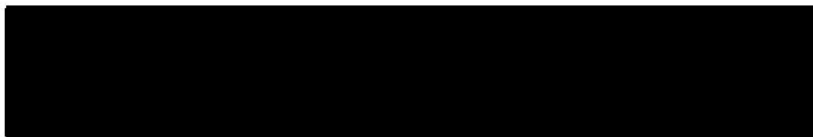


## INFORMAȚII PERSONALE

ARSENI Nada-Alexandra

EXPERIENȚA  
PROFESIONALĂ

2023 - prezent

Asistent universitar doctor

Universitatea de Vest din Timișoara, Facultatea de Educație Fizică și Sport

2016 – 2021

Asistent universitar doctorand

Universitatea de Vest din Timișoara, Facultatea de Educație Fizică și Sport

- pregătirea și susținerea activității de predare în cadrul cursurilor, seminariilor și lucrărilor practice;
- conducerea activităților didactice sportive (inclusiv pregătirea lor);
- evaluarea continuă și sumativă a studenților

25/02/2016 – 25/09/2016

Cadru didactic în regim de plata cu ora

Universitatea de Vest din Timișoara, Facultatea de Educație Fizică și Sport

- pregătirea și susținerea activității de predare în cadrul lucrărilor practice;
- evaluarea continuă și sumativă a studenților.

2015 – 2016

Profesor titular – catedra de înot

Club Sportiv Școlar Reșița (România)

- pregătirea sportivilor și promovarea acestora spre marea performanță;
- evaluarea performanțelor sportivilor prin probe specifice.

10/03/2014 – 17/06/2014

Instructor sportiv

Pilates Workout Studio, Timișoara (România)

- planificarea, organizarea și conducerea sesiunilor de antrenament;
- pregătirea echipamentului de lucru necesar;
- motivarea și încurajarea clienților;

2014 – 2021

Instructor înot

Happy Swim School, Timișoara (România)



- inițiere în înot ;
- asigurarea siguranței copiilor și adulților prin supraveghere constantă și aplicarea strictă a protocoalelor de siguranță;
- evaluarea periodică a progresului cursanților și adaptarea programului în funcție de posibilitățile acestora.

**EDUCAȚIE ȘI FORMARE**

2015 – 2023

Școala Doctorală Educație Fizică și Sport, Student Doctorand  
 Domeniul de doctorat: Știința Sportului și Educației Fizice  
 Universitatea Babeș Bolyai, Cluj Napoca

2013 – 2015

Facultatea de Educație Fizică și Sport, Specializare: Fitness și performanță motrică, Ciclul II - Studii Universitare de Masterat  
 Universitatea de Vest, Timișoara (România)

2010 – 2023

Licențiată în Educație Fizică și sport / Specializare: Educație fizică și sportivă  
 Facultatea de Educație Fizică și Sport, Universitatea de Vest, Timișoara (România)

2010-2012

Facultatea de Economie și Administrare a Afacerilor, Specializarea: Administrarea și Dezvoltarea Întreprinderii de Turism și Servicii, Ciclul II - Studii Universitare de Masterat  
 Universitatea de Vest, Timișoara (România)

2007 – 2010

Licențiată în Științe Economice / Specializare: Economia comerțului, turismului și serviciilor, Facultatea de Economie și Administrare a Afacerilor, Universitatea de Vest, Timișoara (România)

**COMPETENTE PERSONALE**

Limba(i) maternă(e) Română

Alte limbi străine cunoscute

	INȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
Engleză	C1	C2	C2	C2	C2
Germană	A1	A1	A2	A2	A2
Spaniolă	B1	B1	A1	A1	A2

Niveluri: A1/2: Utilizator elementar - B1/2: Utilizator independent - C1/2: Utilizator experimental  
 Cadru: european comun de referință pentru limbi străine

Competențe de comunicare	<ul style="list-style-type: none"> <li>- competențe ridicate în comunicarea cu persoanele din jur;</li> <li>- capacitate de a transmite informații complexe într-o manieră facilă și clară;</li> <li>- capacitate de a întreține un dialog constructiv cu persoanele implicate în procesul de învățare,</li> </ul>
Competențe informatice	<ul style="list-style-type: none"> <li>- o bună stăpânire a pachetului Microsoft Office;</li> </ul>
Competențe și aptitudini organizatorice	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lucrul în echipă, spirit de evaluare și îmbunătățire, capacitate de analiză a sarcinilor</li> </ul>
Alte competențe și aptitudini	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Activitate sportivă de performanță</li> <li>- Component a lotului național -juniori</li> <li>- Multiplă campioană națională la înot</li> <li>- Campioană și vicecampioană balcanică la înot</li> <li>- Campioană națională – înot masters</li> </ul>
Permis de conducere	B (2006)

**Lucrări științifice:**

1. Arsemi, N. A. (2015) - The importance of coordinative capacity development - preschoolers' skills through physical education, Olimpia - Physical Education ans Sports Teachers Association of Arad, nr. 29, pag. 7-11, ISSN 1454-9751.
2. Arseni, N. A. (2017) - Effects of aquatic physical exercises on women above 40 years, Analele UVT, vol. 19, pag. 98-109, ISSN 1453-7699.
3. Borzasi, A. J., Arsemi, N. A. (2018) Improving secondary school curricula by development of agility, Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal, vol. 11, issue 20, pag. 12-16, ISSN 2065-0574.
4. Arsemi, N. A. (2018) Gender differences on the grounds of practicing fitness, Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal, vol.11, issue 22 , pag. 13-21, ISSN 2065-0574.
5. Arsemi, N. A., Reitmayer, H. E. (2019). Body mass index and quality of life among students aged nineteen to twentytwo years, Timisoara Physical Education and Rehabilitation Journal, vol. 12, issue 22, pag. 13-17, ISSN 2065-0574.
6. Arsemi, N. A., Hanțiu, I. (2019). The Connections between General Intelligence and Psychomotor Development in Children Aged 6 – 8 Years, The 5th International Conference of the Universitaria Consortium Education for Health and Performance, ICU 2019, pag. 37-43, ISBN 978-88-87729-62-7.
7. Arsemi, N. A., Reitmayer, H. E. (2019) *Determinants of Pain in Employed Undergraduate Students*, The 5th International Conference of the Universitaria Consortium Education for Health and Performance, ICU 2019, pag. 45-49, ISBN 978-88-87729-62-7.
8. Arsemi, N. A., Hanțiu, I. (2020). *Laterality and general intelligence in children aged 6 – 8 years*, Timișoara Physical Education and Rehabilitation Journal, vol. 13, issue 24, pag. 35-44, ISSN 2065-0574.

9. Arsemi, N. A., Hanțiu, I. (2020) *The gender differences regarding the psychomotor development of school students aged 6-8 years*, in the 6<sup>th</sup> International conference of Universitaria Consortium FEFSTIM: Physical education, Sports and Kinesiotherapy- Implications in quality of life. 6-7 Noiembrie, Timișoara.
10. Arsemi, N. A., Reitmayer E., Pirjol D.I., (2020), *Relationship between smartphone addiction and physical activity among students in Timișoara*. The 6<sup>th</sup> International conference of Universitaria Consortium FEFSTIM: Physical education, Sports and Kinesiotherapy- Implications in quality of life. 6-7 noiembrie, Timișoara.
11. Arsemi, N. A., Hanțiu, I. (2022). Study on the understanding and perception of physical literacy among physical education and sport teachers in Romania. *Studia UBB Educatio Artis Gymnasticae*, LXVII, 4, pp. 7 – 1.
12. Negrea, C., Chiosea, A., Arsemi, N., Petracovschi, S., & Arnautu, G. (2024). The Motivation of Crossfit Practitioners for Competition. *Studia Universitatis Babeș-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae*, 69(3), 37–50.

#### Participare la conferințe naționale și internaționale

1. International Conference „Education for Health and Performance”, Universitaria Consortium, 14-15 October 2016, Cluj Napoca
2. Congres Internațional al Consorțiului Universitaria - FEFSTIM II- Educația fizică, sportul de performanță și kinetoterapia - implicații în calitatea vieții” (A) <https://fefstim.uvt.ro/seminar/>
3. Conferința Națională – Cultură, sport și educație la 100 de ani de la Marea Unire, 07-08 Decembrie 2018, Reșița
4. International Conference – The 5th International Scientific Conference Exercise and Quality of Life: From Healthy Childhood to Active, 11th – 13th April, 2019 in Novi Sad, Serbia.
5. International conference „Education for Health and Performance” – Universitaria Consortium, 11-12 October 2019- Cluj-Napoca, Romania
6. International Conference of Universitaria Consortium „FEFSTIM: Physical education, sports and kinesiotherapy – Implications in quality of life”, 6-7 November 2020
7. International Conference Education for Health and Performance, Consorțiul Universitaria, 21-22 October 2022. Cluj-Napoca, Romania
8. The 9th International Conference of Universitaria Consortium „FEFSTIM: Physical Education, Sports and Kinesiotherapy – Active People for a Healthy Future”
9. The 9th International Conference of Universitaria Consortium „FEFSTIM: Physical Education, Sports and Kinesiotherapy – Active People for a Healthy Future”, 19 - 21.10.2023, Timișoara, România.
10. The 27th CESH International Congress, Paris Nanterre, France, 4-6 June 2024.

#### Participarea la cursuri/seminare/workshop-uri de perfecționare în domeniu

1. Round Table: Sports as a method of Solving community problems at FEFSTIM , „Physical Education, Sports and Kinesiotherapy- implication in life quality.” 06-07.11.2020, Timișoara
2. Workshop: Temporo-mandibular joint one of the most important postural sensors, at FEFSTIM , „Physical Education, Sports and Kinesiotherapy- implication in life quality.” 06-07.11.2020, Timișoara

3. Workshop: Simeox and other airway clearance techniques in the treatment of obstructive, pulmonary disease, at FEFSTIM , „Physical Education, Sports and Kinesitherapy- implication in life quality.” 06-07.11.2020, Timișoara
4. Round Table: Student mobility and research collaboration through EN3S, at FEFSTIM , „Physical Education, Sports and Kinesitherapy- implication in life quality.” 06-07.11.2020, Timișoara
5. Workshop: Recovery methods in sports, The 9th International Conference of Universitaria Consortium  
„FEFSTIM: Physical Education, Sports and Kinesiotherapy – Active People for a Healthy Future”, 19-21 octombrie, Timișoara.
6. Workshop: Examination and strategy of postural analysis, The 9th International Conference of Universitaria Consortium „FEFSTIM: Physical Education, Sports and Kinesiotherapy – Active People for a Healthy Future”, 19-21 octombrie, Timișoara.
7. Workshop: Applied kinesiology and the use of proprioceptive activator, The 9th International Conference of Universitaria Consortium „FEFSTIM: Physical Education, Sports and Kinesiotherapy – Active People for a Healthy, Future”, 19-21 octombrie, Timișoara.

#### Participant în cadrul proiectelor

1. Expert consiliere în cadrul proiectului cu titlul "Consilierea în carieră de calitate-cheia pentru combaterea abandonului universitar" - Acord de Grant 226/SGU/NC/II din 18.09.2019, proiect finanțat de MEC prin Proiectul privind Învățământul Secundar (ROSE) Schema de Granturi pentru Universități – Categorie de Grant SGU – SS.;
2. Expert consiliere în cadrul proiectului cu titlul "Dezvoltarea personală și consilierea profesională-cheia pentru reducerea abandonului universitar la FEFS"- Acord de Grant 388/SGU/SS/III din 15.09.2020, proiect finanțat de MEC prin Proiectul privind Învățământul Secundar (ROSE) Schema de Granturi pentru Universități – Categorie de Grant SGU – SS.

Data: 18.12.2024

