



## Flaviu-Victor Talan

| **Cetățenie:** română | **Gen:** Masculin |

**Număr de telefon:** \_\_\_\_\_

| **Facebook:** \_\_\_\_\_

**Whatsapp Messenger:** 0743618587 |

**Adresă:** Iargu-Mures, Mures, Vasile Lucaci nr. 8 ap. 13, 540282, Targu Mures, România (Acasă)

### ● DESPRE MINE

Profesor dedicat, cu experiență în învățământul liceal, gimnazial și primar, specializat în predare și cercetare. Posed abilități excelente de comunicare, organizare și rezolvare a problemelor,

### ● EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

01/10/2023 – ÎN CURS Targu Mures, România

**PROFESOR ASOCIAT UMFST G.E. PALADE DIN TÂRGU-MUREȘ**

- Am predat lecții de educație fizică și sport studenților români și străini.
- Am predat lecții și constituit programe de fitness pentru studenții români și străini.

01/09/2022 – ÎN CURS Targu Mures, România

**PROFESOR EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL LICEAL COLEGIUL NAȚIONAL „UNIREA” DIN TÂRGU-MUREȘ**

- Am elaborat și am pus în aplicare planuri de lecții inovatoare pentru a implica elevii într-o varietate de activități de învățare.
- Am evaluat progresul elevilor prin evaluări formative și sumative.
- Am supravegheat și coordonat activități extracurriculare pentru a îmbunătăți învățarea elevilor.
- Am oferit îndrumare și asistență elevilor în abordarea nevoilor academice, sociale și emoționale.
- Am dezvoltat relații pozitive cu părinții și tutorii pentru a asigura succesul școlar al elevilor.
- Am elaborat și a pus în aplicare strategii de gestionare a clasei pentru a asigura un mediu de învățare sigur și pozitiv.
- Am colaborat cu colegii pentru a dezvolta și împărtăși cele mai bune practici.
- Am stabilit așteptări ridicate în ceea ce privește comportamentul elevilor și performanțele școlare.
- Am participat la olimpiade naționale școlare la ramurile: fotbal, baschet, volei, badminton împreună cu echipele reprezentative școlare, la fazele municipale, județene și inter-județene.
- Am participat la desfășurarea olimpiadelor naționale, concursurilor de titularizare și examenelor de bacalaureat în calitate de membru al comisiei de supraveghere.
- Am participat la diverse competiții caritabile și specifice sportului adaptat, alături de organizația Special Olympics.

01/10/2022 – ÎN CURS Targu Mures, România

**INSTRUCTOR DE FITNESS 18GYM ALEEA CARPAȚI**

- Am dezvoltat și am pus în aplicare planuri de exerciții personalizate pentru o clientelă diversă, inclusiv pentru seniori, copii și sportivi.
- Am stabilit relații de lucru pozitive cu clienții pentru a asigura succesul pe termen lung.
- Am îndrumat și am instruit noi instructori de fitness în ceea ce privește interacțiunea corectă cu clienții și instruirea exercițiilor fizice.
- Am demonstrat exerciții clienților și am modificat exercițiile pentru a răspunde nevoilor individuale.
- Am dezvoltat provocări și activități de fitness lunare pentru a motiva clienții.
- Am efectuat evaluări de fitness și am urmărit progresul clienților.
- Am creat și am pus în aplicare o gamă largă de programe de exerciții de grup.
- Am monitorizat siguranța clientului și am oferit îndrumări privind forma și tehnica adecvată.

- Am pus în aplicare și am menținut standardele de curățenie și siguranță în cadrul facilității de fitness.
- Am instruit clienții cu privire la utilizarea corectă a echipamentelor și aparatelor de fitness.

01/09/2020 – 31/08/2022 Ceuașu de Câmpie, România

**PROFESOR ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL GIMNAZIAL ȘCOALA GIMNAZIALĂ CEUAȘU DE CÂMPIE**

---

15/01/2018 – 30/09/2022 Targu Mures, România

**INSTRUCTOR DE FITNESS ROYAL GYM**

---

## ● **EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ**

---

01/10/2023 – ÎN CURS Brașov, România

**DOCTORAT ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE** Universitatea Transilvania din Brașov

---

Site de internet <https://www.unitbv.ro/>

01/10/2022 – ÎN CURS Targu Mures, România

**MASTERAT ASIGURAREA CALITĂȚII ÎNVĂȚĂMÂNTULUI** Universitatea Dimitrie Cantemir din Târgu-Mureș

---

Site de internet <https://cantemir.ro/>

15/09/2020 – 15/07/2022 Targu Mures, România

**MASTERAT EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI CONSILIERE SPORTIVĂ** UMFST G.E. Palade din Târgu-Mureș

---

Site de internet <https://www.umfst.ro/home.html>

15/09/2020 – 15/07/2022 Targu Mures, România

**CERTIFICAT DE ABSOLVIRE A PROGRAMULUI DE FORMARE PSIHOPEDAGOGICĂ NIVELUL II** UMFST G.E. Palade din Târgu-Mureș

---

Site de internet <https://www.umfst.ro/home.html>

15/08/2021 Targu Mures, România

**DEFINITIVAT** Ministerul Educației

---

15/09/2017 – 15/07/2020 Targu Mures, România

**LICENȚĂ EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTIVĂ** UMFST G.E. Palade din Târgu-Mureș

---

Site de internet <https://www.umfst.ro/home.html>

15/09/2017 – 15/07/2020 Targu Mures, România

**CERTIFICAT DE ABSOLVIRE A PROGRAMULUI DE FORMARE PSIHOPEDAGOGICĂ NIVELUL I** UMFST G.E. Palade din Târgu-Mureș

---

Site de internet <https://www.umfst.ro/home.html>

15/04/2018 – 15/05/2018 Targu Mures, România

**INSTRUCTOR FITNESS ȘI AEROBIC** Fitness Education Trading, Târgu Mureș

---

Site de internet <https://www.fitness-education.ro/>

15/09/2013 – 15/06/2017 Targu Mures, România

**BACALAUREAT** Liceul Pedagogic „Mihai Eminescu” din Târgu-Mureș

---

Site de internet <https://www.pedagogicmures.ro/>

## ● **COMPETENȚE LINGVISTICE**

---

Limbă(i) maternă(e): **LIMBA ROMÂNĂ**

Altă limbă (Alte limbi):

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehensiune orală	Citit	Exprimare scrisă	Conversație	
<b>LIMBA ENGLEZĂ</b>	B2	B2	B2	B2	B2

Niveluri: A1 și A2 Utilizator de bază B1 și B2 Utilizator independent C1 și C2 Utilizator experimentat

## ● **COMPETENȚE DIGITALE**

Navigare Internet | Social Media | Microsoft Office | Microsoft PowerPoint | Microsoft Word | Microsoft Excel | Google Drive

## ● **INFORMAȚII SUPLIMENTARE**

### **COMPETENȚE DE MANAGEMENT ȘI CONDUCERE**

**Competențe Antreprenoriale, Financiare și Juridice, Royal Audit House** Introduceți aici descrierea...

Link <https://royal-synergy.ro/innotech-student-inscrieri/>

### **PUBLICAȚII**

[Fitness-ul în școli](#) – 2023

Introduceți aici descrierea...

Talan, Flaviu, „Fitness-ul în școli”, în „Educație și cultură”, nr. 23, iunie 2023, ISSN-L=1224-9319

### **HOBBY-URI ȘI TEME DE INTERES**

#### **Atletism**

- Am practicat atletism de performanță 4 ani, între 2009-2013 la Școala Generală „Alexandru Ioan Cuza” din Târgu-Mureș.
- Am participat la concursuri școlare, olimpiade școlare, cu probe atletice de alergare, sărituri și aruncări.

#### **Fotbal**

- Am practicat fotbal de performanță, între anii 2007 și 2017.
- Am jucat în liga a IV-a de fotbal și am obținut locul IV la campionatul național de fotbal republicani A în anul 2016 alături de Unirea Ungheni.

### **VOLUNTARIAT**

Târgu-Mureș

**Special Olimpycs**

Link <https://specialolympics.ro/>

### **PERMIS DE CONDUCERE**

**Permis de conducere:** B