



INFORMAȚII PERSONALE

Nume

Căbulea Mihaela

Adresă

Telefon

E-mail

mihaelacabulea@yahoo.com

Naționalitate

Data nașterii

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

- **Perioada (de la – până la)** **01.04.2016 – prezent**
 - Numele și adresa angajatorului **Academia Forțelor Terestre „Nicolae Bălcescu” Sibiu,**
 - Departament **Centrul Principal de Limbi Străine al Statului Major al Forțelor Terestre**
 - Tipul activității sau sectorului de activitate **Activitate didactică în domeniul limbii engleze**
 - Funcția sau postul ocupat **Profesor**
- Principalele activități și responsabilități
 - desfășurarea activităților didactice la cursurile de limbă engleză, de diferite niveluri
 - tutore la cursurile online de limba engleză susținute pe platforma de învățare online ILIAS
 - proiectarea unităților de învățare, a lecțiilor și a activităților de la clasă
 - crearea de materiale și adaptarea lor în scopul utilizării lor la orele de curs
 - elaborarea testelor de performanță
 - evaluare în cadrul testelor și verificărilor periodice
 - îndrumarea lucrărilor de curs și a proiectelor finale
 - membru comisia de admitere la Academia Forțelor Terestre „Nicolae Bălcescu” Sibiu
 - susținerea de seminarii cu profesorii de limba engleză din centrele de limbi străine din țară cu titlul *”Metode de formare și dezvoltare a competenței de comunicare scrisă la cursanții de nivel avansat”*
 - participarea anuală la seminarii de pregătire în calitate de evaluator Stanag
 - traducere de texte cu conținut militar
- **Perioada (de la – până la)** **01.01.2012-01.04.2016**
 - Numele și adresa angajatorului **Școala de aplicație pentru unități sprijin de luptă „General Eremia Grigorescu”, Sibiu**
 - Departament **Centrul Principal de Limbi Străine al Statului Major al Forțelor**

- Funcția sau postul ocupat
 - Terestre
 - Profesor
- Principalele activități și responsabilități
 - desfășurarea activităților didactice la cursurile de limbă engleză
 - proiectarea unităților de învățare, a lecțiilor și a activităților de la clasă
 - crearea de materiale și adaptarea lor în scopul utilizării lor la orele de curs
 - elaborarea testelor de performanță
 - evaluare în cadrul testelor și verificărilor periodice
 - îndrumarea lucrărilor de curs și a proiectelor finale
 - membru comisia de admitere la Academia Forțelor Terestre „Nicolae Bălcescu” Sibiu
 - membru comisia de admitere pentru cursurile de carieră organizate la Unitatea Militară 01041,Făgăraș și de Școala de aplicație pentru unități sprijin de luptă „General Eremia Grigorescu”, Sibiu
 - participare la Conferința organizată de DMRU(Direcția Management Resurse Umane) „Instruirea On-Line în Ministerul Apărării Naționale-Realizări și perspective de Dezvoltare”(2014)
 - membru comisia de contestații la concursul organizat de Școala de aplicație pentru unități sprijin de luptă „General Eremia Grigorescu”, Sibiu pentru ocuparea unui post în cadrul unei misiuni în afara țării.
 - colaborator revista Centrului
 - traducere de texte cu conținut militar
 - tutore la cursurile online de limba engleză nivel preintermediar-intermediar și postintermediar-avansat, susținute pe platforma de învățare online ILIAS
- Perioada (de la – până la)
 - 01.09.2004 –01.01.2012.
- Numele și adresa angajatorului
 - Departament
 - Academia Forțelor Terestre „Nicolae Bălcescu” Sibiu ,
Centrul Principal de Limbi Străine al Statului Major al Forțelor Terestre
- Tipul activității sau sectorului de activitate
 - Activitate didactică în domeniul limbii engleze
- Funcția sau postul ocupat
 - Profesor
- Principalele activități și responsabilități
 - desfășurarea activităților didactice la cursurile de limbă engleză
 - proiectarea unităților de învățare, a lecțiilor și a activităților de la clasă
 - crearea de materiale și adaptarea lor în scopul utilizării lor la orele de curs
 - elaborarea testelor de performanță
 - evaluare în cadrul testelor și verificărilor periodice
 - îndrumarea lucrărilor de curs și a proiectelor finale
 - membru comisia de admitere la Academia Forțelor Terestre „Nicolae Bălcescu” Sibiu (2005-2007,2013)
 - participare la Conferința anuală a cadrelor didactice – Sibiu (2006)
 - membru comisia de admitere pentru cursurile de carieră organizate la Unitatea Militară 01041,Făgăraș și de Școala de aplicație pentru unități sprijin de luptă „General Eremia Grigorescu”, Sibiu
 - membru comisia de contestații la concursul organizat de Școala de aplicație pentru unități sprijin de luptă „General Eremia Grigorescu”, Sibiu pentru ocuparea unui post în cadrul unei misiuni în afara țării.
 - colaborator revista Centrului
 - traducere de texte cu conținut militar

- **Perioada (de la – până la)** **01.09. 2003-31.08.2004**
- Numele și adresa angajatorului Grupul Școlar de Industrie Ușoară Cisnădie, str.Târgului nr.14
- Tipul activității sau sectorului de activitate Activitate didactică în domeniul limbii engleze
 - Funcția sau postul ocupat Profesor
- Principalele activități și responsabilități
 - desfășurarea activităților didactice
 - întocmirea documentelor școlare obligatorii (planificări anuale, calendaristice și pe unități de învățare) ;
 - consultații pentru bacalaureat ;
 - elaborarea testelor de evaluare ;
 - studierea bibliografiei metodico-pedagogice necesare activității de predare-învățare ;
 - îndrumarea elevilor in vederea participării la acțiuni culturale cu scopul cunoașterii importanței învățării limbilor moderne ;
 - .-membru in comisia de informare a elevilor prin documente vizuale
 - participarea la acțiunile organizate în cadrul proiectului Comenius.

- **Perioada (de la – până la)** **01.10. 2002-31.08.2003**
- Numele și adresa angajatorului Grupul Școlar Economic Administrativ “G. Barițiu” Sibiu, str. Oituz, nr. 31
- Tipul activității sau sectorului de activitate Activitate didactică în domeniul limbii engleze
 - Funcția sau postul ocupat Profesor
- Principalele activități și responsabilități
 - desfășurarea activităților didactice
 - întocmirea documentelor școlare obligatorii (planificări anuale, calendaristice și pe unități de învățare) ;
 - consultații pentru bacalaureat ;
 - elaborarea testelor de evaluare ;
 - studierea bibliografiei metodico-pedagogice necesare activității de predare-învățare ;
 - participarea la activitățile extracurriculare ale elevilor

- **Perioada (de la – până la)** **01.09.2001 – 31.08.2002**
- Numele și adresa angajatorului Grupul Școlar Industrial Transporturi Căi Ferate Sibiu, str.J.S.Bach, nr.1-3 Școala Generală nr. 21, Sibiu, str.Luptei, nr.27
- Tipul activității sau sectorului de activitate Activitate didactică în domeniul limbii engleze
 - Funcția sau postul ocupat Profesor
- Principalele activități și responsabilități
 - desfășurarea activităților didactice
 - întocmirea documentelor școlare obligatorii (planificări anuale, calendaristice și pe unități de învățare) ;
 - consultații pentru bacalaureat ;
 - elaborarea testelor de evaluare ;
 - studierea bibliografiei metodico-pedagogice necesare activității de predare-învățare ;
 - participarea la activitățile extracurriculare ale elevilor

- **Perioada (de la – până la)** **01.09.2000 – 31.08.2001**
- Numele și adresa angajatorului Școala cu clasele I-VIII Șura Mică
- Tipul activității sau sectorului de activitate Activitate didactică în domeniul limbii engleze
 - Funcția sau postul ocupat Profesor
- Principalele activități și responsabilități
 - desfășurarea activităților didactice
 - întocmirea documentelor școlare obligatorii (planificări anuale, calendaristice și pe unități de învățare) ;
 - elaborarea testelor de evaluare ;
 - studierea bibliografiei metodico-pedagogice necesare activității de predare-învățare ;
 - participarea la activitățile extracurriculare ale elevilor

STUDII ȘI CURSURI DE SPECIALITATE

- **Perioada (de la – până la)** **31.05.2022-09.06.2022**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea Militară Națională Vasil Levski, Bulgaria
 - Principalele subiecte și calificări însușite Seminar de pregătire metodică
the English Teaching Faculty Development Workshop
 - Nume calificări primite *Certificat de participare*
- **Perioada (de la – până la)** **anual(mai/iunie 2018,2019,2020,2021,2022)**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Centrul Național Militar de Testare a Limbilor Străine
 - Principalele subiecte și calificări însușite Seminar de pregătire în vederea certificării ca și evaluator a competenței lingvistice”Vorbit” conform Stanag 6001
 - Nume calificări primite *Certificat de evaluator Stanag*
- **Perioada (de la – până la)** **28.09.2018**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea „Lucian Blaga”, Sibiu,
 - Principalele subiecte și calificări însușite Workshop”Învățarea centrată pe student prin metode de lucru în echipă de tip Problem Based Learning”
 - Nume calificări primite *Adeverință de participare*
- **Perioada (de la – până la)** **23.04.2018-27.04.2018**
 - Numele și tipul instituției de învățământ **Centrul de Limbi Străine al UM 01512, Sibiu**
 - Principalele subiecte și calificări însușite **seminar”Motivație, atitudine și eficiență în învățarea limbilor străine”**
 - Nume calificări primite *Certificat de participare*

- **Perioada (de la – până la)** **18-30 septembrie 2017**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Centrul Național Militar de Testare a Limbilor Străine
 - Principalele subiecte și calificări însușite Seminar de pregătire în vederea certificării ca și evaluator a competenței lingvistice ”Vorbit” conform Stanag 6001
 - Nume calificări primite *Certificat de evaluator Stanag*

- **Perioada (de la – până la)** **Seria 2013-2015**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea „Lucian Blaga”, Sibiu
 - Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea pregătirii prin gradul didactic I, specializarea Limba și Literatura Engleză, *titlul lucrării ”A New Approach to English Language Teaching: The Online Courses”*
 - Nume calificări primite *Gradul I, specializarea Limba Engleză*

- **Perioada (de la – până la)** **22 – 26 septembrie 2013**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Casa Corpului Didactic în colaborare cu editura Uniscan Express Publishing
 - Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea pregătirii metodice
 - Nume calificări primite Certificat de participare la Conferința Internațională și Seminarul de pregătire metodică: *Re-Looking ESL- Where We Are and Where We Are Going* condus de Bob Obee, Bonnie Tsai, Lilika Couri, etc.

- **Perioada (de la – până la)** **25-29 septembrie 2012**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea Națională de Apărare „Carol I”, București
 - Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea pregătirii metodice, specializarea Limba Engleză
 - Nume calificări primite Certificat de participare

- **Perioada (de la – până la)** **29 octombrie 2012**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea „Lucian Blaga”, Sibiu
 - Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea pregătirii metodice
 - Nume calificări primite Certificat de pregătire în urma seminarului de specialitate condus de Bob Obee: *How to prepare students for FCE and CAE*

- **Perioada (de la – până la)** **August 2006**
 - Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea „Lucian Blaga”, Sibiu
 - Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea pregătirii prin gradul didactic II, specializarea Limba și Literatura Engleză
 - Nume calificări primite *Gradul II: specializarea Limba Engleză*

- **Perioada (de la – până la)** **18 – 22 septembrie 2006**
- Numele și tipul instituției de învățământ Direcția de Management și Resurse Umane a Ministerului Apărării Naționale și Centrul de Limbi Străine al Forțelor Terestre, Sibiu
- Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea pregătirii metodice
 - Nume calificări primite Certificat de participare în urma Conferinței anuale a cadrelor didactice și seminarului metodic: *Implementarea standardului Uniunii Europene-CEF în predarea limbilor străine din sistemul militar de învățământ.*

- **Perioada (de la – până la)** **10-14 octombrie 2005**
- Numele și tipul instituției de învățământ Academia Navală „Mircea cel Bătrân”, Constanța
- Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea pregătirii metodice, specializarea Limba Engleză
 - Nume calificări primite Certificat de pregătire în urma seminarului de specialitate: *Familiarizarea profesorilor de limbi străine din sistemul militar de învățământ cu STANAG 6001 și implementarea cerințelor acestuia în predarea limbilor străine*

- **Perioada (de la – până la)** **11-24 septembrie 2004**
- Numele și tipul instituției de învățământ Defense Language Institute și Centrul de limbi Străine, București
- Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea pregătirii metodice, specializarea Limba Engleză
 - Nume calificări primite Certificat absolvire Curs metodic: *Seminar pentru perfecționarea metodelor de predare a limbii engleze militare condus de George Bussey*

- **Perioada (de la – până la)** **aprilie – mai 2002**
- Numele și tipul instituției de învățământ Casa Corpului Didactic Sibiu și editura Pearson Education Longman
- Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea metodelor de predare a limbii engleze
 - Nume calificări primite Certificat de participare la cursurile Longman de formare continuă

- **Perioada (de la – până la)** **octombrie-noiembrie 2000**
- Numele și tipul instituției de învățământ Ministerul Educației Naționale și Consiliul Britanic România
- Principalele subiecte și calificări însușite Perfecționarea metodelor de predare a limbii engleze
 - Nume calificări primite Adeverință absolvire Curs de formare: *Predarea limbii engleze prin comunicare*

- **Perioada (de la – până la)** **1996 - 2000**
- Numele și tipul instituției de învățământ Universitatea „Lucian Blaga” Sibiu, Facultatea de Litere, Istorie și Jurnalistică
- Principalele subiecte și calificări însușite Licențiat în filologie, specializarea limba și literatura engleză - limba și literatura română
 - Nume calificări primite Diplomă de licență

- **Perioada (de la – până la)** **1991- 1995**
- Numele și tipul instituției de învățământ Liceul teoretic „Octavian Goga” Sibiu
- Principalele subiecte și calificări însușite Chimie-Biologie
 - Nume calificări primite Diplomă bacalaureat

COMPETENȚE PERSONALE

Limba maternă

Română

Alte limbi străine cunoscute
Engleză

Licențiată

Franceză

INTELEGERE		VORBIRE	
Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral
B1/2	B1/2	A1/2	A1/2

COMPETENȚE DE COMUNICARE

Stabilirea cu ușurință a unor relații de cooperare atât cu colegii, cât și cu cei cu care desfășor activități didactice.

Flexibilitate

Perseverență

Comunicativitate

Capacitate de a lucra în echipă

Capacitate de adaptare rapidă la schimbări

COMPETENȚE ORGANIZAȚIONALE/MANAGERIALE

Inițierea și participarea la organizarea unor activități extracurriculare.

Inițierea dezinteresată a unor acțiuni pentru întărirea coeziunii colectivului și creșterea responsabilității acestuia în vederea îndeplinirii sarcinilor profesionale.

Capacitate de a îndeplini eficient sarcinile profesionale

Bun organizator

COMPETENȚE DOBÂNDITE LA LOCUL DE MUNCĂ

Stăpânirea și desfășurarea activităților specifice elaborării materialelor didactice necesare în procesul de predare-învățare a limbii engleze

Formarea deprinderilor necesare proiectării și realizării programelor analitice specifice cursurilor de Limba engleză.

Dorința permanentă de îmbogățire a experienței profesionale

Susținerea de seminarii cu profesorii de limba engleză din centrele de limbi străine din țară

COMPETENȚE INFORMATICE

o bună cunoaștere a instrumentelor Microsoft Office

PERMIS DE CONDUCERE

Categoria B

Prof. Mihaela Căbulea

LUCRĂRI PUBLICATE:

I. Cărți:

- Coord. Adriana Dumitrescu, **Mihaela Căbulea (cap. 5)** și colectiv, *MIL-TO-MIL: A Collection of Authentic Text-Based Exercises*, Editura Academiei Forțelor Terestre „Nicolae Bălcescu”, Sibiu, 2008, ISBN 978-973-153-027-7
- Monica Stinghe, **Mihaela Căbulea**, Virgil-Cosmin Nistor, *Developing Advanced Writing Skills: A Handbook for Teachers of English*, Editura Academiei Forțelor Terestre „Nicolae Bălcescu”, Sibiu, 2019, ISBN 978-973-153-358-2

II. Suport de curs:

- **Unit 1 ”You’re in the Army Now”**, pe platforma de învățare online ILIAS gestionată de departamentul DIDAD (departamentul pentru învățământ distribuit avansat la distanță) din cadrul Universității Naționale de Apărare „Carol I”, București.
- **Commit 1 Student’s book**, A Collection of Military Topic-Based Activities for Advanced Learners (coord. Nistor Virgil-Cosmin, **Mihaela Căbulea (contributor)**); Nicolae Bălcescu Land Forces Academy Publishing House, Sibiu, 2018
- **Commit 2 Student’s book**, A Collection of General Military English and French Activities for Advanced Learners (coord. Nistor Virgil-Cosmin, **Mihaela Căbulea (contributor)**); Nicolae Bălcescu Land Forces Academy Publishing House, Sibiu, 2019

Prof.
Mihaela Căbulea