



## Curriculum Vitae Europass

### Informații personale

Nume/Prenume **APOSTU MIHAELA**

Adresa(e)

E-mail(uri)

Naționalitate(-tăți) română

Locul de muncă/  
Domeniul ocupațional Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, București  
învățământ, cercetare

### Experiența profesională

Perioada **1 martie 2014 → prezent**

Funcția sau postul ocupat Profesor universitar  
Departamentul Motricitate Specială și Recuperare Medicală  
Facultatea de Kinetoterapie  
Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, București

Activități și responsabilități principale Activități didactice în cadrul programelor de master EFS și Kinetoterapie, disciplinele: Biochimie alimentară și bioenergetică, Biochimia efortului sportiv, Fiziologia și biochimia activităților motrice, Refacere în sport;  
Activități didactice în cadrul programului postuniversitar de formare și dezvoltare profesională continuă: PREPARATOR FIZIC, disciplina: Biochimia efortului fizic;  
Director al Departamentului Motricitate Specială și Recuperare Medicală din cadrul Facultății de Kinetoterapie, UNEFS (2011 – până în prezent);  
Membru al Consiliului Facultății de Kinetoterapie din cadrul UNEFS (2003 – până în prezent);  
Membru în Comisii ale Senatului UNEFS (2012 – până în prezent);

Perioada **1 octombrie 2003 → 1 martie 2014**

Funcția sau postul ocupat Conferențiar universitar  
Departamentul Motricitate Specială și Recuperare Medicală  
Facultatea de Kinetoterapie  
Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, București

Activități și responsabilități principale Activități didactice în cadrul programelor de licență EFS și Kinetoterapie, disciplinele: Biochimia efortului, Biochimie și biofizică, Fiziologie;  
Activități didactice în cadrul programelor de master EFS și Kinetoterapie, disciplinele: Biochimie alimentară și bioenergetică, Biochimia efortului sportiv, Fiziologia și biochimia activităților motrice, Refacere în sport, Nutriție și substrat energetic în efortul fizic, Deontologie și legislație în asistență socială (curs opțional);  
Activități didactice în cadrul Studiilor Universitare de Doctorat, disciplina: Bioenergetică și Ergometrie;  
Activități de coordonare a activității studenților (îndrumător ECTS 2003-2006) și de elaborare a lucrărilor de licență și disertație;  
Activități de lectorat/formator evaluator în cadrul Federațiilor sportive în arii specifice de interes (biochimia și fiziologia efortului, nutriție, refacere) și în cadrul programelor de formare continuă pentru cadre didactice;  
Membru în comisii de specialitate pentru ocuparea posturilor din învățământul superior;  
Membru în comisii de susținere publică a tezei de doctorat;  
Activități de cercetare în cadrul proiectelor de cercetare CNCSIS, a temelor din cadrul Centrului de Cercetări Interdisciplinare UNEFS, participare la congrese/conferințe, publicare materiale științifice, elaborare și publicare de materiale didactice;  
Membru în comitete științifice și de organizare a evenimentelor științifice și/sau cultural-educative din cadrul UNEFS;

Numele și adresa angajatorului	Redactor de specialitate revista ANEFS "Discobolul" (2003-2007); Membru al Centrului de Consiliere și Orientare în Cariera Profesională din UNEFS (2006-2008); Coordonator al Centrului de Consiliere și Orientare în Cariera Profesională din UNEFS (2008-2013); Șef catedră Discipline Medicale din cadrul Facultății de Kinetoterapie, UNEFS (2008-2011); Șef catedră Discipline de Specialitate din cadrul Facultății de Kinetoterapie, UNEFS (2010-2011); Director al Departamentului Motricitate Specială și Recuperare Medicală din cadrul Facultății de Kinetoterapie, UNEFS (2011 – până în prezent)
Tipul activității sau sectorul de activitate	Membru al Consiliului Facultății de Kinetoterapie din cadrul UNEFS (2003 – până în prezent), Cancelar științific al Consiliului Facultății de Kinetoterapie (2003-2008); Membru în Senatul UNEFS (2003-2012); Membru în Comisii ale Senatului UNEFS și al Departamentului de Management al Calității din UNEFS (2012 – până în prezent); Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport, str. Constantin Noica 140, sector 6, București Învățământ, cercetare
Perioada	<b>1994 - 2003</b>
Funcția sau postul ocupat	Lector universitar
Activități și responsabilități principale	Activități didactice în cadrul programelor de licență EFS și Kinetoterapie, disciplinele: Biochimie, Biochimie și biofizică, Biochimie cu aplicații în sport, Biocibernetică (curs opțional); Activități de coordonare a activității studenților (îndrumător ECTS 1995-2003), de elaborare a lucrărilor de licență; Membru în comitete științifice și de organizare a evenimentelor științifice și/sau cultural-educative din cadrul ANEFS; Membru colectiv de redacție revista ANEFS "Discobolul" (1995-2003); Activități de cercetare în cadrul Centrului de Cercetări Interdisciplinare UNEFS, participare la congrese/conferințe, publicare materiale științifice, elaborare și publicare de materiale didactice; Coordonare a activității științifice a studenților în cadrul Cercului Științific Studențesc al Facultății de Kinetoterapie (1999-2003); Responsabil cu cercetarea științifică a cadrelor didactice și secretar al Catedrei Discipline Medicale, ANEFS (1999 – 2003); Cancelar Științific al Consiliului Facultății de Kinetoterapie, ANEFS (2002-2003); Membru în Senatul UNEFS (2000 – 2003).
Numele și adresa angajatorului	Academia Națională de Educație Fizică și Sport, str. Constantin Noica 140, sector 6 București
Tipul activității sau sectorul de activitate	Învățământ, cercetare
Perioada	<b>1990 - 1994</b>
Funcția sau postul ocupat	Profesor titular
Activități și responsabilități principale	Activități de predare/evaluare la disciplina Biologie (clasele IX-XII); Organizare de activități metodice și competiții cultural-sportive; Coordonarea activității elevilor (dirigenție); Membru în Consiliul Profesorat (1992-1994); Activități didactice (în regim de colaborare) la disciplinele: Biochimie medicală (UMEF "Carol Davila")(1991-1993), Biochimia efortului (ANEFS) (1992-1994).
Numele și adresa angajatorului	Liceul „Mircea Eliade”, sector 6 București
Tipul activității sau sectorul de activitate	Învățământ
Perioada	<b>1988 - 1990</b>
Funcția sau postul ocupat	Profesor suplinitor
Activități și responsabilități principale	Activități de predare/evaluare la disciplina Biologie (clasele V-VIII), Chimie (VII-VIII); Organizare de activități metodice și competiții cultural-sportive; Coordonarea activității elevilor (dirigenție);
Numele și adresa angajatorului	Școala generală nr. 95, sector 3 București
Tipul activității sau sectorul de activitate	Învățământ
Perioada	<b>1985 - 1988</b>

Funcția sau postul ocupat	Profesor titular
Activități și responsabilități principale	Activități de predare/evaluare la disciplina Biologie (clasele V-VIII); Organizare de activități metodice și competiții cultural-sportive; Coordonarea activității elevilor (dirigenție);
Numele și adresa angajatorului	Școala generală Apold, Sighișoara jud. Mureș
Tipul activității sau sectorul de activitate	Învățământ
<b>Educație și formare</b>	
Perioada	<b>Mai 2002</b>
Calificarea/diploma obținută	Curs perfecționare „Recuperarea prin mijloace kinetice a afecțiunilor degenerative localizate la nivelul membrelor inferioare” susținut de Karl Ayerhofer, secretar al Societății de Reumatologie din München
Disciplinele principale studiate /competențele profesionale dobândite	Asistență și evaluare kinetică, deontologie kinetică
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare	Academia Națională de Educație Fizică și Sport, București
Perioada	<b>1999 – 2001</b>
Calificarea/diploma obținută	Master specializarea Kinetoterapie
Disciplinele principale studiate/ competențele profesionale dobândite	Asistență și evaluare kinetică, deontologie kinetică
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare	Academia Națională de Educație Fizică și Sport, București
Perioada	<b>1999 – 2000</b>
Calificarea/diploma obținută	Curs perfecționare Communicative English Language
Disciplinele principale studiate/ competențele profesionale dobândite	Competențe lingvistice
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare	Prosper ASE Language Center
Perioada	<b>1999 – 2000</b>
Calificarea/diploma obținută	Curs perfecționare Curso Expresado Espaniol
Disciplinele principale studiate/ competențele profesionale dobândite	Competențe lingvistice
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare	Instituto Cervantes de Bucarest
Perioada	<b>1997 - 2002</b>
Calificarea/diploma obținută	Doctor în Educație Fizică și Sport
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare	Academia Națională de Educație Fizică și Sport, București
Perioada	<b>1998, septembrie</b>
Calificarea/diploma obținută	Curs de informare și promovare a Olimpismului
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare	AOR, filiala București
Perioada	<b>1996</b>
Calificarea/diploma obținută	Curs de maseuri sportivi
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare	Ministerul Tineretului și Sportului
Perioada	<b>1988 - 1991</b>
Calificarea/diploma obținută	Curs perfecționare pentru obținerea gradului didactic II
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare	Casa Corpului Didactic și Universitatea București
Perioada	<b>1985 - 1988</b>

Calificarea/diploma obținută Curs perfecționare pentru obținerea gradului definitiv  
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare Casa Corpului Didactic și Universitatea București

Perioada **1981 - 1985**

Calificarea/diploma obținută Licențiat specializarea Biochimie  
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare Facultatea de Biologie, Universitatea București

Perioada **1977 - 1981**

Calificarea/diploma obținută Bacalaureat  
Numele și tipul instituției de învățământ/furnizorului de formare Liceul de Științe ale Naturii "C.A.Rosetti", București

### Aptitudini și competențe personale

Limba maternă **Română**

Limbi străine cunoscute

Autoevaluare

Nivel european (\*)

**Engleză**

**Franceză**

**Spaniolă**

Înțelegere				Vorbire				Scriere	
Ascultare		Citire		Participare la conversație		Discurs oral			
C1	Utilizator experimentat	C1	Utilizator experimentat	C1	Utilizator experimentat	C1	Utilizator experimentat	C1	Utilizator experimentat
A1	Utilizator elementar	A1	Utilizator elementar	A1	Utilizator elementar	A1	Utilizator elementar	A1	Utilizator elementar
B1	Utilizator independent	B1	Utilizator independent	A1	Utilizator elementar	A1	Utilizator elementar	A1	Utilizator elementar

(\*) Cadrului european comun de referință pentru limbi

Competențe și abilități sociale

Competențe de comunicare și lucru în echipă dobândite în cadrul activității profesionale și de cercetare, a activității cu studenții proveniți din diferite medii și cu experiență de bază diferită și ca sportiv de performanță în cadrul lotului municipal și național.

Competențe și aptitudini organizatorice

Director Departamentul Motricitate Specială și Recuperare Medicală (2011 – până în prezent)  
Coordonator Centrul de Consiliere și Orientare în Cariera Profesională din UNEFS (2008 – 2012)  
Responsabil program de formare „Metode și mijloace de refacere a capacității de efort” din cadrul proiectului „Profesionalizarea carierei didactice în educație fizică și sport din perspectiva formării continue” finanțată de POSDRU 2007-2013  
Șef Catedră Discipline Medicale (2008-2011) și Catedră Discipline de Specialitate (2010-2011)  
Responsabil activitatea științifică în Catedra Discipline Medicale (1999-2003)  
Secretar Catedră Discipline Medicale (1996 – 2002)  
Cancelar Științific Consiliul Facultății de Kinetoterapie (2002-2003)  
Îndrumător ECTS program licență (1995-2003); organizarea de manifestări cultural-educative cu participarea studenților ANEFS (balul bobocilor, festivitatea de absolvire)

Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului

Utilizare programe pachet MS Office

Permis de conducere

categoria B

Informații suplimentare

**Cărți, manuale, monografii** (unic autor)  
*Biochimia efortului sportiv*, Editura Discobolul 2013, București  
*Biochimie, ed. alla revizuită și adăugită*, Editura Printech 2013, București  
*Biochimie*, Editura Moroșan 2010, București  
*Bioenergetica în activitatea sportivă*, Editura Moroșan 2010, București  
*Nutriție-medicatie-doping în antrenamentul copiilor și juniorilor*, Editura Discobolul 2010, București

*Modificări biochimice induse de efortul sportiv*, Editura ArVin Press 2003, București  
*Influența efortului fizic asupra echilibrului hidromineral*, Editura Alexandru 27 2003, București  
*Biochimie – aspecte generale*, Editura Semne 2002, București

#### **Cursuri universitare**

*Curs de biochimie și biofizică*, 2003 ANEFS București  
*Noțiuni de biocibernetică*, 2001 ANEFS, București  
*Elemente de biochimia efortului*, 1999 ANEFS București  
*Biochimie – lucrări practice*, 1996 ANEFS București

*Manual de Investigații*, culegere de teste din cadrul temei de cercetare "Dinamica dezvoltării morfologice, funcționale și motrice a copiilor și adolescenților 6-18 ani din România", 1995 ANEFS București

#### **Contracte cercetare, granturi:**

*Responsabil* program de formare „Metode și mijloace de refacere a capacității de efort” din cadrul proiectului: "Profesionalizarea carierei didactice în educație fizică și sport din perspectiva formării continue" – POSDRU, cerere proiecte grant nr. 19 "Carieră în educație și formare" ID proiect 13096 FONDUL SOCIAL EUROPEAN. Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane, 2007-2013

*Membru* Grant CNFIS "Colegiul Universitar de Kinetoterapie Management Organizatoric", promotor ANEFS București, în cadrul Proiectului de Reformă a Învățământului Superior și a Cercetării Științifice din Universități (RO-4096), cofinanțat de Guvernul României și Banca Internațională pentru Reconstrucție și Dezvoltare, 2000 – 2002

*Membru* în echipa de cercetare a grantului: "Modalități de atragere a parteneriatelor științifice europene și de valorificare a fondului de know-how în domeniul culturii fizice și sportului" – Grant CNCSIS nr. 579/2006-2007

*Membru* în echipa de cercetare a grantului "Cercetări privind predicția formei sportive în sportul de performanță" - Grant tip A CNCSIS nr. 581/ 2004-2005

Articole în-extenso publicate în reviste cotate ISI, fără factor de impact; articole în-extenso publicate în volumele "proceedings" cu Peer-Review ale conferințelor indexate ISI Thomson (5)

Articole publicate în reviste indexate BDI sau în volumele „proceedings” ale conferințelor internaționale indexate BDI, minim 3 baze de date internaționale (4)

Articole publicate în reviste străine sau românești cu Peer-Review și comitet editorial internațional (5)

Articole publicate în reviste indexate BDI sau în volumele „proceedings” ale conferințelor internaționale indexate BDI (6)

Articole publicate în reviste românești recunoscute de comunitatea academică (Comisia de specialitate CNADTCU recomandă lista revistelor) (6)

Lucrări în-extenso publicate în volumele unor conferințe internaționale (neindexate ISI sau BDI) (38)

Lucrări în-extenso publicate în volumele unor conferințe naționale (41)

#### **Alte activități**

*Redactor de specialitate*, "Discobolul" Revista de cultură, educație, sport și kinetoterapie (1995 –2007)

*Lector* în cadrul cursului de perfecționare al profesorilor/antrenorilor de nivel național și olimpic, Federația Română de Schi și Biatlon, Federația Română de Haltere, Federația Română de Fotbal (2007-2009)

*Formator – evaluator* în cadrul cursurilor de formare continuă program POSDRU, Antrenament sportiv la copii și juniori, Disciplina "Nutriție – medicație – doping în antrenamentul copiilor și juniorilor" (Alexandria, Slatina, București, 2011)

*Membru* International Association of Physical Education & Sport for Girls & Women, Consiliul Științei Sportului din România, Societatea Română de Medicină Sportivă, Societatea Română de Gerontologie și Geriatrie

*Membru* în Consiliul Facultății de Kinetoterapie (2002 – până în prezent), în Senatul UNEFS (2000 – 2012) și în unele comisii aferente acestei structuri de conducere (2012 – până în prezent)

#### **Distincții și premii**

*Diplomă de merit* pentru contribuția adusă la dezvoltarea sportului românesc în Municipiul București, 29.03 2002

*Diplomă de onoare* pentru promovarea cercetării științifice al Centrului de Cercetări Interdisciplinare cu ocazia împlinirii a 40 de ani de existență a CCI, ANEFS București, 2008

Anexe Listă lucrări