

**Ștefan Teriș**

✉ stefan.teris89@gmail.com

LOCUL DE MUNCĂ PENTRU  
CARE SE CANDIDEAZĂ

LOCUL DE MUNCĂ DORIT

STUDIILE PENTRU CARE SE  
CANDIDEAZĂ

## EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

10/2020–prezent	Asistent universitar Academia Forțelor Aeriene Henri Coandă (România)
10/2016–06/2018	Antrenor de fotbal CS. Colțea 1920 Brașov, Brașov (România) Pregătirea specifică a grupelor de copii și juniori din cadrul clubului conform metodologiei specifice vârstei
06/2012–09/2015	Instructor de înot AS Diasport Comănești (România) Învățarea, consolidarea și perfecționarea înotului conform metodologiei specifice vârstei

## EDUCAȚIE ȘI FORMARE

10/2018–07/2022	Diplomă de doctor- Știința Sportului și Educației Fizice Universitatea Transilvania din Brașov, Brașov (România)
10/2017–06/2020	Diplomă de licență - Educație Fizică și Sport Universitatea Vasile Alecsandri din Bacău, Bacău (România)
10/2015–07/2017	Diploma de master - Performanță Sportivă și Management în Sport Universitatea Transilvania din Brașov, Facultatea de Educație Fizică și sporturi montane, Brașov (România)
10/2012–07/2015	Diploma de licență - Sport și Performanță Motrică Universitatea Transilvania din Brașov, Facultatea de Educație Fizică și Sporturi Montane, Brașov (România)

## COMPETENȚE PERSONALE

Limba(i) maternă(e)

Limbile străine

Română					
	ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversaie	Discurs oral	
Engleza	C1	C1	C1	C1	C1
Spaniolă	A2	A2	A2	A2	A1

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

Bune abilități de comunicare;

Excelente abilități de relaționare cu copiii dobândite în urma locurilor de muncă anterioare;

Excelente abilități de relaționare cu colegii dobândite în urma locurilor de muncă anterioare la cluburile sportive;

Competențe organizatorice/manageriale

Bune abilități de conducere a unei echipe dobândite în urma postului de antrenor de fotbal;

Competențe dobândite la locul de muncă

Mentorship, fiind responsabil cu instruirea și formarea sportivilor în conformitatea cu psihologia vârstelor;

## AUTOEVALUARE

Competențe digitale

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

MS Office - Cunoștințe avansate de lucru cu programele incluse în suita Microsoft

INFORMAȚII SUPLIMENTARE

