

## INFORMAȚII PERSONALE



## Alexandru Andrei Gherman

📍 Păduri, 407280 Florești (România)  
☎ 0264420709  
✉ gherman.alexandru.andrei@gmail.com

Sexul Masculin | Data nașterii 23/09/1987 | Naționalitatea română

## POZIȚIA

## Lector Doctor

## EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

2017–Prezent

## Lector Univ. Dr.

Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, Str. Mihail Kogălniceanu, nr. 1, 400084, Cluj-Napoca, România, [www.ubbcluj.ro](http://www.ubbcluj.ro)  
FACULTATEA DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT Str. Pandurilor, Nr. 7, 400376, Cluj-Napoca, România, <http://sport.ubbcluj.ro>  
Activitate didactică, Activitate de cercetare științifică / Învățământ universitar, Activitate tutoriat

2011–2017

## Asistent Univ. Dr.

Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, Str. Mihail Kogălniceanu, nr. 1, 400084, Cluj-Napoca, România, [www.ubbcluj.ro](http://www.ubbcluj.ro)  
FACULTATEA DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT Str. Pandurilor, Nr. 7, 400376, Cluj-Napoca, România, <http://sport.ubbcluj.ro>  
Activitate didactică, Activitate de cercetare științifică / Învățământ universitar.

2016–2017

## Președinte Executiv - Secția Handbal Masculin

C.S. Universitatea Cluj, Strada Cardinal Iuliu Hossu, Nr. 23, 400029, Cluj-Napoca, Romania, <https://u-cluj.ro/>  
Coordonarea activității secției de handbal masculin a clubului.

## EDUCAȚIE ȘI FORMARE

2019- 2021

## Programele de cercetare postdoctorala

Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, FACULTATEA DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT

2011- 2015

## Titlu de Doctor

Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, FACULTATEA DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT,  
Diplomă de Doctor Seria J, Nr. 0013073, eliberată în baza ordinului Ministerului Educației și Cercetării Științifice nr.5954 din 07.12.2015  
Discipline studiate: Metode de cercetare științifică, Statistică, Antropologie.

2009–2011

## Studii aprofundate în Știința Sportului

Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Diplomă de Masterat Seria A. Nr. 0021741, eliberată de Ministerul Educației Cercetării, Tineretului și Sportului nr.4291 din 30.01.2012  
Discipline studiate: Teoria competiției sportive, Psihologia sportului,

2009–2011

## Programul de studii psihopedagogice Nivelul II.

Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic, UBB, Cluj-Napoca (România), Certificat de Absolvire Seria C, Nr. 0070211, eliberată de Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic UBB Cluj, 2011.

- 2006–2009 **Licențiat în Educație Fizică și Sport**  
 Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Diplomă de Licență Seria B. Nr. 0015673, eliberată de Ministerul Educației, Cercetării și Inovării în data de 26.11.2009.  
 Discipline studiate: Teoria EFS, Teoria și metodică antrenamentului sportiv, Biomecanică, Fiziologie
- 2009–2011 **Programul de studii psihopedagogice Nivelul I.**  
 Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic, UBB, Cluj-Napoca (România), Certificat de Absolvire, Seria B, Nr. 0030506, eliberată de Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic UBB Cluj, 2009.
- 2002–2006 **Absolvent al Liceului cu Program Sportiv Bistrița-Năsăud**  
 Liceul cu Program Sportiv, Bistrița, profilul Sportiv, Diploma de Bacalaureat Seria U. Nr. 0303185, eliberată de Ministerul Educației și Cercetării în data de 18.06.2006.  
 Discipline studiate: Matematică, Biologie, Teoria EFS, Limbi străine.

## EDUCAȚIE ȘI FORMARE (2)

- 19.05.2021 Certificat de Absolvire al *Eon-XR Educator Course*  
 Certificat eliberat de Dan Lejerskar, 218-361-EON-XR-2021, la data de 19.05.2021
- 19.10.2020 – 03.11.2020 Certificat de Absolvire *Competente Antreprenoriale*  
 Certificat eliberat de Ministerul Muncii și Justiției Sociale Seria M Nr. 00241732 la data de 15.12.2020
- 15.06.2018 - 16.06.2018 Absolvent al Cursului *PROFESSIONAL HANDBALL COACHING*  
 Certificat eliberat de FRH în 16.06.2018
- 23.06.2017-24.06.2017 Absolvent al Cursului *PROFESSIONAL HANDBALL COACHING*  
 Certificat eliberat de FRH în 24.06.2017

## COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) Română

Limbile străine

	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
engleză	C1	B1	B1	B1	B1

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

Competențe de comunicare

Competențe de comunicare dobândite prin experiența proprie în calitate de:

- Cadru didactic universitar
- Coordonator workshop-uri sau grupuri de cercetare
- Coordonator evenimente sportive.

Competențe organizaționale/manageriale

Capacități organizatorice și de conducere în calitate de:

- Tutore, Facultatea de Educație Fizică și Sport, UBB Cluj-Napoca
- Membru în comitete de organizare a competițiilor Sportive UBB Cluj-Napoca
- Membru în cadrul unor proiecte de cercetare cu finanțare internațională
- Coordonator lucrări de licență și lucrări de Gradul I
- Spirit organizațional (Coordonator programe de învățământ la nivel Licență și Master)

Competențe dobândite la locul de muncă

- Bună cunoaștere a metodelor de instruire și formare a viitorilor profesori de Educație Fizică și Sport.
- Organizator evenimente sportive.
- Organizare și implementare de proiecte și granturi în calitate de membru (3)

## 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

Certificat de absolvire Competențe Informatice – O.I.P.V.D., înmatriculat în Registrul național al furnizorilor de formare profesională cu nr.24/288/0512.2017. Data eliberării: 25.06.2019

## INFORMAȚII SUPLIMENTARE

## Distincții

- Premiul de Excelență Didactică Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, 18.12.2017
- Premiul Excellentia Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, 16.06.2017
- Membru fondator al AS "U" Handbal Masculin Cluj-Napoca
- LOCUL I Handbal Feminin The 18-th International Women's Handball Tournament on the Occasion of the Students Day Under the Auspices of the Rector of the Prešov University, 2013
  - Locul I Handbal Masculin, Institutie (Organizatie): BOGAZICI UNIVERSITY SPORTS FEST TURCIA 2016, Tip Organizatie: Internațional, Localitate: Istanbul, 2016.
  - LOCUL I Handbal Feminin The 22-th International Women's Handball Tournament on the Occasion of the Students Day Under the Auspices of the Rector of the Prešov University, 2017
  - LOCUL II Handbal Feminin The 20-th International Women's Handball Tournament on the Occasion of the Students Day Under the Auspices of the Rector of the Prešov University, 2015
  - LOCUL II Handbal Feminin The 21-th International Women's Handball Tournament on the Occasion of the Students Day Under the Auspices of the Rector of the Prešov University, 2016
  - LOCUL III Handbal Feminin The 19-th International Women's Handball Tournament on the Occasion of the Students Day Under the Auspices of the Rector of the Prešov University, 2014
  - LOCUL III Handbal Feminin The 23-th International Women's Handball Tournament on the Occasion of the Students Day Under the Auspices of the Rector of the Prešov University, 2018
  - Locul I Handbal Masculin, Institutie (Organizatie): Universitatea Eftimie Murgu din Resita, Tip Organizatie: National, Localitate: Reșița, An: 2014,
  - Locul III Handbal Masculin, Institutie (Organizatie): Universitatea „Stefan cel Mare”, Tip Organizatie: National, Localitate: Suceava, An: 2017,
  - Locul III Handbal Feminin, Institutie (Organizatie): Universitatea Babeș-Bolyai Cluj-Napoca, Tip Organizatie: Internațional, Localitate: Cluj-Napoca, An: 2018,

## Publicații

## A. Teza de doctorat:

**GHERMAN Alexandru-Andrei**, *PERFECTIONAREA BIOMECHANICII MIȘCĂRILOR PRIN MODELARE TRIDIMENSIONALĂ ȘI ANTRENAMENT MINTAL ÎN JOCUL DE HANDBAL*, DOMENIUL: ȘTIINȚELE MOTRICITĂȚII UMANE CALIFICATIV: FOARTE BINE DATA : 07.12.2016

## B. Cărți publicate în edituri recunoscute CNCSIS în calitate de unic autor cu ISBN:

1. **GHERMAN Alexandru-Andrei**, carte, *PERFECTIONAREA BIOMECHANICII MIȘCĂRILOR PRIN MODELARE TRIDIMENSIONALĂ ȘI ANTRENAMENT MINTAL ÎN JOCUL DE HANDBAL*, CASA CARTII DE STIINTA, CLUJ-NAPOCA, 2016, P. 165

## B.2. Suporturi de curs

1. Gomboș Leon, Zamfir Gheorghe, **Gherman Alexandru Andrei** – *HANDBAL - CURS DE SPECIALIZARE ANUL II*, FEFS, UBB Cluj-Napoca, 2010, P. 96
2. Gomboș Leon, Zamfir Gheorghe, **Gherman Alexandru Andrei** – *HANDBAL - CURS DE SPECIALIZARE ANUL III*, FEFS, UBB Cluj-Napoca, 2010, P. 94

### C. Lucrări publicate în conferințe științifice internaționale indexate ISI

1. Gombos Leon, **Gherman Alexandru-Andrei**, Pătrașcu Adrian, One legged transitional unbalance stances in hand-eye coordination test, conferința ISI, WLC 2016 - World LUMEN Congress. Logos Universality Mentality Education Novelty 2016 12-16 Apr. Iasi Romania, Published by the Future Academy, Editor: Antonio SANDU, Tomita CIULEI, Ana FRUNZA , e-ISSN: 2357-1330, <http://www.futureacademy.org.uk/publication/EpSBS/WLC2016>, 2016, P. 402-409

### D. Lucrări publicate în conferințe științifice internaționale cu editori, ISBN, indexate BDI

1. **GHERMAN Alexandru-Andrei**, Gombos Leon, *POWERED LANDMARKS FORMING INTERNAL MODELS OF REPRESENTATIONS AND CALLING THEM THROUGH MENTAL TRAINING IN HANDBALL PLAYERS*, THE VII INTERNATIONAL CONFERENCE - EDUCATION FOR HEALTH AND PERFORMANCE, S T U D I A UNIVERSITATIS BABEȘ-BOLYAI , EDUCATIO ARTIS GYMNASTICAE, 2014, P. 50-57
2. **GHERMAN Alexandru-Andrei**, Gombos Leon, *Evaluation of Moven Costume in biomechanical movement and three dimensional analysis of 7m throwing in handball*, PROCEEDINGS of the 8-th ANNUAL INTERNATIONAL CONFERENCE: PHYSICAL EDUCATION, SPORT AND HEALTH, PITESTI 19-20 NOVEMBER 2015, ROMANIA, <http://www.upit.ro/#1>, SCIENTIFIC REPORT PHYSICAL EDUCATION AND SPORT, 2015, P.236-239
3. Leon GOMBOȘ, **Alexandru Andrei GHERMAN**, Adrian PĂTRAȘCU, Paul RADU, *POSTURAL BALANCE AND 7-METER THROW'S ACCURACY IN HANDBALL*, TIMIȘOARA PHYSICAL EDUCATION AND REHABILITATION JOURNAL VOLUME 1, ISSUE 19, 2017, P.103, DOI:10.1515/tperj-2017-0025
4. **Alexandru Andrei GHERMAN**, Leon GOMBOȘ, Adrian PĂTRAȘCU, Sergiu POP, 2017, *IZOMETRIC EFFORT IN THE BALANCE STANCE OF HANDBALL THROW*, TIMIȘOARA PHYSICAL EDUCATION AND REHABILITATION JOURNAL VOLUME 10, ISSUE 19, P 97 DOI:10.1515/TPERJ-2017-0024

### E. Articole publicate în reviste recunoscute CNCSIS ( Categoria B+), indexate BDI

1. Gomboș Leon, Zamfir Gheorghe, **Gherman Alexandru Andrei**, Simonek Jaromir, Dusan Cheben, *STUDY ON THE ROLE OF DYNAMIC GAMES AS A METHOD OF LEARNING HANDBALL BY CHILDREN AND JUNIOR PLAYERS*, STUDIA UNIVERSITATIS BABES-BOLYAI EDUCATIO ARTIS GYMNASTICAE, Categ CNCSIS B+, Nr.4, 2010, P. 35 – 41
2. Gomboș Leon, Pătrașcu Adrian, **Gherman Alexandru Andrei**, *POWER OUTPUT TEST WITH THE MGM-15 JUMP CARPET*, STUDIA UNIVERSITATIS BABES-BOLYAI EDUCATIO ARTIS GYMNASTICAE, Categ CNCSIS B+, NR. 2, 2012, P.59 – 65

### F. Proiecte instituționale:

1. Responsabil Activitate A4 - Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013 „Investește în Oameni” Organizat de Universitatea Babeș-Bolyai prin Facultatea de Educație Fizică și Sport. Titlul acțiunii fiind „Săptămâna Carierei” încercând-se prin acest proiect „Îmbunătățirea interacțiunii Universității cu mediul de afaceri” POSDRU/156/1.2/G/134774

2. *Titlu proiect (Română): ANTRENAREA SI DEZVOLTAREA ABILITATILOR PENTRU STUDENTIE (ADAPT)*, Lista post-persoana: **GHERMAN Alexandru-Andrei** • Departamentul de jocuri sportive • 2017-07-01 -> 2020-07-01 Unitate administrativa: Centrul pentru Managementul Cercetării Științifice, Data inceput: 2017-07-01, Data sfarsit: 2020-07-01, Durata (numar luni): 36, Durata (numar ani): 4 Categorie: National, Autoritate: MEN-UMPFE, Tip program: ROSE - Romania Secondary Education, Tip proiect: SGU - Schema de Granturi pentru Universitati - necompetitive