

A TANTÁRGY ADATLAPJA

1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	BABES-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM
1.2 Kar	TESTNEVELÉS ÉS SPORT KAR
1.3 Intézet	EGYÉNI SPORTOK
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	A TORNA OKTATÁSÁNAK MÓDSZERTANA AZ ISKOLÁBAN						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Dr. Pascan Ioan, egyetemi tanár						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Drd. Balla Béla Jozsef, egyetemi tanársegéd						
2.4 Tanulmányi év	III	2.5 Félév	5	2.6. Értékelés módja	Vizsga	2.7 Tantárgy típusa	Kötelező (DS)

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

3.1 Heti óraszám	3	melyből: 3.2 előadás	1	3.3 szeminárium/labor	2
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	42	melyből: 3.5 előadás	14	3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					34
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					16
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					23
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					4
Vizsgák					2
Más tevékenységek:					4
3.7 Egyéni munka össz-óraszama	83				
3.8 A félév össz-óraszama	42				
3.9 Kreditszám	5				

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	• Nem szükséges
4.2 Kompetenciabeli	• Nem szükséges

5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	• Előadóterem, audió-videó eszközökkel
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	• Tornaterem, torna matracok, dobantók, tornapadok, bordásfal, speciális tornaszerek, kéziszer (tornabot, medicin labda , ugrókötél, karika).

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	<ul style="list-style-type: none"> • K 3. A fizikai fejlődés és növekedés, ugyanakkor a motricitás tulajdonságának felmérése a követelményeknek megfelelően / a testnevelés és sport sajátos célkitűzéseinek, a fizikai gyakorlat szabadon gyakorlásához való hozzáállás • K 4. A testnevelés és sport specifikus eszközeinek leírása és bemutatása, kor csoportosítás szerint. • K 5. A gyakorlatot végzők felkészültségi szintjének felmérése a testnevelés- és sportban
Transzverzális kompetenciák	-

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

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	<ul style="list-style-type: none"> • A technikai eljárások metodológiai oktatásának pontosítása a torna különböző ágaiból, az iskolai tananyagok előírásai alapján, mindegyik szintre vonatkozóan.
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<ul style="list-style-type: none"> • Az iskolai torna szervezési lehetőségeinek és a különböző gyakorlati formáinak kiemelése. • A gimnasztika ágainak és ennek tartalmának bemutatása, amelyek az iskolai tananyagban megtalálhatóak, minden egyes tanítási ciklusnál. • Az iskolai torna helyének, szerepének és oktatási lehetőségeinek bemutatása.

8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. A követelmények ismertetése az elméleti vizsgára. A kötelező valamint az opcionálisan választott irodalom ismertetése. A célkitűzések és a torna tananyag ismertetése az I-IV, V-VIII és a liceumista diákok részére.	Interaktív előadás	2
2. A rendgyakorlatok oktatásának módszertana betartva a fontosabb feltételeket: - kor és felkészültségi színvonal; - feladatok és célkitűzések; - lácszemek a lecke keretében ; - hely és létszám.	Interaktív előadás	2
4. Sztatikus akrobatikus elemek	Interaktív előadás	2

oktatásának módszertana.		
5. Dinamikus akrobatikus elemek oktatásának módszertana.	Interaktív előadás	2
6. Acrobatikus játékok oktatásának módszertana.	Interaktív előadás	2
7. Támaszugrások módszertani alapjai	Interaktív előadás	2
8. Az iskolai programban előirt támaszugrások módszertana	Interaktív előadás	2
		14 óra
<p>Könyvészet</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Erdős, I., Sijj, Z. (1997), <i>Gimnasztika, Tankönyvkiadó, Budapest</i> 2. Fekete, J., (1996), <i>Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri</i>, Editura Librăriile Crican, Oradea. 3. Pașcan, I., (2008), <i>Gimnasztika az iskolában, Casa Cărții de Știință Kiadó, Kolozsvár.</i> 4. Pascan, I., (2009) <i>A torna oktatásának módszertana az iskolában Casa Cărții de Știință Kiadó, Kolozsvár.</i> 		
8.2 Szeminárium / Labor/ Gyakorlat	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. - Követelmények bemutatása - Rendgyakorlatok oktatásának módszertana - helyben és haladás közben végzett gyakorlatok	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	2
2. Rendgyakorlatok oktatásának módszertana - alakzatváltoztatások és sorbontások az óra célkitűzéseinek megfelelően.	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	2
3. Az iskolai program által előirt statikus talajelemek oktatásának módszertana: - a hajlékonyságot igénylő talajelemek oktatása; -	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	2
4. Az egyensúlyt igénylő talajelemek módszertana;	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	2
5. Az egyensúlyt és erőt igénylő elemek módszertana.	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	2
6. Dinamikus talajelemek módszertana: - a gurulóátfordulások oktatása;	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	4
7. Dinamikus talajelemek módszertana: - a kézenátfordulások oktatása.	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	2
8. Az iskolai tanterv által követelt támaszugrások oktatásának módszertana.	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	6
9. Torna jellegű játékok oktatásának módszertana: - rendgyakorlati jellegű játékok; - játékok pszichomotoros készségeinek fejlesztésére;	Magyarázat, bemutatás, begyakorlás	4

- akrobatikus jellegű játékok.		
10. Akadályfutások oktatásának módszertana	Magyarázat, bemutató, begyakorlás	2
		28 óra
Könyvészet <ul style="list-style-type: none"> ○ Erdős, I., Sijj, Z., (1997), <i>Gimnasztika</i>, Tankönyvkiadó, Budapest ○ Fekete, J., (1996), <i>Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri</i>, Editura Librăriile Crican, Oradea. ○ Pașcan, I., (2008), <i>Gimnasztika az iskolában</i>, Casa Cărții de Știință Kiadó, Kolozsvár. ○ Pașcan, I., (2009) <i>A torna oktatásának módszertana az iskolában</i> Casa Cărții de Știință Kiadó, Kolozsvár. 		

9. 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 közösség képviselőinek elvárásával, a professzionális szervezetekével és az alkalmazottaikkal (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	Az iskolai programban előírt támaszugrások és akrobatikus elemek technikája és módszertana	Írásbeli vizsga	60%
10.5 Szeminárium / Labor	Akrobatikus elemek, támaszugrások és akadályfutások módszertana	Gyakorlati felmérés	40%
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			
<ul style="list-style-type: none"> • Az oktatási-nevelési célkitűzések és a program által előírt gyakorlatok eszköztárának ismerete és alkalmazása az iskolában. 			

Előadás felelőse

Prof. dr. Pașcan Ioan

Szeminárium felelőse

drd. Balla Béla, tanársegéd

Intézetigazgató

Dr. Pop Ioan Nelu, docens