PLANIFICARE CALENDARISTICĂ ANUALĂ

CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ

ANUL ȘCOLAR 2024 – 2025

Disciplina: Consiliere și dezvoltare personală

Clasa: a VII-a

Timp: 1 oră/săptămână

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Unitatea de învățare** | **Lecții** | **Competenţe specifice** | **Conținuturi** | **Nr. de ore** | **Săptămâna** | **Observații/modulul** |
| Autocunoaștere și stil de viață sănătos și echilibrat | * Recapitulare și autoevaluare inițiale
* Fereastra către sine
* Țintind succesul
* Corpul îți vorbește
* Cum ar fi să facem toți așa?
* Strunește dragonul
* O eră nouă
* Recapitulare și Autoevaluare
 | 1.11.2 | * Elemente de autocunoaștere și de recapitulare – recapitulare și autoevaluare.
* Abilități și activități. Etichetări- definiții, exemple
* Autoeficacitate.
* Performanță și succes.
* Schimbări la nivel fizic și emoțional la preadolescenți.
* Provocări și oportunități.
* Stil de viață sănătos.
* Comportamente responsabile.
* Obiceiuri zilnice, comportamente sănătoase, atitudini față de mediu.
* Stil de viață raportat la mediul de viață.
* Atitudini față de resurse și reciclare
* Dezvoltare durabilă
* Agresivitate, violență, bullying: cauze, forme, soluții
* Comportamente agresive
* Internetul, rețelele sociale și viața zilnică
* Recapitulare și Autoevaluare Unitatea 1
 | 10 ore | 1-10 | Modul I (7 ore)Modul II (3 ore) |
| Dezvoltare socio-emoțională | * Tu și eu
* Sub același cer
* Împreună, mai puternici
* Calmi și încrezători oricând
* Recapitulare și Autoevaluare
 | 2.12.2 | * Emoții și reacții comportamentale față de diversitate
* Relaționarea armonioasă cu ceilalți atât în contexte școlare, cât și în contexte extrașcolare
* Diversitate
* Reacții comportamentale adecvate față de diversitate.
* Dizabilitate. Copil cu nevoi speciale de educație-definiție, exemple
* Colaborarea și cooperarea
* Tipuri de comportament în comunicare: pasiv, agresiv și asertiv.
* Asertivitatea.
* Exprimarea asertivă în interacțiuni școlare, familiale și comunitare.
* Comunicare asertivă.
* **Recapitulare și Autoevaluare Unitatea 2**
 | 7 ore | 11-18 | Modul II (4 ore)Modul III (2/3 ore) |
| Managementul învățării | * Maestrul organizării
* Revoluționar în învățare
* Fii de neoprit!
* Proiect: „Pas cu pas fac progrese în învățare”
* Recapitulare și Autoevaluare
 | 3.13.2 | * Managementul timpului: organizare și planificare.
* Activități care se repetă cu regularitate.
* Integrarea în programul zilnic a unor routine.
* Realizarea unui program zilnic și săptămânal care să integreze echilibrat activitățile de învățare, activitățile de relaxare și pe cele de stil de viață sănătos.
* Progres în învățare.
* Reușită. Eșec.
* Reușită și eșec în învățare.
* Evidențierea atitudinilor și comportamentelor care conduc spre o învățare eficientă.
* Raportarea reflexivă și constructivă asupra nereușitelor în învățare.
* Mentalitate de creștere. Mentalitate fixă în învățare.
* Realizarea unei prezentări video în care să se prezinte o reușită în învățare și cum managementul timpului, organizarea, planificarea și rutina proprie ajută progresul în învățare a elevului.
* Recapitulare și Autoevaluare Unitatea 3
 | 5/6/ore | 19-26 | Modul III (3 ore)Modul IV (3/4 ore) |
| Managementul carierei | * Știu unde vreau să ajung!
* Depășind limitele
* De la nehotărât la hotărât
* Conexiuni
* Când voi fi mare, vreau să devin…
* Investigație: „Dacă aș avea ocupația de...”
* Recapitulare și Autoevaluare
 | 4.14.2 | * Scopuri personale pentru educație, carieră, stil de viață
* Formularea unor scopuri personale referitoare la educație, carieră și stil de viață
* Dimensiunea de gen în educație și carieră
* Aspirații, cerințe ale unei ocupații și nivelul de educație necesar
* Evaluarea corespondența dintre aspirațiile personale, cerințele unei ocupații și nivelul de educație necesar
* Relația dintre sine, educație și carieră
* Opțiuni în alegerea carierei
* Nivelul de educație necesar alegerii unei cariere
* Informațiile despre sine și alegerea carierei
* Valori legate de muncă
 | 8 ore | 26-35 | Modul IV (4 ore)Modul V (7 ore) |
| **Recapitulare și Autoevaluare finală** | * **Recapitulare și Autoevaluare finală**
 | 1.1; 1.22.1; 2.23.1; 3.24.1; 4.2. |  | 1 oră | 36 | Modul V (1 oră) |
| Ore la dispoziția profesorului |  |  |  |

Anul școlar 2023-2024 are o durată de 36 de săptămâni și este structurat în cinci module:

**Modulul I (9 septembrie 2024-25 octombrie 2024)**: 7 săptămâni x 1 oră/săptămână = 7 ore

**Modulul II (4 noiembrie 2024-20 decembrie 2024)**: 7 săptămâni x 1 oră/săptămână = 7 ore

**Modulul III (8 ianuarie 2025-7/14/21 februarie 2025)**: 5/6/ săptămâni x 1 oră/săptămână = 5/6/ ore (din care vineri, 24 ianuarie – zi liberă)

**Modulul IV (17 februarie/24 februarie/3 martie 2025-17 aprilie 2025)**: 8/7 săptămâni x 1 oră/săptămână =8/7 ore

**Modulul V (28 Aprilie 2025-20 iunie 2025)**: 8 săptămâni x 1 oră/săptămână = 8 ore

Programul național „Școala altfel” și Programul „Săptămâna verde” se desfășoară în perioada 9 septembrie 2024—30 mai 2025, în intervale de câte 5 zile consecutive lucrătoare, a căror planificare se află la decizia unității de învățământ.