

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 SPORT
1.5 Képzési szint/ Ciclul de studii	LICENȘ/LICENȚĂ
1.6 Szak/ Programul de studiu	GYÓGYTORNA ÉS SPECIÁLIS MOZGÁSKÉSZSÉG/ KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. A tantárgy adatai/ Date despre disciplină

2.1 A tantárgy neve/ denumirea disciplinei	ÚSZÁS ÉS HIDROTERÁPIA/ INOT SI HIDROKINETOTERAPIE						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve/ titularul de curs	Lector universitar dr. BALOGA ISTVÁN						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve/titularul de seminar/ laborator	Lector universitar dr. BALOGA ISTVÁN						
2.4 Tanulmányi év/ Anul de studiu	III	2.5 Félév/ semestrul	5	2.6. Értékelés módja/ Forma de evaluare	E	2.7 Tantárgy típusa/ Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Heti óraszám/ Nr ore pe săptăm.	5	melyből: 3.2 előadás din care curs	2	3.3 szeminárium/labor	3
3.4 Tantervben szereplő össz-óraszám/ Total ore din planul de învă.	70	melyből: 3.5 előadás din care curs	28	3.6 szeminárium/labor	42
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					15
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás/ Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portofóliók, referátumok, esszék kidolgozása/ Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)/ Tutoriat					7
Vizsgák/ Examinări					2
Más tevékenységek/ Alte activități:					2
3.7 Egyéni munka össz-óraszama/ Total					56

ore studiu individual	
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	<ul style="list-style-type: none"> • Atmeno jegy elerese a Gyakorlati probaido vizi környezetben valo kollokviumon/ Promovarea colocviului la disciplina Stagi de aplicatii practice în mediul acvatic
4.2 Kompetenciabeli/ de competențe	<ul style="list-style-type: none"> • Az úszás gyakorlati ismereteinek elsajátítása, legfontosabb elemeinek megtanulása és sajátos technikai eszközeinek rögzítése./ Dobândirea de cunoștințe practice referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice înotului sportiv

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 aktívan részt vesznek a kurzuson, az akadémiai értékek és az etika tiszteletének légkörében./Studentii vor participa activ la curs, într-o atmosferă de respect față de valorile și etica academică.
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei/ De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • A hallgatók átnézik a tananyagot és a kurzushoz kapcsolódó referenciákat, hogy részt vegyenek a gyakorlati munkák során kiváltott vitákban. / Studentii vor parcurge programa si referințele aferente cursului în vederea participării la dezbaterile provocate la lucrările practice.

6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák/Competențele specifice acumulate

Szakmai kompetenciák/ Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare;/ A megalozo, kezelo vagy rehabilitacios beavatkozasi gyogytornaterv megvlositasa. • Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică;/ A beavatkozasi gyogytorna modszereinek es technikainak hasznalata.
Transzverzális kompetenciák / Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de programe kinetoterapeutice pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională;/ Kinetoterapiás programok szervezése különböző életkorú és képzettségi szintű személyek számára szakképzett segítség mellett, a szakmai etikai és deontológiai normák betartásával.

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"> • Az uszas es gyogyuszas elméleti és gyakorlati ismereteinek elsajátítása, legfontosabb elemeinek megtanulása és sajátos technikai
---	--

	eszközeinek rögzítése, valamint a versenyszabályok ismertetése./ Dobândirea de cunoștințe practice referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice înotului și hidrokinetoterapieii..
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései/ Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Az úszásnemek technikájának tokeletesítése./Perfectionarea procedeeilor de inot • A gyógyuszasban alkalmas alapvető eljárások, valamint az alapvető gyakorlati tevékenységek megismerése és technikai elsajátítása / Însușirea cunoștințelor specifice procedeeilor specifice înotului terapeutic; • A helyes szaknyelv használatára való nevelés és ennek megfelelő alkalmazása / Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect

8. A tantárgy tartalma/ Conținuturi

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek/ Metode didactice	Megjegyzések/ Observatii
Bevezeto kurzus, altalanos meghatarozasok./ Curs introductiv definirea conceptelor de bază	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	2 óra/ore
Az úszás technikájában érvényesülő fizikai és biomechanikai elvek. / Fizica fluidelor – hidrostática și hidrodinamica	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	2 óra/ ore
Az uszasnemek technikai leirasa/ Tehnica procedeeilor de inot	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	4 óra/ ore
Gyakori hibak az uszasnemek tanulasanal/ Greseli frecvente la invatarea	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	2 óra/ ore
Hidrotermoterapia./Hidrotermoterapia	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	2 óra/ ore
A gyógyuszasban alkalmazott alapvető eljárások./ Metodologia folosită în hidrokinetoterapie	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	4 óra/ ore
A gyógytornasz szerepe a hidrokinetoterapiaban./ Rolul kinetoterapeutului în programul de hidrokinetoterapie	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	2 óra/ ore
Gyogyuszas a helytelen testtartasok es gerindeformitasok, nyaki es mellkassi deformitasok, csipoizuleti deformitasok, labdeformitasok, belgyogyaszati betegsegek eseten.	Interaktiv kurzus/Curs interactiv	4 óra/ ore
A Halliwick metodus, A Bad-Ragaz metodus, Az Ai Chi es Watsu metodus./Metoda Hallwick, A Bad-Ragaz, Ai Chi si Watsu	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	4 óra/ ore
Gyogyuszas terhesseg alatt es baba uszas/ Hidrokinetoterapia pre si post natal; Hidrokinetoterapia la nou nascuti	Interaktiv kurzus/ Curs interactiv	2 óra/ ore
		Összesen/Total: 28

		óra/ore
Könyvészet/Bibliografie:		
<ol style="list-style-type: none"> Bíltac G., Rusu L. – (2008). <i>Hidrokinetoterapia</i>. Craiova:Universitaria. Davis, B.C., Harrison, R.A. – (1998). <i>Hydrotherapy in practice</i>. New York:Churchill Livingstone. Duma E. – (1997). <i>Deficiențele de dezvoltare fizică</i>. Cluj-Napoca:Argonaut. Gamper, U.N. – (1995). <i>Wasserspezifische Bewegungstherapie und Trening</i>. Stuttgart, Jena, New York:Gustav Fischer. Hay, J. – (1993). <i>The Biomechanics of Sport Techniques – 4th edition</i>. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall. Somogyine Kuti Ilona- (1998) <i>Gyógyuszas</i>, Flaccus Kiado KFT, Budapest. Szatmary L., Pop N.H., Zamora E. – (2005). <i>Elemente de hidrokinetoterapie și înot terapeutic</i>. Cluj-Napoca:Risoprint. Tóth, Á., <i>Az úszás tankönyve</i>, Dabasi nyomda Zrt., Budapest, 2008. 		
8.2 Szeminárium / Labor/Seminar/Laborator	Didaktikai módszerek/ Metode de predare	Megjegyzések/Observatii
1. A négy úszásnem technikájának ismertetése./ Recapitularea procedeeilor înotului sportiv	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	6 óra/ ore
2. Általános szempontok a hidrokinetoterápiás módszerek gyakorlati alkalmazásához/ Aspecte generale privind aplicarea practică a metodelor hidrokinetoterapie	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	6 ora/ore
3. Kyphosis/Cifoza	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
4. Laposhat/Spate plan	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
5. Scoliosis, Lordosis./Scolioza, Lordoza	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
6. Torticollis, Sprengel fele deformitas./ Torticollis, Deformitatea Sprengel	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
7. Tolcser mell es tyuk mell./Deformari ale cutiei toracice	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
8. Csipocicam/Luxatia coxofemurala	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
9. Labboltozat sullyedes, Dongalab/Picior plat si hemiplezie	Magyarázat, bemutatás/	3 óra/ ore

	Explicatie, demonstratie	
10. X-lab es O-lab./Genuvalgum si genuvarum	Magyarázat, bemutatás Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
11. Elhizottak gyógyuszasa, Magas vernyomas./Obesitate; Hipertensiune arteriala	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
12. Vegetativ distonia, Asthma bronchiale./Distonie vegetativa; Astm bronsic	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
13. Csokkentlatok./Myopia	Magyarázat, bemutatás/ Explicatie, demonstratie	3 óra/ ore
		Összesen/total: 42 óra/ore

Könyvészet/Bibliografie:

1. **Biltac G., Rusu L. – (2008).** *Hidrokinetoterapia*. Craiova:Universitaria.
2. **Davis, B.C., Harrison, R.A. – (1998).** *Hydrotherapy in practice*. New York:Churchill Livingstone.
3. **Duma E. – (1997).** *Deficiențele de dezvoltare fizică*. Cluj-Napoca:Argonaut.
4. **Gamper, U.N. – (1995).** *Wasserspezifische Bewegungstherapie und Training*. Stuttgart, Jena, New York:Gustav Fischer.
5. **Hay, J. – (1993).** *The Biomechanics of Sport Techniques – 4th edition*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
6. **Somogyine Kuti Ilona-** (1998) *Gyógyuszás*, Flaccus Kiado KFT, Budapest.
7. **Szatmary L., Pop N.H., Zamora E. – (2005).** *Elemente de hidrokinetoterapie și înot terapeutic*. Cluj-Napoca:Risoprint.
8. **Tóth, Á.,** *Az úszás tankönyve*, Dabasi nyomda Zrt., Budapest, 2008.

9. Az epiztemikus 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 megerositi a közösség képviselőinek elvárásait, (Tanfelügyelőség, Gyogytornaszok Szovetsege, Kozpontok, Iskolák) betartva a liceumi programok követelményeit./ Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor din domeniul kinetoterapie

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 finala
10.4 Előadás/Curs	A gyógyúszás	Írásbeli	50 %

	specifikus fogalmainak megmagyarázása/ Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice hidrokinetoterapiei	felmérés/Evaluare scrisa	
10.5 Szeminárium / Labor/ Seminar/Laborator	Gogyuszasra alapozott lecketerv elsajátítása és bemutatása / Elaborarea și susținerea practică a unui protocol de hidrokinetoterapie	Gyakorlati felmérés/Evaluare practica	25 %
	A technikai elemek és eljárások helyes végrehajtása gyakorlatban/ Descrierea obiectivelor și execuția corectă a elementelor tehnice pentru proba practică	Gyakorlati felmérés/Evaluare practica	25 %
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei/Standarde minime de performanta			
<ul style="list-style-type: none"> Az oktatási-nevelési célkitűzések és a program által előírt gyakorlatok eszköztárának ismerete és alkalmazása a gyógytornasz által./Identificarea elementelor adecvate legate de eficiența, responsabilitatea și etica profesională a kinetoterapeutului. 			

Előadás felelőse/ semnătură titular de curs Lector universitar dr. Baloga István	Szeminárium felelőse/ Semnătură titular de seminar/ laborator Lector universitar dr. Baloga István
Tagozatvezető/ Semătură responsabil program Conferențiar universitar dr. Boros-Bálint Julianna	Intezetigazgató/ Semnătură director de departament Prof.univ.dr. Ciocoi-Pop Dumitru Rareș