

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	
1.4 Szakterület/ Domeniul de studii	
1.5 Képzési szint/ Ciclul de studii	
1.6 Szak / Képesítés/ Programul de studiu/ Calificarea	

2. A tantárgy adatai/ Date despre disciplină

2.1 A tantárgy neve/ denumirea disciplinei	Egészségnevelés és elsősegély/ Educație pentru sănătate și prim ajutor						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve/ titularul de curs	Dr. Kis Erika						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve/titularul de seminar/ laborator	Drd. Chelaru E Hajnal						
2.4 Tanulmányi év/ Anul de studiu	I	2.5 Félév/ semestrul	1	2.6. Értékelés módja/ Tipul de evaluare	V/E	2.7 Tantárgy típusa/ Regimul disicplinei	K/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 învă.	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					20
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás/ Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása/ Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					25
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)/ Tutoriat					
Vizsgák/ Examinări					2
Más tevékenységek/ Alte activități:					

3.7 Egyéni munka össz-óraszám/ Total ore studiu individual	69
3.9 A félév össz-óraszám/ Total ore pe semestru	125
3.10 Kreditszám/ Nr de credite	5

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

4.1 Tantervi/ de curriculum	•
4.2 Kompetenciabeli/ de competențe	•

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"> Laptoppal, videovetítővel és megfelelő szoftverrel (PowerPoint, Word, multimédiás programok, Internet) ellátott előadóterem
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei/ De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> Gyakorlati tevékenységeken való részvétel kötelező

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák/Competențele specifice acumulate

Szakmai kompetenciák/ 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 dezvoltării fizice și a motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice Educației fizice și sportive; Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.
Transverzális kompetenciák / 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.

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

7.1 A tantárgy általános célkitűzése/ Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> Általános egészségvédelmi szabályok kidolgozása és alkalmazása
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései/ Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> A tudomány és technika fejlődésnek környezetünkre gyakorolt hatásainak megismerése egészséges táplálkozás megismerése

- munkacsoportok egészségtanának jellegzetességei
- a gyerek- és serdülőkor egészségügyi jellegzetességeinek megismerése

8. A tantárgy tartalma/ Conținuturi

8.1 Előadás/ Curs	Didaktikai módszerek/ Metode de predare	Megjegyzések/ observații
Bevezetés az egészségtan tanulmányozásába (meghatározás, célkitűzések). Az egészségtan és testnevelési-rehabilitációs tananyagok közti interdiszciplináris kapcsolat.	interaktív, megfigyelés,	2 óra
Egészséges táplálkozás. A szervezete napi tápanyagszükséglete. A napi táplálékadag minőségi és mennyiségi meghatározása.	interaktív, megfigyelés	2 óra
Az élelmiszerek biztonsága. Az élelmiszerek egészségügyi értékelése. Génkezelt élelmiszerek.	interaktív, megfigyelés	2 óra
Az élelmiszerek vitamintartalmának meghatározása. A napi élelmiszeradag vitamintartalmának meghatározása.	interaktív, megfigyelés	2 óra
A szervezet C-vitamin ellátásának szükségessége. Vitaminhiányos betegségek és azok megelőzése	interaktív, megfigyelés	2 óra
Táplálkozás egészségügye. Racionális táplálkozás. Táplálékok kalória tartalma. A szervezet kalóriaigénye.	interaktív, megfigyelés	2 óra
Élelmiszermérgezők és kezelésük. Táplálkozási alapismeretek bemutatása és alkalmazása.	interaktív, megfigyelés	2 óra
A levegő kémiai összetétele és egészségügyi szerepe. A levegőszennyeződés egészségkárosító hatásai. Időjárás és fronthatások értékelése egészségügyi szempontból.	kísérletezés és előadás	2 óra
Az ivóvíz minőségének higiéniai értékelése. A népesség vízellátásának egészségügyi követelményei. A talaj szennyeződésének hatása a szervezetre	interaktív, megfigyelés	2 óra
Az élőhely hatása az emberi szervezetre. Lakáshigiénia. Szellőztetés és megvilágítás higiéniaja. Természetes megvilágítási feltételek jelentősége a fiatal szervezet fejlődésében.	interaktív, megfigyelés	2 óra
Munkaéleti alapismeretek. A fizikai terhelés hatása az emberi szervezetre. Fáradtság és túlerőltetés elkerülésének egészségügyi szabályai.	interaktív, megfigyelés	2 óra
A helyesen megszervezett mozgás és fizikai terhelés jótékony hatásai. Szabadtéri fizikai tevékenységek egészségügye.	interaktív, megfigyelés	2 óra
A gyerek- és serdülőkor egészségügye. A gyerekek és serdülők egészségi állapotának felmérése. Orvosi ellátás jelentősége az oktatási és nevelési intézetekben (iskolák, óvodák higiéniaja).	interaktív, megfigyelés	2 óra
Könyvészet/ Bibliografie		
1. Apostu, S., (2006) Organisme modificate genetic (OMG) folosite în alimentația și sănătatea omului		

și animalelor, Ed. Risoprint, BCU cota CUCCLLEGAL 200702423

2. Ionuț, C., Popa, M., Calfa, C., Sârbu, D., Curșeu, D., Ionuț, V., Laza, V., Năsui, B., (2001) Igiena alimentației și nutriției-noțiuni practice, Ed. Med. Univ. Iuliu Hațieganu, Cluj –Napoca, BCU cota CUCCLLEGAL 200204547
3. Calancea, L., (2002) Nitrați, nitriți, nitrosamine; protecția mediului și sănătatea, Ed. Casa Cărții de Știință, Biblioteca Zoologie cota 17325, Fizan 1067
4. Lozan, A., Holostenco, V., (2008) Organisme modificate genetic și sănătatea umană, Ed. Elan Poligraf, Chișinău, Biblioteca Zoologie 17934

8.2 Szeminárium / Labor/ seminarii/ laborator	Didaktikai módszerek/ Metode de predare	Megjegyzések/ observații
Áramütés	Előadó, megbeszélő	2 óra
Autobalesetek	Előadó, megbeszélő	2 óra
Csonttörések, Rögzítések, Ficam és rándulás	Előadó, megbeszélő	2 óra
Cukorbetegség	Előadó, megbeszélő	2 óra
Égés	Előadó, megbeszélő	2 óra
Rohamok	Előadó, megbeszélő	2 óra
Ujraélesztés, Fulladások, Vérzések	Előadó, megbeszélő	2 óra
Agyvérzés/ Szivinfarktus, Pánikroham	Előadó, megbeszélő	2 óra
Könyvészet/ Bibliografie Stanley M. Zildo-Primul ajutor in starile de urgenta pana la sosirea medicului (2004) Hans Anton Adams, Andreas Flemming, Lars Friedrich, Heiner Ruschulte-Atlas de medicina de urgenta (2014) Mathew Cooke, Ellen Janes, Canor Kelly-Ghid de prim ajutor in cazul leziunile minore (2003) Hornyák István-Elsősegélynyújtás mindenkinek Hornyák István-Elsősegélynyújtás az egészségügyben tanulók számára Pápai Tibor: Elsősegélynyújtás		

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

- Az egészségtani tantárgy, azoknak az alapkészségeknek és képességeknek a fejlesztésére irányul, amelyek a szakmai és munkaerőpiaci követelményeknek, elvárásoknak teljes mértékben megfelelnek.

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	Előadások során elsajátított elméleti ismeretek ellenőrzése	Írásbeli vizsga	60%
10.5 Szeminárium / Labor/ Seminar sau laborator	Gyakorlati tevékenység, projektek bemutatása	Elsősegély technikák felismerése és bemutatása	40 %

10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei/ Standard minim de performanță

- A félévvégi írásbeli dolgozat pontszámának az 50%-át kell elérni
- A félév közti írásbeli dolgozat kötelező
- A gyakorlati vizsgán való részvétel kötelező

Előadás felelőse/ semnătură titular de curs Lector dr. Kis Erika	Szeminárium felelőse/ Semnătură titular de seminar/ laborator Drd. Chelaru Hajnal
Tagozatvezető/ Semătură responsabil program Dr. Boros-Balint Iuliana docens	Intezetigazgató/ Semnătură director de departament Lector dr. Nuț Ancuța