

## A TANTÁRGY ADATLAPJA

### 1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	BABEŞ-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM
1.2 Kar	TESTNEVELÉS ÉS SPORT KAR
1.3 Intézet	SPORTJÁTÉKOK
1.4 Szakterület	TESTNEVELÉS ÉS SPORT
1.5 Képzési szint	LICENSZ
1.6 Szak / Képesítés	TESTNEVELÉS ÉS SPORT/ Testnevelő tanár

### 2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	KÉZILABDA ALAPJAI						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Dr. Gherman Alexandru adjunktus						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Drd. VIZI SÁNDOR						
2.4 Tanulmányi év	I	2.5 Félév	I	2.6. Értékelés módja	E	2.7 Tantárgy típusa	DF

### 3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszámja)

3.1 Heti óraszám	6	melyből: 3.2 előadás	2	3.3 szeminárium/labor	4
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	84	melyből: 3.5 előadás	28	3.6 szeminárium/labor	56
A tanulmányi idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					28
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					14
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					12
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					8
Vizsgák					2
Más tevékenységek: .....					2
3.7 Egyéni munka össz-óraszámja	66				
3.8 A félév össz-óraszámja	84				
3.9 Kreditszám	6				

### 4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nem esedékes</li> </ul>
4.2 Kompetenciabeli	<ul style="list-style-type: none"> <li>Nem esedékes</li> </ul>

### 5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Videóprojektorral ellátott előadóterem</li> </ul>
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Szabályos kézilabdaterem, kézilabdák, mezek, zsalonok és más segédeszközök</li> </ul>

## 6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

<b>Szakmai kompetenciák</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• K 1. Moduláris tervezés (Testnevelés és Sport) és a szakterület tartalmi alapjainak a tervezése a tantárgyak közötti irányultsággal</li> <li>• K 2. Az integrált curriculum és a tanítási illetve az oktatási környezet megszervezése, interdiszciplináris jelleggel (Testnevelés és Sport)</li> <li>• K 3. A fizikai fejlődés és növekedés, ugyanakkor a motilitás tulajdonságának felmérése a követelményeknek megfelelően / a testnevelés és sport sajátos célkitűzéseinek, a fizikai gyakorlat szabadon gyakorlásához való hozzáállás</li> <li>• K 4. A gyakorlatot végzők felkészültségi szintjének felmérése a testnevelés- és sportban</li> </ul>
<b>Transzverzális kompetenciák</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>

## 7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A kézilabda játék elméleti és gyakorlati ismereteinek elsajátítása, legfontosabb elemeinek megtanulása és sajátos technikai eszközeinek rögzítése, valamint játékszabályával kapcsolatos fogalmak ismertetése</li> </ul>
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Az alapvető eljárások, valamint az alapvető gyakorlati tevékenységek megismerése és technikai elsajátítása</li> <li>• Az iskolai program oktatási-nevelési célkitűzéseinek megvalósítására vonatkozó eszköztár megismerése és alkalmazása</li> <li>• A diákok módszertani-gyakorlati képességeinek a fejlesztése és ezek alkalmazása a testnevelés és sport órákon úgy, hogy a szabadidős foglalkozásokon is alkalmazhatók legyenek</li> <li>• A helyes szaknyelv használatára való nevelés és ennek megfelelő alkalmazása a testnevelés órákon és a szabadidős tevékenységekben</li> </ul>

## 8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
A kézilabda elméletének és metodikájának a tárgya	Interaktív kurzus	2 óra
Kiválasztás (szelekció) a kézilabdában	Interaktív kurzus	2 óra
A versenyszerűen űzött kézilabda alapjainak megteremtése	Interaktív kurzus	2 óra
Az iskolai kézilabda tanítása	Interaktív kurzus	4 óra
A kézilabda mint sporttantárgy	Interaktív kurzus	2 óra
Technika a kézilabdában	Interaktív kurzus	4 óra
Taktika a kézilabdában	Interaktív kurzus	4 óra
A hazai bajnoki rendszer és a bajnokságok megszervezésének szabályai	Interaktív kurzus	4 óra
Szabályok a kézilabdában	Interaktív kurzus	4 óra
		<b>Összesen: 28 óra</b>

Könyvészet

1. **BOTA, I., BOTA, M.** (1990), Handbal. 500 exerciții pentru învățarea jocului, Editura Sport-Turism, București
2. **CSONDOR, G.** (1986), Handbal. Instruirea echipelor școlare, Editura Sport-Turism, București
3. **GOMBOȘ, L. ZAMFIR, GH.** (2009) Handbal. Teorie și metodică, FEFS, UBB Cluj-Napoca
4. **GOMBOȘ, L., ZAMFIR GH., GHERMAN AL.** (2010), Handbal. Curs de specializare anul III, FEFS, UBB Cluj-Napoca
5. **SOTIRIU, R.** (1998) Handbal, Teorie și Metodică, Editura Garold, București
6. **VICK, W.** (1995) Pregătirea de handbal în sală, Ed. CCPS, București, 1995
7. **ZAMFIR, GH., FLOREAN, M., TONIȚA, T.** (2000) Handbal. Inițiere-Consolidare, Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca

8.2 Szeminárium / Labor	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. Alapállás védekezésben és támadásban. Helyezkedések és mozgások a pályán	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	2 óra
2. A labda tartása, fogása és passzolása	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
3. Labdavezetés. Cselek és irányvlátoztatások	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
4. Kapuradobás oldalazó lépéssel, keresztező lépéssel illetve felugrásból	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	6 óra
5. Az ellenfél szerelése. Dobásblokkolások. A labdát birtokló ellenfél megtámadása	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	6 óra
6. A kapus technikaja	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	2 óra
7. A támadás első fázisa-Az ellentámadás	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	2 óra
8. A támadás második fázisa- Gyórstámadás	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	2 óra
9. A támadás negyedik fázisa- A rendszerben való játék	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
10. Támadási rendszer egy vagy két beállósall	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	2 óra
11. Továbbított labdapasszolás és betörés. A beállósok megjátszása	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
12. Kereszteződés. Fenntartás. Elzárás és az elzárásból való kilépés	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
13. Védelembe való visszaszaladás. Az emberek átvevése, átadása és cserélése a védelemben	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
14. Védekezési rendszerek: 6+0, 5+1, 4+2, 3+2+1, ember-ember	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	10 óra
		<b>Összesen: 56 óra</b>

Könyvészet

1. **BOTA, I., BOTA, M.** (1990), Handbal. 500 exerciții pentru învățarea jocului, Editura Sport-Turism, București
2. **CSONDOR, G.** (1986), Handbal. Instruirea echipelor școlare, Editura Sport-Turism, București

3. **GOMBOȘ, L. ZAMFIR, GH.** (2009) Handbal. Teorie și metodică, FEFS, UBB Cluj-Napoca
4. **GOMBOȘ, L., ZAMFIR GH., GHERMAN AL.** (2010), Handbal. Curs de specializare anul III, FEFS, UBB Cluj-Napoca
5. **SOTIRIU, R.** (1998) Handbal, Teorie și Metodică, Editura Garold, București
6. **VICK, W.** (1995) Pregătirea de handbal în sală, Ed. CCPS, București, 1995
7. **ZAMFIR, GH., FLOREAN, M., TONIȚA, T.** (2000) Handbal. Inițiere-Consolidare, Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca

### 9. Az episztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával.

- A tantárgy tartalma megegyezik a közösség képviselőinek elvárásával, a professzionális szervezetekével és az alkalmazottaikéval (Megyei Tanfelügyelőség, Iskolai Sportklubok, Liceumok és Általános Iskolák) betartva a liceumi programok követelményeit.

### 10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.4 Előadás	A kézilabda specifikus fogalmainak megmagyarázása	Írásbeli felmérés	40 %
	A szabályzat alapjainak megismerése és bemutatása	Írásbeli felmérés	20 %
10.5 Szeminárium / Labor	A technikai elemek és eljárások helyes végrehajtása gyakorlatban	Gyakorlati felmérés	20 %
	A technikai elemek és eljárások alkalmazása a mérkőzések során	Gyakorlati felmérés	20 %
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Az oktatási-nevelési célkitűzések és a program által előírt gyakorlatok eszköztárának ismerete és alkalmazása a liceumokban.</li> </ul>			

Előadás felelőse

Dr. Gherman Alexandru adjunktus

Szeminárium felelőse

Drd. Vizi Sándor

Intézetigazgató

Dr. Baciu Alin M. docens