

INFORMAȚII PERSONALE

Ștefan Teriș

✉ stefan.teris@unitbv.ro

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

- 10/2020 – Prezent **Asistent Universitar**
 Academia Forțelor Aeriene Henri Coandă din Brașov
 Pregătire și susținere lucrări practice în domeniul educației fizice și sportului
- 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

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

- 10/2018–Prezent **Doctorand - Știința Sportului**
 Universitatea Transilvania din Brașov, Brașov (România)
- 10/2017–07/2020 **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)

COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) Română

Limbile străine

	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversaie	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
 Cadru 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 în cadrul cluburilor sportive și în mediul academic;

Competențe organizaționale/manageriale

Bune abilități de conducere a unei echipe dobândite în urma ocupării postului de antrenor de fotbal;
 Bune abilități de predare, dobândite în urma ocupării postului de asistent universitar.

Competențe dobândite la locul de muncă

Mentorship, fiind responsabil cu instruirea și formarea sportivilor în conformitate 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 în suita Microsoft

INFORMAȚII 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 regarding 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 Constanța, pp 512 – 519, ISSN 2285 – 777X, ISSN – L 2285 – 777X

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)

