



# Codruța Florina Bulduș

---

## ● EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

---

01/10/2013 – ÎN CURS Cluj Napoca, România

**LECTOR UNIVERSITAR** UNIVERSITATEA "BABEȘ-BOLYAI" FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

---

Suștinerea cursurilor și lucrărilor practice de Anatomie funcțională și Biomecanică, Fiziologie generală, Masaj medical, Educație pentru sănătate și prim ajutor, Kinetoprofilaxie secundară și terțiară și Semiologie pentru studenții secției de Kinetoterapie.

Suștinerea cursurilor și a lucrărilor practice de Anatomie Funcțională, Fiziologie generală, Educație pentru sănătate și prim ajutor, Biomecanică pentru studenții secției de Educație Fizică și Sport. Suștinerea cursurilor și a lucrărilor practice de Anatomie Funcțională, Fiziologie generală, Educație pentru sănătate și prim ajutor pentru studenții de la secția Învățământ cu frecvență redusă.

Suștinerea cursului și lucrărilor practice de Radiologie și Imagistică Medicală și Terapii Alternative în Recuperare pentru studenții masteranzi din cadrul programului de master KAAL.

Începând cu anul universitar 2023-2025, am susținut cursul și lucrările practice la disciplina Anatomie și Fiziologie din cadrul Secției de Fizică Medicală a facultății de Fizică din UBB.

Activitate de coordonare a lucrărilor de licență și disertație, activitate de cercetare științifică, participare la Conferințe științifice și publicarea articolelor științifice.

Începând cu anul 2019 am fost parte componentă în comisiile de îndrumare a studenților doctoranzi

1996 – ÎN CURS

**DOCTOR MEDIC**

---

2003 →

Medic cu competență în Medicina de întreprindere

RC Fiziomed Cluj-Napoca

Cluj-Napoca (România)

Activități privind sănătatea umană și asistența medicală

01/04/2000 - 01/12/2000

Medic medicină generală

Spitalul Studentesc Cluj-Napoca

Cluj-Napoca (Romania)

Activități privind sănătatea umană și asistența medicală

15/06/1997 - 04/12/1998

Medic medicină generală adulți

Activități privind sănătatea umană și asistența medicală

2008 – 2013 Cluj Napoca, România

**ASISTENT UNIVERSITAR** UNIVERSITATEA "BABEȘ-BOLYAI" FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

---

Suștinerea lucrărilor practice de Anatomie, Masaj medical, Educație pentru sănătate și prim ajutor și Semiologie pentru studenții secției de Kinetoterapie.

Suștinerea cursului și a lucrărilor practice de Anatomie Funcțională, Educație pentru sănătate și prim ajutor pentru studenții secției de Educație Fizică și Sport.

Coordonarea lucrărilor de licență. Tutore al studenților de la secția Kinetoterapie. Activități de cercetare științifică.

## ● EDUCAȚIE ȘI FORMARE PROFESIONALĂ

---

08/2023 Cluj Napoca, România

**PREDAREA ABILITĂȚILOR DE SCRIERE ACADEMICĂ ÎN LIMBA ENGLEZĂ** Universitatea "Babeș-Bolyai",  
Centrul de formare continuă și Lifelong learning

---

Site de internet <https://www.euroexam.org/en/exam-information/hungary/euroexam-academic-english>

08/2021 Cluj-Napoca, România

**ABILITĂȚI AVANSATE DE PREDARE ACADEMICĂ ÎN LIMBA ENGLEZĂ** Universitatea "Babeș-Bolyai", Centrul de formare continuă și Lifelong learning

Site de internet <https://www.euroexam.org/en/exam-information/hungary/euroexam-academic-english>

06/2017 Cluj Napoca, România

**COACHING PROFESIONAL** Universitatea "Babeș-Bolyai", FEFS

Site de internet <https://sport.ubbcluj.ro>

09/2014 Cluj Napoca, România

**FORMATOR DE FORMATORI** Universitatea "Babeș-Bolyai", Centrul de formare continuă și Lifelong learning

Site de internet <https://cursuri.elearning.ubbcluj.ro/> | **Clasificare națională** național

2007 – 2012 Cluj Napoca, România

**DOCTOR ÎN ȘTIINȚE MEDICALE** Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca

Site de internet <https://umfcluj.ro/programe-studii/doctorat/> | **Nivel CEC** Nivelul 8 CEC

2005 – 2008 Cluj Napoca, România

**MASTER ÎN MEDICINA CULTURII FIZICE ȘI SPORTULUI** Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca

**Nivel CEC** Nivelul 7 CEC

1998 – 2002 Cluj Napoca, România

**LICENȚIAT ÎN KINETOTERAPIE** Universitatea „Avram Iancu” Facultatea de Educație Fizică și Sport, Cluj-Napoca

**Nivel CEC** Nivelul 6 CEC | **Clasificare națională** național

1990 – 1996 Cluj Napoca

**DOCTOR MEDIC** Universitatea de Medicină și Farmacie „Iuliu Hațieganu” Cluj-Napoca

Site de internet <https://umfcluj.ro/> | **Nivel CEC** Nivelul 6 CEC

1984 – 1989 Cluj Napoca, România

**BACALAUREAT** Liceul „Emil Racoviță” Cluj-Napoca

**Nivel CEC** Nivelul 4 CEC

## ● **COMPETENȚE LINGVISTICE**

Limbă(i) maternă(e): **ROMÂNĂ**

Altă limbă (Alte limbi):

	COMPREHENSIUNE		VORBIT		SCRIS
	Comprehenșiune orală	Citit	Exprimare scrisă	Conversație	
<b>ENGLEZĂ</b>	C2	C2	C1	C1	C1

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

## ● **COMPETENȚE DIGITALE**

Navigare Internet | Utilizare buna a programelor de comunicare(mail messenger skype) | Microsoft Office (Excel PowerPoint Word) - nivel intermediar | Social Media | Microsoft Word | Microsoft PowerPoint | buna utilizare a rețelelor de socializare | facebook page | Microsoft office word | Microsoft Word Microsoft Excel Power Point | Microsoft Office | Microsoft Excel | Google Drive | Zoom | Skype | Android | Buna Utilizare a PC | google maps | Internet Explorer Edge Mozilla Google Chrome | Bune cunotine in Microsoft Office | O bun cunoatere a instrumentelor Microsoft Office | Buna cunoastere a sistemului de operare Windows | - bune competente de operare calculator

## ● **COMPETENȚE ORGANIZATORICE**

---

### Competențe organizatorice

---

Organizarea și conducerea Cercului de Anatomie și Biomecanică.

Membru în Comisia „Educație și cultură” din cadrul A.O.R. Filiala Cluj.

Membru în comisiile de organizare a Conferințelor adresate studenților, antrenorilor și cadrelor didactice, workshop, Conferințelor Naționale în cadrul AOR Cluj.

Membru în Consiliul Facultății.

Secretar al A.O.R. Filiala Cluj.

## ● **COMPETENȚE DE COMUNICARE ȘI INTERPERSONALE**

---

### Competențe de comunicare și interpersonale

---

Comunicare asertivă, posibilități extinse de dialog cu persoane vorbitoare de limbi străine, adaptare rapidă la limba de conversație în orice situație.

Spirit de comunicare în echipă: experiența muncii în echipă prin participare la organizarea conferințelor și a proiectelor de cercetare concretizate la sesiuni de comunicări științifice, expoziții, workshop.

Conducător științific al lucrărilor de licență ale studenților și coordonator al lucrărilor științifice prezentate de studenți și masteranzi la Conferințele organizate.

Membru în comisii de coordonare a doctoranzilor și îndrumarea activității de cercetare științifică în cadrul Centrului de Cercetare al FEFS UBB.

Competență în Medicina de întreprindere, specialist în tehnici osteopate, reflexoterapeut, studii de antropologie.

## ● **PUBLICAȚII**

---

2009 – ÎN CURS

### Articole științifice, cărți, lucrări științifice la conferințe

---

#### Articole publicate în reviste ISI cu factor de impact

Puni, A. R., Cojocariu, A., Abălașei, B. A., Popescu, L., Martinaș, F. P., Bulduș, C. F., Tătăranu, E., Popa, C., Enee-Voiculescu, C., Pârnu, C., & Ungureanu, B. C. (2024). The influence of physical activity regime on body composition among adolescents with and without intellectual disabilities. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 15(1), 387-406. <https://doi.org/10.18662/brain/15.1/558>. Journal Impact Factor™ 2022 - 2.3

Bancos A., Iancu SD, Moisoiu V, Ghiaur A, Tigu AB, Buran C, Ion G, Stancioaica C, Ionescu B, Dragomir M, **Bulduș CF**, Cenariu D, Nistor M, Kegeș D, Gulei D, Leopold N, Coriu D, Tomuleasa C, SERS-Based Assessment of DNA Methylation for the Evaluation of Measurable Residual Disease in Acute Promyelocytic Leukaemia, *Journal of Cellular and Molecular Medicine*, 2024; 28:e70244, Journal Impact Factor **4.3**, Article influence score 1.032. <https://doi.org/10.1111/jcmm.70244>

#### Articole publicate în reviste ISI Proceedings

Bulduș Codruta-Florina, Muresan Alexandru, Grosu Vlad Teodor, The control of explosive force training in volleyball using MGM 15 jumping mat, Volum Nr: XVI, Pagina: 641 - 651, Număr identificare articol: , Număr pagini: 11, Tip lucrare: nespecificat, An: 2016, Revistă WoS / ISI indexată în Social Sciences Citation Index (Thomson Reuters - Web of Science) :SOCIAL BEHAVIOR AND PERSONALITY, ISSN: 0301-2212

Muresan Alexandru, Bulduș Codruta-Florina , , Sport at School and University Level in Educational and Managerial Structures , Volum Nr: XVIII, Pagina: 411 - 419, Număr identificare articol: , Număr pagini: 9, Tip lucrare: nespecificat, An: 2017, Mențiuni:  
Revistă WoS / ISI indexată în Social Sciences Citation Index (Thomson Reuters - Web of Science) :SOCIAL BEHAVIOR AND PERSONALITY, ISSN: 0301-2212

Bulduș Codruta-Florina, Muresan Alexandru, Sports in school and college from intentions to reality, Volum Nr: VIII, Pagina: 295 - 303, Număr identificare articol: 0.15405, Număr pagini: 9, Tip lucrare: proceedings paper, An: 2018, Education, Reflection, Development, Fifth Edition, Sciences, EpSBS The European Proceedings of Social and Behavioural, Future Academy. ERD 2017. ISSN: 2336-6613.

Bulduș Codruta-Florina, Muresan Alexandru, The family role in the practice of rural school sport, Volum Nr: VIII, Pagina: 206 - 211, Număr identificare articol: 10.15405, Număr pagini: 6, Tip lucrare: proceedings paper, An: 2018, Education, Reflection, Development, Fifth Edition, Sciences, EpSBS The European Proceedings of Social and Behavioural, Future Academy. ERD 2017 Revistă WoS / ISI

Bulduş Codruta-Florina, Muresan Alexandru, Spirituality in sport in different historical contexts, Volum Nr: VIII, Pagina: 212 - 219, Număr identificare articol: 0.15405/e, Număr pagini: 8, Tip lucrare: proceedings paper, An: 2018, Education, Reflection, Development, Fifth Edition, Sciences, EpSBS The European Proceedings of Social and Behavioural, Future Academy. ERD 2017, Revistă WoS / ISI

2009 – ÎN CURS

## **Articole științifice**

---

### **Articole publicate în reviste WoS / Scopus**

Chelaru, E. H., Bulduş, C. F., & Monea, D. (2021). Kinetoprophylaxis of work position-induced lesions by alternating the support surface. *Health, Sports & Rehabilitation Medicine*, 22(4).

Chelaru, E. H., Bulduş, C. F., & Monea, D. (2021). The Influence Of Biofeedback In Postural Rehabilitation Of Athletes. *Studia Universitatis Babes-Bolyai, Educatio Artis Gymnasticae*, 66(1). DOI:10.24193/subbeag.66(1).10, "STUDIA UBB EDUCATIO ARTIS GYMN.", LXVI, 1, 2021, pp. 101 – 110, ISSN (online): 2065-9547

Bulduş Codruta-Florina, Chelaru Hajnal Monea Dan (2020), The Effectiveness of Postural Biofeedback in The Physical Therapy of Patients with Cervical Spondylosis DOI: 10.24193/65(4).29, *Studia universitatis Babes-Bolyai Educatio Artis Gymnasticae*, Volum Nr: 4, Pagina: 41 – 48. ISSN (online): 2065-9547 ISSN (print): 1453-4223

Vadan Anca Lucia, Bulduş Codruta-Florina, Maniu Dragos-Adrian, Moldovan Sergiu, (2017) Physical effort capacity and glicemic control in type 1 diabetes patients, Volum Nr: 4, Pagina: 19 - 29, Număr identificare articol: , Număr pagini: 11, Tip lucrare: article, An: 2017, Mențiuni: Revistă ERIH+, BDI indexată în EBSCO, ERIH PLUS, index copernicus, proquest - csa : *Studia Educatio Artis Gymnasticae* , ISSN: 1453-4223 Introduceți aici descrierea...

2009 – ÎN CURS

## **Articole publicate în reviste indexate BDI**

---

### **Articole publicate în volume ale conferințelor**

Bulduş Codruta-Florina, Chelaru Hajnal, Monea Dan, (2023) Prevention of Postural Deficits Induced by Desk Work Through Alternating the Support Surfaces, 9th International Conference of Universitaria Consortium - FEFSTIM: Physical Education, Sports and Kinesiotherapy – Active People for a Healthy Future (19-21 October 2023, Timisoara, Romania), p.121-126. Filodiritto Publisher, ISBN 979-12-80225-75-7, DOI 10.26352/HX19-FEFSTIM2023

Bulduş Codruta-Florina, Chelaru Hajnal, Monea Dan, (2022) Monitoring the Effects of a Postural Re-education Program Through Biofeedback. The 8th International Conference of the Universitaria Consortium "Education for Health and Performance" , Editura Presa Universitară Clujeană, Proceedings of ICU 2022, p. 85-95. ISBN 978-606-37-1783-3

Bulduş CF, Bloj EC, (2021) Basketball Players Articular Lesions Prophylaxis Through Neuromuscular Training. The 7th International Conference of the Universitaria Consortium "Education for Health and Performance" (12-13 November 2021 Iasi Romania), Editură: Editografica, Proceedings of ICU 2021, ISBN 978-88-87729-73-3

Bulduş Codruta-Florina, Muresan Alexandru, (2019) Social activation through conscious participation to individual training, Pagina: 5 - 8, An: 2019, Volum: 5, The 5th International Conference of the Universitaria Consortium "Education for Health and Performance" (11-12 October 2019 Cluj-Napoca Romania), Editură: Editografica, ISBN 978-88-87729-62-7

Bulduş Codruta-Florina, Chelaru Hajnal, Monea Dan, (2019) Aspects of posture-induced physical deconditioning identified with the posturograph, Pagina: 77 - 78, An: 2019, Volum: 5, The 5th International Conference of the Universitaria Consortium "Education for Health and Performance" (11-12 October 2019 Cluj-Napoca Romania), Editură: Editografica, ISBN 978-88-87729-62-7

Bulduş Codruta-Florina, Jurcău Ramona (2019) Effect of Cordyceps Ganoderma and Turmeric on sports performance, Pagina: 143 - 148, An: 2019 Volum: 5, The 5th International Conference of the Universitaria Consortium "Education for Health and Performance" (11-12 October 2019 Cluj-Napoca Romania), Editură: Editografica, ISBN 978-88-87729-62-7

Bulduş Codruta-Florina, Muresan Alexandru, David Sergiu, (2019) The mechanisms that influence the interpersonal relationships between coaches and sportsmen, Pagina: 231 - 240, An: 2019, The 5th International Conference of the Universitaria Consortium "Education for Health and Performance" (11-12 Oct 2019 Cluj-Napoca Romania), Editura Editografica, ISBN 978-88-87729-62-7

2009 – ÎN CURS

## **Articole publicate în volume ale conferințelor**

---

## ● **DISTINCȚII ONORIFICE ȘI PREMII**

---

2022

### **Diplomă de excelență – Universitatea Babeș-Bolyai**

---

Premii sau distincții academice naționale sau internaționale:

- Diplomă de excelență, Organizația: Universitatea Babeș-Bolyai, Tip Organizație: național, An: 2022
- Diplomă de excelență, Organizația: Universitatea Aurel Vlaicu din Arad, Tip Organizație: național, An: 2017
- Diploma Aniversară, Organizația: Academia Olimpică Română, Tip Organizație: național, An: 2021, Mențiuni: centenar 1991- 2021.
- Diploma onorifică, Organizația: Universitatea 1 decembrie 1918, Alba Iulia An 2015. Proiectul „Primul meu loc de muncă-provocări și oportunități în vederea îmbunătățirii convergenței dintre formarea universitară și cerințele pieței muncii” 18 septembrie, 2015, în cadrul POSDRU.
- Diploma de Excelență, Universitatea Aurel Vlaicu din Arad și Universitatea de Vest Vasile Goldiș din Arad.