

## A TANTÁRGY ADATLAPJA

### 1. A képzési program adatai

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

### 2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	Egészségtan és elsősegélynyújtás						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Gasparik Andrea Ildikó						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Gasparik Andrea Ildikó						
2.4 Tanulmányi év	I	2.5 Félév	II	2.6. Értékelés módja	Vizsga	2.7 Tantárgy típusa	Alaptantárgy

### 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					43
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: .....					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	• Na
4.2 Kompetenciabeli	• Na

### 5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	• kurzusterem, vetítési feltételek (vetítő, hangszóró)
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	• demonstrációsterem

## 6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

<b>Szakmai kompetenciák</b>	<p>A munkaterv és programok egészségi és prevenciós szempontok szerinti összeállítása</p> <p>Egészségkultúra és egészségtudatosság effektív fejlesztésének képessége</p> <p>Egészséggel kapcsolatos információk kritikai szűrése, döntéshozatal promóciója</p> <p>Egészségtudatosság hatékony kommunikációja</p> <p>Elsősegélynyújtás ismeret-, és oktatás</p>
<b>Transzverzális kompetenciák</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Egészségmagatartás befolyásolása</li> <li>• A testi és lelki egészségért való személyes felelősség tudatosítása</li> <li>• Hatékony munkavégzési eljárások alkalmazása</li> </ul>

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

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alapfogalmak, elvek, módszerek megértése, ismerete, alkalmazása</li> </ul>
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<p>A népegészségtani fogalmak és elméletek integrálása, megfelelő használata a szakmai tevékenység során</p> <p>A preventív stratégiák előnyeinek-hátrányainak, a megelőzés fogalmának elsajátítása</p> <p>A gyerekkornak, mint az egészségtudatosság meghatározó elemének felismerése, másokban való kialakítása</p> <p>Egészségnevelés, promóció módszereinek ismerete, hatékony alkalmazása</p> <p>A táplálkozás mint egészség és betegség forrás megértése, megértetése</p> <p>Elsősegélynyújtás alapelveinek elsajátítása, tanítási módszerei</p>

## 8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Az egészség és betegség fogalma	Előadás, ellentétes nézetek ütköztetése	4
Az egészség: meghatározó tényezőinek, mutatóinak, modellek	Előadás - Audiovizuálismódszerek, PPT	4
A megelőzés szintjei, típusai	Kooperatív technikák, Előadás- Audiovizuálismódszerek, PPT	4

Egészségtudatosság, életmód, életvezetés	Audiovizuálismódszerek, PPT	4
Egészségnevelés, egészségpromóció	Kérdve kifejtés majd pptüs struktúrálás	4
Táplálkozási alapfogalmak	Audiovizuálismódszerek, PPT	4
Elsősegélynyújtás	Audiovizuálismódszerek, PPT	4
<p>Könyvészet          Ádány Róza, Megelőző orvostan és népegészségtan, Medicina Könyvkiadó Zrt., 2007          Roger Detels: Oxford Textbook of Public Health, 1997 European Journal of Public Health</p> <p>Hayley Daries, Nutrition for Sport and Exercise: A Practical Guide, 2012</p>		
8.2 Szeminárium / Labor	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
A fizikai, szociális és mentális egészség önelemzése-kérdőív készítés	Csoportos munka, terep aktivitás	2
Népegészségtani dilemmák	Esetelemzés, problémamegoldó gyakorlatok	2
Egészségpromóció gyakorlat (Tv-rádió-plakát promó)	Ötletbörze, csoportos munka	2
DD	Érvelés, ellentétes nézetek ütköztetése	2
Egészségkultúra alapfogalmai	Interaktív, sajátélményen alapuló szituációs játékok	2
Elsősegélynyújtás	Gyakorlat	4
<p>Könyvészet          Barabás Katalin: Egészségfejlesztés, Medicina Kiadó, Bp          Ewless Simnett: Egészségfejlesztés. Medicina Kiadó, Bp          Buda Béla, A lélek egészsége, Nemzeti tankönyvkiadó, Bp          Doina Muresan, Prim ajutor medical, Editura Fundatiei Romania de Maine, Bucuresti 2008</p>		

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

- Felsőoktatási Szakosodások Nemzeti Besorolása (RNCIS.ro)

## 10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.4 Előadás	Jelenlét		15%
	Elméleti ismeretek	teszt	85%
10.5 Szeminárium / Labor	Jelenlét		20%

	Tevékenység, gyakorlati kompetenciák	Munkalap és feladat értékelés	80%
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 80 % -os jelenlét, minimum 5-ös értékelés mind az elméleti, mind a gyakorlati ismeretekre, tevékenységre</li> </ul>			

Előadás felelőse

dr.Gasparik Andrea Ildikó

Szeminárium felelőse

dr.Gasparik Andrea Ildikó

Intézetigazgató

dr. Boros-Balint Iuliana, docens