

FIȘA DISCIPLINEI

Practică în centre de fitness

Anul universitar 2025-2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai	
1.2. Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport	
1.3. Departamentul	Sporturi Individuale	
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice	
1.5. Ciclu de studii	Master	
1.6. Programul de studii / Calificarea	Managementul Organizațiilor și Activităților Sportive/Profesor în învățământul liceal, postliceal.	
1.7. Forma de învățământ	Zi	

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Practică în centre de fitness				Codul disciplinei		YMR3042				
2.2. Titularul activităților de curs												
2.3. Titularul activităților de seminar			Lect.univ.dr. András Álmos									
2.4. Anul de studiu		2	2.5. Semestrul		4	2.6. Tipul de evaluare		V	2.7. Regimul disciplinei		OB	

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2. curs	-	3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	24	din care: 3.5. curs	-	3.6 seminar/laborator	24
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					50
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					40
Tutoriat (consiliere profesională)					10
Examinări					1
Alte activități					
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				101	
3.8. Total ore pe semestru				125	
3.9. Numărul de credite				5	

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	- Un comportament deontologic conform Codului etic al UBB și al statului studentului UBB - Predarea și prezentarea la timp a proiectelor

6.1. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale/esențiale	• Capacitatea de adaptare la medii concurențiale aflate în continuă schimbare. • Abilitatea de a lucra în echipă, de a antrena și motiva angajații și de a gestiona conflictele la nivel organizațional. • Capacitatea de a fi consultant în managementul organizațiilor, activităților, evenimentelor și competițiilor sportive.
Competențe transversale	• Capacitatea de a aplica creativ metodele și tehnicile de cercetare specifice științei sportului și științei managementului. • Capacitatea de a conduce grupuri de lucru și de a comunica eficient în contexte dintre cele mai 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.

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște: organizarea și managementul unui centru de fitness.
Aptitudini	Studentul este capabil să gestioneze un centru de fitness.
Responsabilități și autonomie	Studentul are capacitatea de a lucra independent pentru administrarea unui centru de fitness.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	• Valorificarea cunoștințelor cu caracter științific și practico-metodic despre conținutul și caracteristicile managementului centrelor de fitness.
7.2 Obiectivele specifice	• Conștientizarea cu privire la răspunderea și responsabilitate a managerilor centrelor și sălilor de fitness în legătură cu obligația de legalitate a eficienței și eficacității organizației. • Înțelegerea conceptului și criteriilor de clasificare a problemelor manageriale în activitatea centrelor de fitness.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Bibliografie		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Asistență în activitate de conducere a centrelor de fitness	Practică	
Folosirea analizei SWOT în evaluarea centrelor de fitness din punct de vedere managerial	Practică	
Problematica resurselor umane în cadrul bunei funcționare a centrelor de fitness.	Practică	
Implementarea unor elemente de promovare a centrelor de fitness.	Practică	
Bibliografie 1. Voicu, A. V., „Curs de legislație, management și marketing în educație fizică și sport”, 2007. 2. Voicu, A. V., „Drept și legislație în asistența socială”, Cluj-Napoca, U, B. B., 2006. 3. Voicu, A. V., „Răspunderea civilă delictuală cu privire specială la activitatea sportivă”, Editura “Lumina Lex”, București, 1999. 4. Voicu, A. V., “Managementul organizațiilor și activității sportive”, Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 1998. 5. Voicu, A. V., Curs de management, marketing și legislație sportivă, ANEFS București, 2005. 6. Lador, I., Voicu, A.V., “Elemente de management și legislație sportivă”, Editura Inter-tonic, Cluj Napoca, 1996.		

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

Conținutul disciplinei este coroborată cu așteptările reprezentanților comunității, a centrelor și sălilor de fitness respectând cerințele prestărilor de servicii în domeniul fitnessului.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.5 Seminar/laborator	Prezentarea un studiu de caz asupra 5 centre de fitness, prin abordarea problemelor prezentate în fișă de practică.	Evaluare practică	100%
10.6 Standard minim de performanță			
Elaborarea fișei de practică la cel puțin nivelul notei 5 (cinci).			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă						
							

Data completării:
15.03.2025

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

Lect.univ.dr. András Álmos

Data avizării în departament:
16.03.2025

Semnătura directorului de departament

Lector dr. Nuț Ramona Ancuța