



Curriculum vitae Europass

Informații personale

Nume / Prenume **Alecu Aurel**

Adresă(e) [REDACTED]

Telefon(oane) [REDACTED]

E-mail(uri) [REDACTED]

Naționalitate(-ități) Română

Data nașterii [REDACTED]

Sex M

Domeniul ocupațional

Locul actual de muncă **Învățământ
Liceul Teoretic Mihail Kogalniceanu – Universitatea Romano Americana**

Experiența profesională

Perioada 42 ani
1987-1990,

Funcția sau postul ocupat Antrenor kaiac canoe

Activități și responsabilități principale
Selectia sportivilor
Alcatuirea lotului de sportivi
Specializarea pe probe
Alcatuirea de echipaje competitive la nivel national

Numele și adresa angajatorului Clubul Sportiv Dinamo Bucuresti

Tipul activității sau sectorul de activitate Proiectarea, planificarea, programarea și dirijarea metodologică a procesului de instruire din antrenamentul sportiv specific ramurei de sport la nivel de juniori, monitorizare si control

Perioada 1990 -1991

Funcția sau postul ocupat Antrenor Lotul Olimpic kaiac

Activități și responsabilități principale
Selectia sportivilor
Alcatuirea lotului de sportivi
Specializarea pe probe
Alcatuirea de echipaje competitive la nivel mondial

Numele și adresa angajatorului Federatia Romana de Kaiac Canoe; Clubul Sportiv Dinamo Bucuresti

Tipul activității sau sectorul de activitate Proiectarea, planificarea, programarea și dirijarea metodologică a procesului de instruire din antrenamentul sportiv specific ramurei de sport la nivel de seniori, monitorizare si control

Perioada 1991-1992

Funcția sau postul ocupat Antrenor coordonator Lot National de Tineret

Activități și responsabilități principale
Selectia sportivilor
Alcatuirea lotului de sportivi
Specializarea pe probe
Alcatuirea de echipaje competitive la nivel european pentru indeplinirea obiectivelor propuse

Numele și adresa angajatorului Federatia Romana de Kaiac Canoe; Clubul Sportiv Dinamo Bucuresti

Tipul activității sau sectorul de activitate Proiectarea, planificarea, programarea și dirijarea metodologică a procesului de instruire din antrenamentul sportiv specific ramurei de sport la nivel de tineret, monitorizare si control.

Perioada 1993-1995

Funcția sau postul ocupat Antrenor sectia de seniori a clubului

Activități și responsabilități principale	Selectia sportivilor Alcatuirea lotului de sportivi Specializarea pe probe Alcatuirea de echipaje competitive la nivel national
Numele și adresa angajatorului	Clubul Sportiv Dinamo Bucuresti
Tipul activității sau sectorul de activitate	Proiectarea, planificarea, programarea și dirijarea metodologică a procesului de instruire din antrenamentul sportiv specific ramurei de sport la nivel de seniori, monitorizare si control
Perioada	1995-2000
Funcția sau postul ocupat	Antrenor coordonator Lot National de Tineret
Activități și responsabilități principale	Selectia sportivilor Alcatuirea lotului de sportivi Specializarea pe probe Alcatuirea de echipaje competitive la nivel european pentru indeplinirea obiectivelor propuse
Numele și adresa angajatorului	Federatia Romana de Kaiac Canoe; Clubul Sportiv Dinamo Bucuresti
Tipul activității sau sectorul de activitate	Proiectarea, planificarea, programarea și dirijarea metodologică a procesului de instruire din antrenamentul sportiv specific ramurei de sport la nivel de tineret, monitorizare si control.
Perioada	2000-2009
Funcția sau postul ocupat	Antrenor Lotul Olimpic kaiac
Activități și responsabilități principale	Selectia sportivilor inalta performanta Alcatuirea lotului de sportivi Specializarea pe probe Alcatuirea de echipaje competitive la nivel mondial pentru indeplinirea obiectivelor propuse
Numele și adresa angajatorului	Federatia Romana de Kaiac Canoe; Clubul Sportiv Dinamo Bucuresti
Perioada	2004-2009
Funcția sau postul ocupat	Profesor-antrenor asociat la catedra de sporturi nautice
Activități și responsabilități principale	Depistarea si selectia, initierea si promovarea elevilor pentru marea performanta sportiva Alcătuirea unor loturi de sportivi reprezentativi pe plan national la nivel de juniori. Promovarea sportivilor in cadrul loturilor nationale de juniori
Numele și adresa angajatorului	CSS nr.4 Bucuresti
Perioada	2010-2014
Funcția si postul ocupat	Profesor-antrenor titular la catedra de sporturi nautice
Activități și responsabilități principale	Depistarea si selectia, initierea si promovarea elevilor pentru marea performanta sportiva Alcătuirea unor loturi de sportivi reprezentativi pe plan national la nivel de juniori. Promovarea sportivilor in cadrul loturilor nationale de juniori
Numele și adresa angajatorului	CSS nr.4 Bucuresti

Perioada	2012-2026
Funcția sau postul ocupat	Lect.univ.dr.(cadru didactic asociat PO)
Activități și responsabilități principale	Proiectarea modulară (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară
Numele și adresa angajatorului	Universitatea din Pitești
Tipul activității sau sectorul de activitate	Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială) Evaluarea creșterii, dezvoltării fizice și a motricității, potrivit cerințelor și modelelor specifice / ramură de sport caiac canoe
Perioada	2015-2026
Funcția și postul ocupat	Profesor titular la catedra de Pregătire Sportivă Practică
Activități și responsabilități principale	Conform curriculei școlare
Numele și adresa angajatorului	Liceul Teoretic Mihail Kogălniceanu Snagov
Activități și responsabilități principale	Depistarea și selecția, inițierea și promovarea elevilor pentru marea performanță sportivă
Perioada	2020-2026
Funcția sau postul ocupat	Lect.univ.dr.-titular URA(fără funcția de bază)
Activități și responsabilități principale	Proiectarea modulară (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară Universitatea Romano - Americană București Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială)
Educație și formare	
Perioada	1979-1983
Calificarea / diploma obținută	Diploma de absolvire liceu bacalaureat - calificat mecanic mașini și utilaje
Numele și tipul instituției de învățământ	Liceul industrial Electroaparataj București
Perioada	1984-1986
Calificarea / diploma obținută	Diplomă de Absolvire, Școlii Postliceale de antrenori specializare caiac canoe Media 9,24
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Teoria și metodică EFS, Fiziologie, Anatomie, Biochimie, Metodica antrenamentului de atletism, Control și asistență medicală, Istoria EFS, Psihologia Educației fizice, Psihologia Sportului.
Numele și tipul instituției de învățământ	Institutul de Educație Fizică și Sport București
Nivelul în clasificarea națională sau internațională	Antrenor caiac canoe, cat a III a
Perioada	1990
Calificarea / diploma obținută	Promovare examen cat. a II-a antrenor
Perioada	1993
Calificarea / diploma obținută	Promovare examen cat. a I-a antrenor
Perioada	1997-2000
Calificarea / diploma obținută	Diploma de Absolvire, Media 9,12 Lucrarea proiectului de diploma 10,00
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Teoria și metodică EFS, Fiziologie, Anatomie, Biochimie, Metodica antrenamentului de atletism, Control și asistență medicală, Istoria EFS, Psihologia Educației fizice, Psihologia Sportului.
Numele și tipul instituției de învățământ	Academia Națională de Educație Fizică și Sport, București-Colegiul Universitar
Nivelul în clasificarea națională sau internațională	Antrenor sporturi nautice
Perioada	2000
Calificarea / diploma obținută	Antrenor Emerit
Perioada	2000-2004
Calificarea / diploma obținută	Licențiat Educație Fizică și Sport, Specializare , Media ex. licența de 8,87, Lucrarea de licența 10,0
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Teoria și metodică EFS, Fiziologie, Anatomie, Biochimie, Metodica antrenamentului de atletism, Control și asistență medicală, Istoria EFS, Psihologia Educației fizice, Psihologia Sportului.
Numele și tipul instituției de învățământ	Universitatea din Oradea Facultatea de Educație Fizică și Sport

Nivelul în clasificarea națională sau internațională	Profesor debutant
Perioada	2004-2005
Calificarea / diploma obținută	Diploma de Studii Postuniversitare de Specializare Drept Media ex. de absolvire 10,00
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Dreptul muncii Dreptul securității sociale
Numele și tipul instituției de învățământ	Academia de Poliție „Alexandru Ioan Cuza” București
Perioada	2004-2006
Calificarea / diploma obținută	Diploma de Master Educație Fizică și Sport Competitional
Disciplinele principale studiate / competențe profesionale dobândite	Teoria activităților motrice, Ergofiziologie, Legislație, management, marketing, Metodologia cercetării, Fizica cu aplicații în sport, managementul educațional, Didactica și proiectare în educație fizică
Numele și tipul instituției de învățământ	Universitatea din Pitești Facultatea de Educație Fizică și Sport
Perioada	2009
Calificarea / diploma obținută	Doctor în Educație Fizică și Sport
Numele și tipul instituției de învățământ	Universitatea din Pitești IOSUD FEFS Pitești
Aptitudini și competențe personale	
Limba maternă	Română
Limbi străine cunoscute	
Autoevaluare	
<i>Nivel european</i>	
Limba engleză	
Limba franceză	
Competențe și abilități sociale	Spirit de echipă, abilitate de adaptare în medii multiculturale câștigată prin muncă și experiențe multiple în activități și competiții în țară și străinătate.
Competențe și aptitudini organizatorice	Capacitatea de a organiza și coordona colective multidisciplinare în cadrul echipelor și loturilor naționale sportive.
Competențe și aptitudini tehnice	Indrumarea și coordonarea unor tineri sportivi studenți și masteranți în cadrul specializării kaid canoe
Activitatea în comunitatea academică	în vederea definitivării cercetării și elaborării lucrărilor de absolvire. Membru al Biroului Federal și al Colegiului de antrenori al F.R.K.C membru în comisia municipală și națională pentru organizarea competițiilor
Competențe și aptitudini de utilizare a calculatorului	Utilizarea calculatorului, nivel superior; (Aplicații Office, Word, Excel, Power Point)
Permis de conducere	Categoria A;BE;CE;DE
Informații suplimentare	<i>Ordine și Distincții</i> 01-12-2000 Ordinul „Crucea Națională Serviciul Credincios” clasa I-a acordat de” Președintele României Emil Constantinescu 10-12-2004 Ordinul „Meritul Sportiv” clasa II-a” acordat de Președintele României Ion Iliescu Membru de Onoare a Federației Române de Kaid Canoe carnet nr.23 din 06.10.2017 Diploma de Excelență pentru întreaga activitate Federația Română de Kaid Canoe
Anexe	Listă lucrări sesiuni științifice

A	Teza de doctorat
----------	-------------------------

Alecu Aurel Programarea si conducerea controlata a dinamicii efortului in antrenamentul kaiacistilor de performanta
Îndrumător Prof.univ.dr.Colibaba Evulet Dumitru, 2009

Alecu Aurel Programming and driving dynamics control effort in training performance kayaking.
Supervisor – University Doctor and Teacher Colibaba Evulet Dumitru, 2009

B	Cărți; Ca – tipărite în edituri cu ISBN, Alecu A., Inițiere-Didactica-Competiție în kaid canoe, Editura Pim Iași, ISBN 978-606-13-0793-7, 223 pagini, anul publicării 2013 Alecu A., Dinamica efortului în antrenamentul de kaid, Editura Pim Iași, ISBN 978-606-13-0793-7, 223 pagini, anul publicării 2012 Alecu A, Aspecte metodologice ale antrenamentului sportiv în kaid canoe, Editura Univ din Pitesti, ISBN 978-606-560-652-4, 127 pagini, anul publicării 2019 Alecu A, Aplicații practico-metodologice ale antrenamentului în kaid canoe, Editura Univ din Pitesti, ISMN 978-606-560-665-4, 125 pagini anul publicării 2020 Alecu A, Activități motrice de timp liber-Sporturi nautice kaidul și canoia, Editura Univ din Pitesti, ISBN 978-606-560-666-1, pagini 139 anul publicării 2020 Alecu A, Activități motrice și remedii adaptate, Editura Univ din Pitesti, ISBN 978-606-560-742-2, pagini 156 anul publicării 2022.
----------	---

C.	Articole; – lucrări publicate în reviste de specialitate,– lucrări publicate în volumele unor manifestări științifice (congrese, conferințe, simpozioane) internaționale, – lucrări publicate în volumele unor manifestări științifice naționale Alecu A, Dynamic aspects of the training effort of canoe kayak- The, Journal of Physical Education and Sport, (No. 1/2012 Alecu A, Resistance to paddle training in cadets and juniors for canoeing- The, Journal of Physical Education and Sport, (No. 21/2017 Articole; – lucrări publicate în reviste de specialitate,– lucrări publicate în volumele unor manifestări științifice (congrese, conferințe, simpozioane) internaționale, – lucrări publicate în volumele unor manifestări științifice naționale
-----------	---

1.	TOMA S., ALECU A.	CREȘTEREA EFICIENȚEI TEHNICII DE PADELARE PRIN DEZVOLTAREA INDICATORILOR DE FORȚĂ LA KAIACISTI	Conferința Anuală Internațională „Educație Fizică și Sport” Pitesti noiembrie 2006
2.	TOMA S., ALECU A.	MONITORIZAREA OBOSELII PRIN TESTE DE DE LABORATOR LA KAIACISTII DE PERFORMANȚĂ	Conferința Anuală Internațională „Educație Fizică și Sport” Pitesti noiembrie 2006
3.	ALECU A, TOMA S.,	MONITORING KAYAKING EFFORT PARAMETERS BY MEANS OF OBJECTIVE PERFORMANCE	International Scientific Conference „Physical Education, Sport and Health”, ISSN 1453-1194, pag. 179 ;TC2 Pitesti 2009
4.	ALECU A, TOMA S.	PROGRAMMING AND MANAGEMENT CONTROL DYNAMICS EFFORT KAYAK TRAINING PERFORMANCE	Pitesti2009 International Scientific Conference „Physical Education, Sport and Health”, ISSN 1453-1194, pag. 175 ;TC2 Pitesti 2009
5.	ALECU A, TOMA S.	ASPECTS OF STRENGTH TRAINING PERIODIZATION IN KAYAK	Brasov2010,Analele Universității Transilvania seria EFS - ISSN 2065-6483, pag. 135, anul publicării 2010 ;TC2
6.	ALECU A, TOMA S.	THE OPPORTUNITY OF PERIODIZATION ON BLOKS TO DEVELOP THE BIOMOTIVE	Galati2010,International Scientific Conference „Scientific research in sports and physical education, component of human and social

		QUALITIES IN KAYAK	progres" „Dunarea de Jos" University, ISBN 987-606+8008+70+7, pag. 325, anu 2010
7.	ALECU Aurel	ASPECTE ALE OPTIMIZARII FORTEI IN ANTRENAMENTUL DE KAIAC CANOE PENTRU PROBELE OLIMPICE DE 200M	Conferinta Anuala Internationala „Educatie Fizica si Sport" Pitesti noiembrie 2010
8.	ALECU Aurel.	KAYAK EFFORT DYNAMICS SPECIFIC EVIDENCE AND MODELING THEM IN THE TRAINING PROCESS	The Bucharest Academy of Economic Studies/Physical Education and Sports Department/ The International Scientific Communication Session in the Motility to Performance ISSN2247-028X;editura ASE ;Bucuresti2012 ;TC2
9.	ALECU Aurel	COORDINATIVE CAPACITY DEVELOPMENT TO JUNIOR CADETS IN ORDER TO IMPROVE THE KAIAC PADDELING TECHNIQUE	The Bucharest Academy of Economic Studies/Physical Education and Sports Department/ The International Scientific Communication Session in the Motility to Performance ISSN2247-028X;editura ASE ;Bucuresti2015 ;TC2
10.	ALECU Aurel.	CONTRIBUTIOND TO INCREASE THE QUALITY OF LIFE CHILDREN OF SCHOOL AGE BY PRACTICING WATER SPORTS SPECIFIC ACTIVITIES	University Politehnica Bucuresti, The international Conference „The role of physical education and sport in improving quality life" ISSN 1844-3923,Bucuresti2015;TC2

Articole in publicatii cotate +B /B - CNCSIS				
		Titlul	Revista	
1	ALECU Aurel	Dynamic aspects of the training effort of canoe kayak,	The, Journal of Physical Education and Sport, (No. 1/2012	2012
2	Alecu Aurel	Resistance to paddle training in cadets and juniors for canoeing	The, Journal of Physical Education and Sport, (No. 21/2017	2017

Articole BDI incluse in baze de date indexate cu recunoastere în domeniu				
Nr.	Autori	Titlul	Baza date	

Articole publicate in vol. unor manifestări științifice internaționale cu ISBN/ISSN organizate in străinătate de entitatea științifică internațională				
Nr.	Autori	Titlul	Revista	An

Articole publicate in vol. unor manifestări științifice internaționale cu ISBN/ISSN organizate in țară sub tutela unei entități științifice internaționale				
Nr.	Autori	Titlul	Revista	An
1.	ALECU Aurel	Specific adaptations of muscle in endurance effort of canoe kayak 1000m	International Scientific Conference „Perspectives in Physical Education and Sport", ISBN 978-973-614-501-8, pag. 498, anul publicării 2011 Pitesti ;TC2	2011
2.	ALECU Aurel	Dynamic aspects of the training effort of canoe kayak, TC2	The, Journal of Physical Education and Sport, (No. 1/2012),	2012
3.	ALECU Aurel	Dynamic effort kayak specific evidence and modeling them in the training	The, Journal of Physical Education and Sport Department, (No. 2/Vol.4 /2012), journals indexed in RePEc international database. http://ideas.repec.org/s/rom/marath.html	2012
4.	ALECU Aurel	Fundamentals of resistance development in training for kayak canoe	5th Annual conference: Physical education sport and health, Pitești 2012 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194 ;TC2	2012
5.	ALECU Aurel	Sociological inquiry with respect to the programming and management of controlled rates of effort in training for performance kaiak athletes	5th Annual conference: Physical education sport and health, Pitești 2012 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194 ;TC2	2012
6.	ALECU Aurel.	Management of training in order to develop the motor skills in kayak	6th Annual conference: Physical education sport and health, Pitești 2013 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.123 ;TC2	2013
7.	ALECU Aurel.	The influence of the education of the force in building the paddling tehnique in kayak	6th Annual conference: Physical education sport and health, Pitești 2013 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.120 ;TC2	2013

8.	ALECU Aurel.	The contribution of water sports specific activities in the development of the quality of the school age children	6th Annual conference: Physical education sport and health, Pitești 2013 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.116 ;TC2	2013
9.	ALECU Aurel	The importance of using periodization units to develop the strength in kayak training	7th Annual conference: Physical education sport and health, Pitești 2014 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.67 ;TC2	2014
10.	ALECU Aurel	Analysis of motor behaviour of athletes and training content of kayak canoe	7th Annual conference: Physical education sport and health, Pitești 2014 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.72 ;TC2	2014
11.	ALECU Aurel	Suppleness and elasticity education in kayak training for junior	7th Annual conference: Physical education sport and health, Pitești 2014 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.76 ;TC2	2014
12.	ALECU Aurel	Sociological aspects concerning the programming effort in training intensity of kayak athletes	Physical education sport and health, Pitești 2015 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, volume 19(1/2015) ;TC2	2015
13.	ALECU Aurel	Positive effects of using periodization blocks for developing endurance in the specific effort of the 1000m kayak competition	Physical education sport and health, Pitești 2016 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.15, vol20(1/2016) ;TC2	2016
14.	ALECU Aurel	Periodization model of training for strength in canoeing	Physical education sport and health, Pitești 2016 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.18, vol20(1/2016) ;TC2	2016
15.	ALECU Aurel	Additional method for endurance training in paddle activities	Physical education sport and health, Pitești 2017 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, pag.29, vol20(1/2017) ;TC2	2017
16.	ALECU Aurel	Leisure activities / Water sports activities	Physical education sport and health, Pitești 2019 Scientific report Physical education and sport, ISSN: 1453-1194, (1/2019) ;TC2	2019
18.	ALECU A, Botila V, Cojanu F.	EFFECTS OF RECREATIONAL ACTIVITIES NAUTICAL SPORTS IN LEISURE ON THE STRENGTHENING OF MOTOR SKILLS IN CHILDREN OF SCHOOL AGE	Buletin of the Transilvania University of Brasov Series IX Vol 14(63) No 1-2021	2021
19.	Aurel Alecu, Andreea Catanescu, George Octavian Naiba, Paul Visean, Florin Cojanu	Evaluation of the effectiveness of applying movement games for the development of motor skills in children aged 7-12 years	Timisoara Education and Rehabilitation journal 102478/tperj-2025-0015 https://tperj.uvt.ro/wp-content/uploads/2025/07/Aurel-ALECUAndreea-CATANESCU-George-Octavian-NAIBA-Paul-VISAN.pdf	2025
20.	Aurel Alecu, George Octavian Naiba, Paul Visean, Florin Cojanu	Identification of Biometric Potential in Middle School Classes with Vocational Sports Kayak-Canoe through the Evaluation of Coordinative Capacity	Gymnasium Scientific Journal of Education, Sports and Health https://tperj.uvt.ro/tperj-2025-0015 https://gymnasium.ub.ro/index.php/journal/article/view/727	2025

Data 28. 08..2026

Semnatura:



		A1	A2	B1	B2	C1	C2
U N D E R S T A N D I N G	Listening	I can understand familiar words and very basic phrases concerning myself, my family and immediate concrete surroundings when people speak slowly and clearly.	I can understand phrases and the highest frequency vocabulary related to areas of most immediate personal relevance (e.g. very basic personal and family information, shopping, local area, employment). I can catch the main point in short, clear, simple messages and announcements.	I can understand the main points of clear standard speech on familiar matters regularly encountered in work, school, leisure, etc. I can understand the main point of many radio or TV programmes on current affairs or topics of personal or professional interest when the delivery is relatively slow and clear.	I can understand extended speech and lectures and follow even complex lines of argument provided the topic is reasonably familiar. I can understand most TV news and current affairs programmes. I can understand the majority of films in standard dialect.	I can understand extended speech even when it is not clearly structured and when relationships are only implied and not signalled explicitly. I can understand television programmes and films without too much effort.	I have no difficulty in understanding any kind of spoken language, whether live or broadcast, even when delivered at fast native speed, provided. I have some time to get familiar with the accent.
	Reading	I can understand familiar names, words and very simple sentences, for example on notices and posters or in catalogues.	I can read very short, simple texts. I can find specific, predictable information in simple everyday material such as advertisements, prospectuses, menus and timetables and I can understand short simple personal letters.	I can understand texts that consist mainly of high frequency everyday or job-related language. I can understand the description of events, feelings and wishes in personal letters.	I can read articles and reports concerned with contemporary problems in which the writers adopt particular attitudes or viewpoints. I can understand contemporary literary prose.	I can understand long and complex factual and literary texts, appreciating distinctions of style. I can understand specialised articles and longer technical instructions, even when they do not relate to my field.	I can read with ease virtually all forms of the written language, including abstract, structurally or linguistically complex texts such as manuals, specialised articles and literary works.
S P E A K I N G	Spoken interaction	I can interact in a simple way provided the other person is prepared to repeat or rephrase things at a slower rate of speech and help me formulate what I'm trying to say. I can ask and answer simple questions in areas of immediate need or on very familiar topics.	I can communicate in simple and routine tasks requiring a simple and direct exchange of information on familiar topics and activities. I can handle very short social exchanges, even though I can't usually understand enough to keep the conversation going myself.	I can deal with most situations likely to arise whilst travelling in an area where the language is spoken. I can enter unprepared into conversation on topics that are familiar, of personal interest or pertinent to everyday life (e.g. family, hobbies, work, travel and current events).	I can interact with a degree of fluency and spontaneity that makes regular interaction with native speakers quite possible. I can take an active part in discussion in familiar contexts, accounting for and sustaining my views.	I can express myself fluently and spontaneously without much obvious searching for expressions. I can use language flexibly and effectively for social and professional purposes. I can formulate ideas and opinions with precision and relate my contribution skilfully to those of other speakers.	I can take part effortlessly in any conversation or discussion and have a good familiarity with idiomatic expressions and colloquialisms. I can express myself fluently and convey finer shades of meaning precisely. If I do have a problem I can backtrack and restructure around the difficulty so smoothly that other people are hardly aware of it.
	Spoken production	I can use simple phrases and sentences to describe where I live and people I know.	I can use a series of phrases and sentences to describe in simple terms my family and other people, living conditions, my educational background and my present or most recent job.	I can connect phrases in a simple way in order to describe experiences and events, my dreams, hopes and ambitions. I can briefly give reasons and explanations for opinions and plans. I can narrate a story or relate the plot of a book or film and describe my reactions.	I can present clear, detailed descriptions on a wide range of subjects related to my field of interest. I can explain a viewpoint on a topical issue giving the advantages and disadvantages of various options.	I can present clear, detailed descriptions of complex subjects integrating sub-themes, developing particular points and rounding off with an appropriate conclusion.	I can present a clear, smoothly-flowing description or argument in a style appropriate to the context and with an effective logical structure which helps the recipient to notice and remember significant points.
W R I T I N G	Writing	I can write a short, simple postcard, for example sending holiday greetings. I can fill in forms with personal details, for example entering my name, nationality and address on a hotel registration form.	I can write short, simple notes and messages. I can write a very simple personal letter, for example thanking someone for something.	I can write simple connected text on topics which are familiar or of personal interest. I can write personal letters describing experiences and impressions.	I can write clear, detailed text on a wide range of subjects related to my interests. I can write an essay or report, passing on information or giving reasons in support of or against a particular point of view. I can write letters highlighting the personal significance of events and experiences.	I can express myself in clear, well-structured text, expressing points of view at some length. I can write about complex subjects in a letter, an essay or a report, underlining what I consider to be the salient issues. I can select a style appropriate to the reader in mind.	I can write clear, smoothly-flowing text in an appropriate style. I can write complex letters, reports or articles which present a case with an effective logical structure which helps the recipient to notice and remember significant points. I can write summaries and reviews of professional or literary works.

Explanatory note The Europass Language Passport is part of the European Language Portfolio developed by the Council of Europe. It uses the 6 European levels of the Common European Framework of Reference for Languages (CEF) to record the level of language proficiency achieved in a standardised format.

More info on the Europass Language Passport: <http://europass.cedefop.europa.eu> - More info on the European Language Portfolio: www.coe.int/portfolio

The template of the Europass language passport can be downloaded free of charge from the above websites.

© European Union and Council of Europe, 2004-2010 2408201