

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	SPORTJATEKOK
1.4 Szakterület	TESTNEVELÉS ÉS SPORT
1.5 Képzési szint	LICENSZ
1.6 Szak / Képesítés	MOZGASKESZSEG ES SPORTTECHNIKAK/ tetnevelo tanar/ szakedző

2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	VIZI SPORTOK-gyakorlati próbaidő/ Sporturi nautice						
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	VP	2.7 Tantárgy típusa	FT

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

3.1 Heti óraszám	2	melyből: 3.2 előadás	-	3.3 szeminárium/labor	2
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					21
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					20
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					-
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					2
Vizsgák					2
Más tevékenységek:					2
3.7 Egyéni munka össz-óraszama	47				
3.8 A félév össz-óraszama	75				
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 uszásnemben • 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 megyében 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 mortalitás 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 vizi 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;

	<ul style="list-style-type: none"> • 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. Önmentés és társmentés. A vízbefulladás megelőzése.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
Elsősegélynyújtás szabályai, gyakorlati eljárások különböző tünetek esetén.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
Szorf deszka, kajak, sárkányszörf, sup-deszka használata.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
Különböző hajótipusok ismerete és használata.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés	4 óra
Gyakorlati felmérés		2 óra
		Összesen 28 óra

Könyvészet:

1. Arold, I., *Az úszás oktatása*, TF Sport, Budapest, 1989.

2. Baloga, I., Ceontea, D., Pop, N., Szatmari, L., *Úszás*

kurzus jegyzet, FEFS-uz intern, Cluj-Napoca, 2012.

3. Counsilman, J., *A versenyúszás kézikönyve*, Sport, Budapest, 1982.

4. Maglischo E.W. – *Swimming faster* – The essential reference on technique, training, and program design. Ed. Humman Kinetics; Unites States of America; 2003.

5. Olaru, M., *Înot*, Ed. Sport Turism, Bucuresti, 1982.

7. Tóth, Á., *Az úszás tankönyve*, Dabasi nyomda Zrt., Budapest, 2008.

8. American Red Cross, (2010), *Water safety instructor manual*, 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

Tagozatvezető

Dr. Boros-Balint Julianna, docens