|  |
| --- |
| **MODEL DE PROIECT DIDACTIC DE LUNGĂ DURATĂ**  **LA DISCIPLINA DEZVOLTAREA PERSONALĂ**  **clasa a VI-a**  **Anul de studii \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**      **ATENȚIE! Cadrele didactice vor personaliza proiectele didactice de lungă durată, în funcție de specificul colectivului de elevi și resurselor educaționale disponibile, în conformitate cu prevederile curriculumului la disciplină (ediția 2018).**  **Autori:**  **1. Mîța Tatiana, master în Științe ale educației, profesor Dezvoltarea personală, grad didactic II.** |

**Competențe specifice disciplinei:**

**1.** Exprimarea identității personale în relaționarea constructivă cu familia și ceilalți, prin explorarea sinelui și resurselor sociale;

2. Demonstrarea autonomiei personale în realizarea unui comportament orientat spre valorificarea optimă a resurselor personale și a mediului de viață;

3. Manifestarea comportamentului centrat pe modul de viață sănătos, prin implicare activă în menținerea sănătății proprii;

4. Proiectarea carierei, prin determinarea traseului școlar și/sau profesional, din perspectiva valorificării potențialului personal și oportunităților pieței muncii;

5. Adoptarea comportamentului activ, privind securitatea personală, centrat pe responsabilitate pentru starea de bine a sa și a celor din jur.

**Bibliografie:**

1. Curriculumul la disciplina Dezvoltare personală pentru învățământul gimnazial, aprobat prin ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr.1124 din 20 iulie 2018;
2. Dezvoltare personală. Ghidul profesorului. Clasa a VI-a, aprobat prin ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr.463 din 26 februarie 2020;
3. Ghidul de implementare a Curriculumului la disciplina Dezvoltare personală, ediția 2018;
4. Metodologia de evaluare prin descriptori la disciplina Dezvoltare personală, ediția 2018;
5. Planul - cadru pentru învățământul primar, gimnazial și liceal, anul de studii 2023-2024, aprobat prin ordinul Ministerului Educației și Cercetării nr.200 din 28 februarie 2023.

**ADMINISTRAREA DISCIPLINEI**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Unități de învățare** | **Clasa** | **Unități de conținut la discreția profesorului (din ghidul profesorului)** |
| **VI** |  |
| Evaluare inițială. Lecție de consolidare a cunoștințelor din anul precedent de studiu. | 1 |  |
| 1. Identitatea personală și relationarea armonioasă | 6 |  |
| 2. Asigurarea calității vieții | 6 |  |
| 3. Modul de viață sănătos | 6 |  |
| 4. Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial | 6 |  |
| 5. Securitatea personală | 6 | +1 |
| Evaluare sumativă (finală). | 1 |  |
| ***Total:*** | ***32 ore*** | ***1 oră*** |

***Notă:*** Profesorul este în drept să selecteze ***unitățile de conținut*** din Curriculumul la disciplina Dezvoltare personalăsau ghidul profesorului, cu condiția păstrării numărului de ore conform recomandărilor curriculare (6 ore per modul), o lecție de evaluare inițială și o lecție de evaluare finală, în rest selectează și adaugă orele ***la discreția profesorului*** modulului în corespundere cu numărul de săptămâni conform ***Planului-cadru***. Unitățile de conținut cu asterix (\*) sunt preluate din ghidul profesorului pentru clasa respectivă. Aceste ore pot fi modificate la discreția profesorului, în raport cu necesitățile colectivului de elevi, dar va asigura atingerea unităților de competență pe care trebuie să le dețină elevii la această unitate de învățare.

**PROIECTAREA DIDACTICĂ A UNITĂȚILOR DE ÎNVĂȚARE / UNITĂȚILOR DE CONȚINUT**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Unități de competențe** | **Unități de conținut** | **Sarcina conform ghidului** | **Nr. ore** | **Data** | **Activități de învățare și produse școlare realizate** | **Observaţii** |
| Autoevaluarea competențelor adiționate în anul precedent de studiu | Evaluare inițială (predictivă).  Lecție de consolidare a cunoștințelor. |  | 1 |  | Recapitularea cunoștințelor.  *Planificarea produselor cu elevii. Determinarea împreună cu elevii a criteriilor de succes pentru produse.* |  |
| **Dimensiunea1. Unitatea de învățare *Identitatea personală și relationarea armonioasă (6 ore)*** | | | | | | | |
| * 1. Determinarea legăturii între emoţii, acţiuni și consecinţele acestora ca parte a mecanismului de apreciere a comporta- mentului;   2. Evaluarea resurselor proprii pentru consolidarea atitudinii pozitive faţă de sine;   3. Luarea deciziilor privind comportamentul pro-social și tehnicile de soluţionare constructivă a conflictelor în clasă, școală, familie, comu-nitate. | **Puncte forte, limite și acceptarea de sine.** Atitudine pozitivă faţă de sine și cei din jur. | S 1 pag. 16 | 1 |  | Exerciţii de reflectare asupra resurselor personale și sociale, de descriere a caracteristicilor personale pozitive și negative, de completare a fișelor de tipul *Ce știu?, Ce pot?, Ce vreau?, Ce-mi place?*; |  |
| **Relațiile interpersonale și comportament prosocial**. Modalităţi de prevenire a etichetării și hărţuirii. | S 15 pag. 50 | 1 |  | Exerciţii de auto-reflecţie cu privire la emoţiile personale, de formulare argu-mentată a opiniei personale Discuţii asupra studiilor de caz cu referire la tematica etichetărilor; |  |
| **Conflictele: pro și contra.** Modalităţi de soluţionare constructivă a conflictelor. | S4 pag. 22 | 1 |  | Jocuri de rol: simulare de situaţii pentru soluţionarea conflictelor, pentru prevenirea sau depășirea etichetărilor; |  |
| **Emoții, comportamente și consecințe**. Importanţa și rolul emoţiilor. Modalităţi de control și menţinere a echilibrului emoţional. | S 3 pag.  pag. 20 | 1 |  | Discuţii *Conflictul în viața mea, Factori ce contribuie la inițierea și menținerea unui conflict*; |  |
| **Viața în familie: relații și rezultate pozitive.** Relaţii în familie. Condiţii de manifestare. Strategii de depășire a dificultăţilor. | S 2 pag. 18 | 1 |  | Vizionarea unor secvenţe din filme, exemple din viaţa reală pentru identificarea și înţelegerea relaţiei dintre emoţii, conduite și consecinţe. |  |
| **Lecţie de sinteză şi autoevaluare. Elaborare/prezentare de produs:**  ***Pliant:*** *Dezvolt relații cooperante*” |  | 1 |  | Prezentarea produselor ***Pliant:*** *Dezvolt relații cooperante*” Autoevaluarea în baza fișei cu criteriile de succes. Autoevaluarea în tabelul de performanţă |  |
| **Dimensiunea 2. Unitatea de învățare *Asigurarea calității vieții (6 ore)*** | | | | | | | |
| 2.1. Relatarea despre normele morale și valori: binele, frumosul, munca, perseverenţa, ca surse ale succesului;  2.2. Stabilirea relaţiei dintre deciziile bazate pe nor-me și valori și calitatea rezultatelor obţinute;  2.3. Gestionarea resurselor proprii și ale familiei din perspectiva utilizării raţionale. | **Integritatea persoanei.** Integritate. Situaţii și contexte de manifestare. | S5 pag. 26 | 1 |  | Interviuri adresate colegilor despre valoarea compor tamentului integru; |  |
| **Garanția calității vieții prin învățare.** Viaţă de calitate, caracteristici și modalităţi de realizare: afirmarea personală, relaţiile dintre oameni, buna gospodărire. Rolul învăţării în asigurarea perspectivei de viaţă. Atitudinea faţă de manuale ca sursă de învăţare. |  | 1 |  | Vizionarea unor secvenţe de film/imagini pentru identificarea elementelor unei vieţi de calitate; |  |
| **Perseverența și munca – surse ale suc- cesului.** Perseverenţă. Modalităţi de manifestare. Statornicia în convingeri și atitudini, munca, condiţii pentru afirmarea perseverenţei. | S6 pag. 28 | 1 |  | Studii de caz despre o persoană de succes realizată prin perseverenţă și muncă; |  |
| **Binele și frumosul din jur.** Crearea binelui și frumosului. Posibilităţi și limite de vârstă. Beneficiile pentru sine și comunitate. |  | 1 |  | Colaje ale imaginilor despre faptele bune; |  |
| **Decizia corectă.** Algoritmul de luare a deciziilor. Decizia și problemele cotidiene. Posibilităţi și limite în raport cu vârsta. Insistenţa asupra corectitudinii deciziei. | S7 pag. 30 | 1 |  | Postere cu enunţuri privind deciziile corecte luate pe parcursul unui an;  Elaborarea și rezolvarea în perechi a unui careu de cuvinte încrucișate, care să conţină pașii în luarea unei decizii corecte; |  |
| **Resursele proprii și ale familiei.** Economisirea, gestionarea banilor de buzunar, bugetul familie  **Lecţie de sinteză şi autoevaluare. Realizare și evaluare produ**: Jurnalul reflexiv: Cum îmi asigur o viață de calitate! | S8 pag. 32 | 1 |  | Joc de rol privind buna gospodărire și gestionarea resurselor. **Jurnalul reflexiv,** în care să prezinte 2-3 decizii corecte, care i-au îmbunătăţit calitatea vieţii. Prezentarea jurnalului şi evaluarea reciprocă în baza criteriilor prestabilite. Autoevaluarea în baza tabelului de performanţă. |  |
| **Dimensiunea 3. Unitatea de învățare *Modul de viață sănătos (6 ore)*** | | | | | | | |
| 3.1. Descrierea propriei stări de sănătate, prin utilizarea adecvată a noţiunilor specifice cu  referire la sănătatea fizică și mintală;  3.2. Stabilirea corelaţiei dintre calitatea mediului ambiant și sănătate, prin elucidarea efectelor poluării;  3.3. Manifestarea responsabilităţii pentru propria sănătate prin rezistenţă la diverse tentaţii periculoase. | **Sănătatea.** Importanţa sănătăţii pentru dezvoltarea elevului. |  | 1 |  | Discuţii ghidate despre nevoile personale, factorii care influiențează sănătatea, etc.; |  |
| **Mediul înconjurător și sănătatea elevului**. Efectele poluării asupra sănătăţii. | S9 pag. 36 | 1 |  | Discurs „Mediu în care trăiesc îmi asigură sănătatea mea!”; Proiectarea produsului; |  |
| **Sănătatea fizică și mintală**. Caracteristici, factori de influenţă, modalităţi de menţinere. | S10 pag. 38 | 1 |  | Formularea și rezolvarea de situaţii-problemă privind starea de sănătate, modificările organismului la pubertate; |  |
| **Regimul alimentar corect versus dieta**. Dieta: modalităţi de percepţie și abordări corecte. Diversitatea dietelor și scopul lor. Dieta și vârsta. Dieta versus alimentaţia incorectă. Efectele alimentaţiei incorecte și abţinerii forţate și neîntemeiate de la ali-mentaţie. | S11 pag. 40 | 1 |  | Redactarea unui referat *Când pot fi sigur că dieta e sănătoasă;* |  |
| **Fumatul și alcoolul – tentații periculoase.** Cauze ale consumului. Influenţa asupra preadolescentului. Efecte negative sociale, psihologice și fiziologice. Dependenţa. | S12 pag. 42 | 1 |  | Realizarea unui poster: *Tentațiile periculoase.* |  |
| **Elaborare produs. Proiect ecologic:** *Mă implic în activitățile de protecție a mediului* **Lecţie de sinteză și autoevaluare.** |  | 1 |  | Discutarea şi stabilirea criteriilor de succes. Prezentarea proiectului şi evaluarea reciprocă în baza criteriilor |  |
| **Dimensiunea 4. Unitatea de învățare: *Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial (6 ore)*** | | | | | | | |
| 4.1. Identificarea profesiilor solicitate în comunitate pentru o bună proiectare a carierei;  4.2. Corelarea rezultatelor la diferite discipline școlare cu perspective de dezvoltare personală și profesională în anumite domenii;  4.3. Formularea iniţiativelor personale, orientate spre activităţi antreprenoriale, prin valorificarea potenţialului propriu și a imaginii de sine. | **Clubul cunoscătorilor de profesii***.* Profesii vechi și profesii noi. Tipuri de profesii în funcţie de obiectul muncii. Stereotipuri: profesiile „pentru femei” și „pentru bărbaţi”. | S13 pag. 46 | 1 |  | Proiecte de grup pentru studierea specificului profesiilor; Colectarea informaţiilor despre profesia părinţilor, care este atractivă pentru elev, sau a unui profesionist recunoscut în comunitate; |  |
| **Domeniile profesionale***.* Tipuri de interese profesionale, testul lui Holland, preferinţe profesionale. | S14 pag. 48  (parte 1) | 1 |  | Participarea la licitaţii de profesii; Pre-zentarea aspiraţiilor și profesiei selectate părinţilor sau unei persoane apropiate; |  |
| **Potențialul meu.** Dezvoltarea și valorificarea calităţilor forte. Valori personale. Corelarea dintre potenţialul școlar și cel profesional. Harta mentală a potenţialului propriu | S 14 pag. 48  (partea 2) | 1 |  | Aplicarea testului *Inventarul intereselor profesionale* (adoptat după Holland);  Discuţii privind posibilităţile de realizare a aspiraţiilor prin diferite profesii; Elaborarea Hărților mentale ale potenţialului; |  |
| **Brand-ul personal***.* Imaginea de sine ca element al brand-ului personal. | S16 pag. 52 | 1 |  | Elaborarea *Brand-ului personal* în baza unui set de întrebări; |  |
| **Calitățile unui antreprenor**. Noţiunea de antreprenor. Iniţiative antreprenoriale în comunitate. Pot fi eu oare antreprenor? |  | 1 |  | Discuţii cu antreprenori, angajatori din comunitate; |  |
| **Lecţie de sinteză şi autoevaluare. Elaborare produs. Proiect de grup:** „*Arborele profesiilor*” |  | 1 |  | Elaborarea clusterelor la un domeniu profesional, în baza cerinţelor prezentate din timp; Prezentarea proiectelor şi evaluarea reciprocă în baza criteriilor prestabilite. Autoevaluarea în baza tabelului de performanţă. |  |
| **Dimensiunea 5. Unitatea de învățare *Securitatea personală (6 ore)+1*** | | | | | | | |
| 5.1. Descrierea unor situaţii excepţionale și a consecinţelor lor privind securitatea umană;  5.2. Aprecierea rolului hobby-urilor personali-tăţii, din perspectiva dezvoltării unor capaci-tăţi și satisfacerii unor interese;  5.3. Adaptarea comportamentului la reguli de securitate privind situaţii excepţionale, contac-tul cu materialul exploziv, explorarea mediului virtual, prin simulare și activităţi concrete. | **Odihna activă în mediul înconjurător**. Reguli de comportament. Posibile riscuri. Riscuri de utilizare a bazinelor acvatice. Pericolul de înec. Măsuri de prevenire. |  | **1** |  | Participarea la scurte scenete, prin atribuirea de roluri, exersarea comporta-mentului în stradă și în alte locuri periculoase; Simularea comportamentului în situaţii excepţionale din traficul rutier; |  |
| **Atenție în situații excepționale**! Situaţie excepţională: cauze, modalităţi de acţiune. | S20 pag. 62 | **1** |  | Simularea elementelor de comportament în situaţii excepţionale de provenienţă naturală (cutremure și alunecări de pământ etc.). |  |
| **Hobby-ul și riscuri posibile**. Tipuri de hobby-uri. Avantajele. Hobby-uri pericu-loase. |  | **1** |  | Realizarea unor mini-cercetări ce vizează preferinţele/ hobby-ul și riscurile posibi-le; Prezentarea hobby-ului personal; |  |
| **Dispozitivul exploziv – pericol.** Substanţe și dispozitive explozive; tipuri, caracteristici, dispozitive casnice cu risc, mod de utilizare. |  | **1** |  | Discuţia dirijată, exerciţii de identificare a soluţiilor proprii pentru consolidarea securităţii personale; Exerciţii de descriere, analiză, comentariu al situaţiilor simulate, reale, în situaţii excepţionale și incendii; |  |
| **\*Utilizarea responsabilă a telefoanelor mobile și a rețelelor sociale.** | S17 pag. 56 | **(1)** |  | Realizarea unei hărți mentale cu riscurile utilizării telefonului mobil *(vezi ghidul profesorului pag. 56)* |  |
| **Eticheta on-line – siguranța în mediul virtual.** Etichetă, mod de prezentare on-line: posibilităţi și limite. Prevenirea situaţiilor de risc. | S18 pag. 58 | **1** |  | Exerciţii de identificare a soluţiilor proprii pentru consolidarea securităţii în mediul virtual; |  |
| **Elaborare și prezentarea de produs: Harta mentală - securitatea personală**  **Lecţie de sinteză şi autoevaluare.** | S19 pag. 60 | **1** |  | Elaborarea produs proiectelor de grup.  Discutarea şi stabilirea criteriilor de succes. Prezentarea produselor. |  |
|  | **Evaluare sumativă(finală).** |  | **1** |  | Autoevaluarea în baza tabelului de performanţă. Reflecție asupra procesul de învățare și a performanțelor atinse. |  |
|  | **Total** | | **32 ore** |  | | |