

A TANTÁRGY ADATLAPJA

1. A képzési program adatai

1.1 Felsőoktatási intézmény	BÁBES-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM
1.2 Kar	TESTNEVELÉS ÉS SPORT KAR
1.3 Intézet	SPORTJÁTÉKOK
1.4 Szakterület	TESTNEVELÉS ÉS SPORT
1.5 Képzési szint	ALAPKÉPZÉS
1.6 Szak / Képesítés	Mozgáskészség és sporttechnika szak/ Sport și performanță motrică LM/ Testnevelő tanár/ szakedző

2. A tantárgy adatai

2.1 A tantárgy neve	Sportteljesítmény monitorizálásának technikája/ Tehnici de monitorizare a formei sportive						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve	Conf. dr Monea Dan						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve	Conf. dr Monea Dan						
2.4 Tanulmányi év	III	2.5 Félév	VI	2.6. Értékelés módja	V	2.7 Tantárgy típusa	KT

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					16
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					16
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása					14
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					8
Vizsgák					2
Más tevékenységek:					2
3.7 Egyéni munka össz-óraszama	58				
3.8 A félév össz-óraszama	100				
3.9 Kreditszám	4				

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1 Tantervi	• Nem szükséges
4.2 Kompetenciabeli	• Nem szükséges

5. Feltételek (ha vannak)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> • Videokivítítóval és internettel felszerelt kurzus terem • Internetelérhetőség, online előadás lebonyolítására
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	<ul style="list-style-type: none"> • Atlétika terem, atlétika pálya, tanterem, tornaterem, speciális kellékek (torball, kerekesszék)

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai kompetenciák	<p>K1 Moduláris tervezés (Testnevelés és sportnevelés, Sport és motrikus teljesítmény, Kinetoterápia és speciális mozgáskészség) és a szakterület alaptartalmának tervezése interdiszciplinárisan tájékozódva</p> <p>K2 Az integrált tananyag és a képzési-tanítási környezet megszervezése, interdiszciplináris hangsúlyokkal (Testnevelés és sportnevelés, Sport és motrikus teljesítmény, kinetoterápia és speciális mozgáskészség)</p> <p>K3 A fizikai és motrikus növekedés és fejlődés felmérése, a sportág specifikus követelményeinek és modelljeinek alapján</p> <p>K4 Az egyes sportágak specifikus tartalmának leírása, meggyarázása és bemutatása</p> <p>K5 A folyamatok, tanulási eredmények és hozzáállás sportág-specifikus értékelése</p> <p>K6 A szakterület specifikus management- és marketing-elemei hasznákata</p>
Transzverzális kompetenciák	<p>KT1 Sportesemények szervezése, szakképzett segítségnyújtással, a szakma etika betartásával</p> <p>KT2 A kiválasztási-, felkészülési- és verseny-folyamatok feladatainak hatékony teljesítése</p> <p>KT3 A szakképzési szükségletek objektív felmérése az egyéni fejlődési terv alapján, a munkaerőpiachoz való alkalmazkodás érdekében.</p>

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

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	<ul style="list-style-type: none"> Olyan elméleti és gyakorlati tudás elsajátítása amely lehetővé teszi a fogyatékos személyekkel való kiemelt nehézségű foglalkozást
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	<ul style="list-style-type: none"> A helyes testtartás és helyes motorikus tevékenység tanítása fogyatékos egyéneknél, sporttevékenységek által Szociális téren való beilleszkedése a fogyatékos egyéneknek sporttevékenységek által Rugalmas gondolkodás kialakítása, új stratégiák felállítása a fogyatékos személyek sportproblémáinak megoldásában Fogyatékossgal rendelkező személyek sportprogramjának összeállítása

8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. Sportteljesítmény, bevezető fogalmak	Előadás	2 óra
2. Monitorizálás, intenzív megfigyelés a sportban	Előadás	2 óra
3. Szelekció a teljesítménysportban	Előadás	2 óra
4. Az aerob, anaerob és vegyes erő kifejtés a sportban	Előadás	2 óra
5. Teljesítményfelmérés a sportban	Előadás	2 óra
6. Modern méréstehnikák a sportban	Előadás	2 óra
7. A dopping problematikája a sportban	Előadás	2 óra
		Összesen 14 óra
Könyvészet		
1. Burca, I., Szabo, B., 2009, <i>Atletism in kinetoterapie</i> , Ed. G.M.I. Cluj Napoca,		

<ol style="list-style-type: none"> 2. Balogh L., et a. (2015)– <i>Bevezetés a sportdiagnosztikába</i>, Ed. Campus,, Debrecen 3. Dubecz J., (2009) – <i>Általános edzéselmélet és módszertan</i>, Ed. Rectus Kft.Budapest 4. Leonidas P., (2015) – <i>A sportteljesítmény fizikai összetevőinek diagnosztikája</i>, Ed. Campus, Debrecen 5. Tudor O.B. (2002) – <i>Periodizarea. Teoria si metodologia antrenamentului</i>, Ed. EX PONTO, CNFPA, Bucuresti 		
8.2 Szeminárium / Labor	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
1. A motricitás felmérése, tesztek	Mind storming	2 óra
2. A spotolók felmérésében használt egyéb tesztek	Mind storming	2 óra
3. Egyéni sportok esetén használt tesztek	Bemutató, tapasztalatszerzés	2 óra
4. Csapatteljesítmény felmérése	Megtekintés, tapasztalatszerzés	2 óra
5. Az anaerob teljesítmény mérése	Megtekintés, tapasztalatszerzés	2 óra
6. Az aerob teljesítmény mérése	Megtekintés, tapasztalatszerzés	2 óra
7. A gyorsaság mérése különböző sportoknál	Megszervezés, bemutató	2 óra
8. Az erő felmérése különböző sportágakban	Megszervezés, bemutató	2 óra
9. Állóképesség mérése különböző sportágakban	Megszervezés, bemutató	2 óra
10. Formáhozozás a teljesítménysportban	Megszervezés, bemutató	2 óra
11. A sportforma monitorizálása	Megszervezés, bemutató	2 óra
12. Tényezők melyek befolyásolják a tesztek	Megszervezés, bemutató	2 óra
13. A dopping és az általa előforduló egészségügyi problémák	Megszervezés, bemutató	2 óra
14. A doppingvétéssel járó szankciók	Mind storming	2 óra
		Összesen 28 óra
Könyvészet <ol style="list-style-type: none"> 1. Burca, I., Szabo, B., 2009, <i>Atletism in kinetoterapie</i>, Ed. G.M.I. Cluj Napoca, 2. Balogh L., et a. (2015)– <i>Bevezetés a sportdiagnosztikába</i>, Ed. Campus,, Debrecen 3. Dubecz J., (2009) – <i>Általános edzéselmélet és módszertan</i>, Ed. Rectus Kft.Budapest 4. Leonidas P., (2015) – <i>A sportteljesítmény fizikai összetevőinek diagnosztikája</i>, Ed. Campus, Debrecen 5. Tudor O.B. (2002) – <i>Periodizarea. Teoria si metodologia antrenamentului</i>, Ed. EX PONTO, CNFPA, Bucuresti 		

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 képviselők, a szakmai szervezetek és a munkaadók elvárásaival (Tanfelügyelőség, Sportklubok, Középiszkolák 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 kurzuson átvett elméleti kérdések ismeretének a felmérése	Vizsga: Teszt online	50%
10.5 Szeminárium / Labor	Dolgozatok készítése, fogyatékos személyek részére fenntartott sportág bemutatása (választás szerint) valamint egy verseny megszervezése	Gyakorlati	30%
	Órákon való aktivitás	Szóbeli felmérés	20 %
10.6 A teljesítmény minimum követelményei			
<ul style="list-style-type: none">• Minimális elméleti tudás kialakítása a fogyatékos személyek által gyakorolt sportokról, valamint ezek szabályairól.			

Előadás felelőse

Szeminárium felelőse

Conf. dr Monea Dan

Tagozatvezető

Dr. Boros-Balint Iuliana, docens