytëzimi jo i mirë i tyre, ka bërë që sporti tek ne të mbetet larg kërkesave të kohës.

Janë problemet ekonomike ato që e mbajnë peng sportin, por sporti do të mbijetojë sepse atë e do populli, e do rinia e duan fëmijët sepse është i pazëvendësueshëm. Sporti aktual nuk gjendet as më shumë e as më pak se sa niveli i ekonomisë dhe politikës shqiptare. Duke mos marrë përsipër as të ngrejme e as të zgjidhin problemet themelore të sportit tonë në librin tim "Trajneri dhe sportisti" do të mundohemi të

trajtojmë veçanërisht në dimensionin etiko-moral dhe social-psikologjik figurën e trajnerit si figurë qëndrore në sport.

Trajtimi bëhet në lidhje të ngushtë me skuadrën, individin apo grupimin e sportistëve pa të cilët sporti do të ishte absurd. Nga vetë natyra e profesionit, trajneri është personazh intensiv, plot me sakrificë dhe vuajtje, por njëherësh dhe me plot shembuj për kapërcimin e tyre, sepse pa pengesa dhe vështirësi sporti nuk do të kishte kuptim. Trajneri ndeshet përditë me sportistët ku secili ka botën e tij, veçorite, dëshirat, planet, shijet, mënyrën e jetesës etj. Trajnerët janë njerëz pasionant në rrugën e gjatë e të vështirë të sportit, ambiciozë për të ecur përpara, për t'i bërë vend vetes e për të shfaqur personalitetin e tyre.

Por vitet e fundit krahas tyre, ka edhe raste, që kanë depërtuar edhe trajnerë që nuk kanë formimin e kënaqshëm e të domosdoshëm; sepse kanë hyrë përmes lidhjeve miqësorë apo interesave të momentit duke reflektuar me shumë dobësi sesa kulturë dhe edukatë. Puna me sportistët është e pashkëputur nga puna me fëmijët, që edhe në këtë libër jepen aspekte të veçanta të punës me to. Për ta bërë librin sa më tërheqës dhe komunikativ mendova të dialogoj me elitën e trajnerave dhe sportistëve të sporteve të ndryshëm të cilët jo vetëm shpalosin mendimet dhe botëkuptimet e tyre, duke nxjerrë në pah me shumë dhe më qartë figurën e trajnerit, por treguan edhe përgatitjen e tyre kulturore dhe profesionale.

Në këtë kuptim, ky libër është sa i autorit aq edhe i "të tjerëve" për të treguar se shumë gjëra duken të mundshme dhe të realizueshme. Me këtë libër trajnerave aktual dhe atyre të ardhshëm t'i jepet çelësi për t'u futur në botën e brendshme të sportistëve, qoftë për mënyrën e përvojës, qoftë për zgjerimin e kulturës dhe horizontit të gjithësecilit.

Së fundi jam përjekur t'iu përcjell mesazhe që t'i shërbejnë pasurimit të botës shpirtërore të trajnerëve si dhe njoftime të dobishme rreth problemeve që ndeshen në jetën e përditëshme me objekt, që të jap një material të ri dhe në një formë të re.

Jam i ndërgjegjshëm që kjo punë e bërë përfaqëson një kontribut modest dhe sigurisht që nuk është e përsosur.

Autori

Citate dhe vlerësime për figurën e trajnerit

"Trajneri gjithnjë është i ulur në një fuçi baruti" *Alf Ramsey*

"Kur kam qenë sportist, e kam ndier vehten trajner. Kur kam qenë trajner, e kam ndier vehten sportist" *Loro Boriçi*

"Trajneri është dora me e fuqishme e skuadrës" *Pele*

"Trajneri është rruga kryesore; sportistët janë rrugicat që dalin në këtë rrugë" *Bob Kouzi*

"Trajneri është pema, sportistët filizat dhe degët e saja" *Richard Hughson*

"Trajneri është zogu shtegtar që drejton tufën e zogjve" *Kuznjecov*

"Trajneri është pasqyra; skuadra dhe sportistët janë refleksi i saj" *Zagallo*

"Nuk ka mundësi që trajneri të jetë tjetër dhe skuadra apo sportisti të jetë tjetër" *Boshkiç*

"Ljubisa Broçiç (Trajneri i Shqipërisë) ishte me kërkesa profesionale, kurajoz, i zgjuar, i vendosur në veprimet e tij, intuitiv që shfrytëzonte rastet dhe nuk kënaqej edhe kur fitonte. Strategu që drejtoi skuadrën në fitoren e madhe të Ballkaniadës në Tiranë" *"Sport Ekspres" S. Seferaj*

“Skuadra dhe sportistët janë fabrika. Trajneri është energjia me të cilën punon ajo” *Aca Niković*

“Trajneri është qendra. Ai duhet të jetë i drejtë, korrekt, i përgatitur, i urtë, trim dhe guximtar” *É.D. Frank*

“Trajneri nuk përfiton gjithnjë nga puna e tij në fitore, por në disfatë mbetet gjithnjë fajtor” *R. Bysnel*

“Kam pranuar dialog, por jo receta të gatëshme. Për gjithçka kam vrarë mendjen” *Aleksandër Gomelski*

“Kam arritur rezultate, sepse kam studiuar, kam stërvitur, kam drejtuar dhe kam pyetur për ato që nuk kam ditur” *A. Ferguson*

“S’mund të ekzistojë sportist apo skuadër pa qenien e trajnerit” *Harris*

“Trajneri duhet të jetë me karakter dhe dinjitet të fortë dhe me vetëdije për vlerat personale. Atë nuk duhet ta karakterizojë vulgarizmi, zemërimi, urrejtja, zilia, frika, servilizmi dhe degradimi” *Juan Antonio Samarang*

“Trajneri të jetë personifikimi i dijeve shkencore, i të drejtës dhe të vërtetës. Të jetë figura e lartë morale, që mban në shpinë barrën e rezultateve, që jeton me sportistët; dhe problemet e tyre i zgjidh me vullnet të lirë dhe asnjëherë nëpërmjet dhunës dhe arrogancës” *A. Taurisano*

“Trajneri figurë e kompletuar, që nga mënyra e organizimit të stërvitjes, drejtimit të ndeshjes apo garës, e deri te mënyra e të jetuarit” *H. Myler*

“Trajneri është simboli i sportistëve” *F. Beckenbayer*

“Unë di gjithçka për lojtarët e mi; Jo vetëm se çfarë bëjnë, por sa dhe si i rreh damari i qafës së tyre” *Lym Alla*

“Te Kovaçi (trajneri i Ajaxit 1960-70) pëlqejë qenien e tij si ekuilibrist.

Në fitore nuk kalonte në eufori dhe çoroditje, ndërsa në humbje (ndonse e ndiente shumë) nuk kalonte në vuajtje” *J. Krojff*

“Dija është një gjë që duhet t’u jepet sportistëve; truga e përgatitjes është e pa fundëshme. Pa dyshim dhënësi i tyre është trajneri” *William Xhons*

“Trajneri mendon edhe në banjë” *Obradović*

“Trajneri i sotëm duhet të shkrihet në ekip” *Zibni Gjinali*

“Trajnerit duke fituar i vjen dëshira për të fituar edhe më shumë” *Besim Fagu*

“Trajneri, ashtu si skulptori duhet të ketë edhe çekiç edhe daltë të hollë” *Jup Dervael*

“Nuk ka lojtarë të këqinj por trajnerë të pazot” *Aca Nikoloç*

“Futbollistët janë punëtorët që bëjnë punën. Më pas vijmë në trajnerët dhe drejtuesit” *Dervish Haxhisomanović*

“Trajneri shënbulli më i mirë dhe më konkret për skuadrën” *Milan Milaniç*

“Çdo trajner mendon të dali i pari në të gjitha garat” *Gus Hiding*

“Trajneri ka në shumë lodhje, ankth e dhimbje se sa gezim e kënaqësi” *Marçelo Lippi*

“Trajneri dhe skuadra fitojnë e humbasin së bashku” *Fabio Capelo*

“Puna e trajnerit është e vështirë sepse punohet me materje të gjallë dhe me individualitete të ndryshme” *S. Volnov*

“Trajneri të mos merret me arbitrin. Arbitri është një e keqe e domosdoshme. Një kundërshtar që duhet të përballohet” *J. Krojff*

“Trapatoni është një çekiç pneumatik, plot me qëllime të mira” *Platini*

“Trajneri është si ai kopshtari i mirë që di të rrisë dhe të përkujdeset për lulet” *Jgor Tohill*

“Suksesi im ishte, sepse ekipin e adaptova si një familje” *Helenio Herera*

“Trapatoni, ashtu si për të gjithë italianët edhe për mua, është me të vërtetë një njeri i madh, jo vetëm si trajner, por edhe si person i thjeshtë”. *R. Baggio*

“Sportistët janë në dorë të filozofisë dhe kapacitetit të trajnerit” *Cesare Maldini*

“Trajneri “lulëzon” me vështirësi dhe “vyshket” lehtësisht” *Bobi Robson*

“Trajneri më shumë vuan se sa gëzon” *Ditman Kramer*

“Trajneri nuk është as rreshter prusian që jep mësim ushtarak, as vetë zoti. Nuk i di të gjitha gjërat dhe nuk mund t'i dijë të gjitha; Në qoftë se hiqet sikur i di të gjitha mos i besoni. Në të kundërt, pra n.q.s. e pranon që nuk i di të gjitha, atëherë ta doni, sepse e meriton dashurinë tuaj” *F. Beckenbauer*

“Trajneri nuk duhet të rrijë më lart se lojtarët por ballë për ballë tyre. Në këtë pozicion ato e shohin dhe e adhurojnë më mirë njëri-tjetrin” *Luksemburgo*

“Trajneri kurrë të mos mendojë se është njëshi absolut; sepse me një lloj zogu, pylli do të ishte i varfër edhe sikur ky zog të ishte më i bukuri i botës” *Johan Auelanzh*

“Trajneri është violina e parë por vetëm me violinën e parë nuk ka orkestër dhe pa orkestër nuk ka koncert” *Sergei Bjellov*

“Trajneri jeton gjithmonë me shqetësimet. Ai duhet t'i trajtojë lojtarët me kujdes dhe tolerancë” *Arnaldo Taurizano*

“Trajneri bën lojtarët, lojtarët bëjnë skuadrën dhe skuadra bën lojtarët” *Sachi*

Detyrat themelore të trajnerit

Sporti është mjeshtëri, kënaqësi, sakrificë dhe njëherësh edhe një fenomen i ndërlikuar dhe i rëndësishëm shoqëror. Ay ka bukurinë dhe diversitetin e tij. Sporti pa garë nuk ekziston, ashtu si nuk mund të konsiderohet sport cilësor pa zhvillimin cilësor të stërvitjeve sportive.

Stërvitja sportive si fenomen pedagogjik është një proces i specializuar për rezultate të larta sportive. Në këtë proces figura e trajnerit zë një vend me influencë kryesore. Kjo do të thotë se trajneri duhet të jetë thellësisht i përgatitur në të tëra aspektet e profesionit të tij.

Profesioni i trajnerit si profesion i të menduarit, të studjuarit dhe përparimit të vazhdueshëm, nxit kërkimin e diturisë, lë dyert e hapura për ide, pranon diskutimin dhe dialogun gjithnjë me arsye e logjikë. Është më se e kjashtë se këto nuk janë cilësi të çdo njeriu. Materjali i paraqitur do të konsistojë kryesisht në figurën ose në planin etiko-moral dhe social-psikologjik të trajnerit, duke predispozuar se problemet teknike janë trajtuar dhe vazhdojnë të trajtohen sipas veçorive dhe karakteristikave të sporteve të ndryshme.

Tashmë është vërtetuar se për t'u bërë sportist i niveleve të larta duhet të kesh:

- a) vullnet dhe qëndrim të ndërgjegjshëm në stërvitje.
- b) rregjim jetësor të përkryer.

Ndërsa për trajnerin detyrat themelore janë:

- a) formimi i një ekipi, grupi apo individit me një përgatitje të lartë fizike, teknike, taktike e moralo-volitve me dëshirë dhe vullnet për fitore dhe rritjen e rezultateve të larta sportive.
- b) me ekipin, grupin apo individin, të krijojë harmoni dhe kolektivitet.
- c) me mjeshtëri, zgjuars, gjakftohtësi dhe kopetencë profesionale të

dijë të drejtojë skuadrën, grupin apo individin, gjatë zhvillimit të ndeshjes apo garës.

Duke mos u ndalur në parimet dhe metodat e procesit stërvitor bashkëkohor, sepse nuk konstatohen ndryshime themelore në sportin bashkëkohor, dominon principi i lidhjes reciproke të stërvitjes me garën apo ndeshjen. Stërvitja dhe gara apo ndeshja janë të pandarë, të lidhura organikisht me njëra-tjetrën, të zhvilluara në dinamike dhe me kërkesa të larta. Stërvitja pa ngarkesë sjell monotoni dhe përkundrazi kur ajo është me ngarkesë, zgjon dëshirën për sukses.

Trajneri veteran rus i basketbollit A. Gomelski thotë: "Ndeshja është produkt i stërvitjes".

Kërkesa themelore për trajnerin është aftësia për prirje dhe studim të thelluar. Trajneri më rezultativ është ai që ruan vazhdimësinë e të mësuarit dhe të studjuarit, sepse është detyrë e tij të jetë i azhurnuar me të gjitha të rejat e teknikës dhe shkencës sportive. Krijimi i diturive dhe shfrytëzimi i tyre do të krijojë personalitetin e tij. Kjo i krijon besim për të arritur të mundshmen dhe që asnjëherë të mos kërkojë të pa arritshmen.

Trajnerëve të tillë u rekomandojmë të mos lakmojnë tepër dhe të mos kërkojnë atë që nuk i takon. Trajnerët e çdo moshe, duhet ta kërkojnë diturinë dhe të mos kenë turp për të mësuar në çdo kohë, sepse dituria është më e madhe dhe më e çmuar në çdo kohë. Sipas studimit të Prof. Asociuar Dr. Adriatik Metës, në librin e tij të fundit "Metodika e përgatitjes lëvizore të gjimnastëve të rinj", përkufizimi i termit "cilësi fizike" apo "cilësi lëvizore", shpreh pikpamjen se lidhjen e vet të drejtë për drejtë me veprimtarinë lëvizore të sportistit. Është e vërtetë se termi "cilësi lëvizore" po përdoret më shumë. Ndërsa për termat "zhvillim" apo "edukim" të cilësive, autori mendon se do të ishte më i saktë të përdorej ai "edukim" i cilësive. Dhe kjo për faktin se gjatë përgatitjes së sportistit që zgjat shumë vite termi i zhvillimit të aftësive për të realizuar cilësitë lëvizore merr rëndësi të madhe për rezultatet e larta sportive (megjithatë autori nuk e konsideron përfundimtare).

Tashmë cilësitë lëvizore përcaktohen si katër të tilla: shpejtësia-forca-qëndrueshmëria-përkushmëria. Përgatitja lëvizore është kusht i domosdoshëm për përgatitjen e sportistëve cilësorë duke i bërë

ushtrimeve renditjen e mëposhteme:

-ushtrime të zhvillimit të përgjithshëm.

-ushtrime të zhvillimit special

-ushtrime të kombinuara

-gara

-përgatitje moralo-volitive

-trajnerët janë të ndryshëm dhe me karaktere të veçantë.

Aftësitë intelektuale të njeriut janë krejtësisht personale. Trajneri si drejtues kryesor i ekipit, grupit apo individit është figura më e rëndësishme për edukimin dhe përgatitjen e sportistëve, udhëheqësi dhe përgjegjësi për rezultatet e tyre.

Ashtu si sportistët edhe trajnerët kanë temperamentet e tyre, sepse aftësia intelektuale është punë personale, është vepër e çdo individi.

Duke i klasifikuar sipas tipave, synojmë tek rritja e interesit të tyre, si një faktor dinamik. Trajnerët e tipit kolerik janë të dhënë me pasion mbas punës, janë gjaknxehtë, impulsivë, mbivlerësojnë forcat e veta dhe gjithnjë kapin situatat e çastit. Kanë tendencë të dalin mbi të tjerët. Këta tipa duhet ta vetëpërmbajnë vehten dhe të ndalojnë impulsivitetin. Në jetën sociale janë të sjellshëm të edukuar dhe më kryesorja pranojnë vërejtje veçanërisht nga miqtë dhe bashkëpunëtorët e tyre të sinqertë. Me karakterin, punën, përpjekjet, sinqeritetin e tyre sigurojnë besimin e sportistëve.

Trajnerët e tipit sanguin janë të gjallë, të lëvizshëm, me mimikë të pasur, të guximshëm, të aftë për të gjetur zgjidhje në çastet më të vështira. Por i mungon këmbëngulja dhe nuk kanë qëndrueshmëri. Ndjenjat e tyre lindin shpejt dhe i ndryshojnë shpejt. Këta tipa, duhet të edukojnë këmbënguljen për të mbaruar atë që fillon dhe të eliminojë lëkundjet që ju shfaqen herë pas here, njëherësh ta kontrollojnë vehten, si nga inati dhe zemërimi ashtu dhe nga gëzimi e kënaqësie. Trajnerët e tipit flegmatik, zakonisht dallohen tek temperamentit i tyre i ngadalë. Kryejnë lëvizje të ngadalshme dhe të matura. Edhe të folurit ek anë të ngadalshëm dhe me të njëjtin ritëm.

Është i durueshëm dhe nuk revoltohet lehtë, e përmban vehten, është i urtë, nuk ngacmon njeri dhe gëzon simpatinë e shokëve dhe kolegëve. Është human, konçiz dhe jo me mendime slogane e të prera.

Duhet të edukojnë vetveten, që të mundin monotoninë me prire dhe interesa të ndryshme.

Megjithatë temperamentet janë komplekse: një karakteristike e një temperamenti, del edhe tek temperamenti tjetër. I theksuam të mësipërmet, sepse trajneri po nuk njohu vetveten thellë me të tëra anët pozitive dhe negative të tija, nuk ka se si të njohë sportistët që mbartin edhe ata veçori dhe karaktere të ndryshme.

Trajneri duhet të ketë kulturë të gjithanshme dhe sportive

Leximi dhe studimi siç e kemi theksuar edhe më lart, janë mjete efikase për rritjen e nivelit shkencor, kulturor dhe formimin e personalitetit të tij. Dijenitë i fiton në sajë të pasionit që ka dhe të përpjekjeve që bën. Studimi i thelluar kërkon vullnet, kujtesë e përqëndrim.

Me këto kërkesa mësohet shumë. Të mësuarit e ndryshon dhe e përsos trajnerin. Një thënie e zgjedhur thotë: “Çdo njeri që ndërpret të nxëniti është i vjetër, qoftë 20 apo 80 vjeç. Çdo njeri që nuk ndërpret studimin, qëndron i ri. Gjëja më e madhe në jetë është ta mbash mendjen të re”. Diturija është si orteku i borës, duke u rrotulluar shtohet.

Pasioni i trajnerit është që të fitojë

Ky pasion duhet të jetë i tillë, që ay të gjykojë me gjakftohtësi, në rrethana të karta dhe fakte konkrete. Për këto ai duhet të përsosë procesin stërvitor, të rrisë nivelin cilësor të sportistit, ta drejtojë në garë apo në ndeshje në mënyrë perfekte, ta njohë kundërshtarin nëpërmjet vëzhgimit dhe logjikës. Në përgatitjen e sportistëve ti përmbahet tre faktorëve kryesorë që determinojnë në përgatitjen e tij.

- a) talenti,
- b) puna e vullnetshme,
- c) përkrahja.

Sport pa humbje dhe pa fitore nuk ka. Sapo mbaron gara apo

ndeshja, lojtarët dhe trajnerët janë shumë të lodhur. Trajnerët me lodhje të madhe mendore, ndërsa lojtarët me lodhje psiko-fizike.

Trajneri duhet të jetë fantazist dhe krijues

Shumë probleme teknike varen dhe zgjidhen nga prodhimtaria dhe imagjinata e trajnerit. Në situata të veçanta të mos jetë strikt, por përkundrazi të krijojë atmosferë pozitive, veçanërisht kur ajo mungon. Sa më shumë bindje dhe entuziazëm të krijojë në stërvitje, aq më shumë sukses do të ketë në ndeshje apo në garë. Trajneri i madh i futbollit rumun, Kovaç, shquhej për manovrime të ndryshme. Kur ishte trajner i “Ajax”-it të famshëm, shkruan për një rast të tillë. “Mbas një ndeshje të humbur, skuadra ishte pa humor dhe me strese. Nuk zhvillova stërvitje, por një shëtitje në park. Sapo mbërrita atje, fillova të vrapoj vetë, duke i nxitur edhe kolegët e stafit drejtues për të bërë ndërmjet nesh gara të improvizuara, si kalim hendeku, kapje në lartësi të degëve të pemëve etj. “Gjygtarë” vumë futbollistët, të cilët shumë shpejt u bënë tifozë të atij apo këtij drejtuesi. Pastaj i futa lojtarët që ti zhvillojnë këto gara. Entuziazmi u ngrit shumë lart. Skuadra u çlirua plotësisht, garat ja arritën qëllimit. Gjithnjë ushtrimet e çdo karakteri jam munduar t’i zhvilloj në formë gare, sepse stërvitja dhe ndeshja janë si vëllezërit siamezë. Pra duke ndryshuar të tjerët, ndryshon edhe vetveten.

Ky është vetëm një shembull. Me siguri edhe plot trajnerë të tjerë kanë shembuj të tillë të shumtë. Motoja e punës së tij të jetë “Unë i pari të tjerët pas meje”.

Komunikimi, transmetimi i njohurive, toleranca, sjellja e mirë, janë mënyrat me të cilat vendosen kontaktet më të mira me sportistët

Trajneri me sportistët, drejtuesit dhe kolegët e tij duhet të mbajë marrdhënie miqësore, ta duan dhe ta mbrojnë njëri-tjetrin, sepse është vështirë që brenda një kolektivi të vësh një emërues të përbashkët mendimi dhe veprimi. Atë duhet ta karakterizojë edukata dhe sjellja e mirë. Nuk duhet të jetë diktator, i ashpër, prepotent dhe i ftohtë, sepse

sportistët nuk janë gurë shahu dhe se ai nuk është njeriu që di gjithçka dhe nuk gabon kurrë. Të ruhet nga ndjenja e tepruar e autoritetit. Të jetë i afërueshëm, i dashur, i duruar, të mos nxitohet dhe të mos rrëmbehet nga gjaknxehtësia. Të dëgjojë vërejtjet, sygjerimet, propozimet, të ketë respekt për sportistët dhe të jetë mik i tyre në gëzime dhe fatkeqësi. Uniteti i kolektivit të jetë gjithnjë në krye. Zemërimi i vazhdueshëm, kokëfortësia e tepruar, dëshira e shfrenuar për fitore, janë jo vetëm të papëlqyeshme, por edhe shumë të rrezikshme për karrierën e trajnerit. Nuk ka kënaqësi më të madhe për sportistin se sa kur ka të bëjë me një trajner që stërvit me baza shkencore, që hap horizont, diskuton dhe sygjeron. Në të kundërt është fatkeqësi kur trajneri bën vetëm vrejte dhe të imponon për gjithçka. Ndonjë trajner mund të dijë ca gjëra më shumë se dikush tjetër, por kjo nuk do të thotë, se ai ka të drejtë ta quajë vehten më të zgjuar dhe të kalojë në mendjemadhësi. Kolegët dhe lojtarët të mos konceptohen "si të pa ditur", sepse përndryshe fiton antipatinë e të tjerëve. Për sukseset e kolegut nuk duhet të tregohet ziliqar, përkundrazi ta adhurojë atë, të marrë prej tij atë që është më racional, sepse më i miri është më i devotshëm dhe më i përgatitur. Makarenko thotë "Një shembull i mirë vlen më shumë se njëmijë fjalë". Trajneri duhet të jetë tolerant dhe mjeti më i mirë i tolerancës është fjala e mirë dhe dashamirëse. E folura e tij të jetë e pastër, e zgjedhur, e shkurtër, e sinqertë dhe kuptohet edhe e mençur, jashtë fjalëve banale e të vrazhda. Një fjalë e zgjedhur mirë, një përkrahje, spjegimi i thjeshtë i të tërë ushtrimeve janë plotësisht të kuptueshme. Nuk duhet të diskutojë me ton të lartë, të ironizojë, apo t'i ndërpresë fjalën lojtarit apo bashkëbiseduesit, të mos flasë në prani të lojtarëve, gjëra që ato nuk duhet t'i dinë apo më keq të gënjejë. Të mos mbajë inat dhe të mos merret me fjalë apo ngjarje të pa vërteta. Trajneri i formuar thënie "atë e di unë", "unë kam të drejtë dhe ti e ke gabim", nuk duhet ti përdori gjithnjë. Në të kundërtën e prezanton vehten me të vjetrën, me të gabuarën.

Me këto pikpamje ai nuk mund të analizojë dhe të kuptojë të vërtetën. Problemet më shqetësuese duhet ti bisedojë me ndihmësat dhe pastaj me drejtuesit. Në diskutim të gjej të vërtetën dhe rrugët për zgjidhjen e tyre. Të vlerësojë këshillat e të tjerëve dhe të këshillohet me trajnerët me

përvojë. Të mos mundohet të provojë atë që është provuar më parë nga të tjerët. Bëjini sportistët që të besojnë se je i drejtë dhe i sinqertë. Trajneri punon me ndjenjë, sepse pa ato ai do të ishte plotësisht indiferent. Nga ana tjetër ai nuk duhet t'i imponojë sportistëve ndjenjën e frikës dhe të imponimit, sepse i frikëson dhe frenon, duke i detyruar të humbasin sigurinë dhe besimin në vetvete.

Trajneri që do të marrë ndonjë vendim për hap ose hapa të rëndësishëm, dënim apo diçka të ngjashme duhet të këshillohet e të kërkojë mendimin e ndihmës trajnerit apo stafit drejtues, kjo për faktin sepse mendimi i shumicës është më i mirë se sa vendimi i një personi të vetëm. Ndeshe mi edhe me trajnerë që nuk përfillin këshillat e të tjerëve. Këta janë tipa egoistë, që kurrë nuk arrijnë të gjejnë një zgjidhje të drejtë, vuajnë nga absolutizimi i mendimit, qofshin ato edhe të gabuara. Njeriu vetëdijën e arrin si nga veprimtaria individuale ashtu dhe nga bashkësia. Përkundër temperamenteve dhe sjelljeve të disa sportistëve, trajnerët duhet të synojnë në aftësitë e tyre psiko-mendore si edukatë të përgjithshme të mirë, interes dhe dëshirë për të mësuar, besim në forcat e veta, guxim, inisiativë, vendosmëri, aftësi për të mobilizuar vullnetin, këmbënguljen dhe rivalitetin. Në kushtet e sotme kryesore është që stërvitja të zhvillohet sipas kërkesave të lojës apo të garës.

Trajneri të ketë aftësi për të transmetuar dijenitë dhe të jetë objektiv, është një aspekt që klasifikon cilësinë e mjeshtërisë pedagogjike me një influencë serioze tek sportistët.

Çdo trajner duhet të jetë i ndërgjegjshëm që ashtu siç duhet të ketë njohuri të plota për sportin e tij po aq e rëndësishme është që këto njohuri t'i transmetojë tek sportistët e tij. Të transmetuarit është art dhe trajneri me artin e tij metodologjik duhet të zgjojë interesin e sportistëve të zbulojë e të zhvillojë cilësitë e tyre, të qartësojë e modifikojë një lëvizje, një kombinacion apo plan taktik. Aftësia për t'i transmetuar me rendiment të lartë kërkon njohjen e temperamentit të lojtarit, karakterit, personalitetit, përgatitjen fizike e aftësive mendore, jetës personale dhe familjare të tyre.

Trajneri duke qenë objektiv, veçanërisht në humbje, nuk duhet të jetë i njëanshëm dhe paragjykses, ai të zbulojë arsyet, të nxjerrë konkluzionet dhe do të evitojë gabimet për të ardhmen. Kjo është e rëndësishme dhe

nuk duhet neglizhuar asnjëherë. Por stërvitja sportive, është dhe një adaptim në disa situata dhe kushte konkrete; është e vlerësueshme të ndërtohet plane taktike, por më e rëndësishme është të dish predispozitat dhe të dhënat psiko-fizike të lojtarëve të tu, se sa janë ata të aftë për t'i zbatuar.

Trajneri duhet të shfrytëzojë në mënyrë racionale kohën

Me përjashtim të rasteve kur qëndrohet nëpër lokale me orë të tëra nga disa trajnerë të papërgjegjshëm, pjesa dërrmuese e shfrytëzon atë. Koha nuk është ndonjë boshllëk që duhet mbushur. Ajo ka një vlerë të jashtëzakonshme.

Ata që e kuptojnë vlerën e saj, gjithnjë e mbushin me punë, me studim dhe përgatitjen e mjeteve ndihmëse në funksion të stërvitjes dhe të ndeshjes. "Në se doni jetën, mos e humbni kohën kot, sepse koha është vetë jeta", ka thënë Benjamin Franklin.

Ndërsa filozofi i vjetër Seneka thotë: "Njeri i mençur është ai që i jep rëndësi kohës, që di të vlerësojë ditët dhe orët, duke kuptuar rëndësinë e çastit. Jeta rrjedh dhe e vetmja gjë që na përket plotësisht është koha. E keqja është se disa e shkelin me të dyja këmbët këtë dhuratë të natyrës. Trajneri duhet të bëjë saktë planifikimin dhe të mbajë mirë evidencat. Faktor i rëndësishëm për mbarëvajtjen e procesit stërvitor dhe rritjen e mjeshtërisë sportive është planifikimi i drejtë i procesit stërvitor. Plani afatgjatë (shumëvjeçar) hartohet duke u bazuar në gjendjen konkrete të ekipit me objektivet të plotë dhe në periudha të ndryshme. Krejtësisht të domosdoshme janë:

1. Gjeneralitetet e përbërjes së ekipit me kartelë e fotografi.
2. Tema specifike për edukimin moralo-edukativ.
3. Plani grafik.
4. Plani tematik.
5. Plani perspektiv.

Në këto plane të dalë kjo objektivi i procesit stërvitor, objektivat për treguesit teknik dhe objektivat për gara ose kampionatet përkatëse.

Por jo gjithnjë trajneri ka sukses në punën e tij

Kur trajneri nuk ka sukses në punën e tij, ai duhet të kërkojë shkaqet. Së pari, ai vetë nuk ka patur besim dhe nuk ka besuar se do ta arrij atë, ka humbur shpresën dhe është tërhequr. Pastaj vijnë me radhë si vetit negative të personalitetit të tij, si mungesa e njohurive bashkëkohore, zemërimi, urrejtja, frika, mërzi, zilia, përtacëria, ndjenja e inferioritetit e të tjera. Nëse e bën atë me qetësi dhe gjakftohtësi do të gjejë edhe mënyrat për t'i ndrequr ato në të ardhmen. Nga të tëra të mësipërmet, kuptohet që trajneri ka kaluar në stres. Stresi është gjendja e veçantë që krijohet pas një ngacmimi të jashtëm nga faktorë të ndryshëm. Shfaqet me lodhje, dobësi, dhimbje koke, me ndjenjë ankthi, frike dhe harrese. Të stresuarit skuqen shpejt kanë shumë djersë, duart dhe këmbët i kanë të ftohta, ritëm të përshpejtuar të zemrës si dhe vështirësi në frymëmarrje. Me difiçensa të tilla shëndetësore, trajneri duhet të kujdeset për shëndetin e tij. Në radhë të parë duhet qetësia e shoqëruar me ushqim kalorik. Të qëndrojnë në vende me ajër të pastër, të shëtisë të bisedojë pa u konfrontuar, të përdorë sa më pak kafe e aspak pije alkoolike. Ky regjim dhe një pushim relativisht të shkurtër do t'ja kthejë përsëri dëshirën për punë, do t'i largojë plogështinë fizike e mendore dhe do të ripajiset me arësyetim të drejtë dhe mendje të kthejllët.

Të dhëna orientuese për mësues - trajnerët që merren me edukimin dhe stërvitjen e fëmijëve

Fëmijët përbëjnë pjesën më aktive dhe më produktive të një populli. Edukimi dhe rritja me sukses e fëmijëve do të thotë përkujdesje për t'i bërë ato të përgjegjshëm dhe të pa varur. Kjo është një rrugë që kërkon përpjekje të shumta nga prindërit dhe mësues-trajnerët. Madje, jo vetëm e tyre, e tërë shoqëria e ka për detyrë mirërritjen, zhvillimin fizik dhe mendor të fëmijëve për t'i bërë të aftë të përballojnë vështirësitë e jetës. Postulati i madh i Ushinskî "Mendja e shëndoshë në trup të shëndoshë" do të mbetet gjithnjë aktuale.

Mësues-trajnerët që merren me edukimin dhe stërvitjen e fëmijëve në llojë të ndryshme sportive duhet ti përgatisin jo vetëm në planin profesional por edhe në atë human, e nevojshme dhe e domosdoshme në ditët tona. Pavarësisht se çdo lloj sporti ka veçoritë dhe karakteristikat e tija, kërkesa e përgatitjes është unike. Sigurisht edhe këtu nuk do të futemi në detajet e përgatitjes komplekse por sigurisht do të ndalemi tek veçoritë dalluese psikike.

Njeriu si qenie biologjike dhe shoqërore që nga lindja dhe derisa formon strukturën e tij përfundimtare i nënshtrohet faktorëve dhe proceseve të ndryshëm biologjikë me karakter zhvillues dhe evolutiv. Ndryshimet janë morfollogjike, fiziologjike, neuropsikike dhe funksionale. Zhvillimi i organizmit bëhet në mënyrë graduale dhe me

hope, në të cilën ndryshimet sasiore përgatisin zhvillimin cilësor, mbi bazën e ligjeve biologjike dhe gjenetike. Trashëgimia luan rolin e saj në këtë zhvillim. Të gjitha veprimet, sjelljet, lëvizjet e gjithë jeta fizike e psikike, kanë një bazë materjale, organike të pa mohueshme. Ato përbëjnë organet dhe sistemet e organizmit në tërësi dhe të gjith strukturave anatomo-fiziologjike të tij.

Tek njeriu sjellja dhe veprimtaria psikike arrijnë nivele të larta zhvillimi dhe përsosmërie duke e bërë atë të vetëdijshëm. Të tëra proceset dhe dukuritë e thjeshta apo të ndërlikuara, të vetëdijshme apo të pavetëdijshme nuk mund të shpëputen nga baza dhe specifika e sajë.

Në moshën parashkollore 4-6 vjeç, dëshira më e madhe janë lojrat. Ato krijojnë kushte shumë të favorshme për të realizuar sa më mirë të gjitha kërkesat fizike, psikike dhe shpirtërore, duke zhvilluar funksionet dhe veçoritë e psikikës së fëmijëve, si dhe zhvillimin e aftësive të ndryshme mendore në zgjidhjen e situatave. Lojrat, veçanërisht ato me top i tërheqin, sepse janë argëtuese, edukuese dhe zhvilluese.

Në moshën e vogël dhe të mesme shkollore nga 6-7 vjeç deri në 11-12 vjeç, fëmijët karakterizohen nga një veprimtari e lartë lëvizore, fizike e psikike. Këtu rritet shkalla e të menduarit, zhvillohen e pasurohen emocionet, fantazia, krijimtaria, intuita dhe njëherësh e ashtuquajtura moshë e naivitetit. Në këto moshë ato pranojnë me lehtësi mendimet e mësuesit, trajnerit e prindërit. Kjo moshë e ka të vështirë përqëndrimin e vëmendjes. Fëmijët janë të prirur për veprimtari konkrete, përvetësojnë mirë elementët lëvizorë më shumë duke parë e ushtruar se sa duke dëgjuar. Këta fëmijë kërkojnë gjithmonë variacion në zgjidhjen e detyrave të tyre, në familje, shoqëri, dhe ekipet sportive. I lindin shumë probleme, që vetë nuk arrijnë ti zgjidhin. Prandaj kërkohet ndërhyrja e domosdoshme e mësues-trajnerëve të cilët me autoritetin dhe njohuritë e tyre i bindin fëmijët në zgjidhjen e tyre, duke i referuar gjithnjë rolin e shoqërisë dhe të kolektivitetit.

Në moshën e mesme shkollore 11-12 vjeç fëmija ka një aktivitet të madh mendor. Dallohen për fantazi, kujtesë, dëshirë për të kaluar shumë kohë në kolektivitet si dhe diferencim interesash. Në zhvillimin fizik bëhen ndryshime të dukshme, të cilat duhet të jenë në qendër të vëmendjes.

Në moshën e adoleshencës dhe të rinisë 14-18 vjeç.

Adoleshenca është periudha e ndarjes nga fëmijëria, që shënon lidhje të reja dhe në sfera të panjohura deri atëherë. Lind vetëdija për botën, mbi vetveten, mbi kohën, lindin pyetje e kërkohen përgjigje të shumta. Shfaqet edhe ndjenja e forcës dhe e pa aftësisë, e vullnetit dhe e pamundësisë, e interesit dhe e shqetësimit nga të paparazit. Shfaqet nevoja për një prototip më të mirë, më të fuqishëm se vetja, nevoja e mbrojtjes dhe më tepër se ajo nevoja për mirëkuptim, nevoja për mik.

Adoleshentëti tani është dikushi, që di të jetojë, të ndjejë thellësitë e problemit e të cilësive të qënies së re plot dëshira, brishtësi dhe entuziazëm. Ka tendencë për liri, por këtë e sheh në mundësinë e plotësisht të çdo dëshire, madje në kohën dhe mënyrën siç e kërkon vetë.

Tek të rinjtë, zhvillimi mendor nuk ndryshon nga ai i të rriturve. Sjellja dhe veprimi kryhen me synime të vetëdijshme dhe kritike. I riu interesohet aktivisht për zhvillimin e tij perspektiv. Sjellja dhe marrëdhëniet në shoqëri bëhen të vetëdijshme duke rritur gjithnjë personalitetin e tij. Por adoleshenca quhet edhe moshë e rebelimit. Prindërit janë mjaft të shqetësuar për fëmijët e tyre. Flokët e gjatë, notat e ulta dhe mungesat pa arsye në shkollë, kthimi i vonë dhe sjellje agresive në shtëpi dhe shoqëri, janë disa veçori negative që shfaqen në disa individë apo grupe adoleshentësh. Këtu më shumë se kurrë prindërit duhet të marrin përsipër përgjegjësitë e tyre për të komunikuar me ta por me marrëdhënie të tjera. Ata të mos fajësojnë grupin në të cilën bëjnë pjesë, por ta kuptojnë se fëmija tek ky grup gjen vetëm mundësinë për të shprehur atë çka është mbrenda tijë.

Në të kundërt, ka edhe adoleshentë, që mbyllen në vetvetë në të katër muret e shtëpisë. Ata, që zgjedhin këtë rrugë shpesh ndihen të trembur nga jeta. Shumica e tyre kanë patur prindër mjaft autoritarë, që i kanë mbajtur të shtypur dhe si pasojë, ata tani nuk guxojnë të përballojnë rreziqet që ajo u afron. Ata preferojnë të zgjedhin një jetë të sigurtë por të ngurtë.

Arsyeja e karakteristikave të mësipërme negative është izolimi i personalitetit. Ata janë mbajtur tepër të izoluar dhe krejtësisht nën diktatin e prindërve. Probleme të tilla do të kalohen, duke krijuar tek ata dinjitetin dhe besimin që ata janë të vlefshëm për vetë, për prindërit dhe shoqërinë.

Këtu rolin më pozitiv e luan jeta në kolektiv, veçanërisht në kolektivat sportive, që ndikojnë fuqishëm në formimin e personalitetit të fëmijës. Tek ata që inkadrohen në sport, njohja e veçorive anatomo-fiziologjike është domosdoshmëri. Arritja e rezultateve të larta në stërvitje dhe në garë, kërkon nga mësues-trajnerët, të kenë njohuri të domosdoshme për aftësitë funksionale të organizmit si dhe të njohin metodat stërvitore. Fëmijët kanë premisa biollogjike dhe aftësi të mjaftueshme mendore për të formuar shprehi të ndërlikuara lëvizëze. Karakteri edukativ i të mësuarit është kusht i domosdoshëm i procesit mësimor-stërvitor është uniteti i të menduarit me edukimin.

Zhvillimi i përgjithshëm fizik, ka për qëllim rritjen e aftësive funksionale të organizmit dhe krijimin e një baze të qëndrueshme fiziko-funksionale, për punë dhe rendimet të lartë. Ajo duhet të drejtohet në të gjitha cilësitë fizike. Fillon me ushtrimet e shpejtësisë, vazhdon me forcën, qëndrueshmërinë dhe përkulshmërinë.

Zhvillimi special fizik ka për qëllim të zhvillojë ato cilësi lëvizore që lidhen drejt për drejt me përvehtësimin e shpejtë të ushtrimeve të veçanta teknike në një sport të caktuar. Në këtë etapë rëndësi të veçantë ka rritja graduale e ngarkesës deri tek ajo maksimale.

Nga ana moralo-volitive adoleshenti apo i riu sportist, të përgatitet për vështirësitë e stërvitjes të garës apo të lojës, sepse perfeksionimi kërkon mundim dhe kohë. Metoda e bindjes është kryesore. Baza e edukimit moral është vullneti. Me vullnet kapërcehen vështirësitë. Shumë e rëndësishme është edukimi i ndjenjave humane të miqësisë, të shoqërisë dhe të kolektivitetit, ndjenja e drejtësisë në luftën sportive, respekti për kundërshtarin, për gjyqtarin dhe publikun. Mësues-trajneri udhëheq dhe drejton me shembullin e tij kur paraqitet estetikisht mirë e bukur do të imitohet nga fëmijët dhe e kundërta.

Konform parimeve të metodës së bindjes, mësues-trajneri është i detyruar të përdori shembullin pozitiv, lavdërimin dhe nga ana tjetër edhe qortimin, vërejtjen etj.

Jepini këshilla bindëse që ai të mos e bëjë gabimin. Po gaboi atëherë me qetësi dhe pa nervozizëm, spjegoi kjo dhe thjesht gabimin. Po vazhdoi të gaboj, atëherë qortoje dhe bëji vërejtje vetëm për vetëm (midis katër syve) dhe më vonë para kolektivit dhe deri në ndëshkim. Por kini

kujdes. Mos i diktoni gjithshka, sepse fëmijët rriten, madje rriten shpejt dhe nuk duhet të trajtohen si fare të vegjël dhe nuk i durojnë dot moralizimet e tepërta. Mos i përsërisni të njëjtat gjëra, sepse i bezdisni dhe acaroni. Edhe ushtrimet e lehta dhe tepër të njohura dhe të aplikuara shpesh krijojnë monotoni. Për një veprim mos i thoni një herë "po" dhe njëherë "jo", sepse ashpërsia dhe butësia e tepruar janë gjithnjë të dëmshme. Siç kemi përmendur edhe më sipër, sinqeriteti ka një rëndësi të veçantë. Të gjitha veprimet do të jenë të padobishme, nëse nuk ka sinqeritet.

Fëmijët kanë nevojë për çlodhje dhe trajtim të ngrohtë. Butësia në komunikim të shoqëruar gjithnjë me buzëqeshje, për ta është inkurajim për të vazhduar me ngulm stërvitjen. Trajneri ndoshta e ka të vështirë të buzëqeshë por mbetet kërkuar ndaj taktit të tij.

Ushqimi kalorik, kushtet higjienike dhe kalitja sistematike e organizmit ndihmojnë aktivisht në mbarëvajtjen e shëndetit, përballimit të stërvitjes, pakësimin ose eliminimin e sëmundjeve. Ushqimi është thelbësor për jetën dhe burim kryesor i vazhdimësisë së sajë. Për rregjimin ushqimor duhet treguar kujdes i veçantë. Fatkeqësisht, sot po abuzohet me gjellët e shëndetshme me zarzavate, mish e perime që janë shumë forcëdhënëse. Ato janë zëvendësuar me çokollata, sheqerka, hamburger etj. që e dëmtojnë organizmin e fëmijëve; nuk mohojnë edhe vlerat e tyre, por trupi i fëmijës ka nevojë për një shumëllojshmëri lëndësh ushqyese si proteina, karbohidrate, yndyrna etj.

Proteinat janë të nevojshme për ndërtimin dhe ruajtjen e muskujve, të gjakut, lëkurës, kockave dhe organeve të trupit. Ndodhen te mishi i shpendëve, peshku, bathët, bizelet, qumështi, vezët etj.

Karbohidratet sigurojnë energjinë dhe ndodhen te orizi, mishi, gruri, patatet dhe sheqeri.

Yndyrnat shërbejnë si lëndë ndërtuese. Ndodhen te vajrat, mishi, dhjami i derrit, gjalpi, margarina, arra etj. Gjithashtu disa kripëra minerale janë përbërës të një pjesë të madhe të indeve të trupit si p.sh. kalçiumi etj.

Gjithashtu fëmijët kanë shumë nevojë për vitamina. Ushqimet e pasura me vitamina A janë: perimet me ngjyrë jeshile, kungulli, patatet, karrotat, vezët, mëlçia, fasulet, drithërat dhe mishi. Ushqimet e pasura me vitaminë

B janë: perimet e gjelbëra, bizelet, peshku etj. Ushqimet e pasura me vitaminë C janë: frutat dhe shumica e perimeve. Ushqimet e pasura me hekur janë: mish, peshku, prodhimet e nëntokës, fasulet, bizelet, frutat e thata. Por fëmija harxhon energji të konsiderueshme. Ja sa kalori harxhon fëmija për një orë, duke u marrë me shumëllojshmëri sportesh:

- Qëndrimi ulur 40-50 kalori	- Not 700 kalori
- Shëtitje 89-90 kalori	- Volejboll 600 kalori
- Pingpong 300 kalori	- Basketboll 600 kalori
- Gjymnastikë 600 kalori	- Vrapim 700 kalori
- Futboll 700 kalori	- Aerobi 800 kalori

Duke i harxhuar kaloritë me të tilla sporte, organizmi do të jetë i shëndetshëm, i shoqëruar gjithnjë me shumëllojshmëri ushqimesh.

Planifikimi dhe përgatitja e mësues-trajnerit për ndeshje

Planifikimi i stërvitjes bëhet konform përbërjes së ekipit dhe shkallës së stërvitshmërisë së tyre. Puna bazë është hartimi i planeve, grafike e tematike, mujore, vjetore e shumëvjeçare nga të cilat del plani javor dhe nga ky ay ditor.

Në planin ditor shprehet tema kryesore e mësim-stërvitjes dhe shpërndarja e ngarkesës në vëllim, në kohë, në herë, në shifra, në kilogram etj. si dhe shkalla e indensitetit të veprimeve, udhëzimet metodike dhe metodat e realizimit të ushtrimeve. Trajner-mësuesi e ndërton mësim-stërvitjen në mënyra krijuese duke u bazuar në të dhënat e planifikuara më parë dhe duke bërë ndryshimet e mundshme në përshtatje me kërkesat dhe kushtet konkrete të zhvillimit të stërvitjes.

Është e nevojshme që para stërvitjes ato të njihen me planin e punës për tu parapregatitur nga ana psikologjike për të përballuar ngarkesën stërvitore. Mbas mbarimit të stërvitjes mësues-trajneri analizon zhvillimin dhe asimilimin me anët poizitive e negative të sajë. Kjo i jep mundësi që të bëjë vetkontroll kritik të punës së vet, për të dalë në përfundim të drejtë dhe të rritë punën në të ardhmen. Kryesorja e analizave të tilla për çdo ditë, çdo javë dhe në fund të çdo etape dhe periudhe stërvitore,

ndihmon të nxirren përfundime të sakta, të rritet niveli i dijeve teknike dhe praktike, që e ndihmojnë të zhvillojë më tej nivelin metodik e shkencor të stërvitjes dhe të përgatiten sportistë me nivel të lartë.

Shumë i rëndësishëm është kontrolli dhe vlerësimi i përgatitjes së sportistëve

Këto janë masa efektive me anën e të cilave përcaktohet shkalla e ndikimit të ngarkesës stërvitore, të mjeteve dhe metodave të përdorura në procesin stërvitor. Ky kontroll bëhet nëpërmjet testeve fizike, teknike, taktike, nëpërmjet vëzhgimeve subjektive, provave dhe testeve funksionale mjekësore, sportive etj. Të dhënat, rregjistrohen dhe analizohen në veçanti dhe në përgjithësi, me anë të tyre merret informacion i rëndësishëm për gjendjen dhe nivelin e përgatitjes për çdo komponent, për shkallën e përshtatjes të ngarkesës fizike, për nivelin e stërvitshmërisë dhe nxjerrjen e përfundimeve për punën e ardhshme stërvitore.

Nuk mund të pretendosh rritjen e rezultateve të larta pa bërë analizën e të dhënave objektive dhe të vëzhgimeve subjektive të marra nga testet e ndryshme.

Aktualisht, cilësia që duhet edukuar me këmbëngulje është atdheadashuria

Do të ishte paradoksale të mendonim, që edukimi i sajë të bëhej vetëm në kolektivin sportiv, por njëherësh, me kënaqësi konstatojmë se motoja "Atdheu mbi të gjitha" po futet edhe më shumë në mendjet dhe zemrat tona. Krenohemi kur shohim tifozët tanë të veshur kuq e zi dhe mbulohen me flamurë kombëtarë. Me dashurinë për Atdheun ecet përpara, konsolidohet shteti, forcohet demokracia pluraliste si dhe ekonomia e tregut. Gjithçka të edukohet duke u nisur nga interesat e Atdheut dhe të popullit të Shqipërisë sonë "hallemadhe", siç e ka quajtur poeti. Mund të thuash se tashmë këtë e dinë të gjithë. Ashtu është. Por puna qëndron se sa udhëhiqen ata në jetë nga ky parim i madh etiko-politik, pra ta duash Atdheun jo më nga pozitat e kaluara, por nga kushtet reale të krijuara.

Jetojmë në kohën, kur njerëzit duan të largohen nga Shqipëria. Kanë ikur shumë. Nuk përjashtohet mundësia që disa edhe mund të kthehen, por edhe nëqoftëse qëndrojnë atje, ti shërbejnë Atdheut në forma dhe rrugë të ndryshme.

Për lartësinë trupore ka rëndësi edhe stimulimi i saj

Në procesin e rritjes dhe të zhvillimit të organizmit, njeriu pëson ndryshime morfollogjike, fiziologjike dhe neuropsikike që kanë karakter individual.

Rritja dhe zhvillimi bëhet në periudha të veçanta të jetës së njeriut. Kjo nuk bëhet në mënyrë të barabartë, ka periudha rritjeje, si dhe stabilitet, prandaj ajo që duhet shfrytëzuar dhe stimuluar drejt dhe në mënyrë shkencore periudha e rritjes dhe e zhvillimit të organizmit, bazohet në ligje biollogjike e shoqërore. Organet dhe sistemet e organizmit formohen, rriten, ndryshohen në mënyrë të pandërprerë me afate të ndryshme në periudha të veçanta të caktuara të jetës së njeriut.

Për rritjen trupore, shumkush ka mendimin e absolutizimit të rolit të trashëgimisë genetike. Por përvoja e sotme, nuk e rendit atë në plan të parë. Si fillim rekomandojini fëmijës, që për të matur lartësinë e trupit të shkallëzojnë (në një vend të shtëpisë) një metër-lartësi, ku 0 (zeroja) fillon nga dyshemeja. Së pari bëhet nxemja e trupit me ushtrime të karakterit të përgjithshëm dhe pastaj me ushtrime speciale që ngacmojnë epifizat e eshtrave të gjata, duke dominuar ato të përkulshmërisë.

Por aktualisht më rezultative janë ushtrimet në hekurin gjimnastikor. Ay ka një dimension aq të trashë sa ta mbërthejë dora e fëmijës, vendoset në murin e koridorit apo të ballkonit të shtëpisë apo diku tjetër, gjysëm metri apo 1 metër nga lartësia e fëmijës me krahë të shtrirë lart. Kur bindeni se hekuri është i sigurtë dhe e mban plotësisht peshën trupore gjithnjë në rritje të fëmijës, atëherë fillojnë ushtrimet e mëposhtme.

1. Qëndrimi fillestar me trup të zgjatur sa më poshtë. Në fillim 10", pastaj 20", 30" deri 1'.

2. Qëndrimi fillestar si ushtrimi i parë, por familjari apo shoku e tërheq me kujdes nga mesi i trupit në drejtim poshtë. Në fillim 5 herë,

pastaj 10 herë e kështu me radhë deri 20-30 herë.

3. Njëlloj si ushtrimi Nr. 2, por tërheqja bëhet duke kthyer mesin e trupit (gollganet, artikulationi kokso-femoral) anash-djathtas e anash-majtas. Doza e njëllojtë.

4. Njëlloj si ushtrimi Nr. 3, por tërheqja bëhet duke e kapur nga gaviljet e këmbës poshtë. Doza e njëllojtë.

5. Qëndrimi i varur në hekur dhe lëkundje në vend me përpëlitje. Doza në fillim 5 herë, pastaj duke e rritur gradualisht deri në 30 herë.

6. Njëlloj si ushtrimi Nr. 5, por tashmë këmbët kryqëzohen. Doza e njëjtë.

7. Qëndrimi i varur, mbas 5" hiqet dora e majtë dhe qëndrohet vetëm me dorën e djathtë dhe e kundërta. Fillon me 1-2-3 herë, pastaj gradualisht deri 10 herë. Me ushtrimet e rekomanduara më sipër, si dhe me të tjera, shpresohet që lartësia trupore të përmirësohet.

* * *

*Fragmente dhe obsione me sportistë të ndryshëm,
që me fjalë të singerta,
të ngrohta por...
dhe të hidhura shfaqin mendime
për trajnerët e tyre.*

*Personifikohet trajneri model nga të gjitha pikpamjet,
por edhe me të meta e dobësi, përmirësimi
i të cilave është domosdoshmëri e kohës.*

*Meqenëse, shumica e të intervistuarve
preferonin animatin detyrohem ti cilësoj pa emërtime.*

Autori

* * *

“Kam patur të bëj edhe me sportistë të mirë por edhe me hipokritë që ndërronin sipas situatës duke shikuar gjithnjë interesat e tyre dhe duke dëmtuar interesat e të tjerëve. Kurrë nuk e kam lëvdur vehten. Lërimi të tjerët t’ju vlerësojnë“, një trajner.

* * *

“Trajnerin tonë A. K. e vlerësonim shumë. Ishte i përkryer si në stërvitje ashtu dhe në ndeshje të cilat i drejtonte qetësisht. Në pushimet që merrte gjatë lojës udhëzonte pa polemizime dhe situatat ndryshonin më shumë për të mirë. Eshhtë i pari trajner voleybolli që mbante shënime gjatë ndeshjes. Me sjelljen dhe të folurit e tij të kulturuar, të mbështetur tek evidentimet e tija të sakta, të bindëte plotësisht për kontributin e tij në lojë. Ndonjërit prej nesh i dukej se kishte luajtur mirë, por profesori ja dokumentonte se gabimet ishin më të mëdha se sa të mirat”, një voleybollist.

* * *

“Kam qenë futbollist, që jam stërvitur nga tre trajnerë. Njëri më i mirë se tjetri. Por mua më pëlqente më shumë R. S. Ishte gjithnjë i predispozuar, serioz dhe i denjë. Mbasi na stërviste së bashku, pastaj na ndante sipas reparteve. Ishte i ndershëm, por pak i mbyllur. Më shumë donte mbrojtjen se sa sulmin”, një futbollist.

* * *

“Megjithëse trajneri im ishte me shumë reputacion, madje disa herë kampion, ishte i thjeshtë, kokëulur dhe punonte pa eufori dhe me largpamësi. Shkallët e cilësisë i ngjiste ngadalë, por me siguri. E meritonte

të ishte trajner i kombëtares, madje kryetrajner”.

* * *

“Trajneri ynë kishte shumë emocione që nuk i kalonin shpejt. Na ndiqte vetëm ne, kundërshtarin nuk e shihte fare, sepse përfshihej në ethet e tifozllëkut. Asnjë arbitër nuk i pëlqente”.

* * *

“Kishte diapazon të gjerë njohurishë, aftësi dhe pjekuri. Me atë trajner të mrekullueshëm që kishim, mbanim lidhje të forta dhe të singerta, figurë shumë simpatike. Buzëqeshte gjithmonë çiltërsisht, njihte edhe familjet tona”.

* * *

“Më thonin se isha me perspektivë, por në sport nuk bëra hajër. Shkaku ishte trajneri. Me keqardhje, por ai ishte injorant dhe arrogant. Stërvitjen e bënte të mirë, por nxehej shpejt dhe na shante. Merrej me thash e theme, gjithnjë nakatoste diçka të cilat nuk merreshin vesh se kush ishte e sajuar dhe kush e vërtetë dhe për këto shmangej nga ballafaqimi. Dëshironte të dilte mbi ekipin, duke dashur suksese personale, por arriti pak. Kjo ishte arsyeja që u largova nga sporti...”

* * *

“Trajneri ishte njeri normal, në raste të veçanta tregonte karakterin e tij të mirë. Stërvitjet dhe ndeshjet kishin vështirësitë e veta. Por lodhjen na e largonte trajneri me aftësitë e veta dhe vullnetin dashamirës, gjithnjë i këndshëm dhe interesant”.

* * *

“Nuk kam përshtypje të mira, sepse ishte ambicioz, i pa ndjeshëm dhe nuk shquhej për aftësi. Nuk e pashë të buzëqeshhte apo të uronte

trajnerin kundërshtar. Ishte përgjegjës për shumë ndeshje të humbura, gjatë ndeshjes nxhej shpejt dhe ne të qetësonim trajnerin apo të qetësoheshim vetë. Merrej me lojra fjalësh, gjithçka e kishte me mëdyshje, ishte kapriçioz ndonse hiqej si i butë“.

* * *

“Na trrajtonte me ngrohtësi dhe jo me raporte të ftohta autoritare. Nuk mund të them se ishte më i miri, por e them me plot gojë se punonte shumë dhe gjithnjë me dëshirë dhe përkushtim. Lodhej shumë, kishte vështirësi, por dinte ti kalonte.

Me atë trajner kemi kaluar shumë mirë, ishim si një familje e madhe dhe e vërtetë; kishim edhe përplasje, por bënim edhe vrejte e sygjerime për stërvitjen dhe ndeshjet. Dhe kjo sepse stërviteshim shumë orë në ditë, udhëtonim shumë, shkëputeshim nga jeta reale, kështu që pjesën më të madhe të kohës ishim bashkë. Pra, jam ndier mirë, ai bënte një punë të mrekullueshme. I pëlqente të ishte dikushi dhe të ecte përpara”.

* * *

“Qëndrimi çdo ditë 2-3 orë në stërvitje, për vite me rradhë, me një trajner, sillte gjëra të ndryshme dhe të çuditëshme, edhe të bukura edhe jo të bukura.

Nuk them se bëra karrierë të plotë sportive por edhe pak jo. Trajneri i kërkonte më shumë veches se sa neve. I pëlqente muzika italiane dhe shpesh e shihja vetëm, ndofta i pëlqente vetmia. Kishte kulturë por duhej të ishte më komunikues veçanërisht me të afërmit tonë.

Trajneri jone përpiquej shumë. Gjithnjë tentonte për të bërë diçka, por nuk ja arrinte qëllimit edhe për këtë ishte nervoz. Mendonte se ne nuk donim t' i bënim mirë ushtrimet apo taktikën e tij dhe për këtë zemërohej shpejt. Kërkonte ta degjonim me vëmendje dhe nuk merrte parasysh se ne ishim të lodhur dhe vëmendja e plotë ndaj tij ishte e pamundur.

Nuk e kuptonte se ishte pa krijimtari dhe pa ekuilibër. Nuk e morrëm vesh a kishte qenë i përkëdhelur apo përkëdhelte vechen...

* * *

Trajneri im asnjëherë nuk vinte në stërvitje i pa përgatitur. Me atë copën e letres në dorë dhe bilbilin në qafë, na bënte stërvitje të bukura. Kishte një kujtesë fenomenale. Kemi qenë me fat, që patëm një trajner të tillë. Megjithatë ishim adoleshente apo të reja, ai na kuptonte drejt. Me atë pak humor që kishte, por me këshilla të vlefshme jo vetëm na çlodhte, por na përgatiste që të përballonim stërvitje të forta. Më vret ndërgjegjja për disa probleme që i kam nxjerre si në pjesëmarrjen në stërvitje ashtu edhe për impenjimin në lojë. Më ka ardhur shumë keq, që kur humbi kampionatin, ju vërsulën të gjithë, duke e hedhur poshtë punën e tij shumë të mirë profesionale. Kam mendimin se jo çdo gjë varet nga trajneri. Nuk duhet të ndodhë kështu. Tani që jamë vetë trajnere, për shumë gjëra e imitoj.

* * *

Trajneri im ishte një ish sportist, por pa arsimin përkatës. Ndonëse ishte shumë i zënë në profesionin e tij, e ndjente shumë detyrën e trajnerit. Ishte konfuz, donte t' i kënaqte të gjithë, shpesh mbetej i shtangur dhe i habitur. Në fillim menduam se do të ishte një shkatërrim për skuadrën. Por nuk ndodhi ashtu. Ai pyeste, kërkonte dhe vazhdimisht kërkonte. Por mungesa e njohurive të thella profesionale, bënte që ai çdo gjë që fillonte nuk e çonte deri në fund...

Asnjëherë nuk u argëtua me ne, nuk organizoi ndonjë takim ose vizitë kolektive.

* * *

Trajneri im ishte i pa përsëritshëm, me të gjitha cilësitë e mira. Atij edhe e bërtitura e rrallë i kishte lezet. Edhe tani kur e takoj, ndjej të njëjtin respekt. Tashmë atë e njeh e tërë familja ime. Ndonëse është plakur (ka vënë syze, flokë të bardhë dhe pak i dobësuar) sa herë që e takoj dhe koinçdon se jam me fëmijët e mij, ai me fjalë të prera dhe të bukura, i rekomandon atyre të merren me sport, që t' i ngjajnë babit të

tyre, që ishte sportist me trup të bukur dhe sjellje të shkëlqyeshme. Më vjen keq kur shoh në TV ndonjë takim apo mbledhje sportive dhe atë nuk e shoh kurrë. Pleqëri të mbarë dhe jetë të gjatë "Profesor"

* * *

Shpreh zemërimin tim ndaj tij, më ka trajtuar keq dhe më ka shkaktuar vuajtje. Nuk e frenonte vehten gjithnjë bërtiste ose fliste me zë të lartë, duke kaluar ndonjëherë deri në "lajthitje". Kthehesha nga stërvitja me trishtim, ma zhdukte dashurinë që kisha për sportin... Çuditërisht nuk e shoh më.

Ke bërë mirë që e ke kapur këtë temë sepse është gjithnjë aktuale. Trajneri/jonë ishte korrekt dhe i mirëkuptueshëm për çdo problem. Ekipi ishte kompakt dhe i bashkuar. Vazhdimisht thoshte "Luani siç jemi pregatitur, siç dini ju, të jeni të lirshëm". Kur humbte ishte i pari që uronte trajnerin kundërshtar. Vërejtjet apo propozimet tona gjithnjë i merrte në konsideratë, duke u munduar që të realizonte kërkesat tona. Ndaj albitrave ishte shumë korrekt dhe tepër i sjellshëm.

* * *

Fragment nga një letër, që ish student (tani trajner në SHBA) i shkruan pedagogut të tij të Institutit.

"Si gjithmonë mbeteni figurë e shenjtë dhe e nderuar në jetën time si trajner, sepse çdo gjë e mësuar në bangat e shkollës nga Ju, më japin dritë për të ecur më përpara. Do të kisha shumë dëshirë t'iu kisha pranë, për një këshillë apo mendim. Nuk thonim kot se Prof. ynë është kapacitet.

Ju përqafoj me respekt F.C.

Te bëhesh sportist cilësor

nuk është e thjeshtë.

Duhet punë intensive me ngarkesa

të larta, vullnet, durim;

të privohesh nga kënaqësitë

dhe gëzimet profesionale e familjare.

Duhet gjithnjë të sakfifikosh.

Ndërmjet numrit të shumtë të trajnerëve me tituj, nga të gjitha llojet e sporteve, kemi komunikuar me elitën e tyre, nëpërmjet pyetjeve të mëposhtme.

1. Stazhi, titujt, rezultatet etj.
2. Vlerësimi i figurës së trajnerit si specialist, mësues dhe edukator.
3. Ç'farë marrëdhëniesh duhet të ketë trajneri me sportistët, gjyqtarët, kolegët, drejtuesit, publikun etj.
4. Episode të ndryshme pozitive dhe negative mbresëlënëse.
5. Kur dhe ku keni gabuar dhe ç'farë ju ka mbetur pa realizuar.
6. Hobi juaj.

Në vazhdim do të lexoni se nëpërmjet intervistave dalin akoma më qartë mendimet, idetë dhe botëkuptimet për figurën e trajnerit.

Dhe këtë e bëjnë me qëllimin që përvojën e pasur, dijet dhe mendimet e tyre të vyer, t'ia transmetojnë të tjerëve.

Dhe faktet gjithnjë të imponojnë.

* * *

“Mjeshtër i madh i punës”:

- Faruk Kalleshi	Peshëngritje
- Fatos Muça	Shah
- Muhamed Përmeti	Basketboll
- Petrit Murzaku	Volejbol
- Medin Zhega	Futboll
- Zihni Gjinali	Futboll
- Minella Kapo	Alpinizëm, Mjeksi Sportive etj.
- Zyber Konçi	Futboll

Mësues veteranë të edukimit fizik dekoruar me titullin “Mësues i Popullit”:

- Avni Zajmi
- Irfan Tershana
- Rexhep Rama
- Ismet Bellova

“Mësues të merituar”:

- Feti Dizdari	- Ksanthini Dilo
- Ibrahim Dizdari	- Fehti Borova
- Belul Hatibi	- Ilia Shuke
- Ana Qendro	- Mirjan Hakani
- Petrit Qendro	- Jani Daci

Irfan Tershana

Mjeshtër i madh i infrastrukturës sportive

Datëlindja 14.05.1905 Dibër e Madhe

Arsimimi. Shkolla e mesme "Harry Fultz", Akademia e Edukimit Fizik në Romë. Specializuar për projektim dhe zbatim të objekteve sportive në Romë, Berlin, Londër, Stokholm etj. 274 projekte sportive.

Dekoruar me "N. Frashëri" Kl. I. Dekorata nga Komiteti Olimpik Ndërkombëtar, Trofeu "Galfoin", Zvicër si projektues e zbatues i objekteve sportive. "Mësues i Popullit", medalje ari nga Ministria e Kulturës, Rinisë e Sporteve. Eshtë 97 vjeç, mban një regjim të përsosur, të alternuar me punë fizike dhe mendore.

Ish-sportist i gjithanshëm duke u marrë me futboll, basketboll,



alpinizëm, bejsboll, ski, tenis, not etj. Mbas shkollës së mesme teknike të Tiranës, kryen studimet në Akademinë Sportive të Romës (1929-1932) ku përveç diplomës, specializohet edhe për infrastrukturën sportive. Si mësues dhe inspektor fiskulture punon në Tiranë, Lezhë, Berat, Shkodër etj.

Nga 1944-1978 (kur

del në pension) punon në Komitetin Shtetëror të Fiskulturës, ku projektonte dhe zbatonte ndërtime sportive dhe prodhime të mjeteve sportive. E ka filluar me stadiumin "Qemal Stafa" së bashku me Ing italian Danek, për ta vazhduar me stadiumet dhe komplekset sportive të Shkodrës, Korçës, Durrësit, Elbasanit, Pogradecit, Fierit, Lezhës, Lushnjës etj. Po projektonte trampolinën e skive në Shishtavec (Kukës) si dhe vegla gjimnastike për kopshtet parashkollore dhe shkollat.

Hobi i tij vazhdon të jenë shëtitjet gjimnastika e mëngjezit dhe e mbrëmjes, leximi dhe studimi 4-5 orë në ditë, dhe veçanërisht piktura.

Mehdi Jashari

Arsimi. Akademia e Kulturës Fizike e Sporteve në Sarajevë

- Specializim pasuniversitar, 2 vjeçar në Beograd.

- Specialiteti hendboll

- Dekan i Fakultetit të Edukimit Fizik, Prishtinë.

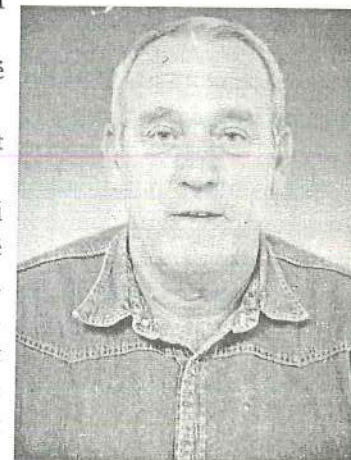
- Grada shkencore, Profesor - Doktor.

- Trajner me ekipet e "KH Borci" e Ferizajt "KH Elektro ekonomia", "KH Prishtina" meshkuj, "KH Prishtina" femra.

- Seleksioner i përfaqësueses së Kosovës në 1981-1989.

- 2 vitet e fundit koordinator i ekipit të Kosovës për të rinjtë.

Trajneri është njohës dhe zbatues i denjë i procesit stërvitor dhe me veti të larta të personalitetit të tij. Punëtor pa kompromis dhe i pa lodhshëm. Njohës teorik i taktikës dhe strategjisë së sportit të tij. Të jetë profesionist në zbatimin e planifikimit të drejtë të procesit stërvitor, veçanërisht në perfeksionimin



e elementëve teknikë dhe rritjen e personalitetit të sportistit.

Mardhëniet me sportistët të jenë të shëndosha, të përmbajtura dhe tejet autoritare. Kjo nuk do të thotë të jesh larg tyre, përkundrazi afër si gjatë stërvitjes ashtu dhe garës.

Me kolegët, stafin, gjyqtarët, publikun me respekt reciprok dhe me veprime të kryera në mënyrë korrekte. Nga ana tjetër jam ndar, megjithë qëndrimin pranë dhe ndihmën e gjithanshme që i kam dhënë me ata sportistë të cilëve u mungonte grinta sportive, shpirti luftarak dhe impenjimi maksimal nëpër gara.

Që të jesh trajner i mirë duhet shumë punë dhe nuk duhet të thuash se sot kam punuar gjithë ditën. Personalisht nuk e kam matur rezultatin e punës me kohën që kam kaluar në punë por nga përfundimi dhe produkti i sajë.

Sigurisht me sportistët që punon dalin shumë probleme. Në klubet sportive ku kam punuar përgjithësisht me sportistë të mrekullueshëm dhe staf komunikativ, por jo gjithmonë të tillë. Për mua çdo kampionat ishte eveniment. Në luftën për të bërë ekip cilësor sigurisht kam kaluar vështirësi. Në këto situata nuk e kam lënë vehten të bie në pesimizëm sepse është shenja e njerëzve të dobët. Njeriu që ka shpresë i kalon gjithnjë vështirësitë.

Në karrierën time të gjatë si lojtar e trajner hendbolli, kam patur episode nga më të ndryshmit. Por prej tyre po përmend episodin, kur shënova një gol në sekondat e fundit dhe skuadra jonë u kualifikua në ligën kualitative të ish-Jugosllavisë. U cilësova si goli më i bukur i atij turneu në Beograd.

Mendoj se duhet të luftonja më shumë tek drejtuesit e klubeve sportive për trajtim më të mirë material të sportistëve. Stimulimi më i mirë material i tyre me siguri do të ndihmonte në anëtarësinë e ligës kualitative të ish-Jugosllavisë.

Hobi im është leximi dhe kjo për faktin e zgjerimit të horizontit si dhe për të patur një botë edhe më të pasur shpirtërore. Më pëlqen veshja - veçanërisht ajo a sportive, pastaj feja, muzika dhe gjytija.

Lame Konomi

Lindur në Vlorë 25.03.1926

Arsim i Lartë A.E.F.S. "Vojo Kushi"

Dekoruar me:

1. Medaljen Naim Frashëri Klasit III
2. Urdhërin "Olimpik"
3. Titullin "Mirënjohje Qytetit Tiranës"
4. Titullin "Kudër i Dalluar"



Ish shef i Klubit Sportiv "17 Nëntori" dhe Kryetar i Komitetit të Fiskulturës së Tiranës për dekada me rradhë 1953-1979. Në 75-vjetorin e ditëlindjes së tij, bashkëkohësit dhe bashkëpunëtorët e tij të sportit e kujtuan me respekt dhe devocion si një organizator të talentuar, menaxher i përkryer dhe i gjithëanshëm, prototip i guximshëm dhe i sakrificës, atëherë kur sporti zhvillohej në kushte të vështira materialo-financiare. Vlerat e tij të shumta i shfrytëzoi në dobi të sportit. Sipas tij: Figura e trajnerit është e barabartë edhe si njeri edhe si profesion. Suksesi i trajnerit varet nga karakteri dhe temperamentin e tij.

Në detyrat e mia kam patur mundësinë për të bashkëpunuar me dhjetra e qindra trajnerë e sportistë, ku secili kishte botën, veçoritë dhe karakteristikat e tij. Njoha shumë trajnerë, me të kaluar të pasur sportive të cilët shquheshin për dashurinë për profesionin e tyre, seriozitetin në punë, që dinin të komunikonin me sportistat dhe me dëshirë për ngritjen tekniko-profesionale për ta çuar sportin e profilit të tyre përpara, duke organizuar stërvitje të bukura dhe të larmishme, duke drejtuar garat e ndeshjet me qetësi e kompetencë profesionale. Duke patur këto virtyte ata arritën suksese me sportin e tyre dhe më pas shumë nga këta trajnerë, arritën të kryejnë edhe funksione të rëndësishme në organet drejtuese të sportit në klubet sportive, por edhe në instanca të larta shtetërore e shoqërore të sportit. Këtë kategori kuadrosh i karakterizonte thjeshtësia, ata nuk jepnin premtime që nuk ishin në gjendje të realizoheshin. Në punën time njoha shumë trajnerë pa arsimin përkatës,

por që me vullnet e pasion u përpoqën shumë për arsimimin e kualifikimin e tyre të vazhdueshëm duke marrë grada e tituj shkencorë. Kjo bëri që ata jo vetëm të ngrenin nivelin e sportit por të merrnin pjesë si të barabartë në kurse dhe seminare me trajnerë dhe specialistë të vendit dhe të huaj; madje duke paraqitur dhe opinionet dhe vlerësimet e tyre. Ata jepnin gjithçka të mirë që dinin dhe kjo bëri që të merrnin frutet e punës së tyre. Njëkohësisht pata mundësinë të njoh dhe disa trajnerë të shkolluar që bënë pak për ngritjen e tyre profesionale, që jepnin pak për ngritjen e nivelit të sportit duke mbajtur veten lart e duke menduar se ata dinin gjithçka. Kjo i bënte ata të qëndronin larg kolektivit dhe nuk komuniknin lirshëm e me shqetësim me kolegët e tyre, por vetëm kërkonin të merrnin më shumë se sa jepnin. Në këtë kategori trajnerësh (që për fat bënë pakicën) ishte e vështirë që të komunikojë, ku planet e programet e tyre ishin në nivel të ulët, ndërsa kërkesat dhe pretendimet e tyre ishin të mëdha; si rrjedhojë kjo kategori e pati karrierën e tyre të shkurtër. Duke dhënë vlerësimin për trajnerët, dëshiroj të nenvizoj se një trajner që të ketë rezultate e suksese në punën e tij duhet të jetë serioz në punë, të jetë studiues, i apasionuar në profilin e tij, të jetë shumë i duruar, të mos revoltohet lehtë, të jetë i komunikueshëm me sportistat, të jetë kërkuar në rradhe të parë ndaj vetes. Roli i trajnerit në sport është shumë i madh, një sportist i mirë është zero me një trajner të keq dhe e kundërta një sportist me nivel të ulët arrin rezultate të larta me një trajner të mirë. Mësuesi apo trajneri më i mirë është përvoja. Shembujt e mësipërm mund edhe ti konkretizoj, por së pari ata janë shumë dhe frika se mos harroja ndonjë, detyrohem të mos përmend emra të veçantë.

Në përfundim me trajnerët që kam bashkëpunuar ruaj respekt dhe vlerësoj punën e tyre fisnike në dobi të lëvizjes fiskulturore-sportive.

Rauf Dimraj

- Arsimi: Fakulteti i Injinerisë A.E.F.S. "Vojo Kushi"
- Specialiteti: Atletik
- Grada shkencore: "Doktor i shkencave"

- Trajner me Dinamon dhe ekipin kombëtar 1979-1989 dhe 1991-1996.

- Atletët e tij kanë fituar në aktivitetet ndërkombëtare 3 medalje ari, 3 argjenti dhe 3 bronxi, përmirësim 13 rekorde kombëtare.

- Në Itali në vitet 1989-1990, asistent trajner në ekipin kombëtar italian.

- 1990-1991 Asistent në qendrën kërkimore shkencore "scuola dello sport", Romë.

- 1998-2000, trajner i përgatitjes fiziko-atletike pranë Federatës Italiane të Sporteve Dimërore.

- Antar i zyrës së studimeve dhe kërkimeve metodologjike të komitetit olimpik kombëtar italian (CONI).

- Drejtor i Sporteve në Bashkinë e Tiranës.



Trajneri specialist realizon tek sportistët adaptime bio-fiziologjike dhe funksionale në favor të shëndetit dhe arritjes së rezultateve të larta, inkuadron ngarkesat stërvitore volum-intensitet, në përputhje me shkencat biologjike, psikologjike, biomekanikë, sociologjike dhe fiziologjike. Trajneri aplikon dietën e ekuilibruar e cila furnizon qelizat muskulore me sasinë e nevojshme të karbohidrateve, proteinave, yndyrnave, vitaminave dhe kriprave minerale.

Trajneri në rolin e mësuesit sipas terminologjisë së mësimdhënies stërvitore përcakton strategjinë e zhvillimit më efikas, ia servir në praktikë sportistëve dhe u mëson atyre teknikat dhe taktikat më të reja.

Në rolin e edukatorit me nivelin e lartë të bindjeve dhe cilësive morale të tij, angazhohet të realizojë nëpërmjet ndërtimit të një programi edukimin e sportistëve si një aktivitet të qëllimshëm dhe sistematik. Krijon dhe stabilizon një bashkësi sportistësh me klimë pozitive psikologjike, edukative, demokratike, për të evituar prezantime të depersonalitetit dhe të mendimeve e veprimeve spontane të tyre.

Në rolin e pedagogut realizon me cilësi kopetencat e tij specifike pedagogjike. Ai krijon marrëdhënie të drejta komunikimi me sportistët e tij, realizon me qartësi programin duke e detajuar shkencërisht atë.

Në marrëdhëniet me lojtarët duhet të dijë të komunikojë, të vrojtojë, ti analizojë dhe ti motivojë ata. E rëndësishme është që të krijojë dhe zgjerojë marrëdhënie bashkëpunimi midis vetë lojtarëve. Rraporti i trajnerit me sportistët duhet të jetë i tillë që ata ta ndjejnë vehten jo një "mjet" instrument të trajnerit, por protagonistë në rolin e tyre. Në çdo disiplinë sportive, gjykimi (arbitrimi) kërkon zotërimin e disa karakteristikave psiko-fizike, morale dhe intelektuale. Trajneri e njeh mirë presionin psikologjik të publikut, pasionet e tifozave dhe marketingun në sport, prandaj ai e di mirë se gjyqtari në ndeshje, ka një detyrë jo pak të vështirë dhe kërkon që gjyqtari të kuptohet, të respektohet dhe të ndihmohet nga të gjithë.

Në lidhje me marrëdhëniet me kolegët, kjo tashmë është kërkesë e kohës. Me drejtuesit e lidh linja organizativo-administrative, drejtuesi i vërtetë është njohës dhe zbatues i tërë problemeve juridike, legjislativë dhe të marketingut. Sporti në vendin tonë gjatë 10 viteve të fundit është larguar mjaft nga të qenurit mësimor. Janë disa "drejtues" që kanë zhdukur 60.000 metra katror terrene sportive në Tiranë dhe kanë dëmtuar rëndë sportin.

Në lidhje me marrëdhëniet trajner-publik, theksojmë se shoqëria sportive "mvaret" nga ata që ofrojnë para, ku protagonistin kryesor është publiku i apasionuar dhe ai tifoz. Bashkëpunimi cilësor trajner-lojtar, bën që sporti si spektakël të prezantojë rregullat e Fair-Play, të servirë emocione, besim, shpresë, krenari, patriotizëm, elemente këto shumë të kërkueshëm nga publiku.

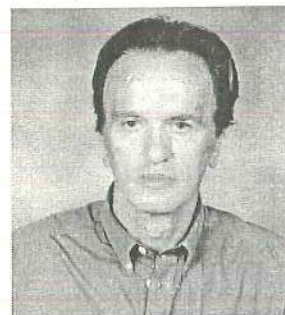
Në kampionatin ballkanik të Atletikës, Greqi 1989, në garën 3000 metra me pengesa, atleti im Krenar Meçani të cilin e kisha stërvitur me metoda bashkëkohore, zuri vendin e parë, duke i dhënë atletikës dhe sportit shqiptar medaljen e artë ballkanike.

Në vitin 1979 fillova profesionin e trajnerit. Për mungesë përvoja dhe literature, stërvitjet i organizoja me intuitë dhe empirizëm, por... kjo fatkeqësisht nuk zgjati shumë. Më ka mbetur peng, mos kurorëzimi me sukses i gjithë asaj pune të madhe stërvitore-shkencore me atleten

Rajmonda Bistika e cila shumë shpejt për arësye familjare, abandonoi sportin.

Hobi im është mjekësia sportive dhe piktura.

Masar Nixha



- Arsimi: Akademia e Edukimit Fizik dhe Sporteve, Beograd

- Grada shkencore: Profesor - Doktor

- Tituj: "Trajner specialist" i basketbollit

- Eksperienca si trajner: "Bashkimi" i Prizrenit, "Universiteti" i Prishtinës, "Shkëndija" Tetovë, Trajner i ekipit të Prishtinës për të rinj "Prishtina" meshkuj.

Trajneri të ketë qenë lojtar, mundësisht mjeshtër. I arsimuar, specialist për ti mësuar sportistët, të ketë vullnet, dëshirë dhe organizim të lartë metodik. Të jetë mjeshtër për të korrigjuar gabimet pasi kjo është rruga që shpie drejt perfeksionimit të elementëve tekniko-taktik. Si pedagog, duhet të ketë ndikim të madh në formimin e personalitetit të sportistit.

Trajneri si udhëheqës duhet të shërbejë si shembull i lojtarëve të vet në sjellje, qëndrim dhe paraqitje. Disiplina e tepruar mund të shkaktojë reagime nga ana e lojtarëve. Gjatë stërvitjes të mendohet edhe për pak argëtim dhe pak humor për t'u relaksuar. Të interesohet për të gjitha problemet e sportistit pasi vetëm atëherë angazhimi do të jetë i lartë si në stërvitje ashtu dhe në ndeshje.

Kolegët të vlerësohen me sinjeritet duke u respektuar veprimtaria dhe personaliteti i secilit.

Më 1980 në ndeshjet e kategorisë së parë të ish-Jugosllavisë për femra midis "Jedinstvo" e Tuzlës dhe "Universitetit" të Prishtinës në Tuzla ka ndodhur një ngjarje krejtësisht e rrallë. Në 15 sekondat e fundit të ndeshjes, prishtinaset ishin në avantazh 75-74 por gabojnë në pasim.

Basketbollistja vendase, sapo zotëroi topin e gjuajti atë pikërisht në sekondat e fundit; topi mbasi rrotullohet disa herë rreth unazës del jashtë. 5 lojtaret e Prishtinës janë shtrirë në dyshme dhe pas pak çastesh shtrihen në parket edhe 5 basketbollistët vendase. Kjo fitore më ka lënë impresione të paharrueshme.

Me skuadrën "Prishtina" (meshkuj), përgatitëm një program perspektiv 4-vjeçar që synonte krijimin e një skuadre cilësore e gatshme që në 1990 të arrinte rezultate tepër të larta, por fatkeqësisht kjo punë u ndërpre për arsye tashmë të njohura.

Hobi im është piktura dhe vizatimi, sepse kam kryer shkollën e mesme të arteve aplikative.

Atletik

"Mjeshttrat e merituar të sportit"

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. Feti Dizdari | 15. Mirush Deliadhisi |
| 2. Zef Hila | 16. Ramazan Driza |
| 3. Belul Hatibi | 17. Isa Tare |
| 4. Agim Çaçi | 18. Vinçens Kacagjeli |
| 5. Shaban Zeneli | 19. Marjeta Pronjari |
| 6. Pina Thani | 20. Skënder Balluku |
| 7. Hysni Bebeziqi | 21. Fatmir Bajraktari |
| 8. Adile Dani | 22. Ajet Toska |
| 9. Rauf Kazazi | 23. Pavlina Evro |
| 10. Petro Qendro | 24. Klodeta Gjini |
| 11. Hajri Alia | 25. Rifat Deliu |
| 12. Besim Qyqja | 26. Pavllo Mihali |
| 13. Taqo Duka | 27. Gjergj Ruli |
| 14. Pirro Kasati | |

Medalje Ari

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1. Dilaver Toptani | 8. Hamide Xhaja |
| 2. Albert Koja | 9. Lumturi Markola |
| 3. Idriz Çinari | 10. Manushaqe Taku |
| 4. Shaban Lundra | 11. Vangjo Afezolli |
| 5. Suad Degeni | 12. Zef Franja |
| 6. Sokol Morina | 13. Marije Ranxi |
| 7. Sofije Meçe | 14. Valbona Teli |

Grada shkencore

1. Prof. Dr. Fatmir Dibra
2. Prof. Asociuar Dr. Marjeta Zaçe
3. Prof. Asociuar Dr. Artan Shyti
4. Prof. Asociuar Dr. Dhimitraq Skënderi
5. Prof. Asociuar Dr. Sami Vorpsi
6. Prof. Asociuar Dr. Agron Kasa
7. Prof. Asociuar Dr. Bardhyl Misja
8. Dr. Leonidha Toska
9. Dr. Agron Cuka
10. Dr. Skënder Balluku
11. Dr. Vildan Tufi
12. Dr. Dhimitraq Dhjaku

Drejtuesit e Federatës

Artan Shyti, President i Federatës Shqiptare të Atletikës
Ajet Toska, Sekretar i Përgjithshëm i F.Sh.A.

Arritjet më të larta në Atletikë

1. Ajet Toska në hedhjen e çekiçit më 75,92 metra, me trajner M. Deliadhisin, pjesëmarrës në Kampionate Botërore, Europiane e Ballkanike, Olimpiada, mitingje etj. I vetmi atlet shqiptar i shënuar në librin e artë të Atletikës Botërore. A. Toska medalje argjenti 74,06 metra në Lojrat Mesdhetare të Sirisë, 1987.

2. Pavlina Evro, me trajner Piro Kasati, medalje të artë në 1988 në Nicë (Francë) me 4.06". Mbajtëse e katër rekordeve kombëtare. Gjithashtu medalje bronxi në Latakia (Siri) në 1500 metra me 4.10.1994.

3. Marjeta Zaçe, kërcim së larti me trajner Taqo Duka.

4. Klodeta Gjini, me trajner Azis Ruli, kërcim së larti 1.92 metra.

5. Adriana Vejkollari, me trajner Sabri Bejlerin, medalje argjendi në Latakia (Siri) me 2,03 në 800 metra.

6. Sazan Visheku, me trajner P. Qendro, kërcim me shkop 5,40 metra.

7. Gjergj Ruli, me trajner Thoma Rada, me 7,70 kërcim së gjati.

8. Alma Thano me trajner Piro Kasati në 100 metra, 11.7.

9. Klodiana Shala me trajner S. Bejleri, 400 metra me pengesa.

10. Elvira Aliaj, çekiç, me trajner Vaso Selenica 49.66, medalje argjendi në Ballkaniadë.

11. Olsi Boko, çekiç, 53.86 metra, medalje bronxi në Ballkaniadë.

Ajet Toska

Lindur: 12.02.1961, Fier

Aktivizuar në sportin e Atletikës në flakjen e çekiçit.

Titulli Sportiv: "Mjeshtër i Merituar Sporti" - "Nderi i Sportit Shqiptar".

Kampion Kombëtar në Atletikë, 12 vjet.

Fitues i Kupës së Republikës, 13 vjet.

Viti	1980	Medalje Ari K. Ballkanik të Rinjve në Selanik
Viti	1983	Medalje Bronxi K. Ballkanik të Rritur në Stamboll
Viti	1984	Medalje Bronxi K. Ballkanik të Rritur në Athinë
Viti	1984	I jepet titulli "Mjeshtër Sporti"
Viti	1985	Medalje Argjendi K. Ballkanik të Rritur në Ankara
Viti	1985	I jepet titulli "Mjeshtër i Merituar i Sportit"
Viti	1986	Medalje Bronxi K. Ballkanik të Rriturve në Ljubjanë
Viti	1987	Medalje e Argjendë Lojrat e Mesdheut Latakia
Viti	1987	4 rekorde në Lojrat e Mesdheut
Viti	1988	Medalje Bronxi K. Ballkanik të Rritur në Larisa të Greqisë
Viti	1991	Medalje Argjendë Miting Ndërkombëtar në Milano
Viti	1998	Shpallet Atleti më i mirë i viteve
Viti	1999	I jepet titulli "Nderi i Sportit Shqiptar"

Rekordmen aktual i garës së flakjes së çekiçit me rezultatin 75.92 cm
Tiranë 1986.

Eshtë Sekretar i Përgjithshëm i Federatës së Atletikës Shqiptare.

Eshtë dekoruar me Medaljen "Naim Frashëri".

Eshtë dekoruar me urdhër "Naim Frashëri" i Klasit të Tretë.

Piro Kasati

I lindur më 1938. Mjeshtri i Merituar i Sportit, Piro Kasati, ia kushtoi gjithë jetën e tij sportit, me kontributin e tij të shquar në Atletikë.

Pas një sëmundje të rëndë dhe një kurimi të gjatë në një prej spitaleve të Selanikut në Greqi, Piro Kasati nuk mundi të shpëtonte nga vdekja. Ajo e mori në moshën 62-vjeçare, më 9 tetor 2001, u bënë homazhet e fundit të tij në Pallatin e Sportit "Tamara Nikolla".

Piro Kasati i është përkushtuar 30 vjet atletikës. 75 takime ndërkombëtare, 100 gara sportive, 65 medalje, 14 rekorde kombëtare, janë mjaft për të vlerësuar kontributin e madh të tij. Në dhjetor të 1999 është vlerësuar me titullin më të lartë "Nderi i Kombit Shqiptar".

Sportistët e shquara të tij i kanë dhënë medalje Kasatit në qytetet si: Nicë (Francë), Sezes (Greqi), Nish (Jugosllavi), Vjenë (Austri), Oslo (Norvegji) e shumë e shumë shtete të tjera. Njëherësh, ai ka qenë edhe trajner i kombëtares nga 1972-1998. Emrat e mëdhenj të sportit shqiptar si Pavlina Evro, Anila Mekshi (Kasati), Donika Hanxhara, Eva Liçolli e shumë sportiste të tjera, kanë dalë nga duart e të mirënjohurit Piro Kasati.

Korçës dhe mbarë Shqipërisë do ti mungojë ky emër i madh i sportit shqiptar.

Ja fjalët e fundit të sportistes së tij, Pavlina Evro: "Ndjej dhimbjen më të madhe që kam përjetuar ndonjëherë. Relatat e mia nuk kanë qenë thjesht trajner-sportist, ne kemi punuar e jetuar si një familje e madhe dhe ai ka qenë për ne megjithë fjalën e plotë, prid. Një dhimbje që do ta ndjej gjithmonë".

Isa Tare

- Mjeshtër i Merituar Sporti
- Nderi i Sportit Shqiptar
- "Mirënjohja e qytetit të Tiranës"

- Arsimi: Akademia Ushtarake "Skënderbej", "Akademia e Edukimit Fizik e Sportit "Vojo Kushi""

- Karriera sportive: Atletikë e lehtë. Hedhje disku e gjyle nga 1958-1986. 27 herë kampion i vendit, 86 gara ndërkombëtare, 50 të fituara, kryesisht me atletë nga Republika Popullore e Kinës.



Mesazhi që përcjell Isai, i drejtohet fillimisht shkollës 8-vjeçare me mësuesin e edukimit fizik Eshref Këllici për ta vazhduar me shkollën ushtarake "Skënderbej" edhe si fidanishte e sportistëve ushtarakë. Sipas tij, trajneri është edhe inxhinjer arkitekt edhe inxhinjer zbatues. Atë e ka syurvejuar, nxitur dhe përkrahur, trajneri i tij i parë Prof. Ismet Bellova, i cili e ndiqte

nga afër në mënyrë të barabartë si procesin mësimor ashtu edhe atë stërvitor. Më vonë më mori Taqo Duka, i predispozuar, i vendosur për të arritur rezultate të larta sportive. "Me mua punonte vullnetarisht, pa pagesë, duke parashtruar kërkesa të larta dhe rigorozitet. Kur nuk jepja maksimumin, jo vetëm që nuk zemërohej, por përkundrazi me takt psiko-pedagogjik, më detyronte të eliminoja gabimet dhe të intensifikoja më shumë stërvitjen, me plane konkrete dhe të detajuara mirë. Për respektin tim, ndaj tij, mjafton të përmend faktin, që kur vajta për herë të parë në Kinë, i solla atij dhuratën më të bukur dhe më të shtrenjtë se sa ajo e prindërve të mi".

Djemtë e Isait, Orioni në basketboll dhe Igli në futboll, kanë arritur deri në ekipet kombëtare. Sipas Isait, Iglit deri tani mbresa i kanë lënë Otto Rahner me Kazerslauter dhe Macone me Breshian. Ishin teknikë të përkryer. I pari pranonte gabimet e tija, i dyti sa autoritar në stërvitje dhe në drejtimin e ndeshjes, aq dhe i afruar e i dashur në jetën sociale. Hobi i Isait është leximi, azhurnimi me tërë jetën komplekse të vendit dhe veçanërisht loja e shahut

Dhimitër Skënderi



Grada shkencore: Profesor i asociuar Doktor
Specialiteti: Atletik
Mjeshtër Sporti në garën e kërcimit me shkop

Dhimo, siç e thërrasim - mbasi falenderon për nismën e marrun citon se "historia duhet nderuar", duke aluduar për kuadrot e vjetra, ndërsa të rinjtë duhen vlerësuar dhe inkurajuar.

Është dakord që aktualisht në atletikë trajnerët më rezultativë janë Vaso Selenica, Sabri Bejleri, Hajri Alia e të tjerë.

Dhimo si njeri e si pedagog është punëtor nga natyra, i ndershëm, gjithnjë krijon, propozon, sygjeron, duke përballuar me sukses një varg problemesh profesionale, por pa pësuar asnjë rënie.

Pra është prototipi i punës, durimit dhe sinqeritetit. Figurën e trajnerit e sintetizon me atë të Petrit Qendros, ish-trajnerit të tij, për të cilin ka impresionet më të mira. "Trajneri është forca më pozitive, ku sportisti gjen mbështetjen e tij. Bashkëpunimi trajner plus sportist është baraz me sukses. Trajneri aftësitë e tij profesionale ti përçojë tek sportisti, duke synuar që ai të arrijë rezultate, akoma më të larta, se sa rezultatet e arritura. Trajneri i mirë dhe i përgatitur nxjerr gjithnjë sportistë të mirë. Përgatitja dhe intelektu i trajnerit plus përgatitjes dhe intelektit të sportistit është baraz me rezultate të larta. Petriti kërkonte rregull e disiplinë, i qetë dhe shprehte mirësi. Njohës i thellë i stërvitjes, i pedagogjisë dhe psikologjisë së sportistit, serioz dhe entuziast. Maturinë e tij e tregonte në zbutjen e tensioneve dhe prirjen për të gjetur zgjidhjen më optimale. Është trajneri i Sazan Fishekut, Pavlo Mihalit, Eduard Pojanit e të tjerë.

Hobi i Dhimos janë aerobia, skitë, studimi dhe gjuhët e huaja. Si specialist edhe në fushën e aerobisë thotë: "çdo njeri sipas dëshirës mund të mbarojë çdo lloj fakulteti, por fakulteti i aktivitetit fizik nuk mbaron kurrë, sepse ai quhet - fakulteti i jetës. Ai të kënaq, të jesh i kënaqur do të thotë të jesh i shëndetshëm dhe të jesh i shëndetshëm dhe i kënaqur, është më mirë se sa të jesh i pasur".

Sabri Bejleri

Dt. Lind. 25.12.1942.

Arsimi: A.E.F.S. "Vojo Kushi".

Mjeshtër Sporti. Specialist Atletike.

Dekoruar: "Naim Frashëri". Kl. I-II-III.

Specializuar: Në seminare të ndryshme, Kombëtare e Ndërkombëtare.

Filluar Atletikën në vitin 1964 në K.S. "Partizani".

Atlet i garave të 1/2 thellësese dhe thellësisë.

Kampion kombëtar dhe antar i ekipit kombëtar shqiptar në disa aktivitete.

Përfaqësuar "Partizanin" edhe në Kampionatin Kombëtar të Ping-pongut dhe Shahut, në vitet 67-69.

Traineri i tij i parë dhe i fundit, mjeshtri i sportit: Theodhos Duro.

Në përfundim të karrierës së shkurtër sportive në vitin 1970, ju besuan ekipet e moshave të "Partizanit".



Sabri Bejleri dhe bashkëshortja e tij, trajneria, Liljana Bejleri

Në më pak se tre vjet frutet e para, të lakmueshme për çdo trainer tjetër të specializuar.

Në spartakiadën kombëtare të vitit 1974 disa nga vajzat jo më shumë 15 vjeçare shpallen kampione të Spartakiadës si: Yllka Bylyku, Suzana Alimani etj.

Çdo trainer për të qenë i suksesshëm, nuk i mjafton vetëm ana profesionale, por puna e tij të jetë më komplekse.

Mund të dish shumë, por kjo dije duhet përçuar, e kjo arrihet nëpërmjet durimit, vendosmërisë, metodave të ndryshme që t'u përshatën individëve të ndryshëm. Asnjëherë atleti të mos konsiderohet vetëm objekt por edhe subjekt, asnjëherë atleti të mos konsiderohet fëmijë i tjetrit por i yti, asnjëherë të mos konsiderohet i pandreqshëm por normal duke u futur në botën dhe problemet e tij vetiake, shoqërore e familjare, me durim e urtësi.

Të gjitha këto si dhe problemet e edukimit që duhet të jenë të vazhdueshme përbëjnë thelbin e suksesit për çdo trainer, përgjigjet Bejleri.

Një nga faktorët që e kanë bërë të suksesshëm Bejlerin, është edhe fakti se ka bashkëpunuar ngushtë me bashkëshorten e tij Liljana Bejleri, që sot është po aq e suksesshme sa edhe ai. Liljana, thotë Sabriu ka qenë sa ndihmëse aq dhe mbështetëse për punën time.

Biografia sportive e këtij çifti trainerësh që së bashku kanë thyer e vendosur mbi 140-të rekorde kombëtare, ku një pjesë e konsiderueshme e tyre rezistojnë edhe sot.

Kënaqësitë e rekordeve pasohen nga kënaqësitë e medaljeve të kampionit kombëtar. Në këto 10 vitet e fundit 1990-2001 ekipi i tyre i Tiranës është shpallur i pakonkurueshëm për të tjerët dhe për çdo vit kampion kombëtar. Të shpallesh kampion pa rezultate të larta është sa e pa mundur aq edhe e pa vlerë. Tek këta trainer këto janë tregues konstant. Të gjitha vajzat e tyre, janë përfaqësuese të Shqipërisë në çdo aktivitet ndërkombëtar.

Nga përvoja kombëtare dhe ndërkombëtare, refleksionet i kemi të shumta shprehur ata, dhe ja disa prej tyre: "Ishte viti 1984, vit i spartakiadës kombëtare. Mjeshtria A. Vojkollari ishte jo vetëm e sëmure por edhe e trembur nga rivalët e saja korçare, të cilat trajnoheshin edhe "biologjikisht". Për këto arsye ajo kishte marrë vendim të mos merrte pjesë në garë!!!

Të ndodhur para kësaj situatë vendosëm së bashku me Liljanën të bëjmë diçka. E marrim Adrianën në shtëpi që jo vetëm ta shëronim fizikisht por edhe psikologjikisht. Adriana në atë kohë ishte vetëm 16 vjeçe. Terapia intensive psiko-terapike prej më se 5 ditësh i dha frutet e saja. Ajo vendosi dy rekorde kombëtare në 400 m. – 55.5" dhe 800 m. – 2'04",7 rekorde që rezistojnë edhe sot."

Në vitin 1997 mbas lojrave mesdhetare të Barit dhe K. Ballkanik, në Izmir Turqi u zhvillua K. Ballkanik për të rinj. "Atletja K. Shala vinte në këtë kampionat e lodhur nga shumë aktivitete dhe në fund të sezonit. Mu desh një punë e madhe bindëse dhe autosugestionuese për ta futur në garë për të fituar. Klodiana kaloj çdo parashikim duke merituar medaljen e Argjendit në 400 m/p."

"Për t'u theksuar është edhe një rast jo i këndshëm që na ndodhi më 1993 në Selanik gjatë K. Ballkanik për të rinj. Në apel mungonin pesë vajza, ndërmjet tyre edhe një atletja jonë. Ky ishte një shqetësim i madh që u zgjidh me mund nga ana jonë, duke i kërkuar në çdo vend së bashku me policinë vendase. Të jesh trainer je bashkudhëtar me emocionet e të dy senseve, je bashkudhëtar me sukseset dhe dështimet, me vuajtjet dhe kënaqësitë që të jep sporti e në veçanti Atletika. Për të patur sa më shumë nga këto elemente pozitiv duhet djersitur, sakrifikuar dhe këmbëngulur sa më shumë. me gjithë atë sporti të ballafaqon me situata nga më të ndryshmet dhe të çuditshmet. Ja çfarë na ndodhi në një kros Ballkanik në Bullgari më 1986.

Ekipi ynë kombëtar në të cilin bënte pjesë dhe atletja ime A. Vojkollari ishte më se i përgatitur për Medaljet e Arta në këtë aktivitet. Për një neglizhim të vogël nga përgjegjësi i ekipit, i cili nuk na informoj mirë për intenirarin e krosit, i cili ndryshe nga çdo herë tjetër zhvillohej me dy xhiro (cirkute). Atletet tona ishin më se të bindura për një xhiro. Tereni ishte shumë i thyer dhe në pjesën më të madhe i pa kontrollueshëm nga ne. Gara filloj dhe vajzat tona u vunë në krye duke u shpëputur nga rivalët.

Për çudinë tonë përshpejtuan në përfundim të xhiros së parë dhe po për çudi e lanë garën. Me gjithë insistimin tonë ishte e pa mundur që të vazhdonin edhe një xhiro por më kot. Dështon pra një garë që duhej fituar dhe mund të fitohej pa tjetër. Më e çuditshme ishte që faji ra mbi

mua!!! dhe jo mbi atë apo ata që duhej të binte, por ç'rëndësi ka, ky ishte një dështim.

Edhe një medalje tjetër e humbur në K. Ballkanik të 1996 në Nish të Jugosllavisë. Në pengesën e fundit rrëzohet atletja K. Shala që deri në atë moment ishte e dyta në garë. Mërzitja që shumë e madhe por sporti prandaj është i bukur sepse njeh dhe të papriturat.

Së fundi duhet të shtojë se çdo trainer ka dhe kulmet e tij që për mua kanë qenë dhe ëndrrat e mija. Pjesëmarrjet në 3 kampionate Botërore Athinë-Sevilje, Edonton (Canada) e mbi të gjitha pjesëmarrja në një Olimpiadë siç ishte ajo e Sydnejt Australi. Këto aktivitete si dhe shumë medalje e rekorde më kanë dhënë një sadsifaksion të mrekullueshëm si dhe ka qenë shpërblimi i një pune mbi 30 vjeçare si trainer në sportin më të bukur që jo më kot e quajnë "Mbretëresha e Sporteve".

Sporti është i pa ndarë nga muzika. Kjo e fundit është dhe "hobi" im që së bashku me familjen përbëjnë jetën time."



Garë krosi në Tiranë

Alpinizëm

Mineppa Kapo - MJESHTËR I MADH I PUNËS

"MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT"

1. Minella Kapo
2. Vasil Stambuli
3. Petraq Kule
4. Vangjel Melengu
5. Taxhedin Shehu

"Medalje Ari"

1. Luigj Shala
2. Astrit Omeri
3. Kozma Grillo

"Medalje Argjendi"

1. Aleksandër Bojaxhi

Grada Shkencore

1. Prof. Dr. Minella Kapo
2. Prof. Dr. Kozma Grillo

Drejtuesit e Federatës

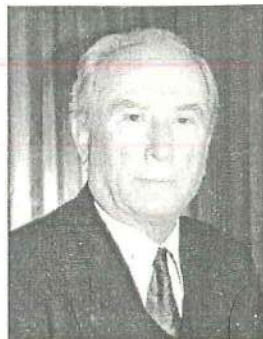
1. Janaq Kule – President i Federatës Shqiptare të Alpinizmit
2. Astrit Omeri – Sekretar i Përgjithshëm i FSHA

Alpinistë shqiptarë në 1960 (R.D. Gjermane)



Minella Kapo

D.Lind. 30.4.1922 Himarë
 Mjeshtër i Madh i Punës
 Mjeshtër i Merituar Sporti
 Nderi i Sportit Shqiptar
 Instituti i Lartë Qendror i Kulturës Fizike e Sporteve – Moskë.
 Fakulteti i Mjeksisë në Universitetin e Tiranës.
 Titulli Shkencor: Profesor-Doktor.
 Dekoruar: “N.Frashëri”, Kl. I. Urdhërin e Punës, I, II, III, “Kujtimi”, “Trimërie”, “Çlirimi” etj.



Antar nderi në librin për Biografi Ndërkombëtare “Dictonari of International Biography” (F. 188) dhe “Century Aëard For Achievement mm-mm” për kontributin dhe punën shkencore.

Themelues i Alpinizmit Modern Shqiptar.

Babai i Mjeksisë Sportive.

Kryetar Nderi i shoqatës së Mjeksisë Sportive.

N/Kryetar i Komitetit të Fiskulturës pranë Këshillit të Ministrave.

Shef i Sektorit Kërkimor-Shkencor.

Sekretar i Përgjithshëm i Federatës Shqiptare të Atletikës së Lehtë.

Shef i Katedrës së Edukimit Fizik në Universitetin e Tiranës.

Kryeredaktor i Buletinit Shkencor të Sportit, prodhimtari të lartë shkencore e shprehur në shumë libra, monografi, artikuj shkencorë, botuar brenda dhe jashtë vendit.

Zotërues i disa gjuhëve të huaja.

Për profesor-doktor Minella Kapo intervista nuk i drejtohet si “babai

i mjekësisë sportive shqiptare, as si drejtues kryesor i disa institucioneve shoqërore dhe shtetërore, por si udhëheqësi dhe trajneri i parë i turizmit dhe alpinizmit modern në vendin tonë.

Katedra e edukimit fizik në Universitetin e Tiranës për 10 vjet radhazi, krahas detyrës themelore të saj, bëhet qendra kryesore e turizmit dhe alpinizmit për të tërë studentët dhe pedagogët e atëhershëm. Dhe kjo falë M. Kapos, seriozitetit dhe vitalitetit të tij të jashtëzakonshëm. Mendimet e tij i rendit rrjedhshëm. “Trajneri duhet të jetë në radhë të parë me nivel të lartë profesional dhe po të lartë duhet ta ketë edukatën morale-edukative. Të komunikojë lirshëm me sportistët e tij, sepse nuk ka komunikim të keq kur ka edukim të mirë. Diskutimet, konfidencat, kontaktet stimuluese, kanë qenë gjithnjë motoja ime e punës, sepse në punë nuk i kam lënë asgjë rastësisë, ka dominuar organizimi deri në detaje. Lidhjet me sportistët nuk duhet të jenë administrative, por shoqërore dhe bashkëpunimi. Punova 33 vjet me alpinizmin. Specifika e tij është e veçantë, duhet të udhëheqësh me shembullin personal, veçanërisht në zonat e vështira. Alpinizmi është shkollë, edukim, kulturë, shoqëri, miqësi, gëzim. Personalisht pa alpinizmin nuk do të isha ky që jam sot. Kam kënaqësinë më të madhe, sepse 33 vjet nëpër male, nuk më ka ndodhur asnjë fatkeqësi. Duke parë se Alpet tona nuk janë shumë të larta, i vështirësuam ngjitet, duke vënë klasifikime të ndryshme, sipas vështirësive por edhe në kohë verore e dimërore. Ishte kjo arsyeja se në takimet ndërkombëtare me rusët, çekët, gjermanët etj. ishim plotësisht të barabartë edhe si sportistë edhe si trajnera apo drejtues. Sportet janë të larmishme. Çdo trajner apo sportist ka ngjarje dhe episode të ndryshme, në një kohë që edhe unë po përmend nga ato.

Deri në vitin 1961, nuk ishim ngjitur si grup në alpet tona. Më 23.2.1962, vendosëm të shkojmë në alpet e veriut pikërisht në majën më të lartë të sajë – 8 marsi – pra në kulmin e dimrit. Ishim 16 veta, dhe mbas 2-3 ditësh e netësh tejskajshmërisht vuajtjesh e mundimesh arritëm ta pushtojmë atë. Më vonë, në ato vite në Evropë dhe botë, konsideroheshin të vështira vetëm kur majat e larta pushtoheshin në grupe të vogla alpinistësh. Për këtë qëllim unë së bashku me V. Stambulin dhe Dr. M. Xhakja vendosëm të ngjiteshim në majën e Jezercës 2712 m. Dhe ndonëse në temperaturë shumë të ulët dhe kushte materiale jo

të favorshme, vendosëm rekord në pushtimin e saj, duke e quajtur edhe maja e paqes. U konsiderua rekord, sepse disa ekspedita të nisura më parë nuk e kishin realizuar objektivin.

Duke e respektuar fuqishëm figurën e trajnerit, i bëj apel edhe për dy drejtime të tjera.

Së pari kontrollin mjekësor të sportistëve të tyre sepse mjeku është mjek dhe trajneri është trajner. Ai duhet të dijë gjithçka për gjendjen shëndetësore të sportistëve të tij.

Së dyti ndigjoj dhe lexoj, se akcili trajner, zotohet për sportistët e tij se do të arrij këtë apo atë rezultat. Kjo është gabim. Zotimet duhet t'i marrin sportistët.

Në Alpinizëm, si rrjedhojë e masivitetit, u rrit dhe cilësia. Patëm disa takime ndërkombëtare. Por fatkeqësisht ndonëse ftesat ishin të shumta, u realizuan shumë pak prej tyre. këtë e kujtoj me dhembje.

Hobi im ka qenë atletika. Pasioni Alpinizmi. Pafundësisht dhe përjetësisht do më mbetet dëshira për të lexuar për gjithçka.

Këto ishin mendimet e prototipit të njeriut të palodhur këmbëngulës, Prof. Dr. Minella Kapo.

Luigj Shala - kuadër i papërsëritshëm

Lindi në relievet e larta malore të Shal-Shoshit më 1900 dhe vdiq në Tiranë më 1965.

Mbas arsimimit në shkollat fillore të Shkodrës, në Normalen e Elbasanit, si nxënës i shkëlqyer, përveç edukimit arsimor e kulturor, pasioni më i madh i tij ishte sporti e kalitja. Ishte pikërisht ky pasion që e detyroi të vazhdonte studimet në Akademinë e Edukimit Fizik në Romë së bashku me Irfan Tërshana, Teni Frashëri, Malo Kodra, Selman dhe Eqerem Stërmasi, Spiro Shuteriqi, Aqif Domini, Ismail Kulla etj.

Mbas përfundimit të studimeve megjithëse pati oferta të shumta për të punuar dhe jetuar në Itali, ai erdhi në Shqipëri, në Atdheun e tij që aq shumë e donte dhe punoi si mësues i edukimit fizik në disa shkolla të vendit, drejtues i sportit në Ministrinë e Arsimit në Federatën Shqiptare

të sporteve të rënda e tjerë.

Në fillim u muar me përhapjen dhe zhvillimin e Boksit së bashku me kolegët e tij Ali Kastrati, R. Dishnica, M. Marku, M. Kryeziu e tjerë.

Por natyra e tij e fortë e malësorit dhe karakteri i paepur, e drejtuan drejt sportit të Alpinizmit, sportit të tij më të preferuar. Në udhëtimet turistike, në ngjitet alpinistike, ai u bë sinonimi i maleve dhe i bjeshkëve tona. Gjithnjë e shikoje të veshur me tuta sportive dhe me çantën alpine në krah, si në vapën e madhe të verës ashtu dhe në acarën e ashpër të dimrit. Për pasionin, vullnetin dhe sakrificën e nderonin të gjithë dhe veçanërisht fëmijët. Ai vetë nuk kishte fëmijë, por realisht ishte prind i dashur i dhjetra dhe qindra fëmijëve. Ata e donin deri në adhurim. Sepse i kishte edukuar me ndjenjën e atdhedashurisë nëpërmjet hapësirës dhe lirisë shqiptare, si dhe që të mos dorëzoheshin para vështirësive të ndryshme, veçanërisht ato malore. Ai udhëhiqte me shembullin e tij sa kurajoz aq dhe largpamës.

Të gjithë kolegët e tij, nxënësit, sportdashësit dhe të afërmit e tij, në unison shprehën se Profesor Luigj Shala ishte i rallë në pasionin e tij për mësim-dhënien, sportet në përgjithësi dhe për alpinizmin e ngjites turistike në veçanti.

Për njerzillëkun, devocionin dhe edukatën e lartë qytetare ai do të mbetet një kuadër i papërsëritshëm. Vetëm mbas vdekjes ju dha titulli "Mjeshtër Sporti" dhe dekorata e "Medaljes së Artë".

Familja e nderuar dhe e respektuar NURI në Tiranë që me bujarinë dhe dashamirësinë e saj karakteristike ashtu siç ka ndihmuar fuqishëm në biznesin tregtar të rrugës "Çamëria" në këto 10 vitet e fundit, ka ndihmuar thjesht për komshillëk të sinqertë dhe devotshmëri të plotë familjen e Prof. L. Shalës. Mjeshtri i merituar i sportit, mundësi Kadri Nuri (vëllai i ish presidentit të klubit futbollit "Tirana", Lutfi Nuri, sot zv/president i F.Sh. Futbollit) në moshën 6 vjeçare ka qenë alpinist me grupin e të vegjëlve që drejtohej nga Prof. Luigj Shala. Profesori nga hulumtimet e literaturës sportive të asaj kohe, e vetëcilësoi Kadriun si "Alpinisti më i vogël i Evropës i organizuar në grupe alpinistike". Madje, për këtë kuriozitet, ka sinjalizuar edhe organet kopetente të Federatës Alpinistike Evropiane.

Boks

“MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT”

1. Ali Kastrati
2. Teodor Janku
3. Hysen Sharra
4. Muhamed Kryeziu
5. Dhimitër Çakalli
6. Mustafa Allushi
7. Selim Bardheti
8. Niko Mile
9. Fadil Efovia
10. Shyqyri Halili
11. Ymer Reçi
12. Lec Gjoni
13. Ahmet Golemi

“MEDALJE ARI”

1. Ramiz Sadushi

DREJTUESIT E FEDERATËS

1. Genc Ruli – President i Federatës Shqiptare të Boksit
2. Xhevat Nuredini – Sekretar i Përgjithshëm i FSH.BO.

ARRITJET MË TË LARTA NË BOKS

Zef Ndou (Gjoni). Trajner i “Vllaznisë” dhe ekipit kombëtar, trajner i ekipit kombëtar 1992-2001. Ekipi i tij kampion kombëtar 1992-1996; 1998-2001. Po me ekipin e tij është fitues i edicioneve të kupës së

Republikë më 1992-1997; 1999-2001. Suksesi më i madh i arritur në arenën ndërkombëtare: Medalje ari në “Gongun e Artë” Maqedoni 1994 dhe 5 medalje ari në tërë përfaqësimet ndërkombëtare. Fitues i medaljes së bronzit në Bari 1997.

Besnik Gjetja. Fitues i medaljes së artë në turneun “Gongu i artë”.

Artur Muhedini. Boksier i “Dinamos”, fitues i trofeut “Kupa Austria”, “Kupa Limanos” etj.

Eriton Meta. Boksier i “Flamurtarit” Vlorë. Fitues i medaljes argjendë – Maqedoni.

Artur Gavoçi. Është 8 herë kampion kombëtar dhe 9 herë fitues i kupës së Shqipërisë. Medalje ari në “Gongun e Artë” Maqedoni 1996. Medalje argjendi në “Kupa Italia” 1998.

Roland Bici. Nënkampion Bote në peshën 57 kg. Ka mbaruar shkollën e mjeshtisë sportive në Durrës në specialitetin e boksit me pedagog Dilaver Asimin. Banon në Angli.

Mehmet Bugujevski. Shqiptar nga Kosova. Në kampionatin botëror të 1978 zhvilluar në Beograd shpallet nënkampion i Botës në peshën 63.5 kg.

Luan Krasniqi. Shqiptar nga Kosova. Boksier me reputacion të lartë ndërkombëtar si kampion i Evropës në peshën e rëndë. 5.I.2002.

LUAN KRASNIQI KAMPION I EVROPËS

(Një shqiptar hyn në historikun e artë të boksit botëror)

Me 5 janar 2002, 30 vjeçari nga Juniku i Deçanit (Kosovë), Luan Krasniqi, ka fituar titullin e Kampionit Evropian në boksion profesionist në peshën e rëndë.

Ai doli në ring me ngjyrat kombëtare kuq e zi, përballë kampionit



të Evropës, gjermanit, Rene Monse. Dyluftimi u zhvillua në Magdeburg të Gjermanisë në "Bördenlandhalle" në një duel jashtëzakonisht të fortë.

Në mbarim të ndeshjes protagonistët thanë:

Luan Krasniqi "Unë e dija që në fillim se R. Monse ishte një boksier shumë i mirë, që më detyroi ta marr vehten në raundin e tetë, pikërisht atëhere kur unë u çlirova psikologjikisht. Kam 4 vjet që jam profesionist si dhe "sparing-partner i LennoxLevvis-it. Kji fitore ma shton dëshirën që të bëhem kampion absolut i Botës. Gjithashtu ëndrra ime është të kthehem në Kosovë dhe atje ta marr titullin e kampionit të Botës".

Michael Timn (trajner i Luanit) "Sigurisht që taktika e jonë ishte që Luani në fillim të rrinte i qetë dhe kjo doli e saktë. Por më vonë, ai e rimori vehten dhe fitoi".

Hans Peter Kohl (menaxheri i tij) "Luani e tregoi vehten një luftëtar i mrekullueshëm, duke dhënë maksimumin e tij".

Rene Monse "Për mua ishte një ndeshje shumë e vështirë. Ne paraqitëm një dyluftim të fortë dhe natyrisht që kisha dëshirë për të fituar. Unë e urova Luanin dhjetë herë. Në tre raundet e fundit, më mungoi forca, gjë e cila nuk duhej të ndodhte, megjithatë unë u mundova dhe dhashë maksimumin tim, por dyluftimin e humba".

Fitorja e Luanit, të bën me krah, jo vetëm si sportdashës, por veçanërisht si shqiptar.

Luani, ishte një luan i vërtetë.

* * *

Më së fundi edhe në Shqipëri do të ketë Boks profesionist. Është meritë e F.Sh.Bo. e specialistëve të sajë, por pa dyshim edhe e klubeve sportive "Vllaznia" që boks profesionist "lindi" edhe në Shqipëri.

Boksieri absolut shkodran Besnik Gjetja, mbasi ka lënë "Vllazninë" dhe trajnerin e tij personal Zef Gjonit, u vendos në klubin profesionist të boksit në San Dona di Piave të Italisë. Mbas një stërvitje intensive këtë radhë edhe me trajnerin italian Angelo Zoggja arriti të linçensohet si boksier profesionist.

Aktualisht boksieri shkodran, nën kujdesin e Zef Gjonit, ndodhet në Shkodër (mars 2002) dhe po përgatitet të zhvilloj ndeshjen me boksierin profesionist malazez Miroslav Popovic. Besnik Gjetja pesha deri 71 kg. e ka mundur këtë boksier në Shkup të Maqedonisë në turneun "Gongu i artë" duke fituar kështu medaljen e parë të artë për Shqipërinë në arenën ndërkombëtare. Ndeshja u zhvillua në Shkodër dhe e fitoi boksieri shkodran.

Basketboll

1. MUHAMET PËRMETI "MJESHTRI I MADH I PUNËS"

"MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT"

1. Naim Pilku
2. Feti Borova
3. Dhimitraq Goga
4. Kostandin Ktona
5. Evgjëni Kote
6. Myhyrie Verzivolli



Ekipi i Tiranës që luajti me ekipin Kampion të Kosovës "Trepçen e Mitrovicës"



Ceremoni në Kinë, para zhvillimit të ndeshjeve (1972). Besim Fagu përgjegjës i ekipeve meshkuj e Femra, Agim Fagu kapiten i ekipit kombëtar, Qemal Shalsi, trajner i ekipit kombëtar femra.



Trajneri Astrit Greva dhe basketbollistët e tij të "Qendra Mini-Basket Tirana"

7. Luan Shatku
8. Skënder Peza
9. Qemal Shalsi
- 10. Muhamed Përmeti
11. Pavlina Llaci T
12. Niko Hercek
13. Ferdinand Qirici
14. Astrit Greva
- T 15. Vaso Shaka
- T 16. Bujar Shehu
- T 17. Renato Radoja
18. Agim Fagu P
19. Kastriot Mushi P
20. Gazmend Çaçi P
21. Kushtrim Zaçe P
- T 22. Kujtim Kasmi
23. Bukuroshe Bellova T
- T 24. Filip Guraziu
25. Ilir Trebicka
26. Liljana Xhyra
27. Edra Alibegaj
28. Niko Profkola
29. Xhulieta Shestani
30. Valentina Myrto T

"MEDALJE ARI"

1. Melpomeni Zoraqi
2. Anjeza Dule
3. Njazi Lleshi
4. Anthi Mele
5. Metulla Kazazi
6. Bashkim Milo
7. Korab Llazani
8. Nora Goxhi

9. Klodeta Dibra
10. Petrit Osmani
11. Refik Vorfa
12. Etem Kaso

"MEDALJE ARGJENDI"

1. Edmond Dushku

"MEDALJE BRONZI"

1. Stasi Vako

GRADA SHKENCORE

1. Prof. Dr. Qemal Shalsi
2. Prof. Asociuar Dr. Gavrosh Kavaja
3. Prof. Asociuar Dr. Qemal Karaj
4. Dr. Bashkim Milo
5. Dr. Spiro Kuvarati
6. Dr. Foto Xhai

DREJTUES TË F.Sh.B.

1. Marsel Skëndo – President i Federatës Shqiptare B/Bollit.
2. Jorgji Shundi – Sekretar i Përgjithshëm i kësaj Federate.

VËZHgues TË FIBAS

1. Jorgji Shundi – Sekretar i Përgjithshëm i F.Sh.B.
2. Stavri Bello – Sekretar i Përgjithshëm i K.O.K.SH.



Trajnerët e "Partizanit" në basketboll meshkuj, Astrit Greva, Njazi Lleshi, Qemal Shalsi dhe mjeku Safet Këlliçi



Ekipi i basketbollit "Udha e Shkronjave" me trajner Bashkim Haxhiymeri



Drejtori teknik i ekipeve basketbollit "Sonja" basket, trajneri rezultativ Andrea Troja dhe trajneret Elisabeta Xhetani e Alma Osmani

GJYQTARË TË FIBA JO NË AKTIVITET

1. Rexhep Rama
2. Naim Pilku
3. Petrit Caslli
4. Virgjl Karaj
5. Jorgji Shundi
6. Luan Kotherja
7. Arjan Greva

GJYQTARË TË FIBA NË AKTIVITET

1. Albi Greva
2. Shefqet Begteshi
3. Dashamir Bardhi
4. Edvin Koçi

ARRITJET MË TË LARTA NË BASKETBOLL

1. Thërritja e Mjeshtrit të Merituar të Sportit dhe Basketbollisti më i madh i shekullit XX **Agim Fagu**, në skuadrën e Evropës në vitin 1972.
2. Barazimi i skuadrës "Partizani" me kampionen e Italisë "Oransoda" në Tiranë 1968 me trajner **A. Greva**
3. Medaljet e arit në lojrat mesdhetare të Sirisë, nga ekipi kombëtar i femrave, trajner **B. Milo** dhe **K. Kasmi**.
4. Fitimi i medaljeve të arit, të skuadrës kombëtare të të rinjve shqiptarë në Festivalin e Rinisë në Helsinki 1962, trajner **F. Borova**.
5. Fitimi i medaljeve të argjenda në Festivalin e Moskës më 1957 në Moskë, trajner **N. Pilku**.
6. Zënia e vendit të dytë në Grupin C, të "Partizanit" në kupat e Evropës Edicioni 1978-1979, trajner **Q. Shalsi**.

Njazi Lleshi

Datëlindja: 12.04.1934.

Arsimi: Akademia e Kulturës Fizike "Vojo Kushi".

Mban titullin: "Mjeshtër sporti", mbajtës i Urdhërit të Artë "Naim Frashëri".

Trajner i ekipit të të rinjve "Partizani" – kampion kombëtar në vitet 1970-71, 1971-72, 1972-73 dhe 1973-74.

Trajner i ekipit të të rriturve "Partizani" – Kampion kombëtar 1973-74, 1974-75.

Fitues i Kupës së Shqipërisë më 1975.

Medalje ari në spartakiadën e tretë kombëtare më 1974.

Trajner i ekipit të të rriturve (femra) "Partizani" – Kampion kombëtar 1988-89.

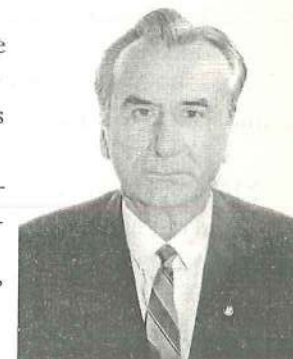
Sukseset si sportist: Kampion kombëtar më 1956, 1957, 1958, 1959, 1960.

Sukseset si trajner në Kupat e Europës: Dy fitore me "Sparta Betranzh" të Luksemburgut dhe një fitore me ASPO Tur të Francës.

Aktualisht është drejtor teknik në klubin "Studenti".

Profesioni i trajnerit të vlerësohet në maksimum. Qëllimi i tij është të krijojë një skuadër, e cila të ketë gjithnjë si objektiv rritjen e aftësive sportive nga ana fizike-teknike-taktike. Nga ana profesionale duhet të jetë i përgatitur teorikisht dhe profesionalisht, aq më tepër të jetë në gjendje të demonstrojë vetë.

Drejtimi i skuadrës në ndeshje është aftësia kryesore dhe e domosdoshme e një trajneri. Si vëzhgues i thellë dhe i kujdesshëm ai u paraprin situatave të krijuara dhe manovron gjithnjë në favorin e tij. Trajneri duhet t'i kushtojë vazhdimisht kohë freskimit të njohurive të tij, për këtë duhet të jetë një pjesëmarrës i rregullt nëpër të gjithë seminaret, që organizohen me specialistë të vendit apo të huaj. Madje, të paraqesë opinionet dhe vlerësimet e tij në këto pjesëmarrje. Stërvitja të zhvillohet stimuluese edhe me pak humor.



Marrëdhëniet me lojtarët, stafin drejtues, gjyqtarët, kolegët, publikun duhet të jenë të mira, të drejta dhe në bazë të të gjitha normave. Lidhur me këtë aspekt në rastin tim në çdo vend që kam punuar, kam krijuar relacione të rregullta, që i kanë shërbyer mbarëvajtjes në stërvitje dhe rezultateve në ndeshje. Personalisht kam mbajtur lidhje miqësore me të gjithë familjarët e basketbollistëve e basketbollisteve. Madje, falë këtyre lidhjeve janë zgjidhur probleme e situata nga më të ndryshmet.

Mësuesit e mi të parë të fiskulturës Adem Karrapici e Aqif Domini më aktivizonin në të gjitha sportet, veçanërisht në futboll, basketboll e volejball. Dëshira ime ishte të bëhesha futbollist, por profesori i nderuar i basketbollit shqiptar Naim Pilku këmbënguli dhe më speciaizoi përfundimisht në basketboll. Dhe s'gabo!

Temperamenti im shpërthyes, shpirti i lartë i garës, koshat që shënoja nga largësia 8 (fatkeqësisht në atë kohë nuk ekzistonte rregullorja e koshit për tri pikë) më radhitën krahas kolegëve të kalibrit të lartë si **Kona, Hercek, Radoja, Shaka, Qirici, Përmeti**, etj.

Kam kaluar një jetë të pasur sportive. Plot 50 vjet nga veshja për herë të parë të fanellës së "Partizanit", kam arritur shumë suksese, por kam edhe "pengjet" e mia.

Do të kisha shumë dëshirë të kisha qenë trajner i ekipit kombëtar, qoftë edhe vetëm një herë. Dhe kjo sepse për mbi një dekadë, të gjithë basketbollistët që bënë pjesë në ekipin kombëtar kishin dalë nga duart e mia, që nga ekipet e të rinjve ndaj edhe jam cilësuar si **"Demneri i basketbollit shqiptar"**.

Të kisha titujt sportivë: **"Mjeshtër i merituar i sportit"** dhe **"Trajner kombëtar"**, të cilët më kanë munguar për shkak të trysnisë së luftës së klasave, që u ushtrua ndaj meje për vite me radhë.

Hobet e mia janë: Humori, muzika, kërcimi dhe bilardoja.

Fatmir Cuka

Lindur në Tiranë, janar 1961.

A.E.F.S "Vojo Kushi".

Pa tituj sportiv.

Vlerësuar vetëm nga "Dinamo".

1976-1991 lojtar i "Dinamos" dhe ekipit kombëtar.

7 herë nënkampion, 5 herë finalist i Kupës së Republikës dhe 2 herë fitues i saj, 1 herë fitues i spartakiadës kombëtare.

Organizatori më i mirë dhe një nga 3 pikëshënuesit më të mirë në Kampionatin Evropian (1988 R.F.Gj.), lojrat ballkanike (Shkup 1990) lojrat mesdhetare (Greqi 1991).

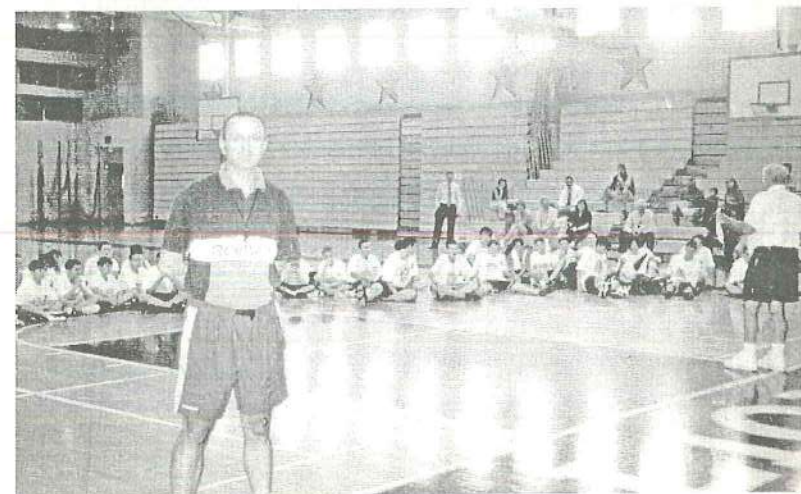
1991-95, drejtor teknik për basketbollin pranë klubit T.E.D. Ankara.

1993-95, pedagog basketbolli në Universitetin "O.D.T.U University".

1994, trajner i ekipit kombëtar të të rinjve të Turqisë.

1995-1997 Head Coah, kryetrajner i ekipit të parë të klubit T.E.D. Ankara, kategoria e parë.

1998-1999 Head Coach, kryetrajner i ekipit të "Cent Kolej".



Fatmir Cuka, Florida, shtator 2001

Gjatë kësaj kariere në Turqi, është pjesëmarrës në shumë kurse dhe klinika ndërkombëtare dhe ka fituar 42 tituj si: 6 vjet kampion për të rinj dhe shkolla të mesme Ankara, 3 herë nënkampion i Turqisë për të rinj e shkolla të mesme, 2 herë kampion i Turqisë për të rinj e shkolla të mesme, nënkampion i Botës (Izrael 1939) për shkollat e mesme etj. Disponon lincensën e trajnerit të kat.I të Turqisë. Aktualisht punon në Florida (SHBA/si trajner basketboll.)

“Aktualisht figura e trajnerit ndahet në dy drejtime:

1.Trajner specialist dhe drejtues teknik, që merret kryesisht me përgatitjen taktike, teknike, fizike duke aktivizuar tërë stafin e tij, ndërsa për problemet organizative të klubit dhe lojtarëve përgjigjet menaxheri.

2.Trajneri si mësues e pedagog. Në këtë plan detyrimisht ai është një prind, shok dhe mësues i mirë. Ndërsa fëmijët në mënyrë absolute vlerësojnë fjalën e trajnerit më shumë se sa të prindërve. Është moshë ku fëmijët hedhin bazat për jetën e tyre: prandaj nevojitet kujdes i veçantë dhe maturi, sepse nuk jemi thjesht trajnerë por edukatorë.

Trajneri, në radhë të parë duhet të jetë shembull për rregull e disiplinë. Një nga detyrat e tij është kolektiviteti dhe miqësia ndërmjet sportistëve. Miqësia i ofron, lidhja e tyre detyrimisht kalon në bashkëpunim, kurse puna me synim të përbashkët përbën një faktor të rëndësishëm të bashkuarit. Specialistet ofrohen për të realizuar qëllimin e përbashkët rritjen e cilësisë sportive dhe pa dyshim fitoren. Relacionet e trajnerit me kolegët dhe gjyqtarët është puna më delikate. Pa e tepruar, këto marrëdhënie duhet të jenë të rregullta, mbrenda edukatës dhe respektit reciprok.

Gjatë karrierës jam munduar të mos gaboj, por gabimin që kam bërë në ndërrimin e mbrojtjes nga 1x1 në 1x3x1 nuk do ta harroj kurrë.

Dëshira ime është të drejtoj një ekip në SHBA si dhe ekipin kombëtar të Shqipërisë.

Hobi im është veshja, sportet dhe muzika.”

Lulzim Tela

Mjeshtër sporti.

Arsimi i lartë: AEFS “Vojo Kushi.

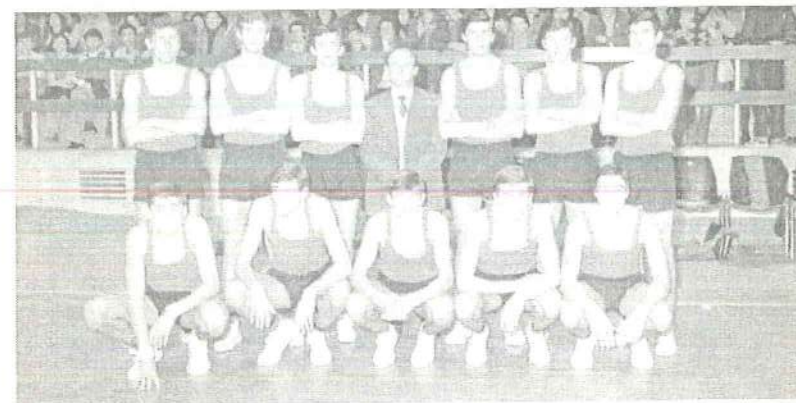
Basketbollist i “Dinamos” ekipit kombëtar për të rinj dhe të rritur. Fitues i një spartakiade kombëtare dhe dy kupave të Republikës.

Me shtat mesatar dhe tregues të rregullt proporcionaliteti.

Zotëronte teknikë të gjithanshme, shumëllojshmëri pasimesh, driblonte ritmikisht me të dyja duart dhe gjuajtje të përkryer. Në mbrojtje për qëndrim të rregullt pozicional të lëvizshëm me ndërrim drejtimi dhe shpejtësie me agresivitet dhe bashkëpunim të plotë me shokët. Si “dispeçer” organizonte taktikën kolektive si dhe atë në grupe. Të tëra këto si rrjedhojë e një stërvitjeje intensive kolektive dhe vetjake. Duke qenë i përzemërt, korrekt dhe i duruar, i sjellshëm dhe i edukuar, kishte krijuar marrëdhënie miqësore me të gjithë.

* * *

Tashmë Luli, ka më shumë se një dekadë që jeton në SHBA. Në komunikim me të thotë “Kam diçka të veçantë në inkuadrimin tim në



Lulzim Tela në krahun e djathtë të trajnerit Qemal Shalsi me ekipin kombëtar të të rinjve në Kosovë në 1979.

lojën e basketbollit. Ishte periudha që Boksi u quajt “sport mizor” dhe u hoq nga veprimtaritë kombëtare dhe ndërkombëtare. Shumë kuadro, kaluan në sporte të tjera. Ndër ta ishin edhe të mirënjohurit Prof. Ahmet Golemi, dhe Ali Kamenica, të cilët më futën në ekipin e basketbollit të shkollës. Në fillim hezitova, sespse kisha dëgjuar se boksierët janë të ashpër e të rëndë. Por me ato të dy ishte e kundërta, ishin të sjellshëm, të butë, bujarë dhe të duruar. Në moshën 13 vjeçare na mori Prof. Esat Beliu, ish portjer i “Dinamos” por që punonte si trajner i ekipit të basketbollit për të rinjtë e “Dinamos”. Sjellja e tij e kulturuar dhe bindëse, konsistoi në formimin e teknikës së përdorshme si dhe të shprehive lëvizore. Shumë shpejt kalova tek të rriturit, tek Prof. Feti Borova. Në stërvitjen e tij përgatitja fizike dhe ajo teknike dominonte në të tëra komponentët, ndërsa variantet taktike i krijonte në përputhje me veçoritë dhe karakteristikat e lojtarëve, duke inkurajuar taktikën në grupe dhe improvizimet. Prof. Feti ishte vazhdimisht në kontakt me gjithçka të re dhe mbante një ekuilibër të përsosur në skuadër.

Edhe këtu në SHBA kam të njëjtin pasion për basketbollin; por tashmë si spektator apo teleshikues. Basketbolli është shpikur këtu në Amerikë më 1891 në shtetin Masaçuret, kolegjin Springfield. Pamvarësisht se kjo lojë është shumë më e re se atletika e lehtë, mundja, futbollit amerikan, ajo konsiderohet loja më popullore dhe emocionante dhe amerikanët janë absolutë. Të gjithë ushtruesit e argumentojnë se basketbolli të edukon cilësitë fizike si shpejtësinë, forcën, qëndrueshmërinë si dhe cilësitë morale si patriotizmin, shpirtin e kolektivit, disiplinën, ndershmërinë, trimërinë, guximin, vullnetin etj.

Gjithashtu theksoj se këtu në SHBA vrapojnë të gjithë që nga fëmijët e shkollave, të rinjtë dhe deri tek të rriturit. Ata i japin rëndësi të madhe përmirësimit dhe konsolidimit të gjendjes fizike, duke e adaptuar organizimin për përballimin e ngarkesave.”

Çiklizëm

“MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT”

1. Bilal Agalliu
2. Eqerem Shaba
3. Jonuz Gjylbegu
4. Dashamir Rama
5. Lutfi Zino
6. Sali Hima
7. Agron Tafilica
8. Agim Tafili

MEDALJE ARGJENDI

1. Fadil Muriqi



Garë çiklistike

ARRITJET MË TË LARTA TË ÇIKLIZMIT SHQIPTAR

1.Më 1957 në garën e Paqes Pragë-Berlin-Varshavë, në garën e cirkudit të Varshavës dhe në etapën Varshavë-Lodz, çiklistët tanë Bilal Agalliu dhe Eqerem Shaba u futën në finish me grupin e të parëve.

2.Më 1974, ekipi ynë kombëtar, në takim me ekipin kombëtar rumun fiton me diferencë të theksuar.

3.Më 1973-74-75-76 ekipi ynë kombëtar fiton me diferencë ndaj R.P. të Kinës në Shqipëri dhe Kinë.

4.Më 1979 në kampionatin botëror në Hollandë, në garën 100 km., me kohën 2h16'47" (barabartë me 43.965 km. në orë) klasifikohemi si shtet me nivel të lartë çiklizmi.

5.Më 1986 në turneun e Greqisë, renditemi të pestët nga 16 vende pjesëmarrëse.

6.Më 1987 në turneun e Turqisë, zume vendin e 11 mbas Rusisë, duke lënë mbraja 13 shtete.

7.Ervin Lika, në kampionatin botëror të Kinës, qershor 2001 zuri vendin e 11 në garën individuale me kronometër dhe të 18 në atë të përbashkët.

8.Admir Kasimaj, rezultati më i mirë është ai i arritur në garat me kronometër në Turqi ku arriti vendin e 9 si dhe në Iran ku zuri vendin e 18.

* * *

Federata e çiklizmit me president Skënder Anxhaku dhe sekretar Ilirjan Çule ka zgjedhur president nderi ish çiklistin dhe trajnerin legjendë të çiklizmit shqiptar **Bilal Agalliu**. Kjo federatë ka marrë juridiksionin e Federatës Ballkanike me përfaqësues **D. Angjelin**, për aktivitetet ndërkombëtare për vitin 2002.

Eqerem Shaba

Datëlindja: 27.7.1936.

Mjeshtër i merituar sporti.

Nderi i sportit shqiptar, trajner i "Dinamos" dhe ekipit kombëtar 1960-1974.

Sekretar i Federatës Shqiptare të Çiklizmit 1975-1990.

Duke biseduar me Eqeremin mu kujtuan episode të punës së tij pasionante si sekretar i F.Sh.Ç. meqenëse ishim kolegë të sporteve përkatëse në një periudhë të përbashkët pune.

Si edhe atëhere edhe tani flet me pasion për pasionin e tij – çiklizmin.

Qëndrimi në biçikletë për 3-6 orë e më shumë, me qëndrim të përkulur të trungut, tendosje statike e zgjatur e grupeve të mëdha të muskujve e të skeletit, vështirësia e funksionimit të organeve të frymëmarrjes dhe të gjakut, harxhimi i vazhdueshëm i energjive, intensiteti maksimal me rritje të vazhdueshme të proceseve aerobe dhe anaerobe, tensioni i lartë dhe i vazhdueshëm, e rendisin këtë sport, ndër ato me vështirësinë më të lartë. Pra sporti është sakrificë. Por çiklistët sakrifikojnë më shumë nga të gjithë sportistët e tjerë. Kryesore për ta është vullneti për të kapërcyer vështirësitë, ndërsa tek trajneri dijet e shëndosha dhe komunikimi i rregullt. Aktualisht



Trajneri Eqerem Shaba (i veshur me tuta) prapa ekipit

kam marrëdhënie shumë të mira, sepse është rrjedhojë e marrëdhënieve të shëndosha trajner-sportist. Puna e përbashkët, problemet e shumta, situatat e ndërlikuara, për vite e vite të tëra na bashkuan dhe na familjarizuan. Një kënaqësi e madhe më pushton, kur ish çiklistët e mi, tani burra në moshë më vizitojnë dhe më nderojnë me respekt, të tillë janë E. Hallulli, Xh. Dama, B. Berisha, S. Hima, A. Tafilica e tjerë. Në vitin 1966, në Tiranë u zhvillua një garë masive çiklistike. Më tërhoqi vëmendjen fiziku, forca dhe intuita e një djali të ri A. T. Bisedova për ta inkuadruar në ekip. E pritë me shumë kënaqësi, ndërsa kur i dhashë biçikletën ngazëllimi ishte tepër i madh. Në fillim e karakterizoi puna, përpjekja dhe vullneti por filloi të kalonte në eufori. Kërkesës së prindërve të tij, i jam përgjigjur me përkujdesje dhe vemendje të veçantë. E kam shoqëruar kudo, veçanërisht në shkollë. Insistimin për ta futur në rrugë të mbarë (sepse kishte hyrë në rrugë të gabuar) nuk e bëja për mirësi ose bamirësi, por e konsideroja si detyrë. Dhe kjo punë e përbashkët edukative i dha rezultatet e saja. Ai kishte një shpirt të pastër, pa zili, pa shpirtligësi, por fatkeqësisht kishte rënë në kthetrat e shoqërisë së keqe dhe mbi të gjitha ishte tepër i talentuar. Mbas 2 vjetësh doli kampion kombëtar. Hobi im është të njoh e të jetoj situatën e brendshme kombëtare dhe atë ndërkombëtare.

Futboll

MEDIN ZHEGA "MJESHTËR I MADH I PUNËS"
ZIHNI GJINALI "MJESHTËR I MADH I PUNËS"
ZYBER KONÇI "MJESHTËR I MADH I PUNËS"

MJESHTËRAT E MERITUAR TË SPORTIT

- | | |
|------------------|-----------------------|
| 1. Loro Boriçi | 7. Xhavit Demneri |
| 2. Riza Lushta | 8. Rexhep Spahiu |
| 3. Naim Kryeziu | 9. Shefqet Topi |
| 4. Vasif Biçaku | 10. Aristidh Parapani |
| 5. Muhamed Dibra | 11. Qamil Teliti |
| 6. Bimo Fakaj | 12. Bahri Kavaja |

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| 13. Zihni Gjinali | 41. Bejkush Birçe |
| 14. Pal Mirashi | 42. Ramazan Ragami |
| 15. Xhevdet Shaqiri | 43. Sabah Bizi |
| 16. Skënder Jareci | 44. Mexhit Haxhiu |
| 17. Roza Haxhiu | 45. Miço Ndini |
| 18. Sllave Llambi | 46. Ali Mema |
| 19. Besim Fagu | 47. Mehdi Zhega |
| 20. Refik Resmja | 48. Sefedin Braho |
| 21. Muhamed Vila | 49. Safet Berisha |
| 22. Sulejman Maliqati | 50. Jani Kaçi |
| 23. Qemal Vogli | 51. Koço Dinella |
| 24. Skënder Halili | 52. Robert Jashari |
| 25. Bule Vathi | 53. Frederik Jorgaqi |
| 26. Gani Merja | 54. Muharrem Karriqi |
| 27. Xhelal Juka | 55. Alush Merhori |
| 28. Xhavit Daiu | 56. Iljaz Çeço |
| 29. Dhimitër Dimroçi | 57. Shyqyri Ballgjini |
| 30. Seit Lilamani | 58. Perlat Musta |
| 31. Lin Shllaku | 59. Muhedin Targaj |
| 32. Panajot Pano | 60. Sulejman Demollari |
| 33. Fatmir Frashëri | 61. Hysen Zmijani |
| 34. Zyber Konçi | 62. Agustin Kola |
| 35. Skënder Begeja | 63. Arben Minga |
| 36. Sabri Peqini | 64. Mirel Josa |
| 37. Skënder Dede | 65. Shkëlqim Muça |
| 38. Shyqyri Rreli | 66. Altin Rrakli |
| 39. Ilia Shuke | 67. Paulin Ndoja |
| 40. Myslym Alla | |

MEDALJE ARI

- | | |
|--------------------------|-----------------|
| 1. Osman Caslli | 6. Vasil Ruci |
| 2. Dhimitër Papadhopulli | 7. Rrapo Taho |
| 3. Enver Shehu | 8. Petro Ruci |
| 4. Millan Baçi | 9. Sokol Kushta |
| 5. Kreshnik Çipi | |

"MEDALJE ARGJENDI"

- | | |
|----------------------|----------------|
| 1. Frederik Çapaliku | 3. Ismet Hoxha |
| 2. Esad Rakiqi | 4. Suad Duraj |

"MEDALJE BRONZI"

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 1. Vladimir Skuro | 7. Suat Liçi |
| 2. Aleksandër Kuçi | 8. Safet Qosja |
| 3. Edi Martini | 9. Ilir Dibra |
| 4. Viorensin Sinani | 10. Qanil Halluni |
| 5. Luan Zmijani | 11. Astrit Premçi |
| 6. Avenir Dani | 12. Bashkim Sulejmani |

VLERËSIMI MË I LARTË

Vlerësimi dhe evenimenti më i madh i futbollit shqiptar është thirrja e lojtarit dhe kapitenit të skuadrës "Partizani" Ilir Shulku në përfaqësuesen e Botës kundra skuadrës kombëtare të Turqisë.

Trajneri braziljan Karlos Arberto Perera e aktivizoi krahas lojtarëve të mëdhenj si braziljanit Dunga, rumunit Haxhi, francezit Papen e tjerë.

GRADA SHKENCORE

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------|
| 1. Prof. Dr. Zyber Konçi | 6. Dr. Bujar Kasmi |
| 2. Prof. Dr. Miço Papadhopulli | 7. Dr. Met Spahiu |
| 3. Prof. Asociuar Dr. Shyqyri Rreli | 8. Dr. Hajri Ziba (Kosovë) |
| 4. Prof. Asociuar Dr. Skënder Dedja | 9. Dr. Bexhet Toçi (Kosovë) |
| 5. Prof. Asociuar Dr. Bahri Ishka | 10. Fehmi Krasniqi |

DREJTUES TË F.SH.F

1. Armand Duka – President i F.Sh.F.
2. Sulejman Starova – Sekretar i përgjithshëm i F.Sh.F.

Ish futbollisti i "Dinamos" dhe ekipit kombëtar Skënder Begeja, mban "Gradën shkencore, profesor doktor në shkencat juridike.

POSTE ZYRTARE NË FIFA DHE UEFA

1. Prof. Dr. Miço Papadhopulli
- Antar i komisionit teknik të FIFA
- Antar i komisionit futbollit për të gjithë në UEFA
2. Sulejman Starova
- Vëzhgues i FIFA-s
- Antar i komisionit të të rinjve të UEFA-s

GJYGJTARË NDËRKOMBËTARE

1. Sokol Jareci
2. Albano Janku

MENAXHERI I FIFA-s

Edmond Haxhiu

ARRITJET MË TË LARTA

1946 – Shqipëria Kampione e Ballkanit.

1958 – Spartakiada e ushtrive në Laipçig "Partizani" vendi i dytë

1963 – Spartakiada e ushtrive në Hanoi "Partizani" vendi i dytë.

1970 – "Partizani" eliminoi "Advidaberg" të Suedisë dhe kalon në turin e dytë me "Insbruk" të Austrisë.

1970 – "Partizani" Kampion i Ballkanit.

1978 – Shqipëria Kampione e Ballkanit për 19-21 vjeç.

1981 – "Shpresa" e Shqipërisë Kampione e Ballkanit.

1983 – "Shpresa", U-21 klasifikohet ndër tetë ekipet më të mira të Evropës.

1986 – "17 Nëntori" eliminon "Dinamon" e Bukureshtit.

1987-88 – "Flamurtari" kalon në turin e tretë të kupës kampioneve, duke eliminuar "Partizanin", Beograd, "Vismut" dhe me "Barcelona" 1:0 dhe 1:4.

2001 – "Vllaznia" kalon në turin e dytë të "Champion Leay (paraeliminatorit) eliminon Islandën, eliminohet nga "Gallatasaraj", Turqi.

FITORJA E BALLKANIADËS KRENARIA E FUTBOLLIT TONË (7-13 Tetor 1946)

13 tetor 1946 – Në Tiranë në stadiumin kombëtar “Qemal Stafa” Shqipëria shpallet kampione Ballkani.

KALENDARI I NDESHJEVE – REZULTATET GOL SHËNUESIT

1- Jugosllavi – Shqipëri	3:1 Pal Mirashi – Qamil Teliti
2- Jugosllavi – Bullgari	2:1
3- Bullgari – Rumani	2:1
4- Rumani – Jugosllavi	2:1
5- Shqipëri – Bullgari	3:1 Loro Boriçi, 2 gola Pal Mirashi
6- Shqipëri – Rumani	1:0 Qamil Teliti

KLASIFIKIMI

Shteti	Ndeshje	Fitore	Barazim	Humbje	Gola	Pikë
1. Shqipëria	3	2	-	1	6:4	4
2. Jugosllavia	3	2	-	1	6:5	4
3. Rumania	3	1	1	1	4:3	3
4. Bullgaria	3	0	1	2	4:1	1

PËRBËRJA E EKIPIT

Trajnera: Ljubica Broçiç (Jugosllavi)

Ndihmës trajnera: Adem Karapici, Ludovik Jakova

Portjera: Dodë Tahiri, Xhakomino Poselli (italian)

Mbrojtësa: Muhamed Dibra, Sllave Llambi, Rexhep Spahiu, Xhavit Demneri, Besim Fagu, Foto Janku, Besim Boriçi, Beqir Osmani.

Sulmues: Aristidh Parapani, Qamil Teliti, Loro Boriçi, Vasif Biçaku, Pal Mirashi, Skënder Begeja, Hamdi Bakalli, Xhelal Juka si dhe futbollistët Ruzhdi Bizhuta, Preng Gjeloşi, Hivzi Sakiqi, Bimo Fakja, Bahri Kavaja.

Kryetar Delegacioni: Kristo Papajani – Andon Mazreku.

13 tetor 1946 Kapitenit të skuadrës Loro Boriçi i jepet kurora e triumfatorit të vendit parë.

P.s. për koinçidencë me 13 tetor 2001, vdiq në moshën 75 vjeçare Pal Mirashi, Mjeshtër i merituar i sportit, nderi i sportit shqiptar dhe i dekoruar me “Naim Frashëri” kl.II, kampion kombëtar me “Vllazninë” 1946, “Dinamo” 1950 ka zhvilluar 9 takime me kombëtaren.

Zyber Konçi

Trajner i merituar, nderi i sportit shqiptar

I datëlindjes 15.12.1926.

Arsimi: Universiteti i Karlit në Pragë – Shkolla e Lartë, Pedagogjike – specialist i edukimit fizik. Absolent i shkollës dy vjeçare të trajnerëve profesionist në Pragë – specialist futbollit.

Grada shkencore – profesor, doktor.

Dekoruar me urdhër “Naim Frashëri” kl.II dhe kl.I-rë.



Ekipet që ka stërvitur: Trajner profesionist në KS “Dinamo” të Tiranës 1960-1962 duke fituar 2 herë titullin kampion dhe 1 herë vendin e dytë.

1968-1974 themelues i shkollës së mjeshtresë sportive të futbollit “Shkëndia” duke zënë vendin e parë me moshat deri 18 vjeç. Në vitin 1970-1971 kampion i kategorisë II-të me të rriturit. Në vitin 1972-1974 në kategorinë e I-rë me të rriturit duke u klasifikuar në vendin e VI-të. Në të njëjtën kohë ka qenë shef i katedrës së futbollit në Institutin e Lartë të Kulturës Fizike “Vojo Kushi”.

Trajner i KS “17 Nëntori” 1974-1975 vendin e IV (ngavendi i fundit në edicionin 1973-1974), 1975-1976, vendin e II-të.

Trajner i skuadrës përfaqësues “Shpresa” 21 vjeçar – në Ballkaniadë 1974 – vendi i dytë.

Më 1966 trajner i skuadrës kombëtare në eliminatorët e Botërorit –

klasifikimi në vendin e fundit.

1968 – trajner i skuadrës kombëtare në eliminatorët e K. European, ku kemi fituar në Tiranë 1:0 kundër Danimarkës.

1980 – trajner i skuadrës kombëtare në Botërorin 1982, ku fituan në Tiranë 2:0 më Finlandën.

“Trajneri është person shumë popullor – mbasi ka të bëjë me futbollistë shumë heterogjenë, me të cilët do të përballojë shumë beteja me “kundërshtarë” të ndryshëm, në fusha të ndryshme, me spektatorë të ndryshëm dhe në kushte të ndryshme atmosferike. Për këtë arsye trajneri duhet të jetë person human dhe pastaj specialist i aftë dhe pedagog i mirë.

Trajneri duhet të ketë marrëdhënie të mira njerëzore duke filluar nga stafi i tij drejtues, me lojtarët, veçanërisht duhet të jetë shumë komunikues, psikolog i mirë, ndërsa me gjyqtarët i sjellshëm, tolerant dhe të respektojë detyrën e tij sa delikate dhe të lodhshme, mbasi merr vendime në kushte shume të shpejta.

Gjithmonë kam respektuar gjyqtarët dhe këtë frymë e kam përshkruar me të gjithë futbollistët që kam drejtuar. Mbas çdo ndeshje pavarësisht nga rezultati i kam falenderuar gjyqtarët duke i dhënë dorën gjatë daljes nga fusha. Me kolegët kemi patur respekt reciprok, të cilën e ruaj dhe tani që jam në pension. Me drejtuesit e klubeve sportive kam patur marrëdhënie shumë të mira, dhe i kam respektuar, mbasi në këtë mënyrë respektoja institucionin. Një konsideratë dhe respekt kam patur me dashamirësit e futbollit, të cilët na shoqëronin si në stërvitjet ashtu dhe në ndeshjet. Ata shpesh herë kanë luajtur rolin e lojtarit të 12. Pa pjesëmarrjen e publikut në ndeshjet tona, ato nuk do të kishin kuptim, mbasi ndeshja e zhvilluar pa publik, është njëloj si të japësh çfaqje teatrale pa spektator.

Gjatë karrierës time të gjatë, episodet janë të shumta, por po përmend disa prej tyre:

-Në finalen e Kupës së Republikës 1960 kundra skuadrës “Partizani” gjyqtari ndërkombëtar Ramazan Kuka nxorri me të drejtë nga fusha e lojës futbollistin e krahut të djathtë Eqerem Tallushi. Për një çast mendova se ndeshjen do ta humbisnim. Me ndërhyrjen e re taktike në veprimet sulmuese jo vetëm e çorientuam “kundërshtarin” por arritëm të shënojmë

dy gola duke e mbyllur ndeshjen me rezultatin 2-1. “Partizani” shënoi të vetmin gol me penallti.

Gjithashtu duhet të theksoj se nuk arrita të realizoj me futbollistët e rinj të “Shkëndisë” zhvillimin e lojës me dy qendërmbrojtës, në zonë – element taktik, që në atë kohë filloj të aplikohej në futbollin modern. Kjo për vetë faktin se njëri nga qendërmbrojtësit Petrit Gjoni para ardhjes në shkollë ishte aktivizuar pjesërisht me të rinjtë e K.S. “Dinamo” në rolin e qendërmbrojtësit të lirë, pra nuk pati mundësi për të luajtur në zona. Po të kisha insistuar do të më kushtonte humbjen e disa ndeshjeve në kampionatin e kategorisë I-rë. Edhe sot po të kisha mundësi do ta aplikoja këtë lojë në mbrojtje.

Hobi im është natyra dhe deti. Këtë e kam zbatuar gjatë gjithë jetës time. Edhe tani që jam në pension vazhdoj rregullisht të bëj shëtitje në kodrat e liqenit artificial dhe me raste bëjmë ekskursione në malin e “Dajtit” dhe në Durrës – në detin e mrekullueshëm.

Ky rregjim më ka ndihmuar që të ruajë aftësitë e mia fizike dhe mendore dhe të jem optimist për jetën.”

Panajot Pano

Datëlindja: 7.3.1939.

Mjeshtër i merituar sporti, nderi i sportit shqiptar, fitues i anketës “Futbollisti më i mirë i shekullit” “Naim Frashëri” i Artë.



Panajoti më mirë preferon të përshkruajë portretet e trajnerëve që e kanë stërvitur, se sa të flasë teorikisht për figurën e trajnerit. Me një të folur pasionante dhe të rrjedhshme, ai përshkruan në mënyrë meditative trajnerët që e kanë stërvitur dhe drejtuar për vite dhe dekada

me radhë. Dhe duke më shikuar thellë në sy citon:

“Të gjithë ishin të përgatitur. Secili e dërgonte nga një shkallë më lartë ekipin”

Dhe për çudinë time e fillon me ish trajnerin e ekipit kombëtar dhe mësuesin e edukimit fizik të shkollës së tij Adem Karapicin; që jo vetëm e ka inkuadruar në ekip sportiv, por e ka këshilluar që ta vazhdojë në rregull futbollin. Kështu me porosinë e tij dhe pasionin për të ruajtur portën, u paraqit tek profesor Xh. Demneri. Seleksioneri intuitiv ebindi se trupi i tij robust ishte më i përshtatshëm si sulmues; si të tillë ai e vendosi përnjëherë me të rinjtë e “17 Nëntorit” të athershëm, ku mbas një periudhe të shkurtër së bashku me Fatmir Frashërin dhe Skënder Halilin, inkuadrohen në ekipin e parë tek profesor Lym Alla për të cilin ka impresione të veçanta.

“Ishte autoritar, nuk të afronte dhe tepër kërkues. Aty për herë të parë pashë dhe zhvillova punë specifike me grupe; veças mbrojtësit, veças mësfushorët dhe veças sulmuesit. Vlerësonte shumë lojtarët guximtare dhe ironizonte me batuta humoristike frikakakët”.

Në “Partizani” Rexhep Spahiu ka qenë trajneri më i formuar. Ishte shumë kërkues si ndaj nesh ashtu edhe ndaj vehtes. Kishte kurajo të jashtëzakonshme por edhe me shumë besim në vetvehte. Gjithnjë si në stërvitje ashtu dhe në ndeshje ishte i tensionuar; shqetësimet, brengat, emocionet ishin më të mëdha se sa gëzimet. Në çaste kritike, gjente forca për të na ngritur, qetësuar dhe për të dhënë kurajo. Stërvitjet ishin shumë të larmishme, vazhdimisht lexonte dhe ndeshjet i ndiqte me vëmendje të madhe. Një herë më bindi plotësisht që unë të luaja në ekstremin tjetër, pra sulmues i djathtë, sepse kundërshtari pikërisht atje ishte më i dobët. Ishte e vërtetë; dhashë shumë rendiment për vehte dhe për skuadrën. Për universalizmin e posteve veproji edhe me lojtarë të tjerë”. Për profesorin e nderuar dhe tepër të respektuar Loro Boriçi flet me superlata të veçanta, veçanërisht për profesionalizmin, humanizmin, dashurinë, karakterin dhe sakrificën e tij. “Njeri shumë i drejtë, urrente gënjeshtrenë dhe pabesinë, intuitiv që pamvarësisht nga shqetësimet e vazhdueshme dhe situata të komplikuara, gjente rrugë shpëtimi. Toleranca që ishte një tjetër imazh pozitiv i tij, i mungonte vetëm kur ndonjë sportist prishte rregjimin sportiv, siç ishte rasti i Gogonit të cilin nuk e aktivizoi për një periudhë të gjatë.

Trajneri Ilia Shuke ishte pasionat dhe i dashuruar plotësisht mbas futbollit. Udhëhiqte me shembullin e tij me plot energji krijuese.

Depërtonte tek çdo sportist dhe përballoi me shumë kurajo detyrën e vështirë të trajnerit. Refik Resmja, kurrë nuk pati mosmarrëveshje me lojtarët dhe drejtuesit. Me sportistët sillej si shok madje deri në familjarizim... Gjithnjë mendonte për të ardhmen e ekipit. Në drejtimin e ndeshjes, bënte manovrime shumë të mençura dhe rezultative.

Kolec Kraja, merrej me teknikën dhe taktikën, lojtarët i bënte për vehte me butësinë dhe shakarat e tij, por edhe autoritar dhe kopetent. Kjo ishte e çuditshme. Në ekipin kombëtar prof. Zyber Konçi është dalluar nga të tjerët. Ndërsa atëhere grumbullimi i ekipit kalonte rreth 2 muaj, ai e planifikonte me detaje të hollësishme. Plotësisht i azhurmuar me literaturën e huaj, bënte mësimet teorike, jepte detyra dhe kërkonte zbatimin e tyre. Çuditërisht me familjarët e futbollistëve komunikonte më mirë se sa me vetë futbollistët. Me punën e trajnerëve të huaj, rusit Lukshinov dhe rumunët Balanesku, jam deziluzionuar. Edhe sot e kësaj dite nuk e kuptoj pse ishin aq të rreptë, të pa komunikueshëm dhe të padiskutueshëm. Ndoshta nga mungesa e kushteve apo “edukata” e sportistëve...

Prandaj arrij në konkluzionin se trajnerët tanë i kanë kryer detyrat e tyre në mënyrë të shkëlqyer, si nga ana profesionale ashtu dhe etiko-morale. Ishin të përgatitur njëri më mirë se tjetri. Të gjithë kanë ndikuar në formimin tim dhe shokëve të mi. Meritojnë jo vetëm të kujtohen, por të vlerësohen, sepse padrejtësisht po i mbulon heshtja.

Eduard Dervishi

Datëlindja: 11.04.1961.

Trajner me “Shkëndia” për 4 vjet, që në 1985 rifutet në kategorinë e parë. (Trajner i parë Prof. Miço Ndini).

Pedagog dhe shef i katedrës së futbollit në AEFS “Vojo Kushi”. Ish sekretar i Federatës Shqiptare të futbollit dhe njëherësh kryetar i saj.

Aktualisht punonjës në Federatën Spanjolle të Futbollit.



Antar i komitetit të të rinjve pranë UEFA-s, antar i komisionit të delegatëve (vëzhguesave) të UEFA-s.

Për trajnerin dituria është thesar dhe puna çelsi i saj. trajneri përveç qenies si një tekniku të formuar në mënyrë të gjithanshme, në ditët e sotme, domosdoshmërisht duhet të jetë edhe psikolog edhe pedagog. Ashtu siç e përcakton edhe Andi Robscuri, ai duhet “të futet në kokën e çdo futbollisti”. Pra kur të flitet për të rinjtë duhet të ulemi në nivelin e tyre; ndërsa për të rriturit të ngrihemi po në nivelin e tyre. Vetëm në këtë mënyrë do të kuptojmë dhe ndihmojmë në zgjidhjen e të tërë problemeve të tyre.

Aktualisht nuk ka më vend për trajnera autoritarë. Të marrim rastin e V.D.Bosco trajner i “Real Madrid-it”. Ndonëse është me nivel tejet të lartë profesional, nuk mund të mbajë yjet milionerë si Raul, Figo, Hierro, Zidane, R. Carlos, Savio etj. me autoritet të plotë. Përkundrazi me mjeshtrin e një trajneri të madh ka depërtuar në cilësitë dhe veçoritë morale të secilit lojtar duke u bërë mik, shok dhe bashkëpunor i tyre. Dhe kjo me fuqinë e vullnetit, sepse fitimtar është vetëm ai që ka vullnet dhe durim të fortë. Më duket e arsyeshme të jap edhe një shembull tjetër. Është rasti përsëri për një trajner spanjoll të quajtur Juan Santisteba i ashtuquajtur “koka e re në shpatulla të vjetra”. Është 64 vjeç dhe drejton përfaqësuesen e nën 16 vjeçarëve. Nëse nuk do t’i dallosh flokët e bardhë, do ta kesh të vështirë ta dallosh nga fëmijët me të cilët lëviz dhe komunikon ngrohtësisht nëpër fushë.

Është i njohur fakti se sporti i tanishëm nuk është ai i 30 viteve më parë. Trajneri i mirëfillt intelektual, është partner dhe koleg me të gjithë, veçanërisht në të tëra aspektet sociale të sportistëve të tij. Për publikun duhet treguar respekt i veçantë. Publiku zbukuron spektaklin. Ai paguan dhe kërkon të kënaqet, sepse futbolli është spektakël madhështor. Nuk ndodh kështu me spektaklet artistike që siç dihet janë të parashikuara dhe dihet se çfarë do të ndodhë.

Në futboll nuk ka ngjashmëri ndeshjesh, ka qëndresë dhe vetmohim, mençuri dhe zemërim, miqësi dhe agresivitet, lodhje dhe kënaqësi. Kënaqësia arrihet me sakrificë. Ecja nëpër rrugë të sheshtë, nuk i jep njeriut ndonjë kënaqësi të madhe, por kur ngjitet nëpër kodra e lartësira,

kur arrin majën e tyre dhe fshin djersën nga balli i tij, ay ndjen kënaqësinë më të madhe. Edhe bashkëpunimin po e ilustruj me një shembull të cilin e mësova kur isha vëzhgues i UEFA-s në nëntor të 2000 në ndeshjen e kupës kampioneve ndërmjet Mançester Junajted me Panathinaikos. Është fjala për bashkëpunimin e Fergusonit me psikologun e tij. Ky i fundit, i tregoi futbollistëve një episod të shkurtër por shumë kuptimplote. “Kur po udhëtoja për tek Ju, ndala në një ndërtesë ku po punonin shumë punëtorë. Të parin që pyeta, mu përgjigj se punonte për të mbajtur familjen, i dyti sepse e paguanin mirë me 15 dollarë në orë, ndërsa i treti punonte sepse kjo do të bëhej një katedrale madhështore, që kur të vinte me nipër e mbesa, tu tregonte atyre për vlerat e punës së tij. Edhe ju të nderuar futbollistë, të luftoni që kur të vini në stadium me nipërit e mbesat tuaja, t’i tregoni se në madhësinë e këtij ekipi, keni kontribuar edhe ju”.

Kur më 1991, mora detyrën si sekretar i përgjithshëm i F.Sh.F. vendi ynë ishte përjashtuar nga veprimtaritë ndërkombëtare, nga situatat politike të asaj kohe. Ndonëse isha 30 vjeç dhe pa përvojë pune ju luta dhe mora takim në Bern (Zvicër) me drejtuesit kryesor të FIFA-s (Blater) dhe UEFA-s (Aigner). Takimi ishte rezultativ. I falenderova përzemërisht mu përgjigjen se kënaqësia ishte e tyre, madje më e madhe, sepse mbas 50 vjetëve morëm takim me një përfaqësues të futbollit shqiptar.

Njëherësh si përfaqësues i federatës spanjolle të futbollit marr pjesë në mjaft mbledhje, seminare, kongrese etj. Në një takim me Havelanzh (ish president i FIFA-s) ndërmjet të tjerave më tha: “Sigurisht që tani i shërben Spanjës, por jam i sigurtë se Shqipërinë tande do ta ndihmosh më shumë”.

Në F.Sh.F. punova në një periudhë komplekse dhe të ngarkuar. Krahas rezultateve që arrita nuk munda të realizoj disa projekte...; ndoshta me përvojën që po fitoj në Spanjë do t’i realizoj në të ardhmen.

Në Shqipëri çdo trajner, ka vënë nga një tullë në murin e fortë të futbollit shqiptar. Veçoj Sh. Rrelin, B. Birçen, F. Frashërin, E. Shehun, N. Bajkon, A. Muçen dhe veçanërisht mësuesin dhe kolegun tim Miço Ndini.

Hobi im është leximi. Bibliotekën personale e pasuroj vazhdimisht. Edhe të shkruaj më pëlqen shumë, mbas disa artikujve dhe 2 librave të

botuara më parë, po përgatis të tretin. Ndonëse zotëroj katër gjuhë të huaja, po përpqem vazhdimisht t'i perfeksionoj ato dhe të mësoj edhe një tjetër. Më pëlqen muzika, piktura ku dalloj pejzazhet dhe natyrën e qetë të piktorit vlonjat Nestor Jonuzi.

Gjmnastikë

“MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT”

- | | |
|------------------|------------------|
| 1. Hysni Vaqarri | 6. Gani Mezi |
| 2. Saim Bejtja | 7. Flora Shqevi |
| 3. Bujar Bujari | 8. Adriatik Meta |
| 4. Xhavit Xhani | 9. Valter Meta |
| 5. Arqile Marko | |

“MEDALJE ARI”

1. Miranda Lasku
2. Polikseni Gorishti
3. Nurie Rama

GRADA SHKENCORE

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------|
| 1. Dr. Shkëlqim Kuqo | 5. Dr. Fredi Mara |
| 2. Prof. Asociuar Dr. Adriatik Meta | 6. Dr. Begator Bashkurti |
| 3. Dr. Kujtim Hoxholli | 7. Dr. Natasha Kotorri (Dako) |
| 4. Dr. Flora Mebelli | 8. Dr. Arqile Marko |
1. Gjergj Kroni – President i Federatës Shqiptare Gjmnastikës
 2. Bardhyl Hoxha – Sekretar i përgjithshëm i Federatës Gjmnastikës.

ARRITJET MË TË LARTA TË GJMNASTIKËS

Në lojrat mesdhetare të Barit (Itali) ekipi gjmnastikës shqiptare i përbërë nga Eriola Omeri dhe Klerta Meta (trajneri V. Limaj dhe F. Mara) u renditën në vendin e pestë nga 14 shtete pjesëmarrëse. Gjithashtu këto pjesëmarrëse, janë cilësuar si më të mirat e 8-çes (tetëshes) së parë në traun e ekuilibrit dhe kërcimin e kalit.

Në lojrat olimpike të rinisë botërore Moskë 1999, Eriola Omeri mori 33.80 pikë ndërsa Klerta Meta 32.80 pikë, që janë koeficiente të larta ndërkombëtare.

Në kampionatin botëror Selanik 1997, Eriola Omeri mori 2 medalje bronzi në paralele të shkallëzuar dhe ushtrime të lira.

Në turneun ndërkombëtar të Austrisë Orneta Çuko (trajner V. Limaj) mori medalje bronzi.

Në turneun ndërkombëtar të Sllovenisë, O. Çuko mori medaljen e argjendë.

Në lojrat Olimpike të rinisë europiane në Bullgari 2001, gjmnasti beratas Julian Sadushi me trajner Edison Ikonomi, u radhit në 6 më të mirët në paralele.

Në meetingun e Jordanisë tetor 2001, ku morën pjesë 24 shtete gjmnastet tona Egl Shima dhe Orneta Çuko me trajner V. Limaj u renditën në 8-çen (tetëshen) e më të mirave të turneut. Egl Shima me 31.6 pikë (paralele-ushtime të lira) Orneta Çuko 29.5 pikë (kërcim kaluçi, ushtime të lira dhe traekulibri).

Orneta Çuko, medalje bronzi në turneun ndërkombëtar të gjmnastikës në Austri (nëntor 2001).

Bujar Bujari

Datëlindja: 03.10.1935

Specialiteti: Gjmnastikë.

Arritje: 13 vjet Kampion Kombëtar 14 medalje.

Kariera: Trajner i “Shkëndisë”, “Partizanit”, “Ekipit kombëtar”.

Titujt: Mjeshtër i Merituar i Sportit.

Nderimet: Urdhëri “N. Frashëri” i Kl.II., “N. Frashëri” i Kl.III.

“Nderi i Sportit Shqiptar”.



Trajneri duhet të jetë dhe mbetet figura kryesore më e spikatur më e përsosura morale dhe pasqyrë jo vetëm për sportistët që ai stërvit, por dhe më gjërë, ku arrin rrezja e punës së tij.

Ai duhet të jetë tërësisht i përkushtuar pas punës së tij fisnike duke edukuar me durim e këmbëngulje cilësitë e dorës së parë të moralit të pastër, të sjelljes së kulturuar, të bindjes pa asnjë mëdyshje ndaj punës, rregullave të garës dhe spektatorit që e don aq shumë. Trajneri duhet të edukojë në çdo hap të punës së tij një sportist të ndershëm, që kur fiton të mos mburret dhe kur humbet të mos hidhërohet, të zbatojë rregulloret e garave, të luftojë me gjithë përkushtim për të arritur një fitore të ndershme të merituar dhe publiku ta shpërblejë atë me duartrokitje për sjelljen njerëzore dhe rezultatin e lartë sportiv të arritur.

Të gjitha këto mund të arrihen kur ndërtohen marrëdhënie normale korrekte pune trajner-sportist-prind.

Të ndëshkojë me takt çdo veprim të pahijshëm që bie ndesh me punën, kolektivin, rregullat e vendosura, por edhe të lavdërojë sjelljet korrekte, ndershmërinë, punën e palodhur, por me takt, pa kaluar në eufori, të cilitdo sportisti të tij.

Asnjëherë nuk mund të gjesh në një ekip, skuadër sportiste të një rangu – është trajneri ai që heton, gjen dhe ndëshkon të pajihshmen dhe mundohet që këtë detyrë themelore dhe bazë të sukseseve të tij, ta arrij me maturi, me durim dhe këmbëngulje, duke zbatuar forma edukuese të larmishme kudo në stërvitje, në shtëpi, në familjen e sportistit e kudo.

Episod tjetër ishin garat e vitit 1964 për të arritur titullin e “Mjeshtrit të Sportit” për herë të parë në historinë e gjimnastikës shqiptare, mbi bazën e normave të reja të hartuara nga Federata Botërore e Gjimnastikës. Ajo u arrit me sukses – por mbetet e pa shlyer në kujtesën time dhe sadsifaksioni – çmimi më i madh, ishte përqafimi i parë nga vajza 4 vjeçare, e paharruara Kozeta që jetonte edhe ajo me emocionet e garës.

Parapëlqimet: Muzika e lehtë dhe operistike, shëtitjet në natyrë në vetmi meditative.

Peng i jetës: Ndalimi i pjesëmarrjes të ekipeve në stërvitje në gara ndërkombëtare.

Nuk arrita deri në fund mbrojtjen e temës së disertacionit (Në seancën e fundit për arsye të diktatit të shefit të Katedrës).

Apel: Rinia t’i drejtohet sportit, ku fiton jetën, shëndetin, forcën, gjallërinë, jetëgjatësinë, larg jetës pa kuptim.

Adriatik Meta

Datëlindja: 05.08.1956

Arsimi: AEFS “Vojo Kushi”

Mjeshtër i merituar i sportit.

Grada shkencore: “Profesor i Asociuar Dr.”.

Specialiteti: Gjimnastikë. Specializuar në Francë. Pedagog në AEFS “Vojo Kushi”. Pedagog në FEFS të Tetovës.

Dekoruar me urdhërin “N. Frashëri”.

1979-82 trajner fëmijësh në Korçë.

Bashkëtrajner në ekipin e fëmijëve të “Partizanit” në vitet 1988-1990.

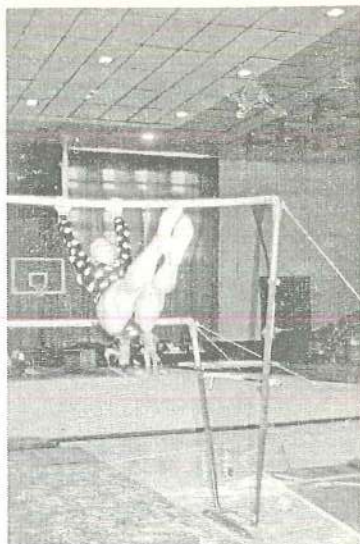
1987-92 trajner i ekipit të mjeshtreve të “Studentit” dhe të ekipit kombëtar.

1999-2000 bashkëtrajner i ekipit olimpik të gjimnastikës për femra.

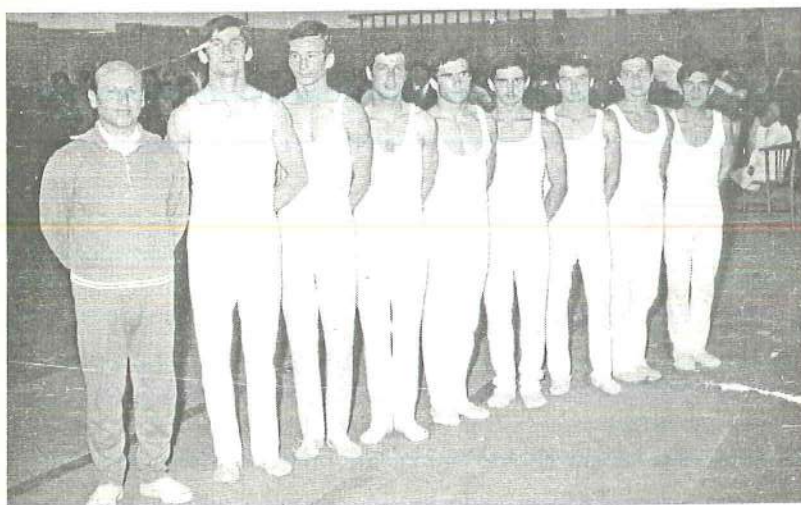
Figura e trajnerit si teknik, specialist, padyshim nuk mund të ndahet nga ajo e mësuesit apo pedagogut pasi janë marrëdhënie shoqërore të një procesi të pandashëm mësimor-stërvitor e tepër edukativ. Trajneri duke qenë drejtues i ekipit, lypset që marrëdhëniet e tij me lojtarët, gjyqtarët, kolegët, drejtuesit, publikun, mediat, t’i ketë shumë të mira dhe brenda raporteve të drejta, optimale me çdonjerin. Ata duhen konsideruar si aksesore të një procesi të tërë nga ku varet dhe suksesi i mbarëvajtjes së një ekipi. Episodet apo emocionet pozitive kanë qenë të shumta; por unë do të veçoja njërin. Gjatë stërvitjes 1 mujore me ekipin kombëtar të Francës femra) në Sentien (gusht 1999) trajnerët bashkëshortë kinezë të këtij ekipi deklaruan se “Me këta gjimnaste që keni ju mund të sulmoni çdo aktivitet të këtij niveli. Ato janë talente, punojnë shumë, sakrifikojnë shumë. Ato që ju mësuar për një muaj, ne na duhet gjashtë muaj. “Kjo e vërtetë jo vetëm më emocionoi dhe më mbushi me krenari, por më shtoi



më tepër shpresat se një ditë (dhe kjo jo shumë larg) gjimnastet tona do të jenë midis gjimnasteve më të mira. Gabimet e mia kanë qenë të vogla dhe të ralla. Do të përmendja takimin ndërkombëtar të Bosforit më 1992, ku mosnjohja nga ana ime e disa ndryshimeve të bëra në rregulloren teknike një muaj para këtij aktiviteti, ndikoi në uljen e rezultatit gjë që detyroi dy gjimnastët tanë të mos përfshiheshin në garat finale të disa veglave e për rrjedhojë të mos futeshin në zonën e medaljeve. Ajo çka ka mbetur pa u realizuar në objektivat e mia si trajner, është pjesëmarrja me individë në lojrat e ardhshme olimpike. Hobi im është sporti e mbi të gjitha gjimnastika. Por do të veçoja pas saj letërsinë dhe shkencat mjekësore (gjenetikën).



Garë gjimnastike



Ekipi "Studenti", Kampion Kombëtar në 1976, Dr. Shkëlqim Kuqo, trajner i ekipit

Judo

MEDALJE ARGJENDI

1. Anton Shkoza

Hend-Boll

GRADA SHKENCORE

1. Prof. Dr. Mehdi Jashari – Dekan i Fakultetit të Edukimit Fizik në Universitetin e Prishtinës.

1. Kostandin Ktona – President i Federatës Shqiptare Hend-Bollit

2. Astrit Utka – Sekretar i Federatës Shqiptare Hend-Bollit. (i komanduar)

Mundje

"MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT"

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1. Riza Lofca | 13. Ruzhdi Kola |
| 2. Ramadan Martini | 14. Abedin Lame |
| 3. Ylli Agolli | 15. Ndoc Çokaj |
| 4. Hasip Omuri | 16. Prokop Beqari |
| 5. Skënder Plasari | 17. Suvorov Nikolla |
| 6. Fiqiri Rama | 18. Xhelil Cibaku |
| 7. Ram Kasmi | 19. Ndriçim Spahiu |
| 8. Hamdi Uka | 20. Paulin Sterkaj |
| 9. Iljaz Guri | 21. Lutfi Meçkaj |
| 10. Rrok Bardeli | 22. Stefan Gjenerali |
| 11. Hysen Omi | 23. Hajri Dhelpra |
| 12. Kadri Nuri | 24. Viron Bezhani |

"MEDALJE ARI"

- | | |
|----------------|-------------------|
| 1. Islam Balia | 2. Idajet Vogli |
| | 3. Mirash Vuksani |

“MEDALJE BRONZI”

1. Ded Bregu
2. Ali Gëlqerja
3. Halil Murrizi
4. Bajram Agolli

GRADA SHKENCORE

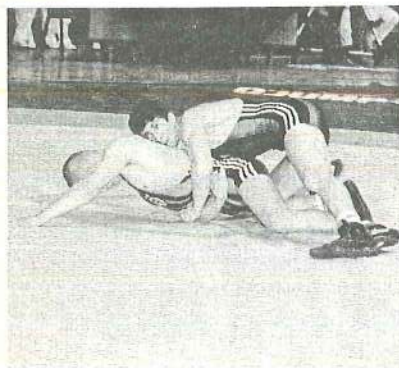
1. Dr. Kujtim Kapedani – Pedagog në AEFS

* * *

VIRON Bezhani – Sekretar i Përgjithshëm i Federatës Mundjes

REZULTATET MË TË LARTA TË MUNDJES SHQIPTARE

1. I. Guri – “Vllaznia” vendi i katërt në Kampionatin Evropian të rritur. Peshë 90 kg. Helsinki 1973 stili klasik.
2. Sh. Troplini – “Durrësi” fitoi të drejtën kualifikuese për të marrë pjesë në lojrat olimpike “Atlanto” 1996, peshë 100 kg. stil i lirë.
3. Marrja e 3 medaljeve të arit, 2 argjendi dhe 1 bronzi nga mundësit e stilit të lirë e greko-romak në kampionatin e të rinjve zhvilluar në Tiranë më 1996.



L. Zeneli i pesti në Europë

4. S. Prizreni - “Tirana” fitues i medaljes së arit në lojrat botërore rinore “Sofia 2001, peshë 58 kg.

Mundësi më i mirë i aktiviteteve mbarëkombëtare (Shqipëri-Kosovë-Maqedoni) data 2001 në Tiranë.

5. N. Njemza – “Tirana”, fitues i medaljes argjendi në lojrat mesdhetare “Bari 1997”.

6. L. Zeneli - klasifikuar i pesti në Kampionatin Evropian për të

rinj “Tirana 1998”.

7. Paulin Sterkaj - mundje klasike, medalje bronzi në lojrat mesdhetare, Athinë 1991.

8. L. Çakmoshi – vendi i katërt në Kampionatin Evropian për të rinj në Bratisllavë (Sllovaki), viti 2000. – Pjesëmarrës në kampionatet botërore të zhvilluara në Rusi, Azerbaxhian etj. viti 2001.

9. Tetor 2001 turne ndërkombëtar në Greqi (Selaknik), ekipi kombëtar u rendit në 5 më të mirët, në 18 ndershje të zhvilluara, fituan 14. Klodian Tereziu (Tirana) mori medaljen e argjendë.

* * *

Në mënyrë të veçantë theksojmë Petro Sturgji i pari shqiptar, Kampion i Botës në mundje për 30 vjet, ushtroi në SHBA mundjen; në vitin 1923 duke mposhtur Kampionin e Botës në mundjen e lirë, finlandezin gjigant Ketonen, shpallet Kampion i Botës.

Ylli Agolli

Datëlindja: 09.11.1934.

Arsimi: AEKS “Vojo Kushi” dhe Fakulteti (Dega) Histori-Gjeografi.

Specialiteti: Mundje, “Trajner i merituar kombëtar”, fitues i medalionit “Nderi i Sportit Shqiptar”.

Pedagog dhe shef i katedrës të sporteve të rënda në ILKF “Vojo Kushi”, - Sekretar i Federatës Shqiptare të mundjes.

Dekoruar me urdhrin “Naim Frashëri” Kl. III-të dhe II-të.

Më 1960 trajner i ekipit të gjimnastikës “17 Nëntori”. M2 1965 e filloi punën si trajner në klubin “Studenti” në mundje, ku vazhdoi deri në fund të vitit 1976. Më vonë kalon në ekipet e kryeqytetit “17 Nëntori”,



“Dinamo” e “Partizani”. Aktualisht trajner i ekipit kombëtar

Në rrjedhën e këtyre viteve ekipet e mësipërme i kanë dhënë tonin kryesor mundjes në vendin tonë dhe janë renditur ndër vendet e nderit, ku vlen të përmenden fitoret e titullit kampion kombëtar dhe kupës së Republikës në ekipin “17 Nëntori” në vitet 1982, 1983, 1984, 1985, 1986. Gjatë kësaj kohe (ku edhe sot punon si trajner) tre mundësa të tij, janë nderuar me titullin “Mjeshtër i Merituar i Sportit” 14 të tjerë “Mjeshtër Sporti” dhe kanë fituar titullin kampion kombëtar 30 mundësa. Ka drejtuar ekipet kombëtare nga viti 1971, duke konkuruar në turne ndërkombëtare, kampionate europiane dhe botërore.

Në këtë veprimtari sportistët e tij kanë arritur këto rezultate: 3 medalje ari, 9 argjendi dhe 4 bronzi. Një i renditur në vendin e 4 për të rritur në Kampionatin European “Helsing 1973”, dy Kampion Ballkani dhe një nënkampion në “Tirana 1986” për të rinj. Një i renditur i 5-ti në Kampionatin European për të rinj “Tirana 1998” një i renditur i katërti në Kampionatin european për kadet “Bratislava 2000” dhe një vend i parë në lojrat rinore “Sofie 2001”.

Trajneri është një edukator, organizator dhe drejtues i zoti për përgatitjen e sportistëve. Sjellja e tij e kulturuar, të përmbajturit e vehtes, produktiviteti në stërvitje, formojnë autoritetin e tij. Puna edukative pedagogjike e tij bazohet mbi rregulla dhe parime të përcaktuara. Variacioni i përdorimit të tyre varet nga konceptet pedagogjike dhe kushtet konkrete. Trajneri duhet të edukojë punën pedagogjike sipas individualiteti të sportistëve ku qëllimi kryesor dhe më i domosdoshëm është që të formojë një moral të lartë. Puna edukative bëhet kolektivisht por edhe individualisht, sipas temperamentit, karakterit, vullnetit, sjelljes, zakonit të çdo sportisti, duke u mbështetur më shumë në tiparet e tij individuale.

Marrëdhëniet me sportistët duhet të karakterizohen nga parimet “Sporti të mëson të fitosh me nder”, “Sporti të mëson të humbasësh me dinjitet”, “Sporti të mëson gjithçka, ai të mëson për jetën”. Marrëdhëniet me gjyqtarët, kolegët e publikun nuk duhet të jenë të diferencuara, por tepër korekte duke qendruar larg diskutimeve boshe e pa përmbajtje, si dhe duke treguar nivelin e lartë kulturor e profesional të tij.

Me tërë këtë karrierë sportive, sigurisht emocionet pozitive dhe negative kanë qenë të shumta. Ngacmime të mëdha kam patur kur dola për herë të parë kampion, madje ka patur raste që dilja dhe jashtë kontrollit, por duke reflektuar kam patur forca që të përmbaj vehten dhe pas përfundimit të çdo gare ndjeja një rraskapitje ku me kalimin e kohës gjithçka rikuperohej; për të marrë forca për garën e ardhshme.

Gjithashtu, kam gabuar ndonjëherë edhe me ndonjë sportist, gjyqtar apo organizator veprimtarish, për probleme të ndryshme, të cilat në brendësi kanë patur qëllimin e ndreqjes së gabimeve, në emër të rezultateve të larta.

Hobi im është leximi dhe çuditërisht e drejta për të lexuar të kalon në të drejtën për të shkruar, siç janë një seri leksionesh të nivelit universitar e pasuniversitar; botim i tre librave me nga 200 faqe secili botim, i “Manualit të mundjes shqiptare” ku trajtohen problemet e stërvitjes sportive, përgatitjen e fillestarëve dhe sportistëve të niveleve të larta si dhe historinë e statistikën e rezultateve nga kampionati i parë kombëtar deri në ditët e sotme. Kam drejtuar një sërë kursesh universitare e pasuniversitare të trajnerëve. Hobi tjetër është muzika, sidomos ajo popullore.

Not

MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT

1. Petrit Caslli
2. Jani Hondro
3. Skardilajt Shtyti

MEDALJE ARI

1. Ismail Muriqi
2. Fatlinda Nini
3. Koço Afezulli
4. Niko Kurani

MEDALJE ARGJENDI

1. Enver Muriqi
2. Mark Shestani
3. Lin Shestani
4. Anjeza Shestani

Anastas Angjeli – President Nderi i federatës Shqiptare të Notit.

Hasan Hazifi – President i F.Sh. Notit.

Hyrmete Gjeta – Sekretare e Përgjithshme e F.Sh. Notit.

Dekorime për sporte të tjera

“MEDALJE E ARTË”

1. Luigj Shala
2. Irfan Tershana

“MEDALJE ARGJENDI”

1. Xhevdet Matraku
2. Burhan Truma
3. Andon Shkoza

PRESIDENTË – SEKRETARË etj. TË FEDERATAVE TË NDRYSHME

-Ali Ohri – President i Federatës Shqiptare të Hipizmit

-Arjan Ruxhi – Sekretar i Përgjithshëm i F.Sh.H.

-Ali Muriqi – Kalorësi më i dalluar.

-Myftar Gjana – President i Federatës Shqiptare të Radio-Amatorizmit.

-Isa Mehmeti – Sekretar i Përgjithshëm i F.Sh.R.A.

-Ramis Ismailgeci – President i Federatës Shqiptare të Karatesë.

-Fiqiri Guri – Sekretar i Përgjithshëm i Federatës Karate-Jogut.

-Florian Muça – Karateisti më i dalluar.

-Përparim Feruni – President i Federatës Tajfundo.

- Dashmir Xhixha – President i Federatës Shqiptare Judo.
- Labo Abazi – Sekretar i Përgjithshëm.
- Shkëlqim Mema – President i Federatës Shqiptare të Skive.
- Agron Cuka – Sekretar i Përgjithshëm i F.Sh.S.
- Arben Alushi – President i Federatës Shqiptare të Tenisit.
- Tonin Mema – Sekretar i Përgjithshëm i F.Sh.T.
- Myftar Zyberi – President i Federatës Shqiptare Biç-voley.
- Ilira Gaxho – Sekretar i Federatës Shqiptare Biç-voley.
- Mirjan Hakani – President i Federatës Badbillding
- Flamur Topi – Sekretar i Përgjithshëm.
- Edmond Loku – President i Shoqatës së bilardistëve.

Peshëngritje

FARUK KALLESHI “MJESHTËR I MADH I PUNËS”

“MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT”

- | | |
|-------------------|-----------------------|
| 1. Ymer Pampuri | 11. Aleksandër Kondo |
| 2. Telat Agolli | 12. Mirjan Hakani |
| 3. Vehap Xhindoli | 13. Xhemal Qarri |
| 4. Faruk Kalleshi | 14. Muharrem Berisha |
| 5. Asim Belinova | 15. Fatmir Bushi |
| 6. Ferid Berberi | 16. Hysen Cenaj |
| 7. Besim Pulaj | 17. Maksim Rrapaj |
| 8. Bujar Bodinaku | 18. Agron Haxhihyseni |
| 9. Shtjefen Thaçi | 19. Niko Buneci |
| 10. Vasil Hoço | |

“MEDALJE ARI”

1. Fehmi Telegrafi
2. Zef Kovaçi
3. Zyhdi Mazreku

“MEDALJE ARGJENDI”

1. Nikolin Qyrsaçi
2. Faik Nebija

“MEDALJE BRONZI”

1. Agim Mushi

GRADA SHKENCORE

1. Prof. Dr. Gudar Beqiraj – Ish-President F.Sh.P.
2. Dr. Përparim Feruni

DREJTUESIT E FEDERATËS

1. Eşad Ademi – President i Federatës Shqiptare Peshëngritjes
2. Ilir Kraja – Sekretar i Përgjithshëm i Federatës Shqiptare Peshëngritjes.

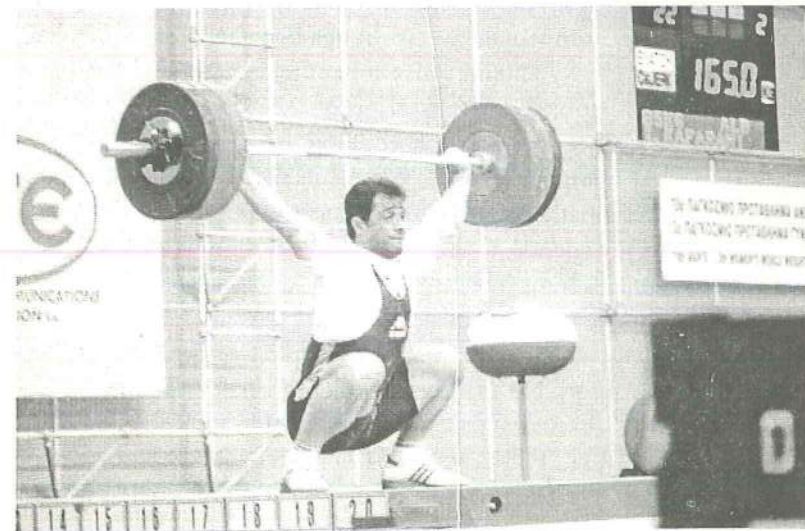
ARRITJE NË SPORTIN E PESHËNGRITJES

1. Viti 1972 – Lojrat Olimpikë Mynih (Gjermani) Ymer Pampuri në peshën 60 kg. vendos rekord botëror në stilin e forcës me 127.5 kg. Trajner Zyhdi Mazreku.
2. Luan Shabani – Kampionati Evropian Danimarkë 1990, pesha 56 kg. 1(një) medalje argjendi, 2 medalje bronzi, trajner Agim Mushi.
3. Agron Haxhihyseni – Në kampionatet Evropiane 1987, 1989 dhe 1990 3 medalje bronzi. Trajner Ferid Berberi.
4. Artur Duraj – 3 medalje bronzi në Kampionate Evropiane. Tr. Nikollaq Tili.
5. Muharrem Berisha – Kampion Ballkani. Trajner Ferid Berberi.
6. Piro Dhima – vendi VI në Kampionatin Evropian 1990.
7. Ilir Kafarani – vendi i 8-të në Kampionatin Botëror – Athinë.
8. Ilirjan Suli, Kampion Evropian 2000 Sofie, 2 medalje argjendi, 1 bronzi, trajner Hektor Shaqiri.
9. Ilirjan Suli – vendi i pestë në lojrat olimpikë Sidnei 2000.
10. Fatmir Bushi – 1987 lojrat mesdhetare Siri 1 medalje ari, 1 bronzi, Athinë.
11. Arben Tafaj – 1987 lojrat mesdhetare Siri 1 bronzi.

12. Hysen Cenaj – 1987 lojrat mesdhetare Siri 1 argjendi.
13. Adrian Kokonozi – kampion ballkani.
14. Luan Shabani – kampion ballkani.
15. Sokol Bishanaku – kampion ballkani
16. Piro Dhima – kampion ballkani.
17. Ilir Karagjozi – kampion ballkani.
18. Lorenc Goga – kampion ballkani
19. Dedë Dekaj – kampion ballkani 2 medalje argjendi, 1 bronzi Athinë 1991.
20. Armando Meçe – vendin e 7 në Botërorin e të rinjve.
21. Muharrem Lundraxhi – medalje bronzi në Greqi.

EKIPORE

1. Viti 1989 – Kampion Ballkani për të rinj në Jugosllavi.
2. Viti 1980 – Kampion Ballkani për të rinj në Shqipëri.
3. Viti 1990 – Vendi i tretë në Kampionatin Evropian në Danimarkë.
4. Viti 1990 – Vendi i dytë në Kupën e Evropës në Turqi.
5. Renato Sulkja – Vendi e 17 midis 22 pjesëmarrësve në



Kampionatin Botëror Turqi 2001.

Kampionati Evropian i Alborgut në Danimarkë, ishte i fundit ku Piro Dhima i Shqipërisë arrin 5 rekorde kombëtare dhe 2 vjet më vonë në Barcelonë nën ngjyrat e Greqisë, bëhet kampion olimpik.

Luan Shabani – Kampion i Botës dhe nënkampion olimpik, Agim Xhelili nënkampion i Botës në Turqi 2001, tashmë përfaqësues të Greqisë.

Gerti Trasha – Kampion Bote në garën e kontrollit në Elbasan, në dy garësh me 160.5 kg. 4-16 pesha 45 kg.

Zbulim sensacional pas 29 vjetësh Ymer Pampuri është Kampion i Botës

Ky është titulli që botohet në revistën sportive “Futbolli Shqiptar” datë 16.11.2001, nga pena e fuqishme, kopetente, e matur dhe e sigurtë e gazetarit dhe studiuesit skrupuloz Besnik Dizdari, President i Shoqatës Shqiptare të Shtypit Sportiv (ASPA).

Zoti Besnik Dizdari, që është botues i kësaj reviste në një letër këmbimi me Dr. Giovanni Armillota, thekson se ky i fundit ka zbuluar se Ymer Pampuri peshëngritësi ynë famëmadh ka 29 vjet që është zyrtarisht Kampion i Botës, i konfirmuar zyrtarisht nga Federata Ndërkombëtare e Peshëngritjes IEF. ky zbulim sensacional pas 29 vjetësh është një e vërtetë absolute historike.

“Dr. G. Armillota pasi rishikon edhe një herë, rastin e Pampurit, zbulon se lojrat olimpike të 1972, për turneun e peshëngritjes, kanë qenë edhe Kampionat Botëror, madje ndërsa Olimpiada jep vetëm 3 medalje: të artë, të argjendë, të bronzitë vetëm për renditjen si tregarësh, për Kampionatin Botëror jepen medalje për katër kampionë të Botës në çdo peshë dhe për secilin stil si dhe për 3 garëshin. Është bash kjo rregullore që e shpall Ymer Pampurin, Kampion të Botës në stilin e forcës” shkruan autori. Në vazhdim të ndjekjes dhe për ta konfirmuar atë, Dr. Armillota i shkruan staticienit zyrtar të Federatës Ndërkombëtare të peshëngritjes GOTTFRIED SCHOLD se “Ymer Pampuri është jo vetëm rekordmen olimpik, por edhe Kampioni i Botës në stilin e forcës.

Dhe përgjigjja ishte: “I dashur Doktor. Ju keni të drejtë. Pampuri, me rastin e lojrave olimpike më 1972 është Kampion i Botës në forcë

në kategorinë 60 kg. me 127.5 kg.

Të falat më të mira Gottfried Schödl”

Dizdari e mbyll shkrimin e tij me “Urimet më të mira pas 29 vjetëve Ymer Pampurit”.

Peshëngritja shqiptare, sporti shqiptar, Shqipëria kanë edhe ato Kampionin e Botës, të vetmin YMER PAMPURI.

Ferid Berberi

Datëlindja: 6.12.1946.

Mjeshtër i merituar sporti, nderi i sportit shqiptar.

A.E.F.S. “Vojo Kushi”

“Naim Frashëri” Kl.II dhe III.

1967-1974 – Peshëngritës në klubin “Dinamo”.

1974-1992 – Trajner i “Dinamos” dhe ekipit kombëtar.

Feridi si peshëngritës ka dalë 7 herë kampion kombëtar duke thyer 31 rekorde në peshën 82.5 – 90 kg. I kujton ato vite me nostalgji, vite të një pune intensive, vite të bukura.

Si trajner u rrit bashkë me ekipin, me të tëra ankthet dhe problemet e vazhdueshme. Atje mësoi se duhet të dinte më shumë. kur e pyesnin i përgjigjesh për ato që dinte dhe lexonte që t’i përgjigjesh për ato që nuk i dinte. Nëpërmjet stërvitjes është kujdesur për edukimin e sportistëve për të përballuar me dinjitet ngarkesën e stërvitjes dhe të garës si dhe sprovat e vazhdueshme jetësore. Respektonin njëri tjetrin me detyrat dhe të drejtat e secilit, duke ruajtur modestinë e mos lejuar të pushtoheshin nga krenaria; tek ata vlerësonte më shumë sinjeritetin.

Me punë këmbëngulëse Feridi përgatiti sportistë cilësorë si Agron Haxhihyseni, fitues i medaljeve të bronzit në kampionatet evropiane të viteve 1989 dhe 1990; Muharrem Berisha, kampion ballkanik në peshën 67.5 – 75 kg, Adrian Kokonozi 2 herë kampion ballkanik për të rinj



1989 dhe 1990. Aleksandër Kondo që arriti të ngrrejë 200 kg. Xhemal Qarri, Maksim Rrapo e plot e plot të tjerë.

Si sekretar i Përgjithshëm i Federatës Shqiptare të Peshëngritjes, ishte një lloj tjetër angazhimi, një lloj tjetër drejtimi dhe kjo për menaxhimin e të tëra problemeve tekniko-organizative. Punë me dijeni, drejtësi, tepër interesante, me vështirësi por edhe me vlerësim, ku kryesore vazhdon të ishin kërkesa e komunikimi.

Në lidhje me veprimtarinë e tij thekson se: "Në arritjen e një suksesi, investohet shumë punë e mundim, duke i shtuar edhe plot ngjarje me subjekte të ndryshme." Unë do të përmend vetëm dy prej tyre.

"Adrian Kokonozi ishte peshëngritës i talentuar, por ardhja e tij nga mjediset e shtëpisë së fëmijës, mbartëte edhe ndonjë mangësi që duke u bashkuar edhe me thash e theme të ndryshme e pengonin për të dalë jashtë shtetit, aq më tepër që në atëkohë ishte arratisur Aleksandër Kondo. Atëhere dola garant dhe firmosa me përgjegjësi të plotë se ai jo vetëm që do të kthehesh në atdhe, por do të vendoste edhe rekord. Para këtij besimi dhe angazhimi të madh, ai ju kthye stërvitjes me ngarkesë dhe intensitet të lartë, doli kampion ballkanik dhe si djalë besnik dhe i singertë u kthye në Atdhe.

Një ngjarje tjetër, që më ka lënë mbresën më negative në karrierën time, ka qenë ajo me Agron Haxhihysenin në Kampionatin Evropian më 1984 në Madrid. Ai, dispononte cilësitë më të mira etiko-morale. Përveç të qenurit të edukuar, puntor, kishte edhe aftësi intelektuale, të shoqëruara me dëshirë dhe vullnet për studim (mbaroi I.L.K.F. "V.Kushi" dhe përvehtësojë gjuhë të huaja). Por qenia e tij tepër i sjellshëm dhe i bindur, ngandonjëherë shfrytëzohej negativisht. Në atë periudhë ishte karakteristike që në krye të ekipeve (dhe kjo për të gjitha llojet e sporteve) viheshin persona partiakë, me pozita dhe tendenca të theksuara komandimi. Ata ndërhynin deri në probleme teknike ku suksesin ja atribuonin vehtes, ndërsa mos suksesin trajnerit dhe sportistit. Çuditërisht këto, e përgatitën Agronin që ta fillonte garën direkt me 100 kg. Unë hezitova, nuk kundërshtova, sepse presioni që kishin bërë tek ai, depërtoi edhe tek unë, nuk desha të krijoj probleme. Rezultati dështim në mos ngritjen e 100 kg.; skualifikim dhe regres i plotë.

Në lidhje me hobin e tij, thekson se stërvitja gjithvjetore dhe

shumvjeçare i ka marrë aq shumë kohë sa që nuk e ka lejuar të ketë dëshira të tjera, vetëm duke u çlodhur në tingujt e muzikës popullore të Shqipërisë së Mesme.

Telat Agolli

Datëlindja: 15.11.1932.

Mjeshtër i merituar sporti. Nderi i sportit shqiptar.

1953-1972 peshëngritës dhe trajner i "17 Nentorit" dhe ekipit kombëtar.

Mbi 20 vjet, kampion i vendit nga pesha gjysëm e mesme deri në super të rëndë (75-110 kg) me 99 rekorde kombëtare të thyera.

Vendi i parë në GANEFO Pekin 1968 në stil force me 147 kg.

Kur ishim nxënës në Teknikumin e Fiskulturës "Vojo Kushi" shpesh ankoheshim se palestren e përdornin më shumë peshëngritësit se sa ne dhe që atëhere u njohëm me Telat Agollin. Dhe ai sikur ta ndjente atë na afrohej dhe na këshillonte, që përveç sporteve të tjera të ngrinin edhe hekurin e vagonit, i cili më vonë u bë për ne mjeti më i afërt kulturist dhe egoist. Dhe që atëhere Telati, pak si i vrazhdë në fytyrë por me një zemër dhe shpirt të madh, u bë më i adhuruari dhe më i respektuari për ne. Mendimet e Telat Agollit janë të vlefshme për të gjithë sportistët dhe trajnerët.

"Në jetë janë dy alternativa. E mira dhe e keqja. Njeriu duke qenë i pajisur me arsye, me vullnet dhe me aftësinë e të folurit, është i predispozuar më shumë për të mirën. Dhe njerëzit më të mirë dhe më të sakrificës janë sportistët. Por nga ana tjetër mendoj se trajneri, ka patur probleme me sportistët e tij, madje probleme serioze, kryesisht nga kushtet. Personalisht në të gjitha takimet dhe mbledhjet e forumeve të ndryshme, kam ngritur problemin e trajtimit ushqimor të sportistëve.

Stërvitjen dhe komunikimin me to, e kam bërë edhe me dorë të butë edhe me dorë të fortë dhe kjo për faktin e përbërjes heterogjene të sportistëve.

Që të jesh trajner duhet një dhunti e veçantë. Nuk e harroj kurrë Ali

Kastratin trajnerin tim të parë dhe Osman Casllin, të cilët për të reklamuar peshëngritjen vunë në pistën e stadiumit "Qemal Stafa" një shtangë duke i ftuar të rinjtë ta ngrinin atë në formë gare. Gjithashtu kujtoj që më 1953 krijova ekipin në shoqërinë "Spartak" ndërsa më 1954 u ndeshëm me rusët.

Nga vitet e mia si trajner do të veçoj vetëm dy të tilla: aftësinë për të psikologjisur sportistin dhe këmbënguljen për rezultate të larta. Po jap shembullin e Ymer Pampurit. Ymeri ishte djalë i sjellshëm, me vullnet, e kontrollonte vehten etj. por krahas cilësive pozitive, duhej të akordohej më shumë me shokët e tij si M. Hakani, Sh. Pasmaçiu, B. Kurti etj. Ndërhyrja ime se ndonëse rivalizoja me V. Xhindolen, N. Bushatin, A. Belinovën etj. ishim shokë e miq në harmoni të plotë.

Së dyti, nuk kishte shumë besim në vetvehte. Atëhere e mora në cirk, ku kishte edhe shtangë (sepse unë kisha filluar punë si udhëheqës artistik në cirkun e Tiranës) dhe me stërvitje të dyfishtë, me trajnerin e tij Zyhdi Mazreku, ai arriti rezultatin më të lartë në sportin shqiptar, vendosjen e rekordit olimpiq në Olimpiadën e Mynihut në vitin 1972.

Hobi im është Cirku. Sot publiku më mban më shumë mend si bazament Cirku. Tjetra është studimi dhe leximi. Në moshën 39 vjeç kam mbaruar studimet në I.L.K.F. "Vojo Kushi.

Këto ishin mendimet e Telat Agollit.

Ping-Pong

"MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT"

1. Agron Reka
2. Edmond Krifca
3. Arben Sorra

"MEDALJE ARI"

1. Elda Zuriqi
2. Arben Kërçiku

3. Ismet Berberi
4. Petrit Turkeshi

GRADA SHKENCORE

- 1.Prof. Dr. Agron Reka
- 2.Dr. Riza Dajko

Qitje

"MJESHTRAT E MERITUAR TË SPORTIT"

1. Ali Mata
2. Rexh Ndreu
3. Ismail Rama
4. Sadik Kuçana
5. Shefqet Mata
6. Beqir Kosova
7. Ermira Dingu
8. Kristo Robo
9. Diana Mata
10. Elisabeta Karabolli
11. Eglantina Lalmi
12. Niko Shtrepi
13. Emanuela Kola
14. Liri Beqja

"MEDALJE ARI"

1. Afërdita Tusha
2. Rexhep Rrapushi
3. Ilir Kallfa
4. Gëzim Alimehmeti
5. Rexhep Rama



Garë qitje

6. Agron Ismailati
7. Luljeta Harka

Besnik Gjevori – President i Federatës Shqiptare të Qitjes
 Koço Mikerezi – Sekretar i Përgjithshëm i Federatës Shqiptare të Qitjes.

ARRITJET MË TË LARTA

1. Elisabeta Karaboli – Medalje Ari në Kampionatin Evropian 30x30 në pistoletë, Frankfurt 1979, trajner Roxh Ndreu.
2. Ermira Dingu – Medalje Ari në Kampionatin Evropian 1x60 pushkë Madrid 1980, trajner Ali Mata.
3. Emanuela Kola – Medalje Ari në Kampionatin Evropian 1981 për të reja, trajner Ali Mata.
4. Diana Mata – Medalje Argjendi, nënkampione e Evropës në Frankfurt 1978, 30+30.
5. Kristo Robo – Medalje Ari në Latakia+Siri 1987 25 m. me 684 pikë.
6. Gazmend Riko – Në vitin 1999 zë vendin e III në Kampionatin Ballkanik Greqi.

Ali Mata



Datëlindja: 1930.

Mjeshtër i merituar sporti, nderi i sportit shqiptar, Urdhëri Olimpik.

Kariera: 1952-1990 qitës dhe trajner në K.S. "Tirana" me këto rezultate: Dy kampione Evrope, "Mjeshtret e Merituara të Sportit Ermira Dingu dhe Emanuela Kola. Një nënkampione Evrope mjeshtre e merituar e sportit dhe mjeshtre botërore Diana Mata.

Medalje bronzi në kampionatin botëror, 5 mjeshtër të merituar sporti.

Ermira dingu, Shefqet Mata, Diana Mata,

Eglantina Lalmi, Emanuela Kola, 33 mjeshtre sporti. 33 vende të para ekipore për meshkuj e femra në pushkë e pistoletë në kampionatet kombëtare, 35 kupa Republike. 1958-1990 trajner i ekipit kombëtar, pjesëmarrës në kampionate botërore, olimpiada, kampinate evropiane, ballkanike etj.

Si duhet të jetë trajneri? Kjo është pyetja? Unë, të përgjigjem menjëherë. trajneri duhet të jetë si ty (Q.Shalsi) si Bujari (Bujar Shehu) si Xhela (V. Koja) si Andoni (A. Kono) si Kreshniku (K. Tartari) si Beri (Z. Konçi) e plot e plot të tjerë, që janë të përgatitur, zemërgjerë, që i krijojnë ambient të ngrohtë sportistëve, që janë të qetë, por edhe impulsivë, që janë edhe fjalë pak edhe fjalë shumë, por kryesorja punë shumë. I dua shumë trajnerët me pasion dhe sedër, ata që janë të ndërgjegjshëm, të zgjuar, të guximshëm e të mprehtë. Gjithashtu simpatizoj trajnerët që i transmetojnë njohuritë e tyre tek sportistët-trajnerët e ardhshëm. Nga brezat e qitësve që kam stërvitur, 19 prej tyre janë bërë trajnerë dhe drejtues ekipesh apo federate; këtë e kam ndjerë gjithmonë si një detyrim. I nderoj dhe kam kënaqësi të madhe që aftësitë e tyre drejtuese janë gjithmonë në rritje. Njëherësh me devocion përulëm para Nazire Gallanxhit, Feruze Seranit, Reshit Malokut, Taip Dimozhit, Zenel Zenelit, Besim Murthit, Muhamet Dashit dhe Nerit tim të dashur (Skënder Mata) Shefqet Mata, kolegëve të mi të K.S. "Tirana", që nuk jetojnë më, dhe që i kam vlerësuar më shumë se vehten.

Personalisht kam qenë dinamik dhe me pasion mbas punës, dhe gjithnjë me marrëdhënie shumë të mira me sportistët dhe kolegët. Altruizmi është një ndjenjë e lartë njerëzore dhe ajo që e përforcon atë është dashuria. Unë kam jetuar dhe sakrifikuar me dashurinë për sportistët e mi dhe familjen time e cila është "familja e qitjes" me shtatë të tillë, ku përfaqësuesja më e denjë është Diana ime me 18 medalje ari, argjendi, bronzi gjithçka të marra së bashku në veprimtaritë ndërkombëtare.

Kam mendimin që çdo trajner të gjejë vetvehten. Ai që nuk ka pasion, njohuri të thella, është inatçor dhe zemrak dhe jo komunikues të largohet vetë, para se ta largojnë të tjerët. Nga përvoja e madhe kam shumë episode. Së pari po përmend një rast me Lindita Zeqon, në garën 3x20 barkas, ku pretendonte rekord botëror dhe në këmbë me 10 fishekë. Çuditërisht në tetë të fundit mori 79 pikë (92 pikë merrte në stërvitje)

dhe e la garën para kohe. E mora veças, i dhashë një aspirinë, e qetësova me fjalë inkurajuese, u fut në garë, doli e para, por... rekordin botëror nuk e theu, si rrjedhojë e garës së parë të dobët. Një herë tjetër, në kupën e Republikës në Berat "Partizani", na kishte kaluarm 1100 pikë përpara. Mbetej dita e fundit, ditë decizive. Mendova që stresit të vajzave t'i përgjigjesha jo me rregjim sportiv, por me argëtim. Darka kaloi me humor, muzikë madje edhe me kërcime. Dikush mendoi se kjo ndodhte nga shpresat e humbura. Por nuk ndodhi kështu. Përkundrazi, relaksi e kishte bërë punën e tij. Të tëra vajzat u futën të qeta, të çlodhura nga sistemi nervor, dolën të gjitha të parat, thyen edhe rekorde kombëtare duke fituar edhe kupën. Prandaj trajneri të jetë edhe një manovruar i shkathët.

Hobi/imi është të kem miqësi dhe t'i ndihmoj njerëzit. Nuk e kuptoj jetën pa miqësi. Më pëlqen muzika, veçanërisht këngët e trevës së Burrelit, vendit tim më të dashur.

Shah

1. Fatos Muço - "Mjeshtër i Madh i Punës", "Mjeshtër Ndërkombëtar", "Mjeshtër i Merituar i Sportit", 11 herë kampion kombëtar.
2. Erald Dervishi - "Mjeshtër i Madh Ndërkombëtar".
3. Ylvi Pustina - "Mjeshtër i Merituar Sporti", 9 herë kampion kombëtar.
4. Altin Çela - "Mjeshtër Ndërkombëtar".
5. Ilir Seitaj - "Mjeshtër Ndërkombëtar"
6. Ilir Karkanaqe - "Mjeshtër i FIDE-s"
7. Lorenc Rama - "Mjeshtër i FIDE-s"
8. Harallamb Bosku - "Mjeshtër i FIDE-s"

DREJTUES TË FEDERATËS SHQIPTARE TË SHAHUT

1. Pleorat Shkurti - President.
2. Shkëlqim Lazaj - Sekretar i Përgjithshëm i Federatës.

GARA VETJAKE

Më 1985, mjeshtri F. Muço u rendit në vendet 3-4 me 8.5 pikë në turneun zonal (zona V-të) që është etapa e parë në luftën për titullin botëror. Kavalla (Greqi).

Më 1989 në Athinë, turneu "Akropolis" 1989, nga 32 mjeshtër të mëdhenj e ndërkombëtar, F. Muço, mjeshtri ynë ndërkombëtar zuri vendin e I-rë.

Në Bratislav Erald Dervishi shpallet Kampion Evrope për moshën deri 14 vjeç.

Në vitet e mëvonshme Erald Dervishi, arriti të bëhet mjeshtër i madh ndërkombëtar. Është student në Padova (Itali). Një nga sukseset e tij është zënia e vendit të parë në Montekatini (Itali) në një turne ku morën pjesë 162 shahistë prej të cilëve 18 mjeshtër të mëdhenj ndërkombëtarë. Ndërsa në festivalin e Veronës, Dervishi u rendit 1-4 krahas shumë mjeshtërve të mëdhenj.

Në vitin 1999 në turneun zonal që u zhvillua në Kretë, Altin Çela, zuri vendin e 1-2, duke u kualifikuar për të marrë pjesë në kampionatin botëror individual që u zhvillua në Las-Vegas (ShBA) ku u eliminua.

Gara ekipore femra

Konkurimi për herë të parë në shah (për femra) është bërë në vitin 1990, ku ekipi është renditur në vendin e 33-të nga 63 ekipe pjesëmarrëse.

Ky ekip që mori pjesë në Olimpiadën botërore (Novi Sad) përbehej nga R. Gjergji, A. Vuji, I. Boriçi, A. Alushi me trajner F. Omari.

Gara ekipore meshkuj

Viti 1960 në takimin e rinisë ballkanike në Bukuresht ekipi i përbërë nga të rinjtë Y.Pustina, E. Duraku dhe E.Konçi zuri vendin e III.

Viti 1960 për herë të parë në Olimpiadën Botërore Laipcig vendi ynë u rendit në vendin e 28 nga 40 vende. (Y. Pustina, B. Hoxha, E. Konçi, M. Veizaj, F. Omari).

Viti 1972 Olimpiada Botërore në Shkup, pamvarësisht se u tërhoq për arsye politike, deri atëhere konkuronim për vendet 17-32.

Viti 1982 në Olimpiadën Botërore të Zvicrës u rendit në vendin e 40.

Në këtë olimpiadë Fatos Muço u shpall Mjeshtër Ndërkombëtar, I. Karkanaqe fitoi 1 balle për Mjeshtër Ndërkombëtar, Z. Sula 1 balle për Mjeshtër i FIDE-s.

Viti 1988 Olimpiada Botërore në Selanik. Vendi ynë u rendit në vendin e 33-të nga 106 shtete (Muço, Qendro, Seitaj, Karkanaqe, Adhami, Rama).

Viti 1998 në Elite, Olimpiada Botërore, vendi i 48-të nga 110 shtete. E veçanta e këtij aktiviteti ishte se vendi ynë kishte tituj ndërkombëtar E. Dervishi, A. Çela, I. Seitaj, Mjeshtër Ndërkombëtar, I. Karkanaqe, Z. Sulo dhe L. Rama Mjeshtër të FIDE-s, E. Dervishi mori medalje të argjendë në tryezën e dytë.

Në Ballkaniadat e viteve 1979, 1980, 1982 renditja në vendin e 4-të duke lënë mbrapa Greqinë dhe Turqinë.

Në tetor 2001, turneu ndërkombëtar Durrës, merrnin pjesë 6 mjeshtër të mëdhenj të Shahut 2 mjeshtër ndërkombëtar, 2 mjeshtër të FIDE-s, Mjeshtër i Madh Ndërkombëtar 22 vjeçari Erald Dervishi zuri vendin e parë. Ndërsa Lorenc Rama fitoi një ballë për Mjeshtër Ndërkombëtar.

Fatos Muça - shahist dhe trajner i madh

MJESHTËR I MADH I PUNËS

Shahisti me karrierën më të shkëlqyer në botën shahistike shqiptare, simboli i cilësisë së lartë në arenën ndërkombëtare. Mjeshtër të mëdhenj ndërkombëtar, janë befasuar nga lëvizjet e tija plot inteligjencë dhe intuitë. Në bilancin e tij të 200 ndeshjeve ndërkombëtare, ka fituar 185 dhe humbur vetëm 15. Në olimpiada botërore që ka marrë pjesë, vetëm në Shkup 1972, nuk ka qenë në tavolinën e parë, ndërsa me të tjerat deri më 1990 nuk ja ka lëshuar askujt. Pikërisht në Shkup, në Olimpiadën Botërore në moshën 22 vjeçare, fitoi 9 ndeshje, barazoi 5 dhe humbi vetëm 1, duke arritur koeficientin Elo 2240, që për kohën ishte shumë

i lartë. Në këtë olimpiadë ekipi ynë nuk u ndesh me Izraelin, për të cilën morëm ndëshkim të fortë nga FIDE. Megjithatë, nuk do të harrohen kurrë fitoret e tij dramatike me mjeshtër emadhe dhe kampionin e Jugosllavisë Majanoviç e ka mundur me 25 lëvizje. Ndeshja me mjeshtër të madh rumun Shuba e mundi mbas një kohëzgjatje prej 8 orësh. Të hijshme kanë qenë edhe fitoret me 3 mjeshtër të mëdhenj jugosllavë në eliminatoret e botërorit të 1985 në Kavalla (Greqi) renditet i treti dhe për gjysëm pikë nuk futet në 24 shahistët më të mëdhenj të botës. Më 1989 fiton në Athinë turneun ndërkombëtar "Akropolis".

Përvojën, intuitën dhe mendjemprehtësinë e tij si lojtar, diti ta përçojë me mjeshtëri të lartë profesionale si trajner edhe tek nxënësi i tij, Erald Dervishi mjeshtër i madh ndërkombëtar i Shahut tonë.

Volejboll

PETRIT MURZAKU - "MJESHTËR I MADH I PUNËS"

"MJESHTËRAT E MERITUAR TË SPORTIT"

- | | |
|----------------------|---------------------|
| 1. Enver Maçi | 15. Anastas Panteqi |
| 2. Fatmir Meka | 16. Lluka Prifti |
| 3. Jorgji Kona | 17. Zhani Bonati |
| 4. Masar Aga | 18. Shaban Uka |
| 5. Petrit Murzaku | 19. Hysen Domi |
| 6. Vangjel Koja | 20. Dashamir Fagu |
| 7. Napolon Llalla | 21. Enis Terihati |
| 8. Andon Kona | 22. Kiço Lena |
| 9. Thoma Kuke | 23. Fahrie Hoti |
| 10. Mark Grimci | 24. Tamara Nikolla |
| 11. Pandi Gëllçi | 25. Leonard Tase |
| 12. Asllan Rusi | 26. Adrian Doçi |
| 13. Ali Bushati | 27. Ela Tase |
| 14. Kreshnik Tartari | 28. Mimoza Ibrahim |

“MEDALJE ARI”

1. Fatmir Sharofi
2. Vera Verria
3. Theodor Driza
4. Bashkim Lala
5. Ahmet Aga

“MEDALJE ARGJENDI”

1. Eva Kavaja
2. Alketa Doçi
3. Hyrije Shkëmbi
4. Fausta Toska
5. Mark Kroqi
6. Viktor Jubani

“MEDALJE BRONZI”

1. Jorgjeta Qirici
2. Silva Turdiu

DREJTUES TË FEDERATËS

1. Prof. Dr. Vesel Rizvanolli – President i Federatës Shqiptare të Volejbollit.
2. Leonard Tase – Sekretar i Përgjithshëm i Federatës Shqiptare të Volejbollit.

GRADA SHKENCORE

1. Prof. Dr. Sejfulla Shtëpani
2. Prof. Dr. Ilia Gaxho
3. Prof. Dr. Vesel Rizvanolli
4. Prof. Asociuar Dr. Edison Pashaj
5. Dr. Myftar Zyberi (Maqedoni)

GJYQITARË NDËRKOMBËTAR I FIVA

1. Dylaver Cara
2. Bilal Fuga

3. Andrea Xhori
4. Isa Buletini

GJYQITARË NDËRKOMBËTAR NË AKTIVITET

1. Koço Gjoka
2. Dhimitraq Sallata
3. Altin Telo (Kandidat)
4. Rudina Omari (Kandidate)

VËZHgues TË FIBA

1. Leonard Tase – Sekretar i Përgjithshëm i Federatës Shqiptare të Volejbollit.
2. Gjergj Pishtari – Inspektor në këtë Federatë.

ARRITJET E VOLEJBOLLIT (MESHKUJ)

1955. Zënia e vendit të dhjetë në Kampionatin Evropian.
1955. Lojrat e dyta studentore. Vendi 7 (20 shtete)
1957. Lojrat e treta studentore. Vendi 11 (24 shtete)
1958. Kampionati Evropian. Pragë. Vendi 11 (22 shtete)
1962. Kampionati Botëror. Vendi i 16 (24 shtete)
1967. Kampionati Evropian Turqi. Vendi 13 (32 shtete)



Trajneri Ylli Tomorri me ekipin e tij kampion “Studenti” në Jaroslav (Rusi) në Kupën e C.E.V.I.T.

1960-61. Kupa e Evropës midis skuadrave kampione "Partizani" kalon turin e parë. Në turin e dytë eliminohet për mos paraqitje.

1970. Kupa e Evropës midis skuadrave kampione "Dinamo" në tetëshen më të mirë të saj.

1972 "Dinamo" në finalët e kupës së kampioneve të Evropës, zë vendin e katërt (Belgjikë)

1974-75 "Partizani" del në tetëshen finaliste të kupës së Evropës midis skuadrave kampione.

1979-80. "Dinamo" del në tetëshen finale të kupës së Evropës midis skuadrave kampione.

12. Nëntor 2001 "Studenti" kualifikohet në turin e dytë të kupës CEV.

ARRITJET MË TË LARTA VOLEJBOLL (FEMRA)

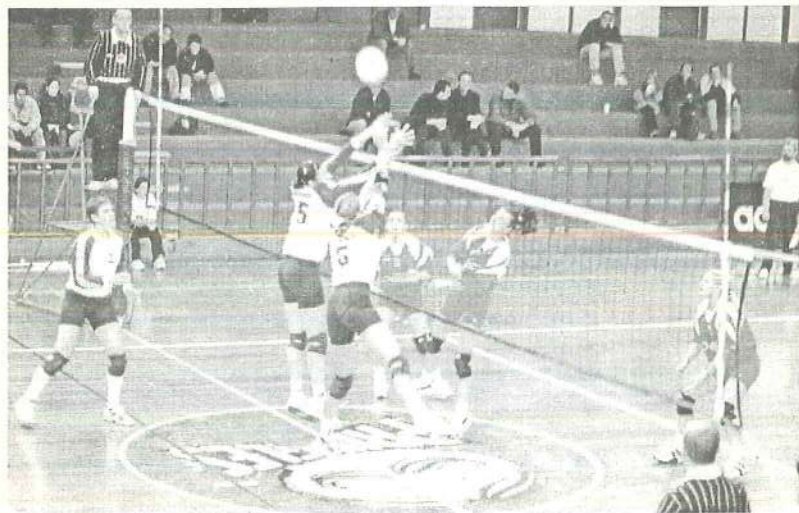
1. Medalje ari në lojrat mesdhetare të Sirisë.

2. Medalje ari në lojrat ballkanike më 1990 në Bullgari (femra të rritura).

3. Medalje argjendi në lojrat ballkanike më 1988 në Tiranë (femra të rritura).

4. Medalje argjendi në lojrat ballkanike në Greqi.

Në këto ballkaniada, mjeshtret e merituar të sportit Ela Tase, Mimoza Ibrahimimi dhe Alketa Doçi cilësohen si "lojtarja më e mirë e



Ndeshje ndërkombëtare volejboli

ballkaniadës", "organizatorja më e mirë e ballkaniadës" dhe lojtarja më e mirë e ballkaniadës".

5. Medalje ari në ballkaniadën e të rejave në Durrës 1988.

6. Tre medalje bronzi radhazi në Ballkaniadat e femrave të rritura në Rumani, Greqi dhe përsëri në Greqi.

7. "Dinamo" femra vendi i IV në finalët e kupës së kampioneve të Evropës për sezonin 1979-1980.

8. "Dinamo" femra në katërshen finaliste të kupës së skuadrave kampione të Evropës për 1985-86. Por nuk u paraqit në Stamboll, për faktin politik të mos ballafaqimit me ekipin rus.

9. "Dinamo" në vendin e tretë në finalët e kupës së kampioneve për sezonin 1988-89.

Petrit Murzaku

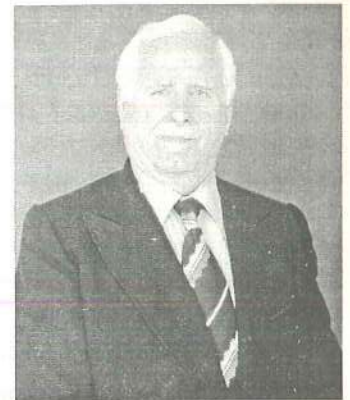
MJESHTËR I MADH I PUNËS

Lindi më 14 mars 1932.

Si elbasanas koinçidon me ditën e verës, ditën më të shënuar dhe më të festuar në Elbasan.

Në shkollën ushtarake "Skënderbej" dallohet jo vetëm si nxënës shëmbullor por si sportist me talent. Është kjo arsyeja që menjëherë tërhoqi vëmendjen e trajnerëve N. Pilku në Basketboll Enver Maçi në Volejboll, Ali Kastrati në Boks, Izet Cani në Atletikë duke hyrë në ekipet e "Partizanit" dhe ekipit kombëtar.

Më 1949, student ushtarak në Leningrad sot Peterburg trajnerët rus e aktivizuan në futboll, basketboll, volejboll, boks dhe hendboll. Për kontributin dhe cilësinë e lartë sportive e dekoruan me medaljen e artë "TRUD" dhe epitetin "kombinati sportiv". Tashmë mbas studimeve është sportist i pjekur dhe kuadër i specializuar. Nën drejtimin e Loro Boriçit, së bashku



me Besim Fagun, Sulejman Maliqatin etj. luajti 3 vjet në formacionin e "Partizanit" në futboll, duke e vazhduar me volejboll, basketboll e atletikë. Në basketboll në Kampionatin Ballkanik Bukuresht dhe Spartakiadën e Laipçigut, në volejboll në kampionatin ballkanik në Bukuresht, Evropian në Pragë botëror në Kiev, festivale rinie, turne disa herë në Kinë dhe njëherësh 11 vjet kampion dhe rekordmen në hedhjen e shtizës të përmbledhura në 110 takime ndërkombëtare, prej të cilave 57 të fituara.

Mbas karrierës sportive ushtroi profesionin e trajnerit dhe gjyqtarit. Dhe për këto arritje dhe merita, ka marrë me dhjetra medalje dhe urdhëra të ndryshëm, ku tashmë në 70 vjetorin e tij të lindjes dominon ajo "Mjeshtër i madh i punës", shpërblimi më i madh për këtë njeri sportist model, i palodhur, modest, tejet komunikues dhe i dashur, prind, bashkëshort dhe gjysh shembullor.

Vangjel Koja

Lindur më 19.4.1933.

Mjeshtër i merituar sporti, nderi i sportit shqiptar.

Dekoruar me "Naim Frashëri" I, II, III.

A.E.F.S "Vojo Kushi".

1955-1990 trajner i "Dinamos", volejboll meshkuj,

1965-1990 trajner i ekipit kombëtar.

1990-2000 trajner në Itali.

23 herë kampion kombëtar me "Dinamon", 17 herë fitues i kupës Republikës, 50 herë fitues i kupave të ndryshme jubilarë, 2 herë fitues i spartakiadave kombëtare, 100 ndeshje ndërkombëtare me "Dinamon" dhe ekipin kombëtar.

Vendi i katërt midis skuadrave kampione të Evropës për meshkuj në Belgjikë më 1972.



2 herë në tetë skuadrat më të mira të Evropës midis skuadrave kampione.

Miku im, Xhela (siç e thërrasim me dashamirësi) arriti në vendin e caktuar për bisedim, me korektësinë e zakonshme shembullore, duke e shoqëruar kafën time vetëm me çajin e tij të kahershëm.

Si rallë kush, bisedën e fillon me respektin e madh ndaj mësuesve të tij E. Maha, A. Domini, N. Pilku, O. Caslli dhe E. Maçi.

Që në fillim i përmend Xhelës se gëzon kudo emër të mirë. dhe përgjigjja e tij është se: "emri i mirë fitohet duke bërë të mira. Jeta është punë dhe punën e kam pas gjithnjë për nder. Kam fituar, sepse kam punuar dhe luftuar pa frikë". Në lidhje me figurën e trajnerit, ka mendimet e tija origjinale. "Unë, - thotë Xhela - konstatoj 2 tipa trajnerësh. I pari e merr një punë, nga fillimi dhe e çon deri në fund; pra e merr fidan dhe e bën pemë. Tipi tjetër është prototipi i trajnerit të sotëm, blen lojtarë, i shet, blen përsëri, fiton trofe, madje fiton edhe vetë. Merr më të mirët e ekipeve të tjera dhe meritat ja atribuon vehtes. Unë jam për të parin. Më 1955 specialisti i mirënjohur Skënder Dedja krijoi "Dinamoviti i ri" dhe më thërret edhe mua (ndonëse isha lojtar me "17 Nëntorin" për trajner. Dhe fillova karrierën time me K. Tartarin, Y. Shehun, A. Kullollin, Zh. Bonatin, A. Panteqin, F. Jakova, F. Kola duke e vazhduar më vonë me A. Rusi, K. Lena, E. Terihati, H. Beriulli, L. Tase, I. Lirinaku, A. Maçi etj. Unë shfrytëzoja pasionin e tyre të madh për volejbollin, rininë e tyre, dinamizmin; lodheshin fizikisht dhe mendërisht duke përballuar vështirësi të ndryshme. Kam preferuar sportistët që stërviten shumë, sepse po pate cilësi të mira, stërvitja t'i përmirëson edhe më shumë, po të të munguan ajo t'i plotëson. Ndërsa prej meje morën edukatën dhe seriozitetin e punës këmbëngulëse, disiplinën e fortë, shpirtin e sakrificës, qartësinë e perspektivës etj. cilësi këto, që më vonë kur u bënë trajnera i përçuan tek ekipet e tyre. Madje Sh. Uka luajti deri në 40 vjeç dhe tani punon trajner. Megjithatë kam qëndruar "i rreptë" nga zemra më kanë dalë gjithmonë fjalë të ngrohta."

Xhela për afro 10 vjet punoi në Itali, kryesisht në qytetin Kaselano. Nga përvoja e punës së tij është në gjendje të bëjë diferencimin, ndërmjet trajnerave italianë e femijëve italianë me trajnerët dhe femijët shqiptarë. Është simpatizant i metodës analitike, ngulitur më shumë nga Rusia e

Çekia, se sa ajo globale me të cilën punohej në Itali.

“Në Kasano – vazhdon Xhela – me autorizim të Bashkisë (një rast shumë i rrallë) jam futur në çdo klasë e shkollë ku mblodha rreth 200 vajza të moshës 8 vjeçare, prindërit e të cilave i paguanin klubit 300.000 lireta në vit. Punova sistematikisht dhe me këmbëngulje për 6 vjet rradhazi dhe kur arritën në moshën 14 vjeçare (sigurisht ato që rezistuan) u përfaqësuan denjësisht në veprimtaritë e tyre; po kështu vepronin edhe K. Tartari, I. Xhemalçe si dhe djali im Landi. Më ka ardhur shumë keq që mbas largimit tim, puna ka rënë shumë poshtë.

Fëmijët tanë janë më me refleks dhe intuitivë deri në 14 vjeç, se sa italianët, por pastaj mungesa e kushteve, bën që ata të stacionohen ndërsa italianët të ngrihen akoma më lart. Kjo vlen edhe për trajnerët”.

Edhe Xhela, si plot kolegë të tjerë, ka shumë mbresa e impresione, po më mbresëlënëse është ajo e vitit 1970, kur ktheheshin nga Çekia, mbasi ishin ndeshur me “Zetor-Brno” ku për një shumë qesharake, rrjedhojë e politikës izolacioniste të rregjimit diktatorial komunist ishin arrestuar 2 volejbollistë, ndërsa të tjerët thirrreshin dita-ditës në hetuesi, duke ju nënshtruar kërcënimeve të hetuesisë. “Kjo gjendje – vazhdon Xhela shkaktoi ulje morali, grindje dhe pakënaqësi. Harmonia u prish, morali shumë i dobët. Mu desh një punë jashtëzakonisht e rëndë dhe me përgjegjësi, me vështirësi të pa krahasueshme, e cila i dha dhe frytet e saja. Fituam 3:2 me “Vllazninë”, në finale në Shkodër (ndonëse ishim në disfavor 2:1) duke fituar jo vetëm me kundërshtarin por edhe mbi vehten tonë.

Hobi im mbetet volejboli. Pastaj vijnë ndjekja e shumëllojshmërisë së sporteve, me në krye Atletikën e lehtë; dëshira për lexim nuk më ka munguar asnjëherë ku veçoj gjeografinë, falë këtui edhe shoqërisë që kam patur me njeriun më të fortë e më të mirë profesorin e gjeografisë Tahsim Harxhi.

Por pa dyshim gjuetia e peshkut me Petrit Murzakun dhe Enver Maçin, më ka sjellë kënaqësi dhe qetësi. Me Petritin (që ishte trajneri i “Partizanit”) të dielën ishim kundërshtarë të rreptë, ndërsa të hënën herët udhëtonim së bashku për në Shëngjin. Prandaj populli thotë “E mira me shokë dyfishohet e keqja përgjysmohet”.

Kreshnik Tartari



- Datëlindja: 21. VII. 1943
- Mjeshtër i merituar Sporti - Trajner i Merituar
- Nderi i Sportit Shqiptar
- Dekoruar me Urdhërin “Naim Frashëri” kl. I, II, III.

- Trajner i kategorisë I në Itali
- Trajner i Kategorisë Ndërkombëtare, dhënë nga Akademia Ndërkombëtare e Voleibollit
- 1958-1972 volebollist me “Dinamo” dhe ekipin kombëtar.

- 1972-1990 Trajner me “Dinamo” femra dhe ekipin kombëtar.
- 25 herë kampion kombëtar si volebollist e trajner.
- 18 herë fitues i kupës së republikës si lojtar e trajner.
- 2 herë fitues i spartakiadave kombëtare
- 17 pjesëmarrje në edicionet e kupave të Europës si lojtar e trajner, nga të cilat 4 herë finalist (1 herë si lojtar - 3 herë si trajner)
- 1991-1992 Trajner volebollist me ekipin e femrave të Palermos.
- 1992-1997 Drejtor Teknik i Federatës së Voleibollit të San Marinos si dhe trajner i ekipeve të saja për meshkuj e femra. 1 herë vendin e parë në kampionatin European të shteteve të vogla (Kombëtare, meshkuj). 3 herë medalje të argjenda me ekipet kombëtare të San Marinos (2 herë me femrat dhe 1 herë me meshkujt) në Kampionatin European të shteteve të vogla.

1997-2001 Zëvendësministër, në Ministrinë e Kulturës, Rinisë dhe Sporteve

1999-2001 Antar i zgjedhur i Divizionit të Sportit (CDDS) në Këshillin e Europës si përfaqësues i Shteteve të Europës Juglindore.

Trajneri padyshim është figurë qëndrore i predispozuar për rezultate të larta. Faktikisht vlerat e tij shprehen në tre plane:

- a) një mësues i mirë
- b) një edukator që shpesh duhet të zëvendësojë prindin, por jo rrallë edhe një shok i mirë për sportistin

c) një profesionist i zoti, i cili gjithmonë duhet të qëndrojë më lart se sa sportisti.

Raportet me sportistin duhet të përmbliiden në:

- a) të të duan
- b) të të respektojnë
- c) të të kenë "frikë"

Marrëdhëniet me eprorët, i kuptoj në respektimin institucional të tyre. Trajneri mund të pranojë të dëgjojë ndonjë vërejtje apo ndërhyrje profesionale, por nuk është e thënë që ti zbatojë ato. Ndërsa me kolegët, pjesa më e vlefshme është një kafe mbas ndeshjes së humbur. Me median, të kërkosht të njihesh menjëherë me atë që merret më shumë me ty, madje me kritika të kota, që ngjallin apati dhe për këtë të vihet në dijeni/ekipi. Me sportdashësit të sillesh me durim sepse mbartin interes dhe shqetësim, dëshirë dhe entuziazëm. Gjithnjë me dashamirësi, i kam kushtuar disa minuta nga koha ime e lirë. Si trajner i kam vënë detyrë vehtes të arrij sa më lart, duke qenë i fortë, i pa përkulur dhe kurajoz në rrugën dhe botëkuptimet e mia asgjë nuk më ka penguar. Kurajo do të thotë të përballosh të tëra problemet me urtësi, dinjitet dhe mençuri. Por nuk e mohoj se kam patur edhe frikë. Dhe pikërisht atëherë kur kam qenë në krye kam fituar dhe përnjëherë mendjen e kam kaluar tek ndeshja tjetër. Padurimi në pritshmëri shkakton gjithnjë atmosfere preokupuese. Si trajner, që kam punuar tërë jetën time me femra dhe njëherësh si baba i dy vajzave, kam krijuar mendësinë se femra ka një energji jo rrallë më të fuqishme se meshkujt. Mjafton të besosh te kjo forcë dhe natyrshmëri ta vlerësosh atë.

Ja disa nga kënaqësitë e mia.

- Nigdo, bashkëshortja ime, për çdo ndeshje më gëzonte me ëmbëlsirën time të preferuar, tortën me mollë.

- Rifillimi i stërvitjes nga Ela Tase, mbas një traumatizimi të gjatë.

- Fishekzjarret në qiellin e Durrësit kur ne fitonim ndeshjet e vlefshme për edicionet e "Kupës së Kampioneve".

- Fitorja kulmore e Ballkaniadës së Sofies në 1990, por që për fat të keq u kalua në heshtje (nga tranzicioni i atëkohshëm).

- Kënaqësia që kam M. Ibrahimin si zv/trajnere si dhe ardhja e shpeshtë në stërvitje e ish-lojtareve të mia, miqësinë me ato e konsideroj

një pasuri të fituar në vuajtje e në gëzime.

- Kënaqësi ndjeja kur isha zv/ministër, por të gjithë më thërrisnin "profesor" kur unë... nuk e kam këtë titull.

Ndërsa pengjet e mia janë:

- Në kupën e Kampioneve të Europës me "Sllavia Bratislavë" nuk realizova dot një pikë, për tu kualifikuar për turin final.

- Drama e vajzës më të shkëlqyer të ekipit Silvia Turdiu për "faj" të volejbollit dhe absurdit politik të atij rregjimi.

- Dëshira akoma e pa arritur për të shkruar kujtimet e mia, për profesorin tim Vangel Kojë e shokët e mi, për Elën, Mozën, Brikenën, Donikën, Mirën, Lulën, Semin etj. etj., për dashamirësit e mi të jashtëzakonshëm të atyre viteve të vështira por gjithsesi skajshëm të bukura.

- Hobi im, më vjen keq ta them, nuk ka qenë as volejboli as profesioni i mësuesit të edukimit fizik, që gjithsesi të dyjave i përullem me respekt, sepse më bënë ai që jam sot. Hobim im ka qenë letërsia. Gjithnjë më ka pëlqyer të lexoj. Nga leximi kam kuptuar se sa di, sa duhet të di dhe se njeriu di aq sa mëson. Mbas saj teatri. Profesioni ëndërrimtar ka qenë mjekësia, por që për një të ardhme pragmatike e braktisa mbas përfundimit të vitit të parë të Fakultetit të Mjekësisë. Por gjurmët mi la pas. Më ka pëlqyer dhe kam zbatuar gjithnjë edukimin mjekësor, këtu kam futur ruajtjen e shëndetit, ruajtjen e formës sportive si dhe mbajtjen e rregjimit sportiv.

Fatmir Meka

Mjeshtër i merituar sporti. Nderi i sportit shqiptar.

Volejbollist dhe basketbollist i "17 Nëntorit" dhe ekipit kombëtar për afro 30 vjet.

Trajner i volejbollit "17 Nëntori" dhe ekipit kombëtar.

Arsimi: I.L.K.F. "Vojo Kushi.

Dekoruar me disa medalje sportive.

Pjesën më të madhe të 51 vjetorit të jetës së tij të shkurtër, ja kushtoi plotësisht sportit me dinjitet të plotë,



duke mbetur një figurë madhore e sportit tonë. Ka luajtur basketboll e volejboll, me më të mirët dhe ka stërvitur ata volejbollistë që u bënë më të mirët e asaj kohe. Me vullnetin e tij të paepur realizonte atë që donte. Gjithnjë ishte në lëvizje, bënte hapa përpara në rritjen e mjeshtërisë sportive duke arritur më të mirën. Ashtu si lojtar apo trajner i kushtonte rëndësi të madhe bazave të teknikës dhe teknikës së përdorshme. Në këtë drejtim ishte “fanatik” deri në perfeksionimin e plotë, ndërsa në veprimet taktike ishte variabël. Edhe bashkëlojtarët dhe lojtarët që stërviste thonin që në teknikën individuale ishte ekzigjent, ndërsa në taktikë liberal, sepse kishte mendimin se taktikën e zgjidh vetë lojtari, në bazë të teknikës perfekte të shoqëruar gjithnjë me shpejtësi dhe forcë. Ai ishte kyçi i skuadrës, sa dinamik dhe elastik, gjithnjë i preokupuar për rezultatet e saja. Ishte autoritar kur duhej, por dinte që me humorin e vet karakteristik, në momente të veçanta të “argëtonte” skuadrën, që t’i hiqej lodhja dhe siç thonë kolegët dhe ish lojtarët e tij punonin shumë, lodheshin fizikisht dhe mendërisht, por kur shihnin buzëqeshjen e tij çlodheshin, sikurse çlodhesh edhe ai vetë. Fatmiri i jepte rëndësi marrëdhënieve të mira reciproke midis anëtarëve të skuadrës, shpesh përmendte se: “Kur marrëdhëniet reciproke janë të shëndosha, ashtu si në një familje të shëndoshë, atëherë domosdoshmërisht skuadra ngrihet lart. Në të kundërtën, kur ato nuk e besojnë njëri-tjetrin, nuk arrijnë në objektiv dhe nuk kanë as perspektivë të qartë për të ardhmen. Ai ishte i sigurtë në vetvetë, i fuqishëm, i drejtë, i matur, i pranishëm në çdo dilemë, duke i dhënë zgjidhjen e duhur të tëra ngjarjeve. Postin zyrtar e shfrytëzonte dhe luftonte për interesat e sportistëve. Kjo veprimtari aq e pasur dhe pa mangësi, të imponon ta kujtosh gjithnjë me respekt dhe devocion.

Ylli Tomorri

Arsimi: I.L.K.F. “Vojo Kushi”.

Mjeshtër sporti: “N. Frashëri” K.I.

Trajner i ekipit “Studenti” për meshkuj dhe nga 1991 e deri tani trajner i ekipit kombëtar.

Trajneri është një specialist i mirëfilltë. Marrëdhëniet me lojtarët, str. fin,



gjyqtarët, kolegët, publikun duhet t’i ndërtojë mbi bazën e një korektësie absolute. Mbresën më të madhe e kam patur, kur mbas një pune 13 vjeçare ekipi im i “Studentit” u nderua me kupën e Republikës dhe titullin kampion kombëtar për kategorinë e parë.

Nuk kam gabuar asnjëherë përkundrazi kam qenë korekt. Pa realizuar kam një dëshirë që ekipi kombëtar të ketë ato rezultate që kam unë me “Studentin”.

Hobi im është veshja, prandaj puna ime e dytë është marrja me konfeksione.

Ilia Gaxho

Datëlindja: 29.11.1942.

Grada shkencore – profesor-doktor.

Në Volejboll, ish lojtar dhe trajner i “Kastriotit”, i “17 Nëntorit” për të rinj e të rritur, trajner i “Dinamos” për të rritur e të rritura.

Kryetar i komisionit “Sporti për të gjithë” në KOKSH. Kryetar i degës shkencore në AEFS “Vojo Kushi”. Antar i kryesisë së Federatës Shqiptare të volejbollit.

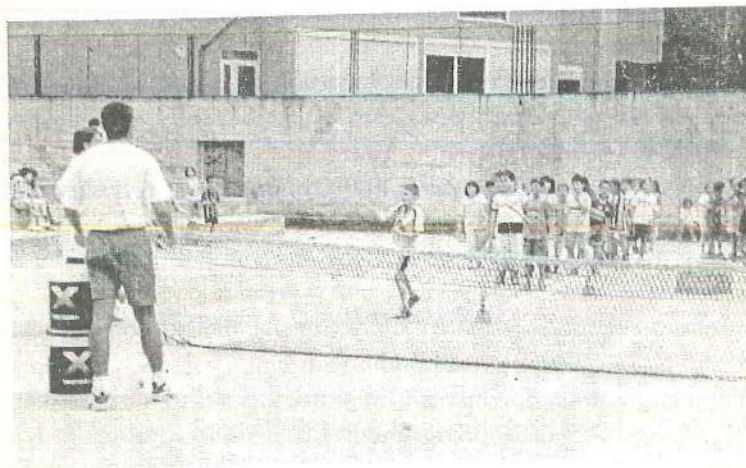
Kam përzgjedhur për intervistë, I. Gaxhon, sepse jam dëshmitar i rrugës së gjatë e të vështirë dhe i sukseseve të tija. Gjithnjë dallohet për kulturën e të polemizuarit dhe të debatuarit në këndvështrime të ndryshme, duke mos spekuluar asnjëherë me të vërtetën. Impenjimin e tij entuziast për figurën e trajnerit e shpreh me mendime të koncentruara dhe të rinovuara. “Trajneri rrezaton humanizëm; sepse dhe vetë sporti është human në shoqërinë njerëzore. Që ta ushtrojë me autoritet këtë detyrë i duhet përgatitje profesionale dhe psiko-morale. Të dyja plotësojnë njëra-tjetrën, formojnë të tërën. Në se plotësohen këto dhe shoqërohen me punë të palodhur, kjo është gjithnjë frytdhënëse. Krahësuar me aspekte të tjera tek trajneri do të vlerësoja ndershmërinë

dhe përkushtimin. Si ish-trajner ekipin gjithnjë e kam konsideruar si një shkollë speciale, ku shpalosen karaktere mjaft interesante. Peshë e lojës mbahet me talente, por zgjidhja më e mirë është kolektivi me vërtetësinë e tij. Baza e suksesit është komunikimi i lirë, lidhja dhe transparenca, sepse pa këto, skuadra nuk do të funksiononte. Detyrë tjetër e trajnerit, është të gjejë mundësinë si ta adaptojë dhe ta integrojë lojtarin në ekipin që stërvitet. Edhe unë si plot trajnerë kam gabuar. Në skuadër kisha një lojtar me sjellje të mrekullueshme, dinjitoze dhe rendiment të lartë në stërvitje dhe ndeshje. Në një ndeshje decizive ishte krejtësisht jashtë forme sportive. Për sendiment dhe besim të tepruar nuk e ndërrova asnjëherë dhe si rezultat ndeshjen e humbëm. Dihet që njeriu mëson nga gabimet. Që atëherë punova me moton “më shumë realist – më pak sendiment”.

Hobi im është të merrem vetë me sport. Vrapimi dhe skitë, janë pasioni im më i madh. Leximi dhe studimi, janë pjesa më e këndshme e kohës sime të punës”.

* * *

TENIS



Trajneri i talentuar Fatos Nallbani (nipi i të madhit Sali Nallbani) në një seancë stërvitore me ekupe fëmijësh në sportin e tenisit

Grada dhe tituj shkencorë

QENDRA E KËRKIMEVE SHKENCORE

- Doktor Bashkim Milo – Drejtor Institucioni.
- Marjeta Zaçe – Prof. Asociuar Doktor.
- Lumturi Markola – Drejtuese Kërkimesh (Profesor)
- Lluka Heqimi – Drejtues Kërkimesh (prof. Dr.)
- Albert Kariqi – Mjeshtër Kërkimesh (As/Prof.)

GRADA E TITUJ SHKENCORE NË AKADEMINË E EDUKIMIT FIZIK E SPORTEVE “VOJO KUSHI”

DEPARTAMENTI I MJEKËSISË SPORTIVE

1. Prof. Dr. Sejfulla Shtëpani, Rektor i Akademisë
2. Prof. Asociuar Dr. Bardhyl Misja zv/rektor
3. Prof. Dr. Profit Canaj Përgjegjës departamenti
4. Prof. Asociuar Dr. Kadri Hoxha
5. Dr. Dhimitraq Prifti
6. Dr. Robert Çino
7. Dr. Ketii Kapidani
8. Dr. Zana Cikuli
9. Dr. Dhimitraq Stratoberdha

DEPARTAMENTI I SHKENCAVE TË EDUKIMIT PROFESIONAL

1. Prof. Dr. Guido Subashi Përgjegjës departamenti
2. Prof. Dr. Arben Jorgoni
3. Prof. Asociuar Dr. Bardhyl Misja
4. Prof. Dr. Jani Daci
5. Prof. Asociuar Dr. Yllka Lalazi
6. Prof. Asociuar Dr. Ylli Zhurda
7. Prof. Asociuar Dr. Agron Kasa
8. Prof. Asociuar Dr. Edvin Dashi
9. Dr. Arben Kaçurri

12. Dr. Veis Balliu
13. Dr. Fehmi Krasniqi
14. Dr. Sadik Krasniqi

* * *

Dr. Fatos Gjata, - Përgjegjës i Departamentit të Edukimit fizik në Universitetin e Tiranës ka mbrojtur disertacionin në shkencat sociale.

POSTE NË FORUMET NDËRKOMBËTARE

Z. Stavri Bello, - Sekretar i Përgjithshëm i KOKSH, është diplomuar edhe në Universitetin e Lionit për "Menaxher Gjeneral i Organizatave Sportive".

LINÇENSIME NGA CIO

Të linçensuar nga CIO, kanë fituar titullin "Drejtor Nacional për Administrimin Sportiv":

1. Stavri Bello
2. Gëzim Panariti
3. Leonard Tase
4. Arben Kaçurri

Shqipëria në Lojrat Mesdhetare

Shqipëria merr pjesë për herë të parë në Lojrat Olimpikë Mesdhetare në edicionin e tyre të dhjetë në Latakio të Sirisë.

Siç duket edhe nga tabela me statistikat e arritjeve ky përfaqësim mbetet dhe më i suksesshmi në këto lojra. Lojrat e Tunizit, përfaqësojnë pjesëmarrjen për herë të pestë radhazi të ekipit olimpik shqiptar në këto lojra.

Në renditjen e përgjithshme sipas medaljeve të marra për çdo vend, Shqipëria renditet e 15-ta në mes të 21 vendeve pjesëmarrëse në këto lojra.

TABELA E PJESËMARRJES SË SHQIPËRISË NË LOJRAT MESDHETARE

Nr.	VENDI	MEDALJE ARI	MEDALJE ARGJENDI	MEDALJE BRONZI
1.	LATAKIA (SIRI) 11-25.09.1987	3	1	4
2.	ATHINË (GREQI) 28.06-12.07.1991	-	4	4
3.	AGDE-LANGUEDOC- ROUSSILLON FRANCE 16-27.06.1993	-	2	-
4.	BARI (ITALI) 13-25.06.1997	-	1	1
5.	TUNIZ (TUNIZI) 2-15.09.1997	-	1	-

Përmbyllje

Mbasi u përpoqëm ta analizojmë trajnerin në planin etiko-moral dhe social-psikologjik lind pyetja: Po ku do t'i gjejmë këto trajnera me të tëra këto cilësi, aq më tepër kur sporti tek ne është gjysmak, ashtu siç janë shkollat, spitalet, rrugët...?

Nuk mund të mohohet kursesi përvoja e grumbulluar nga dhjetra e dhjetra trajnerë, që ngrysen jetën e tyre në sport, që me ndershmërinë, aftësinë dhe profesionalizmin e tyre, arritën vlera dhe rezultate cilësore dhe janë shembulli i figurës komplekse të trajnerit. Duke i vlerësuar të tëra ato, po citoj vetëm disa prej tyre, me të cilët më ka lidhur detyra shumëvjeçare. Në mënyrën më absolute sportdashësit dhe kuadrot shqiptarë të sportit i përulen me respekt figurën gjiganteske të **Loro Boriçit**. Ishte kënaqësi e madhe ta kishe koleg. I pajisur me kulturë të gjerë, tepër i edukuar, i apasionuar përjetësisht mbas futbollit, i dashur dhe komunikues me të gjithë, që vuante shumë kur humbte dhe nuk gëzohej shumë kur fitonte. Drejtonte me shembullin, thjeshtësinë dhe urtësinë e tij.

Besim Fagu "posto-bloku" i kombëtares sonë më 1946, shefi ynë i adhuruar kishte një zemër dhe shpirt të madh bamirësie. Postet drejtuese i ka shfrytëzuar gjithnjë për interesat e sportistëve dhe trajnerëve të cilët e quanin "çadra", sepse gjithnjë luftonte për realizimin e kërkesave të tyre.

Për çdo ditë takonim "Mjeshttrin e merituar të sportit" **Ali Kastrati**, trajnerin e trajnerëve të të gjithë sporteve, njeri me një botë dhe shpirt të jashtëzakonshëm. Për "baba Aliun" të gjithë kishim nevojë dhe të gjithëve na mbaronte punë. Ishte i moshuar, por jo i plakur, aktiv dhe emocional, bujar dhe fisnik, i besës dhe i fjalës së mirë.

na mbaronte punë. Ishte i moshuar, por jo i plakur, aktiv dhe emocional, bujar dhe fisnik, i besës dhe i fjalës së mirë.

Dr. Lluka Heqimi ishte shembulli më i lartë i përkushtimit në detyrë dhe ndërlidhës e komunikues i shkëlqyer në marrëdhëniet sportist-trajner.

Kur në fundin e vitit 1999, një numri të madh kuadrosh dhe sportistësh të dalluar ju dha medalja "Nderi i Sportit Shqiptar" Presidenti Rexhep Meidani e hapi fjalën e tij të rastit me **"Më falni për vonesën, por siç e patë takova dhe ndjeva një kënaqësi të madhe, që bisedova me trajnerin tim të parë e të fundit të volejbollit profesor Andon Konën"**.

Dhe me të vërtetë, dinjiteti, serioziteti dhe qetësia e Andonit, ishin tregues të karakterit dhe edukatës së tij. Autoriteti dhe pushteti më i madh i tij ishte diturja. Asnjëherë nuk e kalonte ditën pa bërë diçka të re dhe se gjithmonë ka thënë të vërtetën.

Trajnerët e gjimnastikës në "Partizani" në vitet 70'-80' e lart, çifti i palodhur **Engjell dhe Polikseni Gorishti**, ishin shembulli më sinjifikativ i përkushtimit ndaj punës. Për vehten e tyre kanë folur pak ose aspak. Kishin dashuri të madhe për fëmijët që stërvitnin, aftësi dhe vullnet, të folur të bukur, komunikues dhe të qartë; arritën shumë lart.

Astrit Greva, kopetent, serioz dhe gjithnjë i gatshëm për të marrë detyra dhe përgjegjësi për basketbollin sipas mënyrës së tij origjinale të avancuar dhe produktive. Gjithnjë krijonte klimë të mirë me lojtarët, dinte të shmangte agresivitetin dhe gjaknxehtësinë e lojtarëve gjatë ndeshjes, i thjeshtë dhe i respektueshëm krijonte simpati dhe admirim me bashkëpunorët e tij.

Bejkush Birçe, me karakter të fortë dhe kapacitet të plotë, trim, energjik, i prerë dhe punonte me orë të tejkzgjatura. U mirëprit dhe punoi me disa skuadra duke i dërguar ato në rritje të vazhdueshme me lojra impresionuese dhe shije të veçanta.

Nihat Sirixhiu ishte trajneri dhe drejtuesi kryesor i atletikës së lehtë. Mbrenda temperamentit të tij të ngadalshëm, të urtë, të matur dhe të durueshëm, dilte një pasion, një impenjim dhe një angazhim që zgjidhte probleme edhe në çastet më të vështira.

Një kënaqësi dhe sadisfaksion të madh, kam ndjerë në "Grand Hotel Prishtina" në Prishtinë ku për kolegun **Bujar Shehu**, që punonte si trajner

me "Prishtina" ku mendimi i përgjithshëm ishte se, "Bujari është serioz që shpreh gëzim. Tek ne, ka fituar emër të mirë. Me punën dhe sjelljen e tij krijoi besim tek ekipi për stërvitjen e kohës dhe drejtimin e qetë".

Dhe portrete të tilla janë të shumtë. Në Shqipëri kanë punuar, punojnë madje kanë referuar edhe shumë trajnerë të huaj. Konkluzioni është se kemi përfituar prej tyre. Por edhe kur na kanë servitur probleme të njohura edhe këtu kemi patur përfitim, sepse kemi ballafaquar mendimet, dhe idetë e përbashkëta.

Tek ne, këtë 10 vjeçar janë mënjanuar mjaft specialiste sepse "janë të moshuar". Ndërkohë, shohim e degjojmë se filan 60 apo 70 vjeçar u caktua trajner i ekipit kombëtar, apo i klubit, apo drejtor teknik etj. Në politikë, zgjidhen apo emërohen kryetar shtetesh, kryetar senatesh, kryetare gjykatash, kryeministra etj.etj. kurse tek ne i thonë se është plakur, paçka se ai vazhdon të jetë produktiv në veprimtarinë e tij. Pra, nuk dijmë akoma të vlerësojmë dhe të respektojmë...

A është e vërtetë kjo?

Dhe megjithatë, mbetet kryesore zgjedhja e trajnerëve, drejtuesve e specialistëve kryesisht **nga të rinjtë**, por gjithmonë nga më të mirët e më të aftët. Ndryshimet do të ndodhin natyrshëm dhe çdo gjë do të shkojë paralelisht me zhvillimin e shoqërisë shqiptare.

A U T O R I

- Fundi i Pjesë së I -

LITERATURA

- R. Gimbel – Metodika dhe mjetet e dallimit të përzgjedhjes së talenteve në sport.
- R. Byrnel – Stërvitja për zhvillimin e cilësive fizike.
- T. Todorov – Normat e vlerësimit të zhvillimit fizik.
- M. Lazlo – Talenti dhe seleksionimi.
- F. Fini – Test nello sport.
- A. Gomelsky – Scjot nasha palzju
- Mehdi Jashari – Hendbolli.
- B. Spahiu – Psikologjia. Universiteti Prishtinë.
- L. Toska – Zgjedhja e talenteve në Atletikë.
- M. Papadhopulli – Futboll. Zgjedhja e talenteve.
- A. Meta – Metodika e përgatitjes lëvizore e gjimnastëve të rinj.
- B. Nushi – Basketbolli bashkohor.
- Materiale nga disertacionet e I. Gaxho, S. Shtëpani, V. Rizvanolli, A. Shyti, B. Milo, Dh. Skënderi, Sh. Kuqo, B. Misja, A. Jorgoni, A. Kaçurri, P. Cane, G. Kavaja, Q. Karaj, E. Pashaj, S. Kuvarati.

PËRMBAJTJA

- Hyrje – Vlerësim	17
- Citate për figurën e trajnerit	19
- Detyrat themelore të trajnerit	23
- Të dhëna orientuese për edukimin dhe stërvitjen e fëmijëve	33
- Fragmente dhe obsione të sportistëve për trajnerët	43
- Sporte – tituj sportiv – intervista	49
- Përmbyllje	147

→ Hymni sykodron
→ Oshinist - Jemini Gjere • E kam njëditë tek dha R. Bepes,

- Jemimodhisi, Mama Libhova

Falenderim

Falenderoj të tërë intervistuesit që ju përgjigjën kërkesës sime, Bankës së Kursimeve dhe z. Fatos Ahmetaj, Orest Muça dhe Vladimir Gjoni e Albert Xboxho.

Ndërkaq i kërkoj falje ndonjë personi, për harresë të emrit të tijë, ose të ndonjë "lapsusi" momental.

Autori

Sportelica	21	1978
"	5	1984
"	5	1988

BANKA E KURSIMEVE



Partneri juaj i
përhershëm

Banka e Kursimeve ofron këto shërbime kryesore:

- Depozita kursimi në Lekë e në valutë;
- Ulogun njëditë në Lekë dhe në valutë;
- Pagues brenda vendit (me urdhërbërje, me çek, telegrafike etj.);
- Pagues me jashtë;
- Transferim i shpejtë i parave ndërmjet MoneyGram;
- Letër kredi eksport-importh;
- Pranimi (qasja) në valutë të huaj;
- Lëshim (qasja) në Bujtërisë së Kursimeve;

- Shitje "Travelers cheques";
- Pranimi i cheques në valutë;
- Lëshim kartash krediti "EUROCARD/MasterCard";
- Pranimi të kartave "EUROCARD/MasterCard", "Diners Club";
- Lëshim garancish bankare;
- Komisioni valutave;
- Shitjen me pakicë të Bujtërisë së Kursimeve;
- Bujtërisë me pakicë të Bujtërisë së Kursimeve;