

Formularul A

Universitatea „Eftimie Murgu” Reșița
Rectorat 330
Intrare nr.
ziua 07 luna 02 anul 2019

FORMULAR DE DEPUNERE A CANDIDATURII PENTRU FUNCȚIA DE DECAN al FACULTĂȚII DE ȘTIINȚE SOCIALE

Subsemnatul, Cărăbaș Ionică, cadru didactic titular la Departamentul de Teologie și Științe Sociale, Facultatea de Științe Sociale, având funcția didactică de conferențiar universitar doctor, depun prezentul dosar de candidatură pentru funcția de Decan al Facultății de Științe Sociale.

Declar pe propria răspundere următoarele:

1. Nu am împlinit vârsta de pensionare prevăzută de art. 289(1) din Legea Educației Naționale nr. 1/2011, respectiv 65 de ani. Cunosc faptul că mandatul meu va înceta de drept la momentul împlinirii vârstei standard de pensionare, conform dispozițiilor art. 215(1) din Legea nr. 1/2011.
2. În situația în care, în urma ocupării prin alegeri/concurs a funcției de conducere pentru care candidez, mă voi afla într-o situație de incompatibilitate sau conflict de interese, în conformitate cu prevederile legale în vigoare și prevederile Cartei și Codului de etică și deontologie profesională, în termen de 7 zile de la apariția conflictului, mă oblig să rezolv situația intervenită și să anunț în scris conducerea instituției.
3. Sunt de acord cu publicarea documentelor mele de candidatură pe pagina web a universității: www.uem.ro.

Anexez prezentei cereri:

| | | |
|----|--|---|
| 1. | CV-ul | X |
| 2. | Lista lucrărilor și realizărilor științifice | X |
| 3. | Programul managerial, conținând 9 pag., numerotate și semnate fiecare în parte | X |

Reșița,
07.02.2019

Cărăbaș Ionică



Curriculum vitae Europass



Informații personale

Nume / Prenume **CARABAȘ IONICĂ**
Adresă(e) STRADA N. FIRU, CHIȘODA, TIMIȘ, ROMANIA
Telefon(oane) Mobil: 0722467207
Fax(uri)
E-mail(uri) icarabas@yahoo.com
Naționalitate(-tăți) română
Data nașterii 28.07.1969
Sex masculin

Domeniul ocupațional **Învățământ superior**

Experiența profesională

Perioada Februarie 2015 - prezent
Funcția sau postul ocupat **Conferențiar universitar**
Activități și responsabilități principale Activitate didactică la disciplinele: Atletism, Schi și Metode de cercetare în EFS,
Numele și adresa angajatorului Universitatea „Eftimie Murgu” din Reșița, Piața Traian Vuia, nr.1-4, Reșița

Perioada 1997 – Februarie 2015
Funcția sau postul ocupat Cadru didactic titular, ocupând pe rând următoarele funcții didactice:
preparator(1997-1999), asistent universitar(1999-2002), lector universitar(2002-prezent)
Activități și responsabilități principale Activitate didactică la disciplinele: Atletism, Activități fizice adaptate, Activități fizice pe grupe de vârstă, Antropologia sportului
Activitate de cercetare în domeniul biomecanicii
Numele și adresa angajatorului Universitatea de Vest Timișoara, Timișoara, Bd. V. Pârvan, nr.4

Educație și formare

Perioada 2001-2008
Calificarea / diploma obținută **Diploma de doctor**
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite Biomecanica, cunoștințe aprofundate și abilități de cercetare în domeniul ingineriei mecanice
Numele și tipul instituției de învățământ / furnizorului de formare Universitatea Politehnica din Timișoara
Nivelul în clasificarea națională sau internațională Doctor în științe inginerești

Perioada 1998- 2002

Calificarea / diploma obținută **Licențiat în kinetoterapie**

Disciplinele principale studiate /
competențe profesionale dobândite Anatomie, Fiziologie, Biomecanică, Masaj, Recuperare funcțională

Numele și tipul instituției de învățământ /
furnizorului de formare Universitatea de Vest Timișoara – Facultatea de Educație Fizică și Sport

Nivelul în clasificarea națională sau
internațională Licențiat în kinetoterapie

Perioada 1991- 1995

Calificarea / diploma obținută **Licențiat în Educație Fizică și Sport**

Disciplinele principale studiate /
competențe profesionale dobândite Teoria și metodică educației fizice și sportului, Teoria antrenamentului sportiv, Igienă,
Anatomie, Fiziologie, Tehnica și metodică majorității ramurilor sportive

Numele și tipul instituției de învățământ /
furnizorului de formare Universitatea de Vest Timișoara – Facultatea de Educație Fizică și Sport

Nivelul în clasificarea națională sau
internațională Licențiat în educație fizică și sport

Perioada 1983 - 1987

Calificarea / diploma obținută **Diplomă de bacalaureat**

Disciplinele principale studiate /
competențe profesionale dobândite Chimie, Fizică, Lb română, Istorie, Matematică, Biologie, Geografie

Numele și tipul instituției de învățământ /
furnizorului de formare Liceul de chimie industrială Azur Timișoara

Nivelul în clasificarea națională sau
internațională Operator chimist

Competențe și aptitudini organizatorice **Director de contract**, Platforma de implantologie, protezare inteligentă și recuperare biomecanică, CNCSIS, 2004 – 2008

Director sportiv al echipei de handbal masculin Politehnica Timișoara, 2008 – 2009

Membri în Senatul Universității „Eftimie Murgu” din Reșița: 2017 – prezent

Coordonator al Departamentului Erasmus al Facultății de Educație Fizică și Sport din Timișoara: 2010 – 2011

Manager general al echipei de futsal Informatica Timișoara: 2016

Director de contract al proiectului „Cultură, sport și educație la 100 de ani de la Marea Unire”: Reșița, 2018

Sef Serviciu logistică și achiziții publice în cadrul CJAS Timiș: 2009 – 2013

Sef Birou Resurse Umane în cadrul CJAS Timiș: 2013 – 2017

Observator de joc în cadrul AJF Timiș, 2014 – prezent.

Membri în comisia de organizare a numeroase manifestări științifice naționale

Alte competențe și aptitudini Obținerea **Certificatului de atestare profesională - antrenor handbal**, Centrul Național de Formare și Perfecționare a antrenorilor : București – 2003

Obținerea **Certificatului de clasificare profesională - antrenor de atletism**, Centrul de Formare și Perfecționare a antrenorilor: București – 1998

Absolvirea programului de perfecționare *Reglementări metodologice privind activitățile de contractare, decontare, resurse umane și achiziții publice din cadrul fass: 2009*

Absolvirea programului de perfecționare *Managementul instrumentelor structurale, modulul 2 expert implementare fonduri structurale și de coeziune, Ministerul Dezvoltării regionale și Administrației Publice, 2015*

Membru în organizații de specialitate **Membru** al *Consiliului Științei Sportului din România: 2010 - prezent*
Membru al *Societății Științei, Excelenței Umane și Sportului Universitar: 2014 - prezent*
Membru al *Academiei Olimpice Române: 2013 - prezent*
Membru al *Organizației Judetene Sportul Pentru Toți Caras – Severin, 2017 – prezent*

Aptitudini și competențe personale

Limba(i) maternă(e) **română**

Limba(i) străină(e) cunoscută(e)

| Autoevaluare Nivel european (*) | Înțelegere | | | | Vorbire | | | Scriere | | |
|------------------------------------|------------|---------|--------|---------|----------------------------|---------|--------------|---------|------------------|---------|
| | Ascultare | | Citire | | Participare la conversație | | Discurs oral | | Exprimare scrisă | |
| Limba | B1 | engleză | B1 | engleză | B2 | engleză | B1 | engleză | B1 | engleză |
| Limba | B1 | germană | B1 | germană | B2 | germană | B1 | germană | A2 | germană |

(*) [Nivelul Cadrului European Comun de Referință Pentru Limbi Străine](#)

Proiecte și programe de cercetare **Director de contract**, Platforma de implantologie, protezare inteligentă și recuperare biomecanică, CNC SIS, 2004 - 2008
Director de contract al proiectului „Cultură, sport și educație la 100 de ani de la Marea Unire”: Reșița, 2018

Activități profesionale **Lector** la cursul de formare a antrenorilor organizat de Federația Luxemburgheză de Handbal, 2011 – 2015
Membru în colectivul de redacție al Analelor UVT
Coordonator al lucrărilor de cercetare în vederea obținerii gradului didactic I în învățământ, 2010 – prezent
Președinte al Comisiilor desemnate în vederea obținerii gradului didactic I în învățământ 2009 - prezent
Evaluator în cadrul Examenului Național de Definitivat, 2016 - prezent

Performanțe profesionale **Maestru al sportului, 1995**
Antrenor principal Politehnica Izometal Timișoara – **loc 7** în Liga Națională de Handbal masculin, 2005
Antrenor principal al echipei Universității de Vest din Timișoara, **loc I** la Campionatele Naționale Universitare de Handbal masculin, Reșița, 2004
Antrenor principal al echipei Universității de Vest din Timișoara, **loc II** la Campionatele Naționale Universitare de Handbal masculin, Reșița, 2005
Preparator fizic al echipei de rugby CS Universitatea Timișoara, **câștigătoarea Cupei României**, Alba Iulia, 2012
Preparator fizic al echipei de fotbal CS Auxerre Lugoj, **promovare în Liga a II –a de fotbal**

Antrenor al echipei universitare de atletism, Pitești 2015, **locul I, locul II**, respectiv **locul III**, la Campionatele Naționale Universitare de Atletism

Antrenor principal al echipei de handbal CS Universitatea Timișoara, 2012 – 2014, Liga I

Antrenor principal al echipei de handbal CSM Lugoj, 2010 – 2011, Liga I

Diploma de excelență, Primăria Municipiului Timișoara, 2012

Diploma de excelență, Universitatea de Vest Timișoara, 2012

Domenii de competență Handbal, Atletism, Educație Fizică, Kinetoterapie

Competențe și abilități sociale Seriozitate, inițiativă, creativitate, flexibilitate, motivație, responsabilitate, capacitate de muncă ridicată, bună comunicare și relaționare, spirit de echipă.

Competențe și aptitudini tehnice Capacitate de a utiliza în mod eficient dotarea tehnică.

Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului Utilizarea programelor standard Windows, Microsoft Office, Internet Explorer, SPSS

Alte competențe și aptitudini Aptitudini sportive și artistice

Permis de conducere Categoria B din anul 1992

Reșița, 07.02.2019

ACTIVITATE ȘTIINȚIFICĂ ȘI DE CERCETARE

conf. univ. dr. Ionică Cărăbaș

CĂRȚI DE SPECIALITATE

- Carabaș, I.(2008)** *Contribuții privind biomecanica și recuperarea postoperatorie a articulației genunchiului cu implant restaurator total*, Editura Politehnica, Timișoara; ISBN 978-973-625-636-3
- Carabaș, I.(2012)** *Atletism - metodica predării*, Editura Eurobit, Timișoara; ISBN 978-973-620-934-5
- Carabaș, I.(2012)** *Activități motrice*, Editura Eurobit, Timișoara; ISBN 978-973-620-930-7
- Carabaș, I.(2014)** *Metodica predării atletismului în școală*, Editura Eurobit, Timișoara; ISBN 978-973-132-166-0
- Carabaș, I.(2014)** *Noțiuni de antropologie sportivă*, Editura Eurobit, Timișoara; ISBN 978-973-132-165-3

CURSURI PENTRU STUDENȚI

- Radoslav, R. , Puta, T., Râta, E., Carabas, I.* *Atletism - tehnica probelor*; Tipografia Universității de Vest, Timișoara
(1997)
- Radoslav, R. , Puta, T., Râta, E., Carabas, I.* *Atletism - tehnica probelor*, Tipografia Universității de Vest, Timișoara
(1998)
- Radoslav, R. , Puta, T., Râta, E., Carabas, I.* *Atletism - metodica predării*, Tipografia Universității de Vest, Timișoara
(1998)

NOTE DE CURS

Carabaș, I. Metode de cercetare în educație fizică și sport - note de curs

Carabaș, I. Metodica predării atletismului în școală - note de curs

Carabaș, I. Atletism - tehnica probelor - note de curs

Carabaș, I. Fundamentele atletismului - note de curs

Carabaș, I. Teoria și metodica schiului alpin - note de curs

Carabaș, I. Kinesiologie – note de curs

TEZA DE DOCTORAT

Contribuții privind biomecanica și recuperarea postoperatorie a articulației genunchiului cu implant restaurator total.

LUCRĂRI COMUNICATE ȘI PUBLICATE ÎN CALITATE DE UNIC AUTOR

Solving the attack in numerical inferiority situations - a priority objective in modern handball, Physical Education and Rehabilitation Journal, volume 1, issue 2/2009, ISSN 2065 0574, pp. 31-34

The physical exercises - mean of prevention the sugary diabets, Journal of Romanian Sports Medicine Society, Craiova, 2009, ISSN 1841-0162, pp. 16-24

Aspects regarding the different and individualized approaching in the juvenil handball, Physical Education and Rehabilitation Journal, volume 2, issue 4/2010, ISSN 2065 0574, pp. 23-28

Study regarding the efficiency of the kinetic recovery programs in the case of the patieints with coxarthrosis, Gymnasium, Supplement, vol.XII, 2011, ISSN 1453-0201, ISSN-L 1453-0201, pp. 59-72

<http://www.gymnasium.ub.ro/2011>

Study Regarding the Play of the wing player at the World Handball Championship – Serbia 2013, Physical Education and Rehabilitation Journal volume 6, issue 11/2014, ISSN 2065 0574, pp. 55-58

Aspects regarding the pivot player tasks in the handball game, Timișoara Physical Education and Rehabilitation Journal, Volume 7, ISSUE 13/2014, ISSN 2065 0574, pp. 122-126

Studiu privind caracteristicile funcționale, constructive și de material ale endoprotezelor de genunchi, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.2/2008, ISSN 1453-7699, pp. 164-174

Particularitățile alergării de 100m plat în finala campionatului Mondial de atletism - Berlin 2009, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.12/2010, ISSN 1453-7699, pp.38-45

Contraatacul și repunerea rapidă - mijloace tactice eficiente în handbalul actual, Analele FEFS, noiembrie 2012, ISSN 1453-7699, pp. 46-51

Alergare în piscină – un antrenament alternativ pentru alergători, Analele universității de Vest din Timișoara, 1999, ISSN 1453-7699, pp.112-113

Efficiency analysis method plyometric in development of speed to the junior i runners, Analele Universității "Eftimie Murgu" din Reșița. Fascicola de Științe Social-Umaniste, Nr. 2/2014, ISSN: 2286-0711, on-line ISSN: 2359-7526, pp. 17-24

http://www.analefssu.uem.ro/fileadmin/Acasa/2014-02/2_Carabas.pdf

Study regarding the importance of physical therapy in the recovery process at patients with hemiplegia, Analele Universității "Eftimie Murgu" din Reșița. Fascicola de Științe Social-Umaniste, Nr. /2015, ISSN: 2286-0711, on-line ISSN: 2359-7526, pp. 21- 30

http://www.analefssu.uem.ro/fileadmin/Acasa/2015-01/2_Carabas.pdf

Considerations on a new approach in terms of physical preparation of football referees, Analele Universității "Eftimie Murgu" din Reșița. Fascicola de Științe Social-Umaniste, Nr. 2/2015, ISSN: 2286-0711, on-line ISSN: 2359-7526, pp. 19 - 25

http://www.analefssu.uem.ro/fileadmin/Acasa/2015-02/2_Carabas.pdf

Aspects about the importance of early initiation of the kinetic recovery program after anterior cruciate ligament reconstruction, Analele Universității "Eftimie Murgu" din Reșița. Fascicola de Științe Social-Umaniste, Nr. VI/2018, ISSN: 2286-0711, on-line ISSN: 2359-7526, pp. 53 – 61

http://www.analefssu.uem.ro/fileadmin/Acasa/2018_Carabas.pdf

Currents and perspectives regarding sports activity of children and juniors, Analele Universității "Eftimie Murgu" din Reșița. Fascicola de Științe Social-Umaniste, Nr. VI/2018, ISSN: 2286-0711, on-line ISSN: 2359-7526, pp. 62 – 69

http://www.analefssu.uem.ro/fileadmin/Acasa/2018_Carabas.pdf

LUCRĂRI ELABORATE ȘI PUBLICATE ÎN COLABORARE (PRIM AUTOR)

- Carabas, I.,** *Apness for competition sports practice of disabled persons wearing artificial knee*, Scientific bulletin of the „Politehnica,, University of Timișoara, Tom 53(67), fasc. S1, 2008, ISSN 1224-6077, pp. 271-276
- Gruescu, C.,**
Nicoară, I.
- Carabas I, Pantea C,** *Program de reeducare a poziției ortostatice și a mersului în parezele spastice*, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.3/2001, ISSN 1453-7699, pp.98-106;
- Carabas I, Pantea C, Oravițan M,** *Rolul kinetoterapiei în recuperarea leziunilor aparatului menisco-ligamentar al genunchiului*, Analele universității de Vest din Timișoara, 1998, ISSN 1453-7699, pp.229-233;
- Carabas I, Pantea C,** *Metode de reeducare a mersului la bolnavii hemiplegici*, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.2/2000, ISSN 1453-7699, pp. 167-168;

LUCRĂRI ELABORATE ȘI PUBLICATE ÎN COLABORARE (COAUTOR)

- Barzuca, D.,** *The body mass index in relation weight the self-perception weight and the body composition from different populational groups*, Revista Medico-Chirurgicala a Societatii de Medici si Naturalisti din Iasi, The Medical-Surgical Journal, vol.117 ., nr.4./ oct.-dec.,2013, ISSN-L: 2286-2560, ISSN online: 2286-2560, ISSN print: 0048-7848, pp.979-985
- Vlaicu, B.,**
Mircioagă, A.,
Mircioagă, D.,
Carabaș, I.
- Mircioagă, D.,** *A study on the management and the financial efficiency of Manchester United Football Club*, Revista “Annals of the University of Oradea, Physical Education and Sport” Fascicle, University Oradea Press.,Year XXIII, no. 1/2013, ISSN 2286- 2870, E-ISSN 1224-5100, pp. 33 - 37
- Barzuca, D.,**
Mircioagă, A.
- Gruescu, C.,** *Comment on Specific Features of Optomechanical Fits*, Proceedings of the 7th WSEAS International Conference, University of Cambridge, UK, 2010; ISSN 1790-5095, ISBN 978-960-474-158-8, pp. 54-59
- Nicoara, I.,**
Gillich, G.R.
- Carabaș, I.** *Considerații diagnostice și terapeutice privind hemartrozele posttraumatice ale genunchiului*, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.4/2002, pp. 4-11
- Oravițan M,**
Bârzu M, Pantea C, Carabas I,
- Pantea C,** *Studiu privind incidența rupturilor tendonului ahilian la sportivii de performanță*, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.6/2004, pp.152-163;
- Oravițan M,**
Carabas I,
- Pantea C,** *Tratamentul modern al infarctului miocardic acut și particularitățile efortului fizic în perioada de recuperare*, Analele universității de Vest din Timișoara, 1998, pp.223-226;

- Pantea C, Oravițan M, Carabas I, Studiu privind deficiențele fizice ale coloanei vertebrale la pubertate, Analele universității de Vest din Timișoara, 1998, pp.175-179;*
- Pantea C, Oravițan M, Carabas I, Medicația de efort – rolul biochimic al aminoacizilor, Analele universității de Vest din Timișoara, 1999, pp.115-117;*
- Pantea C, Oravițan M, Carabas I, Date statistice privind incidența entorselor de gradul II ale genunchiului la sportivi, pe o perioadă de 5 ani, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.3/2001, pp.82-89;*
- Pantea C, Oravițan M, Carabas I, Model de program utilizat pentru recuperarea pacienților cu leziuni de nerv radial, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.4/2002, pp. 110-122;*
- Pantea C, Oravițan M, Carabas I, Rolul masajului în reducerea edemului limfatic apărut după tratamentul oncologic al cancerului de sân, Analele Universității de Vest din Timișoara, seria Educație Fizică și Sport, Vol.4/2002, pp. 123-134;*

ÎNTOCMIRE DOSARE PENTRU ACREDITARE PROGRAM DE STUDII

Dosar acreditare program de master Educație fizică școlară și activități extracurriculare,
2018

Reșița,
07.02.2019

Conf. univ. dr. Ionică Cărăbaș