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 | 1.1  1.2 | * 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 | 2.1  2.2 | * 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 | 3.1  3.2 | * 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 | 4.1  4.2 | * 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; 1.2  2.1; 2.2  3.1; 3.2  4.1; 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.