



## • EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

---

09/2019 - 2023 - Pitești, România

**Doctor** - Universitatea din Pitești - Școala Doctorală În Domeniul Știința Sportului Și Educației Fizice

---

2012 - 2014 - Constanța, România

**Master în Educație Fizică Și Sport** - Universitatea „Ovidius” Facultatea de Educație Fizică și Sport

---

2009 - 2012 - Constanța, România

**Licențiat în Educație Fizică Și Sport** - Universitatea „Ovidius” - Facultatea de Educație Fizică și Sport

---

2017 - București, România

**Preparator fizic** - S.C. ABC Fitness

---

2018

**Definitivarea în învățământ**

---

## • COMPETENȚE LINGVISTICE

---

Limbă(i) maternă(e): ROMÂNĂ

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Exprimare scrisă	Conversație	
ENGLEZĂ C2		C2	C2	C2	C2
SPANIOLĂ C1		C1	C1	C1	C1
ITALIANĂ B1		B1	B1	B1	B1
FRANCEZĂ B1		B1	B1	B1	B1

Niveluri: A1 și A2 Utilizator de bază B1 și B2 Utilizator independent C1 și C2 Utilizator experimentat

## • COMPETENȚE DIGITALE

---

Navigare Internet | Utilizare buna a programelor de comunicare (mail messenger skype) | Social Media | Zoom | Microsoft Office

## COMPETENȚE DE COMUNICARE ȘI INTERPERSONALE

---

### Competențe de comunicare

Aptitudini de comunicare (verbală și nonverbală);Relaționare;  
Colaborarea și lucrul în echipă dobândite în activitatea sportivă de performanță pe care am practicat-o, ca studentă la Facultatea de Ed. Fizică și Sport, ca profesor (cand am elaborat,organizat și condus activități de tip sportiv cu colective mixte de elevi);  
Capacitatea de a înțelege interrelațiile din grupurile de elevi,de părinți,de educatori;  
Abilitatea de a organiza grupurile,de a comunica cu ele,de a le motiva si activa pentru realizarea scopurilor comune;  
Competența de a acorda dreptat autonomie grupurilor,cultivând independența si interdependența lor,în funcție de contextul social.

## COMPETENȚE ORGANIZATORICE

---

### Competențe dobândite la locul de muncă

Abilitatea de a organiza manifestări culturale și sportive și de a conduce grupuri sau structuri profesionale;  
Capacitatea de a surprinde și utiliza valențele formative și educative ale conținuturilor învățării; Abilitatea de a valoriza conținutul obiectului de învățământ structurand la elevi comportamente raportate la un sistem de valori autentic;  
Capacitatea de a promova învățarea participativă, anticipativă, creatoare,precum și de a dirija strategiile de asimilare;  
Capacitatea de a forma și dezvolta la elevi: interesul, motivația, voința, afectivitatea, inteligenta motrică, caracterul și personalitatea;  
Capacitatea de a manifesta comportament empatic.  
Flexibilitate și adaptabilitate.

## PERMIS DE CONDUCERE

---

Permis de conducere: B