

A TANTÁRGY ADATLAPJA

1. A képzési program adatai/ Date despre program

1.1 Felsőoktatási intézmény/ Instituția de învățământ superior	BABEȘ-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Kar/ Facultatea	TESTNEVELÉS ÉS SPORT KAR/ FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Intézet/ Departamentul	EGYÉNI SPORTOK/ SPORTURI INDIVIDUALE
1.4 Szakterület/ Domeniul de studii	TESTNEVELÉS ÉS SPORT/ EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ
1.5 Képzési szint/ Ciclul de studii	LICENSZ/ LICENȚĂ
1.6 Szak/ Programul de studiu	TESTNEVELÉS ÉS SPORT / EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ

2. A tantárgy adatai/ Date despre disciplină

2.1 A tantárgy neve/ denumirea disciplinei	KOSÁRLABDA – ALAPJAI/ BASCHET– BAZELE GENERALE						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve/ titularul de curs	dr.MANASSES ILDIKO, adjunktus lect.dr. MANASSES ILDIKO						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve/titularul de seminar/ laborator	dr.MANASSES ILDIKO, adjunktus lect.dr. MANASSES ILDIKO						
2.4 Tanulmányi év/ Anul de studiu	II	2.5 Félév/ semestrul	4	2.6. Értékelés módja/ Forma de evaluare	V E	2.7 Tantárgy típusa/ Regimul disicplinei	OB OB

3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszám))/ Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Heti óraszám/ Nr ore pe săptăm.	4	melyből: 3.2 előadás din care curs	2	3.3 szeminárium/labor	2
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám Total ore din planul de înv.	56	melyből: 3.5 előadás din care curs	28	3.6 szeminárium/labor	28
A tanulmányi idő elosztása/ distribuția fondului de timp:					óra ore
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása/ Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					28
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás/ Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása/ Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					12
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás))/ Tutoriat					8
Vizsgák/ Examinări					4
Más tevékenységek/ Alte activități:					4
3.7 Egyéni munka össz-óraszám/	70				

Total ore studiu individual	
3.8 A félév össz-óraszám/ Total ore pe semestru	125
3.9 Kreditszám/ Nr de credite	5

4. Előfeltételek (ha vannak)/ Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 Tantervi/ de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> Nincs előfeltétel
4.2 Kompetenciabeli/ de competențe	<ul style="list-style-type: none"> Nincs előfeltétel

5. Feltételek (ha vannak))/ Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei/ De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> A hallgatók nem zavarják meg a kurzust olyan beszélgetésekkel, amelyek nem kapcsolódnak a kurzus témájához, vagy elektronikus eszközök használatával. Mind az interperszonális interakció, mind a mobil eszközök használata csak a kurzus interakciójának részeként engedélyezett, amennyiben erre szükség van. A diákok késése az órákra nem fogadható el. A diákok tiszteletben tartják a fegyelmi szabályokat. Studentii nu vor perturba desfășurarea cursului prin discuții care nu au legătură cu tema cursului sau prin utilizarea de dispozitive electronice. Atât interacțiunea interpersonală, cât și utilizarea dispozitivelor mobile sunt permise doar ca parte a interacțiunii aferente cursului, în măsura în care li se solicită acest lucru. Nu va fi acceptată întârzierea studenților la orele de curs. Studentii vor respecta regulile de disciplina.
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei/ De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> A gyakorlati órákon való aktív részvétel, a hallgatók késése a gyakorlati órákra nem fogadható el. A diákok tiszteletben tartják a fegyelmi szabályokat. A gyakorlati órákon való részvételi kötelezettség 80%. Szabályos kosárlabdaterem, kosárlabdák , mezek, zsalonok és más segédeszközök Participarea activă la lucrările practice, nu va fi acceptată întârzierea studenților la orele practice. Studentii vor respecta regulile de disciplina. Obligatorietatea participării este de 80% la lucrările practice. Sală de sport dotată cu panouri de baschet, mingi, jaloane, tricouri și alte obiecte ajutătoare.

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák/Competențele specifice acumulate

Szakmai kompetenciák/ Kompetențe profesionale	Competențe profesionale <ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar; • Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive • Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport • Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă;
Transzverzális kompetenciák/ Competențe transversale	Competențe transversale <ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de activități sportive și de educație fizică pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; • Cooperarea - în condiții de eficiență și eficacitate - în echipe profesionale interdisciplinare pentru organizarea și desfășurarea proiectelor și a programelor în domeniul Educației fizice și sportului; • Operarea cu programe informatice; documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională;

7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján) / Obiectivele disciplinei
(reieșind din grila competențelor acumulate)

<p>7.1 A tantárgy általános célkitűzése/ Obiectivul general al disciplinei</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A kosárlabda játék elméleti és gyakorlati ismereteinek elsajátítása, legfontosabb elemeinek megtanulása és sajátos technikai eszközeinek rögzítése, valamint játékszabályával kapcsolatos fogalmak ismertetése. • A hallgató képes megérteni és megmagyarázni az oktatás folyamatait, jelenségeit és trendjeit, felhasználva azokat saját tevékenységében a testnevelésre és a sportra jellemző oktató-oktatási megközelítésekben; • A hallgató képes kezelni a diákok közötti, valamint a diákok és a tanár közötti kapcsolatokat; • A hallgató sikerül kezelnie a kommunikációs és viselkedési problémákat, aktív munkakörnyezetet teremtve a hallgatók biopszichoszociális fejlődéséhez; • A hallgató hatékonyan kommunikálhat nemzetközi nyelven a szakmai környezetben; • Dobândirea cunoștințelor teoretice și practice privind învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice în jocul de baschet, precum și a principalelor noțiuni de regulament. • Absolventul are capacitatea de a înțelege și de a explica procesele, fenomenele și tendințele din educație, utilizându-le în propriile activități și demersuri instructiv-educative specifice educației fizice și sportului; Absolventul este capabil să gestioneze relațiile dintre elevi, precum și pe acelea dintre elevi și profesor;
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Absolventul este capabil să gestioneze relațiile dintre elevi, precum și pe acelea dintre elevi și profesor; • Absolventul reușește să gestioneze eventualele probleme de comunicare și de comportament, creând un mediu activ de lucru benefic dezvoltării biopsihosociale a elevilor; • Absolventul poate comunica eficient într-o limbă de circulație internațională în mediul profesional;
<p>7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései/ Obiectivele specifice</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Az alapvető eljárások, valamint az alapvető gyakorlati tevékenységek megismerése és technikai elsajátítása • A diákok módszertani-gyakorlati képességeinek a fejlesztése és ezek alkalmazása a testnevelés és sport órákon úgy, hogy a szabadidős foglalkozásokon is alkalmazhatók legyenek • A helyes szaknyelv használatára való nevelés és ennek megfelelő alkalmazása a testnevelés órákon és a szabadidős tevékenységekben • A hallgató rendelkezik a szükséges ismeretekkel a testnevelési és sporttevékenységek programjainak és óráinak tervezéséhez, előkészítéséhez és megvalósításához a tanolók számára. • A hallgató rendelkezik a szükséges ismeretekkel ahhoz, hogy helyesen és hatékonyan értékelje mind a fizikai fejlődést, mind a motoros készségeket, figyelembe véve a testnevelés és a sport sajátos követelményeit. • A hallgató koherensen leírhatja és helyesen bemutathatja a testnevelésre és a sportra jellemző működési rendszereket, figyelembe véve a különböző korcsoportokat. • A hallgató bizonyítja, hogy képes megfelelően értékelni a résztvevők felkészültségi szintjét a javasolt testnevelési és sporttevékenységekben. • Cunoașterea și stăpânirea procedurilor tehnice de bază și a activităților practice de bază • Dezvoltarea deprinderilor metodologice și practice ale elevilor și aplicarea lor la orele de educație fizică și sport, astfel încât acestea să poată fi aplicate și în activitățile de petrecere a timpului liber • Educarea în utilizarea corectă a limbajului tehnic și aplicarea corespunzătoare a acestuia în orele de educație fizică și activitățile de agrement • Absolventul are cunoștințele necesare pentru a planifica, a pregăti și a oferi programe și lecții în cadrul activităților de educație fizică și sport pentru elevi. • Absolventul dispune de cunoștințele necesare pentru a evalua corect și eficient, atât dezvoltarea fizică, cât motricitatea, în cadrul procesului ținând cont de cerințele specifice Educației fizice și sportului. • Absolventul poate descrie coerent și demonstra corect sistemele operaționale specifice Educației fizice și sportive, ținând cont de

	<p>diferitele grupe de vârstă.</p> <ul style="list-style-type: none"> Absolventul demonstrează că are capacitatea de a evalua corespunzător nivelul de pregătire a participanților la activitățile propuse de educație fizică și sport.
--	--

8. A tantárgy tartalma/ Conținuturi

8.1 Előadás/ Curs	Didaktikai módszerek/ Metode de predare	Megjegyzések/ observații
A kosárlabda játék története/ Istoria jocului de baschet	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Kosárlabda elmélet/ Teoria baschetului	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Kiválasztás (szelekció) a kosárlabdában/ Selecție în baschet	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
A kosárlabda modszeretana/ Metodica baschetului	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Technika a kosárlabdában/ Tehnica în baschet	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Technika a kosárlabdában (labda nélkül)/ Tehnica în baschet (fără minge)	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Technika a kosárlabdában (labdával)/ Tehnica în baschet (cu minge)	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Taktika a kosárlabdában/ Tactica în baschet	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Egyéni taktika/ Tactica individuală	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Elemi kollektív taktika/ Tactica colectivă	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Csapat taktika, játék rendszerek/ Tactica echipei, sisteme de joc	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
A versenyszerűen űzöt kosárlabda alapjainak megteremtése/Bazele baschetului competițional	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
A hazai bajnoki rendszer és a bajnokságok megszervezésének szabályai/ Sistemul ligii interne și regulile de organizare a campionatelor	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
Szabályok a kosárlabdában/ Regulament în baschet	Interaktiv előadás/ Curs interactiv	2 óra/ 2 ore
		Összesen: 28 óra/ Total: 28 ore

Könyvészet / Bibliografie

- Manasses,I.,Vizi,S.,** (2013) – A kosárlabda alapjai, Curs teoretic și lucrări practice pentru studenții de la specializarea educație fizică și sportivă curs de zi, FEFS Cluj Napoca
- Moanță, A.,** (2005) – Baschet metodică, Ed. Alpha, București.
- Moanță,A.,** (2000) – Pregătirea fizică în jocul de baschet, PRO- Editura.
- Negulescu, C.,** (1997) – Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet, Ed. ANEFS, București.
- Páder –Verbényi:** A kosárlabda. Tankönyvkiadó, Budapest, 1952
- Pop,H., Roman,Gh.,** (2001) – Baschetul în școală, Ed. Quo Vadis, Cluj-Napoca.
- Pop,H., Roman, Gh.,** (2007) – Baschetul în învățământul gimnazial și liceal, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.

8. **Pop, H.**, (1996) – Învățați baschet fără profesor, Ed. Dacia, Cluj-Napoca
 9. **Predescu, T.**, (2000) – Baschet-curs de bază, Ed. ANEFS, București.
 10. **Predescu, T., Moanță, A.**, (2001) _ Baschetul în școală. Instruire-învățare. Ed. Semne, Bucur/ observații ești.
 11. **Sabău, E.**, (2003) – Jocuri de mișcare-fundamente teoretice și practice. Ed. ARVIN PRESS, București
 12. **Szabó János:** A kosárlabdázás módszertana. Sportkönyvkiadó, Budapest, 1961.

8.2 Szeminárium / Labor/ seminarii/ laborator	Didaktikai módszerek/ Metode de predare	Megjegyzések/ observații
1. Követelmények bemutatása, csoport szervezése, ellenőrzése és szintvonala\ Prezentarea cerințelor, organizarea și verificarea nivelului grupei	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore
2. Alapállás védekezésben és támadásban. Helyezkedések és mozgások a pályán (oldalazó lépés)/ Poziția de fundamentală defensivă și ofensivă. Deplasare și demarcare (deplasare laterală)	Magyarázat, bemutatás, , ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore
3. A labda fogása, labdaátvétel. Átadások (helyből és mozgásból)/ Ținerea mingii, prinderea mingii. Pase (de pe loc și din mișcare)	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore
4. Labdavezetés. Irányváltoztatások./ Conducerea mingii(dribling). Schimbări de direcție.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore
5. Megállások (egy és két ütemben)/ Opriri (într-un timp și în doi timpi)	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore
6. Kosárra dobások állóhelyből/ Aruncări la coș de pe loc.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	4 óra/ 4 ore
7. Kosárra dobás labdavezetéssel, átadással./ Aruncări la coș precedate de dribling și de pase.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	4 óra/ 4 ore
8. Helyezkedés támadásban és védekezésben/ Demarcare ofensivă și defensivă.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra 2 ore
9. Betörések. Indulások(hosszú és rövid)/ Pătrunderi. Depășiri(depășire lungă, depășire scurtă).	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore

10. Támadó lepattanó, vedő lepattanó/ Recuperare ofensivă, recuperare defensivă.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore
11. Támadasi rendszerek/ Sisteme de atac.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore
12. Védekezési rendszerek/ Sisteme de apărare.	Magyarázat, bemutatás, ismétlés/ Explicație, demonstrație, repetare	2 óra/ 2 ore
		Összesen: 28 óra/ Total: 28 ore

Könyvészet/ Bibliografie

1. **Manasses, I., Vizi, S.**, (2013) – A kosárlabda alapjai, Curs teoretic și lucrări practice pentru studenții de la specializarea educație fizică și sportivă curs de zi, FEFS Cluj Napoca
2. **Moanță, A.**, (2005) – Baschet metodică, Ed. Alpha, București.
3. **Moanță, A.**, (2000) – Pregătirea fizică în jocul de baschet, PRO- Editura.
4. **Negulescu, C.**, (1997) – Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet, Ed. ANEFS, București.
5. **Páder –Verbényi:** A kosárlabda. Tankönyvkiadó, Budapest, 1952
6. **Pop, H., Roman, Gh.**, (2001) – Baschetul în școală, Ed. Quo Vadis, Cluj-Napoca.
7. **Pop, H., Roman, Gh.**, (2007) – Baschetul în învățământul gimnazial și liceal, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca.
8. **Pop, H.**, (1996) – Învățați baschet fără profesor, Ed. Dacia, Cluj-Napoca
9. **Predescu, T.**, (2000) – Baschet-curs de bază, Ed. ANEFS, București.
10. **Predescu, T., Moanță, A.**, (2001) _ Baschetul în școală. Instruire-învățare. Ed. Semne, București.
11. **Sabău, E.**, (2003) – Jocuri de mișcare-fundamente teoretice și practice. Ed. ARVIN PRESS, București
12. **Szabó János:** A kosárlabdázás modszeretana. Sportkönyvkiadó, Budapest, 1961

9. Az episztemikus közösségek képviselői, a szakmai egyesületek és a szakterület reprezentatív munkáltatói elvárásainak összhangba hozása a tantárgy tartalmával./ Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

- A tantárgy tartalma megegyezik a közösségi képviselők, a szakmai szervezetek és a munkaadók elvárásaival (Tanfelügyelőség, sportklubok, középiskolák és általános iskolák), amely megfelel az iskolai tanterveknek./
- Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

10. Értékelés/ Evaluare

Tevékenység típusa/ Tip activitate	10.1 Értékelési kritériumok Criterii de evaluare	10.2 Értékelési módszerek/ Metode de evaluare	10.3 Aránya a végső jegyben/ Pondere din nota finală
------------------------------------	---	--	--

10.4 Előadás/ Curs	A kosárlabda specifikus fogalmainak megmagyarázása/ Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice jocului de baschet.	Írásbeli felmérés/ Examen scris	40 % 40%
	A szabályzat alapjainak megismerése és bemutatása/ Cunoașterea și prezentarea principalelor noțiuni de regulament.	Írásbeli felmérés/ Examen scris	10 % 10%
10.5 Szeminárium / Labor Seminar sau laborator	A technikai elemek és eljárások helyes végrehajtása a gyakorlati probán/ Execuția corectă a elementelor și procedeele tehnice pentru proba practică;	Gyakorlati felmérés/ Evaluare practică	30 % 30%
	A technikai elemek és eljárások alkalmazása a mérkőzések során/ Punerea în practică în timpul jocului a elementelor și procedeele tehnice.	Gyakorlati felmérés/ Evaluare practică	20 % 20%
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei/ Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • A gyakorlati órákon való részvételi kötelezettség 80%. • A minimum 5(öt)-ös jegy elérése az értékelés minden összetevőinél(az írásbeli vizsgán való részvétel feltétele az 5(öt) -ös jegy megszerzése a gyakorlati vizsgán)./ • Pentru accesul la evaluarea practică finală, este obligatorie prezența la minimum 80% dintre lucrările practice • Obțineți unei note minime de 5 pentru toate componentele evaluării(accesul în examenul scris este condiționat de obținerea notei 5 (cinci) la examinarea practică). 			

Előadás felelőse/ semnătură titular de curs Lect.Dr. Manasses Ildiko	Szeminárium felelőse/ Semnătură titular de seminar/ laborator Lect.Dr. Manasses Ildiko
Tagozatvezető/ Semnătură responsabil program Conf dr Boros Balint Iuliana	Intezetigazgató/ Semnătură director de departament Lector dr. Nuț Ramona Ancuța