

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Discipline Teoretice
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Master
1.6 Programul de studiu / Calificarea	Managementul Organizațiilor și Activităților Sportive / Manager Sportiv

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Organizarea și administrarea centrelor de întreținere corporală						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector dr. Văidăhăzan Remus						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector dr. Văidăhăzan Remus						
2.4 Anul de studiu	1	2.5 Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DS

3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	Din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	36	Din care: 3.5 curs	24	3.6 seminar/laborator	12
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					40
Tutoriat					6
Examinări					18
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual					90
3.8 Total ore pe semestru					150
3.9 Numărul de credite					6

4. Precondiții (acolo unde este cazul) Nu este cazul.

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul).

5.1 De desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> Aparatură de videoproiecție MS Teams cu cont personal
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> Aparatură de videoproiecție MS Teams cu cont personal

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Planificarea, organizarea, îndrumarea și evaluarea activităților specifice unui centru de întreținere corporală. • Capacitatea de colabora cu principalele entități care susțin activitatea unui centru de întreținere corporală. • Abilitatea de a lucra în echipă, de a antrena și motiva angajații.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de adaptare la medii concurențiale aflate în continuă schimbare. • Capacitatea de a îndeplini atribuțiile de manager la diferite niveluri ale unei organizații. • Capacitatea de a conduce grupuri de lucru și de a comunica eficient în contexte diverse. • Capacitatea de a acționa independent și creativ în abordarea și soluționarea problemelor, de a evalua obiectiv și constructiv stările critice, de a rezolva inteligent problemele și de a prezenta, în mod ilustrativ, rezultatele obținute.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Valorificarea cunoștințelor cu caracter științific și practico-metodic despre conținutul și caracteristicile organizării și administrării centrelor de întreținere corporală.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Înțelegerea conceptului de centru de întreținere corporală, centru de fitness. • Înțelegerea evoluției și conținutului actual al noțiunii de fitness și de întreținere corporală. • Aprofundarea aspectelor privind funcțiile principale pe care le îndeplinește managementul în administrarea centrelor de întreținere corporală. • Înțelegerea conceptului și criteriilor de clasificare a problemelor manageriale în activitatea centrelor de întreținere corporală.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni introductive. Prezentarea cerințelor disciplinei și a finalităților urmărite.	Prelegere interactivă, discuții structurate.	
2. Specificul și organizarea unui centru de întreținere corporală (CÎC). Jurnal de curs (temă de notă).	Expunere. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
3. Conducerea unui centru de întreținere corporală. Managementul resurselor umane. Jurnal de curs (temă de notă).	Expunere, dezbatere. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
4. Colaboratorii unui centru de întreținere corporală. Jurnal de curs (temă de notă).	Dezbatere, problematizare. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
5. Promovarea unui centru de întreținere corporală. Jurnal de curs (temă de notă).	Listele de informații, dezbatere. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
6. Atelier de creativitate: „Macheta CÎC” (temă de notă).	Teme de lucru, expunere.	Activitate cu echipa.
7. Utilizarea tehnologiei în conducerea unui centru de întreținere corporală.	Prelegere interactivă, discuții structurate.	
Bibliografie: <ul style="list-style-type: none"> • <i>13 Problems Faced by CrossFit Gym Owners.</i> (f.a.). Preluat în 12 ianuarie 2023, din https://blog.nexofit.com/13-problems-faced-by-crossfit-gym-owners • American College of Sports Medicine. (2012). <i>ACSM's Health/Fitness Facility Standards and</i> 		

Guidelines, Fifth Edition. Statele Unite ale Americii: Human Kinetics Publishers.

- American College of Sports Medicine. (2003). *ACSM Fitness Book-3rd Edition*. Statele Unite ale Americii: Human Kinetics Publishers.
- American College of Sports Medicine. (2005). *ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription - Seventh Edition*. Statele Unite ale Americii: Lippincott Williams & Wilkins.
- American College of Sports Medicine. (2007). *ACSM's Resources for the Personal Trainer - Second Edition*. Statele Unite ale Americii: Lippincott Williams & Wilkins.
- canfitpro Inc. (f.a.). *HOME*. Canfitpro. Preluat în 8 ianuarie 2023, din <https://www.canfitpro.com/>
- International Fitness Association. (f.a.). *Personal Trainer Certification Online—IFA*. Preluat în 8 ianuarie 2023, din <https://www.ifafitness.com/>
- Văidăhăzan Remus (2009). *Antrenamentul cu greutăți în sălile de fitness*, Cluj-Napoca: Casa Cărții de Știință.
- Văidăhăzan Remus (2017). *Profilul practicantului de antrenament cu greutăți ca activitate fizică de timp liber*. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană.
- Văidăhăzan R. (2022). *Instruire asistată de calculator - Suport de curs pentru Facultatea de Educație Fizică și Sport*. ISBN 978-973-0-36381-4, Cluj-Napoca.
- Voicu Alexandru (1998). *Managementul organizațiilor și activității sportive*. Cluj-Napoca: Risoprint.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni introductive și delimitări contextuale.	Prelegere interactivă, discuții structurate.	
2. Managementul specific pentru un centru de întreținere corporală. Jurnal de seminar (temă de notă).	Teme de lucru, expunere, dezbateri. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
3. Înființarea unui centru de întreținere corporală, planificarea și organizarea activităților acestuia. Jurnal de seminar (temă de notă).	Teme de lucru, expunere, dezbateri. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
4. Specificul unui centru de întreținere corporală. Pro și contra din perspectiva clienților acestuia. Jurnal de seminar (temă de notă).	Teme de lucru, expunere, dezbateri. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
5. Resursele umane ale unui centru de întreținere corporală. Jurnal de seminar (temă de notă).	Teme de lucru, expunere, dezbateri. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
6. Codul de etică și responsabilități ale angajaților unui centru de întreținere corporală. Jurnal de seminar (temă de notă).	Expunere, teme de lucru, dezbateri. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
7. Conducere și control într-un centru de întreținere corporală. Jurnal de seminar (temă de notă).	Teme de lucru, expunere, dezbateri. Jurnalizare.	Verificare scrisă.
8. Vizită didactică: centru de întreținere corporală.	Vizită didactică. Prelegere, dezbateri.	
9. Promovarea în centrele de întreținere corporală.	Prelegerea interactivă, discuții structurate.	
10. Construirea fișei postului pentru angajatul specializat în programele de întreținere corporală (temă de notă).	Redactare FP. Listele de informații, dezbateri.	Verificare scrisă.
11. Colocviu cu PPT: analiza unui centru de întreținere corporală. Individual, obligatoriu, conform programărilor.	Colocviu cu prezentare CÎC.	Conform programărilor.
12. Colocviu cu PPT: analiza unui centru de întreținere corporală. Individual, obligatoriu, conform programărilor.	Colocviu cu prezentare CÎC.	Conform programărilor.
13. Colocviu cu PPT: analiza unui centru de întreținere corporală. Individual, obligatoriu, conform programărilor.	Colocviu cu prezentare CÎC.	Conform programărilor.
14. Colocviu cu PPT: analiza unui centru de întreținere corporală. Individual, obligatoriu, conform programărilor.	Colocviu cu prezentare CÎC.	Conform programărilor.

Bibliografie:

- *13 Problems Faced by CrossFit Gym Owners*. (f.a.). Preluat în 12 ianuarie 2023, din <https://blog.nexofit.com/13-problems-faced-by-crossfit-gym-owners>
- American College of Sports Medicine. (2012). *ACSM's Health/Fitness Facility Standards and Guidelines, Fifth Edition*. Statele Unite ale Americii: Human Kinetics Publishers.
- American College of Sports Medicine. (2003). *ACSM Fitness Book-3rd Edition*. Statele Unite ale Americii: Human Kinetics Publishers.
- American College of Sports Medicine. (2005). *ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription - Seventh Edition*. Statele Unite ale Americii: Lippincott Williams & Wilkins.
- American College of Sports Medicine. (2007). *ACSM's Resources for the Personal Trainer - Second Edition*. Statele Unite ale Americii: Lippincott Williams & Wilkins.
- canfitpro Inc. (f.a.). *HOME*. Canfitpro. Preluat în 8 ianuarie 2023, din <https://www.canfitpro.com/>
- International Fitness Association. (f.a.). *Personal Trainer Certification Online—IFA*. Preluat în 8 ianuarie 2023, din <https://www.ifafitness.com/>
- Văidăhăzan Remus (2009). *Antrenamentul cu greutăți în sălile de fitness*, Cluj-Napoca: Casa Cărții de Știință.
- Văidăhăzan Remus (2017). *Profilul practicantului de antrenament cu greutăți ca activitate fizică de timp liber*. Cluj-Napoca: Presa Universitară Clujeană.
- Văidăhăzan R. (2022). *Instruire asistată de calculator - Suport de curs pentru Facultatea de Educație Fizică și Sport*. ISBN 978-973-0-36381-4, Cluj-Napoca.
- Voicu Alexandru (1998). *Managementul organizațiilor și activității sportive*. Cluj-Napoca: Risoprint.

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Redarea sintetică a 4 probleme pe teme primite pe parcursul semestrului, incluzând elemente critice și păreri personale despre subiectul tratat.	Evaluare scrisă	20%
	Prezentarea competențelor specifice ale specialistului în programele de întreținere corporală.	Evaluare scrisă	10%
10.5 Seminar	Descrierea unor tehnici și metode de lucru specifice pentru rezolvarea problemelor identificate la nivelul unui centru de întreținere corporală.	Evaluare scrisă	30%
	Analiza complexă a unui centru de întreținere corporală (geometria spațiului, organigrama resurselor umane și modalitatea de colaborare cu alte entități).	Evaluare orală (cu prezentare PPT)	40%

10.6 Standard minim de performanță

- Prezența la activitățile de seminar este obligatorie în număr minim de 7 prezențe, pentru a putea fi examinați cu notă finală. Participarea la activitățile didactice se face cu caietul personal și cu instrument de scris.
- Prezența la activitatea didactică sincron (întâlnirea directă) se obține doar dacă studentul/studenta rezolvă tema de prezență (TP) în timpul aferent întâlnirii respective. La indicațiile cadrului didactic, atunci când este necesar, tema de prezență va fi încărcată în clasa disciplinei, pe MS Teams. De asemenea, prezența la lucrările practice este condiționată, în cazul activităților desfășurate on-line, de prezența în timpul întâlnirii didactice cu contul personal (în lista cu participanții întâlnirii) și cu camera deschisă, pentru fiecare student/studentă.
- Temele de prezență de la întâlnirile sincron se rezolvă pe hârtie, în caietul personal, cu scris de mână, cu pix/stilou și creion (acolo unde este necesar). La cererea cadrului didactic, în cazuri speciale, temele de prezență vor fi redactate la calculator, salvate și trimise sub formă de fișier PDF (de ex., dacă este nevoie de verificarea gradului de similitudine a acestora sau din alte motive obiective).
- Pe parcursul semestrului studentul/studenta obține puncte prin rezolvarea sarcinilor didactice de pe parcursul semestrului și a prezentării finale de la Colocviul cu prezentarea unui centru de întreținere corporală (are caracter obligatoriu pentru fiecare student/studentă). Fiecare sarcină didactică trebuie rezolvată până la termenul limită precizat în Anexa nr. 1 sau, în anumite situații, precizat de cadrul didactic, pentru a putea fi calculată nota finală pentru această disciplină. Rezultatele (punctajele) obținute la sarcinile didactice, evaluate de cadrul didactic, se transmit studenților/studentelor doar la activitățile didactice sincron, adică la întâlnirile directe.
- Fiecare sarcină didactică realizată de student/studentă (temă de prezență, temă de notă, jurnal de curs, jurnal de seminar, prezentare PPT etc.) trebuie să aibă trecute pe prima pagină următoarele date de identificare: cerința cadrului didactic, nume și prenume student/studentă, secția, grupa, data realizării temei și termenul limită prevăzut pentru tema respectivă.
- Fiecare sarcină didactică redactată la calculator se salvează sub formă de fișier PDF și se trimite din contul personal, conform indicațiilor cadrului didactic. Pentru sarcinile didactice încărcate în aplicația MS Teams, la secțiunea Teme (Assignments), se folosește, după încărcare, butonul „Turn in”, „Hand in” sau „Trimiteră” (după caz) pentru a putea fi corectate. Toate sarcinile didactice se redactează cu diacritice românești. La final, înainte de a fi trimis, fișierul PDF trebuie denumit astfel: Nume Prenume –MOAS – TP (TN, JC, JS etc.) și număr. Exemplu: Pop Ioan – MOAS – TN 1. În numele fișierului NU se folosesc diacritice.
- Nota finală la această disciplină se obține prin adunarea punctajelor obținute la sarcinile didactice, evaluate pe parcursul semestrului, și punctajul obținut la colocviul cu prezentarea CÎC. Temele didactice care se punctează, împreună cu termenele de predare, corespunzătoare acestei discipline, se găsesc în Anexa nr. 1. La aceste punctaje se pot adăuga și alte puncte obținute de student/studentă pe parcursul semestrului la diferite sarcini didactice, în funcție de dinamica disciplinei.
- Pentru a putea promova la această disciplină este necesară acumularea a minim 5 puncte. Pentru promovarea disciplinei fiecare student/studentă trebuie să participe la Colocviul cu prezentarea CÎC (acesta va avea loc în ultimele 4 seminare, conform programărilor) și trebuie să obțină minim un punct în urma acestei examinări, având ca timp alocat maxim 10 minute. Colocviul constă într-o prezentare orală a analizei unui centru de întreținere corporală (geometria spațiului, organigrama resurselor umane și modalitatea de colaborare cu alte entități) și are un punctaj maxim de 4 puncte. Materialul prezentat (fișierul PPT) trebuie încărcat la Teme/Assignments în aplicația MS Teams cu minim 48 de ore înainte de seminarul la care este programat pentru prezentare. Pentru programarea la susținerea colocviului fiecare student/studentă va trimite cadrului didactic trei opțiuni, cel târziu până la cursul nr. 5. Studenții/studentele care nu trimit opțiunile vor fi repartizați de cadrul didactic, la cursul nr. 5, pe pozițiile rămase libere.

Data completării
Februarie 2023

Semnătura titularului de curs
Lector dr. Văidăhăzan Remus

Semnătura titularului de seminar
Lector dr. Văidăhăzan Remus

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament