

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	EGYENI SPORT
1.4 Szakterület	TESTNEVELÉS ÉS SPORT
1.5 Képzési szint	LICENSZ
1.6 Szak / Képesítés	TESTNEVELES ES SPORT Testnevelo tanar

2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	VIZI SPORTOK-gyakorlati próbaidő						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Dr. BALOGA ISTVÁN, adjunktus						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Dr. BALOGA ISTVÁN, adjunktus						
2.4 Tanulmányi év	II	2.5 Félév	IV	2.6. Értékelés módja	K	2.7 Tantárgy típusa	DF

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

3.1 Heti óraszám	28	melyből: 3.2 előadás	-	3.3 szeminárium/labor	28
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám	28	melyből: 3.5 előadás	-	3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					8
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					8
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					-
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					2
Vizsgák					2
Más tevékenységek:					2
3.7 Egyéni munka össz-óraszama	22				
3.8 A félév össz-óraszama	28				
3.9 Kreditszám	3				

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	<ul style="list-style-type: none">• Úszás-elmélet és gyakorlat
4.2 Kompetenciabeli	<ul style="list-style-type: none">• 200 m úszás egy választott úszásnemben• Víztaposás 1 percig

5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none">•
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none">• A kurzus a Konstancia megyei Năvodarion van megtartva

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	<ul style="list-style-type: none">• K 1. Moduláris tervezés (Sport es motorikus teljesitmeny) és a szakterület tartalmi alapjainak a tervezése a tantárgyak közötti irányultsággal• K 2. Az integrált curriculum és a tanítási illetve az oktatási környezet megszervezése, interdiszciplináris jelleggel (Sport es motorikus teljesitmeny)• K 3. A fizikai fejlődés és növekedés, ugyanakkor a moticitás tulajdonságának felmérése a követelményeknek megfelelően / a testnevelés és sport sajátos célkitűzéseinek, a fizikai gyakorlat szabadon gyakorlásához való hozzáállás• 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 vízből mentés elméleti és gyakorlati ismereteinek elsajátítása, legfontosabb elemeinek megtanulása és sajátos technikai eszközeinek rögzítése. • Különböző vízi sporti felszerelések használata
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<ul style="list-style-type: none"> • Az úszodák és nyitott vizek (folyók, tavak, tengerek, óceánok) veszélyei; • A vízbefulladás megelőzésének szabályai; • A vízből mentés módjai, eszközei; • Elsősegélynyújtás szabályai, eljárások különböző tünetek esetén. • Különböző hajótipusok ismerete és használata

8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Bevezető lecke. Szervezési kérdések. A tantárgyhoz kötött követelmények.	Magyarázat, bemutatás	2 óra
Különböző úszás gyakorlatok ismétlése. A bajbajutott felfedezése, a mentés megkezdése.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
A megközelítés, partra szállítás.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
A vízből mentés módszerei, eszközei.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
Önmentés és társmentés. A vízbefulladás		

megelőzése.		
Elsősegélynyújtás szabályai, gyakorlati eljárások különböző tünetek esetén.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
Szurf deszka, kajak, sárkányszörf, sup-deszka használata.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
Különböző hajótípusok ismerete és használata.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
Gyakorlati felmérés		2 óra
		Összesen 28 óra
<p>Könyvészet:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Arold, I., <i>Az úszás oktatása</i>, TF Sport, Budapest, 1989. 2. Baloga, I., Ceontea, D., Pop, N., Szatmari, L., <i>Úszás kurzus jegyzet</i>, FEFS-uz intern, Cluj-Napoca, 2012. 3. Counsilman, J., <i>A versenyúszás kézikönyve</i>, Sport, Budapest, 1982. 4. Maglischo E.W. – <i>Swimming faster</i> – The essential reference on technique, training, and program design. Ed. Humman Kinetics; Unites States of America; 2003. 5. Olaru, M., <i>Înot</i>, Ed. Sport Turism, Bucuresti, 1982. 7. Tóth, Á., <i>Az úszás tankönyve</i>, Dabasi nyomda Zrt., Budapest, 2008. 8. American Red Cross, (2010), <i>Water safety instructor manual</i>, St.Louis, Mosby Lifeline 		

9. American Red Cross, (2012), Lifeguarding instructor's manual, Boston, Staywell

10. American Red Cross, (2014) CPR for the professional rescuer. Boston, Staywell

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 alkalmazottaikkal, betartva a vízimentő foglalkozási programok követelményeit.

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.4 Szeminárium	A vízből mentési és elsősegélynyújtási eljárások helyes végrehajtása Különböző vízi sporti felszerelések használata	Gyakorlati/elméleti felmérés	70 %
	Aquathlon eredmény	Gyakorlati felmérés	30 %
10.5 A teljesítmény minimumkövetelményei			
<ul style="list-style-type: none">• Az oktatási-nevelési célkitűzések és a program által előírt gyakorlatok eszköztárának ismerete és alkalmazása a liceumokban.			
Előadás felelőse		Szeminárium felelős	

Dr. BALOGA ISTVAN, adjunktus Dr. BALOGA ISTVÁN, adjunktus

Intézetigazgató

Dr. IOAN POP, docens