

Curriculum vitae Europass



Informatii personale

Nume/Prenume	HONCERIU Cezar
Adresa	Str. Florea nr.2, Iasi, România.
Telefon	+40740782377
Fax	+40232201126
E-mail	chonceri@yahoo.fr
Cetatenia	Română
Data nasterii	11.12.1974
Sex	M

Locul de munca vizat / Aria ocupationala

**Universitatea Alexandru Ioan Cuza, Iași
Facultatea de Educație Fizică și Sport**

Experienta profesionala

Perioda	<p>2000 - 2002 – Preparator Universitar în cadrul Universității Tehnice „Gh. Asachi” din Iași.</p> <p>2000 – 2002 – Antrenor al echipei de fotbal „ASSCU Iași” (Asociația Sportivă Studentească din Centrul Universitar Iași).</p> <p>Iulie – August 2002 - Stagiul de pregătire a juniorilor organizat de Clubul de Fotbal „Racing Club Paris” în colaborare cu Asociația Antrenorilor de Fotbal din Paris. (Christian PORNIN 0033.6.16.98.14.10)</p> <p>2002-2008 – Asistent Universitar în cadrul Facultății de Educație Fizică și Sport – Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași.</p> <p>22.04. – 2.05.2004 - Antrenor al echipei de fotbal a Centrului Universitar Iași care a participat la Turneul Internațional Universitar de Fotbal, organizat de Federația Sportului Universitar și Federația de Fotbal din Republica Moldova, la Chișinău.</p> <p>2004 – 2005 - Consilier pe probleme de pregătire fizică la Federația de Fotbal a Republicii Moldova.</p> <p>2002 - 2004 - Coordonatorul „Universitariadei” (întrecere sportivă studentească organizată pe 9 sporturi și probe sportive din cadrul Festivalului Național Studentesc). (Director Sorin Iacoban).</p> <p>Aprilie 2005 – Cursuri susținute la Universitatea Sophia Antipolis din Nice (Franța) prin programul Socrates. Tema cursului: Teambuilding-ul în antrenamentul echipelor sportive.</p> <p>Mai 2007 – Cursuri susținute la Universitatea Sophia Antipolis din Nice (Franța) prin programul Socrates. Teambuilding prin activități ludice. (Prof.Dr. Denis PARISOT)</p> <p>2008, 2009, 2011, 2012, 2013 – Cursuri susținute la Universitatea Lille 2 (Franța). Tema cursurilor: Pregătirea fizică la o echipă de fotbal profesionistă; Teste de evaluare fizică la fotbaliști; Evaluarea fiziologică și biochimică la sportivi de performanță, (Maître de conf. Gregory DUPONT)</p> <p>2004- 2008 - Preparator fizic – F.C. Politehnica Iași (România) Liga I. Antrenor: POPA Ionuț)</p> <p>2010 – 2011 – Preparator fizic în cadrul echipei de Cupa Davis – calificare la Cupa Mondială.</p> <p>2008 – 2011 – Preparator fizic al sportivului Victor HĂNESCU.</p> <p>2010 – 2012 – Lector invitat la cursurile de perfecționare a antrenorilor de tenis (București, Craiova, Iași, Cluj) organizate de Federația Română de Tenis.</p> <p>2011-2012 – Preparator fizic în cadrul Sporting Club Vaslui (participare în grupele Europa League), Antrenor Viorel HIZO.</p> <p>Din 2008 – Lector Dr. La FEFS – Univ. „Alexandru Ioan Cuza” din Iași.</p> <p>Din 2011 – Director Centrul de Cercetări Interdisciplinare în Știința Motricității Umane (UAIC).</p> <p>2012 – 2013 – Preparator fizic la Centrul de copii și juniori al CSMS Iași.</p> <p>2013 - 2014 – Preparator fizic al echipei CSMS Iași (antrenor Marius Lăcătuș).</p> <p>2014 – 2016 - Preparator fizic al echipei CSMS Iași / 2016 participare în Europa League (antrenor Nicolo Napoli).</p> <p>Din 2016 – membru în Senatul Universității Alexandru Ioan Cuza din Iași</p> <p>2016 – 2017 – Preparator fizic al echipei CSM Politehnica Iasi / Locul 1 în play out (antrenor Eugen Neagoe)</p> <p>2017 – Preparator fizic FC Politehnica Iași, Centrul de Copii și Juniori (Președinte Ambrozie Adrian)</p>
Funcția sau postul ocupat	Lector
Principalele activități și responsabilități	<p>Cursuri:</p> <p>Bazele teoretice și practice ale fotbalului (ciclul de licență anul I),</p> <p>Metodica predării fotbalului în școală (ciclul de licență anul II)</p> <p>Fiziologie generală și a efortului fizic (ciclul de licență anul II)</p> <p>Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice (ciclul de master anul I)</p> <p>Director Centrul de Cercetări Interdisciplinare în Știința Motricității Umane</p> <p>Membru în colectivul de redacție/recenzie al revistei “Sport și Societate” (BDI +)</p> <p>Membru în Senatul Universității Alexandru Ioan Cuza din Iași.</p>
Numele și adresa angajatorului	Universitatea Alexandru Ioan Cuza Iași
Tipul activității sau sectorul de activitate	Învățământ superior
Educație și formare	
Perioda	Septembrie 2010
Calificarea / diploma obținută	Atestat – Stagiul de perfecționare în domeniul evaluării aptitudinilor motrice și fiziologice la sportivi de performanță

Domenii principale studiate /
competente dobândite
Numele și tipul instituției de
învățământ / furnizorului de formare
Nivelul de clasificare a formei de
învățământ / formare

Perioada
Calificarea / diploma obținută
Domenii principale studiate /
competente dobândite
Numele și tipul instituției de
învățământ / furnizorului de formare
Nivelul de clasificare a formei de
învățământ / formare

Perioada
Calificarea / diploma obținută

Domenii principale studiate /
competente dobândite
Numele și tipul instituției de
învățământ / furnizorului de formare
Nivelul de clasificare a formei de
învățământ / formare

Perioada
Calificarea / diploma obținută
Domenii principale studiate /
competente dobândite
Numele și tipul instituției de
învățământ / furnizorului de formare
Nivelul de clasificare a formei de
învățământ / formare

Perioada
Calificarea / diploma obținută

Domenii principale studiate /
competente dobândite
Numele și tipul instituției de
învățământ / furnizorului de formare
Nivelul de clasificare a formei de
învățământ / formare

Aptitudini și competențe personale

Limba maternă

Limbi străine cunoscute

Autoevaluare

Nivel european (*)

Ergofiziologie, evaluare biometrică.

CRESS Bordeaux (Cabinet de Recherche et d'Expertise en Sport et Santé), Franța.

Postuniversitare

2005-2008 Doctorat

Doctor – Domeniul fundamental: Biologie, Subdomeniul: Fiziologie

Fiziologie generală, Ergofiziologie

Universitatea Alexandru Ioan Cuza Iași

Postuniversitare

Mai 2007

Diplomă de absolvire a cursului practic de activități Sport Nature.

Alpinism, viaferată, escaladă.

UFR STAPS din cadrul Universității „Sophia Antipolis” Nice. Responsable: Claude Rogero.

Postuniversitare

2004 -2005

Diplomă de preparator fizic, curs organizat de Școala Federală de Antrenori a FRF

Fiziologie, biochimie, ergofiziologie, metodica antrenamentului sportiv, planificarea și programarea factorului fizic în jocul de fotbal, evaluarea aptitudinilor fizice la fotbaliști.

Federația Română de Fotbal.

Postuniversitare

2002 - 2003

Instructor fitness (carnet obținut la stagiul final).

Fitness, ergofiziologie, evaluare biometrică, activități ludice.

Federația Română a Sportului pentru Toți.

Postuniversitare

Limba Română

Comprehensiune		Vorbire		Scrie
Abilități de ascultare	Abilități de citire	Interacțiune	Exprimare	

Limba

Limba

Franceză	C 2	C 2	C 2	C 1
Engleză	B 1	B 1	B 1	B 1

(*) Cadrului european de referință pentru limbi

Competente si abilitati sociale

Descrieti competentele si indicati contextul in care au fost dobindite. Eliminati rindul daca este cazul (vezi instructiunile)

Competențe de comunicare, leadership, capacitate de a lua și asuma decizii, capacitate de analiză și sinteză, capacitate de asimilare de noi informații, dobândite prin formare și experiențele profesionale.

Competente si aptitudini organizatorice

Descrieti competentele si indicati contextul in care au fost dobindite. Eliminati rindul daca este cazul (vezi instructiunile)

Spirit analitic, capacitate de organizare a grupurilor, capacitate de analiză sarcini și împărțire a responsabilităților, lucru în echipă, spirit de evaluare și îmbunătățire, monitorizarea lucrului echipei. Aceste competențe au fost dobândite în urma parcurgerii cursurilor de formare și/sau a experiențelor profesionale.

Competente si aptitudini tehnice

Descrieti competentele si indicati contextul in care au fost dobindite. Eliminati rindul daca este cazul (vezi instructiunile)

Evaluarea calităților motrice și a capacității fizice de efort a sportivilor de performanță. Programarea și planificarea factorului fizic în cadrul antrenamentului sportiv. Teambuilding prin activități ludice.

Competente si cunostinte de utilizare a calculatorului

Descrieti competentele si indicati contextul in care au fost dobindite. Eliminati rindul daca este cazul (vezi instructiunile)

Utilizare MS Office (word, excel, power point), Windows, Internet explorer. Utilizare soft-uri tehnice (vameval, optojump, microgate).

Lucrări publicate
Cărți sau capitole în cărți

Fotbal, teoria jocului, Constantinescu Dan, Honceriu Cezar, Enache Petronel, ISBN 973-8173-56-6, Editura Cantes, Iași, 2004.

60 situations sportives et recreatives pour optimiser la cohesion d'équipe, Honceriu Cezar, Bernard Massiera, ISBN 2 9524948 1 9, Editura Universității Sophia Antipolis, Nice, septembrie 2005.

Pentru profesorul de educație fizică și sport (coautor), Rus, C., Honceriu, C., ISBN : 987-973-703-551-6, Editura Universității « Al. I. Cuza » Iași, 2010.

Forme ludice în activitățile curriculare și extracurriculare. Aplicații în educație fizică și sport. Honceriu, C., Ceobanu, C., Trofin, P.T., Rugină. E., Tanase, V. Editura PIM, ISBN 978-606-13-2139-1, Iași, 2014.

Efortul aerob în jocul de fotbal. Honceriu Cezar. Editura PIM, Iași, 2014. ISBN 978-606-13-2162-9.

Honceriu, C. , 2015. *Aspecte ergofiziologice la copii și importanța mișcării în combaterea obezității*. Conferința Națională Prevenția Obezității la Vârsta Copilăriei 2015, Editura Gr.T.Popa, UMF Iași, ISBN 978-606-544-319-8.

Fiziologia efortului fizic. Honceriu Cezar. Editura PIM, Iași, 2015. ISBN 978-606-13-2868-0.

Un retur de poveste în cifre. Honceriu Cezar. Editura Pim, Iași, 2016. ISBN 978-606-13-3323-3.

Educație prin jocuri dinamice. Abalașei, B.A., Honceriu, C., Iacob, M.R. Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2018. ISBN 978-973-53-2163-5

Prevenția obezității la vârsta copilăriei. Editura Universității Alexandru Ioan Cuza Iași, Editura Gr.T.Popa – UMF Iași, 2018. Cap.II, Exercițiile fizice pentru combaterea obezității și metabolismul de efort. ISBN: 978-606-714-452-9.

CSMS Iași – A qualification in Europa League in numbers. Honceriu Cezar. Lambert Academic Publishing, 2018. ISBN 978-3-659-55104-8.

Lucrări indexate ISI/BDI

Studiu comparative asupra evoluției lactatului sangvin în cazul antrenării la diferite procentaje din vVO₂max, Sport și Societate nr.1 din 2008.

Aspecte teoretice asupra antrenamentului pe intervale. Sport și Societate nr.2/2009.

Racquet stringing, component of preparation in professional tennis. Brănișteanu, G., Honceriu, C., Hănescu, V., Sport și Societate nr.1/2010.

Studiu asupra influenței antrenamentului e tip aerob asupra unor indicatori fiziologici la jucătorii de fotbal. Honceriu, C., Orand, G., Sport și Societate nr.2/2010.

The effect of the specific training upon the values of the choice reaction time at the level of the upper limbs in the lawn tennis (16-18 year-old). Cojocariu, A., Honceriu, C., Sport și Societate nr.1/2011.

The effects training at different percentages of the maximal aerobic speed on the anaerobic threshold in football. Honceriu, C., Cojocariu, A., Sport și Societate nr.1/2011.

Modifications of some hematological indexes in the situation of training at lower, equal or higher values of VO_2max . Honceriu, C., Cojocariu, A., Popescu, L., Stelescu, I., Anuarul științific al Societății Științei, Excelenței Umane și Sportului Universitar, Vol. III / 2011.

Comparative study regarding the developing method of the football players aerobian capacity and power. Honceriu, C., Popescu, L., Trofin, F.P., Gymnasium, nr.2 / 2012.

Considerații privind combaterea febrei musculare cu debut tardiv. Honceriu, C., Hagi, B., Analele Universității Dunărea de Jos, Galați, 2013.

Aspecte privind efectul antiinflamatoarelor asupra febrei musculare cu debut tardiv. Honceriu, C., Hagi, B., Sport și Societate nr.1/2013.

Studiu privind realizarea unui protocol privind evaluarea VO_2max pe cicloergometru. Trofin P.F., Chirazi M., Honceriu C., Cojocaru D., Analele Științifice ale Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, s. Biologie animală, Tom LIX, 2013.

Comparative study on the assessment of vo_2max by ergospirometry or field test. Trofin P.F., Honceriu C., Cojocaru D., Sp Soc Int J Ph Ed Sp 2013 - Volume 14 -Issue 2.

Study regarding the validation of an assessment protocol of VO_2max on cycle ergometer. Trofin P.F., Honceriu C., Cojocaru D., Journal of Physical Education and Sport, Vol. 13, Issue 4, 2013.

The Influence of Vitamin c on the Oxidative Stress in Untrained Smoking Subjects. Trofin P.F., Honceriu C., Ciobica A., Cojocaru D., Proceedings of OPTIROB 2014.

Pre-administration of vitamin C reduces exercise-induced oxidative stress status in untrained subjects. Trofin P.F., Chirazi M., Honceriu C., Drosescu P., Serban I. L., Grădinaru G., Vorniceanu A., Cojocaru D., Ciobica A., Ciornea E., Cojocaru S., Archives of Biological Sciences Belgr. 66, 3 (2014). IF 2012 0,791.

Increased oxidative stress in rat after five minutes treadmill exercise. Trofin P.F., Ciobica A., Cojocaru D., Chirazi M., Honceriu C., Trofin L., Șerban I. L., Cojocaru S., Aton E., Central European Journal of Medicine, 2014, IF 0,312.

Timpul limită de menținere a vitezei de alergare la VO_2max ($t_{lim}vo_2max$), studiu comparativ între antrenări și neantrenări. Honceriu, C., Trofin, P.F., Ifrim, E., Physical education and rehabilitation journal, Vol. 7, issue 13/2014, Timișoara.

Evaluarea VO_2max prin metoda ergospirometriei versus astrand-ryhming, la canotoare. Honceriu, C., Trofin, P.F., Gymnasium, Bacău, 2014.

Analysis of the relation between the individual's social representation and physical development indices. Studia universitatis Babes-Bolyai educatio artis gymnasticae, Vol. 59, 2014, Issue 4. (<http://studia.ubbcluj.ro/download/pdf/888.pdf>)

Studiu privind capacitatea de efort aerob la fotbaliști, la începutul și sfârșitul perioadei competiționale. Honceriu, C., Trofin, P.F., Sport și Societate, nr.2/2014.

Two weeks treadmill exercising is reducing anxiety, depression and memory deficits associated with a MPTP-induced rat model of Parkinson's disease. Lefter, R., Ciobica, A., Paulet, M., Trofin, F., Honceriu, C., Antioch, I., Balmus, I.M., Ababei, D., Anton, E., Timofte, D. Volumul 4th International Congress on Neurobiology, and Psychopharmacology, ICNP 2015, Grece. (http://www.psychiatry.gr/4icnpepatg/Final_Program_&_abstract-book.pdf)

Studying the correlations that might exist between physical exercise and cognitive status. Trofin, P.F., Ciobica, A., Honceriu, C., Anton, E., Timofte, D. Volumul 4th International Congress on Neurobiology, and Psychopharmacology, ICNP 2015, Grece. (http://www.psychiatry.gr/4icnpepatg/Final_Program_&_abstract-book.pdf)

Anisia Iuliana Alexa¹, Alina Cantemir^{1*}, Alin Ciobica², ³, Ioannis Gardikiotis¹, Iulia Antioch², Cezar Honceriu², Carmen Lacramioara Zamfir¹, Vladimir Poroch^{1,4*} Preliminary Data Regarding

Decreased Catalase Specific Activity In The Tears As A Result Of Water-Stress. Rev.Chim.(Bucharest), 68, No. 1, 2017.

<http://www.revistadechimie.ro>

Iulia Antioch¹, Dana Ababei², Radu Lefter^{1,3}, Alin Ciobica^{3,4,5}, Cezar Honceriu^{1*}, Veronica Bild²
The Effect Of Exercising On Oxidative Stress Status And Pain In A Valproic-Acid Induced Model Of Autism Possible Relevance Of Oxytocin. Rev.Chim.(Bucharest), No. 9, 2017.

<http://www.revistadechimie.ro>

The role of saline aerosols in the prevention and therapy of cardio-respiratory and osteo-muscular afflictions. Sandu, I.G., Vasilache, V., Sandu, A.V., Chirazi, M., Honceriu, C., Dabija, R.C., Vlădescu, A., Cotrut, C.M., I. Sandu. Revista de chimie, 2018, Issue 10, vol. 69, p. 2826 – 2832. IF 1,412

<http://www.revistadechimie.ro/pdf/46%20SANDU%20I%20G%20I%20N%202018.pdf>

Articole publicate în reviste cu referenți

Sportul și educația fizică în învățământul superior din Franța, publicată în revista Sport și societate, 2002, nr. 2, publicație a Fundatiei Altius Academy.

Pregătirea mentală, factor important al antrenamentului psihologic, Conferința internațională de comunicări științifice cu tema – Preocupari actuale de optimizare a activității de educație fizică și sportive de performanță, Editura fundației universitare Dunarea de Jos Galați, 31 mai - & iunie 2002.

Notificarea și analiza metodică a fișei tehnice colective în jocul de fotbal, publicată în revista « Pentru o nouă calitate în educație fizică și sport », editată de Catedra de educație fizică și sport a Univ. Tehnice Gh. Asachi Iași.

Dimensiune psihologică asupra rolului antrenorului în jocul de fotbal, publicată în revista « Pentru o nouă calitate în educație fizică și sport », editată de Catedra de educație fizică și sport a Universității Tehnice Gh. Asachi Iași, iunie 2002.

Psihologia aplicată în tenis, Conferința internațională de comunicări și referate științifice cu tema – Actualități și perspective în educație fizică și sportul de performanță, Editura Fundației Universitare Dunarea de Jos Galați, mai 2003.

Programarea și planificarea antrenamentului în fotbal, Sport și societate, Nr. 1, 2003.

Pregătirea biologică de concurs și refacerea după efort în jocul de fotbal, Sport și societate, Nr.2, 2003.

Test de evaluare a capacității de efort în fotbal, Editura Fundației Universitare « Dunărea de Jos » Galați, mai 2004.

Planificarea antrenamentului de rugby în perioada de intersezon, Congresul internațional de comunicări științifice în domeniul educației fizice și sportului, Organizat de Facultatea de Educație Fizică și Sport din Cluj, 2004.

Stabilirea vitezei aerobe maxime și folosirea acesteia în cadrul antrenamentului de fotbal, Sesiunea internațională de comunicări științifice organizată de Facultatea de Educație Fizică și Sport Iași, articol publicat în revista Sport și Societate Nr. 2, 2004.

Test de evaluare a vitezei aerobe maxime și folosirea acesteia în pregătirea fizică a fotbalistilor – Congresul Internațional în Educație Fizică și Sport organizat de Democritus University of Thrace - Grecia, 2005.

Parteneriatul, metode și mijloace de aplicare a programelor sportul pentru toți – prezentat în cadrul Congresului FRSPT – aprilie 2005, și publicat în broșura congresului.

Reprezentarea utilitară a sportului în România, o frână în dezvoltarea practicii activităților de loisir, Sport și Societate, nr.1, 2005.

Determinarea nivelului de lactat sangvin în cazul efectuării testului vameval și efectele antrenamentului la diferite procentaje din VAM, Sport și Societate 2006.

Studiu comparativ privind metodică dezvoltării capacității și puterii aerobe la jucătorii de fotbal, susținut la Sesiunea Internațională de Comunicări Științifice, UAIC Iași 2007, Publicat în Sport și Societate nr.1 2007.

La representation utilitaire du sport en Roumanie, un frein au developpement de la pratique de loisir, colloque International « Sport et Travail », Lille, 2007.

The interval training effects on 130% of the mas on the anaerobe lactacid capacity: comparative study between 17 and 25 years old football players, Congress of Balkan Award for Clinical Laboratory Research, 2007.

Studiu comparativ asupra evoluției lactatului sanguin în cazul antrenării la diferite procentaje din vVO₂max, Sport și Societate nr.1 din 2008.

Aspecte teoretice asupra antrenamentului pe intervale. Sport și Societate nr.2 din 2009.

Alte competente si aptitudini	Descrieti competentele si indicati contextul in care au fost dobindite. Eliminati rindul daca este cazul (vezi instructiunile)
Permis de conducere	Mentionati daca detineti un permis si categoria. Eliminati rindul daca este cazul (vezi instructiunile) Permis categoria B obținut în 1994.
Informatii suplimentare	Indicati alte informatii utile care nu au fost mentionate anterior, de exemplu: persoane de contact, referinte etc.
Anexe	Enumerati documentele atasate CV-ului, daca este cazul (vezi instructiunile)

Actualizat: decembrie 2018