europass Curriculum vitae

INFORMAŢII PERSONALE

Ștefan Teriș

stefan.teris@unitbv.ro

DOMENIUL OCUPAȚIONAL

Lector universitar

EXPERIENŢA PROFESIONALĂ

10/2016–06/2018 **Antrenor de fotbal**

CS. Colțea 1920 Brașov, Brașov (România)

Pregătirea specifică a grupelor de copii și juniori din cadrul clubului conform metodologiei specifice vârstei

06/2012–09/2015 **Antrenor de înot**

AS Diasport, Comănești (România)

Învățarea, perfecționarea și consolidarea înotului la copii conform metodologiei specifice vârstei

10/2020–10/2023 **Asistent universitar**

Academia Forțelor Aeriene Henri Coandă (România)

Facultatea de Sisteme de Securitatea Aeriană

10/2023–Prezent **Lector universitar**

Universitatea Transilvania din Brașov

Facultatea de Educație Fizică și Sporturi Montane (România)

Experiență în domeniul ID/IFR

Calitatea	Denumirea și perioada activității	Instituția organizatoare / formatorul
Coordonator de disciplină	Elaborare suport curs, materiale didactice auxiliare, pregătire tutoriale / din 2023 – prezent: 1. Biomecanica aplicată în educație fizică și sport, curs pentru anul II, sem I 2. Etica și integritatea academică aplicate în activitățile fizice, curs pentru anul III, sem I.	Facultatea de Educație fizică și sporturi montane Brașov
Participant la instruiri în tehnologia ID	1. Instruiri semestriale organizate de Conf. dr. Gabriel SIMION, coord. / resp. de platformă al programului de studii SPM IFR 2. Instruiri semestriale organizate de Lect. dr. Gheorghe Adrian ONEA, coord. / resp. de platformă al programului de studii EFS IFR	1. Facultatea de Educație fizică și sporturi montane Brașov, Conf. dr. Gabriel SIMION, coord. / resp. de platformă al programului de studii SPM IFR. 2. Facultatea de Educație fizică și sporturi montane Brașov, Lect. dr. Gheorghe Adrian ONEA, coord. / resp. de platformă al programului de studii EFS IFR.

EDUCAŢIE ŞI FORMARE

10/2018–07/2022 **Diplomă de doctor- Știința Sportului**

Universitatea Transilvania din Brașov, Brașov (România)

10/2017–06/2020 **Diplomă de licență - Educație Fizică și Sportivă**

Universitatea Vasile Alecsandri din Bacău, Bacău (România)



10/2015–07/2017 **Diploma de master - Performanță Sportivă și Management în Sport**

Universitatea Transilvania din Brașov, Facultatea de Educație Fizică și sporturi montane, Brașov (România)

10/2012–07/2015 **Diploma de licență - Sport și Performanță Motrică**

Universitatea Transilvania din Brașov, Facultatea de Educație Fizică și Sporturi Montane, Brașov (România

COMPETENŢE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) Română

Limbile străine

	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la Conversație	Discurs oral	
Engleza	C1	C1	C1	C1	C1
Spaniolă	A2	A2	A2	A2	A1

Niveluri: A1 și A2: Utilizator elementar - B1 și B2: Utilizator independent - C1 și C2: Utilizator experimentat
Cadrul european comun de referință pentru limbi străine - Grila de auto-evaluare



Competențe de comunicare

Bune abilități de comunicare;

Excelente abilități de relaționare cu copiii dobândite în urma locurilor de muncă anterioare;

Excelente abilități de relaționare cu colegii dobândite în urma locurilor de muncă anterioare la cluburile sportive;

Competențe organizaționale/manageriale

Bune abilități de conducere a unei echipe dobândite în urma postului de antrenor de fotbal;

Competențe dobândite la locul de muncă

Mentorship, fiind responsabil cu instruirea și formarea sportivilor în conformitatea cu psihologia vârstelor;

Competențele digitale

AUTOEVALUARE				
Procesarea informației	Comunicare	Creare de conținut	Securitate	Rezolvarea de probleme
Utilizator experimentat	Utilizator experimentat	Utilizator independent	Utilizator independent	Utilizator independent

Competențele digitale - Grilă de auto-evaluare

MS Office - Cunoștințe avansate de lucru cu programele incluse in suita Microsoft

INFORMAŢII SUPLIMENTARE

Publicații

„The influence of body mass of water level on cardiovascular and urinary parameters at athlete students", Revista de Chimie, Nr9/2019;

„Developing coordination as a determinant factor of proprioception in football", Sport și Societate, revista de educație fizică, sport și științe conexe, Nr.1/Iulie 2019;

"Experimental study on components of proprioception in football for children age 10 to 12", Science movement and health, volume XIX, Issue 2 - Supplement 2019, Ovidius University Press Constanța;

„Study regardin proprioception în football between age 10 to 12 years old", Bulletin of the Transilvania University of Brașov, Series IX: SCiences of Human Kinetics, Vol. 12(61), No. 1-2019;

„Experimental study regarding development of speed, coordination and balance in football game for children age 10 – 12 years" Ovidius University Anals, Series Physical Education and Sport/Science, Movement and Health, Volume 21, Issue 2 – Supplement 2021, Ovidius University of Consanta, pp 512 – 519, ISSN 2285 – 777X, ISSN – L 2285 – 777X;

„Analiză biomecanică privind lovirea mingii cu piciorul la vârsta cuprinsă între10 și 12 ani", Editura Universității „Transilvania", Brașov 2022, ISBN 978 – 606 – 19 – 1507 – 1;

„Mijloace specifice de corectare a biomecanicii lovirii mingii cu piciorul la vârsta cuprinsă între 10 și 12 ani" Editura Universității „Transilvania", Brașov 2022, ISBN 978 – 606 – 19 – 1508 – 8;

„Optimization of biomechanics in the game of fooball at the age of 10 to 12 years through computer technology

Distincții

Seventh Edition of the Scientific Conference of the Doctoral Schools of „Dunărea de Jos" University - Honorable Mention - Developing of coordination as a determinant of proprioception in football (2019)

