

A TANTÁRGY ADATLAPJA

1. A képzési program adatai

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

2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	SZOMATOFUNKCIONÁLIS ÉS MOZGÁSOK MÉRÉSTANA						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Dr. Boros-Balint Iuliana, docens						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Drd. Balla Béla J, tanársegéd						
2.4 Tanulmányi év	II	2.5 Félév	4	2.6. Értékelés módja	V	2.7 Tantárgy típusa	LT

3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszama)

3.1 Heti óraszám	3	melyből: 3.2 előadás	2	3.3 szeminárium/labor	1
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	42	melyből: 3.5 előadás	28	3.6 szeminárium/labor	14
A tanulmányi idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					27
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					26
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					20
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					6
Vizsgák					2
Más tevékenységek					2
3.7 Egyéni munka össz-óraszama	83				
3.8 A félév össz-óraszama	125				
3.9 Kreditszám	5				

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	• nincs
4.2 Kompetenciabeli	• nincs

5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	• Multimédia eszközökkel felszerelt előadó terem.
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	• Mérésstanra alkalmas laboratórium

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	<p>K 3 A fizikai növekedés és fejlettség, valamint a motorikus minőség felmérése a testnevelés és sport speciális elvárásainak / célkitűzéseinek megfelelően, az önálló testgyakorláshoz való viszonyulás felmérése</p> <p>K5. A testnevelés- és sporttevékenységeken résztvevők felkészültségi szintjének felmérése</p>
Transzverzális kompetenciák	TK2 Sporttevékenységek hatékony megszervezése és lebonyolítása

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

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	<ul style="list-style-type: none"> • A motorikus kapacitás mérésének helyes technikai és módszereinek elsajátítása és értékelése.
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<ul style="list-style-type: none"> • Az edzési forma és állapot meghatározása. • A motorikus képességek mérése. • Szomato-funkcionális és pszihés kivizsgálások. • A mérések statisztikai értékelése és elemzése.

8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
A tantárgy bemutatása, meghatározása. Követelmények ismertetése.	Beszélgetés	2 óra
A mérés és értékelés fogalma, elvei és céljai. A motorikus tesztek.	Interaktív Előadás	2 óra
A motorikus kapacitás összetevői. A testi kondíció. A szomatometriai mutatók.	Interaktív Előadás	2 óra
A modern fitnessz összetevői: EUROFIT.	Interaktív Előadás	2 óra
A motorikus képességek mérése: az erő.	Interaktív Előadás	2 óra
A motorikus képességek mérése: a gyorsaság, függeség, ügyesség.	Interaktív Előadás	2 óra
A motorikus képességek mérése: állóképesség.	Interaktív Előadás	2 óra
A motorikus képességek mérése: ízületi hajlékonyság, egyensúly.	Interaktív Előadás	2 óra
Terhelés mérése.	Interaktív Előadás	2 óra
A keringési és légző rendszer funkcionális mérése	Interaktív Előadás	2 óra
A harmonikus testi fejlettséget értékelő indexek.	Interaktív Előadás	

Sportág specifikus mérések és tesztelések.	Interaktív Előadás	2 óra
A nemzeti iskolai értékelési rendszer.	Interaktív Előadás	2 óra
A mérések statisztikai értékelése.	Gyakolati óra	2 óra
	összesen	28 óra
Könyvészet <ul style="list-style-type: none"> Boros-Balint I, (2011). A testnevelés és sport méréstani alapismeretei. Marosvásárhely: Studium Alapítvány Kiadó Boros-Balint I, (2012). A tudományos kutatás a testnevelés és sportban. Kolozsvár: Midoprint Dragnea A., (1984). Măsurarea și evaluarea în educație fizică și sport. București: Ed. Sport –Turism Dragnea A., (1996). Antrenamentul sportiv., București: Ed. Didactică și Pedagogică, R.A. Epuran M., (2005). Metodologia cercetării activităților corporale. București: FEST; Epuran M., Marolicaru M., (2000). Metodologia cercetării în educație fizică și sport, Cluj-Napoca: Risoprint; 		
8.2 Szeminárium / Labor	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Szomatometria	Bemutató, magyarázat, gyakorlat	2 óra
EUROFIT	Bemutató, magyarázat, gyakorlat	2 óra
Fürgeségi próbák mérése.	Bemutató, magyarázat, gyakorlat	2 óra
Motorikus képességek mérése.	Bemutató, magyarázat, gyakorlat	4 óra
Mérési berendezések, mérőeszközök, rendszerek.	Bemutató, magyarázat, gyakorlat	2 óra
Légző és keringési rendszer funkcionális mérése.	Bemutató, magyarázat, gyakorlat	2 óra
	összesen	14 óra
Könyvészet <ul style="list-style-type: none"> Elekes A. 2007, Kutatásmódszertan. Budapest: TF Falus I; Ollé J. 2000. Statisztikai módszerek pedagógusok számára. Budapest: OKKER Kiadó Falus I. Bevezetés a pedagógiai kutatás módszereibe. Budapest: Műszaki Könyvkiadó 		

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

<ul style="list-style-type: none"> A tantárgy tartalma megegyezik a közösségi képviselők, a szakmai szervezetek és a munkaadók elvárásaival (Tanfelügyelőség, Sportklubok, Középsiskolák és általános iskolák), amely megfelel az iskolai tanterveknek.
--

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.4 Előadás	A mérés és értékelés elméleti és gyakorlati fogalmak ismerete.	Szóbeli vizsga.	50 %
10.5 Szeminárium / Labor	Egy kutatási terv elkészítése, melyben a hangsúly a választott	Gyakorlati értékelés	50%

	mérési eszközök ismertetésén van (50%)		
	Egyéni mérési számítások elvégzése (50 %)		
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			
<ul style="list-style-type: none"> • Az mérés és értékelés célkitűzések megoldására alkalmazott eszközök ismerete és alkalmazása. • A minimum 5-ös jegy elérése az értékelés minden összetevőjénél. 			

Előadás felelőse

Szeminárium felelőse

dr. Boros-Balint Iuliana, docens

drd. Balla Béla J., tanársegéd

Intézetigazgató

dr. Ciocoi-Pop D Rareş, egyetemi tanár