



Mihaela Giorgiana Varga

E-mail: mihaela.varga@upt.ro

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

PSIHOLOG CLINICIAN ȘI SPORTIV – CABINET INDIVIDUAL DE PSIHOLOGIE - VARGA MIHAELA-GIORGIANA – 2022 –
În curs

LECTOR UNIVERSITAR – UNIVERSITATEA POLITEHNICA DIN TIMIȘOARA – 2016 – În curs

Link : www.upt.ro

- profesor și antrenor

Tipul sau sectorul de activitate: Educatie Fizica si Sport

ASISTENT UNIVERSITAR – UNIVERSITATEA DE VEST DIN TIMIȘOARA – 2013 – 2016

Link : www.uvt.ro

- profesor și antrenor

Tipul sau sectorul de activitate: Educatie Fizica si Sport)

ASISTENT / LECTOR UNIVERSITAR – UNIVERSITATEA “TIBISCUS” DIN TIMIȘOARA – 2001 – 2013

Link : www.tibiscus.ro

- profesor și antrenor (titular) la facultatile de Educatie Fizica si Sport, Calculatoare si Informatica aplicata, Design, Psihologie

Tipul sau sectorul de activitate: Educatie Fizica si Sport

PROFESOR DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT – LICEUL ENERGETIC TIMISOARA – 2000 – 2001

Link : www.liceulenergetic.ro

- profesor (titular) si diriginte
- Lectie deschisa de handbal sustinuta la Liceul Henri Coanda
- Membru in Comisia de bacalaureat Lugoj

Tipul sau sectorul de activitate: Educatie Fizica si Sport

ANTRENOR DE HANDBAL – C.S.S. BUZIAS – 1999 – 2000

- Antrenor (titular) junioare III

Tipul sau sectorul de activitate: Educatie Fizica si Sport

PROFESOR DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT – LICEUL ECONOMIC TIMISOARA – 1998 – 1999

Link : www.fsnitti.ro

- Profesor si diriginte

Tipul sau sectorul de activitate: Educatie Fizica si Sport

- Membru al echipei

Tipul sau sectorul de activitate: Handbal

● **EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ**

2022 – 2024

FORMARE DE LUNGĂ DE DURATĂ “PSIHOTERAPII COGNITIV-COMPORTAMENTALE INDIVIDUALE ȘI DE GRUP ATCCPR

2022 – 2024

MASTERAND PSIHLOGIE CLINICĂ ȘI PSIHOTERAPIE Facultatea de Psihologie / Universitatea Tibiscus Timisoara

2019 – 2022

ABSOLVENT PSIHLOGIE Facultatea de Psihologie, specializare psihologie / Universitatea Tibiscus Timisoara

2019 – 2021

ABSOLVENT MASTER PSIHLOGIE SPORTIVA Universitatea Titu Maiorescu Bucuresti

06/2019

CERTIFICAT DE ATESTARE A COMPETENTELOR PROFESIONALE Ministerul Educatiei Nationale / Program postuniversitar - formare-dezvoltare profesionala continua

07/2018

INSTRUCTOR PILATES Ministerul Educatiei si Cercetarii, Tineretului si Sportului

06/2018

DIPLOMA DE LICENȚĂ ÎN KINETOTERAPIE Universitatea de Vest Timișoara/ Absolvire Facultate Educație Fizică și Sport, Secția Kinetoterapie

06/2013

DIPLOMA Ministerul Educației Naționale / Curs de specializare in „Didactica specialității Educație Fizică”

05/05/2012 – 19/05/2012

DIPLOMA Școala Națională a Femeilor Manager/ Curs de specializare in „Competente Antreprenoriale”

2004 – 2009

DOCTORAT IN FILOLOGIE Universitatea de Vest Timisoara / Doctorat „Evoluția Terminologiei Sportive”

2000

SPECIALIZARE NATAȚIE Federația Română de Natație București / Natație

2000

DEFINITIVAT Universitatea de Vest Timișoara / Profesor Psiho-Pedagogie

1998

SPECIALIZARE HANDBAL Universitatea de Vest Timișoara / Handbal

1994 – 1998

DIPLOMA DE PROFESOR DE EDUCAȚIE FIZICĂ SI SPORT Universitatea de Vest Timișoara / Profesor de Educație Fizică si Sport

1989 – 1993

DIPLOMA DE BACALAUREAT Liceul de Chimie din Tg-Jiu

● COMPETENȚE LINGVISTICE

Limbă(i) maternă(e): **ROMÂNĂ**

Altă limbă (Alte limbi):

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Producerea de mesaje orale	Conversație	
ENGLEZĂ	B2	B2	B1	B1	B1
FRANCEZĂ	A2	A2	A1	A1	A1

Niveluri: A1 și A2 Utilizator de bază B1 și B2 Utilizator independent C1 și C2 Utilizator experimentat

● PERMIS DE CONDUCERE

Permis de conducere: B

● COMPETENȚE

Competențe de comunicare

Foarte bune competențe de comunicare dobândite în urma:

- activității profesionale ca și cadru didactic,
- susținerea a numeroase lucrări în cadrul a mai multor conferințe naționale și internaționale.
- publicarea a 15 cărți și peste 20 de lucrări

Competențe organizaționale/manageriale

- conducător lucrări de licență.
- organizare Competiție de Tenis de Masa pe Universitate.
- organizarea Campionatului Național de Oină în sală – junioare în Timișoara 2015
- responsabil proiect – „Ziua mondială a mesului pe jos” – Timișoara 2016, proiect cofinanțat de Direcția Județeană de Tineret și Sport Timiș sub egida A.J.S.P.T. Timiș
- responsabil proiect – „Redescoperirea oinei în școlile din Timiș” – Timișoara 2016, proiect cofinanțat de Direcția Județeană de Tineret și Sport Timiș sub egida A.J.S.P.T. Timiș
- coordonator program formare din cadrul proiectului „Recuperarea sportului tradițional românesc Oina în marile orașe din România” - Eforie Nord septembrie 2016, proiect cofinanțat de Administrația Fondului Cultural Național
- membră în echipa de proiecte a Federației Române de Oină, în perioada 2013-2017
- Președite fondator al Asociația Sport Tradiție și Cultură 2017
- responsabil proiect „Redescoperirea oinei în centrele universitare din Timișoara”, proiect cofinanțat de Direcția Județeană de Tineret și Sport Timiș și coordonat de Asociația Sport Tradiție și Cultură, 2017
- membru voluntar prin Asociația Sport Tradiție și Cultură, în cadrul proiectului „Beactiv”(proiect național), proiect finanțat de Federația Română Sportul pentru Toți, 2017
- membru în echipa de coordonare a proiectului „Mișcare – Sănătate, Competiție – Fairplay”, 2018
- membru supleant al Comisiei de selecție și evaluare a ofertelor sportive în cadrul Consiliului Județean Timiș în 2018 - 2021
- responsabil proiect „Identificarea activităților fizice de timp liber pentru diferite categorii de vârstă” 2019, finanțat de Primăria Timișoara
- membru supleant la concursul pentru ocuparea postului de expert sportiv, din cadrul Clubului Sportiv al Universității Politehnice Timișoara, 2019
- Membru în proiectul „Strategii de dezvoltare a educației fizice și sportului al județului Timiș pentru perioada 2018-2023”, finanțat de consiliul CJT
- Membru C.O.S.R., filiala Timișoara
- Participare la proiectul „WOW Europe”- „Obezitate, nutriție, activitate fizică și sport la copii de astăzi

Competențe dobândite la locul de muncă

- o bună comunicare cu un număr mare de persoane (în prezent susțin orele de aerobic și pilates cu peste 100 persoane)
- dobândirea abilității de a lua decizii în situații neprevăzute (întâlnite în cadrul activității de profesor)
- o bună colaborare cu diverse instituții de stat și private (prin participarea la proiecte și simpozioane)
- o bună relaționare cu presa (prin participarea la diverse interviuri) TV Universitaria, QUB TV
- o bună pregătire profesională (prin participarea la diverse programe naționale)

Competențe digitale

AUTOEVALUARE

- Procesarea informației: elementar
- Comunicare: independent
- Creare de conținut: elementar
- Securitate: elementar
- Rezolvarea de probleme: elementar

Niveluri: Utilizator elementar - Utilizator independent - Utilizator experimentat

Alte competențe

- Sporturi: inot, handbal, schi, tenis de masă, aerobic, pilates