

## Curriculum vitae Europass



### Informații personale

Nume/Prenume Podar Alin Adrian  
Adresă(e) Bld. Transilvania, Nr. 14, Bl. 11, Sc. 2, Ap. 2, Municipiul Alba Iulia, Județul Alba, România  
Telefon(oane) 0743057536  
Fax(uri) -  
E-mail(uri) podar.alin89@gmail.com  
Naționalitate(-tăți) Română  
Data nașterii 25.10.1989  
Sex Masculin

**Locul de muncă actual** Centrul Medical Maria Beatrice din Alba Iulia

### Domeniul ocupațional

#### Experiența profesională

Perioada 2012 - prezent

Funcția sau postul ocupat Kinetoterapeut VOJTA la Centrul Medical Maria Beatrice din Alba Iulia  
Responsabil Aria Motrică – Departament de Cercetare Științifică

Activități și responsabilități principale Kinetoterapie și fizioterapie pediatrică, hidrokinetoterapie, recuperare medicală  
Activități didactice, management, inițiere de parteneriate, asistență științifică, elaborare de proiecte de cercetare

Numele și adresa angajatorului Centrul Medical Maria Beatrice din Alba Iulia, Str. Lalelelor, Nr. 60, Alba Iulia, Județul Alba

Perioada 2015 - 2019

Funcția sau postul ocupat Asistent universitar doctorand

Activități și responsabilități principale Didactice, educative și de cercetare și management al catedrei

Numele și adresa angajatorului Universitatea 1 Decembrie 1918 din Alba Iulia, Str. Gabriel Bethlen, Nr. 5, Alba Iulia, Județul Alba

### Educație și formare

Perioada 2015 - prezent

Calificarea/diploma obținută -

Disciplinele principale studiate/competențe profesionale dobândite Deontologia cercetării științifice și a comunicării academice, Managementul de cercetare științifică, Viziuni și orientări moderne în antrenamentul sportiv, aprofundări conceptuale, Bazele științifice ale pregătirii musculare, Managementul educației fizice, abordări praxiologice și studii de caz, Teoria sistemelor - elemente specifice utilizate în știința sportului și a educației fizice

Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea din Pitești

Școala doctorală în Știința sportului și Educației fizice

Perioada 2012 – 2014

Calificarea/diploma obținută Diplomă de master/Specializarea Kinetoterapia în Afecțiunile Aparatului Locomotor

Disciplinele principale studiate/competențe profesionale dobândite Metode de evaluare analitice și globale ale restantului funcțional, Analiza statistică a datelor cercetării în kinetoterapie, Ontogeneza mișcării, metode de recuperare în bolile cardiovasculare, Recuperarea funcțională în afecțiunile neurologice, Recuperarea funcțională în patologia ortopedică, Metodica învățării exercițiului fizic la persoanele cu dizabilități, Asistența psihologică în kinetoterapie, Biomecanica musculară normală și patologică, Educația fizică adaptată pentru persoane cu nevoi speciale, recuperarea funcțională în bolile reumatice, , Biofizica medicală

Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea „Babes-Bolyai” din Cluj-Napoca

Facultatea de Educație Fizică și Sport

<p>Perioada Calificarea/diploma obținută Disciplinele principale studiate/ competențe profesionale dobândite</p>	<p>2009 - 2012 Diplomă de licență/Specializarea Kinetoterapie și motricitate specială Anatomie funcțională și biomecanică, Gimnastică formativă, Fiziologie generală, natație – inițiere, Natație – metodica învățării, Masaj – tehnici de bază, Gimnastică de bază, Gimnastică ritmică, Kinetologie generală, Fiziologia efortului fizic, Semiologie, Înot terapeutic, Masaj medical, Metodologia cercetării științifice în cultura fizică și sport, Stagiul clinic în afecțiuni reumatismale, Kinetoterapia la vârsta III-a, Kinetologie medicală specială, Tehnici de manevrare a bolnavului, Kinetoterapia în afecțiuni reumatismale, Terapie ocupațională, Metode de explorare și evaluare în kinetoterapie, Stagiul clinic în afecțiuni neurologice, Kinetoterapia în afecțiunile ortopedico-traumatice, Kinetoterapia în afecțiunile obstetricale și ginecologice, Kinetoterapia în afecțiunile neurologice și pediatrie, Kinetoterapia în afecțiunile cardiovasculare, Kinetoterapia în afecțiuni respiratorii</p>
<p>Numele și tipul instituției de învățământ</p>	<p>Universitatea „Babeș-Bolyai” Cluj-Napoca Facultatea de Educație Fizică și Sport</p>
<p>Perioada Calificarea/diploma obținută Disciplinele principale studiate/ competențe profesionale dobândite</p>	<p>2009 – 2012 Diplomă de licență/ Specializarea Educație Fizică și Sport Schi, Volei – bazele tehnicii și tacticii, Gimnastică – fundamentele disciplinei, Handbal – bazele tehnicii și tacticii, Teoria educației fizice și a sportului, Istoria educației fizice și a sportului, Atletism – fundamentele disciplinei, Gimnastică formativă, Igienă și prim ajutor, Natație – inițiere, Volei în școală, Judo, Rugby, Tenis de masă – metodica învățării procedeele tehnice, Handbal în școală, Introducere în argumentare, Atletism – tehnica probelor, Fiziologie generală, natație – metodica învățării, Gimnastică de bază, Baschet, Musculație, Gimnastică ritmică, Limbă străină, Tenis – metodica învățării procedeele tehnice, Fotbal – bazele tehnicii și tacticii, Fotbal în școală, Tenis, Înot aplicativ și vâslit, Aprofundarea cunoștințelor într-o ramură sportivă – orientare și inițiere, practică de antrenorat, Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport, Teoria și metodica antrenamentului sportiv, Amenajări baze sportive, Metodica predării atletismului în școală, Lupte, Escalada, Legislatie și management în educație fizică și sport, Psihologia sportului, Gimnastică aerobică, Autoapărare, Aprofundarea cunoștințelor într-o ramură sportivă – antrenamentul la juniori, Jocuri dinamice, Practică de antrenorat, Tenis de masă – perfecționarea procedeele tehnice, Metodica predării gimnasticii în școală, Evaluarea motrică și somato – funcțională, Operare pe calculator, Biochimie, Fotbal – tenis, Aprofundarea cunoștințelor într-o ramură sportivă – orientarea spre înalta performanță</p>
<p>Numele și tipul instituției de învățământ</p>	<p>Universitatea „Babeș-Bolyai” Cluj-Napoca Facultatea de Educație Fizică și Sport</p>
<p>Informații suplimentare</p>	<p>1. <i>Autorizației de liberă practică</i> Colegiul Fizioterapeuților din România, an 2020 2. <i>Certificat de absolvire „Formator”</i> Ministerul Muncii, Familiei, Protecției Sociale și Persoanelor Vârstnice, Asociația pentru pregătirea cetățenilor în vederea integrării europene, an 2018 3. <i>Certificat de absolvire Vojta - Curs de kinesiologia dezvoltării aplicată la sugar, copii și adolescenți cu tulburări de mișcare după Vojta (cursul A, B1, B2, C1, C2, D1, D2 + un modul de teorie)</i> Societatea Română VOJTA – Sibiu, an 2017 4. <i>Certificat de participare la Conferința Științifică Națională „Sport și societate. Concepte și tendințe actuale”, cu lucrarea „Studiu privind aliniamentul postural aplicat în tulburările de mișcare ale copiilor prin metoda VOJTA,,</i> Universitatea 1 Decembrie 1918, Alba Iulia, Facultatea de Drept și Științe Sociale, an 2017 5. <i>Bobath Introduction course</i> Senior Expert Service - Complexul de Servicii Socio Medicale Maria - Beatrice din Alba Iulia, an 2016 6. <i>Certificat de absolvire Departamentul pentru pregătirea personalului didactic- nivel I</i> Universitatea „Babeș-Bolyai” Cluj-Napoca Departamentul pentru pregătirea personalului didactic, an 2016 7. <i>Curs de pregătire în acordarea primului ajutor</i> Societatea Națională de Cruce Roșie din România – Filiala Alba, an 2013 8. <i>Curs de Bază în Natație și Curs de Înot Aplicativ și Vâslit</i> Universitatea „Babeș-Bolyai” Cluj-Napoca, Facultatea de Educație Fizică și Sport, Specializarea Educație Fizică și Sport, an 2012 9. <i>Atestat de limbă străină Engleza</i> Facultatea de Litere Cluj Napoca, an 2012 10. <i>Curs Tehnician Maseur</i> SC Somadis SRL Cluj Napoca, an 2009</p>

Limba(i) maternă(e)	Română									
Limba(i) străină(e) cunoscută(e)	Engleză									
Autoevaluare			<b>Înțelegere</b>		<b>Vorbire</b>		<b>Scriere</b>			
<i>Nivel european (*)</i>	Citire		Participare la conversație		Discurs oral	Exprimare scrisă				
<b>Limba engleza</b>	Utilizator experimentat	C2	Utilizator experimentat	B2	Utilizator independent	C1	Utilizator experimentat	C2	Utilizator experimentat	C2
Competențe și abilități sociale	Spirit de echipă, inițiativă, capacitatea de adaptare la orice situație, abilități de comunicare, comunicare deschisă și constructivă, comunicare interpersonală, responsabilitate, capacitatea de a interpreta un volum mare de informații, capacitatea de a selecta aspectele esențiale pentru domeniul analizat, motivare/stimulare, atenție distributivă rationament și reflecție									
Competențe și aptitudini organizatorice	Capacitatea de a organiza și coordona echipe de cercetare, capacitatea de elabora strategii pe termen lung, mediu și scurt, aptitudinea de a asuma inițiative, responsabilități, aptitudinea de implicare.									
Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului	Operare PC (Windows, Excell, power point, word)									
Alte competențe și aptitudini	Noțiuni de bază și elementare în antrenorat – Specializare Fotbal Noțiuni de bază și elementare în antrenorat – Specializare Musculație –Powerlifting									
Permis de conducere	Categorii B									

Data: 27.10.2021

Podar Alin Adrian

## Anexe: Listă lucrări sesiuni științifice

**A. Teză de doctorat cu titlul:** ÎMBUNĂTĂȚIREA CAPACITĂȚII MOTRICE GENERALE LA ÎNOTĂTOARELE DE 10 - 12 ANI PRIN COMBINAREA MIJLOACELOR PLIOMETRICE CU TEHNICI KINETOTERAPEUTICE, elaborată la Universitatea din Pitești, susținută public în data de 29.10.2021.

1. Podar Alin Adrian, Simion Gheorghe, Negriu Tiuca Ioana Codruța, *Interdisciplinary investigations regarding the use of contract regimes on swimmers 10-12 years old*, Journal of Physical Education and Sport, Science, Movement and Health, Vol. XXI, ISSUE 2, 2021;
2. Podar Alin Adrian, Simion Gheorghe, Negriu Tiuca Ioana Codruța, *A study concerning evolution after vojta applied to infants' movement disorders*, Journal of Physical Education and Sport, Science, Movement and Health, Vol. XXI, ISSUE 2, 2021;
3. Negriu Tiuca Ioana Codruța, Simion Gheorghe, Podar Alin Adrian, *Study regarding the strength and resistance development under speed of the athletes swimmers, swimming against the current of the water*, Journal of Physical Education and Sport, Science, Movement and Health, Vol. XXI, ISSUE 2, 2021;
4. Negriu Tiuca Ioana Codruța, Simion Gheorghe, Podar Alin Adrian, *The athlete's motivation*, Journal of Physical Education and Sport, Science, Movement and Health, Vol. XXI, ISSUE 2, 2021;
5. Moldovan Ionuț, Ghircău Oana Podar Alin, Rîză Oana, Moldovan Raluca, *Virtual occupational therapy in a child with cerebral palsy*, Palestrica of the third millennium – Civilization and Sport Vol. 18, no. 1, January-March 2017, 38–41;
6. Podar Alin Adrian, Moldovan Ionuț Mihai, *Studiu privind aliniamentul postural aplicat în tulburările de mișcare ale copiilor prin Metota Vojta*, SPORT ȘI SOCIETATE. Concepte și tendințe actuale, Editura AETERNITAS Alba Iulia, 2017.

Data: 27.10.2021

Podar Alin Adrian