

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 Tanszék/ Departamentul de Sporturi Individuale
1.4 Szakterület/ Domeniul de studii	Testnevelés és sport/ Educație fizică și sport
1.5 Képzési szint/ Ciclul de studii	Alapképzés/ Licență
1.6 Szak / Képesítés/ Programul de studiu	Testnevelés és sport szak/ Educație fizică și sportivă

2. A tantárgy adatai/ Date despre disciplină

2.1 A tantárgy neve/ denumirea disciplinei	Testnevelés és sport elmélet és módszertan/Teoria și metodică educației fizice și sportului						
2.2 Az előadásért felelős tanár neve/ titularul de curs	Dr. Boros-Balint Iuliana, egyetemi docens						
2.3 A szemináriumért felelős tanár neve/titularul de seminar/ laborator	Dr. Balla Béla József, egyetemi adjunktus						
2.4 Tanulmányi év/ Anul de studiu	I	2.5 Félév/ semestrul	2	2.6. Értékelés módja/ Tipul de evaluare	V/E	2.7 Tantárgy típusa/ Regimul disciplinei	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.	58	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					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					24
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)/ Tutoriat					14
Vizsgák/ Examinări					2
Más tevékenységek/ Alte activități:					
3.7 Egyéni munka össz-óraszám/ Total ore studiu individual	70				

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"> • Nincs/ nu este cazul
4.2 Kompetenciabeli/ de competențe	<ul style="list-style-type: none"> • Nincs/ nu este cazul

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

<p>5.1 Az előadás lebonyolításának feltételei/ De desfășurare a cursului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Multimédia eszközökkel felszerelt előadó terem. • A kurzuson a jelenlétnek min. 50%-at kell teljesítse a diák. Ez egy előfeltétel a vizsgára való jelentkezéshez. • A kurzuson a telefon használata kizárólag csak akkor engedélyezett ha az az óra feltételeihez kapcsolódik. • Az óra elején max 10 percet késhet a diák, a további késés hiányzást von maga után. • Az órán a diák magaviseleti kihágásai az óráról való kizárást vonja maga után és hiányzással jelölendő. • A hallgatók rendelkezésére bocsátott anyag illetéktelen felhasználása tilos. <p>Sală de curs cu echipament multimedia. Prezența la curs în proporție de 50 % este obligatorie. Este una dintre condițiile de a primi studentul la examenul din sesiune. La curs folosirea telefoanelor mobile este interzisă, excepție dacă tema cursului presupune folosirea lor. Se admite max. 10 minute de întârziere la curs, depășirea acestui timp presupune notarea studentului cu absență. Abaterile comportamentale se sancționează cu excluderea de la curs a studentului și notarea cu absență. Utilizarea neautorizată a materialelor puse la dispoziția studenților este interzisă.</p>
<p>5.2 A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei/ De desfășurare a seminarului/laboratorului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Multimédia eszközökkel felszerelt előadó/ szeminárium terem. • A szeminariumon a jelenlétnek min. 80%-at kell teljesítse a diák. • A szeminariumon a telefon használata kizárólag csak akkor engedélyezett, ha az az órán megoldandó feladatokhoz kapcsolódik. • Az órán a diák magaviseleti kihágásai az óráról való kizárást vonja maga után és hiányzással jelölendő. • Ha szemináriumi osztályzata a hallgatónak nem éri el az ötöst (5.00) akkor nem jelentkezhet vizsgázni elméletből. <p>Sală de curs cu echipament multimedia. Prezența la curs în proporție de 80 % este obligatorie. Este una dintre condițiile de a primi studentul la examenul din sesiune. La seminar folosirea telefoanelor mobile este interzisă, excepție dacă tema cursului presupune folosirea lor.</p>

	<p>Abaterile comportamentale se sancționează cu excluderea de la curs a studentului și notarea cu absență.</p> <p>Utilizarea neautorizată a materialelor puse la dispoziția studenților este interzisă.</p> <p>În cazul în care studentul la seminar nu minim nota 5 nu poate participa la sesiunea de examene sau restanță.</p>
--	--

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 • Evaluarea nivelului de pregătire a participanților la activitățile de educație fizică și sport
Transzverzális 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 • 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 testnevelés és a sport tevékenység tudományos koncepciójának kialakítása. • A testnevelés és a sport elméleti és gyakorlati ismeretek (felgógások, elméletek) elsajátítása. • Az okatató-nevelő folyamat célkitűzéseinek ismerete és alkalmazása a testnevelés, sport területén.
<p>7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései/ Obiectivele specifice</p>	<ul style="list-style-type: none"> • A diákok gyakorlati-módszertani készségeinek fejlesztése a testnevelés óra/ edzés alkalmazhatósága érdekében. • A megfelelő szaknyelvezet alkalmazásának nevelése. • A saját képességek érvényesítése.

8. A tantárgy tartalma/ Conținuturi

<p>8.1 Előadás/ Curs</p>	<p>Didaktikai módszerek/ Metode de predare</p>	<p>Megjegyzések/ observații</p>
<p>Bevezető óra. A tantárgy adatlap ismertetése. A követelmények feldolgozása. Oră introductivă. Prezentarea Fișei disiciplinei. Prezentarea cerințelor disciplinei.</p>	<p>Beszélgetés/ Discuții</p>	<p>1 alkalom/ 1 curs</p>
<p>A testnevelés és sport területe . Az elméleti gondolkodás fejlődése A testnevelés és sport tudományos alapjai. A</p>	<p>Előadás/ Prelegere</p>	<p>1 alkalom/ 1 curs</p>

testnevelés és sport elmélet és módszertan tudomány tárgya, feladata, helye és céljai (funkciói). Domeniu EFS. Gândirea logică în EFS. Bazele EFS. Rolul, locul și funcțiile EFS-ului în domeniul științific.		
A TSEM alapkifejezései. A testkultúra. A testnevelés és a sport eredete és tárgya (lényeges jegyei), eszménye. Terminologia de bază. Cultura fizică. Scopul, rolul și idealul EFS.	Előadás/ Prelegere	1 alkalom/ 1 curs
A testnevelés és a sport funkciói. A testnevelés és a sport céljai. A román testnevelés és sport rendszer. Funcțiile EFS. Obiectivele EFS. Sistemul național de EFS.	Előadás/ Prelegere	1 alkalom/ 1 curs
A testnevelés és a sport eszközrendszere Mijloacele EFS.	Előadás/ Prelegere	1 alkalom/ 1 curs
A motorikus kapacitás: - készségek és jártasságok: általánosságok, tanulási fázisok, transzfer és interferencia. Capacitatea motrică: - deprinderile și priceperile motrice: generalități, fazele învățării, transferul și interferența.	Előadás/ Prelegere	1 alkalom/ 1 curs
Az alap motorikus készségek; Alkalmazott (utilitáris) készségek. Deprinderile motrice de bază. Deprinderile utilitare aplicative.	Előadás/ Prelegere	1 alkalom/ 1 curs
A motorikus képességek Calitățile motrice.	Előadás/ Prelegere	3 alkalom/ 3 curs
A testnevelés óra/ lecke Lecția de EF.	Előadás/ Prelegere	1 alkalom/ 1 curs
A terhelés Efortul fizic	Előadás/ Prelegere	1 alkalom/ 1 curs
Oktatási módszerek. Didaktikai elvek. Metode de învățare. Principiile didactice.	Előadás/ Prelegere	1 alkalom/ 1 curs
Ismétlő óra. A vizsgára való felkészülés. Oră de recapitulare. Pregătirea examenului.	Beszélgetés/ Discuții	1 alkalom
	Összeg/ total	14 alkalom/ 14 cursuri (28 ore)
Könyvészet/ Bibliografie Báthori B. (1994). <i>A testnevelés elmélete és módszertana</i> . Budapest: Magyar Testnevelési Egyetem Boros-Balint, J (2013). <i>Testnevelés és sport elmélet</i> . [Kézirat], Kolozsvár: BBTE Cârstea Gh (1993). <i>Teoria și metodică educației fizice și sportului</i> . București: Ed. Universul Dragnea A. et al (2000). <i>Teoria Educației Fizice și Sportului</i> . București: Ed. Cartea Școlii 2000 Dragnea A. Et. Al (2006). <i>Educație Fizică și Sport – teorie și didactică</i> . București: FEST Dragnea A. & Bota A. (1999). <i>Teoria Activităților Motrice</i> . București: Ed Didactică și pedagogică, R.A. Dragnea A. (1996). <i>Antrenamentul Sportiv</i> . București: Ed. Didactică și Pedagogică, R.A. Prisztóka Gy. (1998). <i>Testnevelésemélet</i> . Budapest – Pécs: Dialóg Campus Kiadó Sandor I. (2008). <i>Teoria Educației Fizice și Sportului. Curs. Uz intern</i> . Cluj-Napoca Sandor I. (2009). <i>Testnevelésemélet. Kézirat</i> . Kolozsvár		
8.2 Szeminárium / Labor/ seminarii/ laborator	Didaktikai módszerek/ Metode de predare	Megjegyzések/ observații
A tantárgy szemináriumi követelményeinek ismertetése. Prezentarea cerințelor disciplinei la seminarii.	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
A tantárgyi alapfogalmak tisztázása. Clarificarea noțiunilor fundamentale ale domeniului.	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
A testgyakorlatok/Exerciții fizice	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs

A testnevelés oktatásában alkalmazott módszerek Metode de instruire utilizate în predarea educației fizice	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
A Gyorsaság és ennek fejlesztési módszerei Viteza și procedee de dezvoltare ale acesteia	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
Az erő és ennek fejlesztési módszerei Forța și procedee de dezvoltare ale acesteia	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
Az állóképesség és ennek fejlesztési módszerei Rezistența și procedee de dezvoltare ale acesteia	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
A koordinációs képesség és ennek fejlesztési módszerei Coordonarea și procedee de dezvoltare ale acesteia	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
A mozgástanulás folyamata Procesul de învățare motrică	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
Motoros cselekvések elemzése – csoportos gyakorlat Analizarea acțiunilor motrice – exercițiu de grup	Beszélgetés/Conversație	1 alkalom/ 1 curs
Prezentarea proiectelor de grup	Előadások/Prelegeri	2 alkalom/ 2 cursuri
Lección de evaluare	Írásbeli vizsga/Examen scris	2 alkalom/ 2 cursuri
<p>Könyvészet/ Bibliografie</p> <ol style="list-style-type: none"> Gál L. (szerkesztő) (1999). <i>A Sportjátékok Elmélete és Módszertana</i>, I, II, III Kötet. Budapest: Nemzeti Tankönyvkiadó Magyar Gy. (1996). <i>A Testnevelés Elmélete és Módszertana</i>, (1-4.oszt.). Jegyzet, Esztergom Nádori L. (1991). <i>Az Edzés Elmélete és Módszertana</i>. Budapest: Magyar Testnevelési Egyetem. Șiclován I. (1979). <i>Teoria Educației Fizice și Sportului</i>. București: Ed. Sport – Turism Buzás E. (2012). <i>A TESTNEVELÉS ÉS SPORT ELMÉLETE ÉS MÓDSZERTANA Óvodában és az 1 – 4. Oszályban</i>. Egyetemi Jegyzet. Cârstea Gh (2000). <i>Teoria și metodică educației fizice și sportului</i>. București: Ed. AN-DA. Király, T. és Szakály Zs. (2011). <i>Mozgásfejlődés és a motorikus képességek fejlesztése gyermekkorban</i>. Dialog Campus Kiadó. 		

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, Középsiskolák 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	Az előadásokon feldolgozott anyag kikérdezése.	Írásbeli – 50 kérdésből álló ráctest	60 %

	Evaluarea cunoștințelor teoretice (cursului).	<p>Scris – test grile cu 50 de întrebări</p> <p>A vizsga fizikai jelenléttel platformon történik. Minden kérdés 2 pontot ér, így max. 100 pontot lehet elérni (100 p=10 jegy).</p> <p>Examenul se desfășoară prezentă fizică, pe platformă. Fiecare întrebare este notată cu 2 puncte. Punctajul max este de 100 puncte (nota 10).</p>	
10.5 Szeminárium / Labor/ Seminar sau laborator	<p>A szemináriumi csoportos bemutató</p> <p>Prezentarea în grup</p>	<p>A tanártól kapott téma kidolgozására és bemutatására kapott jegy. Értékelési szempontok: alapos, dokumentálódás és forrásmegjelölés, bemutatás minősége, az időkeret kihasználása, a látványos szemléltető anyagok használata.</p> <p>Notă primită pentru elaborarea și prezentarea temei primită de profesor. Criterii de evaluare: documentare amănunțită și precizarea bibliografică a sursei, calitatea prezentării, utilizarea intervalului de timp, utilizarea materialelor ilustrative vizuale.</p>	10 %
	A szemináriumi teszt Testul de seminar	<p>A húszerdésből álló kombinált online tesztre kapott jegy. A kérdések eltérő pontértékkel rendelkeznek. A teszten legalább ötven pontot kell elérni.</p> <p>Notă primită pentru test e online combinat, constând din douăzeci de întrebări. Întrebările au puncte diferite. Cel puțin cincizeci de puncte trebuie obținute la test.</p>	30 %
<p>10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei/ Standard minim de performanță</p> <ul style="list-style-type: none"> • Az okatató-nevelő folyamat célkitűzéseinek ismerete és alkalmazása a testnevelés, sport területén. • A minimum 5-ös jegy elérése az értékelés minden összetevőinél. • Azoknak a hallgatónak, akik nyílt szesszióra, pótvizsgára, jegyemelésre vagy pót-pótvizsgára jelentkeznek, minden tantárgyi követelménynek eleget kell tenniük. <p>Conoșterea și utilizarea obiectivelor istructiv-educative în educației fizică și sport.</p>			

Obținerea notei 5 la toate componentele evaluării.

Studenții care se prezintă în sesiunea deschisă, în sesiunea de restanțe, la mărire de notă sau în sesiunea de lichidări au obligativitatea de a avea îndeplinite condițiile de a intra în procesul de evaluare.

Előadás felelőse/ semnătură titular de curs Dr. Boros-balint Iuliana, egyetemi docens	Szeminárium felelőse/ Semnătură titular de seminar/ laborator Dr. Balla béla József, egyetemi adjunktus
Tagozatvezető/ Semătură responsabil program Dr. Boros-balint Iuliana, egyetemi docens	Intezetigazgató/ Semnătură director de departament Lector dr. Nuț Ancuța