Curriculum vitae Europass



Informaţii personale

Nume/Prenume	**Manos Mihaela**
Adresa	
Telefon	Mobil:
E-mail	manosmihaela@yahoo.com
Cetăţenia	română
Data naşterii	07. 04. 1959
Sex	feminin
Locul de munca vizat / Aria ocupaţională	**Academia Naţională de Educaţie Fizică şi Sport, Bucureşti** **Lector universitar**

Experienţa profesională

Perioada	Cadru universitar la ANEFS - plata cu ora 1984,1986,1987, suplinitor, 1990, asistent titular din 1991, lector din anul 1996-2008, Profesor – antrenor de gimnastică ritmică -1982 -1991 la Clubul Sportiv Şcolar Triumf Bucureşti şi antrenor voluntar- 1991- 1! Clubul ANEFS Bucureşti. Antrenor de lot naţional– 1992-1994, 1997-1999 • Preşedinta Colegiului de Antrenori – GR al FRG (2000-2002) • Preşedinta Colegiului de Arbitrii – GR. al FRG (2000-2002) • Preşedinta Comisiei Tehnice GR al FRG (2000-2002) • Arbitru internaţional (FIG)-de gimnastică ritmică 1993-2003) • Arbitru internaţional (FIG)-de gimnastică aerobică (2005-în prezent)
Funcţia sau postul ocupat	Lector universitar doctor la *Catedra de Gimnastică şi Atletică grea* din cadrul ANEFS Secretar ştiinţific Consiliu FEFS-ANEFS
Principalele activităţi si responsabilităţi	Discipline predate în cadrul ANEFS: **Master** ▪ Proiectare şi management evenimente sportive, program master: Management şi marketing în structurile, evenimentele sportive– anul I, seminar – disciplină obligatorie, tip de program- Complementaritate. **FEFS:** ▪ Metodica disciplinelor sportive gimnice – gimnastică ritmică – anul I, curs şi lucrări practice – disciplină obligatori ▪ Metodica disciplinelor sportive gimnice – gimnastică acrobatică – anul I, lucrări practice – disciplină obligatorie; ▪ Gimnastica ritmică – curs de bază, anul I, curs teoretic şi lucrări practice - disciplină obligatorie; ▪ Gimnastica artistică – anul IV (FF)curs – disciplină opţională; ▪ Dans – anul IV, lucrări practice – disciplină opţională; ▪ Optimizarea condiţiei fizice, gimnastică aerobică, anul III, curs şi lucrări practice, disciplină opţională; ▪ Gimnastică ritmică – curs de specializare, anii III şi IV, curs şi seminar – disciplină opţională; ▪ Practica de specialitate – gimnastică ritmică – anii III şi IV, lucrări practice - disciplină opţională; ▪ Practica de specialitate- gimnastică artistică, anul IV; ▪ Practica de specialitate – gimnastică aerobică, anul IV; **Colegiul de antrenori** ▪ Gimnastică ritmică - curs de specializare – anii I,II,III, curs şi lucrări practice **DPPD** ▪ Practică pedagogică studenţi FEFS, anii III şi IV. ▪ Expresie corporală şi comunicare motrică – curs şi lucrări practice pentru perfecţionarea profesorilor de educaţie Membru în numeroase comisii de examene de admitere, licenţă, absolvire, la toate formele de învăţământ din cadrul ANEFS.
Numele şi adresa angajatorului	Academia Naţională de Educaţie Fizică şi Sport, Bucureşti, Str. Constantin Noica nr. 140, sector 6, Bucuresti, cod 76812 Tel: 316 41 07 Fax: 0040 21 312 04 00 E-mail: anefs@kappa.ro
Tipul activităţii sau sectorul de activitate	Educaţie fizică, sport de performanţă, activităţi fizice de expresie.

Educaţie şi formare

Perioada	Institutul de Educaţie Fizică şi Sport Bucureşti 1978 - 1982
Calificarea / diploma obţinută	Profesor de educaţie fizică, diplomă de licenţă. Doctor in educaţie fizică, specializarea educaţie fizică şi sport. Antrenor cat. a II-a gimnastică ritmică
competenţe dobândite	**Competenţe speciale** Specialist în gimnastică - competenţe speciale în gimnastica ritmica Competenţe în domeniul activităţilor fizice de expresie, dans, euritmie. Competenţe în activitatea de antrenorat şi de evaluare – arbitraj în gimnastica ritmică .şi gimnastică aerobică
Numele şi tipul instituţiei de învăţământ	Academia Naţională de Educaţie Fizică şi Sport

/ furnizorului de formare

Aptitudini si competenţe personale

Limba maternă **română**

Limbi străine cunoscute

Autoevaluare	Comprehensiune		Vorbit		
Nivel european (*)	Abilităţi de ascultare	Abilităţi de citire	Interacţiune	Exprimare	
franceză	X	X	X	X	X
engleză	X	X	X	X	

Competenţe şi abilităţi sociale — Abilitatea de a lucra şi a coabita cu alte persoane, în medii multiculturale, în situaţia în care comunicarea şi munca sunt elem (ex: în activităţi cultural-artistice, sportive). Abilităţi psihopedagogice, de consiliere, abilităţi de lucru în echipă şi spirit de echip

Competenţe şi aptitudini organizatorice — Aptitudini organizatorice legate de evenimente sportive, cultural artistice, ştiinţifice. Organizare de cursuri de formare de spec domeniul de activitate profesională

Conceperea, pregătirea şi conducerea unor activităţi şi programe artistice

Competenţe şi cunoştinţe de utilizare a calculatorului — Operare pe calculator Word, Exell, PowerPoint

Competenţe şi aptitudini artistice — Dans şi muzică.

Informaţii suplimentare

Activitate publicistică

Carţi publicate în edituri CNCSIS:

unic autor:"Gimnastica ritmică de performanţă", Editura Bren, 2008;"Gimnastica ritmică- Capacitatea de performanţă", Editura "Programe pentru optimizarea condiţiei fizice", Editura Didactică şi Pedagogică, 2007.

coautor :Relaţia dintre raţionalizarea mijloacelor de antrenament şi individualizarea pregătirii jocurile sportive Ed. Bren, 200E

Cursuri universitare de unic autor publicate în ANEFS

unic autor:Gimnastica ritmică sportivă note de curs pentru specializare1996;Gimnastică artistică, 2008

coautor:Gimnastica ritmică sportivă - Conţinutul şi metodica elementelor tehnice corporale .G.R. vol. I, 1996; Pregă gimnastica de performanţă, 2002

Studii şi articole publicate în reviste, **în volumele sesiunilor de comunicări ştiinţifice**, în alte forme de publicaţii în ţară şi în

Activitatea ştiinţifică

Referate şi comunicări prezentate în sesiuni de comunicări ştiinţifice, congrese, simpozioame, mese rotunde de nivel interna local; studii şi cercetări personale întreprinse în baza unor teme individuale (în cadrul acestora se incadreaza şi progr doctorat finalizat în februarie 2004 cu sustinerea tezei cu tema „General şi specific, obiectiv –subiectiv în dezvoltare performanţă a echipelor de gimnastica ritmică sportivă de elită,.. şi obtinerea tiltului de doctor în educatie fizică.

Cercetari intreprinse in baza unor contracte

Granturi interne: membru în colectivul grantului „Contribuţia activităţilor de educaţie fizică şi sport la procesul de socializare a instituţionalizaţi 7-14 ani", cod CNCSIS-857; membru în colectivul grantului „Exerciţiul fizic-factor activ pentru prevenirea şi in degenerative" cod CNCSIS-862

Activitate extradidactică

- Membru în Consiliul Ştiinţei Sportului din România
- Membru în Consiliul FEFS- ANEFS (2008)
- Secretar ştiinţific Consiliu FEFS- ANEFS (2008)
- Arbitru internaţional (FIG)-de gimnastică ritmică (1993-2003), în urma promovării cursurilor internaţionale şi intercontine de FIG (Roma –1993, Lahti-1997, Roma- 2000, Bucureşti- 2005). În calitate de arbitră am participat din 1991, la numi de nivel mondial şi european CM (1997,1998), CE (1998, 2002), şi numeroase competiţii internaţionale şi turnee de tip fost prezente gimnastele componente ale lotului naţional (în probele individuale şi de ansamblu).
- Arbitru internaţional FIG –de gimnastică aerobică (2005- în prezent)
- Maestru al sportului în gimnastică ritmică. Componentă a loturilor naţionale de gimnastică ritmică, Campioană ş naţi categoria maestre (1977,1978) vicecampioană balcanică la individual, medaliată în diferite competiţii internaţionale.
- Antrenor de lot naţional de senioare- gimnastică ritmică (1993-1994; 1997-1999) cu medalii în competiţii internaţionale
- Antrenor de club sportiv- gimnastică ritmică între 1982 – 1990 (CSS Triumf- Bucureşti), 1991-1999 (ANEFS- Bucur deosebite la toate categoriile de clasificare sportivă în competiţiile individuale şi pe echipe de nivel naţionale la (70 titluri de campion naţional; 54 medalii de argint; 60 medalii de bronz). Am promovat la loturile naţionale şi olimpice 6 obţinut în competiţii internaţionale multiple medalii (9 medalii de aur, 10 medalii de argint, 12 medalii de bronz). De as sportivele antrenate au obţinut titlul de „Maestru al sportului" în gimnastică ritmică, 4 dintre acestea fiind studer componente ale Clubului ANEFS
- Colaborator extern al FRG, responsabil de pregătirea coregrafică a lotul olimpic feminin de gimnastică sportivă (19 Menţionez faptul că prin activitatea depusă am contribuit la obţinerea de medalii la CM şi CE

Titluri, diplome, medalii, nominalizări

2006-„Medalia pentru merite sportive deosebite" – acordată de FRG cu ocazia aniversării a 100 de ani de la înfiinţare

2006- „Diplomă de merit" pentru merite deosebite în dezvoltarea sportului aerobic universitar – acordată de MEC-Federaţia Universitar şi MAI-Direcţia Informare Işi Relaţii Publice

2005- „Diploma de Excelenţă" decernată de Asociaţia Judeţeană Iaşi de gimnastică ritmică- 18 noiembrie;

2004„Medalia meritul sportiv cl. I" acordată de Preşedintele României cu ocazia Zilei Naţionale a României;

2004„Diploma de doctor" şi titlul ştiinţific de Doctor în domeniul EFS de ANEFS, 6.09.2004 în baza Ordinului Ministrului Ed Cercetării nr. 4450 din 2.08.2004;

2004- „Certificat de recunoaştere" acordat de Fundaţia Special Olympics din România pentru participare în calitate de coor Jocurile Naţionale Special Olympics ;

2002, 1994- Certificat acordat de Preşedintele CIO sub auspicile COR, , pentru promovarea olimpismului ;

1998- Diplomă pentru contribuţii la activităţile francofoniei", acordată de MTS,

1973- „Titlul de „Maestru al sportului"- M.T.S;