

UNIVERSITATEA DIN CRAIOVA
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
DEPARTAMENTUL DE TEORIE ȘI METODICĂ A
ACTIVITĂȚILOR MOTRICE

Postul scos la concurs ASISTENT UNIVERSITAR, Poz. 54
 Disciplina(e) postului: *Stagiu de practică în organizarea de activități sportive-recreative, Aplicații practice discipline sportive de apă-înot, Stagiu de practică în baze de agrement, Comunicare în educație fizică, Practica și metodică activităților motrice pe grupe de vârstă*
 Domeniul științific ȘTIINȚA SPORTULUI

FIȘA DE VERIFICARE
 a îndeplinirii standardelor
 universității pentru postul de Asistent
 universitar/CS

publicat în Monitorul Oficial al României nr. 97, din 23.04.2026

Candidat: ALBINĂ ANDREEA-MIHAELA,

Data nașterii: 30.05.1997

Funcția actuală : Asistent universitar – perioadă determinată

Instituția: Universitatea din Craiova, Facultatea de Educație Fizică și Sport

1. Studiile universitare

Nr. crt.	Instituția de învățământ superior	D o m e n i u l	Perioada	Titlul acordat
1.	Facultatea de Educație Fizică și Sport	Educație Fizică și Sportivă	2019-2021	Master în Performanță în Sport
2.	Facultatea de Educație Fizică și Sport	Educație Fizică și Sportivă	2017-2020	Licențiat în Educație Fizică și Sportivă
3.	Facultatea de Educație Fizică și Sport	Kinetoterapie și motricitate specială	2016-2019	Licențiat în Kinetoterapie și motricitate specială

2. Studiile de doctorat

Nr. crt.	Instituția organizatoare de doctorat	D o m e n i u l	Perioada	Titlul științific acordat
1.	Școala Doctorală de Științe Sociale și Umaniste din Craiova	Știința Sportului	2021-2024	Doctor în Știința Sportului

3. Studii și burse postdoctorale (stagii de cel puțin 6 luni)

4. Grade didactice/profesionale

Nr. crt.	Instituția	Domeniul	Perioada	Titlul/postul didactic sau gradul/postul profesional
1.				

5. Realizările profesional-științifice

Relevanța și impactul rezultatelor științifice ale candidatului	Activitatea mea științifică se remarcă prin contribuții relevante la optimizarea antrenamentului sportiv și promovarea exercițiului fizic, cu accent pe metode moderne și validare experimentală. Un element de noutate îl constituie cercetările asupra antrenamentului izoinerțial (flywheel), demonstrate atât prin studii experimentale, cât și prin articole de tip review și studii privind utilizarea acestuia în România. Aceste lucrări evidențiază efecte pozitive asupra forței, puterii și echilibrului muscular. Contribuțiile mele sunt completate de studii aplicative privind îmbunătățirea mobilității și flexibilității prin stretching, precum și de abordări interdisciplinare care integrează rezultate din cercetări internaționale. Prin tematica actuală, caracterul aplicativ și publicarea în reviste și conferințe de specialitate, lucrările mele se aliniază tendințelor internaționale și prezintă potențial de vizibilitate și citare în literatura de profil.
Capacitatea candidatului de a îndruma studenți sau tineri cercetători și competențele didactice ale candidatului	Consider că experiența mea academică și profesională mi-a oferit competențele necesare pentru desfășurarea activităților didactice și pentru îndrumarea studenților și a tinerilor cercetători într-un mod eficient, modern și adaptat cerințelor actuale ale învățământului superior. Activitatea desfășurată în cadrul Facultății de Educație Fizică și Sport a Universității din Craiova, unde ocup funcția de asistent universitar pe perioadă determinată de cinci ani, încă din timpul studiilor doctorale, mi-a oferit oportunitatea de a mă implica direct în procesul educațional universitar și de a-mi dezvolta constant competențele didactice. Experiența acumulată la catedră, în postura de cadru didactic, a avut un rol esențial în formarea mea profesională, contribuind semnificativ la dezvoltarea abilităților practice de predare, comunicare academică și gestionare a activităților cu studenții.

Formarea psihopedagogică, finalizată prin absolvirea programelor de nivel I și II din cadrul Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic, mi-a oferit fundamentul metodologic necesar pentru proiectarea și susținerea activităților didactice, utilizarea unor metode moderne și interactive de predare, precum și pentru evaluarea și motivarea studenților. În activitatea desfășurată până în prezent, am urmărit constant crearea unui mediu educațional bazat pe colaborare, implicare activă, dezvoltarea gândirii critice și stimularea interesului pentru cercetare și dezvoltare profesională.

Participarea la conferințe științifice naționale și internaționale, publicarea de articole în reviste de specialitate, precum și implicarea în proiecte de cercetare și inovare au contribuit semnificativ la consolidarea experienței mele academice și la dezvoltarea capacității de a îndruma studenți și tineri cercetători în activități de documentare, redactare științifică și cercetare aplicată. De asemenea, am fost implicat în numeroase proiecte naționale și internaționale, precum „Summer Sport” (2025), proiectele europene Sport-IE – Increasing Physical Activity Levels through Strengthening Innovation and Entrepreneurial Capacity in Sport Science HEIs, SPIEP – The Sport Science Physical Activity Innovation and Entrepreneurship Partnership și HEInnovaSport, precum și în proiectul ROSE „Sportul ca factor motivațional pentru succes”. Din anul 2023 coordonez proiectul de antreprenariat social „Olteniada”, experiență care mi-a consolidat competențele manageriale, organizatorice și capacitatea de coordonare a activităților în echipă.

Experiența acumulată pe parcursul studiilor doctorale și implicarea în conferințe și proiecte academice mi-au oferit oportunitatea de a lucra îndeaproape cu studenți și tineri cercetători, sprijinindu-i în dezvoltarea competențelor academice și profesionale. Consider că pot contribui activ la formarea viitorilor specialiști printr-o abordare didactică modernă, fundamentată pe rigoare științifică, empatie, comunicare eficientă și promovarea performanței academice și profesionale.

Capacitatea candidatului de a conduce proiecte de cercetare-dezvoltare	• Iulie 2025 - "Summer Sport" - Direcția Județeană pentru Sport și Tineret Dolj, Nr. 789 din 28/05/2025 • 2024 – prezent - Sport-IE "Increasing Physical Activity levels through strengthening Innovation and Entrepreneurial Capacity in Sport Science HEIs" • 2024-prezent - "The Sport Science Physical Activity Innovation and Entrepreneurship Partnership (SPIEP) European project • Iunie. 2024 - Proiectul ROSE - „Sportul ca factor motivațional pentru succes” Acord de finanțare nr. 304/SGU/PV/III din 18.06.2020 • 2023-prezent - Manager proiect Educol: "Olteniada" • 2023- 2024 - HEInnovaSport European Project • Iunie 2023 - Proiectul ROSE – "Sportul ca factor motivațional pentru succes” Acord de finanțare nr. 304/SGU/PV/III din 18.06.2020
--	--

6. Îndeplinirea standardelor universității:

- deține diplomă de doctor în domeniul postului sau întrun domeniu înrudit sau să fie înmatriculată la un program de studii doctorale în domeniul postului sau întrun domeniu înrudit, fără depășirea perioadei maxime de studii, care include prelungirile admisibile conform legii: **îndeplinit**
- medie minimă a anilor de studii universitare de minimum 8,00: **îndeplinit**
- să fi publicat *minim 3 lucrări* (articole, studii) în reviste de specialitate clasificate de CNCSIS în categoriile A, B sau C sau în volume ale unor manifestări științifice naționale sau internaționale: **îndeplinit**

Indicatori de performanță	Nr. min. realizări	Nr. realizări candidat
Lucrări (articole/studii) publicate în reviste de specialitate clasificate de CNCSIS în categoriile A, B sau C sau în volume ale unor manifestări științifice naționale sau internaționale	3	23

7. Îndeplinirea standardelor facultății: îndeplinit

Semnătura candidatului

29.05.2026

