**MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII AL REPUBLICII MOLDOVA**

Discutat la Ședința Comisiei Metodice \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ APROBAT \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Șeful Comisiei metodice

**PROIECT DIDACTIC DE LUNGĂ DURATĂ**

**LA DISCIPLINA ȘCOLARĂ DEZVOLTARE PERSONALĂ**

(elaborat de Grupul de lucru, conform ordinului MEC nr.1544/2023,

în baza curriculumului la disciplină, aprobat prin ordinul MEC nr.1124 din 20 iulie 2018)

***Clasa a XI - a***

**Anul de studii:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Instituția de învățământ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Localitatea \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Numele, prenumele cadrului didactic \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Grad didactic \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**ADMINISTRAREA DISCIPLINEI**

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

*Manualul recomandat:*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Clasa** | **Titlul** | **Autori** | **Editura** | **Anul ediției** |
| Clasa a XI- a | Dezvoltare personală. Ghidul profesorului. Clasa a XI-a, aprobat prin ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr.463 din 26 februarie 20 | Martin Keller, Corinna Borer, Peter Holzwarth | Universitatea Pedagogică din Zurich (Zurich University of Teacher Education) | *2020* |

***Notă:*** Profesorul este în drept să selecteze ***unitățile de conținut*** din Curriculumul la disciplina Dezvoltarea personalăsau din 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, se selectează și se 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 se va asigura atingerea unităților de competență pe care trebuie să le dețină elevii la această unitate de învățare.

**Competențe specifice disciplinei:**

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

**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** | | **Observații** | |
| Autoevaluarea competentelor adiționate în anul precedent de studiu. | **Lecție de autoevaluare și sinteză.** Completarea Tabelului de performanță la modul. |  | 1 |  | Recapitularea cunoștințelor. Planificarea produselor cu elevii. Determinarea împreună cu elevii a criteriilor de succes pentru produse. | |  | |
| **Dimensiunea 1. Unitatea de învățare: *Identitatea personală și relaționarea armonioasă ( 6 ore)*** | | | | | | | | |
| * 1. Descrierea modelelor de relaționare pozitivă și comunicare în cadrul relațiilor de gen, prin asumarea responsabilității.   2. Aplicarea strategiilor de comunicare publică, în contextul școlar și extrașcolar.   3. Prevenirea violenței în relații, în baza semnelor specifice comportamentului abuziv în perioada curtării. | **Libertatea personalității: între necesități, dorințe și expectații**. Caracterul social al libertății personale. Resursele interne și libertatea. Satisfacerea dorințelor: limite raționale. | S1 pag.16 | 1 |  | | Exerciții pentru stabilirea criteriilor de autoevaluare a calităților personale. Discuții dirijate: importanța libertății de exprimare a opiniei pentru respectul de sine. Exerciții de grup, discuții, dezbateri privind semnificația conceptului „libertate personală” în raport cu responsabilități și limite. |  | |
| **Comunicarea publică**. Persuasiunea și prezentarea de sine. Tehnici de prezentare. Depășirea dificultăților. | S4 pag.22 | 1 |  | | Exerciții de dezvoltare a discursului public. |  | |
| **\*Spune stop!** | S3 pag.20 | 1 |  | | Ghidul profesorului |  | |
| **Formarea și menținerea relațiilor din perspectiva de gen.** Relația dintre un tânăr și o tânără. Mod de exprimare. Avantaje ale comunicării afective. Responsabilități. |  | 1 |  | | Discuții și analizare a modelelor de relații dintre fete și băieți: comportamente, roluri, așteptări, în baza exemplelor reale sau preluate din filme. Jocuri de rol, prin elaborare de scenarii de comunicare dintre El și Ea, cu manifestarea respectului reciproc. |  | |
| **Semnele manipulării și abuzului în relație.** Manipulare. Forme ale manipulării. Abuzul. Forme ale abuzului. Consecințe. Strategii de prevenire. | S2 pag. 18 | 1 |  | | Comentarea unor articole din mass-media, a unor cazuri concrete referitoare la manipularea și comportamentul abuziv în perioada curtării. Jocuri de rol privind înțelegerea, toleranța și respectul pentru diferite puncte de vedere. |  | |
| **Lecție de sinteză și autoevaluare***. Produs:* **Proiect de grup**: *Club de discuții* despre relațiile interpersonale, de gen, în baza vizionării filmelor. |  | 1 |  | | *Club de discuții* despre relațiile interpersonale, de gen, în baza vizionării filmelor.Completarea tabelului de performanță. |  | |
| **Dimensiunea 2. Unitatea de învățare: *Asigurarea calității vieții (6 ore) +1*** | | | | | | | | |
| 2.1. Analiza modalităților de comunicare, adecvate situației și contextului.  2.2. Stabilirea relațiilor dintre convingeri, valori, priorități și corectitudinea deciziilor.  2.3. Asumarea unui comportament axat pe valori, priorități și decizii personale, adecvat vârstei. | **Valorile, prioritățile și calitatea vieții.** Prioritate versus valoare**.** Prioritățile și modul de viață. Parametrii vieții de calitate. |  | 1 |  | | Studii de caz despre încălcarea legilor și a normelor morale; | |  |
| **Etica comunicării în diverse contexte.** Vârsta și diversitatea contextelor de comunicare: în familie, în clasă, cu prietenii, la locul de muncă, în activități de voluntariat etc. | S5 pag.26 | 1 |  | | Autoanaliză: stilul propriu de comunicare eficientă. Realizarea de jocuri de rol, în care să folosească măști sau marionete. | |  |
| **Sentimentul maturității și asumarea comportamentului.** Vârsta adolescenței și maturitatea psihofiziologică și socială. Diversitatea rolurilor și asumarea lor. Drepturi și obligații. | S6 pag.28 | 1 |  | | Organizarea unor autoanalize ale comportamentului din perspectiva manifestărilor maturității și a imaturității. | |  |
| **Manipularea și consumul.** Viața la început de mileniu și consumul. Consumul de bunuri. Consumul de servicii. Promovarea bunurilor și serviciilor. Consumul rațional. Calitatea consumului. | S7 pag.30  S8 pag. 32 | 1  (1) |  | | Realizarea unei expoziții, prin colectarea din timp a diferitor imagini despre manipulare și consum. | |  |
| **Convingerile personale și responsabilitatea deciziei.** Sistemul de convingeri. Modalitatea manifestării. Calitatea deciziilor și perspectiva vieții. |  | 1 |  | | Discuții dirijate cu invitați în clasă pe subiecte ce urmăresc analiza reacțiilor și comportamentelor față de etichete în cadrul unei comunicări. Organizarea simulărilor în vederea luării deciziilor. | |  |
| ***Lecție de sinteză și autoevaluare*** *Produs:* **Galeria/ Expoziția posterelor** *despre utilizarea inteligentă a resurselor (valorilor, convingerilor, potențialului intelectualului etc.) pentru crearea unui context favorabil/constructiv de comunicare, relaționare și activitate.* |  | 1 |  | | Prezentare produs. ***Completarea tabelului de performanță.*** | |  |
| **Dimensiunea 3. Unitatea de învățare: *Modul de viață sănătos (6 ore)*** | | | | | | | | |
| 3.1. Selectarea și prezentarea argumentată a informației privind factorii de risc major care afectează sănătatea și securitatea umană.  3.2. Determinarea raportului dintre diferențele indicatorilor de sănătate în funcție de gen.  3.3. Elaborarea de strategii personale pentru menținerea unui mod de viață sănătos, cu accent pe starea de bine. | **Strategii de menținere a sănătății.** Influența particularităților de gen asupra dezvoltării. Particularități fiziologice. Stereotipuri sociale privind menținerea sănătății. Factori de risc. | S9 pag. 36 | 1 |  | | Discuții despre indicatori de sănătate în funcție de sex. | |  |
| **Mediul social și sănătatea**. Macro-mediul social ca factor de influență asupra sănătății. Micro-mediul social: familia, școala, cercul de prieteni ca factor de influență asupra sănătății. Calitatea mediului – calitatea sănătății. | S10 pag.38 | 1 |  | | Activități de studiere a surselor tematice din mass-media pentru identificarea factorilor cu risc major asupra sănătății și securității umane. | |  |
| **Dependența de droguri și substanțe nocive**. Modalități de promovare a diverselor substanțe nocive. Prevenirea consumului. Consecințe personale și sociale. | S12 pag 42 | 1 |  | | Realizarea unor postere, referate privind impactul utilizării drogurilor asupra sănătății. Vizionarea unor filmulețe la tema: *Pericolele consumului de droguri asupra sănătății.* | |  |
| **Modele de succes în viață: adevăr și mit în promovarea unui mod de viață sănătos.** Copierea/ preluarea stilului de viață al unor modele: impact, consecințe. Caracteristicile modului de viață sănătos. | S11 pag.40 | 1 |  | | Masă rotundă: *Modelul meu de succes – exemplu pentru mine.* | |  |
| **Apa, focul, aerul, pământul și sănătatea**. Utilizarea și atitudinea omului față de resursele de bază; |  | 1 |  | | **Masă rotundă*:*** *Apa, focul, aerul, pământul și sănătatea omului. Planificarea activității ecologice comunitare.* | |  |
| ***Lecție de sinteză și autoevaluare*** |  | 1 |  | | *Produs: Activitate ecologică comunitară.*  Autoevaluarea în baza fișei cu criteriile de succes și completarea tabelului de performanţă. | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dimensiunea 4. Unitatea de învățare: *Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial (6 ore)*** | | | | | | |
| 4.1. Stabilirea relației dintre tendințele de dezvoltare a pieței muncii la nivel global și impactul acestora asupra pieței muncii din RM, din perspectiva alegerii viitoarei profesii.  4.2. Utilizarea tehnicilor și metodelor de comunicare/ interacțiune cu angajatorii în procesul de căutare a unui loc de muncă.  4.3. Argumentarea deciziei în planificarea carierei din perspectiva compatibilității aptitudinilor, capacităților, valorilor și așteptărilor sale cu cerințele specifice ale pieței muncii. | **Tendințele de dezvoltare a pieței muncii.** Piața muncii – factori cheie de influență. Competențe-cheie și profesii. | S13 pag.46 | 1 |  | Elaborarea matricei personale pentru luarea deciziei referitor la carieră și completarea ei periodică. |  |
| **În căutarea unui loc de muncă.** Loc sigur de muncă. Oferte sigure, oferte dubioase. Căutarea unui loc de muncă: angajatorul și angajatul. |  | 1 |  | Identificarea și argumentarea valorilor importante în alegerea viitoarei profesii. Studierea ofertelor de angajare publicate în ziare și clasificarea lor din perspectiva siguranței (nivelul de risc). |  |
| **Comunicarea cu angajatorii.** Comunicarea cu angajatorii în procesul de căutare a unui loc de muncă. Modalități de aplicare a strategiilor de interacțiune cu potențialii angajatori. Scrisoare de intenție. | S14 pag.48 | 1 |  | Identificarea riscurilor selectării unui loc de muncă din categoria celor periculoase. Vizitarea firmelor și desfășurarea discuțiilor cu persoanele care se ocupă de angajarea personalului despre cerințele p/u candidați. |  |
| **Motivația și rolul valorilor personale în alegerea viitoarei profesii.** Motivația pentru activitatea profesională. Zece valori de bază după Schwartz. Propriile valori-cheie. | S16 pag.52 | 1 |  | Realizarea individuală și/sau în grupuri a studiului sectorului pieței muncii în care se încadrează profesia la care aspiră; Elaborarea scrisorii de intenție în baza anunțurilor pentru angajare. Realizarea testelor de Inteligență Emoțională. |  |
| **Profilul antreprenorului de succes.** Profilul antreprenorului din perspectiva valorică. Potențialul personal și necesitățile comunității prin prisma deciziilor de a iniția activități antreprenoriale. Motivația pentru antreprenoriat. | S15 pag.50 | 1 |  | Discuții cu antreprenorii din comunitate cu privire la motivele care i-au determinat să înceapă activitatea antreprenorială; Explorarea activităților din diferite domenii profesionale. |  |
| **Lecție de sinteză și autoevaluare.Cariera profesională.** Matricea de luare a deciziilor de carieră. Compatibilitatea aptitudinilor, capacităților și așteptărilor personale cu cerințele angajatorilor și cele specifice ocupației. |  | 1 |  | Prezentare produs. ***Completarea tabelului de performanță.*** |  |
| **Dimensiunea 5. Unitatea de învățare: *Securitatea personală (6 ore)*** | | | | | | |
| 5.1. Argumentarea necesității respectării regulilor și exercitării drepturilor în traficul rutier, comunicarea digitală etc.  5.2. Aprecierea situațiilor de risc major personal și global, în baza informațiilor privind situația ecologică, traficul de ființe umane etc.  5.3. Elaborarea unor strategii de comportament pentru diverse situații de risc. | **Problemele ecologice și siguranța personală.** Probleme/ calamități ecologice și riscuri pentru persoană. Perceperea situațiilor de risc ecologic. Comportament adecvat securității personale. Responsabilități și implicare socială. |  | 1 |  | Dialog cu reprezentanții instituțiilor abilitate de asigurarea securității personale și colective în situații de risc ecologic. |  |
| **Cutremurele de pământ.** Fazele cutremurului de pământ. Prevenirea / reducerea eventualelor consecințe. Pregătirea pentru cutremurele de pământ. |  | 1 |  | Simularea diferitor situații de risc, cu întreprinderea măsurilor de formare a unui comportament adecvat, responsabil (la nivel psihologic, organizatoric, operativ). |  |
| **Traficul rutier**. Participanți la traficul rutier. Reguli de prevenire a accidentelor. | S19 pag.60 | 1 |  | Exerciții de descriere, analiză și comentariu ale situațiilor reale în traficul rutier; Simularea cu ajutorul planșelor sau virtual a situațiilor de risc în traficul rutier. |  |
| **Contravențiile.** Contravenții rutiere și sancțiuni. Pieton, pasager, conducător al mijloacelor de transport; drepturi și obligații. Contravenții din domeniul securității contra incendiilor și sancțiuni. Responsabilitatea cetățenilor. | S20 pag.62 | 1 |  | Studierea Codului Contravențional al Republicii Moldova. |  |
| **Traficul de ființe umane – pericol pentru securitatea personală.** Esența fenomenului. Factori implicați. Modalități de racolare. Consecințe. Acțiuni de prevenire/protecție. Persoane și instituții la care poți apela în țară și peste hotare. | S18 pag.58 | 1 |  | Discutarea, comentarea impactului campaniei naționale și internaționale de prevenire a traficului de ființe umane asupra securității personale. |  |
| ***Lecţie de sinteză şi autoevaluare.* Drepturi digitale și responsabilități.** Informarea și comunicarea mijlocită. Posibilități și avantaje pentru dezvoltarea personală. Etica și responsabilitatea comportamentului virtual. | S17 pag.56 | 1 |  | Exerciții de identificare a soluțiilor proprii pentru consolidarea securității, prin asigurarea drepturilor și responsabilităților digitale *Produs:* **Prezentare în format electronic pentru elevii din instituție:** *Securitatea personală.*  . |  |
| **Lecție de evaluare finală** |  | **1** |  | Completarea tabelului de performanță. Discutarea planurilor de viitor. |  |
|  | **Total:** |  | **32** |  |  |  |