

## A TANTÁRGY ADATLAPJA

### 1. A képzési program adatai/ Date despre program

1.1 Felsőoktatási intézmény/ Instituția de învățământ superior	BÁBES-BOLYAI TUDOMÁNYEGYETEM UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Kar/ Facultatea	TESTNEVELÉS ÉS SPORT KAR/ FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Tanszék/ Departamentul	SPORTJÁTEKOK
1.4 Szakterület/ Domeniul de studii	TESTNEVELÉS ÉS SPORT
1.5 Képzési szint/ Ciclul de studii	ALAPKÉPZÉS
1.6 Szak/ Programul de studiu	TESTNEVELÉS ÉS SPORT

### 2. A tantárgy adatai/ Date despre disciplină

2.1 A tantárgy neve/ denumirea disciplinei	A kézilabda oktatásának módszertana az iskolában						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve/ titularul de curs	Lect. Dr. Gherman Alexandru Andrei						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve/titularul de seminar/ laborator	Lect. Dr. Gherman Alexandru Andrei						
2.4 Tanulmányi év/ Anul de studiu	I	2.5 Félév semestru	6	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.	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.	48	melyből: 3.5 előadás/ din care curs	24	3.6 szeminárium/labor	24
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					10
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás/ Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portfóliók, referátumok, esszék kidolgozása/ Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)/ Tutoriat					10
Vizsgák/ Examinări					10
Más tevékenységek/ Alte activități: .....					10
3.7 Egyéni munka össz-óraszama/ Total ore studiu individual			60		
3.9 A félév össz-óraszama/ 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	Akadémiai viselkedés és a tanár által megkövetelt feltételek teljesítése
4.2 Kompetenciabeli/ de competențe	Kézilabdára jellemző motoros és technikai kifejezőképesség

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

5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei/ De desfășurare a cursului	Civilizált kommunikáció, pontosság és együttműködés elengedhetetlen a produktív oktatási környezethez.
5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei/ De desfășurare a seminarului/laboratorului	Aktív részvétel: A gyakorlati órákon való aktív részvétel kötelező. Indokolatlan hiányzások büntetéssel járnak. Indokolt hiányzások esetén a hallgatóknak megfelelő igazolásokat kell bemutatniuk. Felszerelés: A hallgatóknak megfelelő sportfelszerelést kell viselniük (melegítő, póló, rövidnadrág, tiszta talpú sportcipő). A megfelelő felszerelés hiánya a részvétel megtagadásához és hiányzásként való nyilvántartásba vételéhez vezet. Biztonság: A biztonsági előírások betartása kötelező. Minden veszélyes vagy felelőtlen viselkedés büntetést von maga után.

**6. Elsajátítandó jellemző kompetenciák/Competențele specifice acumulate**

<b>Szakmai kompetenciák/ Competențe profesionale</b>	<b>Szakmai kompetenciák</b> Alapvető tartalmak moduláris tervezése és szervezése interdiszciplináris megközelítéssel. Az integrált tanterv és az oktatási környezet szervezése interdiszciplináris hangsúllyal. A fizikai fejlődés és a motorosság értékelése az adott testnevelési és sport célkitűzéseinek megfelelően. Az adott korcsoportokra jellemző testnevelési és sport rendszerek leírása és bemutatása. Az oktatási tevékenységek résztvevőinek felkészültségi szintjének értékelése. A sport területére jellemző menedzsment és marketing elemek használata.
<b>Transzverzális kompetenciák / Competențe transversale</b>	<b>Átfogó kompetenciák</b> Sport és testnevelési tevékenységek szervezése különböző korú és felkészültségi szintű személyek számára, szakmai etikával és deontológiával. Hatékony és eredményes együttműködés interdiszciplináris szakmai csapatokban az oktatási és sport projektek és programok megszervezésére és lebonyolítására. Informatikai programok használata; dokumentálás és kommunikáció egy nemzetközi nyelven.

**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	A végzős rendelkezik a sport és szabadidős tevékenységek szervezéséhez szükséges ismeretekkel, hogy az érintett személyek elégedettek és motiváltak legyenek. A menedzsment ismeretei alapján a végzős képes projekteket koordinálni és irányítani, döntési képességgel, kritikai és innovatív gondolkodással, vezetői kvalitásokkal, csapatmunkával és digitális kompetenciákkal. Interkulturális oktatási stratégiákat alkalmaz, és képes megérteni és magyarázni az oktatás folyamatait és trendjeit, valamint hatékonyan kezelni a diákok és tanárok közötti kommunikációs és viselkedési problémákat.
---	--

7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései/ Obiectivele specifice	<p>A végzős rendelkezik a testnevelési és sport programok és órák tervezéséhez, előkészítéséhez és lebonyolításához szükséges ismeretekkel.</p> <p>Képes kiválasztani, kombinálni és alkalmazni a megszerzett ismereteket és kompetenciákat az oktatási tevékenységek tervezéséhez, szervezéséhez és megvalósításához a testnevelés és sport módszereivel.</p> <p>Képes tantárgyi egységek és szekvenciák kidolgozására interdiszciplináris kapcsolatok alapján.</p> <p>Képes hatékonyan és helyesen értékelni a fizikai fejlődést és a motorosságot az oktatási folyamatban a testnevelés és sport követelményeinek figyelembevételével.</p> <p>Képes összefüggően leírni és helyesen bemutatni a testnevelési és sport rendszereket különböző korcsoportok számára.</p> <p>Képes megfelelően értékelni a résztvevők felkészültségi szintjét az ajánlott testnevelési és sport tevékenységek során.</p> <p>Képes megmagyarázni a testnevelés és sport főbb módszereit és eljárásait, ezzel hozzájárulva az oktatási folyamat és a tanulási helyzetek menedzseléséhez.</p> <p>Képes a sport területén kockázatkezelést alkalmazni.</p> <p>Képes célzott marketing intézkedéseket alkalmazni, amelyek eredményeként növekszik a testnevelési és sport tevékenységekben részt vevők száma.</p>
--	--

## 8. A tantárgy tartalma/ Conținuturi

8.1 Előadás/ Curs	Didaktikai módszerek/ Metode de predare	Megjegyzések/ observații
Az alapvető támadás és védelem oktatásának módszertana. Mozgás a pályán	Interaktív előadás	2 óra
A labda tartásának, elkapásának és passzolásának oktatási módszertana	Interaktív előadás	2 óra
A cselezés, a trükkök és megtévesztő mozdulatok oktatásának módszertana	Interaktív előadás	2 óra
A kapura lövések oktatása (Adogatott lépéssel, keresztlépéssel és ugrással)	Interaktív előadás	2 óra
A labda elvétele az ellenféltől. Lövések blokkolása. Az ellenfél támadása,	Interaktív előadás	2 óra
Az I. fázis oktatása - Ellentámadás	Interaktív előadás	2 óra
A II. fázis oktatása - Fenntartott ellentámadás	Interaktív előadás	4 óra
A IV. fázis oktatása - Rendszerjáték	Interaktív előadás	4 óra
A védekezési rendszerek oktatása: 6+0, 5+1, 4+2, 3+2+1 ember ember ellen	Interaktív előadás	4 óra
Összes		24 óra

### Könyvészet/ Bibliografie

1. BOTA, I., BOTA, M. (1990), Handbal. 500 exerciții pentru învățarea jocului, Editura Sport-Turism, București
2. CSONDOR, G. (1986), Handbal. Instruirea echipelor școlare, Editura Sport-Turism, București
3. GHERMAN, A. (2024), Metodica predării handbalului în școală, Curs Intern
4. GOMBOȘ, L. ZAMFIR, GH. (2009) Handbal. Teorie și metodică, FEFS, UBB Cluj-Napoca
5. GOMBOȘ, L., ZAMFIR GH., GHERMAN AL. (2010), Handbal. Curs de specializare anul III, FEFS, UBB Cluj-Napoca
6. SOTIRIU, R. (1998) Handbal, Teorie și Metodică, Editura Garold, București
7. VICK, W. (1995) Pregătirea de handbal în sală, Ed. CCPS, București, 1995
8. ZAMFIR, GH., FLOREAN, M., TONIȚA, T. (2000) Handbal. Inițiere-Consolidare, Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca

8.2 Szeminárium / Labor/ seminarii/ laborator	Didaktikai módszerek/ Metode de predare	Megjegyzések/ observații
Az alapvető támadó és védelmi helyzet oktatásának módszertana. Mozgás a pályán	Magyarázat és bemutató	2 óra
A labda tartásának, elkapásának és passzolásának oktatási módszertana	Magyarázat és bemutató	2 óra
A cselezés, a trükkök és megtévesztő mozdulatok oktatásának módszertana	Magyarázat és bemutató	2 óra
A kapura lövések oktatása (lépéssel, keresztlépéssel és ugrással)	Magyarázat és bemutató	2 óra
A labda elvétele az ellenféltől. Lövések blokkolása. Az ellenfél támadása, amikor birtokolja a labdát.	Magyarázat és bemutató	2 óra
Az I. fázis oktatása - Ellentámadás	Magyarázat és bemutató	4 óra
A II. fázis oktatása - Fenntartott ellentámadás	Magyarázat és bemutató	4 óra
A IV. fázis oktatása - Rendszerjáték	Magyarázat és bemutató	4 óra
A védekezési rendszerek oktatása: 6+0, 5+1, 4+2, 3+2+1 ember ember ellen	Magyarázat és bemutató	2 óra
Összes		24 óra
<p>Könyvészet/ Bibliografie</p> <p>BOTA, I., BOTA, M. (1990), Handbal. 500 exerciții pentru învățarea jocului, Editura Sport-Turism, București</p> <p>2. CSONDOR, G. (1986), Handbal. Instruirea echipelor școlare, Editura Sport-Turism, București</p> <p>3. GHERMAN, A. (2024), Metodica predării handbalului în școala, Curs Intern</p> <p>4. GOMBOȘ, L. ZAMFIR, GH. (2009) Handbal. Teorie și metodică, FEFS, UBB Cluj-Napoca</p> <p>5. GOMBOȘ, L., ZAMFIR GH., GHERMAN AL. (2010), Handbal. Curs de specializare anul III, FEFS, UBB Cluj-Napoca</p> <p>6. SOTIRIU, R. (1998) Handbal, Teorie și Metodică, Editura Garold, București</p> <p>7. VICK, W. (1995) Pregătirea de handbal în sală, Ed. CCPS, București, 1995</p> <p>8. ZAMFIR, GH., FLOREAN, M., TONIȚA, T. (2000) Handbal. Inițiere-Consolidare, Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca</p>		

**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 összhangban van a szakmai közösség, a szakmai egyesületek és a képviselő munkáltatók (Megyei Iskolai Felügyelőség, Iskolai Sportklubok, Gimnáziumok és Általános Iskolák) elvárásaival, megfelel a közoktatási tanterv követelményeinek.

## 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 kézilabdára vonatkozó specifikus fogalmak és ismeretek helyes magyarázata	Írásbeli értékelés	60%
10.5 Szeminárium / Labor/ Seminar sau laborator	A didaktikai projekt elkészítése és tartalmának betartása az órák vezetése során	Gyakorlati értékelés	40%
<p>10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei/ Standard minim de performanță</p> <p><b>Aktív Részvétel az Órákon és Szemináriumokon</b>            Kötelező jelenlét az órák és szemináriumok legalább 70%-án.            Aktív részvétel a megbeszéléseken és a gyakorlati tevékenységekben az órák során.</p> <p><b>Alapvető Elméleti Ismeretek</b>            A kézilabda oktatásának alapvető elveinek azonosítása és magyarázata.            Az oktatási módszerek leírása minden életkor és képesség szintjére.            Az órák és óratervek felépítésének megértése kezdők számára.</p> <p><b>Alapvető Gyakorlati Készségek</b>            A kézilabda alapvető technikáinak helyes bemutatása: passzolás, cselezés, kapura lövés és védekezés.            Az oktatási módszerek gyakorlati alkalmazása szimulált oktatási helyzetekben.</p> <p><b>Gyakorlati Értékelés</b>            A gyakorlati készségek értékelése az oktató által szervezett speciális gyakorlatokon és szimulált oktatási helyzeteken való részvétel alapján.            A minimális teljesítmény a helyes technikák végrehajtását és az oktatási módszerek hatékony bemutatását jelenti.</p> <p><b>Elméleti Értékelés</b>            A félév végén írásbeli vizsga, amely a tanult elméleti anyagot fedi le.            A vizsga minimális átmenő jegye 5 a 10-ből.</p>			

Előadás felelőse/ semnătură titular de curs  
 Lect. Dr. Gherman Alexandru Andrei

Szeminárium felelőse/ Semnătură titular de seminar/ laborator  
 Lect. Dr. Gherman Alexandru Andrei

Tagozatvezető/ Semătură responsabil program

Intézetigazgató/ Semnătură director de departament

Conf. Dr. Boros-Balint Iuliana

Lect.dr. Nuț Ramona Ancuța