

INFORMAȚII PERSONALE

Apostu Alina Paula

📍 Pandurilor, nr. 7, Cluj Napoca (România)

☎ 0723781223

✉ alina.apostu@ubbcluj.ro

POZIȚIA Conf. univ. dr., Facultatea de Educație Fizică și Sport, Departamentul de Jocuri Sportive

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

- 2016–Prezent** **Conferentiar universitar**
Universitatea „Babeș-Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport, str. Pandurilor nr.7, 400367, Cluj Napoca (România)
Activitate didactică, Activitate de cercetare științifică / Învățământ universitar (IF și IFR)
- 2011–2016** **Lector universitar**
Universitatea „Babeș-Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport, str. Pandurilor nr.7, 400367, Cluj Napoca (România)
Activitate didactică, Activitate de cercetare științifică / Învățământ universitar (IF și IFR)
- 2004–2011** **Asistent universitar**
Universitatea „Babeș-Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport, str. Pandurilor nr.7, 400367, Cluj Napoca (România)
Activitate didactică, Activitate de cercetare științifică / Învățământ universitar (IF și IFR)
- 2002–2004** **Preparator universitar**
Universitatea „Babeș-Bolyai, Facultatea de Educație Fizică și Sport, str. Pandurilor nr.7, 400367, Cluj Napoca (România)
Activitate didactică, Activitate de cercetare științifică / Învățământ universitar (IF și IFR)

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

- 01/10/2004–30/09/2010** **Titlul de doctor în Management** Național
Facultatea de Științe Economice și Gestiunea Afacerilor, Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj Napoca (România)
Discipline studiate: Management strategic, Managementul firmei, Teoria organizației, Managementul resurselor umane
- 01/10/2002–06/2003** **Masterat în educație fizică și kinesiologie** Național
Universitatea „Babeș-Bolyai”, Facultatea de Educație Fizică și Sport, str. Pandurilor nr.7, 400367, Cluj Napoca (România)
Discipline studiate: Fiziologia efortului în EFS și kinesiologie, Asistență psihologică în EFS și kinesiologie

01/10/1998–06/2002 **Licențiat în educație fizică și sport/ Diplomă de licență** Național
 Universitatea „Babeș-Bolyai”, Facultatea de Educație Fizică și Sport, str. Pandurilor nr.7,
 400367, Cluj Napoca (România)

Discipline studiate: Teoria educației fizice, Teoria antrenamentului sportiv, Fiziologia efortului fizic

COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) Româna

Limbile străine

	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
engleză	B2	B2	B2	B2	B2

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

- abilități de comunicare;
- muncă în echipă;
- capacitate de adaptare la diferite medii de lucru;
- experiență profesională în domeniul didactic, de cercetare și performanță sportivă la nivel național și internațional în domeniul tenisului de masă, abilități de editare a materialelor de specialitate.

Competențe organizaționale/manageriale

- Membru în comitete de organizare a unor conferințe naționale și internaționale;
- Coordonator lucrări de licență, disertație și lucrări de Gradul I
- Membru în cadrul unor proiecte de cercetare cu finanțare internațională;
- Membru în consiliul departamentului și al facultății

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

Alte competențe

- antrenor de tenis de masă categoria a-III-a
- arbitru de tenis de masă
- observator pe ramură de sport – tenis de masă

INFORMAȚII SUPLIMENTARE
Proiecte Proiecte instituționale-membrii echipă

- Absolvirea programului postuniversitar: EDUCAȚIE PERMANENTĂ, DE PERFECTIONARE PROFESIONALĂ A ADULȚILOR, denumit Psihopedagogie: Metode de transmitere a cunoștințelor adaptate generației Z, 2022
- Participare la curs deschis Securitate în internet, 2021
- Proiecte instituționale - categorie Fonduri structurale; Practica cu succes! Tip proiect: Stagii de practica; An început: 2020
- Participare la/organizare de școli de vară cu activități academice dedicate elevilor Denumire manifestare: RED ROSE, 116/SGU/PV/II; An: 2019, 2020, 2021, 2022
- POSDRU/156/1.2/S/133681, e-Learning eficient, Individualizat și Adaptativ pentru învățământ la distanță (e-LIADA), Manager de proiect Mihăilă Adrian Alin, Membru în proiectul de cercetare, valoare 2138657 RON, durata 1 an (2014-2015);
- POSDRU/86/1.2/S/60720, Dezvoltarea și implementarea unui sistem de monitorizare, îmbunătățire continuă și evaluare a calității în învățământul superior deschis și la distanță pe baza indicatorilor de performanță și standardelor internaționale de calitate, Beneficiar: Universitatea Spiru-Haret, Proiect finanțat din Fondul Social European, prin Programul Operațional Sectorial de Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013
- Membru în proiectul național „Și eu trăiesc sănătos!” – SETS, 2014

Conferințe Membru în comitete de organizare a conferințelor internaționale

- Tipul conferinței: internaționale, Conferința: : Al VII-a CONFERINȚĂ INTERNAȚIONALĂ „Educație pentru sănătate și performanță” Tara: Romania, Orașul: Cluj-Napoca, Instituția organizatoare: UBB Facultatea de Educație Fizică și Sport, Anul: 2014, Funcția: membru în comitetul de organizare
- Tipul conferinței: internaționale, Conferința: Internațională a Consorțiului Universitaria „Educație pentru sănătate și performanță” Tara: Romania, Orașul: Cluj-Napoca, Instituția organizatoare: UBB Facultatea de Educație Fizică și Sport, Anul: 2016, Funcția: membru în comitetul de organizare
- Membru în comitetul de organizare al conferinței internaționale, Conferința: 5th International Conference of the Universitaria Consortium - Education for Health and Performance, Tara: Romania, Orașul: Cluj-Napoca, Instituția organizatoare: UBB Facultatea de Educație Fizică și Sport, Anul: 2019

Premii, distincții

- Premiul „Comenius”, acordat de UBB, 2011
- Premiul de Excelență Didactică, acordat de UBB, 2025

Activitatea științifică

- 2 cărți ca unic autor, 1 carte coautor; 10 cursuri nivel licență; 43 lucrări publicate în reviste de specialitate; 13 lucrări comunicate în diferite conferințe naționale și internaționale

Performanțe sportive personale

- 9 medalii de aur în probele de simplu, dublu, dublu mixt și echipe la tenis de masă
- 7 medalii de argint la campionatele naționale la tenis de masă
- 9 medalii de bronz la campionatele naționale și internaționale la tenis de masă
- Componentă a loturilor naționale de cadeți și juniori în perioada 1996-1999

Performanțe obținute la competiții studențești:

- 1 medalie de aur la Campionatul Național Universitar, în proba de simplu masculin – tenis de masă, Constanța 2014
- 3 medalii de bronz la competiția internațională studențească EuroRoma, Italia în probele de simplu masculin, dublu mixt și echipe – tenis de masa
- 2 medalii de aur; 1 medalie argint; 2 medalii de bronz la competiția sportivă internațională studențească Bogazici University International Sport FEST, Turcia