

Beszámoló a Sapiencia EMTE 2024-es tanulmányi útjáról

Rab Andrea-Szilvia

2024. október 7-11. között a Sapiencia Erdélyi Magyar Tudományegyetem edző és testnevelő szakos hallgatóiként lehetőségünk nyílt részt venni egy tanulmányúton a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemen, Budapesten. Ez az egy hét különleges alkalom volt arra, hogy mélyebb betekintést nyerjünk a magyar sporttudományi oktatás világába, új szakmai tapasztalatokat szerezzünk, és megismerjük Budapest kulturális életét is.

Nagy izgalommal vártuk, hogy milyen lesz az egyetem infrastruktúrája, az órák és az oktatók. Szállásunkat időben lefoglalták, vasárnap este érkeztünk Budapestre. A város szépsége és a vendégszeretete azonnal megragadott minket.

Hétfőn a programot egy rektori tájékoztatóval kezdtük, majd megismerkedtünk a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem létesítményeivel és képzési struktúrájával. Ez nagyon hasznos volt számunkra, hiszen így már az első nap átfogó képet kaptunk arról, hogy milyen szakmai programokra számíthatunk a hét során. Délután Budapest nevezetességeivel ismerkedtünk, amely kiváló alkalom volt arra, hogy csapatként összekovácsolódjunk. A következő napok során több érdekes szakmai programon vettünk részt.

Kedden a kondicionális képességek fejlesztéséről és mérésekről hallhattunk gyakorlati előadásokat az Egyetem konditermében. Különösen hasznosak voltak a mérési módszertani bemutatók, amelyek során saját magunk is kipróbálhattuk a gyakorlatokat.

Szerdán a Sándor Károly Labdarúgó Akadémián látogattunk meg egy edzést, ahol a módszertanra és az edzésfelépítésre koncentráltunk, ami elméletbe volt bemutatva számunkra.

Csütörtökön a judo alapjaival és a küzdőjátékokkal ismerkedtünk meg, ahol nemcsak elméleti, de gyakorlati tudásra is szert tehettünk. Pénteken pedig az előadások és az ebéd után elindultunk haza.

A hét során nemcsak a tanulásra összpontosítottunk, hanem a szórakozásra is jutott idő. A városnézések, közös bulizás és esti programok remek lehetőséget biztosítottak arra, hogy közelebb kerüljünk egymáshoz, valamint a helyi kultúrához. Különösen élveztük, hogy megismerhettük Budapest éjszakai életét, ugyanakkor új barátságok és szakmai kapcsolatok is születtek.

A program során rengeteg tudással gazdagodtunk. Az órák lehetőséget adtak arra, hogy új módszereket sajátítsunk el, amelyek segíteni fognak minket a jövőben az edzői vagy testnevelési pályán. Ugyanakkor a látogatások és az előadások nemcsak a szakmai fejlődésünket, hanem az emberi kapcsolatok építését is szolgálták.

A tanulmányi út minden szempontból sikeresnek mondható. Az elvárásainknak teljes mértékben megfelelt, és több téren is túlszárnyalta azokat. Az egyetemen töltött idő alatt szerzett szakmai és emberi tapasztalatok hosszú távon meghatározóak lesznek számunkra. Egyetlen javaslatom az lenne, hogy a következő alkalommal még több interaktív órát szervezzenek, amelyek révén még jobban be tudnak vonni a gyakorlati munkába.

Összességében ez a tanulmányút nemcsak szakmailag, de emberileg is gazdagító volt, és örömmel gondolok vissza a Budapesten töltött napokra.