

A TANTÁRGY ADATLAPJA

EGÉSZSÉGNEVELÉS ÉS ELSŐSEGÉLY/ EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR

Egyetemi tanév 2024-2025

1. A képzési program adatai

1.1. Felsőoktatási intézmény	Babeș-Bolyai Tudományegyetem
1.2. Kar	Testnevelési és sport kar
1.3. Intézet	Gyógytorna és elméleti tantárgyak
1.4. Szakterület	Testnevelés és sport
1.5. Képzési szint	Alapképzés
1.6. Tanulmányi program / Képesítés	Gyógytorna és speciális mozgáskészség szak/ Alapképzést végzett (BsC Degree - licențiat)
1.7. Képzési forma	Nappali

2. A tantárgy adatai

2.1. A tantárgy neve		Egészségnevelés és elsősegély/ Educație pentru sănătate și prim ajutor				A tantárgy kódja		YLM0011			
2.2. Az előadásért felelős tanár neve			Dr. Kis Erika, adjunktus								
2.3. A szemináriumért felelős tanár neve			Dr. Chelaru Hajnak, gyógytornász								
2.4. Tanulmányi év		I	2.5. Félév		2	2.6. Értékelés módja		V	2.7. Tantárgy típusa		Köt.

3. Teljes becsült idő (az oktatási tevékenység féléves óraszama)

3.1. Heti óraszám	4	melyből: 3.2 előadás	2	3.3 szeminárium/labor/projekt	2
3.4. Tantervben szereplő összóraszám	56	melyből: 3.5 előadás	28	3.6 szeminárium/labor	28
Az egyéni tanulmányi idő (ET) és az önképzési tevékenységekre (ÖT) szánt idő elosztása:					óra
A tankönyv, a jegyzet, a szakirodalom vagy saját jegyzetek tanulmányozása					25
Könyvtárban, elektronikus adatbázisokban vagy terepen való további tájékozódás					20
Szemináriumok / laborok, házi feladatok, portfóliók, referátumok, esszék kidolgozása					20
Egyéni készségfejlesztés (tutorálás)					2
Vizsgák					2
Más tevékenységek:					-
3.7. Egyéni tanulmányi idő (ET) és önképzési tevékenységekre (ÖT) szánt idő összóraszama					69
3.8. A félév összóraszama					125
3.9. Kreditszám					5

4. Előfeltételek (ha vannak)

4.1. Tantervi	nincs
4.2. Kompetenciabeli	nincs

5. Feltételek (ha vannak)

5.1. Az előadás lebonyolításának feltételei	Laptoppal, videovetítővel és megfelelő szoftverrel (PowerPoint, Word, multimédiás programok, Internet) ellátott előadóterem
5.2. A szeminárium / labor lebonyolításának feltételei	Laptoppal, videovetítővel és megfelelő szoftverrel (PowerPoint, Word, multimédiás programok, Internet) ellátott előadóterem vizsgázni elméletből.

6.1. Elsajátítandó jellemző kompetenciák

Szakmai/kulcs-kompetenciák	• Projektarea 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 clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică; • Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare; • Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică; • Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.
Transzverzális kompetenciák	• Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală;

6.2. Tanulási eredmények

Ismeretek	A hallgató ismeri: - Ismeri az egészségtani fogalmakat és jellegzetességeket. - Ismeri az egészségvédelmi szabályokat; - Ismeri az egészséges táplálkozást; - Ismeri az elsősegélynyújtási eljárásokat; - Ismeri a szaknyelvet.
Képességek	A hallgató képes: - Felmérni a különböző korosztályok egészségi állapotát. - Szabályozni a terhelést fizikai tevékenységben. - Elsősegélynyújtást alkalmazni a különböző krízishelyzetekben.
Felelősség és önállóság	A hallgató képes: - Egészségi tanácsadásra. - Elsősegélynyújtás technikákat önállóan alkalmazni. - Betartani az etikai és a deontológiai szabályokat.

7. A tantárgy célkitűzései (az elsajátítandó jellemző kompetenciák alapján)

7.1 A tantárgy általános célkitűzése	• Általános egészségvédelmi szabályok kidolgozása és alkalmazása
7.2 A tantárgy sajátos célkitűzései	• A tudomány és technika fejlődésnek környezetünkre gyakorolt hatásainak megismerése • egészséges táplálkozás megismerése • munkacsoportok egészségtanának jellegzetességei • a gyerek- és serdülőkor egészségtani jellegzetességeinek megismerése

8. A tantárgy tartalma

8.1 Előadás	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
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.		2 óra
Az élelmiszerek biztonsága. Az élelmiszerek egészségtani értékelése. Génkezelt élelmiszerek.		2 óra
Az élelmiszerek vitamintartalmának meghatározása. A napi élelmiszeradag vitamintartalmának meghatározása.		2 óra
A szervezet C-vitamin ellátásának szükségessége. Vitaminhiányos betegségek és azok megelőzése		2 óra
Táplálkozás egészségtana. Racionális táplálkozás. Táplálékok kalória tartalma. A szervezet kalóriaigénye.		2 óra
Élelmiszermérgezések és kezelésük. Táplálkozási alapismeretek bemutatása és alkalmazása.		2 óra
A levegő kémiai összetétele és egészségtani szerepe. A levegőszennyeződés egészségkárosító hatásai. Időjárás és fronthatások értékelése egészségtani szempontból.		2 óra
Az ivóvíz minőségének higiéniai értékelése. A népesség vízellátásának egészségvédelmi követelményei. A talaj szennyeződésének hatása a szervezetre		2 óra
Az élőhely hatása az emberi szervezetre. Lakáshigiénia. Szellőztetés és megvilágítás higiénijája. Természetes megvilágítási feltételek jelentősége a fiatal szervezet fejlődésében.		2 óra
Munkaélettani alapismeretek. A fizikai terhelés hatása az emberi szervezetre. Fáradtság és túlerőltetés elkerülésének egészségtani szabályai.		2 óra
A helyesen megszervezett mozgás és fizikai terhelés jótékony hatásai. Szabadtéri fizikai tevékenységek egészségtana.		2 óra
A gyerek- és serdülőkor egészségtana. A gyerekek és serdülők egészségi állapotának felmérése. Orvosi ellátás jelentősége az oktatási és nevelési intézetekben (iskolák, óvodák higiénijája).		2 óra
Könyvészet		
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	Didaktikai módszerek	Megjegyzések
Áramütés	Előadó, megbeszélő, gyakorlati	2 óra
Autobalesetek		2 óra
Csonttörések, Rögzítések, Ficam és rándulás		2 óra
Cukorbetegség		2 óra
Égés		2 óra
Rohamok		2 óra
Ujraélesztés, Fulladások, Vérzések		2 óra
Agyvérzés/ Szívinfarktus, Pánikroham		2 óra
Könyvészet		
Stanley M. (2004). Zildo-Primul ajutor in starile de urgenta pana la sosirea medicului		
Hans Anton Adams, Andreas Flemming, Lars Friedrich, Heiner Ruschulte (2014). Atlas de medicina de urgenta		
Mathew Cooke, Ellen Janes, Canor Kelly (2003).Ghid de prim ajutor in cazul leziunile minore		
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.

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

10. Értékelés

Tevékenység típusa	10.1 Értékelési kritériumok	10.2 Értékelési módszerek	10.3 Aránya a végső jegyben
10.4 Előadás	Előadások során elsajátított elméleti ismeretek ellenőrzése	Írásbeli vizsga	60%
10.5 Szeminárium / Labor	Gyakorlati tevékenység, projektek bemutatása	Elsősegély technikák felismerése és bemutatása	40 %
10.6 A teljesítmény minimumkövetelményei			
- A félévvégi írásbeli dolgozat pontszámának az 50%-át kell elérni - Gyakorlati tevékenységeken való részvétel kötelező - A félév közti írásbeli dolgozat kötelező - A gyakorlati vizsgán való részvétel kötelező			

11. SDG ikonok (Fenntartható fejlődési célok/ Sustainable Development Goals)

	A fenntartható fejlődés általános ikonja
---	--

								
---	---	---	--	--	--	--	--	--

Előadás felelőse:

Kitöltés időpontja:
2025.03.13.

dr. Kis Erika, adjunktus

Szeminárium felelőse:

Dr. Chelaru Hajnal, gyógytornász

Az intézeti jóváhagyás dátuma:
2025.04.24

Intézetigazgató:

Prof. Univ. Dr. Ciocoi-Pop D. Rareș