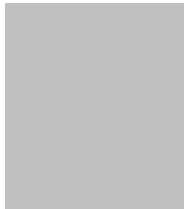


## INFORMAȚII PERSONALE

PĂUNESCU CĂTĂLIN CONSTANTIN



## EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

2016 – prezent

**Profesor universitar doctor**

Activități didactice practico-metodice de predare și evaluare  
Elaborare materiale didactice  
Activități științifice și de cercetare atât în domeniul educației fizice și sportului cât și interdisciplinare  
Membru în consiliu departamental  
Șef Disciplină Educație Fizică și sport

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila”, Str. Dionisie Lupu nr 37,  
București  
Învățământ Universitar

2014-2016

**Conferețiar universitar doctor**

Activități didactice practico-metodice de predare și evaluare  
Elaborare materiale didactice  
Membru în consiliu departamental  
Activități științifice și de cercetare atât în domeniul educației fizice și sportului cât și interdisciplinare  
Responsabil din partea UMF Carol Davila în relația cu Federația Sportului Școlar și Universitar

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila”, Str. Dionisie Lupu nr 37,  
București  
Învățământ Universitar

2012-2014

**Lector universitar doctor**

Activități didactice practico-metodice de predare și evaluare  
Elaborare materiale didactice  
Membru în consiliu departamental  
Activități științifice și de cercetare atât în domeniul educației fizice și sportului cât și interdisciplinare  
Responsabil din partea UMF Carol Davila în relația cu Federația Sportului Școlar și Universitar

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila”, Str. Dionisie Lupu nr 37,  
București.  
Învățământ Universitar

**2006-2012 Asistent Universitar drd/dr**

Activități didactice de predare  
Activități practico-metodice de predare la disciplinele judo, karate, taekwondo wtf și tenis de masă;  
Activități de evaluare  
Membru în consiliu departamental  
Activități științifice și de cercetare atât în domeniul educației fizice și sportului cât și interdisciplinare  
Organizare și participare la conferințe mondiale, simpozioane și sesiuni internaționale de comunicări științifice

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila”, Str. Dionisie Lupu nr 37,  
București.  
Învățăământ Universitar

**2003-2006 Preparator Universitar**

Activități didactice  
Activități practico-metodice de predare la disciplinele judo, karate și tenis de masă;  
Activități de evaluare  
Elaborare materiale didactice

Universitatea de Medicină și Farmacie „Carol Davila”, Str. Dionisie Lupu nr 37,  
București.  
Învățăământ Universitar

**2002-2003 Profesor de Educație Fizică și Sport clasele IX-XII**

Activități didactice și practico-metodice de predare în domeniul educației fizice și sportului.  
Planificarea activităților din cadrul programei de învățăământ.  
Activități de evaluare și notare.  
Participare cu elevii la activități cultural-sportive precum „Luptă împotriva drogurilor, o luptă dreaptă pentru o lume mai dreaptă”  
Dirigenție la clasa sportivă  
Participare la activități sportive, artistice și culturale organizate la nivelul Instituției.  
Activități competiționale școlare și naționale

Grupul Școlar de Construcții „Anghel Saligny” București  
Învățăământ preuniversitar

**2002-2001 Profesor de Educație Fizică și Sport la clasele V-XII**

Activități didactice și practico-metodice de predare în domeniul educației fizice și sportului.  
Planificarea activităților din cadrul programei de învățăământ.  
Activități de evaluare și notare.  
Participare la activități sportive, artistice și culturale organizate la nivelul Instituției.  
Activități competiționale școlare și naționale  
Activități de pregătire la clasele a XII-a pentru proba de Educație Fizică și Sport de la Bacalaureat

Colegiul Național „Mihai Eminescu”  
Învățăământ preuniversitar

- 2020-prezent**    **Trainer Development - Romania**
- Lecții practice de M.A.T.T Combatives (Martial Art Tactical Transition)
- M.A.T.T. Combatives, Suedia  
Antrenament combativ, autoapărarea și arte tradiționale
- 2017-prezent**    **Formator/specialist proiectare didactică specifică/cadru didactic asociat**
- Susținerea cursurilor de specialitate teoretice/practico-metodice pentru obținerea calificării de antrenor asistent  
Elaborarea Planului cadru de studii pentru obținerea calificării de antrenor taekwondo WT în Republica Moldova  
Elaborarea de cursuri de specialitate  
Activități de evaluare și notare
- Academia Internațională de Taekwondo, Chișinău, Moldova  
Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău  
Instruire și performanță sportivă
- 2009-2018**    **Director Departamentul Universitar/Director Centrul National de Formare, Cercetare, Documentare si Omologare in Taekwondo WTF**
- Organizarea Campionatelor Naționale Universitare de Taekwondo  
Pregătirea lotului național universitar pentru competiții internaționale  
Susținere cursuri de formare instructori la nivel național în calitate de lector  
Conducerea sportivilor la suprafața de luptă la Universiade și Campionate Mondiale Universitare  
Publicarea de articole științifice și elaborarea de proiecte de cercetare  
Activități de planificare a pregătirii
- Federația Română de Taekwondo WTF  
Sport de performanță
- 2006-2018**    **Antrenor secția de Taekwondo**
- Lecții practico-metodice  
Activități de evaluare și notare  
Conducerea sportivilor la suprafața de luptă  
Pregătirea lotului de performanță  
Activități de planificare a pregătirii
- Clubul Sportiv Studențesc „UNEFS” București  
Inițiere și performanță sportivă
- 2015-2016**    **Cadru Didactic Universitar Asociat**
- Susținerea de lecții practico-metodice pentru obținerea specializării taekwondo wtf, cu studenții de anul III licență
- Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport din București  
Învățământ universitar

**2002-2006 Antrenor de Arte Marțiale**

Lecții practico-metodice  
Activități de evaluare și notare  
Conducerea sportivilor la suprafața de luptă  
Pregătirea loturilor de performanță  
Activități de planificare a pregătirii

Clubul de Arte Marțiale Budokan București  
Inițiere și performanță sportivă

**EDUCAȚIE ȘI FORMARE****07 – 16. 09.2012 Formare de Formatori***Competențe profesionale dobândite*

Adaptarea strategiilor de pregătire la stilurile de învățare ale adulților; Organizarea logisticii necesare unui curs; Derularea programelor de formare pentru adulți; Evaluarea participanților și desfășurarea programului de instruire; Revizuirea, adaptarea și promovarea programului de formare; Utilizarea metodelor și tehnicilor specifice de formare; Planificarea și elaborarea materialelor necesare stagiilor de pregătire.

Extreme Training București

**23.06 – 1. 07.2012 Manager Proiect***Competențe profesionale dobândite*

Dezvoltarea abilităților de planificare, organizare, coordonare a elementelor componente ale unui proiect; Dezvoltarea abilității de a identifica corect o problema, de a dezvolta o idee de proiect și de a o încadra într-un Program Operațional în vederea obținerii unei finanțări nerambursabile din Fonduri Structurale; Creșterea performanțelor în domeniul managementului de proiect prin capacitate sporită de a răspunde în timp optim provocărilor apărute pe parcursul implementării proiectului; Dezvoltarea de abilități necesare evaluării și monitorizării unui proiect; Utilizarea/completarea corectă a documentelor necesare accesării fondurilor structurale; Îmbunătățirea abilităților de coordonare a diferitelor tipuri de resurse (umane, financiare, de timp) implicate de un proiect; Îmbunătățirea capacității de gestionare a relațiilor de parteneriat din cadrul proiectelor derulate, inclusiv a relației cu Finanțatorul, îmbunătățirea capacității de monitorizare și evaluare a proiectelor și, implicit, creșterea nivelului calitativ al produsului final oferit clientului.

Extreme Training București

**2008 – 2011 Titlul Științific de Doctor în domeniul Educație Fizică și Sport**

Kinantropologie; Mecanica nișcărilor umane; Fizio-psiho-pedagogia învățării motrice; Bio-psiho-sociomotricitate în C.F.S.; Cercetare științifică în C.F.S.; Știința sportului; Suport biologic al performanței sportive; Educarea și controlul mișcării; Filosofia mișcării olimpice; Conducere și optimizare în sport; Ergogeneza și oboseala în sport; Integrare socială prin sport

I.O.S.U.D.

Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport București

2007- 2008 **Diplomă de absolvire a Școlii Naționale de Antrenori cu recunoaștere Europeană**

Antrenor de Taekwondo WTF categoria a II-a

Școala Națională de Antrenori  
Autoritatea Națională pentru Sport și Tineret

2003- 2005 **Diplomă de Master**

Specializare: Sport - Turism și Loisir

Universitatea din Pitești / Universite Nice Sophia Antipolis  
Facultatea de Educație Fizică și Sport / Faculte des Sciences du Sport

2003 **Certificat de absolvire a Departamentului pentru Pregătirea Personalului Didactic**

Universitatea de Vest din Timișoara

2000 **Carnet de antrenor Conform Ordinului Departamentului Sport nr.102**

Antrenor de Arte Marțiale categoria a III-a,  
*Competențe profesionale dobândite*  
Cunoștințe tehnico-metodice  
Calități manageriale  
Evaluări comerciale ale artelor marțiale  
Abilități media și contractuale

Academia Națională de Educație Fizică și Sport București  
/Ministerul Tineretului și Sportului

2000 **Sustinerea licenței în Educație Fizică și Sport**

Specializare (Disciplină de aprofundare) - Arte Marțiale/Judo

Academia Națională de Educație Fizică și Sport  
Facultatea de Educație Fizică și Sport

1994 - 1998 **Facultatea de Educație Fizică și Sport**

Specializare (Disciplină de aprofundare) - Arte Marțiale/Judo

Universitatea Ecologică  
Facultatea de Educație Fizică și Sport

1998 **Carnet de antrenor, Conform Ordinului Departamentului Sport nr.428**

Antrenor de Taekwondo WTF categoria V

Școala Națională de Antrenori  
Ministerul Tineretului și Sportului

## COMPETENTE PERSONALE

Limba(i) maternă(e) Română

Alte limbi străine cunoscute

INTELEGERE	VORBIRE	SCRIERE
------------	---------	---------

	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
Engleză	A 1	A 1	-	-	A 1

Niveluri: A1/A2: Utilizator elementar - B1/B2: Utilizator independent - C1/C2: Utilizator experimentat  
[Cadru european comun de referință pentru limbi străine](#)

### Competențe digitale

AUTOEVALUARE				
Procesarea informației	Comunicare	Creare de conținut	Securitate	Rezolvarea de probleme
independent	elementar	elementar	elementar	elementar

Niveluri: Utilizator elementar - Utilizator independent - Utilizator experimentat  
[Competențele digitale - Grilă de auto-evaluare](#)

Permisi de conducere B+E, C+E, A

### ACTIVITATE PUBLICISTICĂ ȘI DE CERCETARE

#### Proiecte de cercetare

*Director de proiect:* Proiectul 08./8 ianuarie 2018, intitulat "JUDOKA BEARS - 2018", desfășurat de Asociația DOWN București; proiectul face parte din programul "I' UP, not DOWN 2015-2020", câștigat prin competiție, la nivel național, și susținut de ING Bank în valoare de 5000 euro.

*Membri în proiectul:* 06./8 ianuarie 2018, intitulat "Prin Dans Liber să fiu EU - 2018", desfășurat de Asociația DOWN București; proiectul face parte din programul "I' UP, not DOWN 2015-2020", câștigat prin competiție, la nivel național, și susținut de ING Bank în valoare de 5000 euro.

*Director de proiect:* Studiu constatativ și prospectiv asupra profilului tehnico-tactic la nivel de juniori, proiect tip CP - 01/martie-august 2013, organizat de Centrul Național de Cercetare-Documentare Taekwondo WTF din cadrul Federația Română de Taekwondo WTF

*Responsabil proiect* (domeniu științific și publicistic): Aspecte de optimizare a proceselor terapeutice în tratamentul defectelor parietale abdominale-laterale la sportivii de performanță, Cod proiect - TA 65/2.09.2013 SȘEUSU/ Program Tehnologie Aplicativă, Competiție 2013

*Membri în proiectul* "SĂ, CREȘTEM MARI", martie – septembrie 2017, desfășurat de Asociația DOWN București în parteneriat cu Club Attack Team Bucuresti, în cadrul programului Adoptă un proiect, finanțat de ING Bank

*Membri în proiectul* "CANDID", ianuarie - mai 2016, desfășurat de Asociația DOWN București în parteneriat cu Club Attack Team Bucuresti, în cadrul programului Adoptă un proiect, finanțat de ING Bank

*Membri în proiectul:* "Șanse egale pentru sănătate și performanță în sport" 2014-2015, desfășurat de Federația Română de Taekwondo WTF în cadrul programului Pierre de Coubertin, Ministerul Tineretului și Sportului

*Membri în colectivul de cercetare din grantului:* Modalități adecvate României de atragere a tineretului în practicarea sportului recreativ - o alternativă la irosirea sau vicierea timpului liber, Cod PN II ID PCE 2007-1 CNCSIS nr.383/ 2008-2010

*Colaborator la secțiunea* „Diagnoza stării doctoratului în România”, parte a proiectului: Studii Doctorale în România - Organizarea școlilor doctorale, derulat de UEFISCSU/ CNCSIS, 2008-2011

#### Publicistică

- 8 manuale și cărți de specialitate publicate în calitate de autor unic
- 3 cărți de specialitate publicate în calitate de co-autor
- 8 capitole de carte
- peste 100 de articole și publicații în reviste științifice internaționale și conferințe, indexate ISI/BDI sau publicate în volume de conferințe

Data 10.10.2022

Semnatura