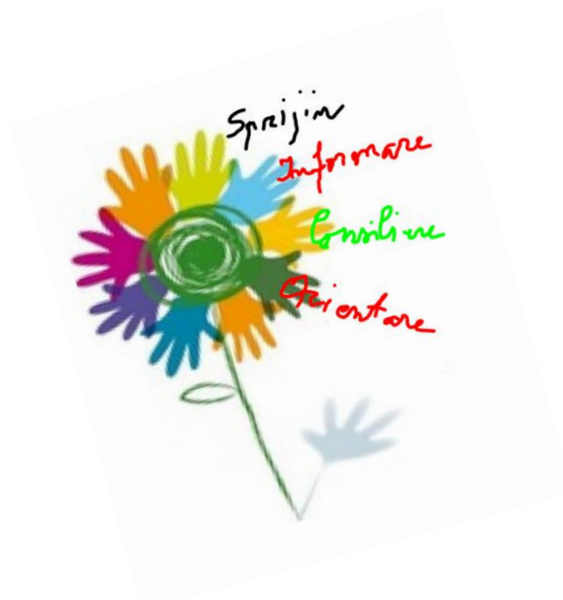


*“Educația e ca un pom fructifer, dacă nu e altoită, face fructe mici și acre”
Robert Frost*

EXEMPLE DE BUNE PRACTICI

“ORA DE DIRIGENȚIE”



MODULE TEMATICE:

Autocunoaștere și dezvoltare personală

Comunicare și abilități sociale

Managementul informațiilor și al învățării

Planificarea carierei

Calitatea stilului de viață

MODULUL 1

AUTOCUNOAȘTERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ

- 📖 conștientizarea elevilor în legătură cu valorile care stau la baza relațiilor interpersonale în cadrul comunicațiilor sociale;
- 📖 implicarea elevilor în vederea cunoașterii și respectării unui cod de comportament în societate;
- 📖 realizarea autocunoașterii și dezvoltarea posibilităților de a pune în evidență propriile aptitudini;
- 📖 conștientizarea elevilor în legătură cu nevoile lor în relațiile cu adulții.

Teme propuse:

- ✂ ”Eu în oglindă”
- ✂ ”Eu... mă cunosc?”
- ✂ ”Autocunoaștere”
- ✂ ”Eu copil/ Eu (acum) preadolescent”
- ✂ ”Cine sunt eu?”
- ✂ ”Eu sunt. Ei sunt. Noi suntem”
- ✂ ”Imaginea de sine”
- ✂ ”Respectul față de sine și asumarea responsabilității”

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Eu în oglindă”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a V-a
Profesor	Vasile Mariana, Școala Gimnazială ”Constantin Brâncuși”, sector 6
Obiective cadru	Dezvoltarea capacității de autocunoaștere și a atitudinii pozitive față de sine.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să stabilească caracteristicile personale și caracteristicile colegilor; ✓ să înțeleagă sensul conceptelor de imagine de sine, stima de sine; ✓ să evalueze atitudinea sa față de sine; ✓ să recunoască caracteristicile copilului cu o stimă de sine pozitivă/ cu o stimă de sine scăzută; ✓ să identifice modalități de dezvoltare a imaginii de sine; ✓ să-și dezvolte stima de sine.
Metode	activitatea pe grupe, conversația euristică, expunerea, exemplul, exercițiul
Resurse	coli de scris, coli de flip-chart, markere, fișe de lucru RESURSE DE TIMP: 2 ore de curs

Scenariul temei

Moment organizatoric: Salutul, asigurarea climatului necesar bunei desfășurări a orei de dirigenție.

Anunțarea subiectului și a obiectivelor temei: Este scris titlul pe tablă.

Scenariul activităților:

Activitatea nr. 1 - Autocunoașterea

1. Elevii sunt împărțiți în grupe de 5 și primesc câte o foaie A4;
2. Fiecare elev desenează conturul propriei palme pe foaie, își scrie prenumele în palmă;
3. Pe degetul mare își va trece o calitate proprie (trăsături de caracter, însușiri morale: generos, inteligent, simpatic, talentat, etc.);
4. Foaia este dată colegilor din echipă, în sensul acelor de ceasornic. Aceștia vor nota pe fiecare deget câte o calitate a colegului său;
5. Fiecare elev trebuie să identifice calitățile comune și să analizeze comparativ ceea ce au scris ei și ce au aflat despre ei de la ceilalți colegi.

Concluzie: ”Cel care cunoaște pe alții – e învățat. Cel care se cunoaște pe sine e înțelept.” - Lao Tse – filosof chinez

Activitatea nr. 2 – Imaginea de sine. Stima de sine

1. Profesorul explică ce înseamnă:
 - Imaginea de sine** – modul în care o persoană își percepe propriile caracteristici fizice, cognitive, emoționale, sociale și spirituale;
 - Stima de sine** – reprezintă dimensiunea evaluativă a imaginii de sine – modul în care ne considerăm ca persoane în raport cu propriile așteptări și cu ceilalți.
2. Elevii primesc fișa de lucru nr. 1: **Scala de măsurare a stimei de sine a lui Morris Rosenberg** (Anexa1), rezolvă chestionarul și descoperă ce fel de stimă de sine au.

Concluzia: ”Încrederea de sine ne propulsează, ne ajută să înaintăm”

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Activitatea nr. 3 – Portrete, experiențe și consecințe

Elevii sunt împărțiți în grupe și realizează postere cu tema:

Grupa 1 – lucrează ”Portretul copilului cu o stimă de sine pozitivă”;

Grupa 2 – lucrează ”Portretul copilului cu o stimă de sine scăzută”;

Grupa 3 – lucrează ”Consecințele imaginii de sine negative”;

Grupa 4 – lucrează ”Experiențe ce determină o stimă de sine scăzută”;

Grupa 5 – lucrează ”Experiențe ce dezvoltă o stimă de sine pozitivă”.

Posterele realizate se prezintă în ora a II-a.

Ora a II-a

Activitatea nr. 1

Fiecare grupă își prezintă posterul. Profesorul propune fiecărui grup să formuleze 3 enunțuri ce dezvoltă stima de sine a celorlalți.

Putem dezvolta stima de sine a celorlalți spunând:

- ✓ Mă pot baza pe tine;
- ✓ Ai făcut un lucru minunat;
- ✓ Știu că ești bun la asta, mă poți ajuta?
- ✓ Arăți foarte bine astăzi.....

Profesorul afișează în clasă posterul: ”Vom evita să rostim” (Anexa 2).

Activitatea nr. 2 – ”Roadele învățării”

1. Profesorul afișează, în fața clasei, o coală de hârtie ”Roadele învățării”, pe care este desenat un copac cu elementele sale. Elevii vor primi câte o ”frunză” – un post-it pe care au de scris un gând sau o învățătură cu care pleacă de la ora de dirigenție;
2. Profesorul încheie activitatea comentând gândurile scrise.

Concluziile sunt scrise pe o coală de flip-chart și sunt afișate în clasă:

- a) Încrederea în sine este fundația fără de care nu ai nici o șansă să te bucuri de succes, în niciunul din aspectele vieții.
- b) Încrederea în sine vine în urma experiențelor trăite, a eșecurilor și a lecțiilor învățate.
- c) Nu există eșec, ci doar lecții învățate.
- d) Curajul este esențial și oricine poate da dovadă de curaj.
- e) Gândirea influențează până și ultima celulă a unei ființe umane. Ai grijă ce gîndești, căci gândurile tale bune sau rele, sigur se vor materializa.

Activitatea 3: -”Oglindă, oglinjoară ...”

Se propune elevilor să se supună din când în când unei analize asupra stimei lor de sine, pentru ca fiecare elev să dobândească o mai mare încredere în sine, să fie sigur pe sine, să-și formeze o imagine de sine adecvată, să fie mulțumit de sine. Se completează fișa ”Oglindă, oglinjoară” (Anexa 3).

Scala de măsurare a stimei de sine a lui M. Rosenberg

1. Cred, simt că sunt o persoană valoroasă, cel puțin ca alte persoane

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

2. Cred, simt că am un număr de însușiri bune

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

3. Una peste alta, sunt înclinat să cred că sunt un ratat

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

4. Sunt capabil să fac lucruri la fel de bine ca majoritatea oamenilor

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

5. Cred, simt că nu am cu ce să mă mândresc prea mult

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

6. Am o atitudine pozitivă față de mine însumi

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

7. Aș dori să pot avea mai mare respect față de mine însumi

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

8. Câteodată mă gândesc că nu sunt bun de nimic

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

9. Per ansamblu, sunt satisfăcut de mine însumi

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

10. Cu siguranță, mă simt nefolositor

<input type="checkbox"/>	total de acord	<input type="checkbox"/>	de acord	<input type="checkbox"/>	dezacord	<input type="checkbox"/>	total dezacord
--------------------------	----------------	--------------------------	----------	--------------------------	----------	--------------------------	----------------

Scala Rosenberg indică nivelul stimei de sine.

Proba conține 10 itemi, fiecare item fiind evaluat de subiect pe o scală de la 1 la 4. Scala este alcătuită din 5 itemi cotați direct: 1, 2, 4, 6, 7, se acordă 4 puncte – total de acord, 3 puncte – de acord, 2 puncte – dezacord, 1 punct – total dezacord și 5 itemi inversați: 3, 5, 8, 9, 10 unde 1 punct – total de acord, 2 puncte – de acord, 3 puncte – dezacord, 4 puncte – total dezacord. Scorul final se obține prin însumarea punctelor obținute la cei 10 itemi. Punctajul minim obținut este de 10, ceea ce semnifică o stimă de sine foarte scăzută, iar punctajul maxim este de 40, ceea ce semnifică o stimă de sine foarte ridicată.

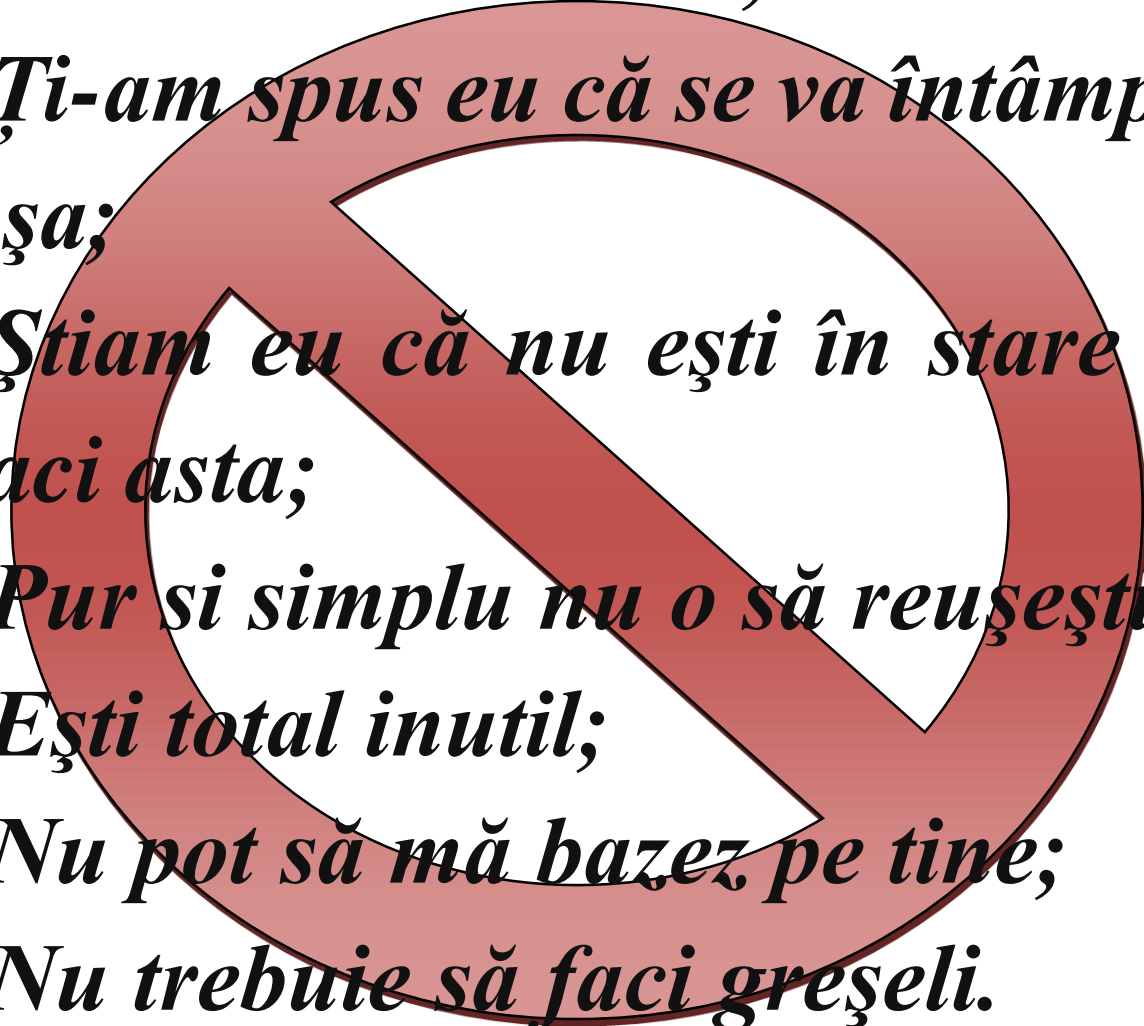
La cotarea rezultatelor se vor lua ca etalon valorile cuprinse între:

10-16 puncte – stimă de sine scăzută

17-33 puncte – stimă de sine medie

34-35 puncte – stimă de sine înaltă

Vom evita să rostim

- Arăți îngrozitor;*
 - Iar ai dat-o în bară;*
 - Ți-am spus eu că se va întâmpla așa;*
 - Știam eu că nu ești în stare să faci asta;*
 - Pur și simplu nu o să reușești;*
 - Ești total inutil;*
 - Nu pot să mă bazez pe tine;*
 - Nu trebuie să faci greșeli.*
- 

Oglindă, oglinjoară...



Cum te vezi?

Cum te văd ceilalți?

Cum ai vrea să fii văzut?

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Eu... mă cunosc?”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a V-a
Profesor	Zamfirescu Marilena, Școala Gimnazială Nr. 31, sector 2
Obiective cadru	Dezvoltarea capacității de autocunoaștere și a atitudinii pozitive față de sine.
Obiective de referință	✓ să exerseze prezentarea caracteristicilor pozitive despre sine; ✓ să înțeleagă sensul conceptelor de autocunoaștere și imagine de sine.
Metode	observarea, conversația, explicația, dezbateră, jocuri de cunoaștere, dialog dirijat, observarea dirijată
Resurse	fișe de lucru, calculator, videoprojector, foi de flip-chart, foi de hârtie RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

Secvența introductivă:

- Pregătirea clasei cu cele necesare;
- Se verifică dacă sunt absenți;
- Se distribuie materialele.

Captarea atenției elevilor:

Profesorul enunță câteva cugetări: „A cunoaște pe alții este o mare știință, dar cunoașterea de sine este suprema știință” (Lao Tzî); „Dacă am face lucrurile de care suntem capabili, ne-am uimi pe noi înșine” (Thomas Edison); „Ca să fii respectat, începe prin a te respecta tu însuși”(Tudor Arghezi).

Realizarea unui joc:

Profesorul anunță că elevii vor participa la un exercițiu de spargere a gheții care va anticipa tema orei respective;

Elevii vor participa la un joculeț: se împart elevii în 2 grupe și fiecare grupă scrie numele elevilor din cealaltă grupă unul sub altul. Trebuie să se scrie în dreptul fiecăruia câte o calitate sau ceva pozitiv care îl reprezintă. La sfârșit se justifică alegerea făcută.

Anunțarea titlului:

Anunță titlul temei de zi și conținutul orei de dirigenție: „Eu... mă cunosc?”

Discutarea rezultatelor și justificarea lor privind joculețul de mai sus:

Elevii vor analiza și discuta între ei rezultatele joculețului. Fiecare echipă își desemnează un reprezentant care va citi ideile consemnate.

Împărțirea fișelor „Ștrumf”:

Profesorul împarte și prezintă fișa „Ștrumf”.

Completarea fișei „Ștrumf”:

Profesorul cere elevilor să își identifice calitățile și ce vor să îndrepte la ei. Elevii vor completa individual fișa „Ștrumf”.

Discutarea fișelor:

După completarea fișelor, se vor discuta și analiza temele abordate. Aceste întrebări îi vor ajuta să clarifice și să structureze ideile referitoare la imaginea de sine, stima de sine și încrederea în sine, condiții esențiale pentru sănătatea și reușita lor în viața.

FIȘĂ „ȘTRUMF”



Ce calități mă reprezintă?

Ce pot să îndrept la mine?

Realizare de joc:

Se împart elevii în 2 grupe și fiecare grupă scrie numele celor din grupă unul sub altul. Trebuie să scrie în dreptul fiecăruia câte un cadou pe care i l-ar da sub forma unei calități.

Discutarea și justificarea răspunsurilor în echipe:

Fiecare echipă va desemna un reprezentant care va justifica răspunsul.

Realizare de joc:

Fiecare elev își scrie numele pe verticală și cu fiecare literă din numele său scrie câte o calitate. Elevilor li se va împărți câte o fișă pe care trebuie să menționeze ce calități au și cum pot să îndrepte defectele pe care le au.

Discutarea noțiunilor teoretice:

Profesorul prezintă noțiunile de bază privind autocunoașterea și stima de sine. El le explică elevilor că imaginea de sine este definită de modul în care ne percepem propriile noastre caracteristici fizice, emoționale, cognitive, sociale și spirituale care conturează și întăresc dimensiunile eului nostru. Dirigintele subliniază că imaginea de sine ne influențează comportamentele, de aceea este important să ne percepem cât mai corect, să dezvoltăm convingeri realiste despre noi înșine.

Fixarea cunoștințelor:

Dirigintele cere participanților să spună fiecare câte un lucru pe care l-au reținut despre cele discutate. Reia lucrurile care duc la dezvoltarea personală.

Asigurarea feed-back-ului:

Profesorul subliniază importanța autocunoașterii și a stimei de sine. Le cere elevilor ca printr-un singur cuvânt să caracterizeze activitatea.

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Autocunoaștere”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a VI-a
Profesor	Filip Violeta, Oprea Anca, Școala Gimnazială Nr. 280, sector 5
Obiective cadru	Înșușirea conceptului de stimă de sine. Dezvoltarea unor abilități de creștere a stimei de sine.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să definească conceptul de stimă de sine; ✓ să identifice comportamentul specific unor persoane cu stimă de sine crescută/ scăzută; ✓ să își formeze abilități de creștere a stimei de sine.
Metode	exercițiul, conversația, brainstorming-ul, ciorchinele, colajul, problematizarea
Resurse	flip-chart, markere, post it de diferite culori, fișe de lucru, fotografii, elemente decupate din hârtie glasată, coli, lipici RESURSE DE TIMP: 2 ore de curs

Scenariul temei

Moment organizatoric:

Organizarea colectivului de elevi;

Exercițiu de tip ”ice breaker” – ”Mă numesc și sunt” – fiecare elev se va prezenta cu numele mic și va spune o calitate care îl caracterizează, de preferat care să înceapă cu inițiala prenumelui. (exemplu: ”Mă numesc Violeta și sunt veselă.”). Prenumele și calitatea corespunzătoare vor fi scrise pe câte un post-it și afișate la vedere (în piept).

Discuții privind dificultatea sau ușurința elevilor de a identifica și mai ales de a verbaliza propriile calități.

Anunțarea temei:

Se anunță titlul activității;

Se definește conceptul de stimă de sine cu ajutorul elevilor, folosind procedeele brainstorming și ciorchinele; toate ideile vor fi notate pe o coală de flip-chart, apoi se vor evidenția acelea care pot constitui o definiție a conceptului supus dezbaterii.

Desfășurarea activității:

ORA I: Elevii vor fi grupați în 4 echipe, în funcție de culoarea post-it-ului pe care și-au scris inițial prenumele; li se vor distribui coli de flip-chart, markere și li se dă sarcina de lucru: două dintre echipe vor realiza portretul-robot al persoanei cu o stimă de sine crescută, iar celelalte două – portretul-robot al persoanei cu o stimă de sine scăzută; elevii sunt instruiți să realizeze sarcina folosind atât desenul, cât și cuvintele care să descrie comportamentele persoanelor cu stimă de sine crescută/ scăzută, făcând apel la propria experiență; se anunță elevii că vor finaliza sarcina în 10 minute; după finalizarea sarcinii, fiecare echipă va desemna un lider, care va ieși în fața clasei și va prezenta rezultatul muncii fiecărei echipe; se identifică punctele comune între rezultatele echipelor care au avut aceeași sarcină; discuții.

În funcție de portretele realizate anterior, elevii sunt rugați să identifice în literatură, cinematografie, istorie și alte domenii persoane sau personaje care au o stimă de sine crescută sau nu; temă de reflecție: realizarea unui scurt eseu despre persoana/ personajul identificate anterior.

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

ORA a II-a: Se citesc două eseuri, de preferat antitetice și se discută alegerile elevilor; se identifică factorii care influențează creșterea sau scăderea stimei de sine.

Exercițiu “ice breaker”: *”Caravana calităților”* – elevii vor primi câte o coală A 4, pe care și-o vor lipi pe spate; sunt rugați apoi să execute prin clasă o mișcare browniană, în timp ce vor scrie/desena pe foile colegilor calități sau lucruri pozitive despre aceștia, timp de 10 minute; la final, elevii vor citi propria foaie și se vor face observații: ce calități se potrivesc, cum se simt cei care citesc aprecierile celorlalți despre ei, cum s-au simțit când au scris aprecieri pentru colegii lor, etc.

Activitatea *”Copăcelul stimei de sine”*. Elevii vor primi câte o coală, elemente de hârtie glasată decupate, lipici. Sarcina lor este să realizeze un colaj care să reprezinte un copăcel al propriei stime de sine; sunt încurajați să folosească pentru calități culori calde, iar pentru aprecierile mai puțin plăcute culori reci; la finalul activității se vor afișa copăceii la tablă; discuții: care copăcel e mai vesel/ trist, de ce, ce putem face astfel încât toți copăceii să fie veseli, etc.

Temă de reflecție:

Elevii sunt rugați să se identifice cu un animal /pasăre, să argumenteze pe scurt alegerea, să găsească modalități pentru ca animalul ales să devină regele regnului pe care îl reprezintă. Elevii pot realiza și un desen reprezentativ.



MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Eu copil/ Eu (acum) preadolescent”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a VI-a
Profesor	Padiu Georgiana, Școala Gimnazială Nr.117, sector 6
Obiective cadru	Dezvoltarea capacității de autocunoaștere și a atitudinii pozitive față de sine.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să observe schimbări asociate diferitelor vârste; ✓ să denumească etapele dezvoltării umane; ✓ să identifice etapa dezvoltării umane în care se află; ✓ să cunoască modificările fizice și psihice pe care le suferă organismul pe parcursul preadolescenței.
Metode	conversația euristică, brainstormingul, problematizarea, învățarea prin descoperire, studiul de caz
Resurse	prezentare, flip-chart, markere, film didactic, chestionare RESURSE DE TIMP: 2 ore de curs

Scenariul temei

Moment organizatoric:

Dirigintele intră în clasă și salută. Elevii se pregătesc pentru ora de dirigenție. Se face prezența. Se discută “evenimentele” desfășurate în clasă în săptămâna precedentă (disciplina, învățătura, frecvența la ore, diverse).

Captarea atenției:

Dirigintele împarte elevii în 4 grupe. Cere elevilor să-și denumească grupa cu un nume de animal care-i reprezintă și să-l noteze pe hârtia de flip-chart. Un reprezentant al fiecărei grupe motivează alegerea făcută.

Elevii urmăresc fotografiile ale câtorva activități desfășurate împreună pe parcursul claselor a V-a și a VI-a. După vizualizarea fotografiilor, fiecare grupă trebuie să noteze pe hârtie flip-chart 5 modificări prin care a trecut corpul lor pe parcursul celor 2 ani de când se cunosc.

Elevii notează modificările pe care le-au observat că se petrec în corpul lor.

Se discută răspunsurile.

Dirigintele cere elevilor să menționeze etapa vieții în care se află, iar elevii răspund că sunt *la pubertate*, că sunt *adolescenți*, că sunt *preadolescenți* sau că sunt *copii*.

Anunțarea temei și a obiectivelor propuse:

Dirigintele anunță elevii că vor parcurge o altă temă din modulul “Autocunoaștere și dezvoltare personală”, subiectul orei de dirigenție fiind “Eu - copil/ Eu (acum) - preadolescent”. Se notează pe tablă titlul temei noi. Dirigintele anunță obiectivele.

Comunicarea noilor cunoștințe sau dirijarea învățării:

Profesorul diriginte prezintă filmulețul „Stadiile de dezvoltare umană”. Filmul se găsește la adresa: <https://www.youtube.com/watch?v=ld8GLIzIWKU>. Dirigintele atrage atenția elevilor că pe parcursul vizionării ei trebuie să noteze pe hârtiile flip-chart etapele dezvoltării umane pe care le identifică.

Elevii urmăresc filmulețul și notează pe grupe stadiile dezvoltării umane observate.

Se discută notițele elevilor.

Profesorul diriginte:

- ✓ prezintă stadiile de dezvoltare umană și cere elevilor să stabilească în cadrul grupelor stadiul dezvoltării în care se află ei acum. Elevii stabilesc că se află la preadolescență/ pubertate;

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

- ✓ prezintă sensurile noțiunilor pubertate și preadolescență;
- ✓ cere elevilor să noteze pe flip-chart modificări fizice ale corpului lor, iar apoi modificări psihice pe care le-au observat la ei înșiși sau la colegii lor. Elevii prezintă concluziile.
- ✓ citește câteva texte (Anexa 1) în care elevii trebuie să completeze, pe grupe, cuvintele lipsă ce reprezintă caracteristicile/ transformările pe care corpul uman le suferă în preadolescență. Se discută caracteristicile/ transformările pe care elevii le propun pentru completarea textelor.

Fixarea cunoștințelor:

Dirigintele prezintă diferite comportamente ale unei fete de 12 ani (Anexa 2), iar elevii, pe grupe, trebuie să completeze caracteristicile etapei vârstei preadolescenței pe care le identifică.

Elevii prezintă concluziile la care au ajuns.

Elevii lipesc hârtiile flip-chart pe perete.

Evaluare:

Se rezolvă fișa de evaluare. Se discută răspunsurile.

Se distribuie chestionare, elevii răspund în scris la întrebări, apoi chestionarele sunt adunate, urmând a fi discutate în ora următoare.

Aprecieria activității elevilor:

Se fac aprecieri asupra noțiunilor prezentate pe parcursul temei prezente și se nominalizează elevii care au participat activ la oră.

Anunțarea temei următoare:

Se precizează tema de discuție din săptămâna următoare.

Anexa 1

1. Am 12 ani. Postez tot timpul pe rețelele de socializare, fac comentarii pe paginile multor cunoscuți și necunoscuți. Mi-am parolat calculatorul și telefonul. Când intru la baie închid bine ușa. Cine vrea să intre la mine în cameră trebuie să bată la ușă. Țin un jurnal secret în care notez tot ce mi se întâmplă. Uneori simt nevoia să stau singură, să nu mă deranjeze nimeni pentru că am nevoie de ...
2. Am 13 ani. Sunt unul dintre băieții cool din clasă. Când ieșim în pauză, băieții se adună în jurul meu și nu mă contrazic, orice aş spune. Când jucăm fotbal, eu fac echipa. Dacă ne întâlnim cu băieți mai mari, am nevoie de ...
3. Am 14 ani. Mulți îmi spun că sunt timid. Câteodată iau note mici. Atunci părinții mei mă ceartă, dar când primesc note mari, de 8, 9 sau 10 nu spun nimic. Îmi place să desenez, să fac grafitti, dar nu am tot ce-mi trebuie. Părinții mei nu sunt de acord cu preocupările mele și nu înțeleg că am nevoie de ...
4. Am 15 ani și m-am îndrăgostit de cea mai frumoasă fată din școală. Nu știu ce să fac, cum să mă comport ca să mă observe și pe mine, să vorbească cu mine. Peste câteva luni termin gimnaziul și mă gândesc tot timpul la ce liceu să merg. Sunt nehotărât, cred că am nevoie de.....

Studiul de caz nr.1

G.N. (fetiță, 12 ani)

Comportament	Caracteristici ale vârstei
În această dimineață, stă în fața oglinzii de mai mult de 30 de minute pentru a se aranja. În acest timp, telefonul sună continuu. Sunt colegi și prieteni care o felicită cu ocazia zilei ei de naștere.	

Studiul de caz nr.2

G.N. (fetiță, 12 ani)

Comportament	Caracteristici ale vârstei
La ora 14 se întoarce acasă și stă pe facebook și pe messenger. Discută cu prietenele cele mai bune despre petrecerea de ziua ei. Petrecerea va avea loc sâmbătă după-amiază, într-o locație preferată de toți colegii.	

Studiul de caz nr.3

G.N. (fetiță, 12 ani)

Comportament	Caracteristici ale vârstei
Când tatăl ei se întoarce acasă de la serviciu, au o discuție aprinsă pentru că nu îi permite să depășească ora de întoarcere acasă, chiar dacă este petrecerea de ziua ei și se întâlnește cu cele mai bune prietene.	

Studiul de caz nr.4

G.N. (fetiță, 12 ani)

Comportament	Caracteristici ale vârstei
Ascultă tot timpul muzica ei preferată. Visează să devină o cântăreață vestită. Ia lecții de canto, pian și merge la cursuri de teatru și modeling.	

FIȘĂ DE EVALUARE

Asociați corect afirmațiile din coloana A cu perioadele de vârstă din coloana B.

A

B

- | | |
|--|-----------------------------|
| 1. Sunt la mine în cameră și visez la viitor. | a. preadolescența |
| 2. Am îndoieli legate de înfățișarea mea. | b. adolescența propriu-zisă |
| 3. Cer adesea ajutorul prietenilor. | c. perioada adultă |
| 4. Consider că mi se cuvine totul. | |
| 5. Vorbesc adesea despre bani. | |
| 6. Am un jurnal intim. | |
| 7. Îmi fac planuri pentru viitor. | |
| 8. Sufăr și plâng des și sufăr. | |
| 9. Sunt atent/atență la toate modificările corpului meu. | |
| 10. Sunt tot timpul pe tabletă și pe telefon. | |
| 11. M-am îndrăgostit de iubita prietenului meu. | |
| 12. În week-end ies mult cu gașca mea. | |

CHESTIONAR

Completând afirmațiile de mai jos, vă creionați profilul de preadolescent:

- Din familie, cel mai bine mă înțelege
- La școală lucrurile merg
- Mă uit în oglindă și văd
- Nu mă înțeleg prea bine cu
- Când voi fi mare, visez să
- Hobby-urile mele sunt
- Materia la care învăț cu plăcere este
- Cartea pe care îmi place s-o recitesc este
- Artistul meu preferat este
- Când am nevoie de ajutor, sun la
- Pentru a ține legătura cu prietenii mei, folosesc
- Mă întâlnesc cu prietena/ prietenul mea/ meu cel mai bun
- Intru pe Internet
- Adolescența înseamnă pentru mine
- Pentru mine maturizarea înseamnă

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Cine sunt eu?”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Profesor	Micloi Emilia Mihaela, Școala Gimnazială ”Adrian Păunescu”, sector 6
Obiective cadru	Dezvoltarea capacității de autocunoaștere și a atitudinii pozitive față de sine.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să își autoevalueze punctele tari și punctele slabe, în raport cu propriile interese privind evoluția personală; ✓ să prezinte în fața colegilor caracteristicile pozitive despre sine, după ce au fost identificate în prealabil; ✓ să experimenteze prin mijloace artistice și publicitare propria personalitate; ✓ să valorifice aspectele pozitive ale personalității în vederea atingerii nivelurilor propuse; ✓ să identifice și să conștientizeze abilitățile personale pentru viață.
Metode	Activitate individual, în perechi, pe grupe, brainstorming, conversație euristică, dialog, problematizare, dezbateri
Resurse	Videoproiector, fișe de lucru, coli de flip-chart, markere, prezentare media și video RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

Moment organizatoric: regătirea materialelor necesare și asigurarea climatului propice desfășurării temei.

Captarea atenției: exercițiu de spargerea gheții – elevii sunt invitați să-i spună colegului o însușire pozitivă a acestuia.

Anunțarea obiectivelor:

- ✓ se prezintă tema și obiectivele;
- ✓ se prezintă citatul - „Sufletul tău să fie întotdeauna la fel cu gândul, gândul cu vorba și vorba cu fapta, căci numai astfel vei ajunge la un echilibru statornic între tine și ceilalți”
– Liviu Rebreanu;

Desfășurarea activităților:

Activitatea nr. 1: Elevii completează fișa de lucru “Cine sunt eu ...” (Anexa1)

Între profesorul diriginte și elevi are loc o conversație liberă în vederea extragerii esențialului: Imaginea de sine influențează atât percepția lumii, cât și propriul comportament. Există diferențe de percepție a lumii care provin din felul în care se comunică cu ceilalți.

Activitatea nr.2: Prezentare “Alegoria broscuțelor” (Anexa2)

Concluzii:

- ✓ fiecare este special în felul său;
- ✓ autocunoașterea corectă permite valorificarea atuurilor personale și tenacitate în atingerea țelurilor propuse în viață.

Activitatea nr. 3: Elevii completează fișa de lucru “Fața umană” (Anexa3)

Profesorul diriginte explică cerința, elevii completează fișa și prezintă individual colegilor desenul realizat.

Concluzii: transmiterea mesajului se poate face atât verbal, cât și nonverbal, despre ceea ce ne caracterizează personalitatea.

Activitatea nr. 4: Prezentare “**Trusa de prim ajutor**” (Anexa4)

Elevii se împart pe grupe și fiecare grupă primește un set de imagini cu obiecte din trusa de prim ajutor: ochelari, elastic, plasture, creion, sfoară, radieră, bomboane de ciocolată, pliculețe de ceai.

Fiecare grupă:

- ✓ dezbate asupra obiectelor necesare pentru supraviețuire și a ordinii folosirii acestora în cazul naufragiului pe o insulă pustie;
- ✓ realizează și prezintă un desen sugestiv pe o foaie de flip-chart.

Concluzii:

- ✓ conștientizarea și identificarea abilităților personale;
- ✓ reflectarea la semnificațiile individuale diferite și la felul în care trăsăturile și valorile personale își pun amprenta asupra stilului de viață.

Încheierea temei:

- ✓ sunt precizate sursele de informare;
- ✓ se mulțumește pentru participare;
- ✓ se anunță tema pentru următoarea oră de dirigenție.

Anexa 1

FIȘĂ DE LUCRU

“Cine sunt eu ...”

Completează următoarele spații:

Oamenii de care îmi pasă sunt

Mă simt mândru de mine pentru că

Oamenii pe care îi admir cel mai mult sunt

Îmi doresc să

Unul dintre cele mai bune lucruri făcute de mine este

Îmi propun să

Prefer să decât să

Anexa 2

ALEGORIA BROSCUȚELOR

A fost odată un grup de broscuțe care doreau să se ia la întrecere. Țelul lor era să ajungă într-un turn foarte înalt. Se adunaseră deja mulți spectatori să urmărească cursa și pentru a le încuraja pe broscuțe. Totuși, niciunul dintre spectatori nu avea încredere că broscuțele vor reuși să termine cursa.

Tot ce se auzea erau exclamații de genul: „Of, ce obositor! Nu vor reuși niciodată să ajungă sus!”

Broscuțele începură să abandoneze... cu excepția uneia care se cățara vioaie mai departe. Spectatorii continuau să strige: „E prea mult! E imposibil! Nu va reuși nimeni să ajungă sus!”, dar broscuța se cățara mai departe. Nu vroia cu niciun chip să abandoneze.

În final renunțaseră toate cu excepția acelei broscuțe, care, cu o imensă ambiție și rezistență, reuși să ajungă singură în vârful turnului.

Toate celelalte broscuțe și spectatorii au dorit să afle cum a reușit broscuța să ajungă în vârf, după ce toate celelalte broscuțe abandonaseră cursa.

BROSCUȚA ÎNVINGĂTOARE ERA SURDĂ!

Anexa 3

FIȘĂ DE LUCRU

“Fața umană”

Desenați profilul unei fețe umane și poziționați răspunsurile la următoarele cerințe acolo unde considerați că se potrivesc în interiorul feței.

- Filmul care ți-a plăcut cel mai mult
- Cea mai interesantă idee pe care ai auzit-o
- Cel mai frumos lucru pe care l-ai văzut
- Cartea care ți-a plăcut cel mai mult
- Muzica preferată
- Cel mai urât lucru pe care l-ai văzut sau l-ai auzit
- Cea mai fericită zi din viața ta
- Mâncarea preferată

Anexa 4

TRUSA DE PRIM AJUTOR

Ochelari – ca să vezi și să apreciezi calitățile oamenilor care te înconjoară

Elastic – ca să îți amintești să fii flexibil, pentru că oamenii, situațiile, lucrurile nu sunt întotdeauna așa cum ți-ai dori, sau ți-ar plăcea.

Plasture – pentru a pansa sentimentele rănite, ale tale proprii și ale celorlalți.

Creion – pentru a nota binele care ți se înâmplă în viață.

Sfoara – pentru a lega oamenii valoroși din viața ta, ca să nu fi uiți în vârtoarea vieții.

Radiera – pentru ați aminti că fiecare dintre noi poate greși și că avem posibilitatea de a repara greșelile.

Bomboana de ciocolată – pentru a ne aminti că fiecare dintre noi are nevoie de tandrețe, de o vorbă bună, în fiecare zi.

Pliculețe de ceai – pentru ca la sfârșitul zilei să îți amintești să te odihnești, să te relaxezi și să te refaci.

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Eu sunt. Ei sunt. Noi suntem”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a IX-a
Profesor	Ștefan Elena, Colegiul Național ”Gheorghe Lazăr”, sector 5
Competențe generale	Integrarea abilităților de interrelaționare în vederea dezvoltării personale și profesionale.
Competențe specifice	Argumentarea importanței încrederii în sine, pentru evoluția personală.
Metode	brainstorming, dezbateri, dialog, exerciții metaforice individuale și de grup
Resurse	chestionar, fișe cu desene, inimioare din hârtie colorată, biletele, flip-chart/ tablă, proverbe legate de acest subiect, ghem cu ață, foarfecă, coli de scris, coli de flip-chart, markere, fișe de lucru RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

Moment organizatoric: prezență, ținută, evenimente săptămânale, aspectul sălii de clasă.

Furtună de idei: sinonime pentru greșeală, definirea noțiunii.

Jocul „ Inima ranită - inima faptelor mele”:

Fiecare elev primește o inimioară care în prealabil a fost decupată din hârtie colorată. Elevii au ca sarcină să își autoevalueze comportamentul, în ceea ce privește săvârșirea unor fapte în ultima săptămână acasă/ la școală și dacă au săvârșit vreo greșeală îndoie/ pliază inima și așa până la câte greșeli au săvârșit.

Se face precizarea ca elevii să fie foarte sinceri în ceea ce privește săvârșirea faptelor.

Comentarii în plen:

-inima își poate relua forma inițială?

-oare pe cine am supărat, deranjat prin săvârșirea acelor fapte?

Joc, „ Eu sunt acela”:

Elevii vor primi câte un bilețel în care li se cere să noteze câte o greșeală a unui coleg din clasă, care a deranjat colectivul de elevi. Fiecare elev, pe verso, va nota și numele colegului respectiv. Dirigintele va strânge toate bilețelele într-un bol, urmând să extragă la întâmplare un bilețel citind pățania cu voce tare.

Cel care își recunoaște greșeala se va ridica și va spune „Eu sunt acela”.

Sunt extrase 3÷4 bilețele pentru discuții.

Elevii împreună cu profesorul diriginte comunică deschis pentru a căuta soluții și a putea îndepărta, chiar remedia, greșelile făcute.

Activitate pe grupe: se împart elevii în 6 grupe: câte un reprezentat al fiecărei grupe primește un desen; el va transmite nonverbal colegilor din grupă, conținutul desenului.

Discuții în plen: recunoașterea transmiterii eronate a informațiilor- asumarea responsabilității pentru informațiile transmise

Joc „Pânza de păianjen”:

Elevii se așează în cerc și își vor arunca ghemul de ață (prin defășurare) de la unul la altul, ținând fiecare de ață. Se va forma o „pânză de păianjen”. Dirigintele începe să taie cu foarfeca pânza. Fiecare tăietură reprezintă o greșeală a unui elev și efectul asupra grupului.

Concluzii/evaluarea activității: discuții în plen.

Chestionar pentru identificarea tipului de percepție a elevilor asupra minciunii și disimulării

Vă rugăm să completați chestionarul alegând itemul care vă definește opinia despre minciună și disimulare, completând spațiile libere și răspunzând la întrebări. Puteți alege mai multe variante de răspuns la o întrebare.

A) identificarea tipului de percepție a minciunii:

1. O minciună este:

- un fapt sau informație care nu este adevărată
- un fapt sau informație ascunsă, nespusă la timpul potrivit
- informație care nu poate fi spusă și trebuie ascunsă
- informație înțeleasă și transmisă greșit de altcineva
- alt răspuns _____

2. O minciună este spusă când:

- cineva nu știe adevărul, dar trebuie să spună ceva
- cineva nu poate să spună adevărul pentru că ar jigni
- cineva vrea să obțină niște beneficii pe care nu le-ar avea dacă nu ar minți
- cineva vrea să testeze ce cred ceilalți dacă el minte
- cineva vrea să ascundă ceva de care îi este rușine
- alt răspuns _____

3. Un om care minte:

- vrea să ascundă ceva ce nu poate spune pentru că i-ar face rău sau l-ar face să se simtă nesigur sau vulnerabil
- nu știe adevărul, dar nu vrea să se știe că el nu îl cunoaște
- vrea să primească ceva ce nu poate obține decât mințind
- nu poate să spună adevărul pentru că îi este teamă de consecințe
- alt răspuns _____

4. De ce mint oamenii?

- le este teamă că spunând adevărul să nu devină vulnerabili
- consideră că o minciună poate fi o glumă
- nu știu să spună ce gândesc
- nu vor să jignească
- vor să măgulească pentru a obține ceva
- nu se gândesc la consecințele minciunilor lor
- alt răspuns _____

5. Tu ai momente când minți?

- da
- nu

6. De ce folosești minciuna?

- mi-e teamă de consecințe

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

- dacă aș spune adevărul aș fi pedepsit
- colegii ar râde de mine
- colegii nu m-ar mai accepta în grupul lor
- dacă nu aș minți nu aș avea nimic deosebit să atrag atenția celorlalți
- alt răspuns _____

B) definirea atitudinii față de minciună:

7. Ce simți când ești mințit?

- sunt jignit
- nu sunt luat în serios
- sunt puternic deoarece persoana care mă minte are ceva să-mi ascundă, deci îi este teamă de mine
- nu mă interesează prea mult ce fac ceilalți
- cel care mă minte are o slăbiciune, o problemă și poate pot să-l ajut cumva
- alt răspuns _____

8. Când minți, o faci pentru că:

- ceilalți nu trebuie să știe totul despre tine
- dacă ai spune adevărul, ai pierde prietenia lor
- nu știi ce reacție ar avea ceilalți, dacă ai spune adevărul și nu vrei să riști
- nu ai mai fi atât de interesant pentru ceilalți
- îți place să vezi ce reacții au ceilalți când le spui ce vor să audă, apoi le dezvălui adevărul
- multora le place să fie mințiți
- alt răspuns _____

9. Ce simți când tu ești cel care minte?

- sunt agitat pentru că nu știu dacă minciuna prinde
- sunt protejat de minciună
- nu mă stresez cu asta
- sunt temător pentru că nu știu ce urmări poate avea minciuna
- sunt liniștit pentru că nu are ce să se întâmple atât de rău - este doar o minciună
- alt răspuns _____

10. Crezi că minciuna este utilă în viață?

- da
- nu

11. Care sunt situațiile în care crezi că minciuna este necesară:

- când un adevăr jignește și pune în pericol o prietenie
- când adevărul te-ar pune în pericol
- când ceilalți mint
- când adevărul nu te poate ajuta să obții ceva ce îți dorești mult
- când ceilalți nu accepta să li se spună adevărul în față
- când nu știi clar care este adevărul și trebuie să spui totuși ceva
- când minciuna te-ar ajuta să fii privit mult mai bine de ceilalți

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

alt răspuns _____

12. Care minciună din tipurile enumerate mai jos este utilă și nu este condamnată?

- minciuna de complezență (când minți pentru ca să faci o altă persoană să se simtă bine)
- minciuna circumstanțială (când ești forțat să minți pentru a ieși dintr-o situație dificilă)
- minciuna de autoprotecție (când minți pentru a nu dezvălui ceva ce nu dorești despre tine)
- minciuna funcțională (când adevărul nu ar rezolva situația)
- minciuna obiceiului (când te-ai obișnuit să minți într-o situație și continui)

C) identificarea tipului de percepție a disimulării:

13. Când dorești să ascunzi ceva preferi să:

- taci
- te prefaci că nu ai înțeles
- minți
- te scuzi și schimbi subiectul de discuție
- explici că nu poți să dezvălui informația, cu riscul de a fi dezaprobat
- alt răspuns _____

14. De ce crezi că mulți oameni joacă teatru în diferite situații:

- să câștige încrederea celorlalți
- să obțină niște avantaje
- să fie apreciați pentru ceea ce nu sunt
- să se simtă apreciați (nu au o părere prea bună despre ei și “interpretează” un rol pe care și l-ar dori să-l aibă)
- nu ar suporta să fie respinși și se comportă cum vor ceilalți ca ei să se comporte
- să fie acceptați în grupuri în care, în mod normal, nu ar fi
- alt răspuns _____

15. O disimulare este când:

- cineva joacă teatru, schimbându-și comportamentul cu un scop
- cineva își adaptează comportamentul la cerințele celorlalți
- cineva se prefacă că acceptă ceva, însă, în realitate, respinge ideea respectivă
- cineva care se comportă după așteptările altcuiva pentru a obține un avantaj
- cineva care își schimbă comportamentul pentru a ascunde ceva
- alt răspuns _____

D) definirea atitudinii față de duplicitate:

16. Ai momente când simți că trebuie să joci teatru?

- da
- nu

17. În ce situații simți că trebuie să recurgi la disimulare?

- când nu poți obține ceva în alt fel
- când ceilalți așteaptă să te conduci altfel decât ești tu
- când îți este teamă să refuzi ceva și nu știi cum să spui asta

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

- când nu îți convine ceva și te prefaci că nu ai înțeles
- alt răspuns _____

18. Este utilă disimularea în viață?

- da
- nu

19. Ordonează răspunsurile în ordinea frecvenței motivului pentru care adolescenții folosesc duplicitatea în relațiile cu ceilalți:

- ajută să obții beneficii
- să câștige încrederea celorlalți
- să fie apreciați pentru ceea ce nu sunt
- să fie acceptați în grupuri în care, în mod normal, nu ar fi
- alt răspuns _____

20. Unde crezi că ai învățat să spui minciuni?

21. De la cine sau de unde ai învățat să joci teatru/ să disimulezi?

22. Tu ai mințit când ai răspuns itemilor din acest chestionar?

- da
- nu

23. Este ceva ce ai conștientizat în urma chestionarului, cu privire la minciună și duplicitate?

- da
- nu

24. Ce anume: _____

Vârsta _____

Clasa _____

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Imaginea de sine”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a XI-a
Profesor	Irimia Viorica, Școala Specială Profesională nr. 2
Competențe generale	Dezvoltarea capacității de autocunoaștere și a atitudinii pozitive față de sine.
Competențe specifice	Identificarea elementelor definatorii proprii personalității. Construirea unei imagini de sine pozitivă. Dezvoltarea stimei de sine.
Metode	spargerea gheții, dezbateră, furtuna de idei, conversația expunerea. problematizarea
Resurse	Calculator, videoproiector, instrumente de scris, flip-chart, fișe de lucru, planșe, post-it-uri, dicționare, smart board RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

Moment organizatoric (1’):

- ✓ verificarea prezenței elevilor;
- ✓ discutarea unor aspecte legate de activitatea de pe parcursul săptămânii anterioare; stabilirea cauzelor și măsurilor ce se impun pentru ameliorarea situațiilor negative;
- ✓ pregătirea celor necesare începerii orei de dirigenție.

Anunțarea temei/ motivarea alegerii temei (10’):

Profesorul diriginte anunță că elevii vor participa la un exercițiu de spargere a gheții care va anticipa tema orei respective.

Acest exercițiu presupune o sarcină a cărei îndeplinire exprimă capacitatea elevilor de a-și identifica propriile calități și defecte. Astfel, ei trebuie să găsească o calitate și un defect, care să înceapă cu una din literele numelui lor (ex.: Emilia; calitate - inteligentă; defect - enervantă).

Profesorul notează titlul temei orei de dirigenție pe tablă/ flip-chard/ smart board **“Imaginea de sine”**;

Se prezintă obiectivele lecției, sub forma unei avanpremiere a orei, prin verbe active și activități măsurabile:

- ✓ Cine sunt eu?
- ✓ Care sunt componentele stimei de sine?
- ✓ Cum se dezvoltă stima de sine?
- ✓ Este încurajarea o modalitate de dezvoltare a stimei de sine a copiilor?
- ✓ Ce determină creșterea stimei de sine?

Prima activitate (10’): *Cum mă vad eu? Cum mă văd ceilalți? Suntem diferiți?*

Fiecare elev primește fișa de lucru din Anexa 1. El va alege câte o căsuță a tabelului, care crede că i se potrivește cel mai bine și își va scrie numele în căsuța respectivă. Elevul va mai alege câte o căsuță care se potrivește colegului din dreapta, respectiv din stânga și va scrie numele colegilor în căsuțele respective.

Concluzie:

După ce sunt comparate mai multe păreri (căsuțe) profesorul diriginte conchide că fiecare om are o imagine despre propria persoană, care nu întotdeauna coincide cu modul în care este perceput de cei jurul său.

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

A doua activitate (15’):

Pe flip-chard profesorul diriginte desenează un tabel cu două coloane și numeroase rânduri. Titlul celor două coloane: “Persoane cu stima de sine ridicată” și “Persoane cu stima de sine scăzută”.

Elevii extrag dintr-un plic un bilețel sau mai multe bilețele pe care sunt trecute caracteristici ale persoanelor cu respect de sine ridicat sau scăzut. Li se solicită elevilor să caute, în dicționar, pentru fiecare cuvânt definiția sau un termen cu sens asemănător. Elevii vor completa rândurile tabelului de pe flip-chard cu definițiile/ sinonimele găsite.

Exemple de caracteristici: amenințator, responsabil, respectuos, răzbunator, apatic, maleabil, impulsiv, curajos, tolerant, înțelegător, furios, corect, ranchiunos, punctual, disciplinat, violent, onest, dușmănos, invidios, mincinos, nervos, conciliant, rational, delăsator, îngâmfat, etc.

A treia activitate (10): Fiecare elev primește poezia “Gânduri de copil” - Anexa2.

Prin lecturarea acestei poezii elevii trebuie să găsească diverse tipuri de diferențe, precum cele de naționalitate, etnie, religie, unii pot fi bolnavi sau cu handicap.

Concluzie: Fiecare este unic și valoros așa cum este, cu individualitatea și cu personalitatea lui.

Evaluarea lecției (4’):

Profesorul diriginte schițează pe tablă/ flip-chard imaginea unui autobuz. Fiecare elev își va scrie numele în autobuz dacă i-a plăcut modalitatea abordării temei la ora de dirigenție sau își va scrie numele în stația de autobuz în caz contrar.

Anexa 1

FIȘA DE LUCRU

Cum mă vad eu? Cum mă văd ceilalți? Suntem diferiți?

Are ochii caprui	Este blond	Este în grupa de dans	Este cel mai înalt din clasă
Cu inițiativă	Este tuns scurt	Joacă bine fotbal	Este punctual
Atent cu alții	Poartă ochelari	Curajos	Prietenos
Locuiește la bloc	Are un câine acasă	Îi place să cânte	Îi place să citească mult
Are un frate	Disciplinat	Harnic, activ	Amabil
Se înfurie ușor	Este cel mai mic din familie	Se trezește dimineața	Îi place înghețata
Are ceas	Este amuzant	Întârzie	Are o soră
Are acasă unul sau mai multe animale	Interesat, dornic de a cunoaște cât mai mult	Locuiește foarte aproape de școală	Îi place matematica
Corect, cinstit	Atașat de colectiv	Îndrăgește animalele	Ambițios
Perseverent	Temeinic (profund)	Modest	Demn de încredere

Anexa 2

GÂNDURI DE COPIL

Sunt un **COPIL** cuminte și sfios
Privesc în jur, sunt tare curios
Și mă întreb cu ochi uimiți
De ce în școală suntem **DIFERIȚI**?

Privesc în clasă spre colegi
Unii sunt 'nalți și alții corpolenți,
Unii timizi și alții îndrăzneți,
Noi suntem **DIFERIȚI**, nu înțelegi?

Eu sunt mai palid, mai blonduț,
Dar știi, sunt un **COPIL** drăguț!
Simpatic, frumușel, alt pui de om
Mai brunețel, îmi spune că e rrom.

Colegul meu din banca de la geam
E **DIFERIT**, nimic nu-nțelegeam
Când împreună el ar fi dorit
Să stăm de vorbă mult, la povestit.

Că e bolnav am înțeles cu greu.
E un copil cu Down, și-mi pare rău!
E **DIFERIT**, dar eu mă joc cu el,
E vesel, fericit și eu la fel.

Sunt un **COPIL** cuminte, credincios,
Și-mi spun și rugăciunea, tot sfios.
Ca și colega mea, din Biblie ascult,
Și o respect, chiar dacă-i din alt cult.

Chiar de sunt blonzi, ciocolatii,
Toți sunt niște **COPII** zglobii.
Cu toate că sunt **DIFERIȚI**
Toți vin la școală mulțumiți.

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Respectul față de sine și asumarea responsabilității”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a XII-a
Profesor	Paul Liliana, Liceul Tehnologic ”Sf. Pantelimon”, sector 2
Competențe generale	Exploatarea resurselor personale care influențează planificarea carierei. Integrarea abilităților de interrelaționare în vederea dezvoltării personale și profesionale. Utilizarea adecvată a informațiilor, în propria activitate, pentru obținerea succesului.
Competențe specifice	Elaborarea unui program personalizat de reușită personală și profesională. Analizarea beneficiilor comportamentului de cooperare. Explicarea necesității și avantajelor învățării permanente.
Metode	conversația euristică, descoperirea dirijată, observația independentă, analiza de caz, exemplificarea
Resurse	fișe de lucru, portofolii, instrumente de scris, coli de flip-chart, caietul elevului-Salvați Copiii. RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scopul temei:

1. informativ:
 - ✓ dezvoltarea creativității;
 - ✓ cultivarea capacității de a ne îmbunătăți sentimentele față de sine însuși;
 - ✓ formarea unui limbaj adecvat și a unui ansamblu coerent și structurat de cunoștințe;
 - ✓ familiarizarea elevilor cu principalele documente care previn abuzul de alcool și tutun.
2. formativ:
 - ✓ dorința de a face utile cunoștințele noi dobândite la orele de curs;
 - ✓ priceperea de a folosi diverse surse și mijloace de documentare;
 - ✓ dezvoltarea atenției, capacității de concentrare și a spiritului de observație.

Conținutul activității:

- ✓ de ce este important să înțelegi ce este respectul față de sine;
- ✓ responsabilitatea civică într-o societate civilizată.

Valori și atitudini:

- ✓ respect și încredere în sine și în ceilalți;
- ✓ recunoașterea unicității fiecărei persoane;
- ✓ valorizarea relațiilor interpersonale;
- ✓ interes pentru învățarea permanentă într-o lume în schimbare și în societatea cunoașterii;
- ✓ orientarea spre o viață de calitate, în prezent și în viitor.

Surse informaționale:

Legea antifumat nr. 242/ 2003, nr.272/ 2004 cu privire la reglementarea drepturilor copilului.

Scenariul temei:

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Nr. crt.	ETAPELE TEMEI	ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE		FORME DE ORGANIZARE A ÎNV.	TIMP	RESURSE	
		ACTIVITATE DESFĂȘURATĂ DE PROFESOR	ACTIVITATE DESFĂȘURATĂ DE ELEVI			METODE	MIJLOACE
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
1.	Moment organizatoric	- salutul - scurtă conversație de acomodare - verificarea prezenței	- răspund solicitărilor profesorului	activitate frontală	5'	•conversația • dialogul	• condițiile materiale și ambientale din sala de clasă
2.	Captarea atenției	-înmânează unui elev un text despre respectul de sine	- primește textul - îl citește și apoi își exprimă păreririle	activitate individuală	5'	• problematizarea • explicația	• portofolii
3.	Anunțarea titlului și scopului temei orei de dirigenție	- scrie pe tablă titlul: „Respectul față de sine și asumarea responsabilității”	- sunt atenți	activitate frontală	3'	• observarea dirijată • învățarea prin descoperire	• tablă/ flip-chard • cretă/ markere

MODULUL 1 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

4.	Prezentarea noilor cunoștințe	<p>-respectul față de sine este capacitatea oamenilor de a se privi în mod pozitiv, de a-și cunoaște puterile și limitele personale dar și a zonelor în care se mai pot aduce îmbunătățiri;</p> <p>-pentru a înțelege mai bine acestea imaginează-ți respectul de sine ca pânza unei umbrelor mari sub care te adăpostești;</p> <p>-distribuie elevilor Fișa de lucru nr.1;</p> <p>-există mai multe legi care previn abuzul de alcool și tutun cu prevederi speciale pentru ocrotirea tinerilor;</p> <p>-întreabă elevii dacă legea acoperă toate aspectele vieții sociale, asigurând protecție intereselor individuale, familiale și comunitare subiectul fiind „Drogurile din stradă și riscurile pentru noi”;</p> <p>- distribuie elevilor Fișa de lucru nr.2;</p>	<p>-ascultă, iau notițe</p> <p>-urmăresc prezentarea profesorului, dialoghează</p> <p>- colaborează între ei</p> <p>-identifică elementele necesare pentru completarea fișei nr. 1</p> <p>-participă la discuții</p> <p>-pun întrebări</p> <p>-deduc cu ajutorul profesorului cum se manifestă responsabilitatea civică într-o societate civilizată</p> <p>-citesc cu atenție fișa de lucru nr. 2 și după ce își asumă un rol în echipă le completează</p>	<p>activitate frontală</p> <p>activitate individuală</p> <p>activitate pe grupe</p>	25'	<ul style="list-style-type: none"> • conversația • observarea dirijată • explicația • analiza comparativă • problematizarea 	<ul style="list-style-type: none"> • fișe de lucru • prezentare power-point
5.	Feed-back și discutarea rezultatelor	- adresează elevilor întrebări prin care evaluează gradul de înțelegere a informațiilor noi primite	- elevii răspund la întrebări	activitate frontală	7'	<ul style="list-style-type: none"> • dialogul • conversația • explicația 	
6.	Încheierea activității (concluzii)	- evidențiază și motivează pe cei mai activi elevii	- își manifestă deschis și liber părerea	activitate individuală	5'		

Numele și prenumele: _____ Clasa: _____

FIȘA DE LUCRU NR. 1

Scrie de-a lungul fiecărei spițe a umbrelei din desen care sunt componentele respectului față de sine, identificate de tine, ca fiind cele mai importante.



FIȘA DE LUCRU NR. 2

O componentă importantă a respectului față de sine este informarea corectă în ceea ce privește legislația țării și respectarea acestor norme de bunăvoie.

Scenariu pentru discuții:

- la Primăria Sectorului 2 se desfășoară o ședință cu reprezentanți ai comunității și ai autorităților care dezbate subiectul “Drogurile din stradă și riscurile pentru noi”
- alege un rol din lista de mai jos

judecător	polițist	părinte
doctor	elev	delicvent
comerciant	profesor	ministru
primar	pensionar	realizator programe TV
- susțineți opinia răspunzând următoarelor întrebări:
 - sunt respectate drepturile omului, dar ale minorilor?
 - cum consideri că sunt pedepsele sau sancțiunile prevăzute în lege?
 - sunt eficiente, au un rol real în rezolvarea situației descrise?
 - există propuneri de revizuire a legii din punctul lor de vedere?

Scrieți propunerile pe o foaie separată.

Supuneți la vot fiecare propunere de modificare sau adăugire.

Sursă: Caietul elevului - Prevenirea abuzului de droguri – Salvați Copiii

MODULUL 2

COMUNICARE ȘI ABILITĂȚI SOCIALE

- 📖 dezvoltarea deprinderilor de comunicare în situații de interacțiune socială;
- 📖 conștientizarea elevilor asupra incidenței cazurilor de violență din societate și din școală și asupra diferitelor forme prin care se pot elimina situațiile de violență;
- 📖 înțelegerea responsabilității în căutarea unor soluții amiabile care să ducă la stingerea situațiilor conflictuale;
- 📖 dezvoltarea unor aptitudini de lucru în echipă, încurajarea cooperării.

Teme propuse:

- ✂ ”Cum recunoaștem un lider?”
- ✂ ”Știm să vorbim? Știm să ascultăm?”
- ✂ ”Stereotipuri și prejudecăți”
- ✂ ”Prietenia și rețelele de socializare. Dă-mi un LIKE”
- ✂ ”Învăț să fiu responsabil”
- ✂ ”Colegialitate și prietenie”
- ✂ ”Violența verbală și autocontrolul”
- ✂ ”Gestionarea agresivității în situațiile conflictuale”
- ✂ ”Bariere în comunicare”
- ✂ ”Cum comunicăm în situații conflictuale”
- ✂ ”Comunicarea nonverbală”
- ✂ ”Oameni diferiți, șanse egale”

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Cum recunoaștem un lider?”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a VII-a
Profesor	Melnic Diana, Școala Gimnazială nr. 135, sector 5
Obiective cadru	Dezvoltarea abilităților de interrelaționare în contexte variate.
Obiective de referință	✓ să analizeze caracteristicile comportamentului de lider în cadrul grupului de apartenență;
Metode	furtună de idei, dezbatere, dialog, chestionar, lucru în echipă
Resurse	chestionare, fișe de lucru RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

1. Moment organizatoric: prezență, ținută, evenimente săptămânale, aspectul sălii de clasă.
2. Furtună de idei: sinonime pentru lider, definirea conceptului.
3. Completarea individuală a chestionarului. Interpretarea lui individuală.
4. Discuții în plen: ce rezultate au obținut, care sunt punctele tari și slabe ale lor pentru a fi lideri.
5. Se împart elevii în 5 echipe. Se descrie sarcina de lucru. Se stabilește rolul fiecărui membru din echipă și se precizează timpul de lucru. SARCINA: **Care sunt calitățile necesare unui lider?**
6. Prezentarea pe echipe și inventarierea pe o listă comună a calităților găsite de grupe.
7. Distribuirea materialului din anexă – calitățile unui lider și repartizarea unui calup spre discuție și comentarii fiecărei echipe: **Cum dovedește un lider calitatea menționată în listă?**
8. Prezentarea pe echipe, discuții, dezbateri.
9. Concluzii: **Ce pot face, cum pot să mă pregătesc și să acționez pentru a fi lider?**

Anexă

1	2	3	4	5
CREATIV	ORGANIZAT	ACTIV	ENERGIC	EFICIENT
EMPATIC	RESPONSABIL	IMPLICAT	CONSECVENT	FLEXIBIL
ECHILIBRAT	TOLERANT	HOTĂRÂT	LUDIC	ANALITIC
SĂNĂTOS	VORBIRE CURSIVĂ	ȚINUTĂ	ÎMPĂCIUITOR /NECONFLICTUAL	CAPACITATE DE A DELEGA SARCINI

INTERPRETAREA CHESTIONARULUI “AI CALITĂȚI DE LIDER ? “

Calcularea scorului:

Obțineți câte 1 punct dacă ați încercuit **DA** pentru enunțurile: **1, 3, 8, 9.**

Obțineți câte 1 punct dacă ați încercuit **NU** pentru enunțurile: **2, 5, 7, 10, 11.**

Interpretarea rezultatelor:

Peste 8 puncte: ai un excelent potențial de conducere.

Între 6-8 puncte: ai un bun potențial de lider.

Mai puțin de 6 puncte: va trebui să-ți schimbi comportamentul și atitudinea pentru a deveni un lider adevărat.

Atentie! Testul propus nu vizează decât un potențial. Transformarea acestuia în realitate cere un studiu intens, specializare, exerciții sistematice de dezvoltare a calităților psihice, precum și șansa...

AI CALITĂȚI DE LIDER ?

Încercuiți pentru fiecare din afirmațiile de mai jos acordul sau dezacordul dumneavoastră.

1. Liderii autentici se nasc nu se formează.

DA NU

2. Mă port bine cu prietenii mei atât timp cât fac ce le spun.

DA NU

3. Liderii buni se bazează atât pe capacitățile lor cât și pe cele ale colegilor.

DA NU

4. Ca lider, când dau o sarcină colegilor, arăt și motivele care m-au determinat la aceasta.

DA NU

5. Un lider eficient își atinge scopurile prin orice mijloace.

DA NU

6. Ca lider, când mă confrunt cu o problemă foarte importantă, nu mă încred decât în mine însumi, chiar dacă aceasta înseamnă să muncesc mai mult.

DA NU

7. O cerință a conducerii eficiente constă în necesitatea ca liderul să-și păstreze neschimbat stilul de muncă.

DA NU

8. Dacă se justifică, aș propune un coleg pentru o funcție mai importantă decât a mea.

DA NU

9. Participarea colegilor la luarea deciziilor nu micșorează prestigiul liderului.

DA NU

10. Dacă grupul pe care îl conduc nu și-a îndeplinit sarcina din cauza unuia dintre membri, raportează aceasta dirigintelui/profesorului.

DA NU

11. Mă consider de neînlocuit în clasa noastră.

DA NU

(Sursa : prelucrare după psihologul Oliver L. Niehouse)

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Știm să vorbim? Știm să ascultăm?”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a VII-a
Profesor	Kevorchian Hilda Estera, Școala Gimnazială “Liviu Rebreanu”, sector 3
Obiective cadru	Dezvoltarea abilităților de interrelaționare în contexte variate.
Obiective de referință	✓ să exerseze tehnici de comunicare eficientă, în context variate din punct de vedere social și cultural;
Metode	brainstorming, dialog dezbateri, dialog, chestionar
Resurse	post-it-uri, panou pentru afișaj din polistiren/ plută, fișe de jurizare RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

1. Moment organizatoric: prezență, problem urgente.
2. Brainstorming: elevii sunt rugați să scrie pe tablă elemente din domeniul școlar, pe care le agreează mai puțin (ex: temele, uniforma școlară, începerea programului de la ora 8.00, etc).
3. Se votează elementul cel mai controversat, de pe tablă, pentru a fi dezbătut.
4. Se prezintă activitatea de tip “J’accuse”: elevii sunt împărțiți în patru grupe. Echipele A și B sunt “avocații”, echipele C și D sunt “judecătorii”. Echipa A va pleda pentru elementul ales, iar echipa B, contra, argumentându-și cât mai bine părerile. Stabilirea echipelor A și B se va face prin tragere la sorți. Ulterior “avocații” schimbă rolurile cu “judecătorii”.
5. Echipele „judecătorilor” primesc coli de scris necesare jurizării.
6. Se anunță durata pledoariei de 1 minut pentru fiecare membru al echipelor A și B în urma consultării cu restul grupului. Se va atenționa asupra respectării regulilor de comunicare (fără întreruperi, nu divagăm, fără atac la persoană, etc). Luările de cuvânt au loc alternativ (un vorbitor al echipei A urmat de un vorbitor al echipei B).
7. După încheierea pledoariilor, fiecare echipă a “judecătorilor” va delega câte un vorbitor, pentru prezentarea concluziilor și anunțarea echipei câștigătoare. Deciziile vor fi argumentate, enumerând neajunsurile sau meritele echipelor de „avocați”.
8. Feed-back: se vor distribui elevilor câte trei post-it-uri pe care le vor aplica pe coloana calificativelor alese, pe un panou (plută /polistiren) sau pe tablă pentru:
 - a) modul în care s-a colaborat în echipă;
 - b) gradul de obiectivitate al judecătorilor;
 - c) gradul de respectare al principiilor comunicării.

Colaborarea în echipă			Obiectivitatea judecătorilor			Respect pentru principiile comunicării		
Satisfăcător	Bine	Foarte bine	Satisfăcător	Bine	Foarte bine	Satisfăcător	Bine	Foarte bine

9. Dirigintele va prezenta elevilor concluziile sale.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Stereotipuri și prejudecăți”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Profesor	Ionel Andreea, Școala Gimnazială ”Tudor Arghezi”, sector 2
Obiective cadru	Dezvoltarea abilităților de inter-relaționare în contexte variate: înțelegerea termenelor de “stereotip” și “prejudecată” și mecanismele psihologice care dau naștere acestora.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să analizeze influența stereotipului și a prejudecăților asupra comunicării interpersonale; ✓ să conștientizeze ca limbajul folosit față de un anumit grup de persoane poate conduce la discriminarea, izolarea membrilor acelui grup; ✓ să conștientizeze că stereotipurile și prejudecățile pot duce la violență;
Metode	brainstorming, dezbateri, lucrul în echipe/ perechi
Resurse	coli de flip-chart, markere, fișe de lucru RESURSE DE TIMP: 2 ore de curs

“În spatele oricărui bărbat de succes este o soție sau o mamă de succes - sau cel puțin așa se obișnuia să se spună. Ar fi interesant de știut câte femei de succes au în spatele lor tați sau soți renumiți”. - Dorothy L. Sayers, “*Gaudy Night*”

Scenariul temei

PRIMA ORA

Moment organizatoric (5 minute): Dirigintele salută elevii, face prezența. Elevii sunt anunțați că vor lucra pe grupe și în perechi și îi roagă să se grupeze și să își pregătească materialele pentru ora ce va începe. Un elev numit de profesor împarte coli de flip-chart fiecărei grupe.

Captarea atenției (5 minute): Profesorul începe prin a da exemple reale care au strictă legătura cu tema lecției, fără a le spune copiilor acest lucru. Exemplu: Profesorul se îndreaptă spre caietul unui elev și îl întreabă de ce a scris atât de urât una dintre lecții. Copilul răspunde că nu a scris urât, ci are scris de doctor. Apoi, dirigintele continuă prin a povesti o întâmplare (poate fi și imaginară). De dimineață, venind spre școală, am auzit doi copii de clasa a VII-a povestindu-și unul celuilalt ce au făcut în weekend. Copilul A spunea că a fost la mall, iar copilul B că s-a dat în mașinuțe în parcul de distracții. Copilul A a început să râdă și să-i spună celuilalt ‘Ha, ha, ha, te-ai dus în parcul de distracții.....te-ai dat în mașinuțe de parcă ai fi la grădiniță’.

În cele din urmă, dirigintele îi întreabă pe copii de ce cred că le-a dat aceste exemple. Care cred ei că va fi tema de discuție la ora de dirigenție din ziua respectivă.

Anunțarea obiectivului temei (5 minute):

În cazul în care elevii nu și-au dat seama ce temă vor discuta, profesorul îi anunță că își vor îndrepta interesul spre stereotipuri și prejudecăți. Dirigintele va puncta faptul că acest subiect nu este doar o simplă discuție la ora de dirigenție, ci un subiect foarte amplu, cu care se vor întâlni toată viața și cu care se confruntă chiar de pe acum.

Activitatea “Ce cred eu despre cei din jurul meu?” (15 minute):

Interacțiune: lucru în grup, brainstorming

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Încă din primul moment al orei, copiii sunt împărțiți pe grupe. De preferat grupe de câte 4 elevi. Fiecare grup a primit deja câte o coală de flip-chart la începutul orei.

Profesorul scrie pe tablă următoarele cuvinte într-un cerc: “Copiii de la țară” și îi roagă pe elevi să își noteze, în jurul aceluși cerc, tot ce cred ei despre copiii de la țară, modul în care îi văd ei pe aceștia și să își pregătească un argument pentru fiecare afirmație.

După 7 minute de lucru, elevii sunt invitați să vină în fața clasei cu foile de flip-chart și să își prezinte schema. Prezentarea va fi susținută cu argumente.

Situații concrete (15 minute):

Interacțiune: elev-elev în cadrul grupului, grup-grup, profesor-elevi

Profesorul dirigențe îi anunță pe copii că următoarea activitate se va desfășura în interiorul fiecărui grup, apoi fiecare grup își va alege un reprezentant și vor confrunta răspunsurile date de grupurile lor, iar în final va avea loc o discuție profesor-elevi despre stereotipurile pe care, uneori fără să vrem, le aplicăm persoanelor din jurul nostru.

Profesorul comunică grupurilor cele 2 situații concrete, pe care ei urmează să le dezbate în grup:

- 1) Doi bătrâni, seara, se plimbau prin parc. La un moment dat, zăresc doi copii neajutorați, murdari discutând în secret pe o bancă. Din depărtare se văd două siluete de bărbați atletici, purtând gece de piele neagră. De cine se vor teme bătrânii, de copii sau de bărbații în negru? De ce?
- 2) Cazul “Piggy” din romanul “Împăratul muștelor” de William Golding. Ce stereotip s-a aplicat în cazul lui și ce repercusiuni la nivelul relațiilor inter-umane și la nivel mental există asupra personajului? (se poate lua exemplul oricărui alt personaj de roman, piesă de teatru, poezie etc.)

Elevii vor avea câte 5 minute pentru fiecare pas al acestei activități: dezbateri în grup, confruntare de idei între grupuri, discuție profesor-elevi.

Tema de observație (5 minute): Profesorul va comunica elevilor că până la următoarea întâlnire aceștia au o temă care constă în observarea, zilnică, a stereotipurilor pe care le folosim în relațiile cu ceilalți.

A DOUA ORĂ - Fixarea cunoștințelor

Definirea termenilor (15 minute):

Interacțiune: profesor-elevi, lucru individual

Profesorul reamintește elevilor tema de discuție, se verifică și se comentează pe marginea temei pentru acasă.

Împreună cu profesorul, elevii încearcă să găsească cea mai potrivită definiție pentru cuvântul “stereotip”, pe înțelesul lor. Elevilor li se explică și etimologia cuvântului. Deasemenea se va aduce în discuție și termenul de “prejudecată”. Anexa 1.

În continuare, se completează Fișa de lucru 1 și se discută răspunsurile elevilor.

Categorii de stereotipuri (10 minute):

Interacțiune: lucru în perechi, profesor-elevi

Profesorul întreabă ce categorii de stereotipuri cred ei că au fost puse în discuție în Fișa de lucru 1 (tinerii, fetele, băieții, femeile, bărbații, etc, deci GRUPURI).

Profesorul împarte Fișa de lucru 2, informându-i pe elevi că în această fișă vor descoperi încă o categorie supusă stereotipului. În continuare, copiii vor adăuga exemple de stereotipuri legate de popoare (dacă știu acest lucru).

Dezbateri (10 minute):

Interacțiune: profesor-elevi

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Această activitate se desfășoară sub forma unor dezbateri libere, elevii aducând exemple din viața lor, din ceea ce au auzit sau poate chiar li s-a întâmplat. Se discută din nou diferența între stereotip și prejudecată: există o diferență reală? Sunt sinonime?

Lucru în echipă, dezbateri (10 minute):

Interacțiune: lucru în echipă

Activitățile din Fișa de lucru 3 se lucrează în grup. Mai întâi elevii cad de acord în cadrul grupului asupra motivelor apariției prejudecăților, iar apoi discută afirmațiile de la punctul 2. În final, au loc discuții comune, la nivel de clasă.

Feedback și evaluare (5 minute):

Interacțiune: profesor-elevi

Elevii și profesorul prezintă ultimele concluzii și realizează faptul că este destul de greu să nu-ți împarți semenii în categorii. Chiar și involuntar, acest lucru poate dăuna dezvoltării personalității unui adolescent mai sensibil, iar cel care aplică stereotipuri poate fi etichetat drept intolerant. Trebuie să facem eforturi, să dăm credit oamenilor pentru ceea ce fac și demonstrează că sunt, și să nu îi “desființăm” doar pentru că aparțin unui grup.

Anexa 1 – dezbateri la nivel de clasă

CE ESTE UN STEREOTIP/ CLIȘEU?

- ✓ Etimologie: “stereos” = solid, ferm, “typos” = imprimare (termen din tipografie, folosit prima dată în 1798 de Firmin Didot); aceasta era o copie a textului pe o tablă care se folosea la tipărire în locul originalului;
- ✓ Generalizarea părerii despre un grup, plecând de la o persoană;
- ✓ Când judeci pe cineva fără să cunoști;
- ✓ O părere comună despre un anumit grup social: de ex: “cerșetorii”=oameni leneși, care prefer să stea și să ceară, decât să muncească. De fapt, sunt doar câțiva dintre ei sunt astfel, însă eticheta se extinde asupra tuturor;
- ✓ Stereotipul duce la prejudecată și la o falsă părere despre întreg grupul;
- ✓ Oamenii nu cunosc amănunte despre un alt grup de oameni, nu-i cunosc în detaliu și personal, și atunci fac aprecieri greșite asupra lor, îi ‘bagă în aceeași oală’ pe toți;
- ✓ Stereotipul este adânc înrădăcinat în cultura unui popor;
- ✓ Stereotipul = o imagine generalizată despre un grup de persoane, care nu ia în seamă indivizii separat;
- ✓ Prejudecata = o părere nefavorabilă despre un grup, bazată pe un stereotip;
- ✓ Stereotipurile îi pot face pe cei care le emit să trăiască conduși de ura față de acel grup/persoană, iar pe cei care le sunt victime să trăiască cu o frică permanentă;
- ✓ Când judecăm pe cineva bazându-ne pe stereotipuri și în consecință îi tratăm diferit, de fapt îi discriminăm.

Fișa de lucru 1 – lucru individual

Stereotipii în legătură cu anumite categorii de persoane

Completează următoarele propoziții cu ceea ce crezi tu că se spune în general despre aceste categorii de oameni:

1. Toți atleții sunt.....
2. Toți politicienii sunt.....
3. X e un mare bețiv. Cu siguranță e.....
4. Adolescenții sunt.....
5. E blondă, deci.....
6. E italian, deci.....
7. Femeile sunt.....
8. Bărbații sunt.....
9. Băieții sunt.....
10. Fetele sunt.....
11. Bogații mereu.....
12. Profesorii întotdeauna.....
13. Bătrânii mereu.....
14. Părinții mereu.....
15. Vegetarienii.....
16. Băieții cu părul lung
17. Băieții cu cercei.....
18. Elevii care poartă lanț la gât.....
19. Cei care au părul verde
20. Cei care se îmbracă doar în negru.....

Fișa de lucru 2 – lucru în perechi

Stereotipii legate de popoare

Citește cu atenție seturile de stereotipii de mai jos și încearcă să le potrivești cu popoarele cărora crezi că le sunt atribuite.

1. africanii; 2. indienii; 3. australienii 4. englezii; 5. francezii; 6. scoțienii; 7. irlandezii

A. Murdari, nebărbieriți, Sunt foarte buni bucătari, Mănâncă croissante și baghete, Poartă berete pe cap, Repetă mereu ‘mais oui’, ‘mon cheri’

B. Sunt foarte mari băutori, Le plac la nebunie cartofii

C. Nu sunt sofisticăți, Sunt obsedați de canguri, bumeranguri și surfing, Se luptă cu crocodilii

D. Cântă la cimpoi, Poartă fuste, Au bărbi roșii, Sunt fataliști, Nu le plac englezii, Sunt păroși

E. Foarte politicoși, Slabi la sporturi, Huligani la fotbal, Beau bere caldă, Au dinții stricați, Le place mult ceaiul

F. Sunt guru, Domesticesc șerpi, Se închină la vaci, Mănâncă condimentat, Sunt fachiri, Levitează, meditează și dorm pe pat de cuie

G. Dorm în colibe, Au mereu sulite asupra lor, Sunt canibali, Au buzele găurite

Fișa de lucru 3 – lucru în echipa

CE DĂ NAȘTERE PREJUDECĂȚILOR?

1. Ai un timp de lucru de 2 minute în care să îți notezi ce consideri tu că ar putea da naștere prejudecăților. Cum crezi că apar acestea?
2. Citește cu atenție părerile de mai jos și discută-le cu colegii tăi de echipă. Impărtășeți, apoi, clasei părerile voastre.
 - A) Stereotipurile au la bază un adevăr;
 - B) Stereotipurile sunt, de obicei, negative, DAR... (continuă cu „C“)
 - C) Capacitatea noastră de a înțelege lumea este limitată, iar faptul că folosim tipare pe care le aplicăm oamenilor ne ajută să clasificăm lucrurile din jurul nostru, deci să înțelegem, chiar și partial, lumea;
 - D) Capacitatea noastră de a înțelege lumea este limitată, iar faptul că folosim tipare pe care le aplicăm oamenilor ne ajută să clasificăm lucrurile din jurul nostru, deci să înțelegem, chiar și partial, lumea;
 - E) Aceste tipare ne ajută să menținem o anumită ordine în lume;
 - F) Stereotipurile sunt dinamice și se schimbă odată cu lumea din jurul nostru, într-o interacțiune continuă. Prejudecățile apar pentru că:
 - F1: nu ai o educație bună primită în familie;
 - F2: te ‚iei după‘ prieteni;
 - F3: vrei să ‚te dai mare‘;
 - F4: din cauza faptului că nu înțelegi unele lucruri corect despre un grup/ persoanăîți formezi o părere greșită, ceea ce dă naștere prejudecății;
 - F5: prejudecata și discriminarea sunt forme ale intoleranței.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Prietenia și rețelele de socializare. Dă-mi un LIKE”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Profesor	Pavel Nicoleta, Școala Gimnazială ”Petre Ghelmez”, sector 2
Obiective cadru	Dezvoltarea abilităților de inter-relaționare în contexte variate: virtual/ real.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să observe și să adopte modalități de relaționare pozitivă cu ceilalți; ✓ să precizeze modalități potrivite de a-ți face prieteni; ✓ să analizeze conceptul de ”prietenie virtuală vs .prietenie reală”; ✓ să-si asume propriile opinii și să le susțină cu argumente; ✓ să formuleze enunțuri pro și contra în argumentarea unor idei; ✓ să respecte opinia celorlalți; ✓ să sintetizeze informațiile despre prietenie; ✓ să coopereze pe timpul sarcinilor de lucru.
Metode	conversația, explicația, descoperirea dirijată, observarea sistematică audio-vizuală, brainstorming-ul, dialogul profesor-elev, dialogul elev-elev, munca independentă, problematizarea, dezbateră
Resurse	video proiector, coli albe, desene, imagini RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

Moment organizatoric (3 minute): Salutul, asigurarea climatului necesar bunei desfășurări a orei de dirigenție.

Captarea atenției (5 minute): Profesorul dirigenție înmânează elevilor foi albe, le cere să se gândească la persoane dragi din viața lor și să noteze o listă de cuvinte care le vin în minte atunci când se gândesc la aceste persoane având la dispoziție un minut. Când timpul s-a scurs profesorul cere celor care au pe listă numele unui prieten sau cuvântul “prieten” să ridice mâna. Elevii respectivi vor face o nouă listă care să cuprindă cuvinte strict legate de “prietenie” având la dispoziție un minut. Când timpul s-a scurs profesorul îi roagă pe elevi, ca în perechi, să compare listele făcute și să vadă ce cuvinte au fost comune.

Anunțarea temei (3 minute): Profesorul dirigenție anunță titlul temei orei de dirigenție și obiectivele propuse. Scrie pe tablă tema propusă.

Desfășurarea activităților (35 minute):

Activitatea 1: Profesorul dirigenție le cere elevilor să extragă dintr-un recipient un post-it pe care se află scris numele unui elev din clasă (dacă extrage propriul nume, va reliza o nouă extragere). Elevul notează pe acel post-it un lucru pe care îl apreciază la colegul respectiv. Vor începe toți astfel: “Îmi plac pentru că....”. Elevii vor lipi post-it-ul pe tablă într-o inimioară desenată de profesor.

Profesorul dirigenție îi întreabă pe elevi cât de des folosesc expresia ”îmi plac/ îmi place” și în ce context; de asemenea îi întreabă care este numărul de prieteni pe care și i-au făcut în mediul online și numărul prietenilor din viața reală.

Activitatea 2: Profesorul împarte elevii pe grupe și le înmânează imagini reprezentative. Elevii împart imaginile în două categorii: pentru relațiile create în mediul virtual și pentru cele create în mediul real. De asemenea vor alege cea categorie reprezentativă pentru ei.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Activitatea 3: Elevii sunt împărțiți în două grupe mari. O grupă va reprezenta “Prietenia virtuală”, iar cea de-a doua va reprezenta “Prietenia reală”. Elevii vor aduce cât mai multe argumente pro în favoarea grupei lor având posibilitatea să contraatace echipa adversă prin argumente plauzibile.

Profesorul desenează un tabel pe tablă cu două coloane: “Prietenia virtuală”, “Prietenia reală” și lipește câte o față zâmbitoare în dreptul fiecărei categorii atunci când o echipă aduce un argument pro și o față tristă atunci când se aduce un argument contra. Câștigă echipa care reprezintă categoria cu cele mai multe fețe zâmbitoare.

Activitatea 4: Profesorul prezintă elevilor un filmuleț descărcat de pe linkul: <http://www.youtube.com/watch?v=9wEDsbJ0c9M> despre pericolul prieteniei virtuale inspirat din povestea “Scufița Roșie”. Profesorul îi întreabă pe elevi unde a greșit și cum ar proceda ei dacă ar fi în locul Scufiței Roșii?

Concluzii (4 minute): Profesorul dirigințe formulează împreună cu elevii concluziile cu privire la relațiile de prietenie.

Exemple imagini prietenie virtuală/ reală:



MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Învăț să fiu responsabil”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Profesor	Batista Beatrice Adelaida, Școala Gimnazială Nr. 132, sector 5
Obiective cadru	Dezvoltarea abilităților de interrelaționare în contexte variate.
Obiective de referință	✓ să explice importanța responsabilității individuale și sociale, în diferite context.
Metode	exercițiul, conversația, dezbaterea, studiul de caz, jocul de rol, problematizarea, lucrul în echipă
Resurse	fișe de lucru, studii de caz, PC, videoproiector RESURSE DE TIMP: 2 ore de curs

Scenariul temei

PRIMA ORĂ

Moment organizatoric (5 min): Elevii se vor gândi la o responsabilitate importantă pe care o au în viața de zi cu zi. Apoi, vor răspunde la următoarele întrebări:

- ✓ Față de cine se exercită responsabilitatea respectivă?
- ✓ Care sunt avantajele care ar putea apărea ca urmare a îndeplinirii responsabilității?
- ✓ Ce s-ar întâmpla dacă nu v-ați asuma această responsabilitate?
- ✓ De ce este această responsabilitate importantă?

Anunțarea obiectivelor (2 min): Pe baza răspunsurilor oferite, elevii vor deduce faptul că la finalul activității vor putea identifica diferite responsabilități pe care le au persoanele în viața publică și privată, vor deduce câteva din sursele acestora, precum și consecințele asociate responsabilităților, incluzând atât beneficiile (avantajele, premiile), cât și costurile (pierderile) impuse de îndeplinirea acestora.

Identificarea surselor responsabilității (10 min): Profesorul diriginte le va ilustra elevilor câteva căi obișnuite prin care oamenii își asumă responsabilități, scriind pe tablă următoarele concepte: „promisiune, sarcină de lucru (temă), funcție (post), profesie, lege, obicei, datorie civică, principiu moral.” (ca surse ale responsabilităților). Elevii vor explica fiecare dintre sursele obișnuite ale responsabilității și vor găsi exemple pentru ilustrarea fiecărei surse.

Analiza responsabilităților în cadrul unor studii de caz (5 min): Elevii vor fi împărțiți în perechi și vor avea sarcina să completeze, în timpul stabilit, un tabel în care vor examina responsabilitățile identificate în fiecare din cele două studii de caz prezentate în Fișa de lucru F1 - “Analiza responsabilităților”.

Discutarea rezultatelor în grupul mare (5 min): După efectuarea exercițiilor de identificare a situațiilor în care este necesară asumarea responsabilității sociale, elevii vor prezenta răspunsurile în fața clasei.

Stabilirea consecințelor îndeplinirii responsabilităților (10 min): Profesorul diriginte îi va dirija pe elevi să deducă faptul că, dacă își asumă o responsabilitate, aceasta presupune unele consecințe: atât beneficii, cât și costuri (pentru el și pentru cei din jur). Elevii vor avea ca sarcină de lucru individuală completarea, cu exemple personale, a unui tabel referitor la posibilele avantaje și costuri care le revin persoanelor responsabile, Fișa de lucru F2-„Beneficii și costuri ale îndeplinirii responsabilităților”.

Discutarea răspunsurilor în cadrul grupului (5 min): După efectuarea temei de lucru, elevii vor prezenta în fața clasei câteva cazuri, evidențiind avantajele și dezavantajele care decurg din îndeplinirea responsabilităților respective (față de persoana care și-a îndeplinit responsabilitățile și față de alte persoane).

Concluzii (3 min): Pentru a concluziona, profesorul diriginte îi va încuraja pe elevi să se gândească la importanța asumării responsabilităților în viața de zi cu zi, precum și la posibilitatea inexistenței conceptului: „responsabilitate socială”.

Asigurarea feed-back-ului (5 min): Elevii vor răspunde, argumentat, la următoarea întrebare-problemă: “Cum ar fi viața acasă, la școală, în comunitate, dacă nimeni nu ar accepta sau nu ar îndeplini responsabilități către alte persoane?”.

ORA A DOUA

Moment organizatoric (5 min): Pornind de la situația-problemă rezolvată la finalul orei precedente, elevii vor puncta importanța asumării răspunderilor, beneficiile care le revin în urma acestei îndatoriri sociale, precum și impactul pe care îl pot avea în societate ca și viitori cetățeni responsabili.

Anunțarea obiectivelor (2 min): În partea a doua a demersului didactic propus, elevii vor putea deprinde câteva metode utile în cazul în care trebuie să decidă dacă vor îndeplini sau nu o anumită responsabilitate. De asemenea, pentru a putea aplica cunoștințele însușite, vor avea posibilitatea să ia o decizie, asumându-și rolul unei persoane aflate într-o dilemă legată de îndeplinirea responsabilităților ce-i revin.

Utilizarea jocului de rol în prezentarea unei situații-problemă (10 min):

Varianta 1: 3 elevi voluntari vor avea sarcina de lucru de a pune în scenă cazul numit “Urgența” (roluri: doctorul, pacientul, asistenta medicală), în care se relevă faptul că, uneori, în lumea medicală, îndeplinirea responsabilităților asumate prin “Jurământul lui Hippocrate” este problematică, întrucât acestea sunt în contradicție cu alte valori și principii.

Varianta 2: Povestirea cu titlul “Urgența” va fi proiectată pe ecran și va fi citită în clasă.

Pregătirea echipelor pentru rezolvarea situației-problemă (5 min): Profesorul diriginte va proiecta pe ecran criteriile de care trebuie să țină cont în rezolvarea dilemei prezentate în scenetă (sau citite pe ecranul de proiecție): urgența, importanța relativă, timpul necesar, resursele disponibile, valori și interese divergente, soluții alternative. Ceilalți elevi vor fi instruiți în legătură cu faptul că, în urma aplicării acestor criterii stabilite, vor fi puși în situația de a rezolva dilema și de a lua o decizie: fie să acorde ajutorul de urgență, conform Jurământului lui Hippocrate, fie să respecte dorința fermă a pacientului necunoscut, bazată pe libertatea credințelor religioase și să nu acorde ajutorul absolut necesar.

Completarea fișei de lucru (15 min): Elevii, împărțiți pe grupe, vor avea de studiat cazul dramatizat de către cei trei elevi, pe baza criteriilor enunțate anterior, Fișa de lucru F3 - “Criterii necesare pentru a decide între diverse responsabilități aflate în contradicție”.

Concluzii (8 min): Elevii își vor desemna un reprezentant care să prezinte răspunsurile la întrebări și poziția exprimată, răspunzând la întrebarea „Ce ar trebui să facă dr. Green? De ce?”, întemeindu-și poziția pe elementele formulate cu ajutorul analizei și evaluării dilemei.

Asigurarea feed-back-ului (5 min): Elevii vor rezolva următoarea temă: „Amintiți-vă o situație în care voi sau o cunosțință de-a voastră s-a confruntat cu o dilemă. Descrieți ce s-a întâmplat și explicați motivele care au stat la baza deciziei în ceea ce privește îndeplinirea uneia dintre responsabilități.”

Fișa de lucru F1 - “Analiza responsabilităților”

Citiți cu atenție fiecare dintre situațiile prezentate mai jos. Completați apoi tabelul și discutați răspunsurile voastre cu ceilalți colegi.

A. Doamna Thomson nu știa ce să facă; în vecinătatea ei s-au comis câteva spargerii și ea bănuiește cine este autorul. În urmă cu o zi, fiul ei a venit acasă însoțit de câțiva prieteni. Bobby, unul dintre prieteni, avea un casetofon despre care a spus ca l-a primit de la un prieten, dar doamna Thomson a recunoscut casetofonul care aparținuse unuia dintre vecinii care au fost prădați.

B. Jeannette a decis să încerce să se angajeze la un magazin din localitate. Avea nevoie de bani pentru a înapoia părinților banii împrumutați pentru cumpărarea unei biciclete. Spera că slujba îi va ocupa doar câteva ore pe zi. În restul timpului putea să-și pregătească temele. În plus, dorea să fie liberă marți după-amiaza pentru a-și pregăti lecția de pian. Directorul magazinului i-a prezentat responsabilitățile slujbei. Trebuia să fie politicoasă cu clienții, să-i ajute să aleagă ceea ce doreau să cumpere, să păstreze o evidență clară a vânzărilor. Exista posibilitatea ca marți după-amiaza să fie liberă, cu condiția de a lucra în celelalte zile de la 15.30 la 18.00. Directorul a insistat asupra necesității de a fi punctuală. La încheierea interviului, directorul i-a comunicat că a obținut postul. Plata era avantajoasă.

Analiza responsabilităților

Situația:	A	B
Care sunt persoanele cu responsabilități în situațiile prezentate?		
Care sunt responsabilitățile identificate?		
Față de cine sunt asumate responsabilitățile?		
Care sunt sursele responsabilităților?		
Ce recompense sau penalități sunt asociate fiecărei responsabilități?		

Sursa: „Fundamente ale democrației”, traducere și adaptare de D.Chirițescu, A.Teșileanu, București, Silex, 2005

Fișa de lucru F2 - „Beneficii și costuri ale îndeplinirii responsabilităților”

Îndeplinirea unei responsabilități poate determina mai multe avantaje (beneficii), dar poate presupune și existența unor costuri. Identificați o responsabilitate pe care v-ar plăcea să v-o asumați. Descrieți responsabilitatea și posibilele consecințe ale îndeplinirii acesteia, completând următorul tabel:

Responsabilitatea pe care doriți să v-o asumați	Beneficii pentru tine	Beneficii pentru ceilalți	Costuri pentru tine

Fișa de lucru F3

-“Criterii necesare pentru a decide între diverse responsabilități aflate în contradicție”

Citiți cu atenție povestirea intitulată “Urgența”, bazată pe un fapt real. Răspundeți la întrebări, utilizând criteriile care vă vor ajuta să rezolvați dilema doctorului Green:

Asemeni majorității doctorilor, Jane Green a depus, la începerea carierei de medic, Jurământul lui Hippocrate. Ea a jurat să folosească metoda de tratament pe care, conform pregătirii și judecății sale, o consideră în beneficiul pacientului său. Într-o seară, în timp ce era de gardă, o ambulanță a adus la spital un om care fusese accidentat de o mașină. Pacientul era inconștient.

În timp ce Jane Green examina pacientul, o asistentă a căutat în portofelul acestuia un act de identitate. Ea a găsit o foaie de hârtie pe care scria: “În cazul în care Robert Holbrook pățește ceva, va rugăm, sunați la biserica lui, la numărul 132-5412. Nu administrați tratament medical”.

Semnătura era asemănătoare cu cea de pe permisul de conducere. Asistenta i-a arătat biletul lui Jane Green. Aceasta a spus: “Are hemoragie internă. Dacă nu-l operez imediat, este foarte probabil să moară”.

Asistenta a precizat că biletul era semnat chiar de pacient. “Dacă ar fi fost conștient, v-ar fi spus același lucru: nu vrea să fie operat. Oamenii care aparțin acestei biserici cred că orice intervenție chirurgicală împiedică purificarea spirituală”.

“Este de datoria mea să fac ceea ce cred că este mai bine pentru pacienții mei. Duceți-l în sala de operație!” a spus Jane Green.

În timp ce asistenta îl scotea pe Robert Holbrook din camera de gardă, Jane Green a citit încă o dată biletul. Nu știa dacă ar trebui să urmeze sau nu instrucțiunile scrise de pacient.

Pentru prima dată în cariera ei nu știa care responsabilitate trebuia îndeplinită.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Nr. crt	Întrebarea	Responsabilitatea 1	Responsabilitatea 2
1	Care sunt responsabilitățile doctorului?	Să încerce să salveze viața pacientului	Să respecte dorința pacientului de a nu i se acorda îngrijire medicală fără consimțământul acestuia
2	Care sunt sursele celor două responsabilități?		
3	Care ar putea fi recompensele în cazul îndeplinirii fiecărei responsabilități?		
4	Care ar putea fi penalitățile în cazul neîndeplinirii responsabilităților?		
5	Care ar fi consecințele probabile ale îndeplinirii responsabilităților? Care ar fi beneficiile? Care ar fi costurile?		
6	Cât de urgentă este fiecare responsabilitate?		
7	Cât timp ar fi necesar pentru îndeplinirea responsabilității?		
8	Ce alte valori și interese sunt implicate?		
9	Ce soluții alternative sunt posibile?		

Sursa: „Fundamente ale democrației”, traducere și adaptare de D.Chirișescu, A.Teșileanu, București, Silex, 2005

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Colegialitate și prietenie”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Profesor	Geabău Marilena, Școala Gimnazială Specială Nr. 4, sector 4
Obiective cadru	Dezvoltarea abilităților de interrelaționare în contexte variate
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să sesizeze asemănările și deosebirile între coleg și prieten; ✓ să stabilească criteriile valorice de alegere a prietenilor; ✓ să manifeste solidaritate și cooperare în grup; ✓ să deosebească adevărata de falsă prietenie; ✓ să exerseze exprimarea adecvată a emoțiilor; ✓ să înțeleagă că prietenia depășește colegialitatea trăind pe o treaptă superioară: atașament personal.
Metode	conversația, exemplul, chestionarul, problematizarea, jocuri de cunoaștere, proverbe, cugetări, explicația, modelarea, lucrul individual, caracterizarea generală, aprecierea verbală, exercițiu moral, studiu de caz, observația
Resurse	povestiri de LevTolstoi, evocări, ghicitori, proverbe, planșe RESURSE DE TIMP: 2 ore de curs

Scenariul temei

Introducere:

Viața în grădiniță, în școală sau în diferite comunități de muncă îi apropie pe oameni, le dă putință să se cunoască și să se înțeleagă. În prima etapă, copiii care formează o grupă sau o clasă, legați între ei printr-un program comun și activități comune, devin colegi. Această comunitate de preocupări îi face să se manifeste cu respect unii față de alții, să se ajute atât când sunt în locul de desfășurare a activităților cât și în afară.

Există după cum bine știm, colegi buni și colegi răi. Dar cum pe colegi nu-i poți alege, ei trebuie acceptați și eventual făcuți să înțeleagă că sentimentul de colegialitate reprezintă posibilitatea de a îndeplini mai ușor sarcinile de a trăi mai frumos.

Colegii trebuie să fie uniți prin spiritul de echipă, de colaborare și de aspirații. Buna înțelegere între anumiți colegi favorizează apariția și dezvoltarea unei relații mai profunde și mai statornice, o relație afectivă numită prietenie.

Psihologii afirmă că până la 10-11 ani apropierea dintre copii sunt simple întovărășiri forme ale colegialității sau jocurilor în grup, a preferințelor pentru unii sau pentru alții. După această vârstă, copiii devin mai selectivi și mai preocupați față de anumiți colegi sau tovarăși de joacă.

Pe cine alegem ca prieteni?

Concluzie: Alegeți prieteni buni, care te merită și pe care îi meriți. Pe prieteni nu-i cumperi și nu-i vinzi, pentru că prietenia este un sentiment care apropie oamenii; îi face să fie solidari la bine, nu la rău. În prietenia adevărată nu are importanță statutul social, opiniile politice și nici apartenența la o altă etnie.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Eveniment didactic	Conținutul informațional al receptării	Strategii didactice			Evaluare
		Metode și procedee	Mijloace de învățământ	Mod de organizare	
1. Moment organizatoric	Asigura condițiile necesare desfășurării orei; pregătirea materialelor necesare.	instructajul		frontal	
2.Verificarea cunoștințelor anterioare	Copiii au fost rugați să caute istorioare, ghicitori, proverbe, despre prietenie. Elevii citesc materialele aduse de ei.	exercițiul explicația conversația observarea explicația demonstrația	portofoliu cu proverbe și ghicitori planșe	individual frontal	orală
3.Captarea atenției	Se va cere elevilor să numească alte povești cunoscute în care au întâlnit prietenia animalelor cu oamenii (Cenușăreasa, Albă-ca –Zăpada, etc).	conversația demonstrația	planșe cu povești	frontal	
4.Anunțarea subiectului orei de dirigenție și a obiectivelor	Li se va spune elevilor că urmează să discute despre colegialitate și prietenie și despre felul în care ne alegem prietenii. Se va nota pe tablă titlul temei: “Colegialitate și prietenie”.	explicația		frontal	

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

	<p>care nasc apoi toate dezordinile din societate” Jean Jacques Rousseau.</p> <p>Elevii vor extrage mesajul transmis de citat.</p> <p>C) Ce criterii folosim în alegerea prietenilor? Se va cere elevilor să noteze pe Fișa de lucru F1 calitățile și defectele unui prieten, fără să menționeze numele acestuia. Se va aprecia pe baza răspunsurilor date dacă respectivul poate fi considerat prieten sau nu.</p> <p>D) Uneori între prieteni apar neînțelegeri, conflicte. Ce motive pot conduce la conflicte? Cum pot fi ele depășite? Se vor citi proverbele de pe fișă și va fi discutat fiecare în parte.</p> <p>E) Ce ați învățat voi din discuțiile purtate astăzi?</p> <p>Concluzie: Trebuie să ne alegem bine prietenii. Pe prieteni nu îi poți cumpăra, nici vinde, deoarece prietenia este un sentiment ce apropie oamenii și îi face solidari la bine, nu la rău. Într-o prietenie adevărată nu are importanță statutul social, opiniile politice, vârsta.</p>	<p>conversația</p> <p>exercițiul</p> <p>conversația</p>	<p>fișe</p> <p>proverbe</p>	<p>frontal</p> <p>individual</p>	<p>observarea sistematică</p> <p>autoevaluarea</p> <p>munca independentă</p> <p>aprecierea verbală</p>
6.Fixarea cunoștințelor	Elevii vor avea de completat o Fișa de lucru F2 referitoare la criteriile lor personale de alegere a prietenilor.	exercițiul	fișa de lucru	individual	Observarea directă
7.Asigurarea feed-back-ului	Elevii vor primi indicații privind realizarea unei compuneri în care să își caracterizeze prietenul.	explicația			portofoliul

FIȘA DE LUCRU F1

Fără să-i spuneți numele, notați calitățile și defectele prietenului vostru cel mai bun. Credeți că vă merită prietenia?

Fă același exercițiu și pentru tine. Crezi că merită să fii prieten cu el?

CALITĂȚI	DEFECTE
cinstit	necinstit
sincer	nesincer
corect	incorect
politicos	nepoliticos
fidel	infidel
modest	îngâmfat, lăudăros
vesel, glumeț	urîcios, supărăcios
darnic	zgârcit
econom	risipitor
frumos	prefăcut
ordonat	dezordonat
disciplinat	indisciplinat
vorbește frumos	vorbește urât, jignitor
calm, echilibrat	nervos, arțăgos
bun sportiv	nu învață
bun cântăreț	bârfitor
bun dansator	gălăgios
învață bine	lenes
îi înțelege pe cei din jur	neînțelegător
umblă curat și îngrijit	umblă neîngrijit și murdar

FIȘA DE LUCRU F2

Alege varianta cu care ești de acord:

- 1) Prietenul meu trebuie să fie:
 - a) de încredere;
 - b) să mintă atunci când are nevoie;
 - c) sincer întotdeauna;
 - d) arătos;
 - e) bun.

- 2) Ce aștepti de la prietenul tău:
 - a) să îți dea curaj;
 - b) să nu te atenționeze când greșești;
 - c) să nu te părăsească la nevoie;
 - d) să aibă aceleași hobby-uri ca și tine.

- 3) Cui refuzi prietenia ta:
 - a) celor care nu se țin de cuvânt;
 - b) celor care schimbă des prietenii;
 - c) celor care își respectă cuvântul dat;
 - d) celor de altă etnie, religie.

- 4) Proverbul care corespunde adevăratei prietenii:
 - a) Când îți faci noi prieteni , nu-i uiți pe cei vechi.
 - b) Prietenul tuturor este prietenul nimănui.
 - c) Prietenul la nevoie se cunoaște.

Proverbe:

- Mai bine fără prieten, decât cu prieteni răi.
- Cu prieteni răi, rău te faci, cu cel de omenie mănânci colaci.
- Prieten adevărat, care te sfătuiește de bine, nu cel care îți laudă
- Cine caută un prieten fără defecte va rămâne singur.
- Drumul către casa unui prieten nu este niciodată lung.
- Orice să fie nou, dar prietenul vechi.
- Inima își cunoaște prietenii.
- Prietenul vechi este ca vinul care, pe cât se învechește, pe-atît mai cu gust se bea.
- Prietenul adevărat și prin ascuns te-ajută fără a ta știre.
- Dacă prietenul tîu este miere, tu nu umbla să-l mănânci de tot.
- Nicio avere mai bună decât prietenul cel bun.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Violența verbală și autocontrolul”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Profesor	Oprea Mihaela, Școala Gimnazială “Petre Ghelmez”, sector 2
Obiective cadru	Dezvoltarea abilităților de interrelaționare în contexte variate
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să explice în cuvinte proprii noțiunea de violență; ✓ să identifice formele de violență; ✓ să descopere și să analizeze cauzele producerii actelor de violență; ✓ să identifice situațiile conflictuale și modalitățile nonagresive de rezolvare a acestora; ✓ să participe activ și conștient la exercițiile propuse; ✓ să găsească soluții, reguli care pot contribui la stabilirea unor relații bune cu ceilalți.
Metode	conversația, explicația, exercițiul practic, descoperirea dirijată, brainstorming-ul, dialogul profesor-elev, dialogul elev-elev, munca independentă, problematizarea, dezbateră
Resurse	scheme, desene, carioci, jucării din pluș (cu mesaj pozitiv sau negativ), ghemotoc de hârtie, eșarfă, coli. RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Introducere:

Adulții (părinți, profesori, etc) care în relațiile cu copiii folosesc pedepse fizice și își exprimă trăiri negative, nemulțumire, dispreț, dezacord, insatisfacție, dezamăgire, indiferență, nepăsare, față de comportamentul/ performanțele lor, indiferent de contextul la care ei se referă (acasă, la școală, în lume) trebuie să se gândească la efectele atitudinilor lor asupra psihologiei copiilor.

Copiii au nevoie de înțelegere, securitate afectivă, sprijin, protecție, dar și de autoritate și fermitate. O prea mare înțelegere și libertate oferită de părinți poate fi considerată de către copil ca și o formă de neimplicare, de nepăsare. Comunicarea este necesară pentru a crea un climat de încredere și respect reciproc. Copilul are mai mult nevoie de timp și de disponibilitate psihologică decât de bani.

Mituri și prejudecăți privind violența:

- ✓ Copilul trebuie să facă ceea ce îi spun părinții.
- ✓ Părinții vor numai binele copiilor, ei nu greșesc niciodată.
- ✓ Părinții au slăbiciuni: ei pot iubi și arată iubirea mai mult pentru unul dintre copii.
- ✓ Copilul nu trebuie să aibă griji, cine știe ce-l așteaptă în viață.
- ✓ Grija copilului este doar să învețe.
- ✓ Copilul trebuie să știe de frică.
- ✓ Copilul face ce vede acasă.
- ✓ Copiii învață acasă violența.
- ✓ Părintele nu are de ce să se scuze în fața copilului.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Scenariul temei:

Etapale orei de dirigenție (dozarea timpului)	Conținutul temei orei de dirigenție		Strategia didactică		
	Activitatea dirigintelui	Activitatea elevilor	Metode și procedee	Forme de organizare	Resurse
Moment organizatoric (5min)	Consemnează absenții; Captează atenția elevilor; Le cere acestora să menționeze câteva cuvinte care îi fac să se simtă apreciați, iubiți, importanți; apoi, cuvinte de apreciere pe care le-au adresat cândva cuiva, și, în cele din urmă, cuvinte care i-au jignit sau cu care au jignit la rândul lor.	Răspund la întrebări și exprimă ceea ce au simțit în aceste situații în care au adresat sau le-au fost adresate astfel de cuvinte.	conversația; descoperirea dirijată;	frontal	
Desfășurarea activităților (40min)	1. Îi lasă pe elevi să descopere tema lecției și le cere să încerce să explice ce înseamnă violența verbală, apoi să precizeze unele din cauzele acesteia;	Participă la discuții.	conversația;	frontal	
	2. Le cere elevilor să lucreze pe grupe un exercițiu cu cerința: <i>Grupează corect cuvintele după: „AȘA DA”/„AȘA NU”</i> ei trebuind să aleagă cuvinte pe care să le treacă la cele două rubrici (pe fișe vor avea cuvinte ca: acceptare, amenințare, respect, furie, atac etc.). După ce elevii completează fișele, se discută răspunsurile corecte și elevii se autoevaluează, analizând răspunsurile.	Participă la discuții; Lucrează pe grupe și rezolvă exercițiul.	brainstorming-ul; exercițiul	pe grupe; frontal	coli albe
	3. Elevii sunt anunțați că vor avea de parcurs următoarele activități: după un model preluat din Atelierele de vorbe iscusite (http://cuvintele.dor.ro/ateliere/), organizate în cadrul campaniei “Cuvintele dor, nu-i	<u>Prima activitate</u> (link: https://www.youtube.com/watch?v=1MBboLZG8e8). Pornind de la ideea că o relație are două capete, iar mesajele, pozitive sau negative,	conversația; exercițiul practic.	frontal	Eșar fâ, o floare și un șarpe din

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

	așa?”, elevii vor fi puși în două situații distincte.	<p>circulă de la un capăt la celalalt, copiii vor reprezenta canalul de comunicare cu ajutorul unei eșarfe și vor demonstra că, din cauza mesajelor negative, relația, uneori, nu mai e fluidă.</p> <p><u>A doua activitate:</u> (link: https://www.youtube.com/watch?v=gsZ81r-4Vcs) Pornind de la ideea că relația agresor-victimă este o relație de putere prin definiție, elevii vor reprezenta această relație astfel: un elev urcat pe un scaun va comunica cu un altul aflat în picioare, prin intermediul unui eșarfă pe care va rula un ghemotoc imens de hârtie (=mesajele negative). Se va demonstra că, folosindu-se o a 3-a parte (martorul), relația este reechilibrată.</p>			pluș, coli, carioci, un ghemotoc de hârtie.
	4.Le cere elevilor ca, în cadrul aceluiași grup, să găsească 3 situații în care s-au confruntat cu violența verbală și în care au folosit o strategie de evitare a unei stări conflictuale.	<p>Lucrează pe grupe și rezolvă exercitiul;</p> <p>-Leader-ul desemnat de fiecare grupă prezintă răspunsurile formulate.</p>	dezbateră; conversația; brainstorming-ul	grupe; frontal	
Concluzii (5min)	Formulează împreună cu elevii concluziile cu privire la violența verbală și autocontrol.	Formulează concluziile temei abordate.	conversația	frontal	

Tema	”Gestionarea agresivității în situațiile conflictuale”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a IX-a
Profesor	Ocnărescu Maria, Colegiul Tehnic ”Carol I”, sector 6
Competențe generale	Integrarea abilităților de interrelaționare, în vederea dezvoltării personale și profesionale; Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate.
Competențe specifice	Proiectarea unei strategii de comunicare eficientă; Elaborarea unui plan de îmbunătățire a autocontrolului emotional.
Metode	studiul de caz, instructajul, lucrul individual/ lucrul în echipă conversația euristică, exemplificarea
Resurse	tablă, calculator, videoproiector, chestionar RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Studiul de caz
Povestea lui Alin

Alin are 16 ani și este elev în clasa a X-a. Îl cunoașteți din copilărie și vă pasă de el. În grupul de prieteni, Alin este un băiat sociabil, prietenos, glumeț.

La școală însă este mult mai timid. De când a început liceul, Alin nu s-a înțeles niciodată foarte bine cu colegii de clasă, poate pentru că, în relație cu ei, a fost destul de retras. Mereu a fost ținta glumelor colegilor, dar niciodată nu le-a răspuns.

În ultima vreme însă, Alin a început să reacționeze la glumele colegilor. Mai mult decât atât, a intrat într-un conflict direct cu ei. Aveți informații sigure că aceștia au de gând să îl bată pe Alin astăzi, după ore.

Întrebarea 1: Ținând cont de faptul că nu vă este indiferent ce i se întâmplă și că îl considerați prietenul vostru, ce anume faceți ca să-l ajutați?

Întrebarea 2: Dacă ați fi dirigintele lui Alin și ați afla de la elevi că acesta urmează să fie bătut, ce anume ați face ca să preveniți acest lucru?

Întrebarea 3: Ați fost vreodată, în realitate în situații de genul acesta? Dacă da, ce anume s-a întâmplat și cum anume ați contribuit la soluționarea conflictului?

** Fiecare întrebare se va adresa pe rând, urmărindu-se parcurgerea, în cazul fiecărei întrebări în parte a etapelor studiului de caz: lucrul individual, lucrul în echipă, dezbaterea în plen.*

În funcție de numărul și disponibilitatea elevilor se poate renunța la etapa lucrului în echipă, dacă acest lucru poate duce la o mai bună desfășurare a orei.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Scenariul temei

NR CRT	SECVENȚE DE INSTRUIRE	CONȚINUT, STRATEGII ȘI DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII	METODA DIDACTICĂ	TIMP
1	Moment organizatoric	Salutul, prezența	Conversație liberă	1 min.
2	Captarea atenției	Anunț faptul că voi relata o poveste care s-ar putea să semene cu alte povești care le sunt foarte familiare	Expunerea	1 min.
3	Anunțarea obiectivelor temei orei de dirigenție, într-o formă accesibilă elevilor	Vă voi spune o poveste cu ajutorul căreia veți putea ajunge să aflați unele lucruri despre voi, cum anume putem reacționa în unele situații astfel încât să rezolvăm conflictele care apar și de la cine putem cere ajutorul. De asemenea o să aflăm cum anume putem agrava sau soluționa un conflict.	Expunerea Explicația	1 min.
4	Activitatea 1 Identificarea răspunsurilor agresive care duc la adâncirea unui conflict și a câtorva soluții social acceptabile în situația conflictuală	Prezentarea studiului de caz: Povestea lui Alin. Se discută împreună cu elevii modul cum Alin a transformat o situație într-un conflict deschis. Li se dă elevilor sarcina de a răspunde la întrebarea 1. Li se dă elevilor sarcina de a forma echipe și de a găsi, în echipă, o soluție unitară. <i>(* În funcție de numărul și disponibilitatea elevilor participanți se poate renunța la etapa lucrului în echipă)</i> Se prezintă și se discută în plen alegerile fiecărei echipe/ fiecărui elev.	Incidentul critic Instructajul Lucrul individual Lucrul în echipă Conversația euristică	15 min.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

5	<p>Activitatea 2 Conștientizarea ajutorului concret pe care îl poate oferi școala pentru a proteja elevii</p>	<p>Se răspunde individual la întrebarea 2. Lucrând în echipe, elevii sunt instruiți să găsească un raspuns comun la întrebarea 2, cu mențiunea că acest răspuns trebuie să reprezinte o soluție realistă. <i>(* Ca și la întrebarea precedentă, se poate renunța la etapa lucrului în echipă dacă numărul elevilor este mic sau dacă nu sunt dispuși să formeze echipe)</i> Se discută în plen răspunsurile echipelor/ elevilor.</p>	<p>Instructajul Lucrul individual</p>	7 min.
6	<p>Activitatea 3 Conștientizarea rolului pe care comportamentul personal îl are în adâncirea sau soluționarea unui conflict</p>	<p>Se răspunde individual la întrebarea 3. În echipă, elevii au sarcina de a găsi puncte comune între răspunsurile individuale ale membrilor echipei. <i>(* În funcție de numărul și disponibilitatea elevilor, se poate renunța la etapa lucrului în echipă)</i> Se dispută în plen răspunsurile echipelor / elevilor. Se discută pe larg câteva raspunsuri individuale.</p>	<p>Conversația euristică Lucrul individual Explicația</p>	15 min.
7	<p>Concluzii Feedback</p>	<p>Se solicită de la elevi concluzii legate de existența legăturii dintre reacțiile avute în situațiile conflictuale și adâncirea sau soluționarea conflictului. Se solicită reluarea de către elevi a soluțiilor social-acceptabile capabile să rezolve conflictul discutat. Elevii completează chestionarul ”Gestionarea agresivității în situațiile conflictuale”. Se solicită feed back</p>	<p>Conversația euristică</p>	10 min.

Chestionar

”Gestionarea agresivității în situațiile conflictuale”

- 1) Dați un exemplu de reacție agresivă care poate duce la agravarea unui conflict.

- 2) Dați un exemplu de conflict în care v-ați aflat, arătând cum anume ați contribuit la situația respectivă.

- 3) Dați un exemplu de situație când ați reușit să rezolvați pașnic un conflict în care v-ați aflat, arătând ce anume ați făcut.

- 4) Dați un exemplu de modalitate în care vă puteți opri colegii de la a face lucruri care să vă deranjeze, fără a declanșa însă un conflict cu ei.

- 5) Ce anume puteți face pentru a aplana un conflict dintre doi colegi de clasă?

- 6) Ce anume poate face școala pentru a contribui la existența unor relații adecvate între elevi?

Vârsta: _____

Clasa: _____

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Bariere în comunicare”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a IX-a
Profesor	Bușe Manuela Ianina, Colegiul Tehnic ”Anghel Saligny”, sector 3
Competențe generale	Integrarea abilităților de interrelaționare, în vederea dezvoltării personale și profesionale.
Competențe specifice	Exersarea comunicării eficiente.
Metode	lucrul pe grupe, diagrama cauză-efect, dezbateră
Resurse	fișe de documentare, coli format A3, creioane colorate, flip-chart, markere RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

1) Moment organizatoric: se pregătesc materialele, se organizează colectivul în grupe de câte cinci elevi. Se anunță tema, se precizează competențele care urmează a fi dobândite la finalul activității.

2) Captarea atenției: se dă citire motto-ului: „**Cuvântul este pe jumătate al celui care vorbește, pe jumătate al celui care ascultă.**”- Michel E. de Montaigne

3) Desfășurarea propriu-zisă a activității:

Noțiuni generale despre comunicare: etimologia termenului „comunicare”, structura procesului de comunicare, tipuri de comunicare umană, comportamente verbale funcționale pentru o comunicare orală eficientă (Anexa 1), definirea blocajului în comunicarea profesor-elev – discuții cu întreaga clasă.

Se distribuie fișele de documentare (Anexele 1 și 2) și profesorul explică scopul și etapele realizării diagramei cauză-efect. Se solicită elevilor (organizați în grupe de câte cinci elevi) să construiască diagrama Ishikawa pentru efectul „blocaje în comunicarea profesor-elev” – lucrul pe grupe.

Un reprezentant al fiecărei grupe prezintă cauzele identificate și diagrama realizată. Se dezbate cauzelor identificate, se propun soluții pentru înlăturarea acestora.

4) Concluzii: se fac aprecieri asupra activității fiecărei grupe (comunicarea și colaborarea între elevi, rezultate obținute).

Anexa 1

Comportamente verbale funcționale pentru o comunicare orală eficientă

- 1. Plăcerea de a vorbi** – efortul de a avea un ton prietenos, politicos, însoțit de priviri agreabile.
- 2. Naturalitatea** – exprimare firească, fără afectare, fără căutarea forțată a cuvintelor sau expresiilor rare (pentru a epata, a uimi, a șoca).
- 3. Claritatea** – expunere sistematizată, concisă și ușor de înțeles, fără efort, apelând la respirația controlată, mișcarea lejeră a buzelor ajută la receptarea și înțelegerea fără efort a mesajului.
- 4. Corectitudinea** – respectarea regulilor gramaticale.
- 5. Precizia** – utilizarea acelor cuvinte și expresii necesare pentru înțelegerea și facilitarea comunicării.
- 6. Armonia** – recurgerea la cuvinte și expresii care să provoace receptorului reprezentări conforme cu intenția vorbitorului.
- 7. Finețea** – folosirea unor cuvinte și expresii prin care se pot exprima indirect gânduri, sentimente, idei.
- 8. Concizia** – exprimarea concentrată pe subiectul de comunicat, fără divagații inutile.

Anexa 2

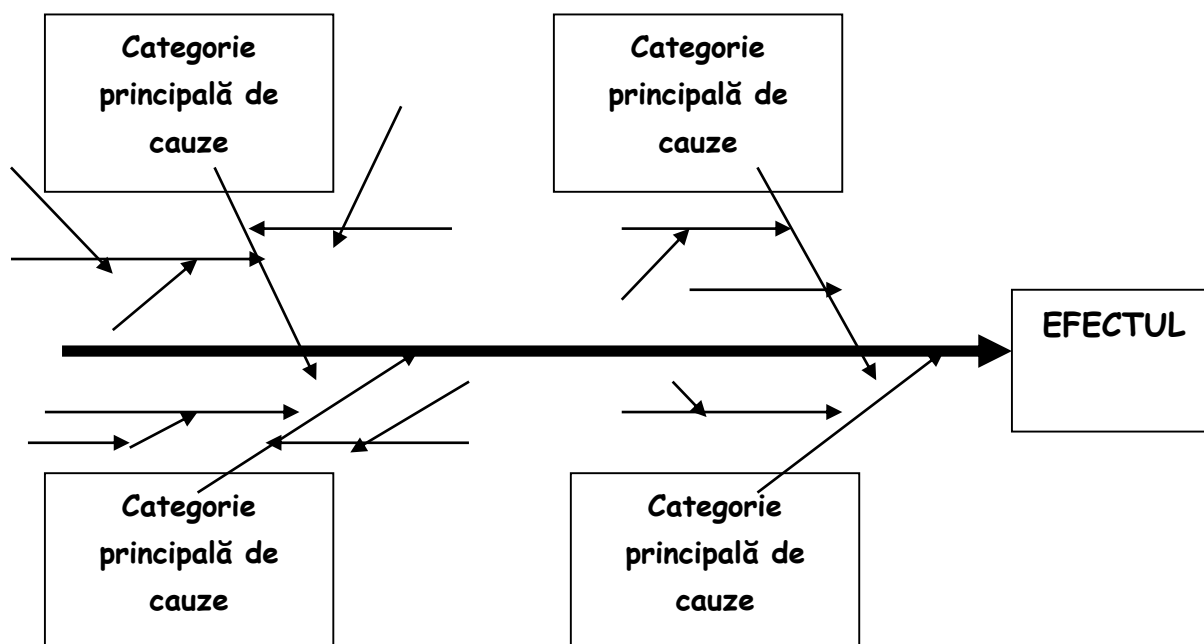
DIAGRAMA CAUZĂ - EFECT (ISHIKAWA)

Diagrama cauză - efect (Ishikawa sau os de pește) permite evidențierea și ierarhizarea cauzelor (reale și potențiale) ale unui efect nedorit.

Diagrama cauză - efect (Ishikawa) se mai utilizează pentru investigarea rezultatelor așteptate ale unei acțiuni, evidențierea relațiilor dintre diferitele cauze ale unui anumit fenomen, ca procedeu de înregistrare a ideilor.

Pentru construirea diagramei Ishikawa se parcurg următoarele etape:

1. definirea problemei - ale cărei cauze vor fi analizate; este preferabil ca acestea să se facă în grup;
2. identificarea tuturor categoriilor de cauze posibile - se recomandă ca această sistematizare a cauzelor să nu fie preluată automat, în orice situație. Trebuie definite categoriile de cauze cele mai potrivite pentru problema analizată;
3. identificarea subcauzelor posibile, pentru fiecare categorie anterior identificată. Subcauzele identificate sunt poziționate pe „oasele” principale;
4. construirea diagramei se realizează prin menționarea efectului din căsuța din dreapta și stabilirea poziției categoriilor principale de cauze;
5. dezvoltarea diagramei constă în specificarea cauzelor corespunzătoare fiecărui nivel de detaliere. În felul acesta elementele cauzale principale, secundare și minore sunt corelate explicit și rațional;
6. analiza informațiilor – evaluarea fiecărie cauze majore și potențialele cauze detaliate asociate cu aceasta.



MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Cum comunicăm în situații conflictuale”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a X-a
Profesor	Bădiță Elena, Colegiul Tehnic ”Anghel Saligny”, sector 3
Competențe generale	Integrarea abilităților de interrelaționare, în vederea dezvoltării personale și profesionale. Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate.
Competențe specifice	Proiectarea unei strategii de comunicare eficientă în familie. Elaborarea unui plan de îmbunătățire a autocontrolului emoțional.
Metode	conversație, studiu de caz, discuții, problematizare, dezbateri, joc de rol, activitate pe perechi, activitate în echipă, activitate frontală
Resurse	flip-chart, creioane colorate, fișe de lucru, retroproiector, marker, coli, laptop RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

Moment organizatoric:

Profesorul anunță tema, motivând alegerea ei pentru dezbateri și obiectivele.

- ✓ identificarea situațiilor și a factorilor generatori de conflicte;
- ✓ utilizarea efectelor pozitive pe care unele situații conflictuale le pot avea;
- ✓ însușirea stilurilor de abordare pentru găsirea soluției optime în rezolvarea conflictelor;
- ✓ dezvoltarea abilităților de negociere în găsirea soluțiilor pentru rezolvarea conflictelor.

Brainstorming:

Profesorul le cere elevilor să găsească sinonime pentru cuvântul „conflict” sau să spună orice cuvânt le trece prin minte atunci când aud cuvântul „conflict”. Profesorul scrie pe foaia de flip-chart toate cuvintele spuse de elevi, separând cuvintele ce exprimă emoții, trăiri de cele legate de conflict.

Profesorul prezintă (slide-uri sau foi) definiția, cauzele, tipuri de conflicte, strategii de rezolvare a conflictelor. Discutii.

Activitate pe perechi:

Elevii stau așezați în bancă față în față. Elevul 1 va mima o întâmplare, un eveniment violent trăit de el sau un conflict în care a fost implicat de curând. Elevul 2 urmărește și descrie/ descoperă fapta și starea emoțională a colegului prin întrebări scurte cu răspunsuri DA/NU. Cei doi elevi scriu pe foaie răspunsurile la întrebările:

- ✓ Ce anume te-a supărat?
- ✓ Ce factori au contribuit la conflictul descris?
- ✓ Cum s-a finalizat conflictul?
- ✓ Ți-ai fi dorit să se finalizeze altfel? Cum?

La sfârșitul activității se citesc și se comentează câte 3 răspunsuri la fiecare întrebare.

Activitate pe grupe:

Se împart elevii în 3 grupe. Li se cere elevilor să identifice și să noteze pe o foaie de flip-chart conflictele care apar în diferite grupuri, cauzele lor, reacțiile care le au la apariția conflictelor și strategiile pe care le vor aplica în rezolvarea acestor conflicte.

- ✓ Grupa 1 – conflictele din familie ,
- ✓ Grupa 2 – conflictele de la școală ,
- ✓ Grupa 3 - conflictele între prieteni sau colegi de echipă.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Un reprezentant al grupei prezintă în fața clasei conflictele, cauzele și strategiile de rezolvare.

Profesorul trage concluziile ajutându-i pe elevi să descopere cauzele conflictelor și strategiile de urmat în cazul apariției unui conflict. Elevii sunt îndemnați să apeleze la Avocatului Elevului din școală pentru rezolvarea conflictelor ce apar între ei, sau între ei și profesori. La încheierea activității, după discuții cu toată clasa, elevii scriu pe foaie raspunsuri date și de alți colegi.

Joc de rol: Se împarte elevilor Fișa de lucru F1. Elevii sunt puși să joace rolul personajelor din situațiile prezentate. Discuții și concluzii.

Studiu de caz: Se împarte elevilor Fișa de lucru F2 și li se cere să identifice tipurile de conflicte, cauzele ce au generat aceste conflicte și strategiile ce se impun pentru rezolvarea lor.

Concluzii: Se cere elevilor să scrie pe un post-it o propoziție, o idee, o părere despre tema dezbătută sau despre activitățile desfășurate. Post-it-urile se lipesc pe tablă sau pe o coală de flip-chart și se citesc.

Se trag concluzii despre efectele pe care le au conflictele, atât în colectiv, cât și pentru o persoană, precum și modul lor de manifestare.

Pentru următoarea oră de dirigenție se cere elevilor să deseneze un copac ce reprezintă un conflict, rădăcinile sunt cauzele, trunchiul reprezintă persoanele implicate în conflict, iar coroana, reacțiile și urmările conflictelor, precum și strategiile urmărite în rezolvarea acestor conflicte.

Profesorul dirigențe anunță tema pentru ora următoare și face ultimile observații.

Fișa de lucru F1

1. Ești într-un grup de colegi și vrei să le spui ceva dar ei te întrerup. Cum poți spune grupului că vrei să fii ascultat?
.....
2. Ești în echipa de fotbal a școlii și la un moment dat ai greșit pasa. Alți colegi de echipă te insultă și vor să te dea afară. Cum îi lămurești că ai făcut tot ce puteai și că nu-ți place să fii insultat?
.....
3. Stai la rând să iei bilete la meci. Câteva persoane vin și se așează în fața ta, lucru care te deranjează. Ce le vei spune acestor persoane?
.....
4. Un coleg îți ia telefonul de pe bancă pentru a da un telefon, fără să ți-l ceară. Ce faci?
.....

Fișa de lucru F2

Daniela este elevă în clasa a X a la un liceu tehnologic. Părinții ei au plecat acum 3 ani la muncă în Spania, lăsând fata spre creștere și educare bunicii din partea mamei. Daniela a devenit un copil libertin, rebel, lipsește nemotivat de la ore. De câteva luni, a răspuns ofertei de a face reclamă unor produse în supermarket-uri. Atitudinea față de școală și față de colegi s-a schimbat: intră la ore după profesor, deranjează frecvent orele, este nepoliticoasă cu profesorii și cu personalul de îngrijire și pază, are o ținută vestimentară neadecvată, contrar prevederilor regulamentului intern. Dacă i se face observație, devine recalcitrantă, dând naștere la conflicte.

Se ceartă frecvent cu colegii deoarece îi ironizează, îi tratează cu un aer de superioritate, le dă ordine, îi agresează verbal, nu-și îndeplinește sarcinile de elev de servicii. Nu mai are decât două colege cu care vorbește acestea fiind mai mult obligate să facă ce zice ea.

Nici bunica nu se mai înțelege cu ea.

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Comunicarea nonverbală”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a X-a
Profesor	Aștelian Carmen Raluca, Ciocarlu Luminița, Liceul Teoretic ”Dante Alighieri”, sector 3
Competențe generale	Integrarea abilităților de interrelaționare, în vederea dezvoltării personale.
Competențe specifice	Utilizarea informațiilor despre comunicarea nonverbală pentru obținerea succesului.
Metode	conversația, expunerea, activitatea în echipă, studiul de caz, jocul didactic, problematizarea
Resurse	flip-chart, marker, coli, creioane colorate, desen modelul iceberg-ului, fișe de lucru, videoproiector, laptop RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei

1) Moment organizatoric: Disponibilitatea optimă a echipamentului electronic și a materialelor didactice pentru începerea orei. Analiza concisă a absențelor nemotivate și a notelor sub 6 obținute de elevi în ultima săptămână.

2) Anunțarea temei: Li se explică elevilor că tema lecției decurge din chestionarele completate de ei ora trecută (în chestionar, Elevul_1 a menționat: „prietenii spun că vorbesc cam mult”, Elevul_2: „Mă intimidiez foarte repede când trebuie să răspund în fața clasei.”, Elevul_3: „Mă panichez la ascultări.”) Elevii deduc că în cazurile de mai sus există o problemă de comunicare; prin urmare comunicarea reprezintă tema de abordat la ora de dirigenție.

Se scrie pe tablă cuvântul „comunicare”, iar elevii sunt invitați să descopere tipurile de comunicare: verbală (orală și scrisă)/ nonverbală; voluntară/ involuntară; asertivă / conflictuală; comunicarea cu sine/ comunicarea cu ceilalți etc)

Profesorul dirigenție precizează că se va discuta despre comunicarea nonverbală.

3) Dezbaterea temei:

a) Comunicarea prin imagini. Studiu de caz: panoul clasei

În clasă există “Panoul Clasei” unde sunt afișate imagini de grup, imagini mozaic, diplome obținute de elevii clasei la concursuri, olimpiade, proiecte extrașcolare etc.

Prin conversație și prin observarea panoului clasei, elevii ajung la următoarele concluzii:

- ✓ din fotografiile de grup (detaliile de mimică) reiese că se simt bine împreună, există o atmosferă pozitivă, formează deja un grup care încearcă să-și găsească unitatea;
- ✓ din mozaic (fotografiile elevilor și a dirigintelui, toate în format mic, juxtapuse), reiese că sunt diferiți (fiecare a pozat în altă poziție, în alt loc), dar unici și mai ales uniți (unitate în diversitate);
- ✓ din poziția fotografiei dirigintelui (între fotografiile elevilor, dar de dimensiune puțin mai mare) reiese că este și el parte din marea familie a clasei, dar are autoritate, are un statut, totuși, diferit de al elevilor;
- ✓ din diplomele expuse reiese înclinațiile și aptitudinile elevilor: pasiunea pentru desen, arte plastice, teatru etc.

b) Comunicarea prin imagini. Logo-ul clasei Câțiva elevi prezintă propunerile pentru logo-ul clasei, așa cum fusese convenit în lecția anterioară de dirigenție. Fiecare afișează la tablă foaia cu desenul realizat și își argumentează alegerea.

Înainte de votul pentru alegerea logo-ului clasei, se reamintesc criteriile: caracterul reprezentativ, sugestiv, un anumit aspect estetic etc. Dirigintele cere elevilor părerea în legătură cu menționarea numelui autorului pe fiecare logo. Se ajunge la concluzia că nu este relevantă menționarea numelui, deoarece votăm ideea și nu persoana, votăm obiectiv, nu în funcție de prietenii și de simpatii.

Se votează prin ridicare de mână. Se afișează pe panou imaginea cu logo-ul câștigător.

c) Importanța comunicării nonverbale

Se prezintă elevilor modelul iceberg-ului, acoperindu-se legenda care explică semnificația fiecărui procent (Anexa 1). Vor fi surprinși să descopere că, de exemplu, procentul de 45% nu îl reprezintă cuvintele, cum ar fi crezut ei, ci poziția corpului, mimica, gesturile.

Concluzie: mesajul pe care îl transmitem celorlalți depășește conținutul semantic al cuvintelor. Comunicarea nonverbală influențează enorm impactul și semnificația mesajului. Uneori e mai important *cum* spunem decât *ce* spunem.

4) Activitate în echipă:

Se distribuie fiecărei echipe fișa de lucru F1. Se prezintă modalitatea și timpul de lucru (5-7 min). Se insistă asupra colaborării în echipă. Se citesc prin sondaj câteva replici și se comentează mai ales detaliile mimicii celei mai grăitoare.

5) Lucrul individual:

Se subliniază faptul că gesturile transmit adesea mesaje involuntare. Mai ales atunci când încalcă un anumit cod social, sunt considerate necuviincioase, ireverențioase, o dovadă a lipsei de educație. Elevii primesc Fișa de lucru F2 (“Comunicarea prin gesturi în raport cu Codul bunelor maniere”), pe care lucrează individual, apoi răspunsurile lor se verifică frontal, prin conversație. Se pune accentul pe importanța contextului: același gest e permis într-un anumit context, dar este cu desăvârșire interzis în altul. Elevii dau și alte exemple de gesturi interzise sau nerecomandate în public (a arăta pe cineva cu degetul, a trosni degetele, a sta cu mâinile în șold, a împinge, a da din coate ș.a.).

6) Relația de complementaritate dintre comunicarea nonverbală și cea verbală:

Se spune că există un limbaj al tăcerii, că uneori tăcerea e mai sugestivă decât o mie de cuvinte. Să vedem o situație concretă:

Profesorul se află cu fața la tablă și scrie titlul lecției. Un elev din clasă spune cu jumătate de voce: „Doamna profesoară, îmi cer scuze că vă întrerup, dar colegul meu mă deranjează permanent și nu pot fi atent.” Profesorul tace și scrie în continuare la tablă.

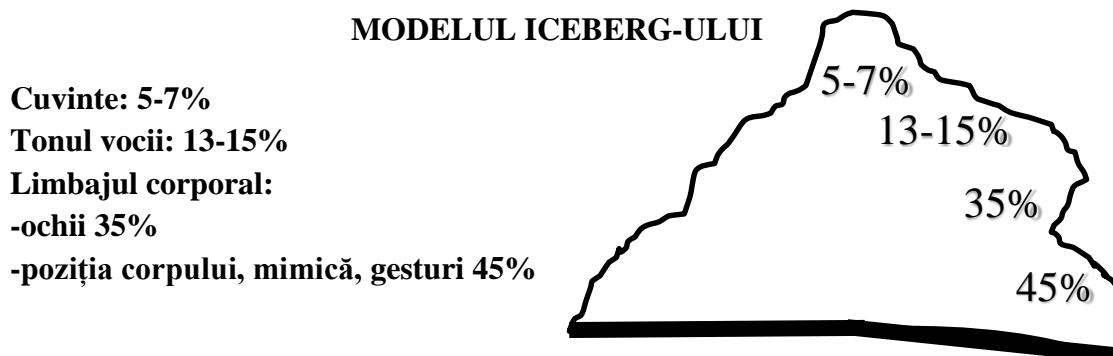
Cum interpretați această tăcere? (elevii răspund oral)

Concluzie: tăcerea e interpretată diferit, în general comunicarea nonverbală e interpretată diferit, deoarece adesea este ambiguă; de aceea, când ni se pare că am primit un mesaj nonverbal negativ, pentru prevenirea unui conflict inutil, e bine să clarificăm lucrurile prin comunicare verbală. E de dorit completarea comunicării nonverbale cu cea verbală.

7) Temă:

Pentru că folosesc frecvent rețele de socializare și pentru că fotografia de profil îi reprezintă (vestimentația, postura, în exterior/ în interior, singur/în grup, bust/ chip/ corp întreg), elevii vor avea de afișat pe Facebook o fotografie interesantă, cu care să participe la concursul „Cea mai artistică fotografie de profil”, „Cea mai amuzantă fotografie de profil”. Imaginile câștigătoare vor fi expuse pe panoul clasei.

Anexa 1



Comunicarea eficientă ține cont de trei tipuri de imagine care intră în interacțiune unele cu altele: imaginea de sine a unui individ, imaginea fiecărui membru al grupului despre ceilalți în parte, imaginea întregului grup despre fiecare membru al său. În situații legate de mediul școlar, trebuie surprinse relațiile dintre imaginea de sine a unui elev și imaginea celorlalți despre elev. Soluționarea dificultăților apărute în dinamica grupului devine imperioasă. Trebuie depistate cauzele incompatibilității între imagini. Uneori aceasta se datorează individului, trăsăturilor personale (timiditate, sociabilitate redusă, dificultăți de comunicare), alteori grupului care judecă superficial. Rezolvarea conflictelor este stringentă în mediul educațional, unde personalitățile sunt în formare.

Cunoașterea autentică și interrelațiile desfășurate în medii empatic implică întotdeauna pe lângă comunicarea verbală și comunicarea nonverbală: limbajul trupului transmite enorm de multe informații despre persoană și despre relațiile pe care acesta le dezvoltă pe plan psihosocial. Comunicarea nonverbală poate spune foarte multe despre o persoană. Indiferent de vârstă, ființa umană încearcă să se valorizeze și să fie valorizată, alege comportamente care să o favorizeze și să o evidențieze în raporturile dorit pozitive pe care le creează. Crearea de sine ține cont nu numai de achiziționare de informații ce trebuie să îi ofere baza pentru o carieră de succes, ci înglobează tot ce ține de mimică, de gestică, de poziția corpului, de ținută, de vestimentație – toate aceste elemente vorbesc despre Eul, despre imaginea de sine, despre personalitatea umană, conlucrând împreună cu limbajul verbal spre crearea unui mediu favorabil, empatic. Copiii și adolescenții de exemplu mizează mult în afișarea personalității lor pe limbajul non-verbal.

Comunicăm cu ajutorul cuvintelor, modulațiilor vocii, expresiilor mimice chiar și când nu spunem nimic.

Mesajul pe care îl transmitem celorlalți depășește conținutul semantic al cuvintelor. Cercetările au evidențiat că în timpul unui discurs prezentat în fața unui grup, 45% din impactul acestuia se datorează limbajului corporal, 35% expresia ochilor, 13-15% tonului vocii și doar 5-7% conținutului verbal al mesajului transmis.

Fișa de lucru F1

Priviți cu atenție expresiile figurii de mai jos și notați pentru fiecare în parte o replică adecvată:



Fișa de lucru F2

Trasați săgeți de la fiecare gest la situația în care gestul respectiv nu este recomandat, fiind considerat neplăcut.

-a sta cu mâna în buzunar

-atunci când caști sau tușești

-a bate ritmul unei melodii preferate, cu pixul sau cu degetul, pe birou

-atunci când vrei să-i spui cuiva ceva discret

-a te scărpină în nas

-atunci când saluți

-a pune mâna la gură

-atunci când intri într-o încăpere

-a sta cu căciula/ șapca pe cap

-atunci când vorbești cu cineva

-a tasta pe telefonul mobil

-în timpul orelor de curs

-a corecta rujul de pe buze

-în stația de metrou

-a nu pune mâna la gură

MODULUL 2 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Oameni diferiți, șanse egale”
Modulul	Comunicare și abilități sociale
Grup țintă/ clasă	a X-a
Profesor	Ioniță Olimpia, Colegiul Economic ”Viilor”, sector 5
Competențe generale	Integrarea abilităților de interrelaționare, în vederea dezvoltării personale.
Competențe specifice	Aprecieră unicității fiecărei persoane; Conștientizarea faptului că oamenii au șanse egale de acces la ceea ce-și doresc.
Metode	conversația euristică, dezbateră, problematizarea, lucrul în echipă, sinteza
Resurse	chestionar de tip Adevărat/Fals, DEX, fișe/ bilețele, minge RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

Moment organizatoric: salutul, consemnarea absențelor, verificarea ținutei, aranjarea sălii de clasă, crearea atmosferei potrivite unei bune desfășurări a orei de dirigenție.

Enunțarea obiectivelor: Ora începe prin definirea unor termeni, precum: *discriminare, șansă, etichetă, stereotip, stimă de sine, egalitate, libertate*. Elevii se pot ajuta de *Dicționarul explicativ al limbii române* pentru definirea cuvintelor pe care nu le cunosc.

Activitate individuală: Se completează chestionarul cu răspunsuri de tip *Adevărat/ Fals*, apoi se discută răspunsurile elevilor. Dacă, în urma dezbaterii în plen și a problematizării, elevii și-au schimbat opțiunea asupra vreunui răspuns, pot face modificările pe chestionar.

Lucru pe grupe: Elevii sunt împărțiți în 3 grupe. Fiecare grupă primește o sarcină de lucru.

Grupa 1: Arătați care sunt consecințele pe care discriminarea le are asupra unei persoane; (ex. de răspunsuri: scăderea stimei de sine/ self-esteem-ului etc.);

Grupa 2: Notați modalitățile de prevenire și combatere a discriminării (de orice fel) pe care le cunoașteți; (ex. de răspunsuri: conștientizarea stereotipurilor, interzicerea discriminării prin lege etc.);

Grupa 3: Numiți și exemplificați oportunitățile pe care trebuie să le aibă oamenii pentru a se putea considera că au șanse egale de acces în viață; (ex. de răspunsuri: incluziunea în clasă/ școală/ familie/ comunitate, accesul la programe de tip *a doua șansă* etc).

Sinteza: După schimbul de idei al fiecărei grupe, profesorul dirigență ajută elevii, prin conversație euristică, să sintetizeze ideile principale expuse.

Feedback-ul: se realizează prin metoda RAI (Răspunde-Aruncă-Interoghează): Un elev din Grupa 1 aruncă o minge Grupei 2 în timp ce rostește un termen utilizat în timpul orei de dirigenție (ex. *discriminare, etichetă, stereotip, șansă, egalitate stimă de sine* etc.), iar grupa care posedă mingea trebuie să-l definească în câteva cuvinte, apoi aruncă mingea Grupei 3; grupa care nu reușește să ofere răspuns este scoasă din joc. La final rămâne o singură grupă care este declarată câștigătoare.

Temă (facultativă): Profesorul dirigență le recomandă elevilor vizionarea filmului „Clasa divizată”- <http://www.youtube.com/watch?v=R97Xlpy0Fsc>

Chestionar

Notați fiecare enunț cu A(adevărat) sau F(fals) și argumentați alegerea făcută:

1. Oamenii cu ochi albaștri sunt mai inteligenți;

.....

2. Toamna, brazii își scutură frunzele îngălbenite;

.....

3. Este important ca cei din jur să ne iubească;

.....

4. Când ți se pun „etichete”, te simți jignit;

.....

5. Femeile cu părul blond sunt mai puțin inteligente;

.....

6. Toți oamenii au șanse egale la ceea ce își doresc.

.....

NOTĂ! Dacă, în urma dezbaterii în plen, elevii și-au schimbat opțiunea asupra vreunui răspuns, pot face modificări.

Vârsta: _____

Clasa: _____

MODULUL 3

MANAGEMENTUL INFORMAȚIILOR ȘI AL ÎNVĂȚĂRII

- 📖 dezvoltarea aptitudinilor de folosire a computerului, ca mijloc de informare și de învățare;
- 📖 prezentarea aspectelor pozitive și a celor negative în ceea ce privește folosirea calculatorului;
- 📖 dezvoltarea unor abilități de comunicare în situații de interacțiune socială.

Teme propuse:

- ✂ ”Cartea izvor de înțelepciune”
- ✂ ”Promovarea drepturilor copilului, un demers necesar și continuu”
- ✂ ”Computerul prieten sau dușman?”
- ✂ ”Caracteristici ale învățării eficiente”
- ✂ ”Învață cum să înveți”
- ✂ ”Viețile noastre digitale”
- ✂ ” Model pentru tinerii de azi: Viața lui Nicolae Grigorescu”
- ✂ ”Rolul stilurilor de învățare în optimizarea învățării”

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI – „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Cartea izvor de înțelepciune”
Modulul	Managementul informațiilor și al învățării
Grup țintă/ clasă	a V-a
Profesor	Liurcă Valentina, Liceul Teoretic “Dante Alighieri”, sector 3
Obiective cadru	Dezvoltarea abilitatilor de utilizare a informatiilor în procesul de învățare. Utilizarea adecvată a informațiilor despre educație și muncă pentru obținerea performanței și succesului.
Obiective de referință	✓ să aprecieze valoarea cărții ca pe un bun de preț, respectând-o și conservând-o; ✓ să înțeleagă necesitatea cărții, respectiv a informării, ca o componentă esențială în procesul formării culturii generale și a personalității; ✓ să înțeleagă lectura ca mijloc de petrecere minunată a timpului liber; ✓ să utilizeze în mod adecvat informațiile din cărțile citite.
Metode	conversația, ciorchinele, brainstormingul, expunerea, dezbateră
Resurse	markere, coli flip-chart, fișe cu poezii, ghicitori, maxime, proverbe RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

Moment organizatoric: salutul, prezența, consemnarea absențelor, aranjarea sălii de clasă, crearea atmosferei potrivite unei bune desfășurări a orei de dirigenție.

Captarea atenției:

Profesorul dirigențe cere unui elev să citească și să explice motto-ul scris pe tablă: „*Deschide cartea ca să înveți ce au gândit alții; închide cartea ca să gândești tu însuși.*” (Heyde)

Profesorul antrenează elevii într-o discuție despre „adevărul” trist al zilelor noastre, când calculatorul și televizorul sunt stăpânii absoluți ai timpului nostru liber. Se inițiază o discuție sinceră cu elevii despre timpul pe care aceștia îl acordă lecturii.

Profesorul le demonstrează elevilor că lectura este o activitate care stă la baza formării culturii generale. Elevii trebuie să înțeleagă faptul că, numai citind cărți din diferite domenii, își vor forma un vocabular adecvat și vor obține informații utile. Timpul petrecut cu cartea este adesea mai folositor decât cel petrecut în fața computerului, care este un „devorator” de timp, sau în fața televizorului unde secvențele se succed cu rapiditate, după un ritm ce nu ține totdeauna pasul cu gândirea. Profesorul dirigențe le cere elevilor să vorbească despre cărți încercând să dea o definiție.

Exemple:

- ✓ Cartea este o scriere cu un anumit subiect, tipărită și legată în volum.
- ✓ Cartea este mijloc de informare accesibil tuturor.
- ✓ Cartea este izvor de cunoaștere și frumusețe.
- ✓ Cartea este scrisă cu mintea și cu inima.

Activitatea 1 - Ciorchinele: Profesorul propune completarea unui ciorchine scriind toate cuvintele care au legătură cu *cartea*. (Anexa 1).

Elevii citesc poezii și ghicitori despre carte (au fost anunți ora trecută să caute poezii, ghicitori, maxime și proverbe).

Activitatea 2 - Pânza de păianjen: Profesorul expune pe coli flip-chart etapele creației prin comparație cu pânza de păianjen (Anexa 2).

Elevii prezintă citate, maxime și proverbe despre carte.

Profesorul cere elevilor să răspundă la întrebarea, *de ce citim?*

Exemple:

- ✓ Pentru că ne dezvoltă limbajul și gândirea.
- ✓ În compania cărților nu ești niciodată singur.
- ✓ Pentru că este cea mai folositoare formă de petrecere a timpului liber.
- ✓ Pentru a cunoaște mai mult din viața plantelor și animalelor.

Profesorul le prezintă elevilor câteva curiozități:

Cea mai veche carte din lume:”Epopoea lui Ghilgamesh” este un poem epic din Mesopotamia antică, cea mai veche scriere a umanității datând de la începutul mileniului III, î.Hr.

Cea mai mare carte din lume este Atlasul Klencke care măsoară, 1,75m înălțime și 1,90m lățime, iar pentru a o ridica este nevoie de șase persoane.

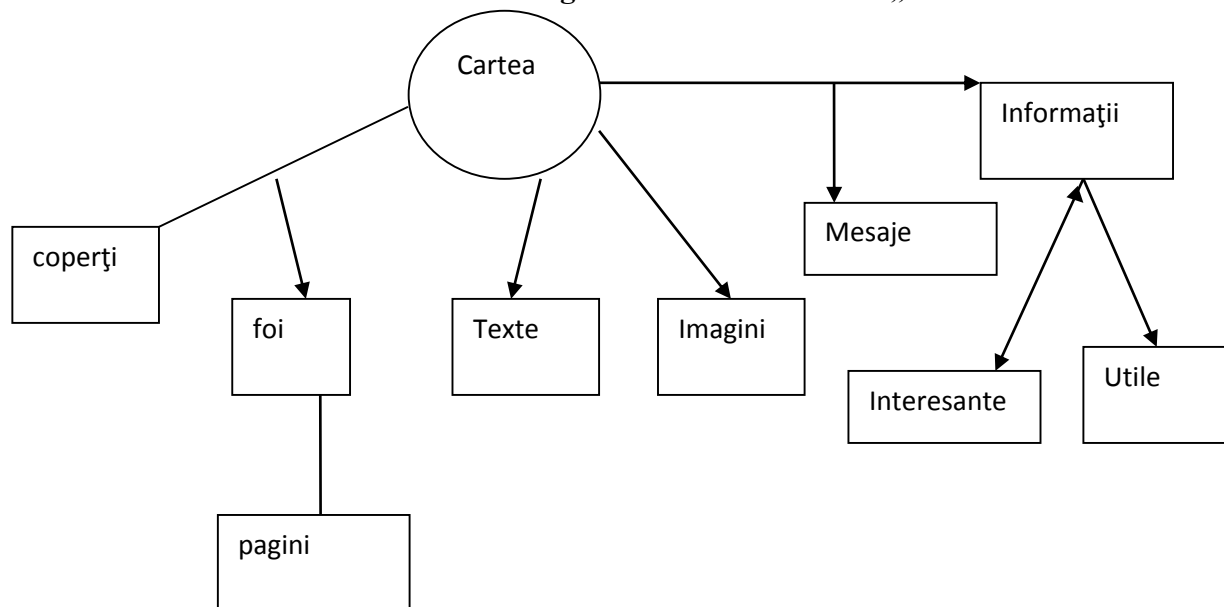
Elevilor li se cere să arate unde pot găsi cărți (librărie, bibliotecă). Profesorul poate adăuga, *anticariatul*, explicând termenul.

Tema: pentru ora următoare de dirigenție “Biblioteci celebre din întreaga lume”.

Anexa 1

CIORCHINELE

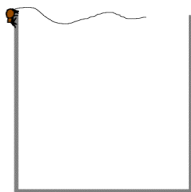
Scrie toate cuvintele care au legătură cu cuvântul dat: „CARTEA”.



Anexa 2

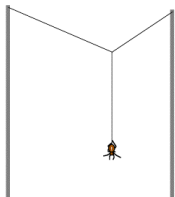
PÂNZA DE PĂIANJEN

Pare simplu de scris o carte, doar o înșiruire de nume și date și cuvinte înșăilate, însă orice scriitor ar spune că ne înșelăm. Ne-am gândit să comparăm truda scriitorului cu cea a unui păianjen și, mai ales, cartea, cu o pânză de păianjen. Iată cum lucrează omul – păianjen:



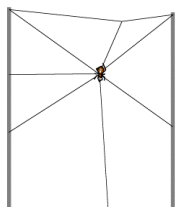
PRIMUL PAS:

este partea dificilă: puntea păianjenului se formează doar în momentul în care briza poartă linia mătăsoasă către zona cu linia lipicioasă. Câtă răbdare! La scriitorul nostru greu vine din încăpățânarea ideii ce nu mai apare.



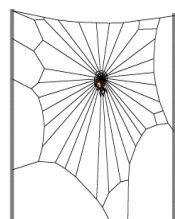
AL DOILEA PAS:

când ideea prinde contur, scriitorul, ca și păianjenul *traversează* cu grijă de-a lungul liniei subțiri și o consolidează cu o a doua linie. A doua *linie* este o altă idee mică ce o susține pe prima.



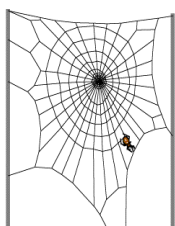
AL TREILEA PAS:

care poate fi considerat *miezul* lucrăturii, este migălos lucrat de păianjen într-o formă de **Y**. La scriitor, **Y**-ul este *ideea principală* în jurul căreia el *țes* toate celelalte file ale cărții.



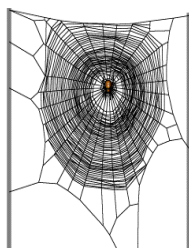
AL PATRULEA PAS:

armonia firelor continuă în jurul literei unificatoare, păianjenul reușind să construiască un cadru pentru a atașa și alte fire. Scriitorul găsește amănunte, nume, situații pe care le prinde cu atenție pe foile albe. Păianjenul nu se oprește aici, ci mai face fire circulare lăsând între ele distanța convenită.



AL CINCILEA PAS:

firele circulare nu sunt decât episoadele din carte iar distanța dintre ele este susținută de încărcătura lor. Astfel **CARTEA** ajunge un material înflorat, ca un desen complicat, amestecând aceste fire și realizând labirintul vieții.



AL ȘASELEA PAS:

păianjenul poate să se odihnească, stând în centrul pânzei sale după o lungă trudă. Ciudat lucru, insecta își mănâncă pânza, lăsând intact primul fir. Reface pânza în fiecare dimineață știind că de ea depinde existența lui. Scriitorul se hrănește la fel din creația sa, de acolo își ia putere pentru drumul pe care îl are de parcurs.

Și el **RE**-face, **RE**-creează, **Re**-gândește.

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI – „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Promovarea drepturilor copilului, un demers necesar și continuu”
Modulul	Managementul informațiilor și al învățării
Grup țintă/ clasă	a VI-a
Profesor	Parga Silvia, Căruntu Mariana Școala Gimnazială Nr. 31, sector 2
Obiective cadru	Identificarea legislației specifice, în domeniul promovării drepturilor copilului; Informarea cu privire la serviciile de asistență educațională accesibile elevilor, părinților și cadrelor didactice; Promovarea drepturilor copilului și a obligațiilor acestuia, în calitate de elev; Exersarea abilităților de respectare a drepturilor copilului, în familie și în școală.
Obiective de referință	✓ să identifice principalele prevederi legislative, cu privire la promovarea drepturilor copilului; ✓ să asocieze corect o serie de drepturi ale copilului, cu responsabilitățile corespunzătoare, în funcție de reguli și roluri sociale; ✓ să exprime opinii cu privire la importanța promovării drepturilor copilului.
Metode	conversația, explicația, lucrul în echipă
Resurse	fișe de documentare, fișă de lucru, foi albe, markere, coli flip-chart RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

Moment organizatoric: salutul, prezența, consemnarea absențelor, aranjarea materialelor în sala de clasă pentru buna desfășurare a orei de dirigenție.

Enunțarea obiectivelor: Se anunță obiectivele orei de dirigenție, care sunt scrise pe o coală de flip-chart, afișată la loc vizibil.

Activitatea 1 – Identificarea drepturilor copiilor conform legislației:

Profesorul dirigenție anunță că la această oră de dirigenție participă două subgrupuri “Copii” și “Părinții”. Fiecare elev este însoțit de un părinte. Profesorul dirigenție solicită fiecărui subgrup să facă o listă cu drepturile copilului, pe câte o coală de flip-chart, așa cum cred că sunt prezentate aceste drepturi în legislație.

După finalizarea celor două liste colile de flipchart sunt afișate la loc vizibil și un reprezentant al fiecărui subgrup trece în revistă drepturile formulate, astfel încât întreg grupul să aibă aceeași informație.

Toți participanții vor primi Fișa de documentare D1 și Fișa de documentare D2. ce conține articolele 6 și 7 din Legea nr. 272/2004 privind protecția și promovarea drepturilor copiilor (<http://www.copilul.ro/legislatie-familie/drepturile-copilului/Legea-272-2004-privind-protectia-si-promovarea-drepturilor-copiilor-a818.html>) și Vor fi comparate drepturile scrise pe colile de flipchart cu drepturile prevăzute de lege.

Profesorul dirigenție va identifica acele drepturi care au fost formulate corect, marcând acest lucru pe colile de flip-chart pe care s-a lucrat. Dirigențele va insista asupra unora dintre formulările din Fișa de documentare D1, astfel încât elevii și părinții să înțeleagă sensul acestora și, respectiv, drepturile promovate prin lege. Reprezentanții fiecărui grup vor completa, pe rând, pe colile de flip-chart pe care s-a lucrat, acele drepturi prevăzute de lege, care au fost omise. De asemenea, dirigențele va

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI – „ORA DE DIRIGENȚIE”

solicita ca fiecare să-și exprime opinia cu privire la câteva modalități concrete și eficiente de promovare și cunoaștere a acestor drepturi, atât în mediul familial, cât și în mediul școlar.

Activitatea 2 - Asocierea drepturilor copilului cu responsabilități corespunzătoare, în funcție de rolurile și regulile familiale sau școlare:

Se păstrează diadele “Copii” și „Părinți”. Fiecare diadă primește Fișa de lucru F1. Pe baza fișelor completate, membrii diadelor prezintă, la alegere, câte un drept al copilului, promovat prin lege și, în mod corespunzător trei responsabilități ce revin copilului și care completează dreptul promovat, responsabilități preluate din reglementările școlare sau care se asociază unei conduite civilizate în familie sau în societate. Dirigințele notează selectiv, pe o coală de flipchart, câteva dintre responsabilitățile formulate de către membrii diadelor. Pe baza acestora, se formulează concluzii privind asocierea permanentă a promovării și respectării drepturilor copilului cu monitorizarea asumării responsabilităților corespunzătoare de către acesta și cu utilizarea unor sancțiuni adecvate vârstei copilului.

Feed-back:

Profesorul diriginte face aprecieri despre felul în care au colaborat participanții la derularea activităților și solicită feedback-ul acestora cu privire la aspectele cele mai interesante ale orei de dirigenție.

FIȘĂ DE LUCRU F1

Scrieți, la alegere, trei drepturi ale copilului promovate de legislație. Precizați, pentru fiecare dintre aceste drepturi, câte trei responsabilități corespunzătoare acestor drepturi și pe care, credeți că trebuie să și le asume copilul dumneavoastră. Apreciați, pentru fiecare responsabilitate precizată, măsura în care copilul dumneavoastră o respectă, de obicei, la școală și acasă. Scrieți cifra corespunzătoare pentru fiecare responsabilitate în parte (3 - întotdeauna, 2 - câteodată, 1 – niciodată).

NR. CRT.	DREPTURI ALE COPILULUI	RESPONSABILITĂȚI CORESPUNZĂTOARE ACESTOR DREPTURI	MĂSURA ÎN CARE COPILUL MEU RESPECTĂ ACESTE RESPONSABILITĂȚI	
			acasă	la școală
1		1. a) b) c)		
2		2. a) b) c)		
3		3. a) b) c)		

Sursa: <http://www.scoalapompiliudan.ro/files/PROGRAM%20EDUCATIV%20SUPPORT.pdf>

FIȘĂ DE DOCUMENTARE D1

Despre neglijarea copilului

Neglijarea apare atunci când fără să vrea, părinții sau persoanele în grija cărora se află un copil, nu acordă îngrijirea, educația de care are nevoie copilul și pun astfel în pericol viața sau dezvoltarea acestuia.

Neglijarea fizică are în vedere neglijența părinților sau a persoanelor care au în grijă copii, de a le asigura acestora nevoia de somn, mâncarea sau băutura necesare, de a le asigura acestora îmbrăcămintea adecvată condițiilor meteorologice și respectiv a adăpostului pentru copil, legarea sau închiderea copilului într-o camera întunecoasă sau friguroasă, lăsarea copilului nesupravegheat în casă sau pe stradă.

Neglijarea educațională este legată de interzicerea sau ne-asigurarea posibilității unui copil de a merge la școală. Privarea de dreptul la joacă și la recreere este tot o neglijare educațională.

Neglijarea emoțională apare, de exemplu, dacă persoana nu este deschisă la nevoile emoționale ale copilului, dacă nu îi acordă copilului care suferă, posibilitatea de a fi văzut de un psiholog, de un specialist logoped, de un medic etc.

Orice copil care a fost sau este agresat în orice fel (fizic, emoțional, sexual, social etc.) sau care este neglijat sau abandonat poate să anunțe Direcția de protecție a copilului sau pe orice adult în care are încredere

FIȘĂ DE DOCUMENTARE D2

Legea nr. 272/2004 privind protecția și promovarea drepturilor copiilor

Art. 6.- Respectarea și garantarea drepturilor copilului se realizează conform următoarelor principii:

- a) respectarea și promovarea cu prioritate a interesului superior al copilului;
- b) egalitatea șanselor și nediscriminarea;
- c) responsabilizarea părinților cu privire la exercitarea drepturilor și îndeplinirea obligațiilor părintești;
- d) primordialitatea responsabilității părinților cu privire la respectarea și garantarea drepturilor copilului;
- e) descentralizarea serviciilor de protecție a copilului, intervenția multisectorială și parteneriatul dintre instituțiile publice și organismele private autorizate;
- f) asigurarea unei îngrijiri individualizate și personalizate pentru fiecare copil;
- g) respectarea demnității copilului;
- h) ascultarea opiniei copilului și luarea în considerare a acesteia, ținând cont de vârsta și gradul sau de maturitate;
- i) asigurarea stabilității și continuității în îngrijirea, creșterea și educarea copilului, ținând cont de originea sa etnică, religioasă, culturală și lingvistică în cazul luării unei măsuri de protecție;
- j) celeritate în luarea oricărei decizii cu privire la copil;
- k) asigurarea protecției împotriva abuzului și exploatării copilului;
- l) interpretarea fiecărei norme juridice referitoare la drepturile copilului în corelație cu ansamblul reglementărilor din această materie.

Art. 7.- Drepturile prevăzute de prezenta lege sunt garantate tuturor copiilor fără nicio discriminare, indiferent de rasă, culoare, sex, limbă, religie, opinie politică sau altă opinie, de naționalitate, apartenență etnică sau origine socială, de situația materială, de gradul și tipul unei deficiențe, de statutul la naștere sau de statutul dobândit, de dificultățile de formare și dezvoltare sau de alt gen ale copilului, ale părinților ori ale altor reprezentanți legali sau de orice altă distincție.

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI – „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Computerul prieten sau dușman?”
Modulul	Managementul informațiilor și al învățării
Grup țintă/ clasă	a VI-a
Profesor	Popa Monica Viorica, Școala Gimnazială Nr. 56 “Jose Marti”, sector 2
Obiective cadru	Exersarea unor deprinderi de selectare a informațiilor relevante pentru învățarea eficientă
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ -să identifice situațiile periculoase de pe Internet ✓ -să elaboreze un minighid de utilizare a Internetului cu sfaturi pentru copii
Metode	conversația, dezbateră, jocul de rol, turul galeriei, jocul-„Norul cuvintelor”
Resurse	tablă, markere, laptop conectat la Internet, videoproiector, fișe de lucru pentru elevi, post-it-uri divers colorate (4 culori pentru 4 grupe) RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. Moment organizatoric (2 minute) -Se analizează evenimentele petrecute în colectivul clasei cu privire la învățatură și disciplină.

2. Captarea atenției (5 minute) -Se vor prezenta 2 spoturi, unul în care utilizarea internetului aduce o serie de beneficii și altul în care utilizarea internetului implică riscuri (filmele “Upload your fears”, “Don’t upload your life! Live it!” pot fi descărcate de pe site-ul www.sigur.info -secțiunea spoturi).

3. Anunțarea temei și a obiectivelor operaționale (2 minute).

4. Dirijarea activității

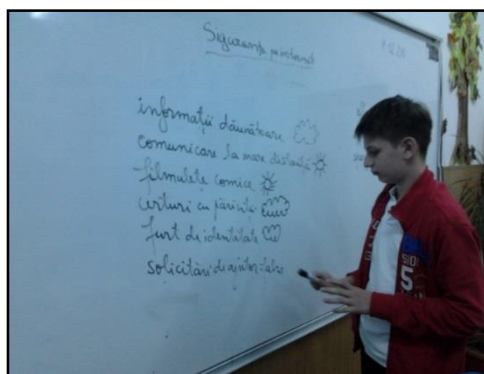
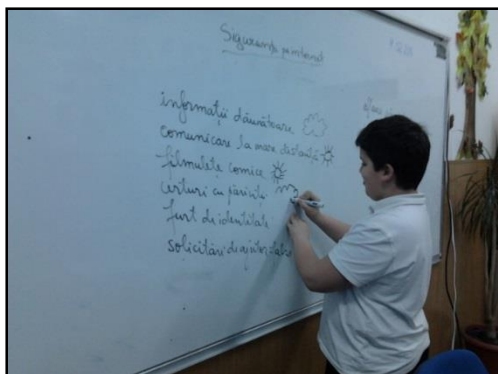
-discutarea celor două spoturi cu beneficiile și riscurile utilizării Internetului-dezbateră (5 minute);

-activitate frontală de triere a situațiilor pozitive/ riscante-„**Ridică-te sau stai jos**”- Anexa 1. Profesorul citește enunțurile, iar elevii, pentru situațiile în care activitatea este una pozitivă se ridică, iar stau jos dacă acesta implică riscuri (4 minute). Profesorul corectează după fiecare enunț.

5. Împărțirea responsabilităților pe grupe:

Norul cuvintelor – Anexa 2

Pe tablă vor fi scrise 10 cuvinte cu 5 beneficii și 5 riscuri asociate utilizării Internetului. Fiecare reprezentant al unui grup va identifica un beneficiu/ risc și îl va explica în termeni accesibili lui. Apoi va desena pe tablă un soare în dreptul beneficiului identificat și explicat de el, iar în cazul riscului, un nor (5 minute).



Așa da/Așa nu - Turul galeriei (10 minute): Fiecare grupă va primi sarcina de a realiza câte un poster reprezentativ, AȘA DA/ AȘA NU, care va fi prezentat în fața clasei și supus votului (turul galeriei), utilizând stickere de culori diferite (4 culori, pentru fiecare echipă). Echipa nu își va vota propriul afiș.

Joc de rol (10 minute): Fiecare echipă va improviza câte o situație legată de utilizarea Internetului. (pe baza unor bilețele cu scenarii pe care le vor extrage dintr-un bol – Anexa 3). Echipele din nou vor vota echipele adverse, în final realizându-se un punctaj pe baza căruia profesorul poate realiza un clasament.

6. Discutarea rezultatelor la nivel de clasă:

Grupele vor fi recompensate cu o diplomă. (2 minute);

Profesorul diriginte îi invită pe elevi să conceapă un minighid de utilizarea a Internetului fără implicarea unor riscuri, reluând de fapt aspectele discutate anterior (activitate frontală, la tablă) (5 minute).

7. Concluzii:

Elevii conștientizează pericolele pe care le poate genera socializarea în rețelele sociale online și dobândesc abilitatea de a distinge situațiile periculoase de pe Internet, dar și de a avea o atitudine pozitivă și responsabilă.

Anexa 1

RIDICĂ-TE SAU STAI JOS!

Pentru situațiile pozitive elevii trebuie să se ridice, iar pentru cele care implică riscuri nu.

Ești pe Internet și ...

1. O persoană de vârsta ta, dar pe care n-o cunoști, îți cere detalii pe facebook despre școala la care înveți sau îți cere adresa de domiciliu.
2. Postezi pe facebook o fotografie pe care tocmai ai făcut-o la tine în clasă/ acasă.
3. Căutând informații pentru un referat la geografie, ai găsit mai multe site-uri cu jocuri pe www.didactic.ro
4. Primești pe email un mesaj în limba engleză în care îți solicită să oferi mai multe date personale pentru a intra în posesia unui premiu.
5. Pe Internet găsești informații utile despre siguranța pe Internet - www.sigur.info
6. În proiectul e-twinning pe care îl avem în parteneriat cu o școală din Spania, putem posta fotografiile din timpul activităților, pe platforma destinată școlilor noastre.

Anexa 2

NORUL CUVINTELOR

Pe tablă vor fi scrise diverse situații pe care elevul trebuie să le evalueze ca fiind benefice sau riscante atunci când navighează pe Internet:

- informații dănoare
- comunicare la distanțe foarte mari
- vizionare de filmulețe comice
- utilizarea Internetului peste măsură, conducând la certuri cu părinții
- pe facebook se poate produce furt de identitate
- pe e-mail se primesc solicitări de ajutor false
- se poate afla adresa lui Moș Crăciun
- se poate sparge contul de e-mail
- stil gramatical defectuos cu prescurtări
- probleme de vedere.

Anexa 3

JOC DE ROL

Scenariul 1

Mama este dependentă de Internet. Copiii nu știu cum să o convingă să meargă în parc cu rolele. Copiii vin cu o serie de argumente care până la urmă o conving pe mama respectivă că plimbarea cu rolele este o activitate sănătoasă .

Scenariul 2

Mihai este mereu obosit la școală. Uneori, chiar și în timpul orelor îl vezi cum pune capul pe bancă de parcă nu ar fi dormit întreaga noapte. Notele lui sunt mici, iar când pleacă de la școală nu reține nimic din clasă. Colegii săi cunosc motivul stării de oboseală (stă și câte 5-6 ore pe Internet) și îl conving să nu mai stea atâtea ore pe Internet, oferindu-i alternative sănătoase de a-și petrece timpul liber.

Scenariul 3

Mirela stă toată ziua pe facebook. Postează zilnic fotografii deoarece se consideră o viitoare vedetă și trebuie să aibă câți mai mulți fani. Într-o zi unul dintre “fani” a vrut să glumească și i-a trimis un mesaj în care a jignit-o. Nu știe exact cine este persoana care i-a trimis mesajul. Este un fan printre sute de fani. Prietenii ei o sfătuiesc cum ar fi trebuit să procedeze cu blocarea necunoscuților de pe cont sau chiar să renunțe la acesta.

Scenariul 4

La școală, o echipă de elevi a realizat un film pentru a putea participa la un concurs. Înainte de a-l trimite la concurs, trebuie un pic retușat, postat pe youtube, însă ei nu se prea pricep și apelează la ajutorul părinților. Părinții lui Ionuț îi ajută să posteze filmul pe youtube ca să poată finaliza proiectul. După aceea, echipa îi roaga pe colegi să vizioneze filmulețul, numărul de vizionari fiind important la jurizare. Pentru aceasta, ei trimit link-uri ca să găsească foarte ușor filmulețul pe youtube. La final, echipa obține un premiu și mulțumește colegilor pentru ajutor.

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI – „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Caracteristici ale învățării eficiente”
Modulul	Managementul informațiilor și al învățării
Grup țintă/ clasă	a VI-a
Profesor	Luca Simona, Casa Corpului Didactic a Municipiului București
Obiective cadru	Dezvoltarea abilităților de utilizare a informațiilor în procesul de învățare Dezvoltarea abilităților de interrelaționare în contexte variate
Obiective de referință	✓ să exerseze deprinderi de învățare eficientă; ✓ să identifice caracteristici ale învățării proprii.
Metode	conversația, lucrul pe grupe, brainstorming, exercițiul, turul galeriei.
Resurse	Coli de flip-chart, adeziv pentru coli, markere, fișe de lucru, coli A4, lipici lichid. Timp de lucru: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. Anunțarea temei și obiectivelor: Discuție frontală de spargere a gheții:

- ✓ Să ne imaginăm că putem învăța o limbă străină în câteva zile sau chiar în câteva ore.
- ✓ Credeți că ar fi posibil? În prezent, dar în viitor? Dacă ar fi posibil, ar fi util?
- ✓ Ce ați vrea să puteți învăța rapid? (Se dau câteva exemple)

În această oră vom deprinde comportamente utile pentru a deveni adevărați „Campioni ai învățării”, adică să învățăm rapid, ușor și plăcut.

2. Exercițiu - Studiu de caz „Testul la fizică” - Fișa de lucru nr. 1 se împarte elevilor.

- ✓ Profesorul citește studiu de caz. Elevii urmăresc pe fișă.
- ✓ Se formează grupe de câte 4-5 elevi. Fiecare grupă primește câte o coală de flip-chart și markere.
- ✓ Sarcina este de a discuta în grup și de a răspunde întrebărilor de pe fișă cu opinia grupului.
- ✓ La final, un elev raportor va prezenta răspunsurile, afișând coala de flip-chart.
- ✓ Procesare în grupul mare al clasei: Se bifează răspunsurile similare și opiniile valoroase și utile.

3. Joc didactic - Puzzle-ul - Campionii învățării. Fișa de lucru nr.2:

- ✓ Conține o listă de atitudini și comportamente care facilitează învățarea.
- ✓ Se reorganizează clasa în 4 grupe. Fiecare grupă primește în plic Puzzle-ul „Campionii învățării”, o coală albă A4 și un lipici lichid.
- ✓ Sub forma unui concurs, grupele de elevi formate au ca sarcină să aranjeze piesele de Puzzle și să le aplice pe coală. Astfel, Superman, care cunoaște trucuri pentru o învățare eficientă, îi ajută să devină campioni al învățării.

Procesare după jocul didactic:

- ✓ Care credeți că sunt cele mai importante reguli pentru Superman? Discutați în grup și ordonați în ordinea importanței de la 1 la 19, 1 fiind cea pe care o considerați cea mai importantă.
- ✓ Argumentați importanța primelor 3 reguli identificate. Raportorul grupului prezintă cele mai importante reguli, în opinia grupului.

4. Finalizarea activității, reflecții, concluzii prin conversație frontală:

- ✓ Se compară și se discută regulile identificate ca fiind importante.
- ✓ Voi ce reguli le folosiți deja?
- ✓ Pe care dintre aceste reguli vă propuneți să le aplicați și ce vă propuneți să obțineți?

Anexa 1

Fișa de lucru Nr.1 - Testul la Fizică

„Ema are mâine test scris la fizică, din *Curentul electric și Circuitul electric*.

Știe că vor primi teorie și poate și probleme. Mai are o notă de 4, când nu și-a scris tema și un 5 pentru că nu a rezolvat problema la tablă. E clar! Nu se pricepe să rezolve problemele de fizică. Și la matematică are note mici. Nu reușește să înțeleagă nimic și e convinsă că nu se va descurca la fizică și la matematică. Se gândește cu groază o apucă durerea de cap. Se lasă seara. Nu se poate concentra..... mănâncă, pornește muzica, apoi se așează în pat se face ora 10 noaptea. Citește teoria de 3-4 ori, comod așezată în pat, până pe la 12 noaptea nu mai poate. I se pare că nu îi intră nimic în cap.....! E așa de greu, gândește ea dezolată! Mâine la ora 8 are testul. Adoarme cu cartea în brațe.”

Întrebări:

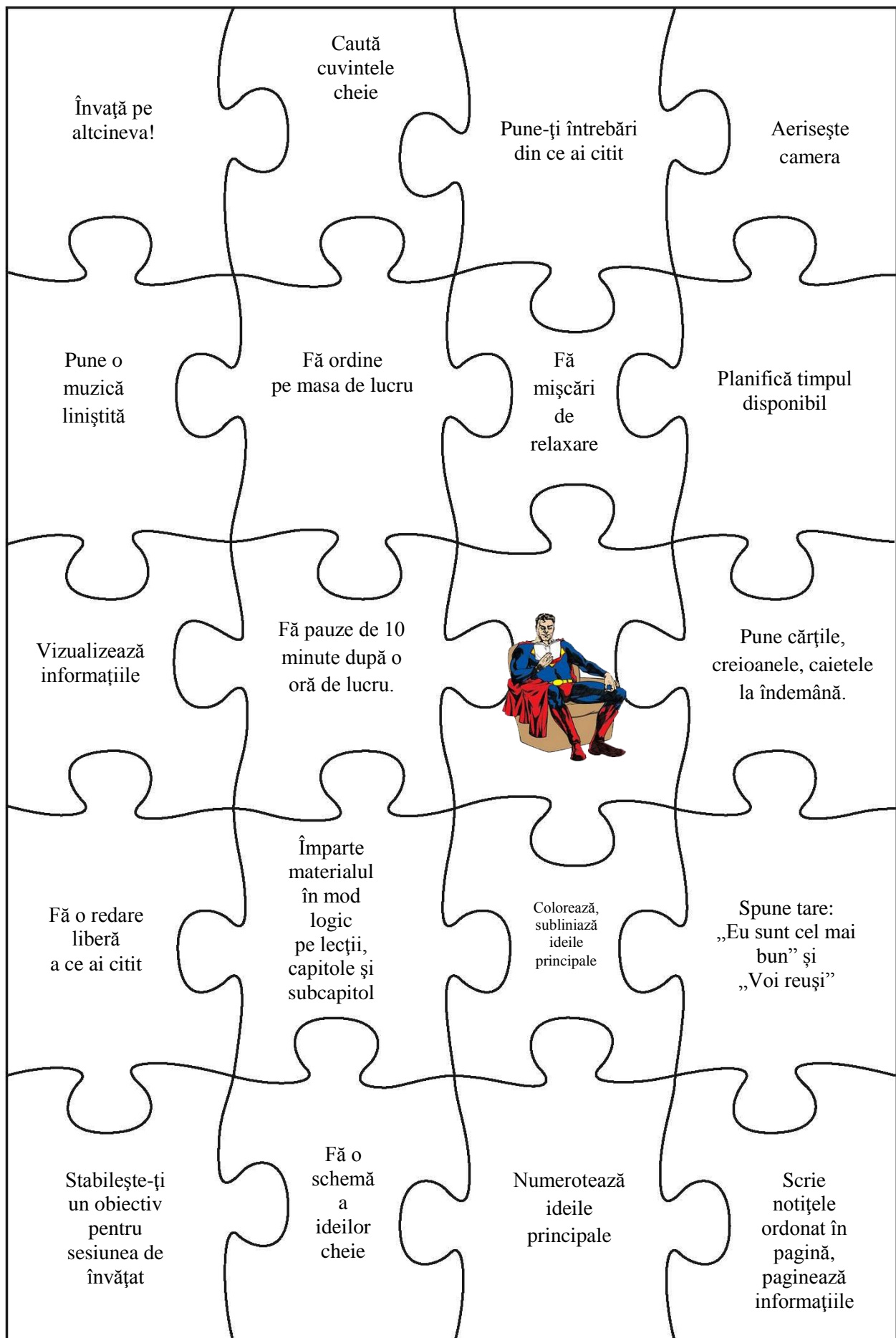
- 1) Cum credeți că s-a descurcat la testul de Fizică?
- 2) Care sunt convingerile ei nerealiste care nu îi dau nicio șansă de succes?
- 3) Cum ar fi putut aborda alternativ această problemă?
- 4) La cine ar fi putut apela și cum anume ar putea să fi procedat pentru a învăța eficient?
- 5) Care sunt greșelile ei?
- 6) Dar voi, cum ați proceda dacă ați fi în această situație?

Anexa 2

Fișa de lucru Nr.2 - Puzzle

Instrucțiuni pentru profesor:

- 1) Printați imaginea puzzle-ului;
- 2) Apoi, reintroduceți în imprimantă pagina, pentru a o suprapune cu o imagine color aleasă de dumneavoastră (un peisaj, o fotografie, etc);
- 3) S-a obținut puzzle-ul în formatul color final;
- 4) Decupați pe contur piesele de puzzle. Introduceți piesele într-un plic.



Tema	„Învăță cum să înveți”
Modulul	Managementul informațiilor și al învățării
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Profesor	Lemnaru Monica, Școala Gimnazială Nr. 112, sector 3
Obiective cadru	Dezvoltarea abilitatilor de utilizare a informatiilor în procesul de învățare. Utilizarea adecvată a informațiilor despre educație și muncă pentru obținerea performanței și succesului.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să identifice momentele propice ale zilei pentru realizarea temelor; ✓ să stabilească relația dintre mediul de învățare și calitatea învățării; ✓ să desprindă regulile pentru o învățare eficientă; ✓ să identifice relațiile complexe cauză-efect în cazul unor situații problematice; ✓ să analizeze, pe baza unor situații problemă, factorii perturbatori/frenatori ai învățării; ✓ să-și formeze deprinderi de control al mediului de învățare și de automonitorizare a învățării.
Metode	conversația (utilizarea poveștii, a analogiei), brainstorming-ul, studiul de caz, dezbateră, problematizarea, activitatea independentă, lectura explicativă, activitatea pe grupe constituite în funcție de tema dezbaterii, rețeaua de discuții
Resurse	fișe de lucru pe grupe, texte-suport sub formă de proiecție, CD, videoproiector, ecusoane, postere, mesaje RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

STUDIUL DE CAZ “O zi din viața de elev”

Dumitru este un băiețel de vârsta voastră care vine destul de des cu temele nefăcute la școală, iar când le face, sunt pline de greșeli, întrucât le copiază în pauză de la colegi.

Dar haideți să vedem cum arată o zi obișnuită din viața lui Dumitru.

Păi, sună clopoțelul...plecăm...“Gata, s-a mai sfârșit o zi!!!”, își spuse Dumitru și pornește vesel spre casă. Ajuns acasă, se schimbă, mănâncă, apoi se apucă să-și facă temele în sufragerie, cu televizorul deschis, ca să mai poată trage cu ochiul din când în când la un film.

Bunica tot intră și iese, sora lui Dumitru vorbește la telefon cu prietena ei, tot în sufragerie, și uite că deja a trecut o oră și Dumitru nu a scris mai mult de trei rânduri.

“Ah, îmi trebuie culegerea de matematică”, își spune Dumitru, „Unde mi-oi fi lăsat ghiozdanul?” se întreabă el și pornește în căutarea ei. “Am găsit-o! Înapoi la treabă!”.

Dar cine mi-a trimis sms?...A... E Vasile, vrea să dăm o tură cu bicicleta. Ar trebui să-mi fac întâi temele, „dar lasă, le fac când mă întorc.”, își spune Dumitru și fuge la joacă.

Se întoarce acasă după 3 ore obosit. Nu mai are chef de lecții. Totuși se apucă de ele, dar televizorul îi atrage din nou atenția. În cele din urmă adoarme cu capul pe caiet. Visează că își scrie temele, dar realitatea este că mâine, din nou, Dumitru va merge la școală iar cu temele nefăcute.

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Scenariul temei:

ETAPELE OREI DE DIRIGENȚIE	RESURSE PROCEDURALE					EVALUARE (metode, instrumente, indicatori)
	de conținut	de timp	forme de organizare	metode și procedee	mijloace didactice	
1.Captarea atenției	Salutul; se menține ordinea și disciplina în clasă; Profesorul își pregătește mijloacele didactice necesare pentru ora de dirigenție și solicită elevilor să se pregătească la rândul lor. ☺ Prezentarea unei povestiri ”O zi din viața de elev”	6’	frontal individuală	descoperirea conversația	Prezentare”O zi din viața de elev”	-
2.Anunțarea obiectivelor	☺ Se prezintă titlul temei. Astfel, elevii află că vor studia lecția: <u>Învăță cum să înveți.</u> Scrierea titlului lecției pe tablă. Enumerarea și explicarea obiectivelor, prin descoperirea activităților ce vor conduce la atingerea acestora.	1’	frontală	descoperirea conversația euristică explicația	videoproiector tabla și creta	-
3.Dirijarea învățării a)Prezentarea conținutului temei	Se stabilesc și se explică regulile de studiu eficient, necesitatea realizării unor pauze, a stabilirii unui loc de învățare, impunerea unui nivel optim de zgomot, planificarea în timp a materiei (Anexa 1).	16’	frontală	conversația euristică lectura explicativă	texte-suport sub formă de proiecție videoproiector	evaluare orală

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

b)Prelegere interactivă	☺ Implicarea elevilor, prin contribuția cu idei cunoscute și prin comentarea povestirii ”O zi din viața de elev”.		individuală	expunerea		
c) Activitate de consolidare	Profesorul distribuie fișa de lucru: „Deprinderi de învățare: bune și rele”.	5’	individuală	conversația euristică	Fișa de lucru: „Deprinderi de învățare: bune și rele”	evaluare individuală
d) Organizarea pentru activitatea de grup-	☺ Împărțirea în mod aleatoriu a cartonașelor cu diferite numere pentru a obține 13 echipe de elevi.	4’	în grupuri mici (2/3x13=30 elevi)	conversația	cartonașe	-
4) Sistematizarea și fixarea cunoștințelor (Feedback prin raportarea la obiectivele propuse inițial, cu solicitarea elevilor)	☺ Așezarea elevilor în grupe. Grupurile cooperează în elaborarea răspunsurilor/ soluțiilor. La expirarea timpului, elevii comunică răspunsurile elaborate printr-un reprezentant al grupului	12’	în grupuri mici (2/3x13=30 elevi)	activitatea pe grupe constituite în funcție de tema dezbaterii	fișele de lucru	interevaluarea în cadrul grupului
5)Obținerea performanțelor	Prezentarea formei finale pentru „Deprinderi de învățare: bune și rele” în fața clasei și argumentarea de către reprezentanții tuturor echipelor.	5’	în grupuri mici (2/3x13=30 elevi)	conversația explicația	produsul realizat pe baza fișei de lucru	evaluare orală

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

6)Încheierea orei de dirigenție	☺ Solicitarea de a sintetiza tema orei de dirigenție și impresiile provocate. Profesorul face aprecieri individuale și colective asupra nivelului atins și asupra comportamentului pe parcursul orei de dirigenție. Elevii primesc sarcina de a realiza ca temă de lucru pentru acasă „Programul meu de studiu săptămânal”, bazat pe regulile de învățare eficientă		individuală	conversația	chestionare	evaluare individuală
		1,	individuală	explicația	Portofoliu Fișă de lucru „Programul meu de studiu săptămânal” (Anexa)	evaluare individuală
				explicația		

Anexa

Programul meu de studiu săptămânal

ÎNTREBARE	Luni	Marți	Miercuri	Joi	Vineri
Unde mi-am făcut temele?					
Calculatorul, telefonul și televizorul erau închise?					
Aveam aranjate pe birou cele necesare studiului?					
Am pus plăcuța cu: „Nu mă deranjați“ pe ușă?					
Între ce ore mi-am făcut temele?					
Am ieșit la joacă înainte de a termina lecțiile?					

Anexa 1

REGULI DE STUDIU EFICIENT

1. Citirea integrală a lecției: cunoștințele predate la ore sunt parcurse integral, pentru familiarizare.
2. Citirea atentă: materialul este revizuit, de data aceasta cu mai multă atenție, încercându-se înțelegerea sa.

3. Realizarea unui rezumat/ unei scheme a lecției: ușurează învățarea materialului parcurs, atât prin simplificarea volumului de informații cât și prin organizarea sa.

4. Învățarea logică: materialul fiind parcurs, înțeles și schematizat, putem trece la învățarea logică a acestuia. Dacă materialul este vast, învățarea și ulterior repetarea pot avea loc pe fragmente.

5. Repetarea (prima etapă):

Poate include doar schema sau întreg materialul, depinzând de volumul acestuia. Repetarea poate fi făcută în gând sau cu voce tare, utilitatea acestui lucru fiind diferită de la o persoană la alta.

6. Reproducerea rezumatului:

Acest pas poate constitui o auto-verificare a învățării, ajutând pentru orientarea efortului voluntar spre un aspect sau altul al materialului care a fost mai puțin bine reținut.

7. Repetarea:

De data aceasta, repetarea cuprinde întreg materialul parcurs, cu pornire tot de la rezumat (schemă). Eșalonarea repetițiilor este deosebit de importantă (de exemplu, câte o repetare pe zi timp de trei zile este cu mult mai utilă decât trei repetări în aceeași zi).

8. Pauzele

Sunt, la rândul lor, deosebit de importante!!!

După fiecare 50-60 de minute, sunt necesare 10-15 minute de pauză, iar după 2-3 ore de învățat este nevoie de o pauză mai lungă.

Fie că este vorba despre o pauză lungă sau una mai scurtă, este important să ne ridicăm de la birou (visatul cu ochii deschiși șezând la birou nu ajută nici pentru învățat și nici pentru odihnă – este pur și simplu un timp “mort”).

Trebuie să alegem o activitate diferită față de cea de învățare, care să ne relaxeze.

9. Locul unde învățăm

Este esențial ca acesta să fie special pentru învățat, să nu fie un loc unde desfășurăm și alte activități (cum ar fi somnul sau mâncarea, de exemplu)!!!

Acest loc trebuie să fie bine aerisit, luminat corespunzător și, pe cât posibil, fără elemente care să distragă atenția.

10. Zgomotul

Este importantă și păstrarea unui nivel acceptabil al zgomotului, chiar dacă nu întotdeauna putem să ne asigurăm o liniște perfectă.

Învățarea pe muzică este posibilă, pentru unele persoane, cu condiția ca sonorul să nu fie prea tare, mai ales dacă o muzică de fond acoperă alte zgomote deranjante.

11. Planificarea în timp a materiei

Nu în ultimul rând, atunci când volumul de material de învățat este mai mare (de exemplu, pentru o teză), trebuie realizată o planificare în timp a materiei, astfel încât ultimele zile să fie rezervate doar pentru repetare.

FIȘA DE LUCRU
„Deprinderi de învățare: bune și rele”

Evaluati fiecare dintre obiceiurile de mai jos, acordând calificativul “**EFICIENT**” sau “**INEFICIENT**”.

Evaluati-le apoi în funcție de frecvența folosirii lor: “**ÎNTOTDEAUNA**”, “**UNEORI**” sau “**NICIODATĂ**”.

EFICIENT/ INEFICIENT	ÎNTOTDEAUNA/ UNEORI/ NICIODATĂ	DEPRINDERI DE ÎNVĂȚARE
		1. luarea de notițe în clasă.
		2. luarea de notițe atunci când citești.
		3. învățatul în spațiul liniștit și relaxant.
		4. sublinierea ideilor importante dintr-un text.
		5. adunarea materialelor de care ai nevoie înainte de începerea studiului.
		6. învățarea într-un spațiu în care concentrarea poate fi ușor perturbată.
		7. stabilirea priorităților înainte de începerea studiului.
		8. amânarea sarcinilor grele până în ultimul moment.
		9. învățarea întregului material în noaptea de dinaintea examenului.
		10. învățarea și recapitularea prima dată a părților mai ușoare din lecție.
		11. să faci prima dată ceea ce este prioritar.
		12. învățarea părților mai grele la sfârșit.
		13. concentrarea pe mai multe activități în același timp pe durata studiului.
		14. învățarea atunci când ești odihnit.
		15. după ce ai învățat, stai câteva momente și reflectezi la ceea ce ai învățat.
		16. învățatul în timp ce te uiți la TV.
		17. formularea de întrebări referitoare la cele studiate.

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Viețile noastre digitale”
Modulul	Managementul informațiilor și al învățării
Grup țintă/ clasă	a IX-a
Profesor	Ioniță Olimpia, Colegiul Economic “Viilor”, sector 5
Competențe generale	Utilizarea adecvată a informațiilor despre educație și muncă pentru obținerea performanței și succesului. Prezentarea aspectelor pozitive și a celor negative în ceea ce privește folosirea calculatorului.
Competențe specifice	Valorificarea în mod critic și selectiv a informațiilor obținute din media digitală.
Metode	conversația euristică, dezbateră, dialogul, completarea fișei de lucru, furtuna de idei, problematizarea
Resurse	fișe de lucru, desen/ diagrama, flip-chart, markere de diverse culori RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

Moment organizatoric:

Prezență, ținută, aranjarea sălii de clasă, crearea atmosferei potrivite unei bune desfășurări a orei de dirigenție.

Anunțarea temei și a obiectivelor.

Activitate individuală:

Se împarte fișa de lucru pe care elevii completează fiecare rubrică cu cel puțin un nume care corespunde criteriului solicitat

Dialogul:

Dacă elevilor le rămân rubrici necompletate, vor trece de la un coleg la altul și vor dialoga până la completarea cu nume a tuturor rubricilor tabelului. Exercițiul este de tip *Bingo* și se încheie în momentul în care un elev reușește primul să încheie sarcina de lucru. Prin conversație euristică, se discută în plen fișele de lucru.

Activitate de grup:

Profesorul a notat pe flip-chart 3 întrebări:

1. Dacă telefonul mobil, calculatorul/ Internetul nu ar exista, viața ta ar fi mai bună sau mai rea?
2. Cum ți-ai ocupa timpul într-o lună în care nu ai putea să folosești telefonul mobil și calculatorul/ Internetul?
3. Informațiile obținute prin media digitală te ajută să ai succes și performanțe școlare?

Sub fiecare întrebare profesorul dirigenție notează câteva cuvinte cheie extrase din răspunsurile și soluțiile oferite de elevi. Prin furtuna de idei (brainstorming) și problematizare, elevii vor oferi răspunsuri și soluții întrebărilor.

Feedback-ul:

Se realizează prin completarea *Diagramei osului de pește*, pe planșă de tip flip-chart.

Concluziile:

Se referă la modul eficient de utilizare a calculatorului/ Internetului, la valorificarea critică și selectivă a informațiilor obținute din media digitală, la direcționarea muncii pentru obținerea succesului și performanței școlare.

FIȘĂ DE LUCRU

Găsește un coleg care....

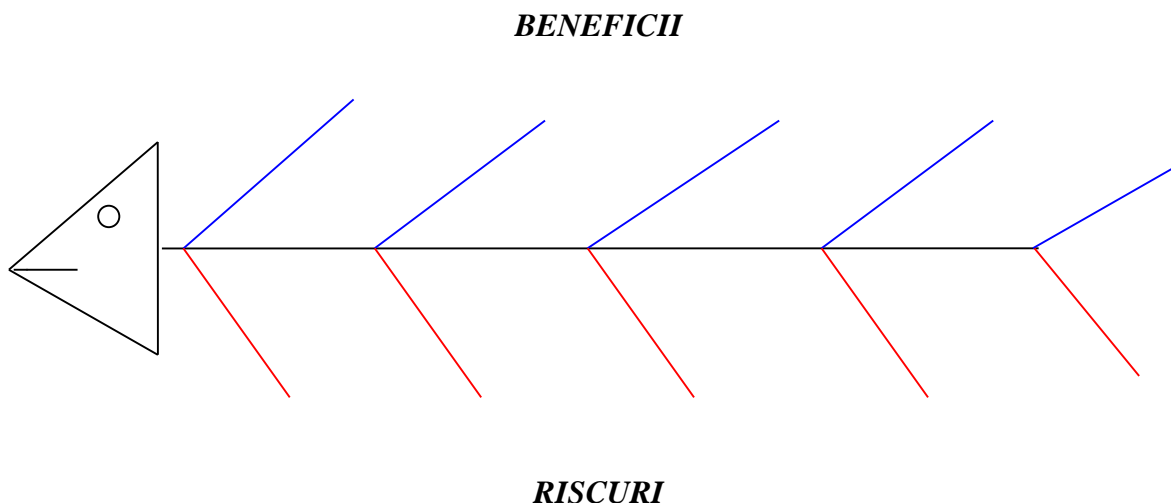
Are un profil pe o pagină de socializare (Facebook, Hi5 etc.)	Iubește muzica clasică	A fost la mare vara trecută
Folosește diacritice când scrie la tastatură	Folosește Internetul pentru a posta /încărca lucrări create de el însuși	Iubește să citească ținând o carte în mână și nu în format electronic(e-book)
Are mai mulți prieteni virtuali decât reali	Face mult sport	A trecut printr-o întâmplare pozitivă folosind Internetul

DIAGRAMA OSULUI DE PEȘTE

- Feedback -

Sarcină de lucru:

Identificați, pe spinii albaștri (din partea de sus a coloanei vertebrale), beneficiile utilizării Internetului, iar pe cei roșii (din partea de jos a coloanei vertebrale) riscurile asociate beneficiilor indicate. De exemplu, dacă alegem să vorbim despre comunicarea prin intermediul Internetului, pe spinul albastru putem să scriem ieftină, iar pe cel roșu – ineficientă, cu persoane necunoscute etc.



MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Model pentru tinerii de azi: Viața lui Nicolae Grigorescu”
Modulul	Managementul informațiilor și al învățării
Grup țintă/ clasă	a X-a
Profesor	Dumitru Tatiana, Liceul Tehnologic “Dacia”, sector 4
Competențe generale	Utilizarea adecvată a informațiilor despre educație și muncă pentru obținerea performanței și succesului.
Competențe specifice	Exersarea abilităților de utilizare eficientă a diferitelor resurse, pentru a localiza, selecta și evalua informații despre învățare, muncă și carieră. Exersarea abilităților de învățare critică, creativă și eficientă, în vederea obținerii reușitei personale și profesionale. Explicarea necesității și avantajelor învățării permanente.
Metode	studiul de caz, tehnici de gândire critică, observația, problematizarea, expunerea teoretică, tehnici de clarificare a valorilor, exerciții de comunicare eficientă
Resurse	Conexiune la Internet, proiector și ecran inteligent, CD cu înregistrarea imaginilor necesare lecției PowerPoint; picturi de Nicolae Grigorescu, imagini de la mănăstirile pictate de Nicolae Grigorescu, imagini ce conțin întrebările necesare lecției RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. Moment organizatoric: pregătirea materialelor pentru a fi prezentate de grupele de elevi, așezarea elevilor pe grupe de lucru – denumite în continuare echipe.

2. Anunțarea temei orei de dirigenție și a competențelor specifice.

3. Lucrul pe echipe (prezentări Power Point realizare de elevi):

Echipa biografilor prezintă viața lui Nicolae Grigorescu.

Echipa istoricilor prezintă contextul istoric din România și din Europa în timpul vieții lui Nicolae Grigorescu:

Echipa artiștilor prezintă în imagini o vizită într-un muzeu virtual. Operele pictorului se află la Muzeul Național de Artă din București (http://ro.wikipedia.org/wiki/Nicolae_Grigorescu).

Echipa turiștilor prezintă imagini cu picturile murale de pe pereții bisericilor de la mănăstirea Zamfira și Agapia, unde pictorul a zăbovit câțiva ani.

Echipa integratorilor solicită fiecărei grupe care a prezentat date anterior să dea o concluzie.

4. Concluzii:

Echipa biografilor prezintă un tânăr care s-a ridicat de jos și a aplicat pentru o bursă de studii în Franța. El a obținut bursa pentru că petiția lui a fost dublată de dovada talentului și a muncii.

Echipa turiștilor arată cât de interesantă poate fi organizarea de excursii “pe urmele lui Nicolae Grigorescu” ce pot urma mai multe trasee: Mănăstirea Zamfira, Casa de la Câmpina, Mănăstirea Agapia.

Echipa integratorilor trage concluziile din perspectiva necesității și avantajelor învățării permanente: discuția despre viața și opera lui Nicolae Grigorescu a fost un prilej de a cunoaște un om responsabil față de familia sa, un om care și-a folosit și cultivat talentul în folosul propriu, un mare patriot care a fost călăuzit să dea semenilor săi mai mult decât a primit el de la ei

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Rolul stilurilor de învățare în optimizarea învățării”
Modulul	Managementul informațiilor și al învățării
Grup țintă / clasă	a X-a
Profesor	Luca Simona, Casa Corpului Didactic a Municipiului București
Competențe generale	Utilizarea adecvată a informațiilor, în propria activitate, pentru obținerea succesului.
Competențe cadru	Determinarea stilul principal de învățare. Aplicarea diferitelor strategii pentru creșterea eficienței învățării.
Metode	studiul de caz, conversația, lucrul pe grupe, brainstorming, exercițiul
Resurse	coli de flip-chart, adeziv pentru coli, markere, fișe de lucru RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. Exercițiul de energizare și anunțarea temei:

Vom cunoaște stilul nostru de învățare și vom afla cum putem să valorificăm caracteristicile stilului nostru propriu de învățare pentru obținerea succesului școlar.

Se proiectează pe ecran melodia „Învăță” - Videolyrics și imagini sugestive despre învățare: https://www.youtube.com/watch?v=ey_6IDM4PNc sau, dacă este necesară o melodie mai ritmată și mai modernă, melodia „Am învățat” by Voxix & Kamelia - modernă: <https://www.youtube.com/watch?v=14gNHM8BeUo>

Întrebări:

- ✓ Ce învățăm în fiecare zi?
- ✓ Care sunt sursele învățării noastre? De la ce învățăm?
- ✓ Când anume învățăm ? Câteva exemple de situații de viață.

Obiectivul lecției: Fiecare elev să își determine stilul principal de învățare și să aplice diferite strategii pentru creșterea eficienței învățării.

2. Exercițiu - Să ne identificăm stilul de învățare!

Se distribuie elevilor chestionarul pentru identificarea stilurilor de învățare - Anexa 1

Instructajul este notat pe chestionar, iar completarea se realizează individual.

Pentru realizarea unei economii de timp în oră, instructajul, cât și întrebările din cuprinsul chestionarului pot fi citite de către profesor, elevii urând să bifeze răspunsul în căsuța corespunzătoare.

La final, fiecare dintre elevi își va nota predominanța stilului personal de învățare.

3. Exercițiu: Start spre SuperÎnvățare: Efect maxim cu efort minim!!!

Obiectiv: Creșterea eficienței învățării prin valorificarea stilului predominant și dezvoltarea stilurilor secundare.

Se solicită elevii să se grupeze în diferite colțuri ale clasei în funcție de stilul predominant de învățare, în urma chestionarului. Se distribuie fiecărui grup câte o coală de flip-chart și markere. Se distribuie fiecărui grup exemplare din **Fișa de lucru nr. 2** - Anexa 2, care reprezintă materialul de învățat. Sarcina de lucru: să noteze pe coală minim trei activități prin care adaptează materialul din **Fișa de lucru nr. 2** la stilul de învățare propriu grupei lor: vizual, auditiv sau practic. Un reprezentant din fiecare grup prezintă pentru întreaga clasă modalitățile identificate, afișând coala de flip-chart.

4. Finalizarea activității, reflecții, concluzii prin conversație frontală:

- ✓ Se constată structura clasei, după stilul predominant de învățare al elevilor.
- ✓ Se schițează o proiecție a temelor pe care le au elevii la o anumită disciplină, pentru ziua următoare, pentru a stabili cum pot fi adaptate stilului de învățare al fiecăruia.

CHESTIONAR
PENTRU DETERMINAREA STILURILOR DE ÎNVĂȚARE
 (Linksman, 1999)

- Acest chestionar te va ajuta să găsești modul prin care poți învăța cel mai bine.
- Nu există răspunsuri corecte sau greșite.
- Răspunde la întrebări prin DA sau NU.
- Încercuiește doar un singur răspuns la fiecare întrebare.

Nr. crt.	Întrebări	DA	NU
1.	Când descrieți o vacanță sau o petrecere a unui prieten, vorbiți în detaliu despre muzică, sunetele și zgomotele pe care le-ai ascultat acolo?		
2.	Vă folosiți de gestică a mâinilor când vorbiți?		
3.	În locul ziarelor, preferați radioul pentru aflarea noutăților?		
4.	La utilizarea calculatorului, considerați că imaginile vizuale sunt utile?		
5.	Când notați anumite informații, preferați să nu luați notițe, ci să desenați diagrame, imagini reprezentative?		
6.	Când jucați „X sau O” vă imaginați aceste semne în diferite poziții?		
7.	Vă place să desfaceți în părți componente anumite lucruri și să reparați obiecte?		
8.	Când încercați să vă imaginați ortografia unui cuvânt, aveți tendința de a scrie cuvântul respectiv de câteva ori pe hârtie până găsiți o ortografie care arată corect?		
9.	Când învățați ceva nou, vă plac instrucțiunile citite cu voce tare, discuțiile?		
10.	Vă place să asamblați diferite lucruri?		
11.	La utilizarea calculatorului, considerați că este necesar ca sunetele emise să avertizeze utilizatorul asupra unei erori făcute sau asupra terminării unui moment de lucru?		
12.	Când recapitulați sau învățați ceva, vă place să utilizați diagrame sau imagini?		
14.	Dacă vi se spune ceva, vă amintiți ce vi s-a spus, fără necesitatea repetării acelei informații?		
15.	Vă place să efectuați activități practice în timpul liber? (sport, grădinărit, plimbări, etc.)		
16.	Vă place să ascultați muzică în timpul liber?		
17.	Când vă uitați în vitrinele magazinelor, vă place să faceți lucrul acesta singur, în liniște?		
18.	Găsiți că este mai ușor să vă amintiți numele oamenilor decât fețele lor?		
19.	Când ortografați un cuvânt, scrieți cuvântul înainte pe hârtie?		
20.	Vă place să vă mișcați în voie când lucrați?		
21.	Învățați să ortografați un cuvânt prin pronunțarea acestuia?		
22.	Când descrieți o vacanță/o petrecere a unui prieten, vorbiți despre cum arătau oamenii, despre hainele lor și despre culorile acestora?		

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

23	Când începeți o sarcină nouă, vă place să începeți imediat și să rezolvați ceva atunci, pe loc?		
24	Învățați mai bine dacă asistați la demonstrarea practică a unei abilități anume?		
25	Găsiți că este mai ușor să vă amintiți fețele oamenilor decât numele lor?		
26	Pronunțarea cu voce tare a unor lucruri vă ajută să învățați mai bine?		
28	Vă plac discuțiile și vă place să ascultați opiniile celorlalți?		
29	La îndeplinirea unor sarcini urmați anumite diagrame?		
30	Vă place să jucați diverse roluri?		
31	Preferăți să mergeți „pe teren” și să aflați singur informații, decât să vă petreceți timpul într-o singură bibliotecă?		
32	Când vizitați o galerie de artă, vă place să vorbiți despre exponate și să aflați părerea altora?		
33	Urmăriți ușor un drum pe hartă?		
34	Credeți că unul din cele mai bune moduri de apreciere a unui exponat sau a unei sculpturi este să îl/o atingeți?		
35	Când citiți un articol sau o poveste dintr-o revistă, vă imaginați scenele descrise în text?		
36	Când îndepliniți anumite sarcini, aveți tendința de a fredona un cântec sau a vorbi cu dumneavoastră înșivă?		
37	Vă uitați la imaginile dintr-o revistă de modă înainte de a decide ce îmbrăcați?		
38	Când planificați o călătorie, vă place să vă sfătuiți înainte de a decide?		
39	V-a fost întotdeauna dificil să stați liniștit mult timp, și preferați să fiți activ aproape tot timpul?		
Aflați care este stilul vostru predominant de învățare. Încercuiți numai nr. întrebărilor la care ați răspuns prin DA			
4	1	2	
6	3	5	
8	9	7	
12	11	10	
13	14	15	
17	16	19	
22	18	20	
24	21	23	
25	26	27	
29	28	30	
33	32	31	
35	36	34	
37	38	39	
Totalul întrebărilor încercuite	Totalul întrebărilor încercuite	Totalul întrebărilor încercuite	
Vizual/A privi	Auditiv/A asculta	Practic/A face	

MODULUL 3 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Marcați pe graficul de mai jos numărul total de întrebări încercuite pentru fiecare stil de învățare.
Cea mai înaltă curbă din grafic arată stilul dvs. de învățare preferat.
Dacă curba are o evoluție aproximativ egală înseamnă că vă place să utilizați toate stilurile de învățare.

Vizual/A privi	Auditiv/A asculta	Practic/ A face
13		13
12		12
11		11
10		10
9		9
8		8
7		7
6		6
5		5
4		4
3		3
2		2
1		1

Cum să înveți eficient, dacă ai preponderent stilul:

VIZUAL	AUDITIV	PRACTIC
<ul style="list-style-type: none"> - Citește informația în formă tipărită! - Verifică dacă notițele sunt corecte! - Privește forma unui cuvânt! - Folosește culori, ilustrații și diagrame! - Subliniază cuvintele-cheie! - Alcătuieste hărți mentale, matrici conceptuale, scheme! - Folosește imaginile pentru explicarea textelor! 	<ul style="list-style-type: none"> - Ascultă o persoană care îți explică un anumit lucru! - Discută ideile, problemele noi și explică-le cu cuvinte proprii! - Analizează-ți gândurile și ideile! - Solicită repetarea explicațiilor! - Ascultă un text înregistrat pe bandă, decât să-l citești! - Pronunță cuvintele în gând! - Citește cu voce tare! - Înregistrează-ți observațiile și gândurile! - Repetă principalele idei folosind propria voce, cu muzica preferată în fundal! - Folosește metode de ascultare activă, incluzând aici punerea de întrebări și rezumarea! 	<ul style="list-style-type: none"> -Efectuează experimente! - Scrie lucrurile în ordinea lor, pas cu pas! - Scrie ideile cu propriile cuvinte! - Scrie la calculator, nu de mână! - Scrie cursiv, nu de tipar! - Citește notițele în imagini sau benzi desenate! - Alcătuieste hărți conceptuale! - Urmărește cu degetul titlurile, cuvintele - cheie, etc.; pronunță respectivele cuvinte și scrie-le din memorie! - Realizează sarcini practice!

ORIENTAREA ÎN TEREN - PE MUNTE

Să presupunem că ne aflăm într-un anumit loc, pe care îl găsim reprezentat și pe hartă printr-un semn distinct (o stâncă, un izvor, o construcție izolată, o șa, un vârf, o poiană în pădure, etc.) și datorită vremii nefavorabile nu mai știm încotro să o luăm, dar știm pe hartă unde vrem să ajungem. Nu găsim poteca, așa că decidem să ne orientăm după hartă și busolă, să luăm viza și să ne îndreptăm spre locul unde dorim să ajungem.



Iată ce trebuie să facem:

1. Poziționăm busola pe hartă pe direcția dintre cele două repere. Unim cele două puncte reprezentând locul unde suntem și locul unde dorim să ajungem.
2. Aducem liniile care indică nordul de pe cadranul busolei într-o poziție paralelă cu liniile nordului de pe hartă (liniile paralele Nord - Sud). Busola se menține poziționată pe direcția dintre cele două repere și rotim cadranul gradat al busolei până când liniile de pe aceasta devin paralele cu liniile care indică direcția nord de pe hartă. În acest mod, liniile de pe cadran vor indica nordul hărții.
3. Se orientează busola și harta după direcția nordului magnetic. Păstrând busola poziționată pe hartă cum am explicat mai sus, rotim harta împreună cu busola prin pivotarea corpului nostru, păstrându-le nemișcate una față de cealaltă, până când acul magnetic de pe busolă care indică nordul (cel de culoare roșie) va ajunge în poziția nord indicată de liniile de pe cadranul busolei și cele de pe hartă, adică va ajunge paralelă cu acestea. În acest moment avem direcția de mers între locul unde ne aflăm și locul unde dorim să ajungem, aceasta fiind indicată de marginea busolei care unește cele două repere.

După ce am luat viza în direcția dorită, pentru menținerea direcției de mers este necesar să ne luăm un reper aflat în raza noastră vizuală și, bineînțeles, aflat pe direcția arătată de busolă, reper care trebuie să se distingă de celelalte elemente din jur (o stâncă impunătoare, un copac deosebit, o construcție, un vârf). Reperul trebuie să fie ușor de vizualizat în timpul deplasării și, de preferat, la o distanță cât mai îndepărtată, astfel încât urmărindu-l să ne apropiem cât mai mult de locul vizat pe hartă. În timpul deplasării, busola trebuie menținută pe direcția de mers, direcție care e corectă doar dacă acul busolei care arată nordul magnetic se menține paralel cu liniile de pe cadran și hartă.

În momentul în care ajungem în dreptul reperului luat, pe direcția de mers indicată în continuare de busolă luăm un alt reper. Și tot așa până la destinație. Reperele ne ajută să mergem în linie dreaptă fără a avea abateri nord - sud.

Uneori, direcția de mers între 2 repere, pe care o stabilim cu hartă și busola nu poate fi urmată datorită terenului. Direcția de mers se ia în linie dreaptă, iar dacă între noi și locul unde vrem să ajungem, pe această linie se află prăpastii sau pereți de netrecut, acestea trebuie ocolite. Dacă peste prăpastia deschisă în fața noastră, pe direcția de mers, putem lua un reper mare, vizibil (un vârf, o stâncă de neconfundat), atunci nu trebuie să mergem în linie dreaptă. Căutăm varianta de ocolire în siguranță a obstacolului și, odată ajunși dincolo, căutăm reperul nostru și, din dreptul lui, pe direcția de mers arătată de busolă luăm un alt reper.

E bine să avem grijă ca orice direcție am urma, să avem repere vizuale pe care să le recunoaștem, pentru a ne putea orienta.

Sursa: http://www.carpati.org/articol/orientarea_in_teren_folosind_harta_si_busola_si_alte_mijloace_de_orientare_/1017/

MODULUL 4

PLANIFICAREA CARIEREI

- 📖 dezvoltarea abilităților legate de cunoașterea diferitelor meserii, a aptitudinilor necesare în vederea unei bune orientări școlare și profesionale;
- 📖 analiza și cunoașterea unor responsabilități sociale;
- 📖 încurajarea elevilor să reflecteze asupra opțiunilor în viață;
- 📖 conștientizarea elevilor în legătură cu restricțiile în exercitarea libertății în viața socială.

Teme propuse:

- ✂ ”Dicționarul ocupațiilor”
- ✂ ”De la vis la realitate”
- ✂ ”Drumul meu în viață”
- ✂ ”Ce meserie vreau să am?”
- ✂ ”Meseria este brățară de aur”
- ✂ ”Lumea profesiilor pe piața muncii”
- ✂ “CV-ul, cartea mea de vizită”
- ✂ “Interviul pentru angajare”
- ✂ “Modalități de explorare a posibilităților de carieră”
- ✂ “CV-ul primul pas spre succes”

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Dicționarul ocupațiilor”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a V-a
Profesor	Vasile Mariana, Școala Gimnazială „Constantin Brâncuși”, sector 6
Obiective cadru	Dobândirea abilităților de explorare și planificare a carierei
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să se familiarizeze cu termenii de muncă, ocupație și carieră; ✓ să numească diverse meserii; ✓ să identifice acele calități necesare practicării unei meserii.
Metode	activitatea pe grupe, conversația, expunerea, exemplul, exercițiul
Resurse	plic cu bilețele, mascotă, coli de flip-chart, markere, DEX-uri, citate, proverbe. RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

Moment organizatoric (10 min): Salutul, asigurarea climatului necesar bunei desfășurări a lecției, informarea dirigintei cu problemele clasei.

Anunțarea subiectului lecției și a obiectivelor lecției: Este scris titlul lecției pe tablă.

Scenariul activităților:

Activitatea nr. 1 – „Descoperă” (15 min)

- ✓ Elevii se împart în 4 grupe. Fiecare grupă extrage câte un bilețel cu sarcina de lucru; primește o coală de flip-chart și markere.
- ✓ Sarcini de lucru: Căutați în DEX sensurile termenilor: Profesie, Meserie, Funcție și Carieră și dați exemple;
- ✓ Câte un elev din fiecare grupă prezintă la tablă materialul realizat.

Interpretarea activității:

Elevii au descoperit sensurile cuvintelor căutate și au integrat, alături de colegi, termenii în enunțuri.

Activitatea nr. 2 – „Sunt bun la....” (5 min)

- ✓ Mascota „Știe tot” se aruncă de la un elev la altul;
- ✓ Cel care prinde mascota va spune: - „Sunt bun la pentru că îmi place să fac”;

Interpretarea activității:

Se precizează acele activități care ilustrează practicarea unei anumite meserii, în concordanță cu calitățile personale, dar și cu aspirațiile fiecăruia.

Știm să apreciem munca altora? – Se discută frontal cu elevii.

Munca în viața unor personalități: George Enescu; Aurel Vlaicu; Henri Coandă, ș.a.m.d.

Activitatea nr. 3. – Eseu (15 min)

- ✓ Se împart elevii în 3 grupe. Fiecare grupă are de realizat un eseu cu titlu: „Munca este brățară de aur” (grupa 1); „Toate meseriile sunt importante” (grupa 2); „Nu contează meseria, ci cum o faci” (grupa 3).
- ✓ Câte un elev din fiecare grupă citește eseu realizat.

Concluzii (5 min): Elevii realizează eseurile și ajung la concluzia că:

- ✓ „Munca este brățară de aur”;
- ✓ „Toate meseriile sunt importante”;
- ✓ „Nu contează meseria, ci cum o faci”.

Se anunță tema pentru ora următoare.

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„De la vis la realitate”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a VIII a
Profesor	Melnic Diana, Școala Gimnazială Nr. 135, sector 5
Obiective cadru	Dobândirea abilităților de explorare și planificare a carierei.
Obiective de referință	✓ să analizeze o posibilă traiectorie pentru atingerea unui țel
Metode	studiu de caz, problematizare, dezbateri, dialog, completare fișă, lucru în echipă
Resurse	chestionare, fișe de lucru RESURSE UMANE: un invitat cu o carieră cunoscută RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

Moment organizatoric:

prezență, ținută, evenimente săptămânale, aspectul sălii de clasă.

Prezentarea invitatului:

Discursul invitatului. Întrebări ale elevilor. Răspunsurile invitatului.

Activitate individuală:

Distribuirea și completarea individuală a fișei de lucru – Anexa 1. (se poate completa acasă pentru ora viitoare, în funcție de durata discursului invitatului)

Prezentare individuală a fișei de lucru pentru cine dorește.

Activitate pe echipe:

Se împart elevii în 5 echipe. Se descrie sarcina de lucru, se stabilește timpul și rolurile în echipă.

SARCINA: Care sunt țelurile stabilite? Care dintre greutățile ce pot să apară sunt comune?

Prezentarea pe echipe și inventarierea pe o listă comună a greutăților ce pot să apară.

Discuții, dezbateri despre cum pot fi depășite greutățile ce pot să apară în atingerea țelurilor.

Concluzii:

Cine te poate sprijini în atingerea țelului? Ce calități se impun pentru atingerea unui țel?

Anexa 1

FIȘĂ DE LUCRU

De la vis la realitate

Gândește-te la un țel (ceva ce te-ai gândit să realizezi în viitor).

Scrie țelul:

.....

Stabilește un termen:

Până.....

Ce beneficii vei avea/ de ce îl stabilești?

.....
.....

Ce pași vei face să-l îndeplinești:

1.
2.
3.

Dificultăți în îndeplinirea țelului:

1.
2.
3.

Cum poți depăși aceste dificultăți?

1.
2.
3.

Cum vei ști că ți-ai îndeplinit țelul?

.....
.....

(prelucrare după Manual de educație pentru viața de familie, Fundația Tineri pentru Tineri, 2001)

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	“Drumul meu în viață”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă / clasă	a VIII-a
Profesor	Theodorescu Carmen, Școala Gimnazială Nr 150, sector 5
Obiective cadru	Dezvoltarea capacității de planificare a carierei.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să identifice factorii implicați în luarea deciziilor legate de carieră și planificarea vieții; ✓ să aplice deprinderea de luare a deciziilor pe termen scurt, lung și de viitor.
Metode	conversația euristică, problematizarea, discuții de grup și dezbateri, jocul de rol, explicația, lucrul pe grupe;
Resurse	dicționare, markere, flip-chart, foi flipchart, fișe de lucru, chestionare RESURSE DE TIMP: 2 ore de curs

Scenariul temei:

1. Moment organizatoric, captarea atenției:

Se verifică prezența elevilor la oră. Elevii sunt anunțați să urmărească o scurtă povestire care îi va ajuta să înțeleagă importanța temei acestei ore.

A fost odată un văduv care locuia împreună cu cele două fete ale sale care erau foarte curioase și inteligente. Fetele îi puneau mereu multe întrebări. La unele știa să le răspundă, la altele nu.

Cum își dorea să le ofere cea mai bună educație, într-o zi și-a trimis fetele în vacanță cu un înțelept. Înțeleptul știa întotdeauna să le răspundă la întrebările pe care ele le puneau.

La un moment dat, una dintre ele a adus un fluture pe care plănuia să îl folosească pentru a înșela înțeleptul.

- Ce vei face? o întrebă sora ei.

- O să ascund fluturele în mâinile mele și o să întreb înțeleptul dacă e viu sau mort. Dacă va zice că e mort, îmi voi deschide mâinile și îl voi lăsa să zboare. Dacă va zice că e viu îl voi strânge și îl voi strivi. Și astfel, orice răspuns va avea, se va înșela.

Cele două fete au mers într-o clipă la înțelept. L-au găsit meditănd.

- Am aici un fluture. Spune-mi, înțeleptule, e viu sau mort?

Foarte calm, înțeleptul surâse și îi zise:

- Depinde de tine ... fiindcă e în mâinile tale

2. Anunțarea temei orei de dirigenție:

La fel ca și fluturele, viața noastră este în mâinile noastre, noi, prin alegerile pe care le vom face suntem responsabili de prezentul și viitorul ei. Pentru o oră vom încerca să lămurim aspecte legate de alegerea următorului pas în educație - liceul, care poate determina viitoarea viață profesională.

„Îndrăznește să devii ceea ce ești. Există posibilități minunate în fiecare ființă. Convinge-te de forța ta. Să știi să spui mereu fără încetare: „Nu depinde decât de mine!” (Andre Gide)

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

O componentă a identității de sine este identitatea vocațională care presupune alegerea, opțiunea, decizia privind parcursul educațional și profesional. Persoana ajunge să planifice și să acționeze astfel încât să meargă înainte în propria sa viață. Putem să ne educăm capacitatea de a lua decizii.

Elevilor li se vor da să-și aleagă câte un post-it iar apoi în funcție de culoarea aleasă vor fi împărțiți în grupe.

3. Realizarea sarcinilor de lucru:

De-a lungul vieții omul este pus în situația de a face alegeri. Una foarte importantă apare într-un moment în care nici nu conștientizați importanța și consecințele alegerii – liceul și specialitatea pe care o veți urma. Se prezintă elevilor pașii de urmat în luarea deciziei – Anexa 1.

Elevii vor completa fișa de lucru pentru **sarcina 1**, vor prezenta foile flip-chart, iar frontal se vor purta discuții legate de ponderea factorilor care influențează alegerea liceului.

Valorile personale sunt principii pe care ne bazăm deciziile și care ne ghidează viața. Cel mai simplu mod de a ne alege valorile personale este selectarea lor dintr-o listă. Individual, elevii vor selecta din listă 4 valori cu care rezonează, iar apoi vor bifa în chestionarul „*Ce ți-ar plăcea mai mult?*” pentru a identifica domeniul profesional în care ar putea lucra în viitor - **sarcina 2**.

Foaie de răspuns pentru chestionarul „*Ce ți-ar plăcea mai mult?*”

Grupuri de profesii	1	2	3	4	5
Itemi	1a	1b	2a	2b	3a
	3b	4a	4b	5a	5b
	6a	7b	6b	9b	7a
	10a	9a	8a	10b	8b
	11a	11b	12a	12b	13a
	13b	14a	14b	15a	15b
	16a	17b	16b	19b	17a
	20a	19a	18a	20b	18b
Total					

Fiecare afirmație marcată în chestionar se notează cu un punct. Se determină suma punctelor pe verticală și se interpretează conform schemei: **1) Om – natură; 2) Om – tehnică; 3) Om – om;**

4) Om – sistem de semne; 5) Om – imagine artistică.

Grupul (grupurile) de profesii la care elevul a obținut cel mai mare număr de puncte este preferabil.

Fiecare grup va alege o profesie - **sarcina 3** și va completa pe o foaie de flip-chart etapele în luarea deciziei pentru a reuși în carieră.

4. Prezentarea rezultatelor în grupul mare

Fiecare grupă va prezenta ce a lucrat iar în urma discuțiilor se vor face aprecieri de către colegi și profesor.

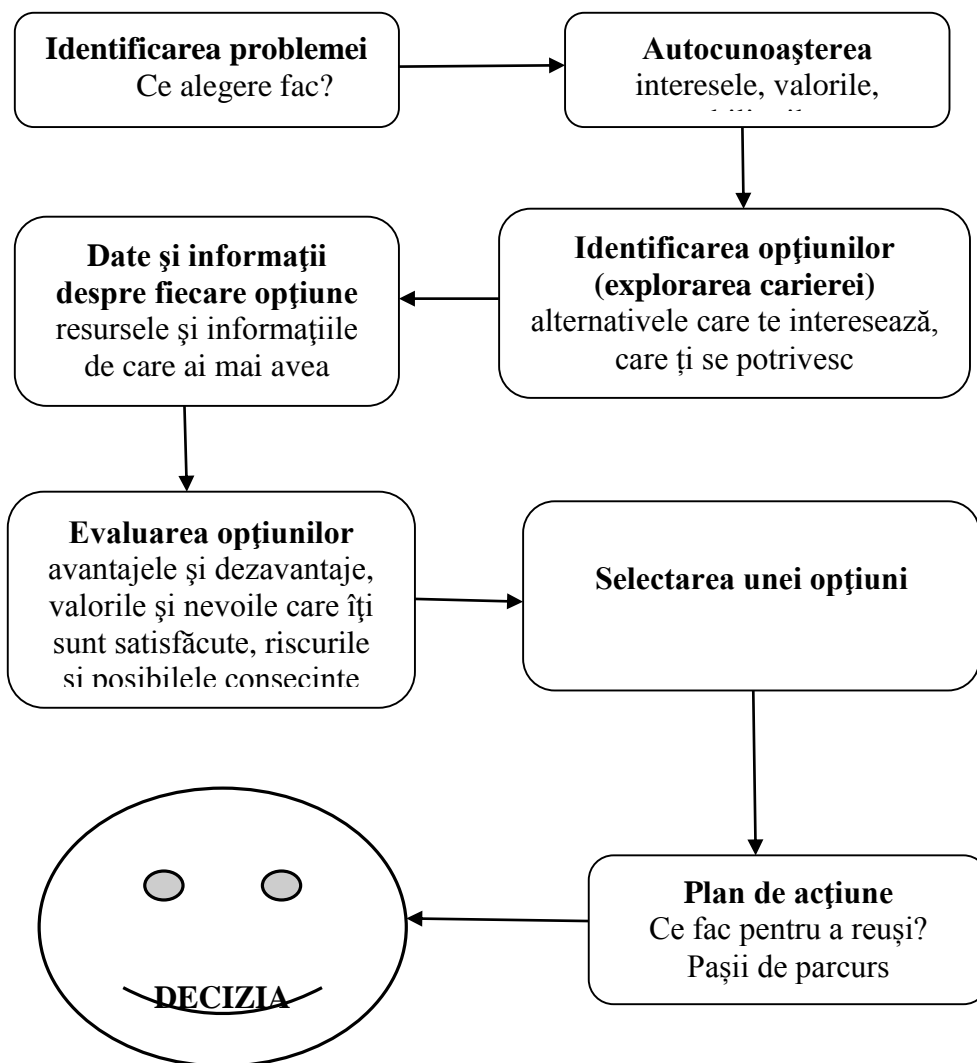
Concluzii (5 min.)

În urma discuțiilor vom puncta următoarele aspecte de care va trebui să țineți cont pentru a lua cea mai bună decizie în alegerea liceului, primul pas pentru o carieră de succes:

- ✓ *Cunoașteți-vă atuurile și limitele! Identificați-vă valorile care vă animă, nu cele care vă sunt sugerate de familie, colegi, prieteni.*
- ✓ *Informați-vă! Selectați informațiile care respectă valorile, abilitățile și aptitudinile de care dispuneți sau pe care le puteți dezvolta.*
- ✓ *Păstrați ceea ce ați obținut! Atunci când ați ajuns acolo unde v-ați propus - liceul, profilul dorit - continuați să urmați restul pașilor pentru a reuși să aveți o carieră de succes.*

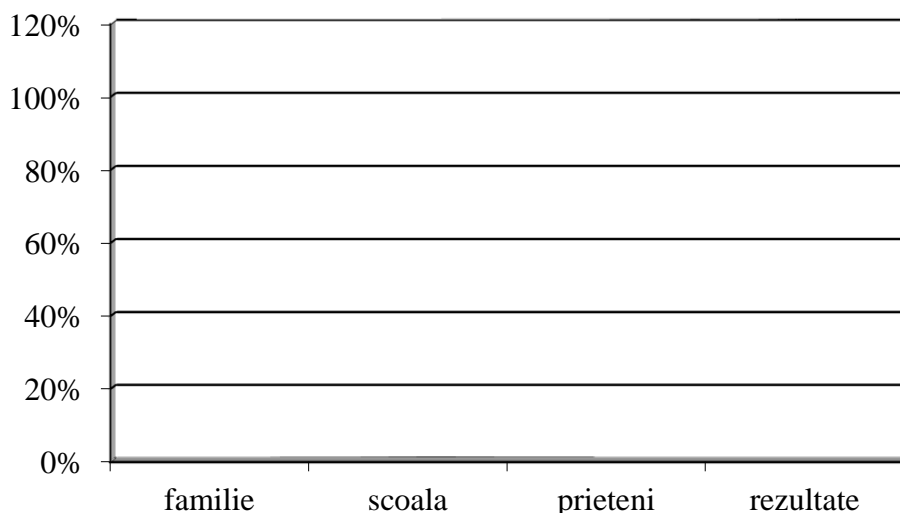
Anexa 1

PAȘII DE URMAT ÎN LUAREA UNEI DECIZII



Sarcina 1

Completați, în urma discuțiilor pe grupe, pe o coală de flip-chart, cu dreptunghiuri, graficul de mai jos astfel încât să evidențiați ponderea factorilor - familie, școală, grup de prieteni, rezultate școlare - în alegerea liceului.



Sarcina 2

Individual selectează 4 valori din lista de identificare a valorilor și bifează în chestionarul *Ce îți-ar plăcea mai mult?* ceea ce consideri că ți se potrivește

LISTA DE IDENTIFICARE A VALORILOR

Realizarea/împlinirea: obținerea de rezultate care sunt semnificative	
Avansarea: înaintarea continuă spre oportunități noi din ce în ce mai mari	
Apartenența la un grup: unde vă aduceți propria contribuție	
Creația: conceperea sau fondarea unui lucru sau a unei idei	
Provocarea: implicarea în sarcini și proiecte stimulative și solicitante	
Competitivitatea: antrenarea în activități ale căror rezultate sunt comparate cu ale celorlalți	
Creativitatea: elaborarea sau inventarea de lucruri sau idei originale	
Egalitatea: competențe, volum, rezultate, valoare sau statut la fel ca ceilalți	
Entuziasmul: implicarea în experiențe noi și dinamice diverse	
Faima: o maximă evidențiere și renume	
Fericirea familială: concentrare asupra relației cu familia	
Siguranța financiară: salariul sau beneficiile care sunt satisfăcătoare	
Prietenia: prietenii stabile și pline de afecțiune, mulțumire și stare de bine	
Armonia: liniște interioară și seninătate	
Sănătatea: funcționarea optimă a organismului, minții și spiritului	
Ajutorul acordat celorlalți: oferirea de asistență, sprijin și ajutor	
Independență: încredere în propriile puteri, libertate în acțiuni	
Integritatea: onestitate personală strictă, aderarea fermă la un cod moral	
Învățarea: însușirea de cunoștințe și satisfacerea curiozității	
Timpul liber: desfășurarea unor activități recreative	
Perfecționarea personală: testarea propriilor aptitudini, demonstrarea abilităților, dobândirea noilor competențe	
Activitatea fizică: implicarea în activitățile ce solicită efort fizic	
Recunoașterea: apreciere și atenție deosebită din partea celorlalți	
Respectul: sunteți tratat cu stimă și corectitudine	
Asumarea riscului: confruntarea cu provocări și cerințe necunoscute	
Siguranța: eliminarea oricărui pericol sau risc	
Protecția: apărarea împotriva fricii, anxietății sau pericolului	
Autoexprimarea: capacitatea de a comunica idei personale, sentimente	
Spiritualitatea: menținerea unei situații de durată, sigure și previzibile	
Statutul: vă bucurați de o poziție sau un rang de prestigiu	
Munca în echipă: lucrați îndeaproape cu ceilalți, având scopuri comune	

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Chestionar „Ce ți-ar plăcea mai mult?”

1a.	Să îngrijești de animale	1b.	Să întreții în stare bună mecanisme tehnice
2a.	Să ajuți bolnavii sau să-i tratezi	2b.	Să alcătuești tabele, scheme, programe pentru calculatoare
3a.	Să urmărești calitatea ilustrațiilor de carte, a placardelor, ilustratelor artistice, discurilor	3b.	Să urmărești starea, dezvoltarea plantelor
4a.	Să prelucrezi materiale din lemn, metal	4b.	Să faci publicitate, vânzări
5a.	Să discuți cărți, articole științifice	5b.	Să discuți despre cărți artistice
6a.	Să crești vite sau animale	6b.	Să înveți pe cineva de seama ta sau pe cei mai mici executarea unor acțiuni de muncă, sport
7a.	Să copiezi desene, imagini, să acordezi instrumente muzicale	7b.	Să conduci mașini, camioane
8a.	Să comunici, să explici oamenilor informația de care au nevoie (la un birou de informație, în excursie)	8b.	Să decorezi artistic expoziții, vitrine, să participi la punerea în scenă a pieselor, să organizezi concerte
9a.	Să repara tehnica	9b.	Să cauți și să corectezi greșeli în texte, tabele, desene
10a.	Să tratezi animale	10b.	Să faci operații matematice, calcule
11a.	Să creezi soiuri noi de plante	11b.	Să modelezi, să proiectezi noi tipuri de mărfuri industriale (mașini, produse alimentare, îmbrăcăminte, locuințe)
12a.	Să rezolvi dispute, conflicte între oameni, să convingi, să explici, să încurajezi, să pedepsești	12b.	Să descifrezi desene tehnice, scheme, tabele, să le verifici, să clarifici
13a.	Să urmărești, să studiezi activitatea cercurilor artistice de amatori	13b.	Să cercetezi, să studiezi viața microbilor
14a.	Să păstrezi în stare de funcționare, să reglezi aparatele de medicină	14b.	Să acorzi oamenilor ajutor medical
15a.	Să alcătuești descrieri, dări de seamă exacte asupra fenomenelor, evenimentelor, să urmărești indicațiile aparatelor de măsurat	15b.	Să descrii artistic, să reprezinți evenimentele pe care le vezi, sau ți le imaginezi
16a.	Să faci analize de laborator în spital	16b.	Să primești, să examinezi bolnavi, să discuți cu ei, să le fixezi tratamentul
17a.	Să vopsești sau să zugrăvești pereții încăperilor, suprafața obiectelor	17b.	Să efectuezi montajul unui bloc sau asamblarea unei mașini, a unor mecanisme
18a.	Să organizezi excursii cu colegii de o vârstă cu tine sau mai mici la teatre, muzee, marșuri turistice	18b.	Să cânti pe scenă, să participi la concerte
19a.	Să confecționezi, după scheme tehnice, piese, obiecte, să construiești clădiri	19b.	Să practici desenul liniar, să copiezi desene tehnice, cărți
20a.	Să lupți împotriva dăunătorilor pădurii, livezilor, plantelor	20b.	Să lucrezi la mașini cu clape (mașina de scris, calculator)

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Ce meserie vreau să am?”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a X-a
Profesor	Ciornenschi Simona, Colegiul Tehnic Media, sector 1
Competențe generale	Cunoașterea abilităților și limitelor pentru alegerea unei meserii potrivite.
Competențe specifice	Exersarea abilităților de elaborare a planului de carieră de scurtă și lungă durată; Analizarea consecințelor (avantaje și dezavantaje) privind continuarea traseului educațional sau inserția profesională.
Metode	brainstorming, dezbaterea, conversația, frontal, pe grupe și individual.
Resurse	planșe cu imagini meserii, cretă colorată, chestionar. RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. Moment organizatoric (5 minute): Se anunță titlul lecției (se scrie pe tablă). Canalizați elevii spre tema orei de dirigenței, precizând că orice meserie este frumoasă și poate deveni un bun prețios atâta timp cât este practică corect, cu cinste și cu artă. Meseria este un izvor de bucurie și mândrie, dar și un factor determinant al vieții, producător de valoare (spirituală și materială).

2. Anunțarea scopului orei de dirigenție (2 minute): Cunoașterea abilităților și limitelor pentru alegerea unei meserii potrivite. La sfârșitul orei elevii vor fi capabili:

- ✓ să identifice o serie de meserii și să cunoască detalii despre acestea;
- ✓ să conștientizeze sarcinile, responsabilitățile, dar și riscurile fiecărei meserii;
- ✓ să înțeleagă și să diferențieze munca fizică de cea intelectuală;
- ✓ să exprime opinii personale referitor la ceea ce le-ar plăcea să facă, raportat la ceea ce pot face/ au abilități pentru a practica o meserie

3. Procedura de lucru

Activitatea 1 (30 minute): Pe tablă sau pe un panou se expun imagini reprezentând mai multe meserii (cântăreață, asistent medical, profesor, actor, cizmar, chelner, stomatolog, bucătar, pompier, tâmplar, arhitect, inginer, funcționar la ghișeu, pilot, medic, muncitor în fabrică, scriitor, șofer, mecanic auto, conductor de tren, analist programator), astfel încât să avem trei grupe cu câte 7 meserii fiecare. Numerotăm grupele cu creta colorată: grupa 1, grupa 2, grupa 3. Împărțim clasa în 3 grupe, cerând elevilor să numere de la 1 la 3 consecutiv și apoi să se grupeze în fața celor 3 cifre de pe tablă. Elevii fiecărei grupe sunt rugați să denumească meseriile grupei lor, comparându-le pentru a încerca să scoată în evidență sarcinile și riscurile fiecăreia. Decidem împreună cu elevii ce meserie este cea mai grea, mai riscantă, mai obositoare sau nu.

Activitatea 2 (8 minute): Se distribuie elevilor un chestionar (Anexa 1). Elevii sunt rugați să fie sinceri, serioși și consecvenți cu sine.

4. Concluzii (5 minute): Se strâng chestionarele și se analizează succint (mai ales cu privire la răspunsurile date la întrebarea 7). Se pune accent pe faptul că meseria este bine să fie un act de voință și plăcere personală și nu o tradiție de familie impusă de părinți sau dorințe irealizabile. Important este ca în acest moment elevii să conștientizeze că serviciul este lung, dar viața scurtă, iar meseria pe care o aleg trebuie să le aducă satisfacții și nu nemulțumiri, drept pentru care aceasta este de preferat să se plieze pe aptitudinile și posibilitățile valorice proprii. Meseria aleasă trebuie nu numai să placă, ci și să poată fi realizată. De aceea elevii trebuie să-și cunoască și abilitățile și limitele.

Anexa 1

CHESTIONAR

1. Enumeră 3 din calitățile tale (curajos, destoinic, talentat, sârguincios/ harnic, descurcăreț, perseverent, inteligent, cult, generos):

- -----
- -----
- -----

2. Bifează 3 aptitudini pe care le ai:

- Știi să cânti;
- Știi să dansezi;
- Știi să desenezi frumos;
- Poți lucra repede și corect sub presiune;
- Poți lua decizii corecte în scurt timp;
- Acorzi importanță detaliilor.

3. Bifează efortul la care crezi că rezisti mai mult:

- Fizic
- Intelectual

4. Scrie meseria pe care ți-ar plăcea/ îți dorești s-o practici:

.....

5. Enumeră 3 calități pe care ar trebui să le aibă cel ce practică meseria pe care ți-ai ales-o tu:

-
-
-

6. Alege 3 aptitudini pe care ar trebui să le aibă cel ce practică meseria aleasă de tine:

-
-
-

7. Compară răspunsurile de la 1 și 2 cu cele de la 5 și 6 și bifează varianta corectă:

- Pot deveni ce mi-ar plăcea;
- Nu am calitățile necesare pentru meseria la care m-am gândit (care mi-ar plăcea).

Vârsta: _____

Clasa: _____

Sursa: Consiliere educațională „Idei pentru orele de dirigenție”, Editura: RAABE ROMÂNIA.

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Meseria este brățară de aur”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a XI-a
Profesor	Ioniță Olimpia, Colegiul Economic „Viilor”, sector 5
Competențe generale	Elaborarea proiectului de dezvoltare personală și profesională.
Competențe specifice	Exersarea abilităților de elaborare a planului de carieră de scurtă și lungă durată; Analizarea consecințelor (avantaje și dezavantaje) privind continuarea traseului educațional sau inserția profesională.
Metode	conversația euristică, dialogul ghidat, munca în echipă, mima, dezbateră, sinteza, reflecția
Resurse	fișe de lucru, flip-chart, markere de diverse culori, tabla, cretă colorată; RESURSE DE TIMP: 50 minut

Scenariul temei:

Moment organizatoric: Consemnarea absențelor, verificarea ținutei, aranjarea sălii de clasă, crearea atmosferei potrivite unei bune desfășurări a lecției.

Enunțarea obiectivelor orei de dirigenție:

- ✓ să dea dovadă de responsabilitate și perseverență în luarea deciziilor și în acțiunile privind alegerea profesiei;
- ✓ să-și facă un plan pentru carieră după finalizarea liceului, urmând traseul educațional sau inserția profesională.

Exercițiu de spargere a gheții: Mimarea proverbului *Lenea doarme și sărăcia o apără de muște*.

Conversația euristică: Profesorul scrie pe tabla 3 cuvinte, numite generic *pași*: Pasul 1: *Succes*, Pasul 2: *Carieră*, Pasul 3: *Muncă*.

Elevii oferă câte 3 termeni potriviți fiecărui cuvânt, apoi, aranjează cei 3 *pași* (cuvinte) în ordinea în care aceștia trebuie urmați în profesie.

Lucru pe grupe: Clasa este împărțită pe 8 grupe a câte 2, 3 sau 4 elevi, în funcție de inteligența emoțională predominantă în care se încadrează elevii. Grupele au fost formate într-o oră anterioară, când s-a aplicat *Chestionarul pentru stabilirea stilurilor de învățare* după *Teoria inteligențelor multiple* a lui Howard Gardner;

După ce se împart fișele de lucru (Anexa 1), un elev citește cu voce tare textul.

Profesorul anunță sarcina de lucru a fiecărei grupe.

Dezbateră și sinteza: După prezentarea și schimbul de idei al fiecărei grupe, profesorul ajută elevii, prin dialog ghidat, să sintetizeze ideile principale expuse.

Concluziile și feedback: Elevii expun atributele pe care trebuie să le dovedească un profesionist adevărat. Profesorul completează *Figura 1* (Anexa 2) cu termenii numiți de elevi. Desenul se poate realiza la tablă, cu cretă colorată, sau pe planșa flip-chart, cu markere.

Anexa 1

FIȘĂ DE LUCRU

Citiți cu atenție parabola următoare pentru a răspunde sarcinii de lucru:

„Odată, în miez de vară, la Suceava - vechea capitală a Moldovei - sosiră niște soli străini. Măria Sa Alexandru cel Bun, îmbrăcat simplu, secera un lan de grâu, din plăcerea de a munci împreună cu țărani.

Observând cu câtă stimă îl salută trecătorii, unul dintre oaspeți se interesează:

- Cine e acest bărbat distins?

- Alexandru-Vodă, domnitorul nostru, zise cineva.

Solii se apropiară, fără să descalece.

- Spor la lucru, Măria Ta!, i se adresară ei cu plecăciune.

- Mulțumesc! Poftim! le răspunse voievodul, continuând să adune snopi.

Solii îi luară invitația drept glumă și nu îndrăzniră să i se alăture.

Lucrul încetă abia după amiază. Și cum se obișnuiește după fiecare clacă, țărani întinseră o masă lungă pentru toți secerătorii.

La un colț de masă, se găsi loc și pentru solii din străinătate. Ei se așezară, bucuroși să-și potolească foamea după atâta așteptare, dar, spre marea lor dezamăgire, nimeni nu veni să-i servească.

Citindu-le nedumerirea din priviri, Alexandru-Vodă le explică:

- În țara noastră, cine nu muncește nu mănâncă.” (A. Silvestru, *Masa de după seceriș*)

Sarcini de lucru:

Grupa 1. Inteligența lingvistică/ verbală:

Compuneți un catren în care să utilizați cuvintele: *stimă, a munci și spor*;

Grupa 2. Inteligența logică/ matematică:

Realizați o figură geometrică care să releve relația țăranilor cu pământul;

Grupa 3. Inteligența vizuală/spațială:

Conturați în creion ilustrația potrivită pentru o copertă a parabolei „*Masa de după seceriș*”;

Grupa 4. Inteligența muzicală/ritmică:

Identificați, în text, elemente care dezvăluie plăcerea de a munci a secerătorilor și introduceți-le în refrenul unei melodii;

Grupa 5. Inteligența corporală/kinestezică:

Realizați un scurt moment coregrafic, în care să interpretați „*Dansul spicelor de grâu*”;

Grupa 6. Inteligența interpersonală/ relațională:

Încercați să vă transpuneți în rolul lui Alexandru cel Bun și explicați ce reacție ați fi avut voi față de solii străini;

Grupa 7. Inteligența intrapersonală/ existențială:

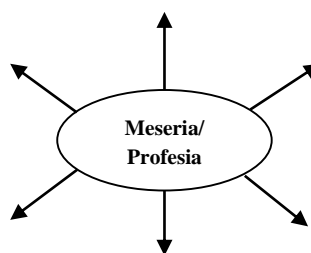
Expuneți gândurile solilor străini după ce le-a fost adresată replica: „*În țara noastră, cine nu muncește nu mănâncă.*”;

Grupa 8. Inteligența naturalistă:

Extrageți din text elemente ale cadrului natural exterior și creați un text descriptiv de 5-7 rânduri care să poarte titlul „*În lanul de grâu*”.

Anexa 2

Profesorul diriginte completează desenul cu atributele pe care trebuie să le dovedească un profesionist adevărat.



MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Lumea profesiilor pe piața muncii”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a XII-a
Profesor	Dinu Aura, Liceul Tehnologic „Dragomir Hurmuzescu”, sector 3
Competențe generale	Elaborarea proiectului de dezvoltare personală și profesională.
Competențe specifice	Exersarea abilităților de utilizare a documentelor de marketing personal și Europass, în vederea continuării studiilor sau a inserției pe piața muncii.
Metode	conversația, dezbateră, brainstorming, descoperirea, problematizarea, aprecierea verbală
Resurse	flip-chart, coli flip-chart, fișe de lucru, chestionare, markere, post-it-uri, imagini fructe, prezentare PowerPoint, calculator, ecran de proiecție, videoproiector. RESURSE DE TIMP: 2 ore de curs

Scenariul temei:

Prima oră:

1. Moment organizatoric (3 minute): consemnarea absențelor, verificarea existenței resurselor materiale.

2. Exercițiu de spargere a gheții (7 minute): distribuirea și completarea fișelor de „încălzire” - Anexa 1 a grupului; 3-4 elevi prezintă ce au lucrat, discuții.

3. Motivarea elevilor (7 minute): sensibilizarea și captarea atenției prin 2 citate:

- ✓ „Viața omului este prețioasă numai atunci când urmărește un ideal.” - Liviu Rebeanu
- ✓ „Îndrăznește să devii ceea ce ești. Există posibilități minunate în fiecare ființă. Să știi să spui mereu fără încetare **NU DEPINDE DECÂT DE MINE.**” - Andre Gide

4. Anunțarea temei orei de dirigenție și comunicarea obiectivelor lecției (3 minute):

La sfârșitul orei de dirigenție elevii vor fi capabili:

- ✓ să identifice interesele personale;
- ✓ să prezinte cât mai multe meserii și să le clasifice pe domenii de activitate;
- ✓ să-și conștientizeze interesele și aptitudinile și să le canalizeze către alegerea unei profesii;
- ✓ să-și formeze și să-și dezvolte capacitatea decizională;
- ✓ să identifice ocupațiile care corespund intereselor personale.

5. Desfășurarea activităților:

- Explicarea termenilor: profesie, meserie, ocupație, funcție (susținută de prezentare PowerPoint realizată de profesor); elevii sunt implicați în dezbateră aspectelor propuse (14 minute).
- Formarea grupelor de lucru: profesorul invită elevii să aleagă imaginea cu fructele preferate, să le personalizeze cu numele lor și să le așeze pe ramurile copacilor desenați pe tablă, transformându-i în copaci roditori; se formează astfel grupe de maximum 5 elevi (2 minute).

Lucrul în echipe (14 minute), *activitatea „Copacul meseriilor”*: Profesorul precizează faptul că există mii de ocupații și de tipuri de locuri de muncă și că acestea au fost grupate pe 4 domenii de activitate: activități care se desfășoară în aer liber, activități lucrative (manuale și tehnice), activități comerciale și bancare, activități educative, culturale și artistice.

Fiecare domeniu include o gamă largă de activități, corespunzător tuturor nivelurilor de pregătire profesională. Reprezentantul fiecărei grupe alege din „Copacul meseriilor” o frunză și descoperă astfel domeniul de activitate de care se vor ocupa. Profesorul cere elevilor să scrie pe o coală de flip-

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

chart șase meserii din domeniul de activitate ales. Câte un elev de la fiecare grupă va da cu zarul și va alege să prezinte meseria cu numărul indicat de zar. Profesorul cere elevilor să spună cât mai multe lucruri despre meseria aleasă (aptitudini, abilități, studii necesare, avantajele și dezavantajele financiare și sociale ale meseriei din domeniul fiecărei grupe).

A doua oră:

6. Raportarea rezultatelor în grupul clasei (16 minute), activitatea „Evaluarea profesiilor”:

Fiecare grupă a completat cerințele despre meseria aleasă și raportorii fiecărei grupe prezintă ce au realizat.

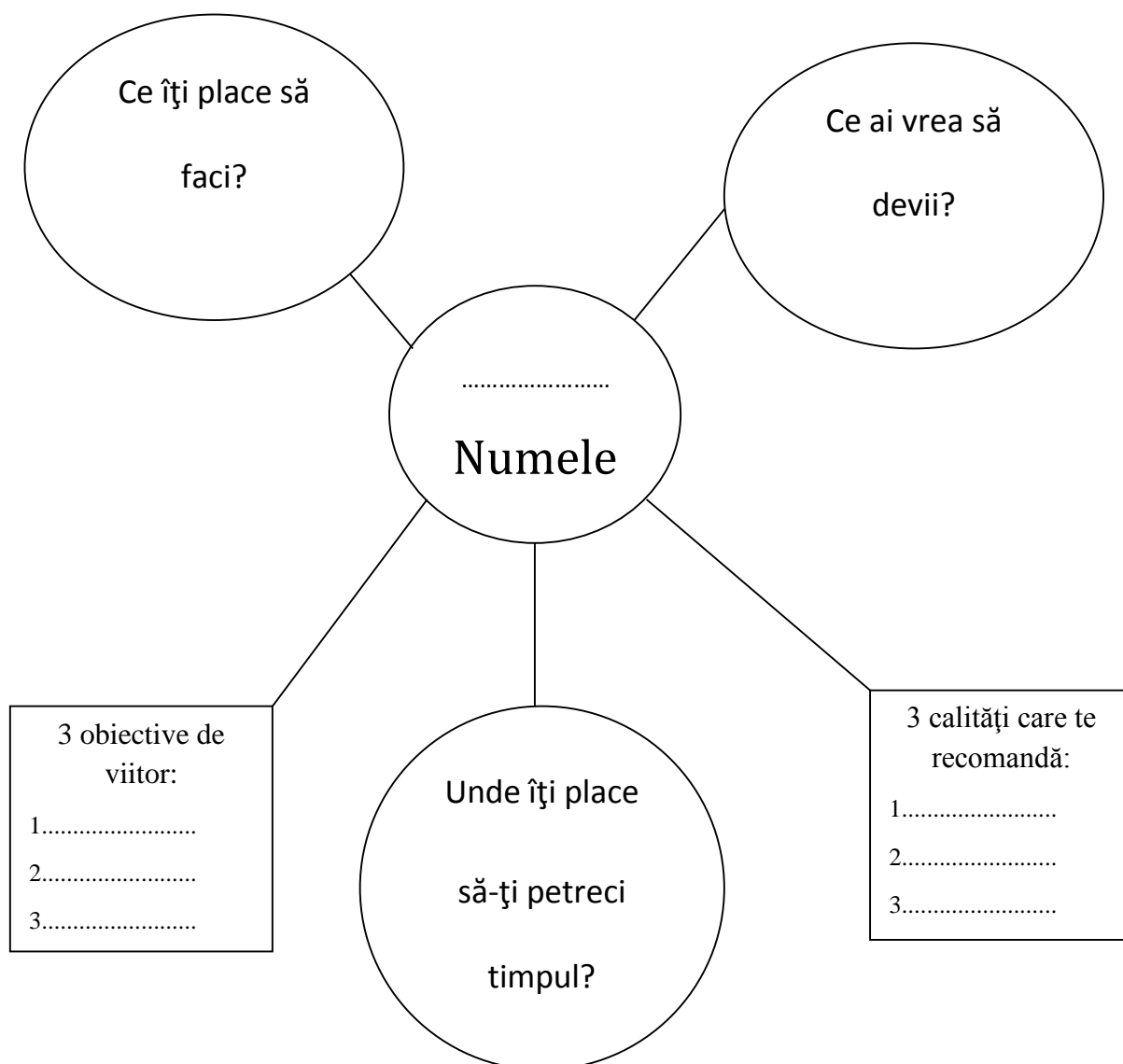
7. Obținerea performanței (10 minute): împărțirea fișei „Balonul plutitor” și discutarea acesteia - Anexa 3.

8. Evaluarea activității (18 minute): împărțirea chestionarului „Chestionar de interese” și interpretarea rezultatelor. Elevii completează chestionarul și calculează codul personal. Profesorul evaluează profilul ocupațional al grupului - Anexa 2.

9. Concluzii (5 minute): se prezintă impresii asupra temei și a desfășurării activităților.

10. Anunțarea temei pentru viitoarea oră de dirigenție (1 minut).

Anexa 1



CHESTIONAR DE INTERESE

ACTIVITĂȚI

Marchează pe coloana „**DA**” activitățile care ți-ar plăcea să le faci. Pe coloana „**NU**”, marchează acele activități care îți displac sau îți sunt indiferente.

R

- să repar obiecte electrice
- să fac obiecte din lemn
- să cresc animale într-o fermă
- să urmez un curs de desen tehnic
- să fiu ghid la vânătoare sau pescuit

DA

NU

TOTAL DA:

I

- să citesc cărți sau reviste științifice
- să lucrez cu instrumente de laborator și substanțe chimice
- să citesc despre subiecte deosebite din pură curiozitate
- să lucrez la un proiect științific
- să aplic matematica în probleme practice

DA

NU

TOTAL DA:

A

- să joc într-o piesă de teatru
- să cânt într-o formație
- să urmez un curs de artă
- să scriu sau să citesc poezie
- să fac design vestimentar

DA

NU

TOTAL DA:

S

- să lucrez pentru Crucea Roșie
- să am grijă de copii
- să predau într-o școală
- să ajut persoanele cu handicap
- să-i ajut pe alții în problemele lor personale

DA

NU

TOTAL DA:

E

- să vând ceva
- să-i influențez pe alții
- să învăț strategii pentru succesul în afaceri
- să pornesc propria afacere
- să supraveghez munca altora

DA

NU

TOTAL DA:

C

- să redactez diferite documente
- să țin evidențe detaliate ale cheltuielilor
- să urmez un curs de afaceri
- să urmez un curs de contabilitate
- să fac operare pe calculator

DA

NU

TOTAL DA:

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

OCUPAȚII

Arată care ocupații te interesează și te atrag, marcându-le pe coloana „DA”.

<u>R</u>	DA	NU	<u>I</u>	DA	NU
- pompier			- meteorolog		
- zoolog			- chimist		
- șofer de camion			- redactor la o revista		
- mecanic de locomotivă			- cercetător		
- controlor			- biolog		
TOTAL DA:			TOTAL DA:		

<u>A</u>	DA	NU	<u>S</u>	DA	NU
- poet			- profesor de liceu		
- actor			- psiholog		
- cântăreț			- director al unei tabere de tineret		
- creator de desene animate			- asistent social		
- scriitor			- director de școală		
TOTAL DA:			TOTAL DA:		

<u>E</u>	DA	NU	<u>C</u>	DA	NU
- director de publicitate			- contabil		
- crainic radio-tv			- inspector bancar		
- director al unui restaurant			- casier		
- ghid turistic			- expert în taxe și impozite		
- procuror			- operator calculator		
TOTAL DA:			TOTAL DA:		

CUM SĂ-ȚI ORGANIZEZI RĂSPUNSURILE?

Numără de câte ori ai marcat DA pe fiecare coloană. Scrie pe liniile următoare numărul obținut la fiecare grup.

ACTIVITĂȚI	R	I	A	S	E	C
OCUPAȚII	R	I	A	S	E	C
SCORURI TOTALE	R	I	A	S	E	C

Literele care au cele mai mari trei valori indică codul tău personal. Scrie-l mai jos (dacă scorurile sunt egale pune ambele litere în același dreptunghi).

**CODUL
PERSONAL**

**Cel mai
mare**

Al doilea

Al treilea

TIPUL REALIST (R) se caracterizează prin tendința de a se îndrepta spre acele activități care presupun manipularea obiectelor și instrumentelor. Posedă aptitudini manuale, mecanice sau tehnice și este satisfăcut de acele medii profesionale care necesită un nivel optim de dezvoltare a acestor aptitudini.

TIPUL INVESTIGATIV (I) se distinge prin apetit deosebit pentru cercetare, investigare sub diverse forme și în cele mai diferite domenii (biologic, fizic, social, cultural). Are de obicei abilități matematice și științifice și preferă să lucreze singur pentru rezolvarea de probleme.

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

TIPUL ARTISTIC (A) manifestă atracție spre activitățile mai puțin structurate, care presupun o rezolvare creativă și oferă posibilitatea de autoexpresie. Persoanele artistice sunt înzestrate cu abilități artistice și imaginație.

TIPUL SOCIAL (S) este interesat de activități care implica relaționare interpersonală. Preferă să ajute oamenii să-și rezolve problemele sau să-i învețe diverse lucruri, decât să realizeze activități care necesită manipularea unor unelte sau mașini.

TIPUL ÎNTREPRINZĂTOR (E) preferă să lucreze în echipă, însă în primul rând cu scopul de a conduce, a ocupa rolul de lider. Evită activitățile științifice sau domeniile care implică o muncă dificilă. Are abilități oratorice și manageriale.

TIPUL CONVENȚIONAL (C) se îndreaptă spre activități care se caracterizează prin manipulare sistematică și ordonată a unor obiecte într-un cadru definit. Are abilități secretariale și matematice ceea ce îl face potrivit pentru activități administrative. Reușește să se adapteze cu dificultate la situațiile cu grad ridicat de ambiguitate și care nu au descrise cerințe clare.

Sursa: forum.portal.edu.ro/index.php?act=Attach&type=post&id=956160

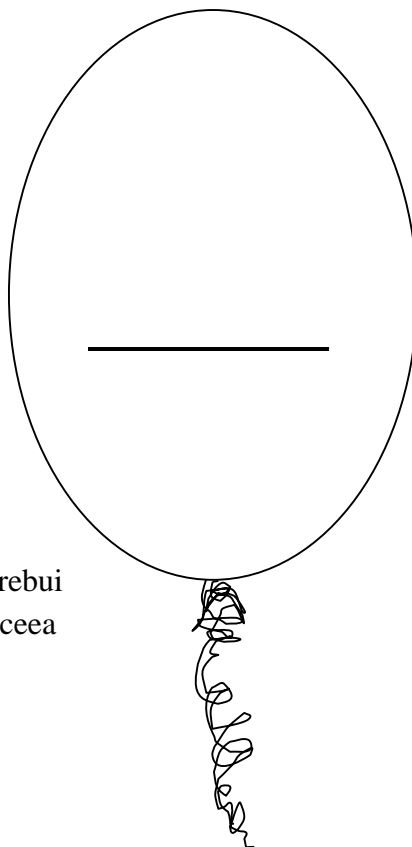
Anexa 3

BALONUL PLUTITOR

Scrive în centrul balonului ce profesie ai dori să alegi, și pentru ca balonul să fie cât mai strălucitor și să plutească în aer cât mai mult, scrie în jurul lui:

A. O persoană importantă care te sprijină.

.....



B. Trei calități care te recomandă pentru meserie

1.....

2.....

3.....

C. Trei lucruri pe care ar trebui să le faci, pentru a ajunge ceea ce îți dorești.

1.....

2.....

3.....

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„CV-ul, cartea mea de vizită (știi să mă prezint?)”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a XII-a
Profesor	Dinu Aura, Liceul Tehnologic „Dragomir Hurmuzescu”, sector 3
Competențe generale	Elaborarea proiectului de dezvoltare personală și profesională.
Competențe specifice	Exersarea abilităților de utilizare a documentelor de marketing personal și Europass, în vederea continuării studiilor sau a inserției pe piața muncii.
Metode	conversația, dezbateră, expunerea, exercițiul, brainstorming, descoperirea, problematizarea, aprecierea verbală
Resurse	chestionar on-line, fișă de documentare, formular CV Europass, flip-chart, coli flip-chart, markere, post-it-uri, prezentare PowerPoint, ecran de proiecție, videoproiector, calculatoare. RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1.Moment organizatoric (2 minute): se consemnează absențele, se verifică existența resurselor materiale.

2.Anunțarea temei și comunicarea obiectivelor lecției (2 minute):

La sfârșitul orei de dirigenție elevii vor fi capabili:

- ✓ să identifice răspunsurile corecte propuse de chestionar pentru a categorisi informațiile legate de întocmirea unor documente oficiale în forma corectă;
- ✓ să stabilească informațiile personale ce trebuie incluse în redactarea unui CV în scopul organizării și structurării corecte a acestui document;
- ✓ să analizeze comparativ care dintre informațiile personale trebuie incluse în CV, în sensul identificării erorilor de întocmire și redactare a acestuia;
- ✓ să completeze corect un CV, dar și CV-ul personal.

3.Desfășurarea activităților:

Activitatea 1: Prezentarea chestionarului „Ce știi despre CV?” (7 minute)

Elevii accesează chestionarul la adresa:

<http://www.liis.ro/~oradedirigentie/siveco/websites/21232f297a57a5a743894a0e4a801fc3/2008-05-30-12-30-41/index.html>

Profesorul cere elevilor să parcurgă conținutul chestionarului în întregime, iar la sfârșit aceștia au posibilitatea să vizualizeze corectitudinea răspunsurilor.

Activitatea 2: Analiza chestionarului (3 minute)

Elevii sunt solicitați să identifice care sunt informațiile personale și esențiale pentru fiecare individ ce trebuie să apară într-un CV redactat corect.

Activitatea 3: Reguli de completare a unui CV (8 minute)

Se pornește de la moto-ul „*O carieră nu este ceva ce găsești. Este un lucru pe care trebuie să îl construiești. La fel este și un CV. CV-ul este cartea ta de vizită.*” și se dezvoltă noțiunea de CV (categorii de informații incluse în CV, erori de conținut și redactare ce trebuie evitate, aptitudini personale ce trebuie prezentate în CV, care este formatul unui CV Europass). Se utilizează un model de CV Europass ce poate fi descărcat de la adresa:

<https://europass.cedefop.europa.eu/ro/documents/curriculum-vitae/templates-instructions>

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Activitatea 4: Completarea CV-urilor. (10 minute)

Profesorul împarte clasa în 4 grupe, fiecare grupă fiind solicitată să redacteze CV-ul unei persoane care are profesia analizată la ora de dirigenție cu tema „Lumea profesiilor pe piața muncii” (sau se alege o profesie din cele patru domenii de activitate: *activități care se desfășoară în aer liber, activități lucrative (manuale și tehnice), activități comerciale și bancare, activități educative, culturale și artistice*). Se pune la dispoziția fiecărei grupe o fișă de documentare „Redactarea corectă a unui CV.” - Anexa 1.

Activitatea 5: Evaluarea CV-urilor. (12 minute)

Raportorii grupelor prezintă CV-urile, profesorul mediind discuția astfel încât să evidențieze aspectele importante ce trebuie respectate în redactarea CV-ului. La final profesorul face aprecieri cu referire la modul de organizare și redactare a unui CV.

4.Concluzii (2 minute) Profesorul solicită elevilor să scrie pe un post-it trei argumente care să susțină afirmația „*Curriculum Vitae reprezintă cartea de vizită a fiecărui individ.*”

5.Evaluarea activității (3 minute) Profesorul cere elevilor să completeze cardul de evaluare „*Părerea ta contează!*” - Anexa 2.

6.Anunțarea temei pentru următoarea oră de dirigenție. (1 minut)

Anexa 1

FIȘĂ DE DOCUMENTARE **„Redactarea corectă a unui Curriculum Vitae”**

Ce este CV-ul?

CV-ul reprezintă un element foarte important al marketing-ului personal. Este un instrument necesar pentru cei care își caută un loc de muncă. CV-ul trebuie făcut cu inteligență, astfel încât să stârnească interesul pentru tine și să fii invitat la interviu.

Ce conține un CV?

- Numele și prenumele;
- Adresă și telefonul la care poți fi contactat;
- Data nașterii;
- Obiectivul;
- Studiile;
- Experiență profesională;
- Abilități și deprinderi;
- Limbi străine cunoscute și nivelul de cunoaștere;
- Cunoștințe de utilizare a calculatorului;
- Premii speciale și realizări personale;
- Hobby-uri;
- Recomandări;

Pe lângă coordonatele obișnuite:

- Mediile foarte bune;
- Cursuri relevante;
- Premii obținute;
- Burse;
- Eventualele slujbe din timpul verii;

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Nu menționa orice laudă sau compliment primit, nu trebuie să crezi un fel de „odă” la adresa propriei persoane. Prezintă numai acele realizări care au legătură cu postul pe care candidezi și care se integrează în contextul respectiv.

ERORI în redactarea unui CV:

- Absența unor date esențiale: adresa și telefonul la care poți fi contactat;
- Scrisul de mână: încearcă să redactezi CV-ul pe computer;
- Prezența unor date inutile: nu specifică chestiuni care țin de orientarea politică sau religioasă, culoarea ochilor sau a părului;
- Nu trimite fotografia decât dacă se cere;
- Datarea inexactă a anilor în care ai făcut liceul sau ai avut alte activități, arată că nu ai abilități de a lucra cu detaliile sau că ești neatent;
- Nu folosi adjective la superlativ la adresa ta sau despre activitățile pe care le-ai îndeplinit.

Cum NU trebuie să fie un CV:

- mai lung de 2 pagini;
- pe hârtie colorată;
- cu ilustrații;
- pe hârtie de proastă calitate;
- fotocopia unei fotocopii;
- cu greșeli gramaticale.

Aptitudini și competențe sociale:

Descrieți aceste aptitudini și indicați în ce context le-ați dobândit: locuiți și munciți cu alte persoane, într-un mediu multicultural, ocupați o poziție în care comunicarea este importantă sau desfășurați o activitate în care munca de echipă este esențială (de exemplu cultură, sport, etc.).

Aptitudini și competențe organizatorice:

Descrieți aceste aptitudini și indicați în ce context le-ați dobândit: coordonați și conduceți activitatea altor persoane, proiecte și gestionați bugete la locul de muncă, în acțiuni voluntare (de exemplu în domenii culturale sau sportive) sau la domiciliu.

Aptitudini și competențe tehnice:

Descrieți aceste aptitudini și indicați în ce context le-ați dobândit: utilizare calculator, anumite tipuri de echipamente, mașini, permis de conducere, etc.

Alte aptitudini și competențe:

Descrieți aceste aptitudini și indicați în ce context le-ați dobândit: competențe care nu au fost menționate anterior.

INFORMAȚII SUPLIMENTARE:

Indicați alte informații utile și care nu au fost menționate, de exemplu persoane de contact, referințe, etc.

ANEXE:

Enumerați documentele atașate CV-ului, dacă este cazul.


Anexa 2 - Card de evaluare

PĂREREA TA CONTEAZĂ !

Completează acest card și spune-ți părerea în legătură cu desfășurarea orei!



Fața 1: aspecte pozitive



PĂREREA TA CONTEAZĂ !

Completează acest card și spune-ți părerea în legătură cu desfășurarea orei!

Fața 2: aspecte negative

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Interviul pentru angajare”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a XII-a
Profesor	Jicmon Gabriela, Colegiul Tehnic „Carol I”, sector 6
Competențe generale	Elaborarea proiectului de dezvoltare personală și profesională.
Competențe specifice	Evaluarea pregătirii personale pentru continuarea studiilor/ pentru inserția profesională Conștientizarea de către elevi a comportamentului adecvat la un interviu de angajare
Metode	jocul de rol, conversația euristică, explicația, expunerea
Resurse	fișe cu întrebările cele mai frecvente la un interviu RESURSE DE TIMP: 50 de min.

Scenariul temei:

Nr. crt.	Secvențe de ore de dirigenție	Conținut, strategii și desfășurarea activității	Metoda didactică	Durata
1	Moment organizatoric			1 min.
2	Captarea atenției	Întrebări privind interviurile de angajare la care au participat până acum și ce știu despre interviul de angajare	Expunerea	1.min.
3	Anunțarea obiectivelor întâlnirii, într-o formă accesibilă elevilor	Aflarea unor detalii despre cum decurge un interviu, cum trebuie să ne comportăm, cum anume trebuie să ne îmbrăcăm, ce întrebări ni se vor pune și ce răspunsuri se așteaptă de la noi. Prezentarea unui film scurt pentru exemplificare (calculator. și videoproiector).	Expunerea Explicația	5 min.
4	Jocuri de rol inițiale	Li se propune elevilor un joc de rol în care un protagonist va interpreta rolul solicitantului de job și un alt protagonist rolul angajatorului. Solicitantul este cel care stabilește jobul pentru care merge la interviu. Angajatorul primește o listă de întrebări frecvente la un interviu. Se analizează împreună cu clasa prestația protagoniștilor, punctându-se elementele corecte și cele greșite în ceea ce privește poziția corporală, gestică, precum și conținutul răspunsurilor. Se repetă jocul de rol de 2-3 ori, punctându-se elementele corecte și cele greșite și comparând prestațiile diferiților solicitanți.	Instructajul Lucrul individual Analiza Conversația euristică	15 min.

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

5	Elevii vor conștientiza câteva elemente legate de poziția și gesticulația adecvate la un interviu	Din analiza jocurilor de rol anterioare, se extrag împreună cu elevii câteva elemente legate de poziția corporală și gestică adecvată la un interviu de angajare. Li se pot oferi elevilor elemente suplimentare legate de: - mesajul transmis de o poziție deschisă comparativ cu o poziție închisă; - necesitatea existenței unei armonii între poziția celui care interviează și cea a solicitantului; - gestică prea expansivă comparativ cu gestică prea puțin expresivă și cu gestică adecvată.	Conversația euristică Explicația Expunerea	6 min.
6	Elevii vor exersa câteva modalități de răspuns adecvat la întrebările tipice pentru un interviu de angajare	Se punctează necesitatea urmării unor aspecte esențiale atunci când participăm la un interviu de angajare (de exemplu sinceritatea răspunsurilor, nevoile angajatorului), pornind de la exemplele de întrebări din jocurile de rol, se stabilesc împreună cu elevii câteva tipuri de atitudini care răspund acestor aspecte esențiale.	Conversația euristică Explicația Expunerea	7 min.
7	Elevii vor conștientiza care este vestimentația adecvată pentru un interviu de angajare	Se discută împreună cu elevii tipul de vestimentație adecvat în situația de interviu, în funcție și de tipul de job solicitat. Li se pot da elevilor câteva elemente suplimentare legate de vestimentația adecvată în diferite situații, punctându-se tipul de semnal transmis de diverse stiluri vestimentare.	Conversația euristică Explicația Expunerea	5 min.
8	Evaluare	Se repetă jocul de rol. Se fac ultimele corecții, analizându-se prestația solicitantului. Se poate repeta jocul, mărindu-se gradul de anxietate, prin introducerea mai multor persoane care interviează. Elevii completează fișele de evaluare. Se solicită de la elevi concluzii legate de comportamentul adecvat la un interviu de angajare. Se solicită feed-back. Se anunță tema următoarei ore de consiliere ce va viza orientarea școlară și profesională a elevilor.	Jocul de rol Conversația euristică	10 min.

Anexa 1

Suport pentru joc de rol

Câteva întrebări frecvente la un interviu

1. Ce te-a făcut să alegi această meserie?
2. Ce anume te face să fii persoana potrivită pentru acest job?
3. Povestește-mi o experiență profesională în care ai dovedit că ai aceste calități.
4. Cum te vezi peste 5 ani?
5. Care-i cel mai mare defect al tău?
6. Preferi să lucrezi singur sau în echipă?
7. Ce știi despre firma noastră?
8. Ce avantaje crezi că-ți poate oferi firma noastră față de alte firme?
9. Ești dispus să lucrezi peste program?
10. Ai întrebări pe care vrei să ni le pui?

Anexa 2

Fișă de evaluare

1. Descrieți ținuta adecvată la un interviu de angajare.
.....
.....
2. Dați un exemplu de postură corporală inadecvată la un interviu de angajare.
.....
.....
3. Descrieți vestimentația adecvată la un interviu pentru un post de recepționar.
.....
.....
4. Descrieți atitudinea adecvată a candidatului pentru un post de vânzător.
.....
.....
5. Imaginați-vă că sunteți la un interviu de angajare și vi se pune întrebarea: „*Care este cel mai mare defect al tău?*”. Ce răspuns ai da?
.....
.....
6. Imaginați-vă că sunteți la un interviu de angajare și vi se pune întrebarea: „*Ce anume te face să fii persoana potrivită pentru acest job?*”. Ce răspuns ai da?
.....
.....
7. Imaginați-vă că sunteți la un interviu de angajare și vi se pune întrebarea: „*Ai întrebări pe care vrei să ni le pui?*”. Ce răspuns ai da?
.....
.....

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	“Modalități de explorare a posibilităților de carieră”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a XII-a
Profesor	Popa Elena, Colegiul Tehnic Mecanic Grivița, sector 1
Competențe generale	Elaborarea proiectului de dezvoltare personală și profesională.
Competențe specifice	Evaluarea pregătirii personale pentru continuarea studiilor/ pentru inserția profesională
Metode	conversația, lucrul în echipă, explicația, dezbateră, brainstorming-ul
Resurse	fișe de lucru RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs.

Scenariul temei:

1. Momentul organizatoric – 2 minute: Salutul, efectuarea prezentei, asigurarea unui climat optim desfășurării orei de dirigenție.

2. Verificarea cunoștințelor predate anterior – 5 minute

Pentru verificarea cunoșterii noțiunilor de: aptitudini, abilități și deprinderi (discutate ora trecută de dirigenție) se va purta o conversație pentru a se reaminti conceptele învățate;

Sunt consolidate competențele elevilor;

Elevii intervin cu completări la răspunsurile colegilor;

Profesorul apreciază completările și răspunsurile elevilor.

3. Anunțarea noului conținut și organizarea activității de învățare – 3 minute

Profesorul realizează conexiunea cu precedentul conținut din cadrul orei de dirigenție;

Profesorul scrie titlul temei orei de dirigenție pe tablă;

Sunt formulate competențele ce urmează a fi dobândite de elevi.

4. Prezentarea noului conținut și organizarea activității de învățare – 30 minute

Profesorul împarte fiecărui elev cate o fișă de lucru pe tema valorilor personale și a carierelor care se potrivesc cu ele. (Fișa de lucru 1);

Profesorul prezintă valorile și oferă explicațiile necesare înțelegerii lor;

Elevii completează fișa de lucru. Sub îndrumarea profesorului elevii formulează propriile opinii despre valorile necesare diferitelor meserii;

Elevii construiesc raționamente de tip argumentative în scopul de a evidenția rolul prioritizării valorilor.

Profesorul împarte clasa în echipe de lucru. Profesorul repartizează spre analiză fiecărei echipe o fișă de lucru pe tema legăturii dintre personalitate, aptitudini și valori și diferite profesii (Fișa de lucru 2).

Elevii analizează sarcina de lucru și completează fișa în urma unor dezbateri. Câte un reprezentant al fiecărei echipe prezintă alegerile făcute.

Profesorul apreciază răspunsurile elevilor și le corectează acolo unde este cazul

5. Asigurarea feedback-ului – 10 minute

Pentru asigurarea feedback-ului se va folosi metoda dezbaterii.

Se va prezenta o temă pentru acasă pentru consolidarea cunoștințelor și evaluarea lor (Fișa de lucru 3).

Anexa 1

Numele și prenumele: _____

Clasa: _____

FIȘA DE LUCRU 1

Mai jos sunt prezentate câteva valori pe care le poți lua în considerare când alegi un loc de muncă. Subliniază trei valori pe care le consideri cele mai importante pentru tine.

- Să îi ajut pe alții
- Să lucrez în echipă
- Să învăț lucruri noi
- Să devin celebru
- Să am mult timp liber
- Să mă simt în siguranță la locul de muncă
- Să fiu perceput ca „intelectual”
- Să lucrez sub presiune
- Să am mulți bani
- Să lucrez cu tehnologie de ultimă oră
- Să lucrez în aer liber
- Să am sarcini de lucru clar definite
- Să am un program flexibil
- Să pot fi spontan și creativ

Alege din tabelul de mai jos 3 ocupații în care sunt respectate valorile selectate de tine.

1. _____
2. _____
3. _____

OCUPAȚII			
Asistent social	Ofițer	Ceasornicar	Bucătar
Instalator electric	Instructor de zbor	Horticultor	Infirmer/ă
Atlet profesionist	Profesor	Pădurar	Optician
Șofer	Coafeză / Frizer	Bijutier	Contabil
Arhitect	Ghid turistic	Poștaş	Medic veterinar
Casier	Medic	Critic de artă	Asistent medical
Secretar	Scriitor	Patron	Maseur
Manager	Funcționar de bancă	Șofer de ambulanță	Programator PC
Agent de vânzări	Pilot avion	Fotomodel	Psiholog
Tehnician dentar	Director de hotel	Mecanic auto	Muncitor pe șantier
Avocat	Zidar	Polițist	Farmacist
Bibliotecar	Inginer constructor	Tâmplar	Pompier
Reporter	Cosmetician/ă	Fotograf	Director resurse umane
Muzician	Editor	Stomatolog	Barman
Operator computer	Șofer taxi	Balerin/ă	Cameraman

Anexa 2

Numele și prenumele: _____

Clasa: _____

FIȘA DE LUCRU 2

Citiți cu atenție caracteristicile din prima coloană a tabelului de mai jos și asociați fiecare tipologie personală cu un anumit tip de profesii posibile.

1 -

4 -

2 -

5 -

3 -

6 -

TIPOLOGII PERSONALE	PROFESII POSIBILE
1. Este rațional și mai degrabă tehnic. Îi place să construiască și să repare, să facă lucruri manual, să folosească instrumente, mașini și unelte. Are abilități de coordonare, e îndemânat și îi place să găsească soluții tehnice.	A. Biolog, chimist, fizician, informatician, inginer, economist, geograf, geolog, consultant management, farmacist, psiholog etc.
2. Îi plac activitățile intelectuale, rezolvările de probleme, nu e interesat de munca în colaborare, este original și creativ, rațional, curios, pasionat de probleme teoretice. Are abilități matematice și științifice.	B. Medic sau asistent medical, psiholog, antrenor, profesor, învățător sau educator, specialist în comunicare, purtător de cuvânt etc.
3. Mai degrabă emoțional decât rațional. Îi plac mediile mai libere, fără o structură strictă unde se poate exprima. Are abilități artistice - desen, muzică, pictură, actorie - și îi place să lucreze folosindu-și imaginația.	C. Mecanic, arheolog, inginer mecanic, tâmplar, constructor, tehnician dentar, electrician, fermier, pompier, bijutier, optician, polițist, instalator etc.
4. O persoană extrem de sociabilă. Îi place să creeze relații, să ajute oameni, e preocupat de cei din jur și responsabil. Îi place să fie lider, să îi învețe pe cei din jur diverse lucruri și să lucreze în echipă. Are abilități bune de comunicare și de înțelegere a oamenilor.	D. Actor, arhitect, fotograf, grafician, jurnalist, scriitor, designer în modă, publicitate. Instructor de dans sau profesor în domeniul artistic etc.
5. O persoană entuziastă și încrezătoare în sine. Își dorește să conducă și să obțină un statut social. Are abilități de vorbire și de conducere. E pasionat de afaceri, politică și poate fi extrem de convingător mai ales în a obține ce vrea și a motiva pe cei din jur.	E. Asistent administrativ, contabil, casier, operator calculator, analist financiar, secretară, bibliotecar, operator telefonie etc.
6. O persoană echilibrată, care respectă regulile și autoritatea. Îi displac muncile care necesită efort fizic și rolul de șef. Are abilități secretariale, matematice, administrative - analizare date, înregistrare informații, atenție pentru detalii.	F. Antreprenori (au propria afacere), agenți de vânzare (asigurări, automobile, telefonie mobilă), avocat, agent de turism, relații cu publicul etc.

Anexa 3

Numele și prenumele: _____

Clasa: _____

FIȘA DE LUCRU 3
„Eu în oglinda viitorului”

1. Aș vrea să fiu ca pentru că
.....
.....

2. Nu aș dori să fiu ca deoarece
.....
.....

3. Mi-ar plăcea să devin pentru că
.....
.....

4. Locul în care aș vrea să lucrez este (un birou, în aer liber, într-un spital, în școală etc.)
..... deoarece
.....
.....

MODULUL 4 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„CV-ul, primul pas spre succes”
Modulul	Planificarea carierei
Grup țintă/ clasă	a XII-a
Profesor	Vizireanu Valentina, Liceul Tehnologic „Dragomir Hurmuzescu”, Sector 3
Competențe generale	Elaborarea proiectului de dezvoltare personală și profesională.
Competențe specifice	Exersarea abilităților de utilizare a documentelor de marketing personal și Europass, în vederea continuării studiilor sau a inserției pe piața muncii.
Metode	explicația, exerciții individuale, în perechi, în grup, dezbateră, căutarea de informații, resurse suplimentare, accesare Internet, consultarea de documente formale
Resurse	fișe de lucru conținând prezentarea documentelor, CV-ul Europass, Internetul http://europass.cedefop.europa.eu , fișe de evaluare RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. Exerciții de ice-break: 5 min.

- presupune incitarea, sensibilizarea elevilor
- se prezintă obiectivele
- se distribuie fișa de evaluare (Anexa 1 partea I)
- elevii completează fișa la începutul activității
- se discută răspunsurile

2. Exerciții specifice temei: 35 min.

- dirigintele prezintă necesitatea și importanța CV-ului precum și modalitatea de întocmire a acestuia - 5 min
- elevii participă la discuții privind modul de completare a CV-ului - 5 min
- se încurajează întrebările și se formulează răspunsuri
- se accesează site-ul <http://europass.cedefop.europa.eu> și se dau indicații de navigare - 5 min
- se consultă CV-ul Europass și instrucțiunile de completare - 20 min
- se salvează formularul CV - Europass în vederea completării acestuia de către elevi

3. Tehnici de evaluare: 5 min

- elevii completează fișa de evaluare la sfârșitul activității (Anexa 1, partea II) - 3 min
- se prelucrează răspunsurile și se formulează concluziile – 2 min

4. Încheiere: 5 min

- se comunică tema viitoare și se stabilesc sarcinile pentru pregătirea temei („Cum să fac o scrisoare de intenție?”).

Anexa 1

**FIȘA DE EVALUARE
„CV-UL ,PRIMUL PAS SPRE SUCCES”**

I. Fișa de evaluare la începutul activității:

Apreciază în câteva cuvinte cunoștințele tale despre tema anunțată.

II. Fișa de evaluare la sfârșitul activității:

1. Cum apreciezi materialele prezentate? Bifează căsuța corespunzătoare:

- foarte bune
- bune
- satisfăcătoare
- nesatisfăcătoare

2. Cum apreciezi informațiile primite azi? Bifează căsuța corespunzătoare:

- complet lipsite de interes
- lipsite de interes
- oarecum interesante
- interesante
- foarte interesante

3. Consideri că această activitate a fost utilă? Bifează căsuța corespunzătoare:

- da
- nu

4. Cum apreciezi acum cunoștințele tale despre tema discutată:

5. Despre care subiect discutat azi ai dori să știi mai mult?

.....
.....

MODULUL 5

CALITATEA STILULUI DE VIAȚĂ

- 📖 abordarea problematicii drepturilor omului;
- 📖 prezentarea legăturii între respectarea drepturilor omului și un stil de viață echilibrat;
- 📖 sensibilizarea elevilor în legătură cu impactul stilului de viață personal asupra mediului înconjurător;
- 📖 conștientizarea elevilor asupra importanței și a necesității respectării conceptului de „ educație permanentă,,.

Teme propuse:

- ✂ ”Deciziile din viața noastră”
- ✂ ”Stil de viață sănătos”
- ✂ ”Fumatul - slăbiciune inofensivă, viciu sau boală?”
- ✂ ”Alcoolul, drogurile și calitatea vieții”
- ✂ ”Sănătatea și calitatea relațiilor sociale”

Tema	„Deciziile din viața noastră”
Modulul	Calitatea stilului de viață
Grup țintă/ clasă	a V-a
Profesor	Burtea Doina, Școala Gimnazială „Ferdinand I”, sector 2
Obiective cadru	Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate
Obiective de referință	✓ să identifice alternativa optimă de soluționare a unei probleme personale, pornind de la resursele și interesele proprii
Metode	brainstorming, expunerea, conversația, metoda ciorchinelui, demonstrația, activitate frontală și pe echipe
Resurse	fișe de lucru, fișiere Word sau PowerPoint cu Anexa 1 și Anexa 2, calculator, videoproiector, tablă. RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. Captarea atenției: dirigintele citește elevilor textul „*De ce nu poartă George ochelari?*” – **Anexa 1**.
2. Anunțarea obiectivelor temei.
3. Discutarea textului „*De ce nu poartă George ochelari?*” cu elevii clasei. Se notează toate răspunsurile pe tablă (metoda ciorchinelui).
4. Se cere elevilor să dea exemple de decizii pe care le iau în privința petrecerii timpului liber sau a modului în care aleg să-și cheltuiască banii de buzunar. Răspunsurile sunt notate pe tablă.
5. Se prezintă elevilor etapele luării unei decizii și se explică elevilor modul de completare a unei matrici pentru luarea deciziei - **Anexa 2**.
6. Se distribuie elevilor **Anexa 3 - Fișa de lucru nr. 1** și li se cere să citească textul „*Decizia Cristinei*”.
7. Împreună cu elevii se completează matricea pentru luarea deciziei, conform materialului „*Decizia Cristinei*”.
8. Se împarte clasa în echipe de 4-5 elevi și se distribuie fiecărei echipe **Anexa 4 - Fișa de lucru nr. 2**. Se cere echipelor să construiască o matrice-model și să o ajute pe Maria să ia cea mai bună decizie.
9. Echipele raportează rezultatele.
10. Concluzii - profesorul invită elevii să-și expună părerea dacă această metodă îi ajută să ia decizii mai mult sau mai puțin importante referitor la alegerile pe care le au în față.

Anexa 1

DE CE NU POARTĂ GEORGE OCHELARI?

Vederea este un dar neprețuit, de care ne folosim de fiecare dată când facem ceva, inclusiv atunci când ne facem temele.

George este în clasa a V-a. El nu vede prea bine. Medicul i-a spus să poarte ochelari pentru a vedea lucrurile mai clar. De aceea, mama i-a cumpărat lui George o pereche de ochelari. Lui George îi stă foarte bine cu ochelari. Și vede și mult mai bine.

Totuși, cum ajunge la școală, George își scoate repede ochelarii și îi ascunde în bancă. În timpul orelor, nu vede nici ce se scrie la tablă și nici ce scrie în manual.

De ce nu poartă George ochelari, deși știe că trebuie?

Anexa 2

ETAPELE LUĂRII UNEI DECIZII

1. Care este problema?

Ce decizie încerci să iei?

2. Care sunt alternativele?

Ce te gândești să faci?

3. Care sunt criteriile?

Ce speri să realizezi luând decizia respectivă?

4. Ierarhizează criteriile.

Care este criteriul cel mai important? Dar cel mai puțin important?

Notează cu 1 criteriul cel mai important, cu 2 pe următorul ș.a.m.d.

5. Evaluează alternativele.

Ierarhizează alternativele conform criteriilor stabilite.

Două alternative care corespund în aceeași măsură criteriilor stabilite pot fi punctate la fel.

Alternativele pot fi notate și cu plus (+) sau minus (-), conform gradului de adecvare la criterii.

6. Ia decizia.

Care alternativă corespunde în cea mai mare măsură scopurilor urmărite?

Ce câștigi, în fiecare caz? La ce renunți, în fiecare caz?

MATRICE PENTRU LUAREA UNEI DECIZII

CRITERII	Criteriul 1	Criteriul 2	Criteriul 3	Criteriul 4
<i>Ierarhizare</i>				
Alternativa 1				
Alternativa 2				
Alternativa 3				

Anexa 3

Fișa de lucru nr. 1

DECIZIA CRISTINEI

Care este problema?

Cristina locuiește în București și este elevă în clasa a VIII-a. După absolvirea școlii gimnaziale vrea să se înscrie la liceu. Ea dorește să studieze economie, dar nu este încă decisă la ce liceu ar fi mai bine să se înscrie.

Care sunt alternativele?

Cristina și părinții ei au ales trei licee, pe care le-au vizitat.

1. *Colegiul Economic Nr. 1 (CE1)*

CE1 este un liceu renumit, aflat în apropierea locuinței Cristinei. Este apreciat de elevi, mai ales datorită claselor de economie și de matematică-informatică. La acest liceu doresc să se înscrie și o parte din colegele Cristinei. Media de admitere este mare.

2. *Liceul „Regele Carol I” (LRC)*

LRC este un liceu important și foarte serios. Este considerat cel mai bun liceu din zonă, cu o considerabilă activitate extrașcolară: cor, dansuri, teatru, jurnalism, jocuri sportive. Cele mai renumite catedre sunt cele de limba și literatura română, economie și științe socio-umane. Liceul se află într-un alt sector și Cristina poate ajunge acolo cu metroul în 30 de minute. Cei mai buni prieteni ai Cristinei intenționează să aleagă acest liceu.

3. *Colegiul Național Bilingv (CNB)*

CNB este un liceu cu mai puține clase, majoritatea uman. La clasele de bilingv englez, profesorii obțin rezultate foarte bune cu elevii. Colegiul este însă în partea opusă a orașului și niciun cunoscut de-al Cristinei nu și-a ales acest liceu.

Care sunt criteriile?

Cristina s-a gândit și a ales următoarele criterii, pe care le consideră cele mai importante.

1. Renumele liceului - este cel mai important criteriu deoarece Cristina vrea să învețe la un liceu bun.
2. Apropierea de casă - Cristina nu vrea să fie prea aproape de casă deoarece vrea să petreacă mai mult timp cu colegii și să se simtă mai liberă.
3. Prietenii - Cristina vrea să fie cu prietenii ei la același liceu.
4. Activitățile extrașcolare - Cristina dorește să aibă activități diverse în cadrul școlii.

Folosiți matricea pentru adoptarea unei decizii, utilizând criteriile Cristinei.

Puteți da plus (+) sau (-) pentru fiecare celulă (criteriu/alternativă) sau chiar puncte, justificând alegerea făcută.

Anexa 4

Fișa de lucru nr. 2

POATE MARIA SĂ FIE ACTRIȚĂ?

Care este problema Mariei?

Maria are 12 ani și este elevă la o școală gimnazială din București. Ea este un copil timid, dar, în secret, visează să fie actriță. De aceea, se gândește să se înscrie la cursurile de actorie care se desfășoară în cadrul Palatului Copiilor, ținute de actori profesioniști. Cursurile ar ajuta-o să-și învingă timiditatea, să nu se mai bâlbâie în public și să socializeze cu mai mulți copii de vârsta ei. Acestea ar ajuta-o să facă parte din trupa de teatru a Palatului Copiilor și să fie admirată de colegii ei.

Din păcate, Maria nu învață prea bine și își face griji că ar putea să ia note mici la școală dacă va merge de șase ori pe săptămână la cursuri, câte 2 ore. În felul acesta, părinții o vor pedepsi și nici nu o vor mai lăsa la cursuri și nici să-și întâlnească puținii prieteni pe care îi are.

Care sunt alternativele Mariei?

Maria are posibilități:

1. Să se înscrie la Palatul Copiilor, unde profesorii îi vor cere să facă zilnic cursuri.
2. Să se înscrie la cursurile de actorie din cadrul școlii, ținute de profesoara de română care coordonează și trupa de teatru. În felul acesta ar avea cursuri de două ori pe săptămână, câte 2 ore, după program.
3. Să nu facă aceste cursuri și să renunțe la visul ei.

Criteriile Mariei

Maria dorește să-și învingă timiditatea și să se poată exprima în public fără să se bâlbâie. Ea vrea să aibă mulți prieteni și să fie admirată de colegi. Maria nu vrea să ia note mici la școală.

Construiți o matrice model pentru a o ajuta pe Maria să ia cea mai potrivită decizie.

Tema	„Stil de viață sănătos”
Modulul	Calitatea stilului de viață
Grup țintă/ clasă	a VI-a
Profesor	Karban Mariana, Școala Gimnazială „Luceafărul”, sector 5
Obiective cadru	Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate.
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să recunoască comportamentele de protecție sănătoase și comportamentele de risc; ✓ să înțeleagă consecințele de scurtă și de lungă durată ale unui stil de viață nesănătos implicându-se în luarea unor decizii; ✓ să adopte un stil de viață sănătos.
Metode	conversația, explicația, descrierea, demonstrația, problematizarea, joc
Resurse	Chestionar, colaje cu articole din presă, reclame despre sănătate, fișe de lucru, desenele elevilor reprezentând activități sănătoase din familie. RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. **Moment organizatoric (2 min):** se pregătesc materialele; este informat dirigintele despre starea de disciplină, învățătura a clasei.
2. **Captarea atenției (5 min):** joc energizer „*Ridică-te sau stai jos*”, pentru a-i introduce în tematica lecției. Se citește o listă de afirmații legate de sănătate, lăsând un scurt timp între ele; cei cărora li se potrivesc respectivele afirmații vor trebui să stea în picioare. În momentul în care afirmația respectivă nu li se potrivește, vor trebui să se așeze, nu au voie să vorbească între ei. Activitatea se încheie în momentul când toți elevii stau jos.
3. **Anunțarea obiectivului orei de dirigenție (2 min):** scopul acestei teme constă în identificarea comportamentelor sănătoase cât și a influențelor pozitive și negative asupra sănătății.
4. **Se distribuie chestionarul** „*Ce înseamnă o persoană sănătoasă*” care se completează individual. Apoi pe grupe de 3 elevi au loc discuții, astfel încât în alegerea afirmațiilor surprind sănătatea fizică, mintală și socială. **(15 min).**
5. Se împarte clasa în 2 mari grupe. Se distribuie coli de scris, markere. Fiecare grupă primește sarcina: **10 motive: favorabile** adoptării unui stil de viață sănătos/ **defavorabile** adoptării unui stil de viață sănătos **(10 min).**
6. Profesorul solicită fiecărei echipe să desemneze un reprezentant, să enunțe pe rând câte un motiv care să illustreze importanța adoptării/ neadoptării unui stil de viață sănătos, până la epuizarea acestora. **(10 min)** Se urmărește astfel încurajarea elevilor de a-și exprima și susține propria părere, lucrul în echipă, comunicarea, conștientizarea de către elevi a necesității adoptării și menținerii unui stil de viață sănătos la toate vârstele.
7. **Evaluarea (3 min)** Profesorul adresează întrebări: Ce este sănătatea ? Ce este un stil de viață sănătos? Care sunt avantajele adoptării unui stil de viață sănătos ?
8. **Concluzii și aprecieri (2 min):** Profesorul notează pe tablă ce presupune adoptarea unui stil de viață sănătos.
9. **Tema pentru acasă (1 min):** Proiectați propria persoană în viitor, peste 10 ani adoptând un **stil de viață sănătos.**

Anexa 1

**FIȘĂ DE DOCUMENTARE
STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS**

- I. STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS = ansamblul comportamentelor care asigură stare de bine:
- Fizic
 - Mintal
 - Social

II. FACTORI COMPORTAMENTALI AI STILULUI DE VIAȚĂ

Comportamente protectoare sănătoase	Comportamente de risc
<ul style="list-style-type: none"> - exerciții fizice - alimentație sănătoasă - echilibru somn-veghe - gândire pozitivă (despre sine, lume, viitor) - comportamente preventive: purtarea centurii de siguranță - vizite medicale regulate - utilizarea cremelor de protecție solară - utilizarea echipamentelor de protecție 	<ul style="list-style-type: none"> - sedentarism - alimentație nesănătoasă - fumat - consum de alcool, droguri - neutilizarea centurii de siguranță - lipsă program de control medical periodic

III. PREVENIREA COMPORTAMENTELOR CU RISC:

- Consecințe: imediate asupra aspectului fizic
- Consecințe: de lungă durată asupra sănătății elevilor - accidente
- Consecințe: de lungă durată asupra sănătății elevilor - violență
- Consecințe: de lungă durată asupra sănătății elevilor - delincvență
- Consecințe: de lungă durată asupra sănătății elevilor - consum substanțe de risc
- Consecințe: de lungă durată imaginii sociale
- Implicarea în luarea unor decizii legate de comportamentele de risc
- Evitarea amenințărilor ce induc rezistență și opoziție

IV. DEZVOLTAREA UNUI STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS:

- menținerea unei greutate normale
- practicarea regulată a unor exerciții fizice
- practicarea unor exerciții de relaxare
- renunțarea la consumul de alcool și tutun
- practicarea unor comportamente alimentare sănătoase

Anexa 2

CHESTIONAR *Ce înseamnă o persoană sănătoasă?*

Citiți lista următoare și alegeți 6 afirmații pe care le considerați ca fiind cele mai importante calități necesare unei persoane pentru a fi sănătoase.

O persoană sănătoasă:

1. Nu este niciodată bolnavă
2. Poate fugi după autobuz fără să i se taie respirația
3. Ia viața mai ușor, fără să se supere
4. Își face ușor prieteni
5. Are acces la servicii de sănătate bune
6. Are o casă confortabilă
7. Face regulat exerciții fizice
8. Este oricine a ajuns la 75 ani
9. Evită fumatul și drogurile
10. Trăiește într-un mediu curat
11. Poate face față oricărei dizabilități ar avea (ex. surditatea, a fi pe scaunul cu roțile)
12. Poate ieși bine din orice situație
13. Se simte bine tot timpul
14. Evită mancarea cu prea mulți aditivi alimentari
15. Nu pare deprimată niciodată
16. Are o siluetă frumoasă
17. Nu ia medicamente
18. Este atentă cu propria igienă
19. Are grijă să-și facă toate vaccinele necesare
20. Are o imagine bună despre sine
21. Are o credință care o ajută în viață
22. Mănâncă regulat și nu snack-uri
23. E puțin probabil să viziteze un medic
24. Are un ten foarte frumos

Vârsta: _____

Clasa: _____

Sursa:

www.rasfoiesc.com/sanatate/alimentatie/CE-INSEAMNA-O-PERSONA-SANATOA79.php

Tema	“Fumatul - slăbiciune inofensivă, viciu sau boală?”
Modulul	Calitatea stilului de viață
Grup țintă/ clasă	a VIII-a
Profesor	Kodjabashija Corina, Școala Gimnazială Nr 150, sector 5
Obiective cadru	Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate
Obiective de referință	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să își autoevalueze convingerile, atitudinile și comportamentele definatorii pentru dezvoltarea personală; ✓ să analizeze mecanismele eficiente de adaptare în situații de stres sau de criză
Metode	problematizarea, conversația euristică, exercițiul creativ, investigarea (sondajul de opinie), jocul de rol, explicația, experimentul științific, lucrul pe grupe
Resurse	computer, acces Internet, ziare, pet transparent, vată, câteva țigarete, brichetă, markere, flip-chart, foi flip-chart, RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scenariul temei:

1. Moment organizatoric, captarea atenției (5 min.)

Pe foi de flip-chart sunt trecute următoarele informații pe care profesorul le va citi:

„**VICIU**, *vicii, s.n. 1. defect, cusur, neajuns (de construcție, de funcționare etc.). Viciu de conformație = dispoziție anormală a unor părți sau organe ale corpului; diformitate fizică. Figurativ: Pornire nestăpânită și statornică spre rău, apucătură rea, patimă; desfrâu, dezmaț, destrăbălare. 2. Neîndeplinire a unor condiții legale de formă sau de conținut în întocmirea actelor, clauzelor juridice, care duce la anularea valorii acestora.*”

Dacă înlăturăm definițiile care nu privesc subiectul nostru (viciu de conformație sau de procedură), rămâne să vedem dacă fumatul poate fi considerat „defect, cusur, neajuns sau o pornire nestăpânită și statornică spre rău”. (Elevii vor răspunde că nu putem). Cu toții cunoaștem persoane respectabile care totuși fumează. Fumătorii nu se aleg neapărat din rândul persoanelor răutăcioase și cu moravuri ușoare. Nevoia de a fuma este o stare, nu o calitate sau un defect. De aceea pentru a găsi adevărul despre fumat trebuie să căutăm ceva mai departe.

Se prezintă o altă foaie de flip-chart:

„*În conformitate cu clasificarea internațională a bolilor realizată de Organizația Mondială a Sănătății, nicotina întrunește criteriile unei substanțe ce determină dependență, adică este un drog, iar dependența nicotinică ce este o tulburare mentală și comportamentală.*”

Pentru mulți tineri fumatul este doar o slăbiciune inofensivă la care pot renunța foarte ușor. Pentru a ne pregăti dezbaterile de astăzi fiecare elev a răspuns la un scurt chestionar, și l-a aplicat apoi și unui număr de zece colegi din diferite clase și unui număr de cinci adulți din anturaj, asigurându-se în prealabil că persoana care răspunde chestionarului nu a răspuns unui chestionar similar, aplicat de un coleg.

2. Anunțarea obiectivului (5 min.)

În această oră vom căuta cele mai bune argumente în favoarea uneia din ipotezele enunțate în titlul lecției. Copiii vor fi grupați în funcție de tipul de inteligență care îi caracterizează având sarcini de lucru diferențiate.

3. Realizarea sarcinilor de lucru (20 de min.)

Se împarte clasa în 5 grupe, în funcție de tipul de inteligență predominant. Fiecare grupă va primi următoarele sarcini de lucru:

Grupa I – Inteligență lingvistică

Realizați o scurtă scenetă/piesă de teatru în care să încercați să convingeți un coleg de ce nu ar trebui să încerce să fumeze prezentându-i efectul pe care fumatul îl are asupra organismului uman.

Grupa II – Inteligență spațial-vizuală

Folosind imagini și articole din ziare/ reviste care descriu efectul fumatului asupra adolescenților-familiilor lor, mediului. Creați un poster.

Grupa III – Inteligență matematică

Creați o prezentare PowerPoint în care să centralizați rezultatele chestionarelor aplicate de elevi și comparați aceste rezultate cu statisticile oficiale din studiul ce poate fi accesat pe site-ul http://www.stopfumat.eu/Materiale/StudiuCPSS_07_complet.pdf

Grupa IV – Inteligență științifică

Elaborați o hartă „cauză-efect” în care să puneți în evidență efectele fiziologice și sociale pe care le pot avea consumul tutun. Realizați experimente care să demonstreze efectul fumatului asupra organismului/mediului (exemplu: aparatul de fumat)

Grupa V – Inteligență interpersonală

Folosind articole din ziare/reviste, rezultatele sondajelor de opinie sau mărturiile ale unor tineri pe care îi cunoașteți descrieți posibilele motive din care unii adolescenți ajung să fumeze și prezentați felul cum un adolescent ar trebui să răspundă presiunii exercitate de prietenii care încearcă să-l convingă să fumeze.

4. Prezentarea rezultatelor în grupul mare (15 min.)

Fiecare grupă va prezenta ceea ce a lucrat. Prezentarea este urmată de discuții și aprecieri atât din partea profesorului dar mai ales din partea colegilor.

5. Concluzii (5 min.)

Se notează pe tablă/ flip-chart:

✓ Unul din șase oameni care fumează tutun în mod curent se va îmbolnăvi de cancer, în timp ce pentru nefumători, doar unul din 75 de oameni se va îmbolnăvi.

✓ Monoxidul de carbon și nicotina destramă legăturile dintre celulele peretelui arterial și provoacă îngustarea vaselor de sânge, ceea ce conduce la impotență, infertilitate, scăderea elasticității pielii (aparitia ridurilor), dereglări hormonale, pierderea irigației sangvine a membrilor (amputarea membrului afectat), accidente vasculare cerebrale sau infarct miocardic.

✓ Aparitia plăcii dentare care la rândul său favorizează dezvoltarea bacteriilor, ducând în final la carierea dinților și apariția halenei.

✓ Împiedicarea oxigenării corecte a sângelui ceea ce are efecte asupra tuturor organelor și conduce în final la împiedicarea dezvoltării organismelor aflate în creștere, declinul inteligenței prin scăderea fluxului sangvin în creier, fragilitate imunitară.

✓ Dependența de tutun este o boală!

Anexa 1

CHESTIONAR

Vârsta (în ani împliniți): _____

Sex: _____

1. Este fumatul un obicei pentru tine?
 Da Nu
2. Este obiceiul de a fuma parte din imaginea ta în fața colegilor/ prietenilor?
 Da Nu
3. Ai încercat vreodată să fumezi?
 Da Nu
4. De la ce vârstă ați început să fumați?
 7-10ani 10-15ani 15-20ani 20-30 ani peste 30 ani
5. Consideri că fumatul este:
 o slăbiciune inofensivă un viciu o boală

6. Care este motivul pentru care fumați?

a. fumatul îmi dă mai multă energie	
b. îmi place să țin țigara în mână	
c. din plăcere/de amuzament	
d. fumatul mă ajută să mă relaxez/să mă calmez în situații stresante	
e. din obișnuință	
f. pentru că simt nevoia să fumez	
g. ca să par mai matur	
h. din curiozitate	
i. din plictiseală	
j. altele: _____	

7. Câte țigări fumați pe zi (dacă sunteți fumător)? _____

8. Enumerați riscurile fumatului pentru sănătate care vă vin în minte în acest moment.

9. Care este cel mai relevant motiv pe care îl puteți oferi unui coleg în încercarea de a-l convinge că nu trebuie să se apuce de fumat?

a. este un obicei nesănătos	
b. prietenii nu fumează	
c. fumatul împiedică oxigenarea sângelui	
d. fumatul este interzis în școală	
e. fumătorilor le miroase gura urât	
f. este foarte greu să renunți la fumat	
g. fiecare țigară scurtează viața cu 7 minute	
h. riscurile pentru sănătate persistă după ce te-ai lăsat de fumat	
i. fumatul provoacă distrugerea fibrelor elastice din piele	
j. altele _____	

MODULUL 5 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	„Alcoolul, drogurile și calitatea vieții”
Modulul	Calitatea stilului de viață
Grup țintă/ clasă	a X-a
Profesor	Negulescu Ana, Liceul Teoretic „Dante Alighieri”, sector 3
Competențe generale	Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate
Competențe specifice	Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate. Analizarea informațiilor, serviciilor și resurselor care promovează un stil de viață de calitate. Analizarea unor fenomene cu consecințe negative asupra vieții tinerilor și a stilului de viață sănătos.
Metode	conversația, dezbateră, aprobarea, dezaprobarea, exemplul
Resurse	film, cărți, reviste, coli A4, markere, calculator, DVD, film documentar, flip-chart, fișă de lucru RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Componenta educației: Educația pentru valori

Subcomponenta: Educația pentru sănătate

Tipul activității: dezbateră

Obiective operaționale:

1. să definească drogurile;
2. să identifice cauzele care determină consumul de droguri/ alcool;
3. să evalueze critic efectele consumului de alcool, droguri;
4. să identifice cine îi pot ajuta pe consumatorii de droguri/ alcool;
5. să propună sloganuri antidrog și antifumat.

Concepte –cheie:

- droguri
- dependența fizică sau psihică
- sevrăj
- toleranță
- toxicomanie
- alcoolism

Strategia didactică:

● RESURSE PROCEDURALE:

-metode și procedee: conversația, dezbateră, aprobarea, dezaprobarea, exemplul.

-forme de organizare: frontal, individual, pe grupe

● RESURSE MATERIALE: film, cărți, reviste

MODULUL 5 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Nr. Crt.	Etapele orei de dirigenție	Conținutul informațional al lecției		Strategia didactică		
	Dozare	Activitatea dirigintelui	Activitatea elevilor	Metode și procedee	Forme de organizare	Resurse materiale
1.	Moment organizatoric (2 minute)	Se realizează prezența. Se verifică existența resurselor materiale.	<ul style="list-style-type: none"> · Răspund la întrebări. · Schimbă amplasamentul băncilor sub forma de cadru deschis. · Se deplasează pentru a forma grupe de lucru. 	conversația	frontal	Coli hârtie Markere Calculator DVD
2.	Motivarea elevilor: (3 minute)	Pe tablă se va trece următorul motto: <i>„Știm ce suntem, dar nu ce vom deveni”</i> W. Shakespeare	<ul style="list-style-type: none"> · Elevii citesc cu atenție textul și încearcă o posibilă caracterizare a conceptului de devenire umană. 	conversația dezbaterea	frontal individual	
3.	Comunicarea obiectivelor temei (3 minute)	<p>Se propune abordarea a două probleme cu care se confruntă tinerii azi: Drogurile și Alcoolul. Se spune că indivizii „slabi” ajung dependenți de droguri dar realitatea este că dependenții de droguri devin indivizi „slabi”.</p> <p>Oamenii iau droguri din diverse motive, între care dorința de a evada din realitate, de a se adapta vieții cotidiene stresante. La început drogurile oferă celor ce le folosesc exact ceea ce își doresc, acesta fiind unul dintre factorii cei mai puternici care contribuie la dependență. Dependentul de drog își va vinde bunurile, își va ruina viața de familie, căsnicia, va pierde serviciul.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Drogurile nu rezolvă problemele, ci adaugă altele noi și grave. - Drogul nu te face liber, el te poate face dependent și poate provoca moartea. 	<ul style="list-style-type: none"> · Elevii ascultă cu atenție și notează tema în caiete. 		individual	

MODULUL 5 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

		- Drogul nu ușurează comunicarea, ci exclude individul din colectivitate. Problemele produse de abuzul de droguri sunt printre cele mai grave cu care se confruntă omenirea, amenințând generațiile viitoare și în acest fel viitorul vieții.				
4.	Desfășurarea dezbaterii (30 minute)	Se proiectează un film prin care elevii vor fi sensibilizați asupra problemelor importante cauzate de consumul de droguri și alcool. Elevii vor fi împărțiți pe 4 grupe, fiecare având de analizat o problemă precisă, după cum urmează: Grupa 1: ce sunt drogurile și care sunt acestea Grupa 2: Identificați cauzele care determină adolescenții să consume droguri/ alcool Grupa 3: Analizați efectele consumului de droguri/ alcool Grupa 4: Cine îi poate ajuta pe consumatorii de droguri? În final, fiecare grupă va propune câte un slogan pentru consumatorii de droguri și unul pentru consumatorii de alcool cu scopul de a realiza un panou publicitar cu rol de prevenire a consumului acestor substanțe nocive.	<ul style="list-style-type: none"> · Elevii urmăresc prezentarea aspectelor propuse și notează conceptele cheie pe caiete · Elevii vor lucra pe echipe și vor răspunde în scris pe o coală de flip-chart cerințelor propuse. · Elevii își vor delega un reprezentant care să susțină în fața clasei soluția propusă · Sunt stimulați să se exprime liber referitor la tema supusă dezbaterii · Exemplifică și motivează. · Sunt stimulați să se exprime critic și constructiv în raport cu cei care consumă droguri. · Motivează de ce nu ar consuma droguri/alcool. 	Vizionarea filmului Lucrul pe echipe conversația aprobarea dezaprobarea exemplul conversația explicația	frontal individual frontal individual	Film documentar Coli de hârtie Flip-chart Markere
5.	Realizarea feedback-ului (10 minute)	Evaluarea activității și asigurarea feedback-ului. Se realizează prin distribuirea fișei intitulată: JURNAL PERSONAL în care elevii vor consemna părerea lor asupra temei dezbătute.	<ul style="list-style-type: none"> · Comentează rolul și importanța cunoașterii efectelor consumului de droguri asupra sănătății. · Exemplifică și argumentează. 	conversația exemplul	frontal individual	Fișă de lucru
6.	Anunțarea temei pentru ora viitoare (2 minute)	Se anunță tema următoare: „ <i>Curriculum vitae - ce este și cum îl alcătuiesc?</i> ”	<ul style="list-style-type: none"> · Notează tema. 		frontal	

MODULUL 5 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Tema	”Sănătatea și calitatea relațiilor sociale”
Modulul	Autocunoaștere și dezvoltare personală
Grup țintă/ clasă	a X-a
Profesor	Călugăreanu Răzvan, Liceul Tehnologic ”Sf. Pantelimon”, sector 2
Competențe generale	Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate
Competențe specifice	Exersarea abilităților de management al unui stil de viață de calitate. Analizarea informațiilor, serviciilor și resurselor care promovează un stil de viață de calitate. Analizarea unor fenomene cu consecințe negative asupra vieții tinerilor și a stilului de viață sănătos.
Metode	conversația euristică, descoperirea dirijată, observația independent, analiza de caz, exemplificarea
Resurse	fișe de lucru, portofolii, instrumente de scris, coli de flipchart RESURSE DE TIMP: 1 oră de curs

Scopul temei:

1. informativ:
 - ✓ cultivarea capacității de a ne îmbunătăți stilul de viață;
 - ✓ formarea unui limbaj adecvat și a unui ansamblu coerent și structurat de cunoștințe;
 - ✓ familiarizarea elevilor cu principalele documente care previn abuzul de alcool, tutun și droguri.
2. formativ:
 - ✓ dorința de a face utile cunoștințele noi dobândite la orele de curs;
 - ✓ priceperea de a folosi diverse surse și mijloace de documentare;
 - ✓ dezvoltarea atenției, capacității de concentrare și a spiritului de observație.

Conținutul activității:

- ✓ de ce este important să ne îmbunătățim stilul de viață;
- ✓ responsabilitatea civică în familie și societate.

Valori și atitudini:

- ✓ respect și încredere în sine și în ceilalți;
- ✓ recunoașterea unicității fiecărei persoane;
- ✓ valorizarea relațiilor interpersonale;
- ✓ interes pentru învățarea permanentă într-o lume în schimbare și în societatea cunoașterii;
- ✓ orientarea spre o viață de calitate, în prezent și în viitor.

Surse informaționale:

Legea antitigărilor nr. 242/ 2003, nr.272/ 2004 cu privire la reglementarea drepturilor copilului.

Scenariul temei:

MODULUL 5 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

Nr. crt.	ETAPELE TEMEI	ACTIVITĂȚI DE ÎNVĂȚARE		FORME DE ORGANIZARE A ÎNV.	TIMP	RESURSE	
		ACTIVITATE DESFĂȘURATĂ DE PROFESOR	ACTIVITATE DESFĂȘURATĂ DE ELEVI			METODE	MIJLOACE
①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧
1.	Momentul organizatoric	- salutul - scurtă conversație de acomodare - verificarea prezenței	- răspund solicitărilor profesorului	activitate frontală	5'	•conversația • dialogul	• condițiile materiale și ambientale din sala de clasă
2.	Captarea atenției	-înmânează unui elev un text despre “Starea de sănătate”	- primește textul - îl citește și apoi își exprimă părerile	activitate individuală	5'	• problematizarea • explicația	portofolii
3.	Anunțarea titlului și scopului temei orei de dirigenție	- scrie pe tablă titlul: „Sănătatea și calitatea relațiilor sociale”	- sunt atenți	activitate frontală	3'	• observarea dirijată • învățarea prin descoperire	• tablă/ flipchard • cretă/ markere

MODULUL 5 - EXEMPLE DE BUNE PRACTICI - „ORA DE DIRIGENȚIE”

4.	Prezentarea noilor cunoștințe	<p>-starea de sănătate înseamnă mai mult decât abseța bolilor și suferințelor fizice;</p> <p>-sănătatea este complexă și cuprinde mai multe aspecte ale vieții, având în total șase dimensiuni pentru a fi perfectă (fizic, psihic, social, emoțional, ocupațional și spiritual);</p> <p>-sănătatea fiecăruia dintre noi poate fi afectată dacă consumăm alcool;</p> <p>-distribuie elevilor Fișa de lucru 1</p> <p>-există mai multe legi care previn abuzul de alcool și tutun cu prevederi speciale pentru ocrotirea tinerilor;</p> <p>-întreabă elevii dacă legea acoperă toate aspectele vieții sociale, asigurând protecție intereselor individuale, familiale și comunitare;</p> <p>- distribuie elevilor Fișa de lucru 2</p>	<p>-urmăresc prezentarea profesorului;</p> <p>-colaborează cu profesorul;</p> <p>-identifică elementele necesare pentru completarea Fișei de lucru 1;</p> <p>-participă la discuții;</p> <p>-pun întrebări;</p> <p>-deduc cu ajutorul profesorului cum se manifestă responsabilitatea civică într-o societate civilizată;</p> <p>-citesc cu atenție Fișa de lucru 2 și după ce își asumă un rol în echipă completează fișa;</p>	<p>activitate frontală</p> <p>activitate individuala</p> <p>activitate pe grupe</p>	25'	<ul style="list-style-type: none"> • conversația • observarea dirijată • explicația • analiza comparativă • problematizarea 	<ul style="list-style-type: none"> • fișe de lucru • prezentare power-point
5.	Feed-back și discutarea rezultatelor	<p>- adresează elevilor întrebări prin care evaluează gradul de înțelegere a cunoștințelor noi primite</p>	<p>- elevii răspund la întrebări, dialoghează</p>	activitate frontală	7'	<ul style="list-style-type: none"> • dialogul • conversația • explicația 	
6.	Încheierea activității (concluzii)	<p>- evidențiază și motivează elevii activi</p>	<p>- își manifestă deschis și liber părerea</p>	activitate individuală	5'		

Numele și prenumele: _____ Clasa: _____

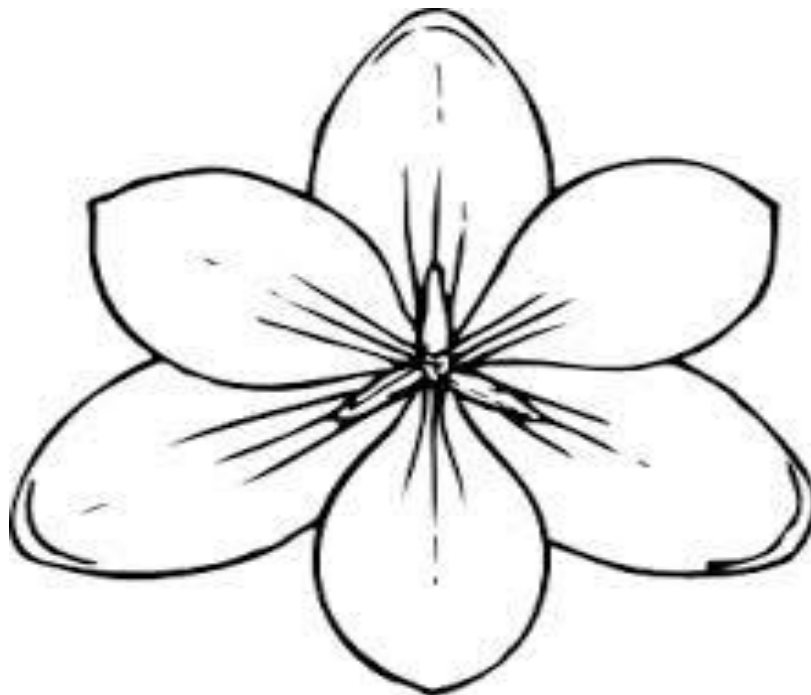
FIȘA DE LUCRU NR. 1

Completează în spațiile libere modul în care te poate afecta consumul de alcool dacă ai încercat și tu o dată să bei la un chef cu prietenii.

Sănătatea fizică	
Sănătatea emoțională	
Sănătatea socială	
Sănătatea mentală	
Sănătatea ocupațională	
Sănătatea spirituală	

FIȘA DE LUCRU NR. 2

Completează pe fiecare petală a florii sănătății modul în care fumatul intervine în starea ta de sănătate fiind în cantonament la mare/ munte.



Sursă: Caietul elevului - Prevenirea abuzului de droguri – Salvați Copiii

BIBLIOGRAFIE:

- 1) Abric, Jean-Claude, 2002, *Psihologia comunicării. Teorii și metode*, Editura Polirom, Iași.
- 2) Crețu, Romeo Zeno, 2005, *Evaluarea personalității. Modele alternative*, Editura Polirom.
- 3) Cristea, Dumitru, 2005, *Tratat de psihologie socială*, Editura Pro Transilvania.
- 4) Maria Antoneta, Berea, 2009, *Imaginea de sine și comunicarea nonverbală*, Anuar educațional.
- 5) Armeanu, C.M 2009, *Tehnici de superînvățare*, Ed. Tehnoprint G.P., Alexandria
- 6) Bernat S-E. 2003, *Tehnica învățării eficiente*, Presa Universitară Clujană, Cluj
- 7) Bono E. 2010, *Gândirea laterală*, Ed. Curtea Veche, București
- 8) Clegg B. 2003, *Dezvoltarea personală*, Ed. Polirom, Iași
- 9) Condрил J, Bough B. 2005, *Învăță rapid, comunică eficient*, Ed. Curtea Veche, București
- 10) Cury, A. 2003, *Părinți străluciți - profesori fascinanți*, Editura For You, București
- 11) Drapeau Ch. 2003, *Învăță cum să înveți repede*, Ed. Teora, București
- 12) Muresan P. 1990, *Învățarea eficientă și rapidă*, Editura Ceres, București
- 13) Negreț-Dobridor I. 2005, *Știința învățării*, Ed. Polirom, Iași
- 14) Rudnianski J. 2001, *Cum să înveți*, Ed. All Educational, București
- 15) Ștefănescu P. 1995, *Curs de citire rapidă în 12 lecții*, Ed. Miracol, București
- 16) Mariana Marin, 2007, *Consiliere și orientare școlară, caiet de lucru, clasa a V-a*, București, Erc Press.
- 17) Lemeni G., Miclea M., 2010, *Ghid de educație pentru carieră* .
- 18) Popescu - Neveanu, P., 1978, *Dicționar de psihologie*, București, Editura Albatros.
- 19) Sillamy, N. - Dicționar de psihologie, București, Editura Univers Enciclopedic (1998)
- 20) Șchiopu, U., Verza, E., 1997, *Psihologia vârstelor – Ciclurile vieții*, București, Editura Didactică și Pedagogică.
- 21) Beatrice Cornelia Popa, 2000, *Inițiere în consilierea școlară*, Editura Ex Ponto, Constanța.
- 22) Hans Deihl și Aileen Ludington, 2006, *Tablete de stil de viață*, Editura Viață și sănătate, București.
- 23) Valentin Nadasan și Leonard Azamfirei, 1999, *Un stil de viață pentru mileniul trei*, Editura Viață și sănătate, București.
- 24) Ghid Program Național de Educație pentru Sănătate în Școala Românească.
- 25) Drăgan, I., Mărgineanu, D., Petroman, P., - *Educația noastră cea de toate zilele*, Editura Eurobit, Timișoara, 1992;
- 26) XXX , 2002, *Noi repere privind activitatea educativă*, Ghid metodologic.
- 27) Mardare, D.; Micliuc, A: *Rămâi nefumător; DSP, Tipărit la Tipomilx-Iași.*
- 28) Scripcariu, P; Mardare, D: *Adevăruri despre alcoolul etilic; DSP-Iași, Serviciul programe de promovare a sănătății și educație pentru sănătate.*
- 29) *** *Stilul de viață și sănătatea*, Centrul Național de Promovare a Sănătății din cadrul Institutului de Management al Serviciilor de Sănătate
http://www.sfatulmedicului.ro/Fumatul-si-efectele-acestuia/adevarul-despre-fumat_529
http://www.realitatea.net/un-medic-face-dezvaluiri-socante-despre-tabagism-trebuie-sa-dam-un-semnal_1411591.html
<http://www.descopera.ro/dnews/8124673-efectele-negative-persista-si-la-30-de-ani-dupa-abandonarea-fumatului>
<http://stirileprotv.ro/stiri/social/esti-fumator-afla-de-ce-poti-sa-mori.html>
http://ro.wikipedia.org/wiki/Efectele_consumului_de_tutun_asupra_s%C4%83n%C4%83t%C4%83%C8%9Bii
<http://remember.org/guide/History.root.stereotypes.html>
<http://examples.yourdictionary.com/stereotype-examples.html>

CUPRINS

1)	Modulul 1 - Autocunoaștere și dezvoltare personală	2
2)	”Eu în oglindă”	3
3)	”Eu... mă cunosc?”	8
4)	”Autocunoaștere”	10
5)	”Eu copil/ Eu (acum) preadolescent”	12
6)	”Cine sunt eu?”	16
7)	”Eu sunt. Ei sunt. Noi suntem”	19
8)	”Imaginea de sine”	24
9)	”Respectul față de sine și asumarea responsabilității”	27
10)	Modulul 2 - Comunicare și abilități sociale	31
11)	”Cum recunoaștem un lider?”	32
12)	”Știm să vorbim? Știm să ascultăm?”	34
13)	”Stereotipuri și prejudecăți”	35
14)	”Prietenia și rețelele de socializare. Dă-mi un LIKE”	40
15)	”Învăț să fiu responsabil”	42
16)	”Colegialitate și prietenie”	47
17)	”Violența verbală și autocontrolul”	53
18)	”Gestionarea agresivității în situațiile conflictuale”	56
19)	”Bariere în comunicare”	60
20)	”Cum comunicăm în situații conflictuale”	62
21)	”Comunicarea nonverbală”	64
22)	”Oameni diferiți, șanse egale”	68
23)	Modulul 3 – Managementul informațiilor și al învățării	70
24)	”Cartea izvor de înțelepciune”	71
25)	”Promovarea drepturilor copilului, un demers necesar și continuu”	74
26)	”Computerul prieten sau dușman?”	77
27)	”Caracteristici ale învățării eficiente”	80
28)	”Învăță cum să înveți”	83
29)	”Viațile noastre digitale”	89
30)	”Model pentru tinerii de azi: Viața lui Nicolae Grigorescu”	91
31)	”Rolul stilurilor de învățare în optimizarea învățării”	92
32)	Modulul 4 – Planificarea carierei	97
33)	”Dicționarul ocupațiilor”	98
34)	”De la vis la realitate”	99
35)	”Drumul meu în viață”	101
36)	”Ce meserie vreau să am?”	106
37)	”Meseria este brățară de aur”	108
38)	”Lumea profesiilor pe piața muncii”	110
39)	”CV-ul, cartea mea de vizită”	115
40)	”Interviul pentru angajare”	119
41)	”Modalități de explorare a posibilităților de carieră”	122
42)	”CV-ul primul pas spre succes”	126
43)	Modulul 5 – Calitatea stilului de viață	128
44)	”Deciziile din viața noastră”	129
45)	”Stil de viață sănătos”	133
46)	”Fumatul - slăbiciune inofensivă, viciu sau boală?”	136
47)	”Alcoolul, drogurile și calitatea vieții”	139
48)	”Sănătatea și calitatea relațiilor sociale”	142