

Nr...../.....

<https://scoalacool.ro/>

DIRECTOR,

COMISIE CURRICULUM,

RESPONSABIL CATEDRĂ,

Profesor:

Unitatea de învățământ:

Aria curriculară:

Disciplina: Consiliere și dezvoltare personală

Clasa: a VI-a

Număr de ore pe săptămână: 1

**PLANIFICARE CALENDARISTICĂ
AN ȘCOLAR 20____-20____**

**CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ
COMPETENȚE GENERALE ȘI SPECIFICE**

1. Adoptarea atitudinilor pozitive față de sine și a unui stil de viață sănătos și echilibrat

- 1.1. Explorarea direcțiilor de dezvoltare a caracteristicilor personale.
- 1.2. Identificarea alternativelor de soluționare a unor situații de stres pentru asigurarea stării de bine.

2. Relaționarea armonioasă cu ceilalți în contexte școlare și extrașcolare

- 2.1. Exprimarea emoțiilor în acord cu nevoile personale și cu specificul situațiilor.

2.2. Identificarea elementelor comunicării eficiente în medii reale și virtuale.

3. Reflectarea asupra motivației și eficacității strategiilor pentru progres în învățare

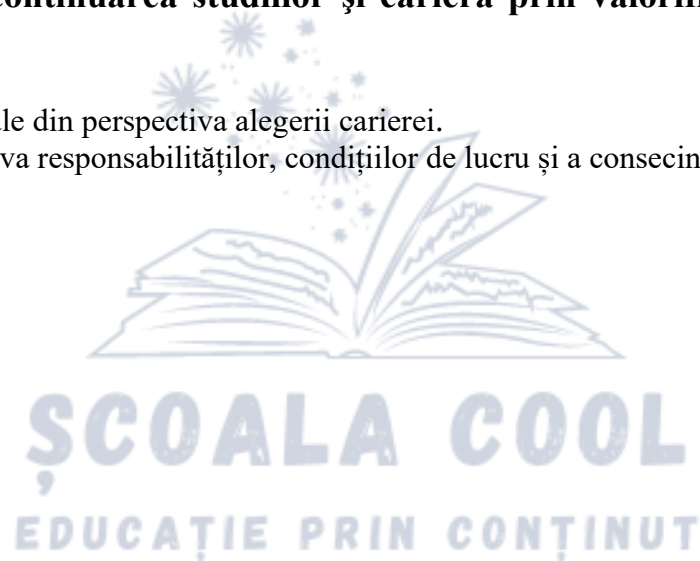
3.1. Autoevaluarea progreselor în învățare, utilizând instrumente simple de planificare și monitorizare.

3.2. Manifestarea interesului pentru a învăța de la ceilalți și pentru a-i sprijini pe ceilalți în învățare.

4. Luarea deciziilor legate de continuarea studiilor și carieră prin valorificarea informațiilor despre sine, educație și ocupații

4.1. Compararea unor trasee educaționale din perspectiva alegerii carierei.

4.2. Analiza unor ocupații din perspectiva responsabilităților, condițiilor de lucru și a consecințelor asupra stilului de viață.



PLANIFICARE ANUALĂ
CLASA A VI-A
1 ORĂ PE SĂPTĂMÂNĂ / 36 ORE ANUAL

TOTAL ORE	NR. CRT.	UNITATEA DE ÎNVĂȚARE	NR. ORE	MODULUL
36	1.	Autocunoaștere și stil de viață sănătos și echilibrat	6	I
	2.	Dezvoltare socio-emoțională	7	II
	3.	Managementul învățării (I)	7	III
	4.	Managementul învățării (II)	3	IV
	5.	Managementul carierei (I)	3	
	6.	Managementul carierei (II)	6	V
	7.	Recapitulare finală	2	
	8.	„Săptămâna Verde”	1	
	9.	„Școala Altfel”	1	

ȘCOALA COOL
EDUCAȚIE PRIN CONȚINUT

MODULUL I

Nr. crt.	Unități de învățare	Competențe specifice	Conținuturi	Nr. de ore	Săptămâna	Observații
1.	1. AUTOCUNOAȘTERE ȘI STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS ȘI ECHILIBRAT 6 ore	<i>1.1. Explorarea direcțiilor de dezvoltare a caracteristicilor personale.</i> <i>1.2. Identificarea alternativelor de soluționare a unor situații de stres pentru asigurarea stării de bine.</i>	- Atitudinea pozitivă față de propria persoană. Starea de bine. Speranță și optimism. - Situații de stres/dificile de viață: plecarea părinților la muncă în străinătate, ruperea unor relații de prietenie, dificultăți materiale, anxietate în situații de testare/examene - Resurse pentru sănătatea persoanei și a mediului. Stereotipuri, discriminare. Echilibrul dintre activitate și odihnă. Mediul ambiant care susține învățarea și starea de bine	2 2 2	S₁, S₂ S₃, S₄ S₅, S₆	Conform Instrucțiunii MEC nr. 8/01.09.2025, art. 2, al. 1, se alocă 25% din bugetul total de ore al disciplinei pentru activități remediale și transferul de competențe în viața de zi cu zi

MODULUL II

Nr. crt.	Unități de învățare	Competențe specifice	Conținuturi	Nr. de ore	Săptămâna	Observații
2.	2. DEZVOLTARE SOCIO-EMOȚIONALĂ 7 ore	<i>2.1. Exprimarea emoțiilor în acord cu nevoile personale și cu specificul situațiilor.</i> <i>2.2. Identificarea elementelor comunicării eficiente în medii reale și virtuale.</i>	- Comunicarea în mediul real. Comunicarea în mediul virtual - Relația dintre evenimente, gânduri, emoții și comportamente	3 4	S₈, S₉, S₁₀ S₁₁, S₁₂, S₁₃, S₁₄	

ȘCOALA COOL
EDUCAȚIE PRIN CONȚINUT

Competențe specifice	Conținuturi
evaluarea progreselor în utilizând instrumente simple de evaluare și monitorizare. festarea interesului pentru a învăța la ceilalți și pentru a-i sprijini în învățare.	- Învățarea în contexte formale, non-formale și informale - Instrumente de planificare și evaluare a învățării

ȘCOALA COOL
EDUCAȚIE PRIN CONȚINUT

MODULUL IV

Nr. crt.	Unități de învățare	Competențe specifice	Conținuturi	Nr. de ore	Săptămâna	Observații
4.	4. MANAGEMENTUL ÎNVĂȚĂRII (II) 3 ore	<i>3.1. Autoevaluarea progreselor în învățare, utilizând instrumente simple de planificare și monitorizare.</i> <i>3.2. Manifestarea interesului pentru a învăța de la ceilalți și pentru a-i sprijini pe ceilalți în învățare.</i>	- Atitudini și comportamente care conduc la învățare eficientă - Condiții interne și externe ale învățării	2 1	S₂₂, S₂₃ S₂₄	
5.	5. MANAGEMENTUL CARIEREI (I) 3 ore	<i>4.1. Compararea unor trasee educaționale din perspectiva alegerii carierei.</i> <i>4.2. Analiza unor ocupații din perspectiva responsabilităților, condițiilor de lucru și a consecințelor asupra stilului de viață.</i>	Trasee educaționale, ocupații și cariere	3	S ₂₅ , S ₂₆ , S ₂₇	

MODULUL V

Nr. crt.	Unități de învățare	Competențe specifice	Conținuturi	Nr. de ore	Săptămâna	Observații
6.	4. MANAGEMENTUL CARIEREI (II) 6 ore	<i>4.1. Compararea unor trasee educaționale din perspectiva alegerii carierei.</i> <i>4.2. Analiza unor ocupații din perspectiva responsabilităților, condițiilor de lucru și a consecințelor asupra stilului de viață.</i>	- Caracteristicile unor ocupații: conținut, responsabilități, condiții de lucru, instrumente/echipamente de lucru, calități personale necesare și contraindicații în anumite ocupații - Criterii de alegere a unei cariere: satisfacția profesională, prestigiul social, cererea pe piața muncii, educația necesară, salariul	 3 3	 S ₂₈ , S ₃₀ , S ₃₁ S ₃₂ , S ₃₃ , S ₃₄	
7.	RECAPITULARE FINALĂ 2 ore		- Autocunoaștere și stil de viață sănătos și echilibrat - Dezvoltare socio-emoțională - Managementul învățării	2	S ₃₅ , S ₃₆	Testare orală

			• Managementul carierei			
8.	„ <i>SĂPTĂMÂNA VERDE</i> ”	Activități extrașcolare și extracurriculare		1	S ₇	
9.	„ <i>ȘCOALA ALTFEL</i> ”	Activități extrașcolare și extracurriculare		1	S ₂₉	

ȘCOALA COOL
 EDUCAȚIE PRIN CONȚINUT