

CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ

Clasa a VIII-a

PLANIFICARE CALENDARISTICĂ (Orientativă)

An școlar: 2024- 2025

Unitatea de învățământ:
 Disciplina: CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ
 Anul școlar: 36 săptămâni
 Nr. de ore/săptămână: o oră/săptămână
 Clasa: a VIII – a Profesor:
 Conform programei școlare aprobată prin OM nr. 3393 din 28.02.2017

PLANIFICARE CALENDARISTICĂ (Orientativă) An școlar: 2024- 2025

Nr. crt.	Unitatea de învățare	Competențe specifice	Domenii de conținut	Conținuturi	Nr. ore	Săpt.
Modulul 1 (9 septembrie – 25 octombrie) (7 săptămâni)						
				• Ce se află în bagajul sufletului tău? Evaluare inițială	1	S1
1.	Autocunoaștere și stil de viață sănătos și echilibrat	1.1; 1.2	Viziune și reușită personală: aspirații, modele de gândire și acțiune	• În căutarea sinelui	1	S2
				• Povestea mea de succes - călătorii temporale în viitor	1	S3
			Luarea deciziilor	• Arta de a lua decizii. Decizii mici, decizii mari	1	S4
			Reziliență	• Curajul de a lupta pentru ceea ce-ți dorești	1	S5
			Prevenirea comportamentelor de risc pentru sănătate	•Cunoaște riscurile, ca să-ți decizi comportamentele	1	S6
			Sănătatea vieții de familie	•Familia, nucleu al devenirii	1	S7
Vacanță 26.10 - 3.11						

Modulul 2 (4 noiembrie – 20 decembrie) (7 săptămâni)

			Siguranță și alegeri sănătoase. Prevenirea abuzului în familie	•Orice exagerare doare!	1	S8
			Situații cu potențial de risc – migrația părinților	•Familia și iubirea fără hotare	1	S9

				•Recapitulare / Evaluare	1	S10
2.	Dezvoltare socio-emoțională	2.1; 2.2	Modalități de autocontrol și autoreglare emoțională	•Călătorie în lumea emoțiilor	1	S11
				•Emoțiile: stăpân sau unealtă?	1	S12
			Conflictele: caracteristici, surse, modalități de prevenire	•Să înțelegem conflictele	1	S13
			Rolul conflictelor în dezvoltarea personală	•Conflictul ca oportunitate de dezvoltare	1	S14

Vacanță 21.12 - 7.01

MODULUL 3 (8 ianuarie – 14 februarie) (6 săptămâni)

			Tehnici de comunicare și negociere în rezolvarea conflictelor	•De la conflict la armonie sau calea dialogului constructiv	1	S15
			Prevenirea conflictelor prin tehnici de comunicare asertivă	•Comunicarea asertivă, limbajul oamenilor de succes	1	S16
				Recapitulare / Evaluare	1	S17
3.	Managementul învățării	3.1; 3.2	Rolul informației și criteriile de analiză a informațiilor	•Rolul informațiilor în algoritmul succesului	1	S18
			Surse de informare pentru activitatea școlară	•Toate sursele sunt resurse? Selectarea surselor de informare	1	S19

				•Generația digitală. Cu NET-ul la purtător	1	S20

Vacanță 17.02 - 21.02

MODULUL 4 (24 februarie – 17 aprilie) (7 săptămâni) + „Săptămâna verde” (S28)

	Managementul învățării	3.1; 3.2	Tehnici de gestionare eficientă a timpului	•Timpul, comoară risipită sau investită?	1	S21
				•Arta de a te împrieteni cu timpul	1	S22
			Tehnici de gestionare eficientă a efortului de a învăța	•Transformă efortul de a învăța în dorință de cunoaștere	1	S23
			Învățare formală, nonformală, informală	•Învățarea la puterea a treia! Învățarea formală, nonformală, informală	1	S24
				•Recapitulare / Evaluare	1	S25
4.	Managementul carierei	4.1; 4.2	Planul personal de educație și carieră: scop, obiective	•Bagajul meu de călătorie spre viitoarea carieră	1	S26
				•Teoria lui Holland. „Radarul” meu vocațional	1	S27

Vacanță 18.04 - 27.04

MODULUL 5 (28 aprilie – 20 iunie) (7 săptămâni) + „Școala altfel” (S29)

			Trasee educaționale din perspectiva alegerii carierei	•Educația, partenerul carierei mele	1	S30
--	--	--	---	-------------------------------------	---	-----

Managementul carierii	4.1; 4.2	Formularele de opțiuni pentru admiterea în clasa a IX-a: caracteristici și modalități de completare	•Mă informez activ !	1	S31
		Oportunități de carieră. Explorări și decizii	•Luarea unei decizii: conținut, proces, etape, context	1	S32
		Planul personal de educație și carieră: strategii de realizare, termene, resurse și obstacole	•Proiectul meu de viitor	1	S34
			•Recapitulare / Evaluare	1	S35
			•Evaluare finală	1	S36