



Manuali Kombëtar i MINI-BASKETBOLLIT



Metodologjia • Filozofia • Aktivitete Praktike

BAZAT WABC

World Association of Basketball Coaches —
Metodologjia ndërkombëtare e mini-basketbollit

LTAD KOSOVË

Long-Term Athlete Development — Zhvillimi
afatgjatë i basketbollistëve kosovarë

Periudha Strategjike: 2026 — 2030

Për moshat 6–12 vjeç | Manual zyrtar i FBK-së

Përmbledhje ekzekutive

Ky Manual Kombëtar i Mini-Basketbollit përfaqëson kornizën zyrtare të Federatës së Basketbollit të Kosovës (FBK) për zhvillimin e fëmijëve të moshës 6–12 vjeç, në përputhje me metodologjinë ndërkombëtare të WABC dhe modelin LTAD (Long-Term Athlete Development).

Manuali është i ndërlidhur drejtpërdrejt me objektivat e Planit Strategjik të FBK-së 2026–2030, i cili synon ndërtimin e një sistemi të qëndrueshëm dhe të unifikuar të zhvillimit të basketbollit në Kosovë, duke filluar nga baza (grassroots) dhe duke krijuar një rrugë të qartë zhvillimi për lojtarët drejt niveleve më të larta të performancës. Në të njëjtën kohë, manuali është në përputhje me Strategjinë Shtetërore për Sport, e cila promovon rritjen e pjesëmarrjes së fëmijëve në aktivitete sportive, zhvillimin e shëndetshëm fizik dhe social, si dhe krijimin e një kulture sportive të qëndrueshme në shoqëri.

Qëllimi i këtij manuali është të ofrojë udhëzime të qarta dhe praktike për trajnerët, klubet dhe shkollat e basketbollit mbi mënyrën se si duhet të zhvillohet procesi i stërvitjes në Mini-Basketboll, duke vendosur në fokus zhvillimin afatgjatë të lojtarit dhe jo rezultatet afatshkurtra. Manuali përfshin filozofinë e Mini-Basketbollit, metodologjinë e mësimdhënies të bazuar në lojë (Game-Based Approach), përmbajtjen sipas grupmoshave, zhvillimin fizik, rregullat e modifikuara të garës, si dhe rolin e trajnerëve dhe prindërve në procesin zhvillimor.

Ky dokument shërben si udhëzues teknik dhe metodologjik, ndërsa aspektet e implementimit, strukturave organizative dhe monitorimit trajtohen përmes dokumenteve të veçanta të FBK-së, duke siguruar një ndarje të qartë ndërmjet përmbajtjes teknike dhe mekanizmave institucionale të zbatimit.

Zbatimi i këtij manuali realizohet përmes strukturave të Federatës së Basketbollit të Kosovës (FBK), në bashkëpunim me Departamentin për Projekte dhe Programe Zhvillimore, Grupin Punues për Mini-Basketboll, koordinatorët rajonal dhe klubet e licencuara. Mekanizmat e detajuar të implementimit, rolet, përgjegjësitë dhe linjat e raportimit përcaktohen në dokumente të veçanta të FBK-së.

KAPITULLI 1 — HYRJA DHE VIZIONI

1.1 Mini-Basketbolli

Mini-Basketbolli nuk është thjesht një version i shkurtuar i basketbollit për të rriturit, ai është një filozofi e plotë e zhvillimit të fëmijëve përmes lojës. Basketbolli modern kërkon lojtarë të aftë tekniko-taktikisht, fizikisht të qëndrueshëm dhe mendërisht rezistentë. E gjithë kjo ndërtohet që nga moshë 6 vjeç, në mënyrën e duhur.

Federata e Basketbollit të Kosovës (FBK), duke u mbështetur në metodologjinë ndërkombëtare të WABC (World Association of Basketball Coaches) dhe modelin LTAD (Long-Term Athlete Development — Zhvillimi afatgjatë i basketbollistëve kosovarë), ka hartuar këtë manual si kornizë kombëtare për zhvillimin e Mini-Basketbollit në Kosovë.

"Zhvillimi i duhur në moshën e duhur" — ky është parimi themelor i Mini-Basketbollit. Çdo aktivitet, çdo rregull i modifikuar dhe çdo udhëzim i trajnerit ka një qëllim: të ndërtojë themelet për basketbollistët e ardhshëm, duke e mbajtur gjithmonë argëtimin si prioritet absolut.

1.2 Filozofia e Mini-Basketbollit

Mini-Basketbolli bazohet në tri parime themelore:

- **Argëtimi si motor i zhvillimit** — Fëmijët mësojnë përmes lojës dhe argëtimit. Trajneri që krijon një mjedis pozitiv dhe të gëzueshëm ndërton bazën për karriera të gjata sportive.
- **Loja si metodë e mësimdhënies (Game-Based Approach)** — Aftësitë teknike nuk mësohen në izolim, por ndërthuren me situata reale loje. Fëmijët zbulojnë vetë zgjidhjet, me udhëzimin e trajnerit.
- **Zhvillimi i plotë motorik dhe njerëzor** — Mini-Basketbolli nuk ndërton vetëm basketbollistë, por zhvillon koordinimin, ekuilibrin, bashkëpunimin, disiplinën dhe vetëbesimin te fëmijët.

1.3 Qëllimet strategjike kombëtare

Ky manual synon të realizojë objektivat e mëposhtme të FBK-së për periudhën 2026–2030:

- Unifikimin e metodologjisë së Mini-Basketbollit në të gjitha klubet e licencuara nga FBK-ja.
- Sigurimin e një baze të gjerë (grassroots) nga e cila do të zhvillohen dhe avancojnë talentet në grupmoshat U14–U18.
- Edukimin e trajnerëve mbi filozofinë e zhvillimit të orientuar te lojtari (player-centred development).
- Garantimin e qasjes së barabartë dhe cilësore në basketboll për çdo fëmijë, pavarësisht rajonit.
- Kthimin e Mini-Basketbollit në një përvojë pozitive jetësore, jo vetëm sportive.

1.4 Korniza institucionale dhe implementimi

Zbatimi i këtij manuali realizohet në kuadër të strukturave të Federatës së Basketbollit të Kosovës (FBK), në përputhje me objektivat e Planit Strategjik 2026–2030. Për të siguruar një implementim të koordinuar dhe të qëndrueshëm në nivel kombëtar, ky manual mbështetet në një kornizë institucionale të qartë, e cila përcakton rolet kryesore dhe parimet bazë të funksionimit.

Strukturat përgjegjëse për implementim:

FBK — hartim i politikave dhe mbikëqyrje

Departamenti për Projekte dhe Programe Zhvillimore — koordinim dhe monitorim

Grupi Punues për Mini-Basketboll — zhvillim teknik dhe mbështetje

Koordinatorët rajonal — implementim në nivel lokal

Klubet dhe trajnerët — zbatim praktik i manualit

Rolet kryesore:

FBK — drejtim strategjik dhe mbikëqyrje

Departamenti për Projekte dhe Programe Zhvillimore — analizë, koordinim dhe raportim

Grupi Punues — mbështetje teknike dhe zhvillim programi

Koordinatorët — organizim dhe monitorim në rajon

Trajnerët — implementim i përditshëm

Parimet e monitorimit dhe raportimit

Monitorim i vazhdueshëm dhe i strukturuar, hierarki e qartë raportimi, fokus në zhvillimin e fëmijëve, transparencë dhe bashkëpunim institucional.

Raportimi realizohet sipas kësaj linje:

Trajnerët & klubet → Koordinatorët rajonal → DPPZH → Sekretarja e Përgjithshme → Bordi i FBK-së.

Mekanizmat e detajuar të implementimit dhe monitorimit përcaktohen në dokumente të veçanta të FBK-së.

KAPITULLI 2 — STRUKTURAT E MOSHAVE DHE LTAD (Long-Term Athlete Development)

2.1 Modeli i Zhvillimit Afatgjatë të Sportistit (LTAD)

Modeli i Zhvillimit Afatgjatë të Sportistit (LTAD) është korniza shkencore mbi të cilën bazohet ky manual. Ai nënkupton se zhvillimi i sportistit nuk është një proces i shpejtë, është një udhëtim 10–15-vjeçar i planifikuar me kujdes, ku çdo fazë ka rolin e vet të pazëvendësueshëm.

Dallimi kritik: mosha biologjike vs. mosha kronologjike. Dy fëmijë të të njëjtit vit lindjeje mund të jenë 2–3 vite larg njëri-tjetrit nga ana biologjike. Trajneri i Mini-Basketbollit duhet ta kuptojë këtë

realitet dhe t'i përshtasë aktivitetet sipas nivelit real të zhvillimit, jo vetëm sipas moshës kronologjike.

2.2 Fazat e zhvillimit në Mini-Basketboll (6–12 vjeç)

Mini-Basketbolli në Kosovë organizohet sipas dy fazave kryesore të modelit LTAD:

FAZA 1 — FILLIMI AKTIV (Active Start) | Mosha: 6–8 vjeç

Dashuria për lojën dhe baza motorike

Objektivat: Zhvillimi motorik bazik, koordinimi, ekuilibri, orientimi hapësinor dhe loja e lirë.

Parimet: Grupe të vogla, argëtim maksimal, pa presion konkurrues, përdorimi i muzikës dhe lojëra me topa të ndryshëm.

FAZA 2 — BAZAT THEMELORE (FUNDamentals) | Mosha: 9–12 vjeç

Bazat teknike dhe hyrja në basketboll

Objektivat: Driblimi me të dyja duart, pasimi, gjuajtja bazike, vendimmarrje e thjeshtë, 1v1, 2v2, 3v3.

Parimet: Lojëra me kufizime, rotacion rolesh, reagim pozitiv dhe shmangia e specializimit të hershëm.

2.3 Struktura e stërvitjes sipas grupmoshave

Mosha	Frekuenca / Kohëzgjatja	Fokusi kryesor
6–7 vjeç	2–3 seanca/javë 45–60 min	Lëvizje, koordinim, lojëra me top
8–9 vjeç	3 seanca/javë 60–75 min	Lojëra basketbolli dhe bazat teknike
10–11 vjeç	3–4 seanca/javë 60–75 min	Teknikë, 3x3 dhe kuptimi i lojës
12 vjeç	3–4 seanca/javë 75 min	Konsolidim teknik dhe taktikë bazike

2.4 Çfarë NDALOHET në Mini-Basketboll

Sipas standardeve WABC dhe LTAD: Nuk lejohet seleksionimi i hershëm, specializimi pozicional, përdorimi i mbrojtjes zonale (deri në U16), përdorimi i shot clock-ut (deri në U14), fokusi ekskluziv në rezultate, kritika negative publike, krahasimet ndërmjet fëmijëve dhe ushtrimet e lodhshme me natyrë ndëshkuese.

KAPITULLI 3 — METODOLOGJIA E MËSIMDHËNIES

3.1 Qasja tradicionale vs. Qasja e bazuar në lojë

Metodologjia tradicionale e “teknikës së parë, lojë më vonë” është provuar të jetë e mangët për moshat e Mini-Basketbollit. Ajo krijon lojtarë robotikë, të cilët nuk dinë të mendojnë në fushë dhe humbin motivimin shpejt. WABC rekomandon rrugën e kundërt: **LUAJ MË PARË**, mëso teknikën brenda kontekstit të lojës.

QASJA TRADICIONALE (E pasaktë)	QASJA E BAZUAR NË LOJË (E saktë)
- Mësimi i teknikës së driblimit në izolim - Fëmijët presin gjatë në radhë - Fokusi në teknikën “e pastër” para lojës - Trajneri flet shumë, fëmijët luajnë pak - Humbje e motivimit dhe shkallë e lartë e braktisjes (dropout)	✓ Loja mëson driblimin në mënyrë natyrshme ✓ Të gjithë janë aktivë gjatë gjithë kohës ✓ Teknika zhvillohet brenda lojës ✓ Trajneri pyet, fëmijët zbulojnë ✓ Argëtim, motivim dhe zhvillim i qëndrueshëm

3.2 Si të zbatohet qasja e bazuar në lojë — Hapat praktikë

1. **LUAJ** — Vendosni fëmijët të luajnë menjëherë. Shpjegoni rregullat bazike dhe lëroni të luajnë për 4–5 minuta.
2. **NDALO dhe PYET** — Ndalni aktivitetin dhe bëni pyetje strategjike: “Çfarë ndodhi? Pse humbet topi? Si mund ta kalosh mbrojtësin?”
3. **MODIFIKO** — Ndryshoni rregullat e aktivitetit për të theksuar konceptin teknik ose taktik.
4. **LUAJ SËRISH** — Kthejini në lojë me rregullat e reja. Vëzhgoni dhe bëni korrigjime minimale.
5. **REFLEKTO** — Në fund të aktivitetit, pyesni fëmijët çfarë mësuari.

SHEMBULL PRAKTIK — Loja e pasimit:

Dy ekipe, secili me nga një top; lojtarët numërojnë pasimet. Nëse topi bie në tokë, ekipi humb 1 pikë. Pas 3–4 minutash, trajneri pyet: “Si e mbajmë topin lart? Si e bëjmë pasimin më të sigurt?”

Ndryshimi: Tani lojtarët duhet të lëvizin ndërkohë që pasojnë. Loja vazhdon me rritje graduale të kompleksitetit.

3.3 Roli i trajnerit në Mini-Basketboll

Trajneri i Mini-Basketbollit nuk është “komandant” — ai është lehtësues i të mësuarit. Detyrat kryesore:

- Krijimi i një mjedisi pozitiv, të sigurt dhe stimulues
- Parashtrimi i sfidave të përshtatshme për nivelin e grupit
- Bërja e pyetjeve që stimulojnë mendimin, jo dhënia e instruksioneve që kufizojnë kreativitetin
- Vëzhgimi i individëve dhe përshtatja e aktiviteteve sipas nevojave specifike
- Komunikimi me prindërit — roli i tyre si mbështetës, jo si kritikë
- Modelimi i sjelljes pozitive: gëzim, respekt dhe fair play

KAPITULLI 4 — GRUPMOSHA 5–7 VJEÇ

4.1 Karakteristikat e zhvillimit

Fëmijët 5–7 vjeç janë në fazën e zhvillimit ku aftësitë shqisore-perceptuese janë ende të papërpunuara. Lëvizjet themelore (kërcimi, ndryshimi i drejtimit, vrapimi) janë prioriteti kryesor. Basketbolli nuk është objektivi kryesor — LËVIZJA është.

Topi	Madhësia 3-5
Lartësia e rrethit/koshit	1.83m – 2.43m
Numri ideal / grup	8-10 fëmijë
Kohëzgjatja e seancës	45–60 minuta
Frekuenca	2–3 herë në javë
Fokusi kryesor	Lëvizje, koordinim, ekuilibër, ARGËTIM

4.2 Çfarë LEJOHET dhe çfarë NDALOHET

LEJOHET: Lojëra të lira, muzikë, ngjyra, tregime (storie), role të ndryshme, topa me madhësi të ndryshme, fitues dhe humbës (por pa presion).

NDALOHET: Teknikë analitike, ushtrime monotone, krahasime, specializim i hershëm, ndeshje zyrtare dhe kritika negative.

4.3 Aktivitete për zhvillim motorik dhe kontroll të topit

Ushtrimet e mëposhtme janë ideale për grupmoshën 5–7 vjeç. Secili aktivitet duhet të zgjasë 3–5 minuta. Mos qëndroni shumë gjatë në të njëjtën detyrë.

A. Kontrolli i topit dhe lëvizja

#	Aktiviteti	Përshkrimi
1	Topi mes këmbëve	Ecni ose vraponi duke mbajtur topin mes këmbëve për të zhvilluar koordinimin dhe ekuilibrin.
2	Kërcim me top	Kërceni duke mbajtur topin mes këmbëve, duke kontrolluar trupin gjatë lëvizjes.
3	Topi rreth kokës	Ecni ose vraponi duke kaluar topin rreth kokës dhe trupit, pa ndalur lëvizjen.
4	Hedhje dhe kapje	Hidhni topin lart, lëreni të bjerë dhe kryeni një veprim (duartrokitje, kthim) para se ta kapni.
5	Driblim nga pozicione të ndryshme	Filloni driblimin nga pozicione të ndryshme (ulur, në gjunjë, shtrirë), me të dyja duart.
6	Loja me muzikë	Lojtarët driblojnë lirshëm në fushë. Kur muzika ndalet, ndalojnë menjëherë.
7	Shtyrja e topit	Shtyni topin me pjesë të ndryshme të trupit (p.sh. kokë, këmbë) duke lëvizur në hapësirë.
8	Ekuilibër dhe kontroll	Balancojeni topin mbi një gisht ose në pjesë të ndryshme të trupit për sa më gjatë.

B. Ekuilibri dhe koordinimi

#	Aktiviteti	Përshkrimi
9	Driblim pa shikim	Dribëloni në vend pa e shikuar topin (fillimisht me sy hapur, pastaj me sy të mbyllur për disa sekonda).
10	Kërcim dhe driblim	Kërceni mbi një pengesë të ulët (p.sh. stol), pastaj vazhdoni menjëherë me driblim.
11	Driblim me ritëm	Trajneri jep ritëm (me duar ose zë), lojtarët përshtatin driblimin sipas ritmit.
12	Driblim prapa	Dribëloni duke ecur prapa, ndërsa partneri përpara jep udhëzime për drejtimin.
13	Loja “Pac-Man”	Lojtarët lëvizin vetëm mbi vijat e fushës duke dribëluar. Disa janë “ndjekës”, të tjerët shmangen pa dalë nga vijat.
14	Figura 8	Dribëloni topin mes këmbëve në formë “8”, duke ruajtur kontrollin dhe ritmin.

4.4 Lojëra të modifikuara pa kosh

HOOP BALL

Kjo lojë zhvillohet me dy ekipe të vogla prej 3–4 lojtarësh. Në secilin skaj të fushës vendoset nga një rreth (hula hoop), brenda të cilit qëndron një lojtar i secilit ekip. Qëllimi i lojës është që përmes pasimeve dhe lëvizjes pa top, ekipi të krijojë mundësi për të pasuar topin te lojtari i vendosur brenda rrathit, çka konsiderohet pikë. Pas çdo pike, loja rifillon nga mesi nga ekipi kundërshtar. Lojtarët mund të ndërrojnë rolet gjatë lojës, duke hyrë dhe dalë nga rrethi. Kjo lojë ndihmon në zhvillimin e pasimit, krijimit të hapësirës dhe bashkëpunimit në ekip.

MULTI HOOPS

Kjo lojë organizohet me 3–5 lojtarë dhe zhvillohet duke vendosur disa rrathë në zona të ndryshme të fushës. Lojtarët pasojnë dhe lëvizin vazhdimisht për të krijuar mundësi shënimi. Pikë shënohet kur topi i pasohet një lojtar që ndodhet brenda njërit prej rrathëve, me kusht që ai të mos qëndrojë më shumë se 2 sekonda në atë zonë. Loja vazhdon pa ndërprerje dhe ekipi që shënon e mban posedimin e topit. Kjo lojë stimulon vendimarrjen, kohën e lëvizjes dhe orientimin në hapësirë.

LOJA 4x3 NDJEKËSIT

Kjo lojë zhvillohet në një hapësirë të kufizuar me 4 lojtarë sulmues dhe 3 lojtarë ndjekës. Lojtarët sulmues lëvizin lirshëm në fushë, ndërsa ndjekësit bashkëpunojnë duke pasuar topin ndërmjet tyre dhe përpiqen të prekin kundërshtarët me top, pa e hedhur atë. Çdo prekje e saktë numërohet si pikë. Loja zhvillohet për një kohë të caktuar, pas së cilës rolet ndërrohen. Ky aktivitet zhvillon perceptimin, reagimin e shpejtë, si dhe bashkëpunimin dhe komunikimin në ekip.

KAPITULLI 5 — GRUPMOSHA 8–9 VJEÇ

5.1 Karakteristikat dhe objektivat

Në moshën 8–9 vjeç, fëmijët fillojnë të transformojnë aftësitë motorike bazike në aftësi specifike të basketbollit. Kjo është periudha ideale për prezantimin e rregullave themelore të lojës, gjithmonë të integruara në kontekst loje dhe jo përmes ushtrimeve të izoluar teknike.

Koordinimi, lëvizshmëria e nyjeve dhe zhvillimi i përgjithshëm fizik mbeten prioritare në këtë fazë, duke tejkaluar rëndësinë e perfeksionimit teknik. **Argëtimi** vazhdon të jetë elementi dominues dhe motivues kryesor në procesin e të mësuarit.

Topa	Madhësia 5 (ose 3 për aktivitete motorike dhe koordinuese)
Lartësia e rrethit/koshit	2.20m – 2.60m
Numri ideal / grup	8–10 fëmijë
Kohëzgjatja e seancës	60–75 minuta
Frekuenca	3 herë në javë
Fokusi kryesor	Bazat teknike, lojëra 3x3 dhe kuptimi i rregullave bazike të lojës

5.2 Prezantimi i rregullave bazike

Rregullat e basketbollit në këtë moshë nuk prezantohen si ligje strikte, por si arsye logjike që ndihmojnë fëmijët të kuptojnë lojën. Qasja duhet të jetë shpjeguese dhe e bazuar në situata konkrete, duke i ndihmuar fëmijët të zbulojnë vetë pse ekzistojnë rregullat dhe si ato ndikojnë në lojë.

Shembujt e mëposhtëm, ilustrojnë mënyrën e duhur të prezantimit të rregullave përmes logjikës së lojës:

- "Nuk mund të vraposh duke mbajtur topin në duar, prandaj duhet të dribëlosh për të lëvizur nëpër fushë."
- "Për të fituar ndeshjen, duhet të shënosh më shumë pikë se kundërshtari, prandaj gjuan drejt koshit të tyre."
- "Nuk mund të luash gjithmonë vetëm kundër të gjithëve, prandaj duhet të pasosh topin te shokët dhe shoqet e ekipit."
- "Ekipi kundërshtar nuk duhet të shënojë, prandaj mbroni koshin tuaj."

5.3 Aktivitetet kryesore të driblimit

#	Aktiviteti	Përshkrimi
1	Ndjekje me driblim - Dribble Tag	3–4 lojtarë janë ndjekës dhe dribëlojnë duke ndjekur lojtarët e tjerë. Kur prekin dikë, ai ndalet për disa sekonda ose i bashkohet ndjekësve.
2	Loja e Makinës	Trajneri jep komanda: "Motor" (driblim në vend), "Marshi 1" (ecje), "Marshi 2" (vrap i lehtë), "Top Gear" (sprint), "Prapa" (driblim prapa), "Dritë e kuqe" (ndalim i menjëhershëm).
3	Loja Luanit	Dy ekipe me top. Ekipi "luani" fillon nga qendra, ndërsa "delet" në zona të sigurt. Me sinjalin "Vjen luani!", luani ndjek dhe prek lojtarët jashtë zonave.
4	1-2-3 NDALO	Një lojtar qëndron përballë me shpinë dhe numëron. Të tjerët dribëlojnë drejt tij. Kur ai thotë "NDALO", kthehet dhe kush lëviz kthehet në fillim.
5	Driblim në vijat e fushës	Lojtarët dribëlojnë duke ndjekur vijat e fushës. Kur takohen me dikë, ndryshojnë dorën, drejtimin ose bëjnë kthesë prapa.

6	Stafetë me driblim	Në ekipe të vogla, lojtarët dribëlojnë rreth koneve dhe kthehen. Loja zhvillohet si garë kohe ose për numrin e përsëritjeve.
---	---------------------------	--

5.4 Aktivitetet kryesore të gjuajtjes

Në këtë fazë nuk duhet të ketë fokus të tepruar në teknikën e gjuajtjes. Përkundrazi, vëmendja duhet të përqendrohet në dy elemente bazike: lojtari të ndalet para gjuajtjes dhe të jetë në ekuilibër gjatë ekzekutimit. Mekanika e saktë e gjuajtjes zhvillohet natyrshëm me kohë dhe përmes përsëritjes në situata loje.

- **Variojeni targetin**, përdorni kosh me lartësi të ulur, rrathë në dysHEME, kovë të vendosur mbi stol ose shenja në mur.
- **Përdorni topa të ndryshëm (tenisi, Size 3, Size 5, volejboli)** për të zhvilluar ndjesinë dhe forcën e gjuajtjes.
- **Përdorni kosh me lartësi të ulur (1.80 – 2.40 m)** për të rritur suksesin dhe motivimin e fëmijëve.
- **Gjuani gjithmonë nga afër koshit**, shmangni gjuajtjet nga distanca (p.sh. 3 pikështa), pasi ndikojnë negativisht në zhvillimin e teknikës.

#	Aktiviteti	Përshkrimi
1	Garë gjuajtjeje	Lojtarët ndahen në ekipe dhe gjuajnë nga pozicione të ndryshme. Pikët ndryshojnë në varësi të targetit (kosh, rrjetë, dërrasë).
2	Loja “Krokodili”	Lojtarët gjuajnë nga një pozicion i caktuar. Nëse shënojnë, mbeten në lojë; nëse humbasin, shkojnë “te krokodili” (zonë anësore). Çdo shënim mundëson shpëtimin e një lojtari nga “krokodili”.
3	Loja “21”	Dy ekipe me nga një top secili. Gjuajtja e saktë vlen 2 pikë, ndërsa reboundi i kthyer në kosh vlen 1 pikë. Fiton ekipi që arrin i pari 21 pikë.
4	Rreth botës	Vendosen 6–10 pozicione rreth koshit. Lojtari që shënon kalon në pozicionin tjetër. Fiton ai që përfundon i pari të gjitha pozicionet.
5	Gjuajtje pas pivotimit	Lojtarët fillojnë me shpinë nga koshi. Në sinjalin e trajnerit, pivotojnë dhe gjuajnë menjëherë drejt koshit.

KAPITULLI 6 — GRUPMOSHA 10–12 VJEÇ

6.1 Karakteristikat dhe objektivat

Grupmosha 10–12 vjeç korrespondon me fazën FUNdamentals të modelit LTAD, e cila përfaqëson periudhën ku ndërtohen bazat teknike universale të lojës. Në këtë fazë, trajnerët fillojnë të japin feedback më të strukturuar dhe analitik, me qëllim rafinimin e aftësive të zhvilluara në fazat e mëparshme. Megjithatë, specializimi pozicional vazhdon të mbetet i ndaluar.

Mbani parasysh se brenda të njëjtit grupmoshë (10–12 vjeç) mund të ketë dallime të mëdha në përvojë dhe nivel zhvillimi. Në një grup mund të gjendet një lojtar pa asnjë përvojë në basketboll, i cili duhet trajtuar sipas nivelit fillestar, si dhe një lojtar me disa vite përvojë, i cili

kërkon sfida më të avancuara. Ky diversitet kërkon individualizim të aktiviteteve dhe përshtatje të vazhdueshme të qasjes së trajnerit.

Topi	Madhësia 5 (zyrtare)
Lartësia e rrethit/koshit	2.60m – 3.05m (e rregullt nëse nevojitet)
Numri ideal / grup	8–12 fëmijë
Kohëzgjatja e seancës	60–90 minuta
Frekuenca	3–4 herë në javë
Fokusi kryesor	Teknikë bazike, lojëra 3x3 dhe 4x4, spacing dhe situata 1v1

6.2 Aktivitetet e pasimit

Pasimi është aftësia themelore e ekipore në basketboll. Tek fëmijët, vërehen disa pengesa të zakonshme: ata shpesh fokusohen vetëm te topi dhe nuk e shohin shokun/shogen e lirë, kanë vështirësi në pasimin në distancë për shkak të mungesës së forcës, si dhe nuk arrijnë të kalojnë topin përtej mbrojtjes për shkak të përdorimit të pamjaftueshëm të pivotit dhe pozicionimit të duhur.

#	Aktiviteti	Përshkrimi
1	Pasimi dhe prerja (Pass & Cut)	Në çifte, lojtari pa top largohet 1–2 hapa dhe më pas bën prerje të shpejtë drejt topit. Pas marrjes së topit, ndalet (jump stop) dhe pivotohet drejt koshit.
2	Pasimi në rreth (Pepper Passing)	Lojtarët formojnë një rreth me një lojtar në mes. Topi pasohet te lojtari në qendër, i cili e shpërndan te tjetri. Loja zhvillohet në ritëm dhe mund të organizohet si garë ekipesh.
3	Pasimi në formë ylli (Star Passing)	5 lojtarë vendosen në formë ylli dhe pasojnë sipas një modeli të caktuar. Qëllimi është ritmi, saktësia dhe komunikimi.
4	Pasimi në katror (Square Passing)	4 lojtarë në formë katrori pasojnë vazhdimisht. Në sinjal të trajnerit, ndryshojnë drejtimin e pasimeve.
5	Weave me 3 lojtarë (3-Man Weave)	3 lojtarë fillojnë nga fundi i fushës me një top. Lojtari që pason vrapon pas topit, duke krijuar modelin e vazhdueshëm deri te koshi.
6	Loja “5 Pikë”	Dy ekipe përpiqen të mbajnë posedimin. Pasimet e zakonshme vlejnë 1 pikë, ndërsa pasimi te lojtari në zonë speciale vlen 5 pikë. Loja zhvillon lëvizjen dhe krijimin e hapësirës.

6.3 Lojëra të vogla 3x3

Lojërat 3x3 përbëjnë mjetin optimal për zhvillimin e lojtarëve në moshën 10–12 vjeç. Ato ofrojnë më shumë prekje të topit për secilin lojtar, krijojnë më shumë hapësirë për driblim dhe vendimmarrje, si dhe nxisin zhvillimin e aftësive 1v1. Po ashtu, kontribuojnë në kuptimin e pozicionimit mbrojtës dhe vendosin bazat e lojës kolektive të tipit “motion offense”.

Përfitimet pedagogjike të lojës 3x3:

- **Theksi në aftësitë 1v1** — çdo lojtar ka mundësinë të sfidojë drejtpërdrejt mbrojtësin dhe të zhvillojë aftësitë individuale.

- **Hapësira dhe lëvizja (spacing & movement)** — lojtarët mësojnë të krijojnë dhe të shfrytëzojnë hapësirën në mënyrë efektive.
- **Pozicionimi në mbrojtjen individuale (man-to-man)** — zhvillohen bazat e mbrojtjes individuale dhe orientimi në raport me kundërshtarin.
- **Më shumë prekje të topit** — çdo lojtar përfshihet vazhdimisht në lojë, duke rritur ndjeshëm zhvillimin individual.

Konceptet taktike në lojën 3x3 (për moshën 10–12 vjeç):

- **Pasimi dhe prerja (Pass & Cut)** — pasi të pasosh topin, lëviz menjëherë drejt koshit për të krijuar mundësi të reja.
- **Prerja prapa mbrojtësit (Backdoor Cut)** — kur mbrojtësi pozicionohet përpara teje dhe të mohon topin, lëviz prapa tij drejt koshit.
- **Prerja drejt topit (Flash Cut)** — lëviz shpejt drejt topit për të krijuar një opsion të sigurt pasimi.
- **Pasimi, prerja dhe zëvendësimi (Pass, Cut & Replace)** — pas veprimit, zhvendosur për të plotësuar hapësirën e lirë dhe për të ruajtur strukturën e lojës.

6.4 Lojërat 4x4

Lojërat 4x4 ofrojnë mundësi shtesë për zhvillimin e koncepteve taktike në këtë fazë. Ky format lejon prezantimin gradual të lojës në post, qarkullimit të topit nga njëra anë e fushës në tjetrën (ball reversal), si dhe hyrjen në bashkëpunime më të strukturuar ekipore. Në këtë nivel, fokusi duhet të mbetet në kuptimin e hapësirës, lëvizjes pa top dhe vendimmarrjes, duke shmangur strukturat e ngurta taktike. Formacionet ideale:

- **4 Out** — krijon hapësirë maksimale në fushë dhe favorizon lojën “pasim dhe prerje” (pass and cut), si dhe prerjet prapa mbrojtjes (backdoor cuts).
- **Trekëndëshi në post të ulët (Low Post Triangle)** — prezanton lojën në post, me tre lojtarë në perimetër dhe një lojtar në pozicion të ulët.

Trekëndëshi në post të lartë (High Post Triangle) — përdoret për të zhvilluar prerjet drejt koshit (back cuts) dhe lëvizjen nga krahu.

6.5 Shtimi i mbrojtjes

Mbrojtja duhet të prezantohet në mënyrë graduale dhe progresive. Fillimisht përdoren aktivitete të hapura pa kundërshtarë, për të zhvilluar kuptimin bazik të lëvizjes dhe pozicionimit. Më pas, shtohet mbrojtja e kontrolluar (pasive), ku lojtari mbrojtës kufizon lëvizjen pa ushtruar presion të plotë. Në fazën e fundit, kalon në mbrojtje aktive në situata reale 1v1 dhe 2v2. Qëllimi në këtë fazë nuk është vetëm ndalimi i kundërshtarit, por zhvillimi i kuptimit të pozicionimit, kohës së reagimit dhe leximit të lojës.

Koncepte kyçe mbrojtëse për moshën 10–12:

- **Pozicionimi mbrojtës** — mbrojtësi duhet të qëndrojë gjithmonë mes kundërshtarit dhe koshit, duke mbrojtur rrugën drejt shënimit.
- **Mbrojtja pa top** — lojtari duhet të parandalojë marrjen e topit nga kundërshtari, duke u pozicionuar në mënyrë aktive dhe inteligjente.
- **Interceptimi i pasimeve** — theksi duhet të jetë në leximin e lojës dhe ndërprerjen e pasimeve, jo në marrjen e topit me forcë.
- **Mbrojtja individuale (man-to-man)** — është forma e vetme e rekomanduar në këtë moshë; loja në zonë (zone defense) nuk lejohet deri në grupmoshën U16.

KAPITULLI 7 — ZHVILLIMI FIZIK DHE ATLETIK

7.1 Filozofia e zhvillimit fizik në Mini-Basketboll

Modeli YPD (Youth Physical Development – Zhvillimi Fizik i të Rinjve), i integruar në sistemin LTAD të FBK-së, përcakton qartë se zhvillimi fizik i fëmijëve të moshës 6–12 vjeç duhet të jetë i shumëanshëm (multisport), i larmishëm dhe i bazuar në lojë. Specializimi i hershëm fizik para moshës 12 vjeç shpesh ndikon negativisht në zhvillimin afatgjatë të sportistit.

7.2 Zhvillimi motorik dhe kontrolli i topit (6–9 vjeç)

Në moshën 6–9 vjeç, fokusi kryesor duhet të jetë zhvillimi i aftësive motorike bazike dhe ndërtimi i një raporti natyral me topin. Kjo periudhë konsiderohet kritike për zhvillimin e koordinimit, ekuilibrit, orientimit hapësinor dhe kontrollit të trupit në lëvizje.

Aktivitete bazike të koordinimit dhe kontrollit trupor:

#	Aktiviteti	Përshkrimi
1	Ecje me top (Ball Handling Walk)	Lojtarët ecin në forma të ndryshme (mbi thembra, në majë të gishtave, brenda/jashtë këmbës), duke mbajtur topin në pozicione të ndryshme (lart, poshtë, anash, prapa).
2	Vrapim me ngritje gjunjësh	Lojtarët vrapojnë duke ngritur gjunjët lart, ndërsa mbajnë ose kontrollojnë topin përpara trupit.
3	Vrapim me goditje prapa (Butt Kicks)	Lojtarët vrapojnë duke prekur prapanicën me thembra; mund të shtohet kontrolli i topit duke e mbajtur ose duke e prekur lehtë prapa trupit.
4	Loja e balancës me top	Lojtarët përpichen të balancojnë një top mbi një tjetër ose mbi pjesë të trupit. Pas stabilizimit, heqin një top dhe vazhdojnë kontrollin.
5	Driblim nga pozita të ndryshme	Nga pozita shtrirë ose ulur, lojtarët dribëlojnë me dorën e djathtë dhe të majtë, më pas kalojnë topin mes gjunjëve.
6	Driblim me ritëm	Trajneri jep ritëm me duar ose zë, ndërsa lojtarët dribëlojnë duke ndjekur ritmin — fillimisht në vend, pastaj në lëvizje.

7.3 Qëndrueshmëria — aktivitete energjike

#	Aktiviteti	Përshkrimi
1	Garë driblimi	Lojtarët dribëlojnë në distancë 15–20 metra në formë gare, duke ruajtur kontrollin e topit dhe ritmin e lëvizjes.
2	Garë slalom me driblim	Lojtarët dribëlojnë ndërmjet koneve (slalom) dhe kthehen në pikën fillestare. Fokus në kontroll dhe ndryshim drejtimi.
3	Stafetë me dhe pa top	Lojtarët ndahen në ekipe dhe realizojnë lloje të ndryshme stafetash, duke kombinuar vrapimin, driblimin dhe reagimin ndaj sinjaleve.
4	Gjuajtje me kohë	Lojtarët përpichen të realizojnë sa më shumë shënime brenda një kohe të caktuar (p.sh. 1 minutë), duke përdorur kosh me lartësi të përshtatur nëse është e nevojshme.
5	Qarku i lëvizjes (Circuit)	Lojtarët lëvizin rreth fushës duke realizuar elemente të ndryshme: vrapim, ndryshim drejtimi, driblim dhe kthesa, në mënyrë të vazhdueshme.

7.4 Shpejtësia dhe antisipimi

#	Aktiviteti	Përshkrimi
1	Ndryshim shpejtësie	Lojtarët dribëlojnë dhe ndryshojnë shpejtësinë e lëvizjes në përgjigje të sinjaleve të trajnerit (zanore, vizuale ose fishkëllimë).
2	Nisje nga pozicione të ndryshme	Lojtarët fillojnë driblimin nga pozicione të ndryshme (në këmbë, ulur, në gjunjë dhe shtrirë), duke zhvilluar reagimin dhe koordinimin.
3	Pasimi me mbrojtës në mes	Dy lojtarë pasojnë topin ndërmjet tyre, ndërsa një mbrojtës përpigjet të ndërpresë pasimet. Aktiviteti mund të zgjerohet gradualisht (3, 4 ose më shumë lojtarë).
4	Lojë 1v1 në gjithë fushën	Lojtarët përballen në situata 1 kundër 1 në zona të ndryshme të fushës, duke zhvilluar reagimin, vendimarrjen dhe aftësitë individuale.
5	Lojë me numër të pabarabartë	Lojëra në situata 3v2 ose 4v3, ku avantazhi në sulm nxit vendimarrjen e shpejtë dhe përdorimin efektiv të pasimit.

7.5 Modeli YPD (Youth Physical Development – Zhvillimi Fizik i të Rinjve)— Parametrat fizikë sipas moshës

Sipas modelit YPD (Youth Physical Development – Zhvillimi Fizik i të Rinjve) të FBK-së për meshkuj dhe femra:

- **Mosha 6–8 vjeç** - Fokus kryesor në zhvillimin e koordinimit, lëvizshmërisë dhe aftësive motorike bazike. Aktivitetet janë tërësisht të bazuara në lojë, pa përfshirje të ushtrimeve të forcës së strukturuar.
- **Mosha 9–10 vjeç** - Prezantohet koordinimi specifik i basketbollit dhe zhvillimi i shpejtësisë së ndryshimit të drejtimit. Aktivitetet realizohen pa përdorimin e peshave, duke u fokusuar në kontrollin e trupit dhe lëvizjen funksionale.
- **Mosha 11–12 vjeç** - Fillon zhvillimi i qëndrueshmërisë aerobike, agilitetit bazik dhe ndërgjegjësimit trupor (kinestezi), përmes aktiviteteve të strukturuar dhe të përshtatura për moshën.

VËREJTJE PËR TRAJNERËT: Fëmijët e moshës 6–12 vjeç nuk duhet të përfshihen në ushtrime me peshë apo programe të strukturuar të forcës (p.sh. squat me shtangë). Zhvillimi fizik në këtë moshë realizohet ekskluzivisht përmes lojërave, aktiviteteve dinamike me peshën e trupit dhe situatave të ndryshme të lojës në basketboll.

KAPITULLI 8 — RREGULLAT E MODIFIKUARA PËR GARË

Rregullat zyrtare të FIBA-s janë të hartuara për basketbollistë të rritur dhe aplikimi i tyre i drejtpërdrejtë tek fëmijët e moshës 6–12 vjeç shpesh rezulton në një eksperiencë jo të përshtatshme për zhvillimin e tyre. Kjo manifestohet me ndërprerje të shpeshta të lojës, rritje të presionit, frustrim dhe zhvillim teknik të papërshtatshëm për këtë moshë. Për këtë arsye, në Mini-Basketboll aplikohen rregulla të modifikuara, të cilat kanë këto qëllime kryesore:

- Të sigurojnë përfshirjen maksimale të të gjithë lojtarëve, jo vetëm të atyre më të avancuar
- Të vendosin theksin tek argëtimi dhe përvoja pozitive në lojë
- Të krijojnë mundësi që çdo fëmijë të përjetojë ndjenjën e suksesit, pavarësisht rezultatit ekiporekipor.

8.2 Pajisjet

U6 — Lartësia e koshit	1.83m — Rrit aksesin dhe suksesin në gjuajtje
U10 — Lartësia e koshit	2.43m — E përshtatur për zhvillimin fizik të fëmijëve
U12 dhe më lart — Lartësia e koshit:	3.05 m (standarde) - Aplikohet nëse lojtari është i gatshëm fizikisht dhe teknikisht.
U12 — Topi	Madhësia 5 - (madhësia zyrtare për këtë grupmoshë)
U8 — Topi	Madhësia 5 (i butë) ose Madhësia 3
U6 — Topi	Madhësia 3 (i butë)

8.3 Fusha e lojës

Për lojtarët nën moshën 8 vjeç, rekomandohet loja në drejtim tërthor të fushës (across court), nëse janë të disponueshme unaza anësore. Kjo u mundëson fëmijëve të luajnë në hapësirë reale, por me distanca më të përshtatshme për moshën e tyre. Loja në gjysmë fushe me një unazë nuk preferohet, pasi nuk mundëson zhvillimin e tranzicionit nga sulmi në mbrojtje dhe anasjelltas.

8.4 Ndërrimi i lojtarëve

Ndërrimi i lojtarëve në Mini-Basketboll ka për qëllim të sigurojë përfshirjen e barabartë të të gjithë fëmijëve dhe të shmangë dominimin e disa individëve.

- Të gjithë lojtarët duhet të aktivizohen së paku në çdo gjysmë ndeshje (rregull obligativ i FBK-së)
- Parashihet ndalesë e detyrueshme në mes të çdo çereku për rotacionin e lojtarëve
- Lojtari që shënon 10 pikë largohet përkohësisht nga loja, por mund të rikthehet më vonë
- Nuk aplikohet rregulli i “fouled out” (largimi pas 5 faulleve); ndërhyrja bëhet vetëm në rast të lojës së ashpër
- Ndërrimet mund të realizohen edhe gjatë lojës (rolling substitutions), ose sipas vendimit të referit

8.5 Shënimi i pikëve — modifikime

Sistemi i pikëzimit në mini-basketboll modifikohet për të nxitur zhvillimin teknik, bashkëpunimin dhe vetëbesimin e lojtarëve.

- Gjuajtjet nga jashtë vijës së 3 pikëve vlerësohen me **2 pikë**, për të dekurajuar tentativat e hershme pa forcë të mjaftueshme
- Gjuajtjet nga brenda zonës vlerësohen me **3 pikë**, për të inkurajuar depërtimin dhe lojën afër koshit
- Gjuajtja pas minimumi 5 pasimeve vlerësohet me **3 pikë**, duke nxitur lojën ekipore
- Goditja e koshit ose rrjetës (pa shënim) vlerësohet me **1 pikë**, për të motivuar edhe përpjekjen
- Në fund të çdo çereku, gjysmës së parë dhe në 3/4 e ndeshjes, çdo lojtar që nuk ka shënuar merr 1–2 gjuajtje të lira, për të përjetuar sukses individual.

8.6 Variacione të rregullave

Rregulli	Përshkrimi
----------	------------

Pa rrëmbim direkt	Mbrojtësi nuk lejohet t'ia marrë topin drejtpërdrejt lojtarit; lejohet vetëm ndërprerja (interceptimi) e pasimeve.
Fast break + posedim	Ekipi që shënon në kundërsulm (fast break) ruan posedimin e topit dhe e rifillon lojën nga mesi i fushës.
Mbrojtja zonë (zone defense)	Nuk lejohet deri në grupmoshën U16..
Shot clock	Nuk aplikohet deri në grupmoshën U14.
Pa mbrojtje të dyfishtë (double team)	Lejohet vetëm një mbrojtës të ushtrojë presion ndaj lojtarit me top.
Pa rregullin e 5 sekondave	Nuk aplikohet rregulli i 5 sekondave; loja vazhdon për të shmangur ndërprerjet e panevojshme.
Pasime para gjuajtjes	Ekipi duhet të realizojë 1–3 pasime para gjuajtjes, për të nxitur lojën ekipore.
Pikë për pasim	Ekipi fiton 1 pikë shtesë nëse realizon pasim te një lojtar në zonën e shënimit.
Pa mbrojtje në rivënie (throw-in)	Mbrojtësi qëndron në krah të lojtarit që rivë në lojë topin, jo përballë tij.

KAPITULLI 9 — PLANI I STËRVITJES

9.1 Struktura e seancës ideale

Çdo seancë stërvitore në Mini-Basketboll duhet të jetë e strukturuar në mënyrë të qartë dhe të përshtatur për moshën e fëmijëve, duke balancuar zhvillimin teknik, fizik dhe argëtimin, dhe duhet të ndjekë këtë strukturë:

Koha	Faza	Përmbajtja
10 min	Ngrohja	Lojëra lëvizëse, aktivitete për kontrollin e topit dhe ngrohje dinamike (mundësisht me muzikë).
15–20 min	Aktiviteti kryesor 1	Aktivitet i fokusuar në një aftësi teknike (driblim, pasim ose gjuajtje), me rritje progresive të vështirësisë.
15–20 min	Aktiviteti kryesor 2	Kombinim i aftësive (p.sh. driblim + pasim, pasim + gjuajtje) ose lojëra të modifikuara me kufizime.
15–20 min	Loja finale	Lojë 3x3 ose 4x4 me rregulla të përshtatura. Trajneri vëzhgon, udhëzon dhe bën pyetje.
5 min	Ftohja & reflektimi	Shtirje të lehta dhe reflektim përmes pyetjeve si: “Çfarë mësuat sot?” dhe “Çfarë ishte më sfiduese?”

9.2 Proporcionet e stërvitjes sipas moshës

Sipas planit të zhvillimit U6–U12 të Federatës së Basketbollit të Kosovës (FBK), përmbajtja e stërvitjes duhet të shpërndahet në mënyrë të balancuar dhe të përshtatur sipas moshës dhe fazës së zhvillimit të lojtarëve. Proporcionet e mëposhtme udhëzojnë trajnerët në strukturimin e seancave stërvitore:

Elementi	6–8 vjeç	9 vjeç	10 vjeç	11–12 vjeç
Zhvillimi motorik	30%	20%	15%	10%
Lojëra të vogla (minor games)	30%	25%	20%	15%
Detyra me top	20%	20%	20%	15%
Teknikë basketbolli	—	15%	20%	25%
Lojë basketbolli (3x3 / 4x4)	20%	20%	25%	35%

9.3 Lista kontrolli për trajnerin

Para çdo seance stërvitore, trajneri duhet të sigurohet që:

- Janë planifikuar aktivitete për të gjitha nivelet e aftësisë brenda grupit
- Fëmijët do të jenë aktivë të paktën 70% të kohës (duke shmangur pritjen dhe dëgjimin pasiv)
- Është përfshirë të paktën një lojë argëtuese dhe energjike që rrit motivimin
- Nuk ka krahasime, presion apo kritikë negative ndaj fëmijëve
- Çdo fëmijë do të marrë feedback individual pozitiv gjatë seancës

KAPITULLI 10 — PRINDËRIT DHE MJEDISI

10.1 Roli i prindërve në Mini-Basketboll

Prindërit janë ndër faktorët më ndikues në zhvillimin e fëmijëve sportistë, si në aspektin pozitiv ashtu edhe në atë negativ. Për këtë arsye, Federata e Basketbollit të Kosovës (FBK) dhe klubet e licencuara duhet të komunikojnë në mënyrë të qartë dhe të vazhdueshme me prindërit lidhur me filozofinë e zhvillimit dhe pritjet nga programi i mini-basketbollit.

Prindërit DUHET të:

- Mbështesin fëmijën pavarësisht rezultatit, duke theksuar përpjekjen dhe progresin (p.sh. “Jam krenar/e për ty”), dhe jo rezultatit (“Pse humbët?”)
- Lejojnë trajnerin të menaxhojë procesin stërvitor, pa ndërhyrë gjatë seancave
- Vlerësojnë çdo progres të vogël, jo vetëm fitoret
- Sigurojnë që fëmija të vijë në stërvitje i përgatitur (me gjumë të mjaftueshëm dhe ushqim të duhur)

Komunikojnë në mënyrë të hapur me trajnerin për çdo shqetësim që lidhet me fëmijën

Prindërit NUK DUHET të:

- U japin udhëzime fëmijëve gjatë lojës (p.sh. “gjuaj!”, “kalo topin!”, “mbroje!”), duke ndërhyrë në rolin e trajnerit
- Kritikojnë fëmijën pas ndeshjes për gabimet e bëra
- Krahasonë fëmijën me lojtarë të tjerë
- Ushtrojnë presion ndaj trajnerit lidhur me minutat e lojës ose pozicionin në fushë
- Debatojnë me referët, pasi fëmijët modelojnë sjelljen e prindërve

MESAZHI KYÇ PËR PRINDËRIT: Fëmija juaj nuk do të bëhet basketbollist profesionist nëse nuk e dëshiron vetë. Megjithatë, përmes basketbollit ai/ajo mund të zhvillojë disiplinën, bashkëpunimin, qëndrueshmërinë përballë sfidave dhe gëzimin e lojës — vlera që do ta shoqërojnë gjatë gjithë jetës. Ky është qëllimi ynë i vërtetë.

10.2 Mjedisi i duhur në Mini-Basketboll

Salla e basketbollit duhet të jetë një mjedis ku fëmijët ndihen të mirëpritur dhe kanë dëshirë të rikthehen vazhdimisht. Krijimi i një atmosfere pozitive dhe të sigurt është thelbësor për zhvillimin e tyre. Elementet kryesore përfshijnë:

- **Siguria fizike** — sipërfaqe e përshtatshme, pa objekte të rrezikshme dhe me ndriçim adekuat
- **Kushtet klimatike** — temperaturë e përshtatshme dhe ajrosje e mirë, sipas stinës
- **Pajisjet** — numër i mjaftueshëm topash (ideal 1 për lojtar ose maksimum 1 për 2 lojtarë)
- **Pajisje ndihmëse** — përdorimi i koneve, rathëve dhe mjeteve të tjera për stërvitje të larmishme
- **Muzika** — një mjet efektiv motivimi, veçanërisht për moshat 6–9 vjeç
- **Qasja e trajnerit** — komunikim gjithmonë pozitiv, inkurajues dhe energjik

KAPITULLI 11 — MBROJTJA E FËMIJËVE (SAFEGUARDING)

Mbrojtja e fëmijëve në Mini-Basketboll realizohet në përputhje të plotë me Politikën e Mbrojtjes së Fëmijëve të Federatës së Basketbollit të Kosovës (FBK), e cila përcakton standardet, procedurat dhe mekanizmat institucionalë për parandalimin dhe trajtimin e çdo forme abuzimi apo neglizhence.

11.1 Parimet e mbrojtjes në Mini-Basketboll

Çdo fëmijë që merr pjesë në programet e Mini-Basketbollit të FBK-së ka të drejtën e plotë të ndihet i sigurt, i respektuar dhe i mbrojtur. Mbrojtja e fëmijëve (safeguarding) përbën një detyrim ligjor dhe moral për çdo trajner, klub dhe për vetë Federatën.

Trajnerët duhet të:

- Të trajtojnë çdo fëmijë me dinjitet dhe respekt të plotë
- Të mos përdorin asnjëherë presion psikologjik, turpërim apo ndëshkim fizik
- Të raportojnë menjëherë çdo dyshim për abuzim ose shkelje
- Të mbajnë komunikim të hapur dhe transparent me prindërit
- Të sigurojnë që fëmijët ndihen të lirë të shprehin veten

11.2 Kodi i sjelljes

Çdo trajner i licencuar nga FBK obligohet të nënshkruajë Kodin e Sjelljes, i cili përcakton standardet e detyrueshme të etikës dhe profesionalizmit, duke përfshirë respektin ndaj fëmijëve, ndalimin absolut të çdo forme abuzimi, komunikimin transparent me prindërit dhe detyrimin për raportimin e çdo incidenti. Kodi i Sjelljes është në përputhje të plotë me Politikën e Mbrojtjes së Fëmijëve të FBK-së, e cila si dokument i veçantë dhe specifik përcakton në mënyrë të detajuar të gjitha rregullat, standardet, procedurat dhe mekanizmat e safeguarding, përfshirë përkufizimin e shkeljeve, mënyrat e raportimit dhe trajtimin e rasteve. Çdo shkelje e këtij kodi trajtohet me seriozitet dhe mund të rezultojë në masa disiplinore, deri në revokimin e licencës.

KAPITULLI 12 — MONITORIMI DHE VLERËSIMI

12.1 Çfarë monitorojmë në Mini-Basketboll?

Monitorimi i progresit në Mini-Basketboll nuk bazohet kryesisht në statistikat e ndeshjeve, por në zhvillimin e përgjithshëm të fëmijës si lojtar dhe individ. Fokusi kryesor vendoset në:

- **Pjesëmarrjen dhe angazhimin** — a merr pjesë fëmija me dëshirë dhe energji?
- **Zhvillimin motorik** — a ka përmirësim në koordinim dhe kontroll të trupit?
- **Kontrollin bazik të topit** — progres në driblim, pasim dhe gjuajtje
- **Kuptimin bazik të lojës** — a pozicionohet saktë, sidomos pa top?
- **Bashkëpunimin** — a komunikon dhe bashkëpunon me shokët/shoqet?
- **Gëzimin dhe motivimin** — a shfaq dëshirë për të vazhduar dhe përmirësuar?

12.2 Mjetet e monitorimit

Trajneri duhet të mbajë shënime të thjeshta dhe të strukturuar për të ndjekur progresin e fëmijëve dhe të grupit:

- **Ditari i stërvitjes** — përmbledhje e aktiviteteve të realizuara, çfarë ka funksionuar mirë dhe çfarë duhet përmirësuar
- **Vëzhgimi individual** — fokus në 1–2 fëmijë gjatë çdo seance për vlerësim më të detajuar
- **Raportimi tek prindërit** — feedback pozitiv dhe konstruktiv, të paktën 2–3 herë gjatë sezonit
- **Raportimi institucional** — realizohet në mënyrë të strukturuar dhe hierarkike:
 - Trajneri raporton te **klubi** për progresin e grupit
 - Klubi raporton te **Departamenti i Identifikimit dhe Zhvillimit të Lojtarëve** në FBK
 - Departamenti raporton te **Sekretari i Përgjithshëm dhe Kryetari i FBK-së**
 - Sekretari i Përgjithshëm raporton te **Bordi i FBK-së**.

12.3 Indikatorët e suksesit për programin

Shkalla e braktisjes (Dropout rate)	Nën 10% brenda sezonit (tregues kyç i suksesit)
Pjesëmarrja	Mbi 80% e fëmijëve të regjistruar marrin pjesë rregullisht
Progresi motorik	Përmirësim i vërejtshëm te së paku 90% e fëmijëve brenda 3 muajve
Kënaqësia e prindërve	Mbi 85% vlerësojnë pozitivisht programin
Kalimi U12 → U14	Mbi 80% e lojtarëve vazhdojnë në programet U14
Trajnerë të edukuar dhe të kualifikuar	100% e trajnerëve kanë përfunduar trajnimin minimal të FBK-së

Sistemi i plotë i monitorimit, indikatorëve dhe raportimit institucional zhvillohet dhe zbatohet në përputhje me kornizën e veçantë të FBK-së për monitorim dhe vlerësim.

KAPITULLI 13 — DISPOZITAT PËRFUNDIMTARE

13.1 Statusi ligjor

Pas miratimit nga Bordi i Federatës së Basketbollit të Kosovës (FBK), ky manual fiton statusin e dokumentit zyrtar, detyrues dhe referues për të gjitha klubet e licencuara që zhvillojnë programe të Mini-Basketbollit. Zbatimi i tij është obligativ dhe përbën standard minimal për organizimin, realizimin dhe zhvillimin e aktiviteteve në këtë kategori.

Çdo devijim nga filozofia, parimet dhe standardet e përcaktuara në këtë manual lejohet vetëm në raste të arsyetuara, duhet të jetë i dokumentuar në mënyrë të plotë dhe të raportohet sipas procedurave zyrtare të FBK-së. Mosrespektimi i këtyre standardeve mund të rezultojë në masa përkatëse administrative dhe disiplinore, në përputhje me aktet rregullative të Federatës.

Ky manual përbën pjesë integrale të sistemit kombëtar të zhvillimit të basketbollit në Kosovë dhe zbatohet në përputhje të plotë me politikën, rregulloret dhe dokumentet strategjike të FBK-së.

13.2 Rishikimi dhe përditësimi

Ky manual rishikohet çdo 3 vite për të siguruar përditësimin dhe përshtatjen e tij me zhvillimet e reja në basketboll. Propozimet për përmirësim mund të dorëzohen nga trajnerët e licencuar përmes kanaleve zyrtare të FBK-së, ndërsa çdo ndryshim i rëndësishëm në rregulloret dhe rekomandimet ndërkombëtare (FIBA, WABC) reflektohet në këtë manual brenda një periudhe prej 6 muajsh.

13.3 Deklarata përmbyllëse

Ky Manual Kombëtar i Mini-Basketbollit përbën dokumentin zyrtar të Federatës së Basketbollit të Kosovës dhe pasqyron angazhimin e saj strategjik dhe institucional për zhvillimin e një gjenerate lojtarësh të aftë, të shëndetshëm dhe të motivuar. Çdo fëmijë që bëhet pjesë e programeve të Mini-Basketbollit duhet të ketë të garantuar një mjedis që ofron argëtim, sfidë, respekt dhe mundësi të barabarta për zhvillim. Sigurimi i këtij standardi përbën një detyrim të qartë institucional dhe moral për të gjitha strukturat e përfshira, në çdo seancë stërvitore, në çdo aktivitet dhe gjatë gjithë sezonit.

FEDERATA E BASKETBOLLIT E KOSOVËS

Dokument Zyrtar — Periudha Strategjike 2026–2030