

Anexa nr. II la Ordinul ministrului educației nr. 3702/21.04.2021

MINISTERUL EDUCAȚIEI

**Programa școlară
pentru disciplina**

CONSILIERE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ

**Învățământ special
Clasele pregătitoare – a IV-a
Dizabilități intelectuale grave, severe și/sau asociate**

București, 2021

Notă de prezentare

Programa disciplinei **Consiliere și dezvoltare personală pentru clasele din învățământul special primar pentru elevii cu dizabilități intelectuale grave, severe și/sau asociate** este elaborată conform modelului de proiectare curriculară bazat pe competențe, urmărind dezvoltarea în plan personal și social a elevilor, precum și dobândirea abilităților necesare integrării acestora în societate.

Potrivit Planului-cadru pentru învățământul special, elaborat prin ordinul OMEN Nr.3622/27.05.2018, disciplinei **Consiliere și dezvoltare personală** pentru clasele din învățământul special primar pentru elevii cu dizabilități intelectuale grave, severe și/sau asociate îi este alocată o oră pe săptămână, pe durata unui an școlar, fiind constituită ca parte a Ariei curriculare **Consiliere și orientare**.

Structura programei școlare pentru disciplina **Consiliere și dezvoltare personală pentru clasele din învățământul special primar pentru elevii cu dizabilități intelectuale grave, severe și/sau asociate** include următoarele elemente:

- Notă de prezentare
- Competențe generale
- Competențe specifice și exemple de activități de învățare
- Conținuturi
- Sugestii metodologice.

Competențele reprezintă un tot unitar organizat de cunoștințe, abilități și atitudini dezvoltate prin învățare, care permit rezolvarea unor probleme specifice unui domeniu sau a unor probleme generale, în contexte diverse.

Competențele generale pentru disciplina **Consiliere și dezvoltare personală** vizează achizițiile elevului pentru întregul interval de studiu al disciplinei.

Competențele specifice, aflate în interdependență cu exemplele de activități de învățare, provin din competențele generale, reprezentând stadii ale achiziționării acestora pe durata unui an școlar.

Activitățile de învățare constituie maniera de structurare a activității didactice în vederea formării competențelor. În acest context, precizăm că au fost propuse activități de învățare diferite, prin care să se valorifice întregul potențial de care dispune elevul cu dizabilități intelectuale severe și/sau asociate, bagajul copilului dobândit la alte discipline școlare, ținându-se cont de vârsta și de particularitățile psiho-individuale ale educabililor.

Programă școlară pentru disciplina **Consiliere și dezvoltare personală** vine în întâmpinarea cadrului didactic cu o ofertă flexibilă de activități de învățare, care poate fi modificată, completată, înlocuită, în funcție de nevoile grupului cu care se lucrează, astfel încât acestea să asigure un demers didactic personalizat

Conținuturile învățării cuprinse în programă exprimă o abordare de ansamblu, transdisciplinară, fiind structurate pe următoarele domenii fundamentale pentru dezvoltarea elevilor:

- **Autocunoașterea și dezvoltarea personală;**
- **Dezvoltarea emoțională și socială;**
- **Calitatea stilului de viață.**

Fiind elaborată pornind de la nevoile de dezvoltare ale elevilor, programa de **Consiliere și dezvoltare personală pentru ciclul primar din învățământul special pentru elevii cu dizabilități intelectuale grave, severe și/sau asociate** este primul pas al unui program secvențial de pregătire pentru viață, în vederea integrării și dobândirii autonomiei personale și sociale.

Sugestiile metodologice ghidează demersul paideutic, cuprinzând conținuturi ale învățării, metode și mijloace didactice.

Disciplina **Consiliere și dezvoltare personală pentru clasele din învățământul special primar pentru elevii cu dizabilități intelectuale grave, severe și/sau asociate** este orientată pe activități de învățare care au ca scop formarea capacității elevului de a se

cunoaște pe sine, de a-și exprima într-o manieră pozitivă interesele, aptitudinile, trăirile personale, abilitățile de relaționare și comunicare.

Prezenta programa este elaborată potrivit cerințelor formulate în Legea Educației Naționale, în vigoare, referitor la idealul educațional și la finalitățile educației. Totodată, au fost valorificate recomandările **Strategiei Naționale de Sănătate 2014-2020**, care susține promovarea aspectelor socio-emoționale în cadrul activităților curriculare și **Agenda 2030 pentru Dezvoltare Durabilă (2015)**.

Competențe generale

- 1. Formarea unei imagini pozitive pornind de la valorizarea propriei persoane în raport cu sine și cu ceilalți**
- 2. Exprimarea adecvată a emoțiilor în interacțiune cu ceilalți și stimularea autocontrolului**
- 3. Dezvoltarea disponibilităților psiho-individuale în vederea formării unor comportamente dezirabile**

CLASA PREGĂTITOARE

Competențe specifice și exemple de activități de învățare

1. Formarea unei imagini pozitive pornind de la valorizarea propriei persoane în raport cu sine și cu ceilalți

Clasa pregătitoare
<p>1.1. Cunoașterea propriului corp și a segmentelor sale</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jocuri de identificare a segmentelor corporale: <ul style="list-style-type: none"> • „Unde este capul tău?”; • „Cine este în oglindă?”; • „Ce facem cu ele?”(gură, nas, mâini, picioare); • ”Arată-mi!” (mâini, picioare); - Audiții muzicale („Eu am zece degete”); - Jocuri de identificare a senzațiilor și percepțiilor propriului corp - foame, sete, frig, cald; - Joc de rol: <ul style="list-style-type: none"> • „De ce mâncăm?”; • „De ce bem apă?”; • „Când bem apă?”; • „Afară este frig/cald!”; • „Cum ne îmbrăcăm în diferite anotimpuri?”; - Jocuri de discriminare a segmentelor corpului și utilitatea lor- mâna dreaptă/ mâna stângă: <ul style="list-style-type: none"> • „Ce facem cu mâna dreaptă” • „Unde este...? La ce folosește?” - Portofoliu personal de învățare.
<p>1.2. Cultivarea sentimentului de apartenență la grup</p> <ul style="list-style-type: none"> - Audierea unor povestiri scurte; - Audiții muzicale; - Vizionarea filmelor de scurt metraj; - Jocuri de identificare a colegilor și a persoanelor adulte cu care intră în contact (colegi, membri familiei, profesori): <ul style="list-style-type: none"> • „Cine te-a strigat?”; • „Spune cine a venit?”; • „Familia mea”.

2. Exprimarea adecvată a emoțiilor în interacțiune cu ceilalți și stimularea autocontrolului

Clasa pregătitoare
<p>2.1. Recunoașterea emoțiilor de bază (bucurie, tristețe, teamă, furie)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc-de identificare a emoțiilor de bază - din imagine; - Exerciții joc de identificare a expresiilor corporale care exprimă emoții/sentimente (vesel, trist, speriat, furios): <ul style="list-style-type: none"> • „Plecăm în excursie”; • „Azorel a ieșit din cușca lui”; • „La zoo”; • ”La patinoar”; - Vizionare filme scurt metraj; - Audiții muzicale.
<p>2.2. Formarea unei atitudini pozitive în relație cu persoanele apropiate</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> • „Cuvinte magice ”;

Clasa pregătitoare
<ul style="list-style-type: none"> • „Răsplata mamei”; • „Sunt copil cuminte”; • „Ajut colegul să...”; • Salutul <ul style="list-style-type: none"> - Joc de rol; - Audiții muzicale; - Povestiri-texte suport; - Exerciții joc - de imitare a emoțiilor mimate de adult.
<p>2.3. Gestionarea eficientă a emoțiilor în situații date</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc <ul style="list-style-type: none"> • „Umbrela emoțiilor”; • „Ce simți atunci când..?”; • „Copacul emoțiilor”; • „Termometrul emoțiilor”. - Audiții muzicale;

3. Dezvoltarea disponibilităților psiho-individuale în vederea formării unor comportamente dezirabile

Clasa pregătitoare
<p>3.1. Dezvoltarea abilităților de orientare în spațiul proximal</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții - joc <ul style="list-style-type: none"> • „Spune unde se află?”; • „La biblioteca școlii”; • „Să mergem la cabinetul medical”; • „În vizită la clasa alăturată”; • Periculos/nepericulos.
<p>3.2. Formarea deprinderilor de igienă personală</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc de utilizare a obiectelor sanitare: <ul style="list-style-type: none"> • „Spune ce este! ”; • „Spune ce faci cu ea/el !”; • ”În fața oglinzii”; - Audiții muzicale; - Audierea unor povestiri scurte: <ul style="list-style-type: none"> • ”Murdărel”.
<p>3.3. Formarea și dezvoltarea abilităților ludice</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> • Jocuri de manipulare obiecte; • Incastru; • Puzzle. - Jocuri ce presupun interacțiunea corporală: ”de-a baba oarba”, ”prinselea”; - Exercițiu joc imitativ: <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții joc simple cu subiecte din viața cotidiană; • Jocuri din folclorul copiilor.

Conținuturi

Domenii de conținut	Clasa pregătitoare
Autocunoașterea și dezvoltarea personală	Schema corporală. Identificarea segmentelor corporale, a senzațiilor și percepțiilor Apartenența la grup. Identificarea persoanelor adulte cu care elevii intră în contact Grupuri primare: familia și clasa de elevi
Dezvoltarea emoțională și socială	Emoțiile de bază Identificarea emoțiilor de bază Eu și ceilalți Salutul. Cuvintele magice Gestionarea emoțiilor Înțelegerea emoțiilor proprii: bucurie, tristețe, teamă
Calitatea stilului de viață	Orientarea în spațiul proximal Cunoașterea spațiului apropiat și a principalelor caracteristici ale acestuia Cunoașterea și evitarea locurilor periculoase Igiena personală Inventarul obiectelor de igienă personală Formarea deprinderilor de joc – A învăța să se joace. Jocuri cu obiecte Jocuri imitative Jocuri simple inspirate de viața cotidiană

CLASA I**Competențe specifice și exemple de activități de învățare****1. Formarea unei imagini pozitive pornind de la valorizarea propriei persoane în raport cu sine și cu ceilalți**

Clasa I
1.1. Identificarea unor aspecte legate de înfățișarea fizică <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții de prezentare a datelor personale (nume, vârstă); - Pașaportul personal; - Exerciții - joc -, „Eu sunt...”; - Jocuri de percepere a schimbărilor fizice proprii <ul style="list-style-type: none"> • „Am crescut”; • „De ce nu mă mai încap în încălțăminte?”.
1.2. Cultivarea sentimentului de apartenență la grup <ul style="list-style-type: none"> - Albumul familiei; - Albumul clasei; - Exerciții de numire a membrilor familiei.
1.3. Formarea capacității de exprimare a nevoilor <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții de identificare a nevoilor și preferințelor <ul style="list-style-type: none"> • Culori; • Obiecte vestimentare; • Jucării.

2. Exprimarea adecvată a emoțiilor în interacțiune cu ceilalți și stimularea autocontrolului

Clasa I
2.1. Identificarea emoțiilor de bază <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc- „Ce simt atunci când...?”; - Puzzle; - Audiții muzicale; - Softuri educaționale; - Joc de rol; - Exerciții de mimă.
2.2. Formarea capacității de relaționare interpersonală <ul style="list-style-type: none"> - Joc de rol; - Exerciții joc <ul style="list-style-type: none"> • „Un copil politicoș ”; • „Povestea măței ”; - Activități de lectură – povestirea; - Exerciții joc- „Mulțumesc pentru...”.
2.3. Gestionarea eficientă a emoțiilor în situații date <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc <ul style="list-style-type: none"> • „Balonul s-a spart”; • „Cățelul s-a îmbolnăvit”; • „Am răcit ”; - Softuri educaționale; - Audiții.

3. Dezvoltarea disponibilităților psiho-individuale în vederea formării unor comportamente dezirabile.

Clasa I
3.1. Acceptarea normelor de conviețuire în colectivitate <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc;

Clasa I
<ul style="list-style-type: none"> • „Când spunem așa : „La revedere”, „Bună dimineața” „La mulți ani”, „Te rog”, „Mulțumesc”; - Joc de rol; - Audiții muzicale; - Prezentare PPT; - Softuri educaționale.
<p>3.2. Formarea deprinderilor de igienă personală</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc-denumirea obiectelor de îmbrăcăminte: <ul style="list-style-type: none"> • „Spune ce este !”; • „La ce folosim?”; • „Alege un obiect și spune ce este!”; • Incastru; • Puzzle; • „Îmbrăcăm fetița/băiatul”; • ”Cum ne îmbrăcăm iarna/vara?”.
<p>3.3. Formarea comportamentelor dezirabile</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jocuri de formare a deprinderilor de ordine și curățenie: <ul style="list-style-type: none"> • „ Să strângem jucăriile ”; • „Ce face un copil cuminte ?”; • „Facem curat în camera păpușii”; • „Ne pregătim pentru activitate ”; - Audiții muzicale; - Texte suport-lectură; - Vizionare scurt metraj.

Conținuturi

Domenii de conținut	Clasa I
Autocunoașterea și dezvoltarea personală	<p>Cunoașterea de sine: Cine sunt eu? Date personale: nume și prenume</p> <p>Grupul de apartenență: Familia mea. Clasa mea. Colegii mei</p> <p>Exprimarea nevoilor și a preferințelor: Nevoi primare. Preferințe manifestate acasă, la școală și în comunitate</p>
Dezvoltarea emoțională și socială	<p>Emoțiile de bază: Identificarea propriilor trăiri afective. Recunoașterea emoțiilor</p> <p>Eu și ceilalți: Conduite adecvate în familie și la școală</p> <p>Relațiile cu colegii</p> <p>Gestionarea emoțiilor: Exprimarea adecvată a emoțiilor în anumite contexte (recunoștință, boală, suferința prietenului necuvântător etc.)</p>
Calitatea stilului de viață	<p>Norme de conviețuire în grup: Reguli elementare de comportare. Roluri în grup</p> <p>Igiena personală: Obiecte și activități cotidiene de igienă și îngrijire personală</p> <p>Comportamente dezirabile: Curățenia și ordinea spațiului de utilitate comună; Prietenii curățeniei</p>

CLASA a II-a**Competențe specifice și exemple de activități de învățare****1. Formarea unei imagini pozitive pornind de la valorizarea propriei persoane în raport cu sine și cu ceilalți**

Clasa a II-a
<p>1.1. Identificarea aspectelor caracteristice înfățișării fizice</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> • „Oglinda” – vizualizarea elementelor corporale și denumirea acestora; • „Joc și mișcare” – folosirea diferitelor segmente ale corpului prin dans; - Jocuri de discriminare a segmentelor și utilitatea lor <ul style="list-style-type: none"> • „Spune ce este și ce faci cu ele ”; • „Auzim, vedem!”; - Jocuri de percepție a schimbărilor: <ul style="list-style-type: none"> • „Am fost mic și am crescut ”; - Jocuri de pantomimă; - Joc de rol; - Exercițiu joc de analiză a amprentei proprii și a conturului mâinii; - Portofoliu personal de învățare.
<p>1.2. Prezentarea membrilor familiei</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții de numire a componenței familiei (numele părinților, al fraților, surorilor); - Desenul familiei mele; - Jocuri de rol: <ul style="list-style-type: none"> • „Ce face mama?”; • „Ce face tata?”; - Timpul liber in familia mea.
<p>1.3. Stabilirea repertoriului de preferințe către activități utile</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții de identificare a preferințelor: <ul style="list-style-type: none"> • „Mâncarea mea preferată”; • „Cu ce îmi place să mă joc”; • „Îmbrăcăm păpușa”; - Jocuri de continuare a frazei: ”Culoarea mea preferată este.....”; - Jocuri de rol; - Activități în aer liber (picnic, plimbări); - Softuri educaționale; - Vizionare; - Audiții muzicale.

2. Exprimarea adecvată a emoțiilor în interacțiune cu ceilalți și stimularea autocontrolului

Clasa a II-a
<p>2.1. Identificarea emoțiilor de bază</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vizionarea unor secvențe din desene animate, filme pentru copii, audierea unor povești pentru identificarea și denumirea emoțiilor de bază ale personajelor (exemplu : iepurașul fricos, prințul fericit, furnicuța curajoasă etc.); - Exerciții joc – „Cum mă simt când...?”; - ”Arată cum plângi/ râzi!”; - Softuri educaționale.
<p>2.2. Formarea capacității de relaționare interpersonală</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc de imitare a emoțiilor mimate de adult; - Jocuri de recunoaștere a atitudinilor de aprobare a adulților (cuminte, bun): <ul style="list-style-type: none"> • „Sunt copil cuminte ”; • „Ce e bine și ce e rău ”;

Clasa a II-a
<ul style="list-style-type: none"> • „Să facem așa”. - Povestiri - texte suport.
<p>2.3. Gestionarea eficientă a emoțiilor în situații date</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc imagini pentru realizarea legăturii dintre acțiuni și emoții; - Softuri educaționale; - Audiții muzicale; - „Fie că ne place, fie că nu!”.

3. Dezvoltarea disponibilităților psiho-individuale în vederea formării unor comportamente dezirabile

Clasa a II-a
<p>3.1. Conștientizarea normelor de conviețuire</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții de respectare a regulilor de conviețuire în sala de clasă; - Jocuri privind colaborarea în realizarea unei activități în comun; - Exerciții privind respectarea regulilor de circulație.
<p>3.2. Formarea deprinderilor de igienă personală</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc de igienizare a obiectelor personale (încălțăminte, îmbrăcăminte): <ul style="list-style-type: none"> • „Păpușa și-a murdărit rochița”; • „Mama spală rufe”; • „Știm să ne curățăm încălțăminte?”; • „Afară plouă” (obișnuința de a șterge picioarele la intrarea în clasă, casă, etc.). - Vizionare film educativ; - Activități practice de exersare a acțiunii de: îmbrăcare/ dezbrăcare, spălarea mâinilor înainte de servirea mesei etc. - Activități practice de realizare a unor colaje, afișe privind regulile de igienă personală; - Modelaj-obiecte de igienă personală; - Activități practice: <ul style="list-style-type: none"> • Pregătirea micului dejun; • Spălatul pe dinți.
<p>3.3. Formarea comportamentelor dezirabile</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> • „Cum ne comportăm acasă?”; • „Cum ne comportăm la școală?”; • „Cum ne comportăm pe stradă?”; • „Cum ne comportăm în mijloacele de transport?”.

Conținuturi

Domenii de conținut	Clasa a II-a
Autocunoașterea și dezvoltarea personală	Cunoașterea de sine: Prezentarea aspectelor legate de înfățișarea fizică Date personale: adresă, vârstă, gen Schimbare, creștere, dezvoltare Grupul de apartenență: Date de identificare a părinților și a altor membri ai familiei Activități în familie Roluri în familie Exprimarea preferințelor: Explorarea paletelor de preferințe proprii
Dezvoltarea emoțională	Emoțiile de bază: Identificarea emoțiilor celorlalți Corelarea emoțiilor de bază (bucurie, tristețe, frică, furie) cu elemente ale limbajului nonverbal și paraverbal Reproducerea emoțiilor Eu și ceilalți: Relaționarea pe baza mijloacelor figurative: gest, mimică, pantomimă Gestionarea emoțiilor: Stabilirea legăturii dintre emoțiile de bază (bucurie, furie, frică, tristețe) și acțiuni
Calitatea stilului de viață	Norme de conviețuire în grup: Respectarea regulilor: la școală, pe stradă Igiena personală: Igiena obiectelor personale Importanța normelor de igienă pentru sănătate Comportamente dezirabile: Drepturi și responsabilități – acasă, la școală, pe stradă, în mijloacele de transport

CLASA a III-a**Competențe specifice și exemple de activități de învățare****1. Formarea unei imagini pozitive pornind de la valorizarea propriei persoane în raport cu sine și cu ceilalți**

Clasa a III-a
<p>1.1. Prezentarea înfățișării personale</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Portretul meu”- desen - Exerciții de identificare a asemănărilor și a deosebirilor, prin comparație cu ceilalți și cu personajele din poveste; - Jocuri: <ul style="list-style-type: none"> • „Eu și supereroul meu!”; • „Oglindă, oglinjoară”; - Portofoliu personal de învățare.
<p>1.2. Cultivarea sentimentului de apartenență la familie/ grup securizant</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizarea albumului familiei; - Joc de rol: <ul style="list-style-type: none"> • „Cum ne purtăm acasă”; - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> • „Punem masa în familie”; • „La aniversare!”; - Exerciții de memorizare poezii; - Exerciții de identificare a rolurilor membrilor familiei.
<p>1.3. Identificarea repertoriului de preferințe către activități utile</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc de identificare a animalului preferat, jocuri, personajul de desen animat; - Confectionarea de mascote; - Activități în aer liber; - Softuri educaționale; - Vizionare de filme pentru copii, desene animate.

2. Exprimarea adecvată a emoțiilor în interacțiune cu ceilalți și stimularea autocontrolului

Clasa a III-a
<p>2.1. Cultivarea empatiei și toleranței</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jocuri de rol; - Povestiri; - Exerciții joc de artterapie prin care să exprime diferite stări emoționale: desene, colaje, modelaj; - Joc de mimă, pantomimă.
<p>2.2. Formarea capacității de relaționare interpersonală</p> <ul style="list-style-type: none"> - Activități în aer liber; - Jocuri de rol; - Jocuri didactice - „Doarme moșul”; - Exerciții în perechi pentru exersarea elementelor simple de ascultare activă; - Povestiri, povești, discuții pe baza respectării spațiului personal și a nevoii de intimitate (mersul la toaletă, la duș etc.).
<p>2.3. Gestionarea eficientă a emoțiilor în situații date</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vizionare filme pentru copii, desene animate; - Audiții muzicale, povești; - Jocuri de rol în scopul obținerii unor răspunsuri la emoții în diferite contexte; - Softuri educaționale; - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> • „Ce spune fețișoara”;

Clasa a III-a
<ul style="list-style-type: none"> • „Finger puppets”; - Cartea emoțiilor.

3. Dezvoltarea disponibilităților psiho-individuale în vederea formării unor comportamente dezirabile

Clasa a III-a
<p>3.1. Respectarea unor norme de conduită în grup/ clasă</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jocuri de rol; - Stabilirea de comun acord cu elevii a unui set de norme la nivelul clasei (mascota/ imagini reprezentative pentru grup/ clasă); - Expoziții de desene, colaje ce ilustrează norme de conduită în grup; - Povestiri tematice; - Memorizări; - Softuri educaționale.
<p>3.2. Formarea deprinderilor de igienă personală</p> <ul style="list-style-type: none"> - Activități practice de realizare a unor colaje, afișe privind regulile de igienă personală; - Memorizări a unor poezii (Igiena dentară etc.); - Exerciții joc de utilizare a periuței de dinți, periei de păr etc. - Teatru de păpuși; - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> • „Inventarul alimentelor sănătoase”; • „Fructele și legumele, prietenele noastre”.
<p>3.3. Formarea comportamentelor dezirabile</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observarea pieței și magazinelor mai des frecventate de elevi: <ul style="list-style-type: none"> • „La piață”; • „Ce a cumpărat mama?”; • „De unde le-a cumpărat?”; - Utilizarea telefonului – jocuri: <ul style="list-style-type: none"> • „Spune ce este și ce faci cu el?”; • „Convorbire telefonică”; • „Alo! Aici este...”; • „Cum trebuie să vorbim la telefon”.

Conținuturi

Domenii de conținut	Clasa a III-a
Autocunoașterea și dezvoltarea	Cunoașterea de sine: Unicitatea persoanei (diferențe individuale – acceptarea și respectarea diferențelor individuale) Grupul de apartenență: Asumarea rolurilor în familie Relațiile cu ceilalți membri ai familiei Exprimarea preferințelor: Interese personale
Dezvoltarea emoțională și socială	Empatie și toleranță: Responsabilitate individuală și socială Eu și ceilalți: Abilități de comunicare de bază Elemente de ascultare activă: contact vizual, voce, postură Gestionarea emoțiilor: Răspunsuri emoționale pozitive
Calitatea stilului de viață	Norme de conviețuire în grup: Comportamente adecvate în clasă/ grup La școală La teatru Igiena personală: Reguli pentru o viață sănătoasă Comportamente dezirabile: Adaptarea conduitei la situații cotidiene diverse: La piață. La magazin. Telefonul.

CLASA a IV- a**Competențe specifice și exemple de activități de învățare****1. Formarea unei imagini pozitive pornind de la valorizarea propriei persoane în raport cu sine și cu ceilalți**

Clasa a IV-a
<p>1.1. Descrierea propriei persoane</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> • „Bomboana magică”; • „Pot să fac, nu pot să fac”; • „Inima mea”; • „Floarea calităților personale”; • „Ecusonul meu”; • „Vă spun mai multe despre mine”; • „Cartonașe sociabile”; - Realizarea de desene de tip autoportret, colaje; - Album cu fotografii personale; - Portofoliu personal de învățare.
<p>1.2. Descrierea familiei</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizarea unui jurnal în imagini intitulat „Eu și familia mea”; - Activitățile preferate în familie; - Joc de rol; - Softuri educaționale; - Vizionări; - Colaj.
<p>1.3. Extinderea a repertoriului de preferințe către activități utile</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizarea unui afiș personal cu activitățile care îi fac plăcere fiecărui copil (individual/ în echipe); - Alegerea și gruparea obiecte preferate (de vestimentație, jucării) și activități preferate; - Exerciții de relaxare (crearea unui spațiu în sala de clasă unde copiii pot avea momente personale); - Softuri educaționale; - Vizionări; - Exerciții joc de tip „Mă simt bine când...”.

2. Exprimarea adecvată a emoțiilor în interacțiune cu ceilalți și stimularea autocontrolului

Clasa a IV-a
<p>2.1. Cultivarea empatiei și toleranței</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jocuri de întraajutorare; - Jocuri și tehnici de exprimare senzorial-emoțional; - Exerciții de completare a desenului; - Proiecte de voluntariat; - Artterapia; - Activitate practică-„Mascota mea”; - Crearea unor postere prin care să se evidențieze situațiile în care au nevoie de ajutor (colaj, desen, pictură, grafică); - Exerciții joc – „Cum se simte..”.
<p>2.2. Formarea capacității de relaționare interpersonală</p> <ul style="list-style-type: none"> - Activități în aer liber-drumetii, picnic; - Jocuri de rol; - Exerciții joc;

Clasa a IV-a
<p>●„Punguța cu surprize”.</p> <p>2.3. Gestionarea eficientă a emoțiilor în situații date</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vizionarea unor secvențe din desene animate și filme pentru copii pentru identificarea emoțiilor de bază ale personajelor; - Audierea unor povești consacrate; - Crearea unor povești prin completarea frazelor lacunare, de exemplu „Fetița și băiețelul sunt veseli pentru că...”. ; - Desenarea unor chipuri/ personaje/ scenete din povești care să exprime emoțiile fundamentale; - Etichetele emoțiilor; - Harta emoțiilor; - O inimă plină de culoare; - Ce culoare au emoțiile mele ?; - Exerciții sortare imagini reprezentând imagini pozitive/negative; - „Când te-ai simțit așa”; - Imită /arată o emoție; - Potrivește emoția.

3. Dezvoltarea disponibilităților psiho-individuale în vederea formării unor comportamente dezirabile

Clasa a IV-a
<p>3.1. Cultivarea sentimentelor de prietenie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc: <ul style="list-style-type: none"> ●„Ghemul prieteniei”; ●Trei persoane importante din viața mea; ●Albumul cu prieteni; ●„Spune numele și schimbă locul”; - Lectura și analiza unor povești și fabule despre prietenie; - Softuri educaționale; - Joc surpriză pentru colegi.
<p>3.2. Formarea deprinderilor de alimentație sănătoasă</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ciorchinele alimentelor sănătoase; - Vizionarea unor filme despre igiena personală. Vizionarea unor filme despre alimentația sănătoasă și a modului în care construim un meniu alimentar sănătos; - Alegere și grupare alimente sănătoase; - Cartea alimentelor sănătoase; - Carnavalul fructelor și legumelor; - Găsește și potrivește; - Stabilire meniul zilei; - Organizarea de evenimente: „Ziua sănătății” în care copiii prezintă adulților obiceiuri și comportamente sănătoase - Activitate practică-Salata de fructe;
<p>3.3. Formarea comportamentelor dezirabile</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exerciții joc: „Oops”; „Potrivit /nepotrivit”; - Distribuirea și asumarea unor sarcini în clasă (aranjarea jucăriilor, udatul florilor, distribuirea fișelor de lucru, afișarea produselor realizate de către copii în cadrul unei secvențe de lucru, ștergerea tablei, aranjarea consumabilelor, inserarea produselor activității în portofolii etc.); - Realizarea unui colț verde al clasei pe care să-l îngrijească; - Desenarea momentelor specifice unei zile obișnuite de școală; - Studiul de caz pornind de la lectura imaginilor; - Rucsacul cu fapte bune.

Conținuturi

Domenii de conținut	Clasa a IV-a
Autocunoașterea și dezvoltarea personală	Cunoașterea de sine: Caracteristici personale și punctele forte Grupul de apartenență: Activități preferate în familie Exprimarea preferințelor: Motivația personală și exprimarea preferințelor
Dezvoltarea emoțională și socială	Empatie și toleranță Înțelegerea și acceptarea celuilalt Elemente ale solidarității sociale Eu și ceilalți: Cooperare și colaborare în grup/clasă Gestionarea emoțiilor: Exprimarea adecvată a emoțiilor de bază.
Calitatea stilului de viață	Norme de conviețuire în grup: Prietenia. Cum se păstrează o prietenie? Igiena personală Igiena alimentației Obiceiuri și comportamente sănătoase Comportamente dezirabile Asumarea responsabilităților în grup Fapte bune

Sugestii metodologice

Programa școlară a disciplinei Consiliere și dezvoltare personală pentru clasele din învățământul special primar, pentru elevii cu dizabilități intelectuale grave, severe și/sau asociate este un instrument de lucru, care se adresează cadrelor didactice, fiind concepută în așa fel încât să le permită să-și orienteze propria activitate înspre formarea la elevi a competențelor specifice domeniului, în contexte de învățare diverse, să-și manifeste creativitatea și să-și adapteze demersurile didactice la fiecare elev în parte, respectând astfel un principiu de bază în domeniul consilierii și orientării: *"Toate persoanele sunt speciale și valoroase pentru că sunt unice"*.

Strategiile didactice recomandate pentru orele de Consiliere și dezvoltare personală sunt cele active-participative, în care elevul este elementul central, acestea fiind adaptate la particularitățile psiho-individuale ale fiecărui copil în parte.

Disciplina are un accentuat caracter explorator și practic aplicativ, vizând implicarea activă și directă a copiilor. Elevii conștientizează în măsura posibilităților, exersează abilități și atitudini într-un mediu prietenos de învățare, devin responsabili pentru modul în care se implică în jocurile și activitățile propuse. Este foarte important ca activitățile să fie organizate sub formă de joc, să fie distractive, să-i determine pe copii să comunice eficient. Sarcinile de lucru pot fi realizate individual, în echipă, prin muncă independentă sau facilitată de către cadrul didactic: conversația euristică, discuția pentru identificarea așteptărilor, nevoilor și analiza prin întrebări a experiențelor anterioare; jocul de rol, simularea (marionete, teatru, personaje din viața reală/ din povești); discuții libere (Ce sunt emoțiile? Ce înseamnă să fii diferit de ceilalți?); metode și tehnici art-creative; elemente de evaluare continuă exercițiul (de spargerea gheții, completarea unor fișe de lucru, pentru dezvoltarea unor abilități specifice de respectare a unor reguli, de observare a unor comportamente proprii sau ale colegilor, părinților, etc.); studiul de caz, realizat pornind de la lectura imaginilor, care valorifică experiența personală a copiilor în analizarea unor situații reale); metode activ-participative (ciorchinele, turul galeriei); analiza unor secvențe din filme; utilizarea suporturilor intuitiv- concrete (materiale didactice variate).

Evaluarea

Va urmări realizarea unui feedback permanent în ceea ce privește formarea unei imagini pozitive pornind de la valorizarea propriei persoane în raport cu sine și cu ceilalți, adoptarea unui stil de viață de calitate și educarea și dezvoltarea disponibilităților psiho-individuale în vederea formării unor comportamente dezirabile. Din aceste motive, în cadrul orelor de Consiliere și dezvoltare personală NU se utilizează calificative sau modalități de notare.

Recomandăm utilizarea următoarelor metode de evaluare:

- exprimarea ideilor și argumentelor personale prin: afișe, desene, colaje;
- proiectul individual și de grup;
- portofoliul personal de învățare;
- activități practice;

Bibliografie

1. Băban, A., (2009), *Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*, Cluj-Napoca: Editura ASCR;
2. Băban, A., Petrovai, D., Lemeni, G., (2002), *Consiliere și orientare – Ghidul profesorului*, București, Editura Humanitas Educațional;
3. Bogorin, V., Tudose, R., (2003), *Jocul de-a viața – exerciții pentru orele de dirigenție*, Cluj-Napoca: Editura EIKON;
4. Călineci, M., (2009), *Cunoașterea elevului*, Ed. a 2-a, Rev. Educația 2000+, București;
5. Cucuș, C., (2006), *Pedagogie*, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Iași: Editura Polirom;
6. Goleman, D., (2001), *Inteligența emoțională*, București: Editura Curtea Veche;
7. Jigău, M., (2007), *Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici*, București: Editura SIGMA;
8. Lemeni, G., Miclea, M., (2004), *Consiliere și orientare – Ghid de educație pentru carieră*, Cluj-Napoca: Editura ASCR;
9. Lemeni, G., Tarău, A., (2004), *Consiliere și orientare – Ghid de educație pentru carieră*, Cluj-Napoca: Editura ASCR;
10. Schaffer, R., (2010), *Introducere în psihologia copilului*, Cluj-Napoca: Editura ASCR;
11. Tomșa, Gh., (1999), *Consilierea și orientarea în școală*, București: Casa de Editură Viața Românească;
12. *** (2018), *Planul-cadru de învățământ* aprobat prin ORDIN nr. 3.622 din 27 aprilie 2018 privind aprobarea planurilor-cadru pentru învățământul special preșcolar, primar și gimnazial;
13. *** (2013), *Programa școlară pentru disciplina Dezvoltare personală – clasa pregătitoare, clasa I și clasa a II-a*, aprobată prin OMEN nr. 3418/19.03.2013;
14. *** (2008), *Consilierea și orientarea în carieră – Ghid pentru studenți și absolvenți*. Universitatea Politehnică din București, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră;
15. *** (2006), *Programe școlare pentru Aria curriculară Consiliere și orientare – clasele I – a IV-a*, aprobate prin O.M.E.C. nr. 5286 / 09.10.2006.

Grupul de lucru:

-Liana Maria MITRAN, coordonator Ministerul Educației

-Maria-Cristina MARIN, coordonator Centrul Județean de Resurse și de Asistență Educațională Dâmbovița

Nume, prenume	Instituție de apartenență
Ivan Gabriela	Școala Gimnazială Specială Târgoviște
Marinescu Eugenia	Școala Gimnazială Specială Târgoviște
Păunescu Carmen	Școala Gimnazială Specială Târgoviște
Sav Ramona Maria	Școala Gimnazială Specială Târgoviște
Marin Maria-Cristina	Centrul Județean de Resurse și de Asistență Educațională Dâmbovița