



Informații personale

Nume / Prenume **MOTROC CONSTANTIN ADRIAN**

Adresă Bulevardul Constructorilor nr.2, Ap.4. sector 6, București

Telefon 0742842144

E-mail adimotroc@yahoo.com

Naționalitate Romană

Data nașterii 01 Martie 1973

Sex Masculin

Poziția ocupată în prezent Conferențiar Universitar la Departamentul de Educație Fizică și Sport din cadrul UTCB

Educație și formare

Perioada (de la până la) **2005 - 2006**

Calificarea / diploma obținută Antrenor fotbal / Diplomă "A" U.E.F.A.

Disciplinele principale studiate Fotbal (Metodologia antrenamentului in jocul de fotbal, Pregatirea specifică in jocul de fotbal, Tehnica și tactica jocului de fotbal)

Federația Romană de Fotbal / Federație sportivă națională

Numele și tipul instituției de învățământ

Nivelul în clasificarea națională

1999 - 2005

Doctor in Educație Fizică și Sport / Diplomă de Doctor

Educație Fizică, Metodica predării educației fizice, Teoria antrenamentului sportiv, Selecția la copii și juniori, Titlul tezei de doctorat : Modalități de influențare a performanței prin corelarea procesului de selecție cu stadiile de pregătire în antrenamentul sportiv, în jocul de fotbal.

Academia Națională de Educație Fizică și Sport / Învățământ superior de stat

2003 - 2004

Antrenor de fotbal / Diplomă "B" UEFA

Fotbal (Metodologia antrenamentului in jocul de fotbal, Pregătirea specifică in jocul de fotbal la nivel de copii și juniori, Tehnica și tactica jocului de fotbal)

Federația Romană de Fotbal / Federație sportivă națională

2000

Maseur / Diploma de maseur, certificata de M.E.N.

Masaj sportiv si terapeutic

Policlinica pentru sportivi Vitan, Cursuri specializate, avizate de MEN

1996 - 1997

Master in Educație Fizică și Sport / Diplomă de studii aprofundate

Educație Fizică și Sport / Antrenament sportiv, Specializare : Antrenament sportiv de înaltă performanță

Academia Națională de Educație Fizică și Sport / Învățământ superior de stat

1995 - 1996

Antrenor fotbal / Carnet de antrenaor Categoria a 3a

Teoria și metodică jocului de fotbal, Tehnica și tactica jocului de fotbal, Pregătirea sportivului în jocul de fotbal

Academia Națională de Educație Fizică și Sport

1991 - 1996

Profesor de Educație Fizică / Diplomă de licență

Teoria și metodică educației fizice / Teoria antrenamentului / Jocuri sportive de echipă / Sporturi individuale / Psihologia sportului / Pedagogie, Anatomie

Academia Națională de Educație Fizică / Învățământ de stat

Experiență profesională

Perioada (de la până la)	2008 - prezent
Funcția sau postul ocupat	Conferențiar universitar Dr.
Activități și responsabilități principale	Predare seminarii de specialitate la disciplina Educație Fizică și Sport (lecții practico-metodice) Membru al biroului de conducere in cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport
Numele și adresa angajatorului	Universitatea Tehnică de Construcții București, B-dul. Lacul Tei nr. 123, sector 2 București
Tipul activității sau sectorul de activitate	Învățământ universitar + cercetare
2017 - 2019	
	Antrenor fotbal Planificare, organizare și conducerea antrenamentor la echipa de fotbal juniori U12
	Clubul de fotbal Concordia Chiajna Fotbal de performanță
2006 – 2009	
	Antrenor fotbal Planificare, organizare si conducerea antrenamentelor la echipa de fotbal juniori U11
	Clubul de fotbal Dinamo București Fotbal de performanță
2004 - 2008	
	Lector universitar Dr.
	Predare seminarii de specialitate la disciplina Educație Fizică și Sport (lecții practico-metodice) Membru al biroului de conducere in cadrul Departamentului de Educație Fizică și Sport
	Universitatea Tehnică de Construcții București, B-dul. Lacul Tei nr.123, sector 2, București Învățământ universitar + cercetare

2003 - 2004

Antrenor fotbal

Planificare, organizare si conducerea antrenamentelor la echipa de fotbal juniori U14

Clubul de fotbal ICSIM București

Fotbal de performanță

2000 - 2002

Asistent universitar drd.

Predare seminarii practico-metodice la disciplina Fotbal - part time

Academia Națională de Educație Fizică și Sport. – Str. Ștefan Furtună, București

Învățământ universitar + cercetare

1999 - 2002

Asistent universitar drd.

Predare seminarii de specialitate la disciplina Educație Fizică și Sport
(lecții practico-metodice)

Antrenor al echipei de fotbal al UTCB

Universitatea Tehnică de Construcții București, B-dul. Lacul Tei nr. 123, sector 2,
București

Învățământ universitar + cercetare

1996 – 1999

Preparator universitar

Predare cursuri si seminarii de specialitate la disciplina Educație Fizică și Sport

Antrenor al echipei de fotbal al UTCB

Universitatea Tehnică de Construcții București, B-dul. Lacul Tei nr.123, sector 2
București

Învățământ universitar + cercetare

1993 - 1994

Antrenor si coordonator extra – activități școlare fotbal

Planificarea, elaborarea si conducerea lectiilor de antrenament la nivel scolar

The British International School Cairo, Egypt

Învățământ școlar internațional

**Preocupări în
domeniul didactic și
cercetare-dezvoltare-
inovare
corespunzător
poziției ocupate în
prezent**

Titlul lucrării (autor(i),
editor, anul publicării)

1. Grigore Gheorghe, Motroc Florin, **Motroc Adrian**, "Elaborarea unei strategii privind selecția și pregătirea tinerilor jucători pentru fotbalul de mare performanță", - prezentată în cadrul Sesiunii de Comunicări Științifice cu titlul: "Programul acțiunilor prilejuite de aniversarea a 30 de ani de învățământ superior în Educație Fizică și Sport la Galați", Galați 22 octombrie 1999
2. **Motroc Adrian**, "Corelația dintre factorii antrenamentului în contextul fotbalului de performanță"- prezentată în cadrul Sesiunii de Comunicări Științifice a Catedrei de Jocuri Sportive, A.N.E.F.S. București, 31 mai 2001
3. Grigore Gheorghe, Motroc Florin, **Motroc Adrian**, "Elaborarea unei strategii privind selecția și pregătirea tinerilor jucători pentru fotbalul de mare performanță"- susținută în cadrul Sesiunii de Comunicări Științifice dedicate celei de-a 79-a aniversări a A.N.E.F.S. București-"Actualități și perspective în domeniul culturii fizice", București, 16 iunie 2001
4. **Motroc Adrian**, "Corelația dintre factorii antrenamentului în contextul fotbalului de performanță"-susținută în cadrul Sesiunii de Comunicări Științifice dedicate celei de-a 79-a aniversări a A.N.E.F.S. București-"Actualități și perspective în domeniul culturii fizice", București, 16 iunie 2001
5. **Motroc Adrian**, "Factorii favorizanti ai procesului de pregătire și obținere a performanței în fotbal"- susținută în cadrul Sesiunii Științifice dedicate celei de-a 80-a aniversări a A.N.E.F.S. București, Catedra de Jocuri Sportive, București 2002
6. Motroc Florin, **Motroc Adrian**, "Puterea în pregătirea și evoluția competițională a fotbalistilor"- publicat în revista "Antrenorul" ,nr.5 din octombrie 2004
7. **Motroc Adrian**, "Utilizarea mijloacelor antrenamentului sportiv în fotbalul de performanță"- susținută în cadrul Simpozionului Științific Național "Educația Fizică și Sportul în contextul capitalei culturale europene", Universitatea Lucian Blaga, Editura "ALMA MATER", ISBN 978-973-632-396-6, Sibiu 29-30 noiembrie 2007
8. **Motroc Adrian**, "The modeling of the effort capacity and the components of effort charging", revista "Discobolul" nr.10, ISSN 1454-3907, București 2007
9. **Motroc Adrian**, 'Principalele caracteristici ale jocului de fotbal', Sesiunea de Comunicări Științifice a Facultății de Educație Fizică și Sport din Targu-Jiu, 2008
10. **Motroc Adrian**, "Utilizarea mijloacelor antrenamentului sportiv în fotbalul de performanță"- susținută în cadrul Simpozionului Științific Național "Educația Fizică și Sportul în contextul capitalei culturale europene", Universitatea Lucian Blaga, Editura "ALMA MATER", ISBN 978-973-632-396-6, Sibiu 29-30 noiembrie 2007
12. **Motroc Adrian**, 'Principalele caracteristici ale jocului de fotbal', Sesiunea de Comunicări Științifice a Facultății de Educație Fizică și Sport din Targu-Jiu, 2008
13. **Motroc Adrian**, "Principalele caracteristici ale jocului de fotbal", Revista "Discobolul" nr.12, ISSN-L 1454 - 3907, București, 2008
14. **Motroc Adrian**, "Modelarea capacității de efort și componentele încărcăturii efortului. Noutăți și tendințe europene în Educația Fizică și Sportul Universitar, Conferința Internațională de Comunicări Științifice, A.S.E. București, ISBN 978-606-505-067-9, București 2008

15. **Motroc Adrian**, Motroc Nicoleta-Lucy, "Decision in a sport management view", Revista MARATHON, Volumul 2, Nr.1, ISSN 2066-107X, A.S.E. București, 2009
16. **Motroc Adrian**, Cerințe metodice ale învățării jocului de fotbal la copii, în Sesiunea de comunicări Științifice " Rolul Educației fizice și Sportului în optimizarea procesului educațional", Universitatea Tehnică de Construcții, București, Catedra de Educație fizică și Sport, 2009 Editura Conspress, ISBN 978-973-100-069-5
17. **Motroc Adrian**, Particularitățile psihologice ale jocului de fotbal la copii, în Sesiunea de Comunicări Științifice " Rolul Educației fizice și Sportului în optimizarea procesului educațional", Universitatea Tehnică de Construcții, București, Catedra de Educație fizică și Sport, 2009 Editura Conspress, ISBN 978-973-100-069-5
18. **Motroc Adrian**, Contribuția jocului de fotbal la evoluția sportului de performanță, Sesiunea de Comunicări Științifice "Educația pentru mișcare – de la necesitate socială la realitate educațională.", Universitatea Tehnică de Construcții, Departamentul de Educație fizică și Sport, 2016, ISSN 2392-6872
19. **Motroc Adrian** (2018), Factorii caracteristici privind fondul biologic, fiziologic și psihic al juniorilor 1 (stadiul 3 de pregătire) selecționați pentru fotbalul de performanță, în Sesiunea de Comunicări Științifice "Educația pentru mișcare – de la necesitate socială la realitate educațională.", 2018, Universitatea Tehnică de Construcții, Departamentul de Educație fizică și Sport, ISSN 2392-6872

Cărți specialitate

- 1.**Motroc Adrian**: "Fotbal- Probleme ale teoriei si metodicii antrenamentului",119 pag. Editura SBN 978-973-648-682-1, Bucuresti 2007
- 2.**Motroc Adrian** : " Fotbal- Culegere de exercitii", 247 pag. Editura Bren, ISBN 978-973-648-715-6,Bucuresti 2007
- 3.Motroc Florin, **Motroc Adrian**: "Fotbal-De la teorie la practica",213 pag, Editura Universitatii din Pitesti, ISBN 973-9450-13-X, 2005
- 4.Motroc Florin, **Motroc Adrian**: "Fotbal- Tehnica si tactica",167 pag. Editura Universitatii din Pitesti , ISBN 973-9450-11-8, 1999
- 5.Răducan Dumitru, **Motroc Adrian**: Curs de fotbal pentru studenții din facultățile de neprofil, București, 1999

Referate doctorat

Denumirea Proiectului (valoarea proiectului, perioada)

1. Rolul si importanta sociosportiva a practicarii jocului de fotbal in activitatea educativa si performantia a tinerilor.
 2. Legatura metodologiei selectiei si pregatirii sportive cu sistemul profesionist de pregatire pe plan national si international.
 3. Caracteristicile si solocitarile specifice in jocul de fotbal privite prin perspectiva cerintelor de afirmare a capacitatii de performanta.
 4. Corelarea orientarilor si tendintelor actuale din metodologia antrenamentului sportiv in aspectele specifice metodologiei antrenamentului copiilor si juniorilor la fotbal.
- Teza de doctorat, 1999 - 2005

Limba maternă RomanăLimbi străine cunoscute
Autoevaluare

Nivel european (*)	Înțelegere		Vorbire		Scriere
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	Exprimare scrisă
Engleză	C1	C1	C1	B2	B2
Italiană	C1	B2	C1	B2	B1
Franceză	B1	B1	B1	B1	B2
Greacă	B1	A2	B1	B1	A2

(*) Nivelul Cadrului European Comun de Referință. Pentru Limbi Străine Niveluri: A1/A2: Utilizator elementar - B1/B2: Utilizator independent - C1/C2: Utilizator experimentat
Cadrul european comun de referință pentru limbi străine

29.01.2023

Motroc Constantin Adrian

