

# Testnevelés és sport

## Educație fizică și sport

### Testnevelés és sport

#### Educație fizică și sport

Három szak található ezen a területen:

- Kinetoterápia és speciális mozgáskészség,
- *Sport- és mozgásteljesítmény (Sport și performanță motrică)*
- Testnevelés és sport

#### KINETOTERÁPIA ÉS SPECIÁLIS MOZGÁSKÉSZSÉG

#### KINETOTERAPIE SI MOTORICITATE SPECIALĂ

##### 6 féléves képzés

A kinetoterápia és speciális mozgáskészség szak végzettjei beható ismereteket szereznek az egészségmegőrzés különböző módszereiről, a betegségmegelőzés módjairól, de ismerik az testképző gimnasztika hatásait, a fizikoterápiás eljárásokat, a rehabilitációt.

**Alaptantárgyak:** a testnevelés történelme, anatómia, a gimnasztika alapjai, úszás, kézilabda - technikai és taktikai alapok, röplabda - technikai és taktikai alapok, formatív torna, atlétika, úszás - tanulási metodológia, a kézilabda az iskolában, röplabda az iskolában, torna az iskolában, kosárlabda - technikai és taktikai alapok, labdarúgás (fiúk) - technikai és taktikai alapok, ritmikus sportgimnasztika (lányok), általános fiziológia, általános kinetológia, biokémia, higiénia és elsősegély, terápiás úszás, orvosi speciális kinetoterápia, kinetoterápiás kiértékelő módszerek, a neurológiai és gyermekgyógyászati panaszok kinetoterápiája, a reumás panaszok kinetoterápiája, számítógép-kezelés.

**Választható tantárgyak:** tenisz, rögbi, szociológia, az endokrinológiai panaszok kinetoterápiája, idősök kinetoterápiája, egészség, betegség, terápia, fizioterápia, a nőgyógyászati betegségek kinetoterápiája, lánbtenisz.

**Szakmai gyakorlatok, képzések:** A hallgatók szakmai gyakorlaton vesznek részt az utolsó két félévben vagy egy szociális segílyt nyújtó központban vagy egy ápoló alapítványnál.

### **Diákok tapasztalatai:**

*Mivel az első három félévben közös vonalon ugyanolyan képzésben részesülnek mind a kinetoterápia-, mind pedig a testnevelésszakos hallgatók, ezért, akik az elsőt választják, főleg azért teszik, mert nem tanárok vagy sportolók szeretnének lenni a jövőben, viszont a sportot önmagában szeretik. Három közös félév után történik a szakosodás, és így az utolsó másfél évben kerül sor a kinetoterápiás szaktantárgyak felvételére, ami teljesen más irányba indítja a hallgatókat a testnevelést tanuló társaikhoz képest.*

---

- Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Kolozsvár
- Temesvári Nyugati Egyetem
- Nagyváradai Egyetem

## **TESTNEVELÉS ÉS SPORT EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT**

### **6 féléves képzés**

A diákok testneveléstanári képzést kapnak, amelyet bármely iskolában hasznosíthatnak. Ugyanakkor lehetőségük van arra, hogy a különböző speciális kurzusok látogatásával edzői képesítést is szerezzenek az általuk választott sportágban.

**Alaptantárgyak:** a testnevelés és sport története, anatómia, a torna alapjai, az úszás alapjai, a kézilabda technikai és taktikai alapjai, a röplabda technikai és taktikai alapjai, cselgáncs, sí, az idegrendszer anatómiája, testnevelés- és sportelmélet, formatív torna, az úszás módszertana, jog és menedzsment a sportban, biomechanika, atlétika, torna az iskolában, általános fiziológia, általános kinetológia, a testnevelés és a sport tudományos kutatómódszertana, higiénia és elsősegélynyújtás, a kosárlabda technikai és taktikai alapjai, labdarúgás, ritmikus gimnasztika, az edzésmélete és módszertan, fizikai erőfejlesztés-fiziológia, a motrikus aktivitás elmélete, sportpszichológia, sportszakképzés, felmérés és tervezés az élsportban, a testnevelés és sport módszertana a speciális iskolákban, biokémia.

**Választható tantárgyak:** a tenisz módszertana, technikai elemek tanulása. súlyemelés, erősítés, a masszázis alaptechnikái, asztalitenisz, restnevelés és sport fiziológia, pszichodiagnosztika, pszichoterápia, torna az iskolában, módszertan, sporttánc, aerobik, strandröplabda, a sportbázisok tervezése, felmérési és kiértékelési technikák a testnevelésben és a sportban, tenisz - a technika és a taktika tökéletesítése, céllövészet, mozgásos játékok, az atlétika tanításának módszertana az iskolában, multimédiaeszközök a testnevelésben és a sportban, görkorcsolya, asztalitenisz - technika tökéletesítése, úszástechnika tökéletesítése.

Az szak végzettjei általános és középiskolákban dolgozhatnak testnevelő tanárként, vagy harmadik fokozatú edzőként tevékenykedhetnek sportegyesületeknél, kluboknál, de elhelyezkedhetnek szakértőként is különböző sporthivataloknál.

**Diákok tapasztalatai:**

*A kialakult külső vélemény ellenére testnevelés és sport szakon a gyakorlati képzés mellett komoly elméleti oktatás folyik például az anatómia vagy a sportelmélet terén. A szak egyik legértékesebb részét képezi az egészséges életmód megismerése, a későbbiekben pedig ennek átadása jelentheti a legnagyobb örömet a tanári, edzői pálya folyamán.*

---

- Alexandru Ioan Cuza Tudományegyetem, Jászvásár
- Babeş-Bolyai Tudományegyetem, Kolozsvár (magyarul is tanulható)
- Brassói Transilvania Egyetem
- Nagyváradi Egyetem
- Temesvári Nyugati Tudományegyetem