



Curriculum vitae Europass



Informații personale

Nume / Prenume **CARABAȘ IONICĂ**
Adresă(e) STRADA N. FIRU, CHIȘODA, TIMIȘ, ROMANIA
Telefon(oane) Mobil: 0722467207
Fax(uri)
E-mail(uri) ionica.carabas@ubbcluj.ro
Naționalitate(-ități) română
Data nașterii
Sex masculin

Domeniul ocupațional Învățământ superior

Experiența profesională

Perioada	Februarie 2015 - prezent
Funcția sau postul ocupat	Conferențiar universitar
Activități și responsabilități principale	Activitate didactică la disciplinele: Atletism, Schi, Metode de cercetare în EFS, Antropologie motrică, Activități motrice pe grupe de vârstă, Activități motrice adaptate.
Numele și adresa angajatorului	Universitatea „Babeș Bolyai” din Cluj, Str. Mihail Kogălniceanu, nr. 1, Cluj
Perioada	1997 – Februarie 2015
Funcția sau postul ocupat	Cadru didactic titular, ocupând pe rând următoarele funcții didactice: preparator(1997-1999), asistent universitar(1999-2002), lector universitar(2002-2015)
Activități și responsabilități principale	Activitate didactică la disciplinele: Atletism, Activități fizice adaptate, Activități fizice pe grupe de vârstă, Antropologia sportului Activitate de cercetare în domeniul biomecanicii
Numele și adresa angajatorului	Universitatea de Vest Timișoara, Timișoara, Bd. V. Pârvan, nr.4

Educație și formare

Perioada	2001-2008
Calificarea / diploma obținută	Diploma de doctor
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Biomecanica, cunoștințe aprofundate și abilități de cercetare în domeniul ingineriei mecanice
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare	Universitatea Politehnica din Timișoara
Nivelul în clasificarea națională sau internațională	Doctor în științe ingineresti

Perioada 1998- 2002

Calificarea / diploma obținută **Licențiat în kinetoterapie**

Disciplinele principale studiate /
competențe profesionale dobândite Anatomie, Fiziologie, Biomecanică, Masaj, Recuperare funcțională

Numele și tipul instituției de învățământ /
furnizorului de formare Universitatea de Vest Timișoara – Facultatea de Educație Fizică și Sport

Nivelul în clasificarea națională sau
internațională Licențiat în kinetoterapie

Perioada 1991- 1995

Calificarea / diploma obținută **Licențiat în Educație Fizică și Sport**

Disciplinele principale studiate /
competențe profesionale dobândite Teoria și metodică educației fizice și sportului, Teoria antrenamentului sportiv, Igienă,
Anatomie, Fiziologie, Tehnica și metodică majorității ramurilor sportive

Numele și tipul instituției de învățământ /
furnizorului de formare Universitatea de Vest Timișoara – Facultatea de Educație Fizică și Sport

Nivelul în clasificarea națională sau
internațională Licențiat în educație fizică și sport

Perioada 1983 - 1987

Calificarea / diploma obținută **Diplomă de bacalaureat**

Disciplinele principale studiate /
competențe profesionale dobândite Chimie, Fizică, Lb română, Istorie, Matematică, Biologie, Geografie

Numele și tipul instituției de învățământ /
furnizorului de formare Liceul de chimie industrială Azur Timișoara

Nivelul în clasificarea națională sau
internațională Operator chimist

**Competențe și aptitudini
organizatorice** **Decan** al Facultății de Științe Sociale, Universitatea „Eftimie Murgu” Reșița, 2018 -
2020

Director de contract, Platforma de implantologie, protezare inteligentă și recuperare
biomecanică, CNC SIS, 2004 – 2008

Director sportiv al echipei de handbal masculin Politehnica Timișoara, 2008 – 2009

Membru în Senatul Universității „Eftimie Murgu” din Reșița: 2017 – 2020

Coordonator al Departamentului Erasmus al Facultății de Educație Fizică și Sport din
Timișoara: 2010 – 2011

Manager general al echipei de futsal Informatica Timișoara: 2016

Director de contract al proiectului „Cultură, sport și educație la 100 de ani de la Marea
Unire”: Reșița, 2018

Sef Serviciu logistică și achiziții publice în cadrul CJAS Timiș: 2009 – 2013

Sef Birou Resurse Umane în cadrul CJAS Timiș: 2013 – 2017

Observator de joc în cadrul AJF Timiș, 2014 – 2019

Membru în comisia de organizare a numeroase manifestări științifice naționale

Antrenor principal al echipei de handbal Politehnica Timișoara, 2002 – 2005

Antrenor principal al echipei de handbal CSM Lugoj, 2010 – 2011

Antrenor principal al echipei de handbal CS Universitatea Timișoara, 2012 – 2014,
Liga I

Alte competențe și aptitudini Obținerea **Certificatului de atestare profesională - antrenor handbal**, Centrul Național de Formare și Perfecționare a antrenorilor : București – 1995
 Obținerea **Certificatului de clasificare profesională - antrenor de atletism**, Centrul de Formare și Perfecționare a antrenorilor: București – 1998
Absolvirea programului de perfecționare *Reglementări metodologice privind activitățile de contractare, decontare, resurse umane și achiziții publice din cadrul FASS: 2009*
Absolvirea programului de perfecționare *Expert achiziții publice, 2009*
Absolvirea programului de perfecționare *Managementul instrumentelor structurale, modulul 2 expert implementare fonduri structurale și de coeziune, Ministerul Dezvoltării regionale și Administrației Publice, 2015*
Absolvirea programului de formare profesională *Evaluator competențe profesionale, 2020*
Absolvirea programului de perfecționare *Auditor în domeniul calității, 2020*

Membru în organizații de specialitate **Membru** al *Consiliului Științei Sportului din România*: 2010 - prezent
Membru al *Societății Științei, Excelenței Umane și Sportului Universitar*: 2014 - prezent
Membru al *Academiei Olimpice Române*: 2013 - prezent
Membru al *Organizației Județene Sportul Pentru Toți Caras – Severin*, 2017 – prezent

Aptitudini și competențe personale

Limba(i) maternă(e)	română									
Limba(i) străină(e) cunoscută(e)										
Autoevaluare	Înțelegere				Vorbire				Scriere	
Nivel european (*)	Ascultare		Citire		Participare la conversație		Discurs oral		Exprimare scrisă	
Limba	B2	engleză	B2	engleză	B2	engleză	B2	engleză	B2	engleză
Limba	B2	germană	B2	germană	B2	germană	B2	germană	B2	germană

(*) [Nivelul Cadrului European Comun de Referință Pentru Limbi Străine](#)

Proiecte și programe de cercetare **Director de contract**, Platforma de implantologie, protezare inteligentă și recuperare biomecanică, CNCSIS, 2004 - 2008
Director de contract al proiectului „Cultură, sport și educație la 100 de ani de la Marea Unire”: Reșița, 2018

Activități profesionale **Lector** la cursul de formare a antrenorilor organizat de Federația Luxemburgheză de Handbal, 2011 – 2015
Membru în colectivul de redacție al Analelor UVT
Membru în colectivul de redacție al Analelor UEM Reșița
Coordonator al lucrărilor de cercetare în vederea obținerii gradului didactic I în învățământ, 2010 – prezent
Președinte al Comisiilor desemnate în vederea obținerii gradului didactic I în învățământ 2009 - prezent
Evaluator în cadrul Examenului Național de Definitivat, 2016 - prezent

Performanțe profesionale **Maestru al sportului, 1995**

Antrenor principal Politehnica Izometal Timișoara – **loc 7** în Liga Națională de Handbal masculin, 2005

Antrenor principal al echipei Universității de Vest din Timișoara, **loc I** la Campionatele Naționale Universitare de Handbal masculin, Reșița, 2004

Antrenor principal al echipei Universității de Vest din Timișoara, **loc II** la Campionatele Naționale Universitare de Handbal masculin, Reșița, 2005

Preparator fizic al echipei de rugby CS Universitatea Timișoara, **câștigătoare** Cupei României, Alba Iulia, 2012

Preparator fizic al echipei de fotbal CS Auxerre Lugoj, **promovare în Liga a II –a de fotbal**

Antrenor principal al echipei de handbal CS Universitatea Timișoara, 2012 – 2014, Liga I

Antrenor principal al echipei de handbal CSM Lugoj, 2010 – 2011, Liga I

Diploma de excelență, Primăria Municipiului Timișoara, 2012

Diploma de excelență, Universitatea de Vest Timișoara, 2012

Diploma de excelență, Universitatea „Eftimie Murgu” Reșița, 2018

Domenii de competență Handbal, Atletism, Educație Fizică, Kinetoterapie

Competențe și abilități sociale Seriozitate, inițiativă, creativitate, flexibilitate, motivație, responsabilitate, capacitate de muncă ridicată, bună comunicare și relaționare, spirit de echipă.

Competențe și aptitudini tehnice Capacitate de a utiliza în mod eficient dotarea tehnică.

Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului Utilizarea programelor standard Windows, Microsoft Office, Internet Explorer, SPSS

Alte competențe și aptitudini Aptitudini sportive și artistice

Permis de conducere Categoria B din anul 1992

Reșița, 22.02.2024