



SCENARIU DIDACTIC nr.4

„Cine sunt eu și ce aș putea deveni?”

Clasa: a IV-a

Aria curriculară: Consiliere și orientare / Dezvoltare personală

Tema: Autocunoașterea și orientarea carierei

Tipul activității: formare și dezvoltare de competențe

Durata: 45 de minute

Forma de organizare: frontal, individual, în perechi și pe grupe

Locul desfășurării: sala de clasă

Competențe vizate

- Identificarea și exprimarea unor caracteristici personale;
- Recunoașterea propriilor interese, aptitudini și calități;
- Dezvoltarea unei imagini pozitive despre sine;
- Asocierea intereselor și calităților personale cu diferite profesii;
- Formarea unei atitudini deschise față de explorarea viitoarei cariere.

Obiective operaționale

La finalul activității, elevii vor fi capabili:

O1 – să identifice cel puțin trei calități personale;

O2 – să enumere activități care le plac și în care se simt competenți;

O3 – să recunoască legătura dintre anumite calități/interese și profesii;

O4 – să formuleze cel puțin o posibilă profesie care le-ar putea plăcea în viitor și să argumenteze alegerea;

31.08.2026



O5 – să manifeste respect față de propriile aspirații și față de ale colegilor.

Strategii didactice

Metode și procedee: conversația euristică, brainstormingul, jocul didactic, exercițiul, învățarea prin cooperare, reflecția.

Mijloace didactice: fișe de lucru, cartonașe cu profesii, coli A4, markere/creioane colorate, tablă.

Forme de organizare: frontal, individual, în perechi, pe grupe.

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

1. Moment organizatoric – 2 minute

Cadrul didactic pregătește materialele și creează un climat pozitiv, bazat pe încredere și comunicare.

Profesorul:

„Astăzi vom face o călătorie puțin diferită. Nu vom merge într-un loc anume, ci vom descoperi ceva foarte important: pe noi înșine. Vom afla ce ne place, ce știm să facem bine și ce profesii ni s-ar putea potrivi.”

2. Captarea atenției – „Ghicește profesia!” – 5 minute

Profesorul prezintă câteva ghicitori sau situații scurte despre diferite profesii.

Exemple:

- „Ajut oamenii atunci când sunt bolnavi și am grijă de sănătatea lor.” – medic
- „Construiesc case și mă asigur că sunt solide și sigure.” – arhitect/inginer
- „Îmi place să lucrez cu animalele și să am grijă de ele.” – medic veterinar
- „Folosesc imaginația și culorile pentru a crea lucruri frumoase.” – artist/designer

J21 31.08.2024



- „Îmi place să descopăr lucruri noi și să fac experimente.” – cercetător

După fiecare răspuns, cadrul didactic întreabă:

„Ce credeți că trebuie să știe sau să poată face o persoană pentru a avea această meserie?”

Răspunsurile elevilor sunt notate pe tablă: curaj, răbdare, creativitate, atenție, bunătate, îndemânare, curiozitate, comunicare, organizare etc.

3. Anunțarea temei și a obiectivelor – 2 minute

Profesorul anunță tema:

„Cine sunt eu și ce aș putea deveni?”

Se explică elevilor că orientarea în carieră nu înseamnă că trebuie să își aleagă acum o meserie definitivă. La această vârstă, important este să descopere cine sunt, ce le place și ce calități au.

„Nu trebuie să știm acum exact ce vom deveni când vom fi adulți. Putem să explorăm, să încercăm lucruri noi și să ne descoperim treptat.”

4. Activitatea „Portretul meu” – 10 minute

Fiecare elev primește o fișă cu un desen simplu al unui personaj sau al unei stele.

Fișa conține următoarele cerințe:

EU SUNT...

- 3 lucruri care îmi plac: _____
- 3 lucruri la care mă pricep: _____
- O calitate a mea este: _____
- Îmi place să lucrez: singur / cu un coleg / în echipă

31.08.2026



- Îmi place să îi ajut pe ceilalți prin: _____
- Ceva ce aș vrea să învăț mai bine: _____

Elevii completează individual.

Cadrul didactic îi încurajează să nu se compare între ei:

„Nu există răspunsuri bune sau greșite. Fiecare dintre voi este diferit, iar diferențele dintre noi sunt importante.”

5. Activitatea „Ce profesie mi s-ar potrivi?” – 10 minute

Elevii sunt împărțiți în grupuri mici.

Fiecare grup primește cartonașe cu profesii și cartonașe cu diferite calități/interese.

Exemple de profesii:

- medic;
- profesor;
- polițist;
- pompier;
- bucătar;
- programator;
- artist;
- muzician;
- jurnalist;
- arhitect;



- medic veterinar;
- sportiv;
- cercetător;
- designer;
- fotograf.

Exemple de calități/interese:

- îmi place să ajut;
- sunt creativ;
- sunt atent;
- îmi place să comunic;
- îmi place să rezolv probleme;
- sunt răbdător;
- îmi place să lucrez cu oamenii;
- îmi place să construiesc;
- iubesc animalele;
- îmi place să descopăr lucruri noi;
- îmi place să lucrez cu tehnologia;
- îmi place să mă exprim prin artă.

Sarcina grupurilor este să asocieze profesiile cu acele calități și interese care consideră că se potrivesc.



La final, fiecare grup prezintă una sau două asocieri.

Profesorul subliniază:

„O profesie nu are o singură calitate necesară. De exemplu, un medic poate fi atent, răbdător, empatic și bun la comunicare. O persoană poate avea mai multe calități și poate fi potrivită pentru mai multe domenii.”

6. Joc didactic – „Dacă aș fi...” – 8 minute

Elevii stau în cerc. Profesorul formulează propoziții pe care aceștia le completează voluntar:

- „Dacă aș avea grijă de animale, mi-ar plăcea să fiu...”
- „Dacă aș construi lucruri, aș putea fi...”
- „Dacă mi-ar plăcea să desenez și să creez, aș putea fi...”
- „Dacă mi-ar plăcea să descopăr cum funcționează lucrurile, aș putea fi...”
- „Dacă mi-ar plăcea să îi ajut pe oameni, aș putea fi...”
- „Dacă mi-ar plăcea foarte mult să lucrez cu calculatoarele, aș putea fi...”

După răspuns, profesorul poate întreba:

„Ce calitate ai putea folosi în această profesie?”

Activitatea dezvoltă capacitatea elevilor de a face legătura între interese – calități – profesii.

7. Reflecția – „Steaua mea pentru viitor” – 5 minute

Fiecare elev desenează o stea și scrie în interior:

„O calitate pe care vreau să o dezvolt este...”

sau

120 31.08.2026



„Un lucru nou pe care vreau să îl încerc este...”

Câțiva elevi prezintă voluntar răspunsurile.

Profesorul încheie:

„Cariera este o călătorie. Nu trebuie să știm de acum unde vom ajunge. Important este să ne cunoaștem, să avem curaj să încercăm lucruri noi și să descoperim ceea ce ne face să spunem: «Îmi place! Sunt bun la asta! Vreau să aflu mai multe!»”

Evaluarea activității

Evaluarea se realizează prin:

- observarea comportamentului și implicării elevilor;
- răspunsurile oferite în cadrul conversațiilor;
- analiza fișelor de lucru;
- participarea la activitatea de grup;
- capacitatea de a identifica propriile calități și interese;
- formularea unei posibile direcții profesionale.

Criterii de evaluare

Elevul:

- identifică cel puțin trei calități personale;
- recunoaște activități care îi plac;
- participă activ la discuții;
- realizează asocieri între calități și profesii;

21 31.08.2026



- își exprimă opinia și respectă opiniile colegilor.

Încheiere

Cadrul didactic transmite elevilor următorul mesaj:

„Fiecare dintre voi are talente, calități și pasiuni care vă fac unici. Nu este nevoie să decideți astăzi ce veți deveni. Astăzi este suficient să vă cunoașteți puțin mai bine. Cu cât descoperiți mai multe despre voi, cu atât veți putea face alegeri mai potrivite pentru viitor.”

Extensie / temă pentru acasă

Elevii pot realiza un mic proiect intitulat:

„Meseria pe care aș vrea să o descopăr”

Proiectul poate conține: 1. denumirea profesiei; 2. ce face persoana care are această profesie; 3. ce calități sunt importante; 4. de ce mi-ar plăcea să aflu mai multe despre ea; 5. un desen

21.08.2026



SCENARIU DIDACTIC nr.5

„Eu și valorile mele – ce este important pentru mine?”

Disciplina: Consiliere și dezvoltare personală

Clasa: a V-a

Tema: Consilierea carierei – Valori personale

Tipul activității: formare și dezvoltare de atitudini, autocunoaștere și explorare personală

Durata: 50 de minute

Forma de organizare: frontal, individual, în perechi și pe grupe

Locul desfășurării: sala de clasă

1. Competențe vizate

- identificarea și exprimarea propriilor valori, interese și preferințe;
- dezvoltarea capacității de autocunoaștere și autoevaluare;
- conștientizarea relației dintre valorile personale, alegerile individuale și viitoarea carieră;
- manifestarea respectului față de valorile și alegerile celorlalți;
- dezvoltarea capacității de argumentare a propriilor alegeri.

2. Obiective operaționale

La sfârșitul activității, elevii vor fi capabili:

O1 – să definească, în cuvinte proprii, noțiunea de „valoare personală”;

O2 – să identifice cel puțin 5 valori personale dintre cele prezentate;

O3 – să ierarhizeze valorile personale în funcție de importanța pe care o au pentru ei;

O4 – să argumenteze alegerea unei valori personale importante;

21 31.08.2026



O5 – să identifice legătura dintre anumite valori și activități/profesii;

O6 – să manifeste deschidere și respect față de valorile diferite ale colegilor.

3. Conținuturi

- Ce sunt valorile personale?
- Exemple de valori: familie, prietenie, respect, sinceritate, curaj, libertate, responsabilitate, creativitate, ajutorarea celorlalți, perseverență, corectitudine, cunoaștere, siguranță, succes, independență.
- Ierarhizarea valorilor.
- Valorile personale și alegerile privind viitorul.
- Relația dintre valori, interese și profesii.

4. Metode și procedee didactice

- conversația euristică;
- brainstormingul;
- exercițiul;
- jocul didactic;
- problematizarea;
- reflecția personală;
- lucrul în perechi/grupe;
- turul galeriei.

5. Mijloace didactice



- cartonașe cu valori;
- fișe de lucru;
- tablă/flipchart;
- markere;
- post-it-uri;
- coli A4/A3;
- imagini reprezentând diverse activități/profesii.

6. Desfășurarea activității

Moment organizatoric – 2 minute

Profesorul salută elevii, verifică prezența și pregătește materialele necesare.

Se creează un climat pozitiv, bazat pe siguranță, încredere și libertatea de exprimare.

Profesorul precizează:

„Astăzi nu există răspunsuri corecte sau greșite atunci când vorbim despre ceea ce este important pentru fiecare dintre noi. Putem avea valori diferite și este important să le respectăm.”

1. Captarea atenției – „Ce ai alege?” – 5 minute

Profesorul prezintă elevilor câteva situații scurte:

Situația 1:

Ai câștigat un concurs și primești două posibilități: un premiu foarte scump sau o excursie împreună cu cei mai buni prieteni. Ce alegi?



Situația 2:

Poți obține o notă foarte bună copiid tema unui coleg sau poți spune adevărul și primești o notă mai mică. Ce alegi?

Situația 3:

Ai de ales între o activitate în care trebuie să lucrezi singur și una în care îi poți ajuta pe ceilalți. Ce alegi?

Elevii își exprimă opțiunile și explică, voluntar, motivele.

Profesorul concluzionează:

„Alegerile noastre spun multe despre ceea ce este important pentru noi. Lucrurile importante după care ne ghidăm se numesc valori personale.”

2. Anunțarea temei și a obiectivelor – 2 minute

Profesorul anunță tema:

„Eu și valorile mele – ce este important pentru mine?”

Elevilor li se explică faptul că vor descoperi ce valori sunt importante pentru ei și că acestea pot avea legătură cu alegerile pe care le vor face în viitor, inclusiv cu alegerea unei profesii.

3. Explorarea conceptului de „valoare personală” – 6 minute

Profesorul întreabă:

- Ce înseamnă pentru voi „ceva important”?
- Ce lucruri sunt importante în viața voastră?
- De ce doi oameni pot face alegeri diferite în aceeași situație?
- Ce înseamnă să fii o persoană corectă?
- Ce înseamnă să fii responsabil?

L21 31.08.2026



Răspunsurile elevilor sunt notate pe tablă.

Profesorul formulează împreună cu elevii o definiție accesibilă:

Valoarea personală este un principiu sau un lucru pe care îl considerăm important și care ne influențează alegerile și comportamentul.

Exemple: respectul, prietenia, familia, libertatea, corectitudinea, creativitatea, curajul, responsabilitatea.

4. Activitatea „Topul valorilor mele” – 10 minute

Fiecare elev primește o listă cu valori:

- Familie
- Prietenie
- Respect
- Sinceritate
- Curaj
- Libertate
- Responsabilitate
- Creativitate
- Ajutorarea celorlalți
- Perseverență
- Corectitudine
- Cunoaștere

P21 31.08.2026



- Siguranță
- Succes
- Independență

Sarcina elevilor:

1. Alege 10 valori care consideră că sunt importante.
2. Dintre acestea, alege 5 valori foarte importante.
3. Așază cele 5 valori în ordinea importanței.

Elevii completează individual exercițiul.

Profesorul subliniază:

„Nu trebuie să aveți același top. Faptul că avem valori diferite ne face unici.”

5. Activitatea în perechi – „De ce este importantă această valoare?” – 7 minute

Elevii formează perechi.

Fiecare elev îi prezintă colegului său cea mai importantă valoare și răspunde la întrebarea:

„De ce este importantă această valoare pentru mine?”

Exemple:

„Pentru mine, prietenia este importantă deoarece îmi place să am persoane în care pot avea încredere.”

„Pentru mine, creativitatea este importantă deoarece îmi place să inventez și să găsesc soluții noi.”

31.08.2026



„Pentru mine, corectitudinea este importantă deoarece vreau ca oamenii să se poarte cinstit unii cu ceilalți.”

Câțiva elevi prezintă clasei ceea ce au discutat.

6. Legătura dintre valori și carieră – 8 minute

Profesorul explică:

„Când vom fi adulți, valorile noastre ne pot influența și alegerile profesionale. Unele persoane își doresc o profesie în care să ajute oamenii, altele preferă să creeze lucruri, să descopere, să conducă echipe sau să lucreze independent.”

Se prezintă exemple:

Valoare	Posibile domenii/profesii
Ajutorarea celorlalți	medic, asistent medical, profesor, psiholog
Creativitate	designer, arhitect, artist, scriitor
Cunoaștere	cercetător, profesor, programator
Curaj	pompier, salvator, polițist
Responsabilitate	medic, profesor, inginer, manager
Independență	antreprenor, freelancer, consultant
Respect și comunicare	profesor, mediator, consilier
Protejarea naturii	biolog, ecolog, silvicultor

Profesorul precizează că o valoare nu determină automat o profesie, ci poate reprezenta unul dintre elementele care ne influențează alegerile.

121 31.08.2026



7. Joc didactic – „Ce profesie s-ar potrivi?” – 6 minute

Clasa este împărțită în grupe.

Fiecare grup primește un cartonaș cu o valoare, de exemplu:

- creativitate;
- responsabilitate;
- ajutorarea celorlalți;
- curaj;
- cunoaștere.

Sarcina grupului:

„Găsiți cel puțin trei profesii în care această valoare ar putea fi importantă și explicați de ce.”

Grupele prezintă răspunsurile.

Profesorul încurajează răspunsurile diverse și subliniază că aceeași valoare poate fi importantă în foarte multe profesii.

8. Reflecție și evaluare – „Biletul de ieșire” – 4 minute

Fiecare elev primește un post-it și completează:

Astăzi am descoperit că pentru mine este importantă valoarea _____ deoarece _____.

și

În viitor mi-ar plăcea să fac o activitate/profesie în care să pot manifesta _____.

Elevii lipesc post-it-urile pe tablă.

L21 31.08.2026



Profesorul poate încheia activitatea prin mesajul:

„Nu trebuie să știți acum ce profesie veți avea când veți fi adulți. La vârsta voastră este important să vă descoperiți: ce vă place, ce știți să faceți, ce este important pentru voi și ce fel de persoană vreți să deveniți.”

7. Evaluarea

Evaluarea se realizează pe parcursul întregii activități, prin:

- observarea comportamentului și implicării elevilor;
- răspunsuri orale;
- participarea la discuții;
- rezolvarea fișei de lucru;
- argumentarea alegerilor;
- activitatea în perechi și în grup;
- „Biletul de ieșire”.

Criterii de evaluare

- identificarea corectă a valorilor personale;
- capacitatea de a argumenta o alegere;
- participarea activă;
- respectarea opiniilor colegilor;
- realizarea conexiunii dintre valori și domenii profesionale.

8. Fișă de lucru pentru elev

L21 31.08.2021



EU ȘI VALORILE MELE

1. Alege 10 valori importante pentru tine:

- ☐ Familie
- ☐ Prietenie
- ☐ Respect
- ☐ Sinceritate
- ☐ Curaj
- ☐ Libertate
- ☐ Responsabilitate
- ☐ Creativitate
- ☐ Ajutorarea celorlalți
- ☐ Perseverență
- ☐ Corectitudine
- ☐ Cunoaștere
- ☐ Siguranță
- ☐ Succes
- ☐ Independență

2. Alege cele mai importante 5 valori ale tale:

3. Cea mai importantă valoare pentru mine este:

De ce?

31.08.2026



Cofinanțat de
Uniunea Europeană



4. Completează:

„Într-o viitoare profesie mi-ar plăcea să pot _____”

5. Despre mine am descoperit că:

L2 31.08.2026



SCENARIU DIDACTIC nr.6

„Drumul meu profesional – alegerea traseului după liceu”

Disciplina: Consiliere și dezvoltare personală / Consiliere și orientare în carieră

Clasa: a XII-a

Tema: Consilierea carierei – Alegerea traseului profesional

Tipul activității: formare și dezvoltare de competențe de orientare în carieră și luare a deciziei

Durata: 50 de minute

Forma de organizare: frontal, individual, în perechi și pe grupe

Locul desfășurării: sala de clasă

1. Competențe vizate

- autocunoașterea și valorificarea resurselor personale în vederea orientării profesionale;
- identificarea intereselor, valorilor, abilităților și competențelor personale relevante pentru carieră;
- explorarea alternativelor educaționale și profesionale după finalizarea liceului;
- evaluarea avantajelor și dezavantajelor diferitelor opțiuni;
- luarea unei decizii privind traseul educațional/profesional;
- elaborarea unui plan personal de acțiune pentru perioada următoare absolvirii liceului.

2. Obiective operaționale

La sfârșitul activității, elevii vor fi capabili:

O1 – să identifice principalele elemente personale care influențează alegerea unei cariere: interese, valori, aptitudini, competențe, personalitate și nevoi;

O2 – să enumere cel puțin trei alternative de traseu educațional sau profesional după absolvirea liceului;

31.08.2026



- O3 – să analizeze avantajele și dezavantajele unei opțiuni profesionale/educaționale;
- O4 – să utilizeze criterii personale și realiste pentru compararea mai multor alternative;
- O5 – să formuleze o opțiune profesională sau educațională preferată și să o argumenteze;
- O6 – să elaboreze un plan de acțiune cu pași concreți pentru apropierea de traseul ales.

3. Conținuturi

- Autocunoașterea în alegerea carierei;
- interese și valori personale;
- aptitudini, competențe și puncte forte;
- opțiuni după absolvirea liceului:
 - continuarea studiilor universitare;
 - școli postliceale;
 - formare profesională;
 - angajare;
 - antreprenoriat;
 - perioadă de explorare/voluntariat/internship;
- criterii de alegere a unui traseu profesional;
- procesul decizional;
- planificarea primilor pași în carieră.

4. Metode și procedee didactice

LD 31.08.2026



- conversația euristică;
- brainstorming;
- exercițiul de autocunoaștere;
- studiul de caz;
- problematizarea;
- analiza SWOT simplificată;
- lucrul individual și în echipă;
- dezbateră;
- reflecția personală.

5. Mijloace didactice

- fișe de lucru;
- cartonașe;
- tablă/flipchart;
- markere;
- post-it-uri;
- coli A3;
- proiector, dacă este disponibil.

6. Desfășurarea activității

121 31.08.2026



Moment organizatoric – 2 minute

Profesorul salută elevii, verifică prezența și pregătește materialele.

Se creează un climat de siguranță și încredere, în care elevii să poată vorbi liber despre planurile lor de viitor.

Profesorul precizează:

„Nu este necesar să aveți astăzi răspunsul definitiv la întrebarea «Ce voi face toată viața?». Scopul nostru este să învățăm să luăm o decizie informată și să identificăm următorii pași.”

7. Captarea atenției – „Unde mă văd peste 5 ani?” – 5 minute

Profesorul le solicită elevilor să închidă ochii pentru câteva secunde și să își imagineze că au trecut cinci ani de la absolvirea liceului.

Apoi adresează întrebările:

- Unde locuiești?
- Ce faci într-o zi obișnuită?
- Lucrezi sau studiezi?
- Cu ce fel de oameni interacționezi?
- Ce activități faci?
- Ce îți place la ceea ce faci?
- Ce te face să simți că alegerea ta merită?

Elevii pot răspunde voluntar.

Profesorul notează pe tablă câteva cuvinte-cheie:

31.08.2026



interese – valori – competențe – oportunități – motivație – obiective – decizie.

Se formulează concluzia:

„Cariera nu începe în momentul în care semnați primul contract de muncă. Ea se construiește printr-o serie de alegeri și experiențe.”

8. Anunțarea temei și a obiectivelor – 2 minute

Profesorul anunță tema:

„Drumul meu profesional – alegerea traseului după liceu”

Elevii sunt informați că, pe parcursul activității, vor analiza ce este important pentru ei, ce alternative au și cum pot lua o decizie realistă.

9. Activitatea „Ce contează pentru mine?” – 7 minute

Elevii primesc o listă de criterii importante în alegerea unei cariere:

- salariu;
- siguranța locului de muncă;
- posibilitatea de promovare;
- program flexibil;
- creativitate;
- independență;
- posibilitatea de a ajuta oamenii;
- prestigiu;
- echilibru între viața profesională și cea personală;

LN 31.08.2026



- posibilitatea de a călători;
- lucru în echipă;
- lucru individual;
- apropierea de familie;
- oportunități de dezvoltare;
- stabilitate;
- pasiune/interes pentru domeniu.

Sarcina:

Fiecare elev alege 5 criterii esențiale pentru el și le ordonează de la 1 la 5.

Apoi completează:

„Pentru mine, o carieră potrivită este una în care...”

Profesorul subliniază că nu există o ierarhie universal valabilă. Ceea ce reprezintă succesul pentru un elev poate fi diferit pentru altul.

10. Activitatea „Ce alternative am?” – 7 minute

Profesorul desenează pe tablă o schemă cu mai multe direcții posibile după absolvire:

ABSOLVIREA LICEULUI

31.08.2026



- Universitate
- Școală postliceală
- Formare profesională
- Angajare
- Antreprenoriat
- Voluntariat/internship și explorare
- Studii/experiență în străinătate

Elevii lucrează în perechi și identifică:

1. o variantă pe care o consideră foarte atractivă;
2. o variantă pe care nu au luat-o în calcul până acum;
3. o informație pe care ar trebui să o afle înainte de a lua o decizie.

Se discută răspunsurile.

Profesorul insistă asupra ideii:

„O decizie bună nu înseamnă să alegi repede, ci să alegi după ce ai suficiente informații relevante.”

11. Studiu de caz – „Două drumuri posibile” – 10 minute

Elevii sunt împărțiți în grupe.

Studiu de caz

Andrei, elev în clasa a XII-a, este pasionat de informatică și îi place să rezolve probleme. Are rezultate bune la disciplinele reale, dar nu știe dacă să urmeze o facultate sau să se angajeze imediat într-o firmă de IT.

Maria, elevă în clasa a XII-a, își dorește o profesie în domeniul medical. Îi place să lucreze cu oamenii și este perseverentă, dar este îngrijorată de durata studiilor și de volumul de muncă.

Sarcina grupelor:

31.08.2024



Pentru unul dintre personaje, identificați:

- interesele;
- punctele forte;
- valorile;
- posibilele variante de traseu;
- avantajele fiecărei variante;
- dificultățile posibile;
- informațiile de care persoana are nevoie înainte de decizie;
- primul pas concret pe care ar trebui să îl facă.

Grupele prezintă rezultatele.

Profesorul evidențiază faptul că aceeași alegere poate fi potrivită pentru o persoană și nepotrivită pentru alta, deoarece oamenii au interese, valori, resurse și obiective diferite.

12. Exercițiul „Busola mea profesională” – 8 minute

Fiecare elev completează individual următoarea schemă:

BUSOLA MEA PROFESIONALĂ

1. Ce îmi place să fac?

2. La ce mă pricep?

3. Ce este important pentru mine într-o carieră?

31.08.2026



4. Ce domenii profesionale mă atrag?

5. Ce variantă iau în calcul în acest moment?

6. Ce mă poate împiedica?

7. Ce informații îmi lipsesc?

8. Care este următorul meu pas concret?

Profesorul precizează că răspunsurile nu trebuie să reprezinte o decizie definitivă.

13. Planul personal de acțiune – 6 minute

Elevii formulează un mini-plan pentru următoarele săptămâni.

„Primii mei 3 pași”

Pasul 1 – Mă informez:

Voi afla mai multe despre _____.

Pasul 2 – Verific dacă mi se potrivește:

Voi _____.

Pasul 3 – Acționez:

Până la data de _____ voi _____.

Exemple:

- voi participa la o zi a porților deschise;
- voi discuta cu un student/un profesionist din domeniul respectiv;

L2 31.08.2016



- voi căuta informații despre admitere;
- voi analiza cerințele unei profesii;
- voi participa la un voluntariat;
- voi încerca un curs introductiv;
- îmi voi actualiza CV-ul;
- voi identifica oportunități de internship.

14. Evaluarea și reflecția finală – 3 minute

Profesorul distribuie „biletul de ieșire”.

Elevii completează:

BILET DE IEȘIRE

Astăzi am realizat că...

Un lucru important pe care trebuie să îl aflu despre viitorul meu este...

Următorul meu pas va fi...

Câțiva elevi citesc voluntar răspunsurile.

Profesorul încheie:

L2 31.08.2026



„Nu trebuie să știți astăzi cu certitudine ce veți face peste 20 de ani. Este însă important să știți care sunt valorile și punctele voastre forte, ce opțiuni aveți, ce informații vă lipsesc și care este următorul pas pe care îl puteți face.”

15. Evaluarea activității

Evaluarea se realizează prin:

- observarea participării la activități;
- răspunsuri orale;
- fișa „Busola mea profesională”;
- analiza studiului de caz;
- argumentarea alegerilor;
- elaborarea planului personal de acțiune;
- biletul de ieșire.

Criterii de evaluare

Elevul:

- identifică propriile interese, valori și competențe;
- formulează realist cel puțin o alternativă de traseu;
- compară opțiunile utilizând criterii relevante;
- argumentează o posibilă alegere;
- identifică informațiile de care are nevoie;
- formulează pași concreți și realizabili;

L21 31.08.2026



- manifestă deschidere față de traseele diferite ale colegilor.

16. Tema pentru acasă / activitate de aprofundare

Elevii vor realiza o „Fișă de explorare a unei profesii”, alegând o profesie sau un domeniu care îi interesează.

Vor căuta și vor nota:

1. denumirea profesiei;
2. principalele activități;
3. competențele necesare;
4. studiile/formarea necesară;
5. avantajele profesiei;
6. posibilele dificultăți;
7. mediul de lucru;
8. oportunitățile de dezvoltare;
9. de ce li s-ar potrivi sau nu;
10. ce pot face chiar acum pentru a afla mai multe.

17. Concluzia activității

Alegerea traseului profesional reprezintă un proces, nu un moment unic. Pentru un elev de clasa a XII-a, decizia poate fi mai bine fundamentată prin corelarea intereselor, valorilor, aptitudinilor, competențelor și obiectivelor personale cu informații concrete despre oportunitățile educaționale și piața muncii.

L1 31.08. 2026