



## Europass Curriculum vitae



### INFORMAȚII PERSONALE

Nume / Prenume **ALEXE CRISTINA IOANA**  
Adresă Bacău  
Telefon /Fax  
E-mail  
Naționalitate Română  
Data nașterii  
Stare civilă

### EDUCAȚIE ȘI FORMARE (STUDII EFECTUATE ȘI DIPLOME OBȚINUTE)

#### **Perioada Decembrie 2013**

Nivelul formei de instruire **Program de perfecționare - Auditor în domeniul calității**  
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională Universitatea Spiru Haret în parteneriat cu Universitatea Națională de Apărare „Carol I” și Pluri Consultants România, POSDRU/86/1.2/S/62249  
Tipul calificării / diploma Auditor în domeniul calității / certificat de absolvire

#### **Perioada 2012**

Nivelul formei de instruire **Studii de avansare în clasificare profesională**  
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională Ministerul Educației, Cercetării, Tineretului și Sportului – Agenția Națională pentru Sport și Tineret - Centrul Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor,  
Tipul calificării / diploma **Antrenor Maestru** / adeverință Decizie C.N.F.P.A. 158 / 06.11.2012

#### **Perioada Noiembrie 2008 – Iunie 2012**

Nivelul formei de instruire **Studii de doctorat / Învățământ superior ISCED 8**  
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport București  
Tipul calificării / diploma Doctor în Educație Fizică și Sport / Diplomă de Doctor

#### **Perioada 2012**

Nivelul formei de instruire **Curs de perfecționare profesională**  
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională Centrul Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor, Federația Română de Atletism  
Tipul calificării / diploma Certificat de perfecționare profesională seria A 03982

#### **Perioada 2009**

Nivelul formei de instruire **Studii de avansare în clasificare profesională**  
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională Ministerul Tineretului și Sportului, Centrul Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor  
Tipul calificării / diploma Antrenor Categoria a II a / Certificat de clasificare profesională

#### **Perioada 2007**

Nivelul formei de instruire **Curs de perfecționare profesională**  
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională Centrul Național de Formare și Perfecționare a Antrenorilor, Federația Română de Atletism  
Tipul calificării / diploma Certificat de perfecționare profesională seria A 01422

<b>Perioada</b> 2003-2005	<b>Studii postuniversitare de masterat / Învățământ superior ISCED 7</b>
Nivelul formei de instruire	Universitatea din Bacău - Facultatea de Educație Fizică și Sport
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională	Diploma de Master / “Recuperarea sechelele posttraumatice ale țesutului cutanat și subcutanat”
Tipul calificării / diploma	
<b>Perioada</b> 2003	<b>Definitivarea în învățământ</b>
Nivelul formei de instruire	Universitatea din Bacău
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională	Definitivarea în învățământ / Certificat de acordare a definitivării în învățământ
Tipul calificării / diploma	
<b>Perioada</b> 2003	<b>Curs perfecționare 3 luni în Masaj clasic</b>
Nivelul formei de instruire	Universitatea din Bacău
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională	Studii postuniversitare de perfecționare / Certificat de absolvire
Tipul calificării / diploma	
<b>Perioada</b> 1996 – 2000	<b>Studii de licență / Învățământ superior ISCED 6</b>
Nivelul formei de instruire	Universitatea din Bacău - Facultatea de Educație Fizică și Sport
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională	<b>Licențiată/ Educație fizică și Sport, specializarea Educație fizică și Sport; Antrenor categoria a III a, specializarea atletism</b>
Tipul calificării / diploma	
<b>Perioada</b> 1990 – 2000	<b>Sportivă de performanță</b>
Nivelul formei de instruire	Liceul cu Program Sportiv Suceava / CSU Bacău
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională	Componentă a Lotului Național de Juniori Loc IV cu echipa României de junioare la Campionatul Mondial de Cros- 1996 Africa de Sud; peste 20 medalii obținute la diferite ediții ale campionatelor naționale
<b>Perioada</b> 1992 – 1996	<b>Învățământ liceal. ISCED 3</b>
Nivelul formei de instruire	Liceul cu Program Sportiv Suceava
Numele instituției prin care s-a realizat formarea profesională	Diploma de bacalaureat.
Tipul calificării / diploma	

#### LOCUL DE MUNCĂ

**Clubul Sportiv „ȘTIINȚA” din Bacău**

#### EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

<b>Perioada</b> 01 octombrie 2019 - prezent	<b>Cadru didactic asociat</b>
Funcția sau postul ocupat	Activitate didactică de predare în regim de plata cu ora
Activități și responsabilități	Universitatea Vasile Alecsandri din Bacău
Numele și adresa angajatorului	Activitate didactică / Învățământ superior
Tipul / sector activitate	
<b>Perioada</b> 06 noiembrie 2012 - prezent	<b>Antrenor Maestru, secția atletism</b>
Funcția sau postul ocupat	Organizare, planificare, pregătire sportivi, coordonare lot, analiză
Activități și responsabilități	Clubul Sportiv „Știința” din Bacău
Numele și adresa angajatorului	

Tipul activității / sector activitate	sport de performanță, sport universitar
<b>Perioada</b>	<b>01 septembrie 2006 – iunie 2012</b>
Funcția sau postul ocupat	Profesor I titular
Activități și responsabilități	Activități didactice: ore de predare, evaluare: în cadrul activității didactice directe; participare la competiții sportive școlare, participare la proiecte cu alte instituții
Numele și adresa angajatorului	Colegiul Tehnic de Comunicații, „Nicolae Vasilescu Karpen” din Bacău;
Tipul activității / sector activitate	învățământ preuniversitar - liceal
<b>Perioada</b>	<b>01 septembrie 2005-31 august 2006</b>
Funcția sau postul ocupat	<b>Profesor detașat în interesul învățământului</b>
Activități și responsabilități	Educație, predare, evaluare
Numele și adresa angajatorului	Colegiul Național „Ferdinand I” din Bacău;
Tipul activității / sector activitate	învățământ preuniversitar
<b>Perioada</b>	<b>1 septembrie 2000- 31 august 2005</b>
Funcția sau postul ocupat	<b>Profesor I titular</b>
Activități și responsabilități principale	Activități didactice: ore de predare, evaluare: în cadrul activității didactice directe
Numele și adresa angajatorului	Liceul cu Program Sportiv din Suceava
Tipul activității / sector activitate	Învățământ liceal
<b>Perioada</b>	<b>2006 – 2020</b>
Funcția sau postul ocupat	<b>Antrenor responsabil cu pregătirea sportivilor seniori componenți ai Lotului Național de Atletism al României</b>
Activități și responsabilități principale	Elaborarea programelor de pregătire, stabilirea obiectivelor de performanță, identificarea celor mai bune locuri pentru pregătirea sportivilor, pregătirea sportivilor, participarea în competiții, analiza activității de performanță
Numele și adresa angajatorului	Clubul Sportiv ȘTIINȚA din Bacău
Tipul activității / sector activitate	sport, educație, sport de performanță
<b>Perioada</b>	<b>2002 – 2020</b>
Funcția sau postul ocupat	<b>Arbitru sportiv</b>
Activități și responsabilități principale	Supravegherea și organizarea activității sportive de performanță (atletism) în timpul competițiilor sportive locale, județene și naționale desfășurate în municipiul Bacău
Numele și adresa angajatorului	Federația Română de Atletism, Asociația Județeană de Atletism, Direcția Județeană pentru Sport și Tineret Bacău
Tipul activității / sector activitate	sport, educație, sport de performanță
<b>Perioada</b>	<b>2001-2002</b>
Funcția sau postul ocupat	<b>Responsabil în comisia de atletism</b>
Activități și responsabilități principale	Organizarea și desfășurarea concursurilor și activităților sportive la nivel local și județean
Numele și adresa angajatorului	Liceul cu Program Sportiv din Suceava
Tipul activității / sector activitate	Educație, sport de performanță
<b>Perioada</b>	<b>2005 - prezent</b>
Funcția sau postul ocupat	<b>Voluntar</b>
Activități și responsabilități principale	coordonare grupe elevi / copii / sportivi în activități educaționale și sportive specifice; implicare socială pentru sprijin persoane.
Numele și adresa angajatorului	S.O.S. Satele Copiilor Hemeiuși (Bacău 2009), Direcția Județeană pentru Sport și Tineret Bacău (din 2005), Federația Română Sportul pentru Toți (din 2008), Habitat for Humanity România (2017), CSM Bacău (2014-2016).
Tipul activității / sector activitate	Voluntariat

## Perioada 2005 - prezent

Funcția sau postul ocupat	Profesor/Antrenor
Activități și responsabilități principale	Pregătirea sportivilor de performanță pentru participare la competiții naționale, naționale universitare și internaționale
Numele și adresa angajatorului	Clubul Sportiv „Știința” din Bacău (din 2005); Clubul Sportiv Municipal Bacău (din 2014)
Tipul activității / sector activitate	Performanțe sportive obținute în activitatea de antrenor: <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>un sportiv participant la Jocurile Olimpice</b> de la Rio 2016- proba maraton;</li><li>- <b>Medalie bronz la Campionatul Mondial</b> de Alergare Montana Ultramaraton, Portugalia 2019- sportivă Pîșcu Andreea</li><li>- <b>Medalie bronz la Campionatul Mondial</b> de Alergare Montana 41,5 km, Argentina 2019- sportivă Pîșcu Andreea</li><li>- <b>Medalie de argint la Campionatul European de Tineret – 2013</b> - proba 10000m – sportiv Soare Alexandru;</li><li>- <b>Medalie de argint la Jocurile Mondiale Universitare – Taipei 2017</b> - proba 10000m – sportiv Soare Alexandru</li><li>- <b>Medalie de argint la Jocurile Mondiale Universitare Gwangju 2015</b> - proba 10000m – sportiv Soare Alexandru,</li><li>- <b>Loc 4 – Jocurile Mondiale Universitare – Taipei 2017</b> - proba 5000m – sportiv Soare Alexandru</li><li>- sportiv promovat în lotul olimpic de atletism pentru J.O. Beijing 2008 (proba 800m) și realizarea baremului B de participare la Jocurile Olimpice Beijing 2008;</li><li>- <b>loc 6 la Campionatul Mondial Universitar, Bangkok, Tailanda, 2007</b></li><li>- <b>12 sportivi seniori promovați la lotul național de atletism</b> (semifond-fond, perioada 2006-2019)</li><li>- <b>loc V la Campionatul European de Atletism – Tineret, Debrecen, 2007</b></li><li>- <b>loc II la Campionatul European de Atletism pe echipe, Bergen, 2009</b> (proba 800m);</li><li>- <b>loc III Campionatul European de Atletism pe echipe, Dublin 2013</b></li><li>- <b>loc III Campionatul European de Atletism pe echipe, Norvegia, 2019</b></li><li>- <b>loc I la Cupa Europei de Atletism, Milano, 2007</b> (proba 800 m);</li><li>- <b>loc II la Cupa Europei de Atletism, Salonic, 2006</b> (proba 1500m);</li><li>- <b>două loc III la Cupa Europei de Atletism, Salonic (2006) și Milano (2007);</b></li><li>- <b>20 titluri de campion balcanic</b> la 800m, 1500m, 5000m,10000m și semimaraton în perioada 2006 – 2019;</li><li>- <b>Record National Semimaraton Tineret</b> - sportiv Soare Nicolae Alexandru</li><li>- <b>108 de titluri de campion național</b> la 800m, 1500m, 4x400m, 5000m,10000m, semimaraton, 3000m obstacole, maraton, ultramaraton, cros, în perioada 2005 – 2019;</li><li>- numeroase locuri II și III la campionatele naționale de atletism, seniori și tineret – probe de semifond-fond;</li></ul>

### ELEMENTE DE RECUNOAȘTERE A CONTRIBUȚIILOR ȘTIINȚIFICE

Participare Conferințe Internaționale de specialitate	15 participări la conferințe naționale și internaționale
Lucrări/ articole publicate	27 de lucrări / articole publicate în reviste de specialitate și în volumele conferințelor naționale și internaționale la care am participat
Cărți de specialitate	8 cărți de specialitate
Proiecte de cercetare-dezvoltare locale	<b>membre</b> Contract de cercetare științifică nr.11/2011 „Stresul indus de factorii de mediu la atleții de performanță – Concluzii privind managementul profilaxiei secundare și terțiare”, Beneficiar „Medical Top Dr.Sorin Boană”;
Apartenența la societăți științifice	Membru al Consiliului Științei Sportului din România (din 2003) Membru al Asociației de Alegeziologie din România (din 2005) Membru al FIEP, filiala România (din 2013)

**Aptitudini și competențe personale**

Limba maternă	Română					
Limba(i) străină(e) cunoscută(e)						
Autoevaluare	<b>Înțelegere</b>		<b>Vorbire</b>		<b>Sciere</b>	
<i>Nivel european</i> (*)	Ascultare	Citare	Participare la Discurs oral	la Discurs oral	Exprimare scrisă	
			conversație			
<b>Engleză</b>	C1	B2	B2	B2	B1	
<b>Franceză</b>	B2	B2	B2	B2	B1	

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

Competențe și abilități sociale	Abilități de comunicare verbală și nonverbală, capacitate de lucru în echipă. Altruism, orientare helping, empatie,
Competențe și aptitudini organizatorice	capacitate de analiză și sinteză, capacitate de rezolvare a problemelor, capacitate de organizare și coordonare, capacitate de autocontrol și de adaptare la situații diverse, hotărâre, perseverență.
Competențe și aptitudini tehnice	Utilizarea computerului și alte echipamente tehnice de birou, utilizarea mijloacelor audio-video de prezentare
Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului	Programele și suita Windows, Microsoft Office, Navigare platforme online
Permis(e) de conducere	Dețin permis de conducere categoria B

**Informații suplimentare**

Prof. dr. Doina Ofelia Melinte - antrenor emerit;  
 Prof.univ.dr. Grapă Florin- Director Club Sportiv ȘTIINȚA din Bacău  
 Prof. univ. dr. Grigore Vasilica –U.N.E.F.S. București;  
 Prof. Florea Florin – Președinte Federația Română de Atletism  
 Potec Camelia – Președinte Federația Română de Natație

31 martie 2020

Lector univ. dr. **Cristina Ioana Alexe**