

Unitatea de învățământ

Vizat director,

**PLANIFICARE CALENDARISTICĂ**  
**ANUL ȘCOLAR 2019-2020**

**Disciplina: Consiliere și dezvoltare personală**

**Clasa a VII-a**

**Timp: 1 oră/săptămână**

**Profesor:**

Unitatea de învățare	Competențe generale/specifice	Conținuturi	Număr ore alocate	Săptămâna	Observații/ Semestrul
Evaluare inițială	Competența generală	<b>Lecție introductivă</b> <i>Prezentarea manualului și a conținuturilor</i> <i>Realizarea evaluării inițiale</i>	1	09-13 sept.2019	I
Autocunoaștere și stil de viață sănătos și echilibrat	<b>Competența generală</b> 1. Adoptarea atitudinilor pozitive față de sine și a unui stil de viață sănătos și echilibrat <b>Competențe specifice</b> 1.1. Planificarea acțiunilor specifice dezvoltării personale din perspective autoeficacității 1.2. Autoevaluarea stilului de viață sănătos în raport cu mediul de viață	<b>Autoeficacitate. Performanță și succes.</b> <i>Autoeficacitate. Etichetări. Abilități și activități. Performanță și succes</i>	1	16-20 sept.2019	I
		<b>Etichete și etichetări</b> <i>Autoeficacitate. Etichetări. Abilități și activități.</i>	1	23-27 sept.2019	I
		<b>Eu, preadolescentul. Provocări și oportunități</b> <i>Provocări și oportunități. Schimbări la nivel fizic și emoțional la</i>	1	30 sept.-04 oct. 2018	I

		<i>preadolescenți</i>			
		<b>On-line. Of-line</b> <i>Internetul, rețelele sociale și viața zilnică.</i>	1	07-11 oct. 2018	I
		<b>Agresivitate, violență, bullying.</b> <i>Comportamente responsabile. Agresivitate, violență, bullying: cauze, forme, soluții.</i>	1	14-18 oct. 2018	I
		<b>Stil de viață responsabil într-un mediu sănătos</b> <i>Atitudini față de resurse și reciclare</i>	1	21 oct-25 oct. 2018	I
		<b>Recapitulare</b>	1	28 oct-1 nov. 2018	I recapitulare
		<b>Proiect- Blogul meu</b>	7	04 nov.-20 dec.2019	I evaluare
<b>Dezvoltare socio-emoțională</b>	<b>Competența generală</b> 2. Relaționarea armonioasă cu ceilalți în contexte școlare și extrașcolare <b>Competențe specifice</b> 2.1. Manifestarea empatiei în raport cu diferențele individuale și de grup 2.2. Exprimarea asertivă în interacțiuni, școlare, familial și comunitare	<b>Empatia. Colaborarea și cooperarea</b> <i>Empatia. Colaborarea și cooperarea</i>	1	13 -17 ian. 2020	II
		<b>Empatie și adaptare la diversitate</b> <i>Emoții, reacții comportamente față de diversitate (gen, vârstă, apartenență socială, apartenență etnică, situație economică, stare de sănătate, dizabilități/copii cu nevoi speciale de educație)</i>	1	20-24 ian. 2020	II
		<b>Asertiv, pasiv, agresiv</b> <i>Caracteristici ale comportamentului asertiv, pasiv, agresiv</i>	1	27-31 ian. 2019	II

		<b>Recapitulare</b>	1	03-07 febr.2020	II recapitulare
		<b>Evaluare</b>	1	10-14 febr.2020	II evaluare
<b>Managementul învățării</b>	<b>Competența generală</b> 3.Reflectarea asupra motivației și eficacității strategiilor pentru progres în învățare <b>Competențe specifice</b> 3.1. Integrarea în programul zilnic a unor rutine privind autodisciplina și stilul de viață sănătos 3.2 Raportarea reflexivă și constructivă asupra reușitelor și nereușitelor în învățare	<b>Managementul timpului. Organizare și planificare în învățare</b> <i>Elemente de management al timpului: organizare, planificare</i>	1	17-21 febr. 2020	II
		<b>Atoeficiența, rutina și (auto)disciplina</b> <i>Elemente de management al timpului: organizare, planificare</i>	1	24-28 febr. 2020	II
		<b>Mentalitatea de creștere versus – mentalitate fixă în învățare</b> <i>Mentalitate de creștere versus mentalitate fixă în învățare</i>	1	02-06 mart.2020	II
		<b>Reușită și eșec în învățare</b> <i>Reușită și eșec în învățare</i>	1	06-13 mart. 2019	II
		<b>Recapitulare</b>	1	16-20 mart. 2020	II recapitulare
		<b>Evaluare</b>	1	23-27 mart.2020	II evaluare
		<b>Managementul carierei</b>	<b>Competența generală</b> 4.Luarea deciziilor legate de continuarea studiilor și carieră prin valorificarea informațiilor despre sine, educație și ocupații <b>Competențe specifice</b> 4.1. Formularea unor scopuri personale referitoare la educație, carieră și stil de viață 4.2. Evaluarea corespondenței dintre aspirațiile personale, cerințele unei	<b>Educație, carieră și stil de viață</b> <i>Scopuri personale referitoare la educație, carieră și stil de viață. Dimensiunea de gen în educație și carieră</i>	1
<b>Dimensiunea de gen în educație și carieră</b> <i>Scopuri personale referitoare la educație, carieră și stil de viață. Dimensiunea de gen în educație și</i>	1			27-1 mai 2020	II

	ocupații și nivelul de educație necesar	<i>carieră</i>			
		<b>Aspirații personale, nivel de educație, ocupații</b> <i>Aspirații personale, cerințe ale unei ocupații și nivelul de educație necesar pentru exercitarea acestora</i>	1	4-8 mai 2020	II
		<b>Opțiuni de carieră</b> <i>Opțiunile de carieră: relația dintre informațiile despre sine (caracteristici personale, abilități, interese, valori legate de muncă), nivelul de educație și alegerea carierei</i>	1	11-15 mai 2020	II
		<b>Recapitulare</b>	1	18-22 mai 2020	II recapitulare
		<b>Evaluare</b>	1	25-29 mai 2020	II evaluare
<b>Evaluare finală</b>		<b>Evaluare finală</b>	2	1 -12 iun. 2020	II