

**MODEL DE PROIECT DIDACTIC DE LUNGĂ DURATĂ  
LA DISCIPLINA DEZVOLTARE PERSONALĂ, clasa a V-a  
Anul de studii 2019-2020**

**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 2019).**

**Autor:**

**Valentina OLARU**, grad didactic superior, Liceul Teoretic „L.Bлага”, mun. Chișinău

**COMPETENȚE SPECIFICE DISCIPLINEI**

- Exprimarea identității personale în relaționarea constructivă cu familia și ceilalți, prin explorarea sinelui și resurselor sociale;
- Demonstrarea autonomiei personale în realizarea unui comportament orientat spre valorificarea optimă a resurselor personale și a mediului de viață;
- Manifestarea comportamentului centrat pe modul de viață sănătos, prin implicare activă în menținerea sănătății proprii;
- Proiectarea carierei, prin determinarea traseului școlar și/sau profesional, din perspectiva valorificării potențialului personal și oportunităților pieței muncii;
- Adoptarea comportamentului activ, privind securitatea personală, centrat pe responsabilitate pentru starea de bine a sa și a celor din jur.

**ADMINISTRAREA DISCIPLINEI**

<b>Statutul disciplinei</b>	<b>Aria curriculară</b>	<b>Clasa</b>	<b>Nr. de ore pe săptămână</b>	<b>Nr. de ore pe an</b>
Obligatorie	Consiliere școlară și dezvoltare personală	V	1	35

<b>Unități de învățare</b>	<b>Clasa</b>
	<b>V</b>
1. Identitatea personală și relaționarea armonioasă	7
2. Asigurarea calității vieții	7
3. Modul de viață sănătos	7
4. Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial	7
5. Securitatea personală	7

Unități de competențe	Unități de conținut	Nr. ore	Data	Activități de învățare și produse școlare realizate	Observații
<b>Unitatea de învățare <i>Identitatea personală si relationarea armonioasă</i></b>					
<p>1.1. Recunoașterea propriilor nevoi, calități, atitudini pentru fortificarea încrederii în sine.</p> <p>1.2. Utilizarea diverselor modalități adecvate de exprimare a opiniilor și emoțiilor în contextul școlii.</p> <p>1.3. Aprecierea schimbărilor specifice treptei de gimnaziu pentru evoluția propriei persoane.</p>	<b>1. <i>Prezentarea disciplinei Dezvoltarea Personală. Evaluare inițială</i></b>	1		Discuție dirijată. Proiect personal de dezvoltare pentru anul de studiu.	
	<b>2. <i>Elevul din perspectiva trecutului, prezentului și viitorului.</i></b> Realizări, succese, puncte tari, puncte slabe; posibilități de perspectivă.	1		Exerciții de reflectare asupra resurselor personale și sociale, de descriere a caracteristicilor personale pozitive și negative, de completare a fișelor de tipul Ce știi?, Ce pot?, Ce vreau?, Ce-mi place?;	
	<b>3. <i>Nevoile, dorințele personale și ale celuilalt.</i></b> Încrederea în sine și în celălalt.	1		Exerciții de auto-reflecție cu privire la emoțiile personale, de formulare argumentată a opiniei personale;	
	<b>4. <i>Comunicarea:</i></b> ascultarea activă, exprimarea și argumentarea opiniei.	1		Discuții. Exersarea abilității de ascultare activă, exprimării trăirilor afective, abilității de exprimare clară a opiniilor și formulare de argumente pentru susținerea acestora.	
	<b>5. <i>Cercul relațional al elevului.</i></b> Principii ale relaționării pozitive cu semenii, colegii de clasă, profesorii, familia.	1		Vizionarea unor secvențe din filme, exemplificate din viața reală pentru identificarea și înțelegerea relației dintre emoții, conduite și consecințe;	
	<b>6. <i>Proiect individual „Povestea familie mele”.</i></b>	1		Elaborarea Produsului Pliant: „Povestea familiei mele”; Discutarea și stabilirea criteriilor de succes.	
	<b>7. <i>Lecție de sinteză și autoevaluare.</i></b>	1		Prezentarea produselor Pliant: „Povestea familiei mele” și evaluarea reciprocă în baza criteriilor prestabilite. Autoevaluarea în baza tabelului de performanță.	

Unități de competențe	Unități de conținut	Nr. ore	Data	Activități de învățare și produse școlare realizate	Observații
<b>Unitatea de învățare Asigurarea calității vieții</b>					
<p>2.1. Relatarea despre norme etice și comportament respectuos care asigură o atmosferă de colegialitate și confort emoțional și fizic;</p> <p>2.2. Demonstrarea atitudinii grijulii față de animale, păsări, natură;</p> <p>2.3. Aprecierea unui comportament corect și respectuos, față de munca celor din jur</p>	<p><b>8. Respectul.</b> Manifestări în diverse situații. Respect versus servilism.</p>	1		Exerciții de identificare a comportamentelor respectuoase demonstrate de către colegii din clasă, școală, persoanele din comunitate;	
	<p><b>9. Regulile de comportament etic în clasă și școală.</b> Corectitudinea relațiilor dintre colegi. Comportament etic la lecții și în afara lor.</p>	1		Jocuri de rol/ scenete cu personaje aflate în situații diverse: „Cum mă comport în cadrul unei lecții, „Știu să mă comport la școală, acasă, în localitate”;	
	<p><b>10. Ordinea și curățenia în clasă și în școală.</b> Menținerea în ordine a rechizitelor școlare. Importanța menținerii ordinii și curățeniei pentru sănătatea și confortul personal și a celor din jur.</p>	1		Elaborarea unor fișe personale cu acțiuni, care să includă activități de menținere a ordinii și curățeniei în clasă și în școală;	
	<p><b>11. Respectul pentru muncă.</b> Munca adulților, părinților, profesorilor, persoanelor care asigură condițiile de viață și studii.</p>	1		Mesaje de recunoștință profesorilor, părinților, membrilor comunității pentru munca realizată; Interviuri aplicate membrilor familiei despre importanța respectului față de muncă;	
	<p><b>12. Prietenul meu care nu cuvântă.</b> Atitudinea grijulie față de animale, păsări, natură.</p>	1		Prezentarea prin desen, fotografie a unei flori, arbust, copac, pasăre, animal preferat;	
	<p><b>13. Proiect de grup: Codului unui comportament respectuos și etic.</b></p>	1		Elaborarea proiectului de grup în forma decisă de grup; Discutarea și stabilirea criteriilor de succes.	
	<p><b>14. Lecție de sinteză și autoevaluare.</b></p>	1		Prezentarea proiectelor și evaluarea reciprocă în baza criteriilor prestabilite. Autoevaluarea în baza tabelului de performanță.	

Unități de competențe	Unități de conținut	Nr. ore	Data	Activități de învățare și produse școlare realizate	Observații
<b>Unitatea de învățare Modul de viață sănătos</b>					
<p>3.1. Descrierea regimului personal de activitate, odihnă și alimentar, centrat pe acțiuni specifice de menținere a sănătății.</p> <p>3.2. Compararea stării fiziologice și emoționale în perioada de pubertate cu perioada anterioară, în baza informației relevante;</p> <p>3.3. Proiectarea acțiunilor de menținere a stării de sănătate prin respectarea regulilor de igienă în condiții casnice, școlare și în spații publice</p>	<p><b>15. Sănătatea.</b> Importanța sănătății pentru viață. Importanța regimului de activitate și odihnă pentru sănătate.</p>	1		Joc didactic: Norul cuvintelor.(pe tablă/ flipchart se scriu amestecat 10 beneficii ale modului sănătos de viață și 10 riscuri).	
	<p><b>16. Igiena și anotimpurile.</b> Modalități de prevenire a bolilor prin respectarea regulilor de igienă personală.</p>	1		Simulări în grup: ”Știu să respect igiena personală în diferite anotimpuri”	
	<p><b>17. Organismul elevului și pubertatea.</b> Procese fiziologice, stări emoționale.</p>	1		Alcătuirea unui poster cu fotografii personale de la cea mai mică vârstă până în prezent.	
	<p><b>18. Sportul.</b> Rolul exercițiilor fizice asupra dezvoltării fizice a corpului copilului</p>	1		Colaje foto: <i>Sportul contribuie la dezvoltarea mea.</i>	
	<p><b>19. Regimul alimentar acasă, la școală.</b> Acțiuni în caz de intoxicație alimentară. Riscurile fast-foodurilor.</p>	1		Prezentarea și analiza piramidei alimentare. Studiu de caz: Respect regulilor de igienă – protejez sănătatea.	
	<p><b>20. Proiect individual: Regimul meu pentru o zi obișnuită și una de odihnă.</b></p>	1		Elaborarea unui regim al elevului pentru o zi obișnuită și una de odihnă. Discutarea și stabilirea criteriilor de succes.	
	<p><b>21. Lecție de sinteză și autoevaluare.</b></p>	1		Prezentarea proiectelor și evaluarea reciprocă în baza criteriilor prestabilite. Autoevaluarea în baza tabelului de performanță.	

Unități de competențe	Unități de conținut	Nr. ore	Data	Activități de învățare și produse școlare realizate	Observații
<b>Unitatea de învățare: Proiectarea carierei profesionale și dezvoltarea spiritului antreprenorial</b>					
<p>4.1. Identificarea informațiilor despre muncă, meserii și profesioniști din diferite domenii, pentru înțelegerea diversității profesiilor</p> <p>4.2. Valorificarea oportunităților oferite de comunitatea școlară pentru lansarea inițiativelor și dezvoltarea calităților de lider</p> <p>4.3. Aprecierea beneficiilor proiectării carierei în baza unor decizii informate pentru dezvoltarea personală</p>	<p><b>22. Profesia preferată.</b> Factori de influență înțelegerea profesiei. Utilitatea și importanța unor profesii.</p>	1		<p>Crearea bazelor de date cu exemple de oameni, pentru care muncă este o plăcere.</p> <p>Descrierea viitorului profesional după un algoritm dat</p> <p>Prezentări a profesiilor prin diverse modalități: arborele profesiei, text coerent, versuri, colaj etc.</p>	
	<p><b>23. Munca și vocația.</b> Noțiunea de muncă. Profesiile, îndeletnicirile părinților. Munca din vocație.</p>	1		<p>Elaborarea posterelor la diferite teme (individual sau împreună cu colegii, prietenii). De exemplu: „Munca din vocație – plăcere și creație”</p> <p>Realizarea interviurilor cu bunicii, părinții, prietenii, alte persoane apropiate, consăteni etc. privind decizia lor de a alege o anumită profesie, specificul acestei profesii și dezvoltarea carierei lor în domeniu.</p>	
	<p><b>24. Prima impresie contează.</b> Comportamente care influențează stabilirea unor relații eficiente cu persoanele la prima prezentare.</p>	1		<p>Elaborarea Cărților de vizită pe o foi A4.</p> <p>Simulări a situațiilor de prezentare în diverse contexte.</p>	
	<p><b>25. Regulile pentru o prezentare reușită.</b> Importanța producerii unei bune impresii la prima prezentare.</p>	1		<p>Joc de rol, Studii de caz.</p>	
	<p><b>26. Calitățile specifice unui lider și a unui membru de echipă.</b> Calitățile unui lider. Distribuirea rolurilor în echipă. Lansarea inițiativelor.</p>	1		<p>Identificarea calităților unui lider în baza poveștilor și/sau istoriilor reale din comunitate.</p>	

Unități de competențe	Unități de conținut	Nr. ore	Data	Activități de învățare și produse școlare realizate	Observații
	<b>27. Decizia în proiectarea carierii.</b> Noțiunile de decizie. Factori care influențează decizia. Proiectarea carierei.	1		<b>Proiectul de carieră.</b> În proiect se va indica profesia preferată și cel puțin o acțiune pe care o pot întreprinde pentru a face visul profesional realitate.	
	<b>28. Lecție de sinteză și autoevaluare.</b>	1		Prezentarea proiectelor și evaluarea reciprocă în baza criteriilor prestabilite. Autoevaluarea în baza tabelului de performanță.	
<b>Unitatea de învățare <i>Securitatea personală</i></b>					
5.1. Identificarea situațiilor și acțiunilor din spațiul școlar și casnic, care pot provoca risc pentru securitatea personală și acelor din jur;  5.2. Analiza modalităților de prevenire și depășire a situațiilor de risc, inclusiv prin contactarea instituțiilor publice ce asigură protecția copilului;  5.3. Proiectarea unui traseu sigur spre școală, în baza recomandărilor propuse.	<b>29. Securitatea individuală și colectivă în spațiul școlar și casnic.</b> Obiecte și acțiuni periculoase.	1		Discuții dirijate despre importanța securității vieții personale în spațiul școlar și casnic; Jocul cu spray-urile cu gaz lacrimogen în interiorul clădirilor.	
	<b>30. Spațiile și situațiile periculoase.</b> Locuri și trasee periculoase în comunitate.	1		Exerciții de analiză a situațiilor de risc la drum și spații periculoase în comunitate;	
	<b>31. Acțiunile în caz de incendiu casnic.</b> Plan de evacuare acasă și la școală.	1		Simularea acțiunii în caz de incendiu acasă și la școală;	
	<b>32. Traseul zilnic al elevului și intersecțiile.</b> Disciplina pe drum, selectarea corectă a drumului spre școală, casă, bibliotecă, magazin etc.	1		Elaborarea traseului sigur spre școală;	
	<b>33. Instituțiile publice ce asigură protecția copilului.</b> Descrierea activității. Modalități de contactare.	1		Vizite în instituțiile publice care asigură securitatea în comunitate pompieri, protecția civilă; dialog cu reprezentanții instituțiilor respective;	
	<b>34. Proiecte de grup la una din teme la alegere:</b> Securitatea mea în școală și acasă; Acțiuni în caz de	1		Elaborarea proiectelor de grup. Discutarea și stabilirea criteriilor de succes.	

Unități de competențe	Unități de conținut	Nr. ore	Data	Activități de învățare și produse școlare realizate	Observații
	incendiu; Instituții publice care ne protejează.				
	<b>35. Lecție de sinteză și autoevaluare.</b>	1		Prezentarea proiectelor și evaluarea reciprocă în baza criteriilor prestabilite. Autoevaluarea în baza tabelului de performanță.	