



INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN VASLUI
Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Vaslui
Strada Alecu Donici nr. 2, cod 730122
tel. 0235/314706, fax 0235/314706
email: cjrae_vaslui@yahoo.com
www.cjrae-vaslui.ro



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII

ADMITEREA ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL LICEAL ȘI ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PROFESIONAL DE STAT ÎN ANUL ȘCOLAR 2020 - 2021



Ghidul și portretul vocațional al candidatului

Aprilie 2020

Cuprins

Ce ar fi de dorit să știți pentru a lua o decizie corectă privind opțiunea școlară?

PARTEA I

GHIDUL CANDIDATULUI

ADMITEREA ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL LICEAL DE STAT

Planul de școlarizare al județului Vaslui - învățământ liceal - an școlar 2020-2021

ADMITEREA ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PROFESIONAL DE STAT

Planul de școlarizare al județului Vaslui - învățământ profesional de stat

PARTEA a II-a

SUPPORT ÎN LUAREA DECIZIEI – REALIZAREA PORTRETULUI VOCAȚIONAL



CE AR FI DE DORIT SĂ ȘTIȚI PENTRU A LUA O DECIZIE CORECTĂ PRIVIND OPȚIUNEA ȘCOLARĂ

Modalitatea de luare a unei decizii diferă de la un elev la altul. Sunt elevi care iau o decizie în mod automat, fără să se gândească prea mult, iar alții se gândesc cu grijă și caută cele mai bune alternative înainte de a decide. Luarea unei decizii corecte depinde foarte mult de cât de informat ești pentru a face o alegere bună.

Pașii în luarea unei decizii corecte privind opțiunea școlară pornind de la baza piramidei!

6. LUAREA DECIZIEI

Care este opțiunea cea mai apropiată de ce vrei tu?

Scrie toate opțiunile care ți se potrivesc, în ordinea importanței pentru tine. Pe primul loc va fi specializarea sau profilul care ți se potrivește cel mai mult iar pe ultimul loc ceea ce-ți dorești cel am puțin.

5. EVALUAREA OPȚIUNILOR

Ce consecințe pozitive pot avea opțiunile tale? Care sunt consecințele negative?

Gândește-te la avantajele și dezavantajele fiecărei alternative. Identifică posibile consecințe ale parcurgerii fiecărei alternative (pozitive și negative).

4. COLECTAREA INFORMAȚIILOR DESPRE FIECARE OPȚIUNE

Ce știi despre fiecare opțiune în parte? Ce poți afla suplimentar?

Cu cât ai mai multe informații, cu atât alegerea ta va fi mai documentată! Analizează fiecare profil, specializare; subliniează ceea ce te interesează pe tine! Caută și alte informații!

3. IDENTIFICAREA OPȚIUNILOR

Care sunt liceele, profilurile, specializările care ți se potrivesc?

Este necesar să identifici cu claritate ce te interesează. În acest ghid găsești informații referitoare la licee, profilurile, specializări. Studiază și realizează o listă cu opțiunile tale! Ordoează-le de la cea mai importantă la cea mai puțin importantă pentru tine!

2. EXPLORAREA PROPRIULUI POTENȚIAL

Ce poți să faci cel mai bine? Ce activități îți plac cel mai mult? Ce calități ai care te-ar ajuta?

Care sunt interesele tale școlare? Ce aptitudini ar fi de dorit să-ți dezvolți?

Este foarte important să-ți analizezi interesela, abilitățile, valorile, caracteristicile personale, cu alte cuvinte, să te cunoști foarte bine.

1. DEFINIREA DECIZIEI

Ce alegere fac? De ce o fac?

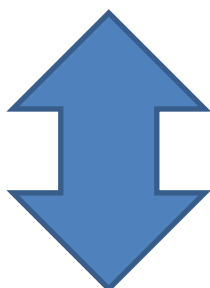
Este foarte important să acorzi timpul necesar pentru acest prim pas! La începutul procesului de luare a deciziei este firesc ca hotărârea pe care vrei să o iei să nu fie suficient de clară.

CE AR MAI FI DE DORIT SĂ ȘTIȚI PENTRU O OPTIUNE ȘCOLARĂ CORECTĂ

SFATURI PENTRU ELEVII

Înainte de a face o alegere:

- * **Autocunoaște-te:**
 - ✗ **depistează-ți interesele, aptitudinile**
 - ✗ **pune-ți în valoare toate calitățile**
 - ✗ **corelează nivelul de aspirație cu posibilitățile tale reale**
 - ✗ **adreasează-te profesorului consilier/profesorului diriginte pentru a te ajuta să te decizi**
- * **Relizează un echilibru între interesele tale și dorințele părinților tăi**
- * **Interesează-te în legătura cu rețeaua școlară și meseriile căutate pe piața muncii**



SFATURI PENTRU PĂRINȚI

- ✚ **Încercați să vă cunoașteți cât mai bine copilul**
- ✚ **Depistați-i interesele**
- ✚ **Ajutați-l să-și descopere aptitudinile**
- ✚ **Discutați cu copilul despre domeniul/profilul spre care dorește să se îndrepte**
- ✚ **Informați-vă asupra nivelului de pregătire al copilului**
- ✚ **Nu impuneți copilului liceul sau meseria dorită de dumneavoastră**
- ✚ **Ajutați-l să-și câștige încrederea în forțele proprii pentru a decide singur**
- ✚ **Pregătiți-vă și pentru un eventual eșec**

PLANUL DE ȘCOLARIZARE AL JUDEȚULUI VASLUI

- ÎNVĂȚĂMÂNT LICEAL DE ZI -

➤ **Liceul Teoretic “Mihail Kogălniceanu”, mun. Vaslui**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Real	matematică-informatică	1	28	8.45
		științele naturii	2	56	8.67
	Uman	filologie – intensiv engleză	1	28	7.49
		științe sociale-biling engleză	1	28	
		științe sociale-intensiv franceză	1	28	7.58

➤ **Liceul Teoretic “Emil Racoviță”, mun. Vaslui**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Real	matematică-informatică	1	28	8.59
		științele naturii	3	84	7.79
	Uman	filologie – intensiv spaniolă	1	28	7.60
		științe sociale	2	56	7.94

➤ **Colegiul Economic “Anghel Rugină”, mun. Vaslui**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Real	matematică-informatică	1	28	7.06
		științele naturii	1	28	7.12
	Uman	științe sociale	1	28	7.44
Tehnologică	Servicii	turism și alimentație	1	28	6.80
		economic	2	56	6.21
		comerț	1	28	

➤ **Liceul “Ștefan Procopiu”, mun. Vaslui**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Real	matematică-informatică	1	28	5.63
		științele naturii	1	28	5.36
	Uman	științe sociale	2	56	6.14
		filologie	2	56	5.79

Tehnologică	Servicii	turism și alimentație	2	56	5.21
		economic	1	28	4.79
	Tehnic	electronica-automatizări	1	28	3.22
		mecanică	1	28	3.27

➤ **Liceul Tehnologic “Ion Mincu”, mun. Vaslui**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Uman	științe sociale	1	28	5.11
Tehnologică	Servicii	turism și alimentație	1	28	3.39
		estetica și igiena corpului omenesc	1	28	3.45
	Tehnic	mecanică	1	28	
	Resurse naturale și protecția mediului	industrie alimentară	1	28	3.75

➤ **Liceul cu Program Sportiv, mun. Vaslui**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Vocațională	Sportiv	atletism	1	29	6.22
		fotbal	1	28	6.12
		handbal	1	29	7.27

➤ **Colegiul Național “Gh. Roșca Codreanu”, mun. Bârlad**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Real	matematică-informatică	2	56	3.96
		științele naturii	2	56	8.15
	Uman	filologie	1	28	7.12
		științe sociale	2	56	7.61

➤ **Liceul Teoretic “Mihai Eminescu”, mun. Bârlad**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Real	matematică-informatică	1	28	7.04
		științele naturii	3	84	5.86
	Uman	științe sociale	2	56	6.95

		filologie	2	56	6.85
Tehnologică	Servicii	turism și alimentație	1	28	6.35
		economic	1	28	6.21

➤ **Liceul Tehnologic “Alexandru Ioan Cuza”, mun. Bârlad**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Tehnologică	Tehnic	electronica-automatizări	1	28	4.60
		mecanică	2	56	5.01
	Servicii	turism și alimentație	1	28	5.56
		comerț	1	28	5.39
	Resurse naturale și protecția mediului	industrie alimentară	1	28	4.91

➤ **Liceul Pedagogic "Ioan Popescu", mun. Bârlad**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Vocațională	Pedagogic	educator-învățător	2	56	6.71
		instructor de educație extrașcolară	1	28	5.41
	Arte vizuale	tehnician pentru tehnici artistice	1	28	7.59
	Sportiv	instructor sportiv	1	28	8.00
	Muzică	instructor muzical	1	28	5.50

➤ **Liceul Tehnologic "Petru Rareș", mun. Bârlad**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Tehnologică	Servicii	turism și alimentație	1	28	2.49
		estetica și igiena corpului omenesc	1	28	3.28

➤ **Colegiul Național “Cuza Vodă”, mun. Huși**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Real	matematică-informatică	1	28	8.31
		științele naturii	3	84	7.65
	Uman	filologie	1	28	7.16

		științe sociale	2	56	7.33
--	--	-----------------	---	----	------

➤ **Seminarul Teologic Ortodox "Sf. Ioan Gură de Aur", mun. Huși**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Uman	filologie	1	28	6.59
Vocațională	Teologic	preot	1	28	

➤ **Colegiul Agricol "Dimitrie Cantemir", mun. Huși**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Tehnologică	Tehnic	mecanică	1	28	4.91
	Servicii	economic	2	56	6.70
	Resurse naturale și protecția mediului	agricultură	2	56	4.96
		industrie alimentară	1	28	5.90
		protecția mediului	1	28	5.42

➤ **Liceul Tehnologic "Ioan Corivan", mun. Huși**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Tehnologică	Tehnic	mecanică	1	28	
		industrie textilă și pielărie	1	28	

➤ **Liceul Tehnologic "Nicolae Iorga", oraș Negrești**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Real	matematică-informatică	1	28	4.15
		științele naturii	1	28	5.27
	Uman	științe sociale	1	28	6.51
		filologie	1	28	6.04
Tehnologică	Resurse naturale și protecția mediului	protecția mediului	1	28	2.53
	Servicii	economic	1	28	3.91
	Tehnic	producție media	2	56	3.76

➤ **Liceul Tehnologic "Ghenuță Coman", oraș Murgeni**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Tehnologică	Resurse naturale și protecția mediului	agricultură	1	28	3.39

➤ **Liceul "Ștefan cel Mare", comuna Codăești**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Teoretică	Uman	filologie	1	28	5.38

➤ **Liceul Tehnologic, sat. Vladia, com. Dragomirești**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Tehnologică	Resurse naturale și protecția mediului	agricultură	1	28	4.30

➤ **Liceul Tehnologic, comuna Puiști**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Tehnologică	Tehnic	mecanică	1	28	
	Resurse naturale și protecția mediului	protecția mediului	1	26	4.34

➤ **Colegiul Tehnic "Marcel Guguianu" Zorleni**

Filieră	Profil	Specializare	Nr. clase	Nr. locuri	Ultima medie 2019
Tehnologică	Servicii	economic	1	28	3.51
	Resurse naturale și protecția mediului	industrie alimentară	1	26	3.76

PLANUL DE ȘCOLARIZARE AL JUDEȚULUI VASLUI ÎNVĂȚĂMÂNT PROFESIONAL DE STAT an școlar 2020 – 2021

✚ Liceul “Ștefan Procopiu” Vaslui

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic auto – 56 locuri
 - ▶ Calificarea: tinichigiu vopsitor auto – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: electric
 - ▶ Calificarea: electrician exploatare joasă tensiune – 14 locuri
 - ▶ Calificarea: electrician aparate și echipamente electrice și energetice – 14 locuri
- * Domeniul de formare profesională: industrie textilă și pielărie
 - ▶ Calificarea: confecționar produse textile – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: electronică automatizări
 - ▶ Calificarea: electronist aparate și echipamente – 28 locuri

✚ Liceul Tehnologic “Ion Mincu” Vaslui

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic auto – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: construcții, instalații și lucrări publice
 - ▶ Calificarea: instalator instalații tehnico-sanitare și de gaze – 14 locuri
 - ▶ Calificarea: zidar, pietrar, tencuitor – 28 locuri
 - ▶ Calificarea: zugrav, ipsosar, vopsitor, tapetar – 14 locuri
- * Domeniul de formare profesională: industrie alimentară
 - ▶ Calificarea: brutar-patiser-preparator produse făinoase – 14 locuri
 - ▶ Calificarea: preparator produse din carne și pește – 14 locuri
- * Domeniul de formare profesională: turism și alimentație
 - ▶ Calificarea: ospătar (chelner) vânzător în unități de alimentație – 28 locuri
 - ▶ Calificarea: bucătar – 28 locuri
 - ▶ Calificarea: cofetar-patiser – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: estetica și igiena corpului omenesc
 - ▶ Calificarea: frizer-coafor-manichiurist-pedichiurist – 28 locuri

✚ Liceul Tehnologic "Alexandru Ioan Cuza" Bârlad

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic auto – 56 locuri
- * Domeniul de formare profesională: electronică automatizări
 - ▶ Calificarea: electronist aparate și echipamente – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: construcții, instalații și lucrări publice
 - ▶ Calificarea: zidar, pietrar, tencuitor – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: industrie textilă și pielărie

- ▶ Calificarea: confecționar produse textile – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: comerț
 - ▶ Calificarea: comerciant vânzător – 28 locuri

Liceul Tehnologic "Petru Rareș" Bârlad

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic auto – 14 locuri
 - ▶ Calificarea: tinichigiu vopsitor auto – 14 locuri
- * Domeniul de formare profesională: industrie textilă și pielărie
 - ▶ Calificarea: confecționar produse textile – 28 locuri
 - ▶ Calificarea: croitor îmbrăcăminte după comandă – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: comerț
 - ▶ Calificarea: recepționar distribuitor – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: turism și alimentație
 - ▶ Calificarea: bucătar – 28 locuri
 - ▶ Calificarea: cofetar-patiser – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: industrie alimentară
 - ▶ Calificarea: brutar-patiser-preparator produse făinoase – 14 locuri
 - ▶ Calificarea: preparator produse din carne și pește – 14 locuri
- * Domeniul de formare profesională: estetica și igiena corpului omenesc
 - ▶ Calificarea: frizer-coafor-manichiurist-pedichiurist – 56 locuri

Colegiul Agricol "Dimitrie Cantemir" Huși

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic auto – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: agricultură
 - ▶ Calificarea: apicultor-sericicultor – 28 locuri

Liceul Tehnologic "Ioan Corivan" Huși

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic auto – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: industrie textilă și pielărie
 - ▶ Calificarea: confecționar produse textile – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: turism și alimentație
 - ▶ Calificarea: ospătar (chelner) vânzător în unități de alimentație – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: comerț
 - ▶ Calificarea: comerciant vânzător – 28 locuri

Liceul Tehnologic "Nicolae Iorga" Negrești

- * Domeniul de formare profesională: mecanică

- ▶ Calificarea: mecanic auto – 28 locuri
- ▶ Calificarea: mecanic agricol – 14 locuri
- ▶ Calificarea: tinichigiu vopsitor auto – 14 locuri
- * Domeniul de formare profesională: electric – 28 locuri

Liceul "Ștefan cel Mare" Codăești

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic agricol – 14 locuri

Liceul Tehnologic Vladia

- * Domeniul de formare profesională: agricultură
 - ▶ Calificarea: horticultor – 28 locuri

Liceul Tehnologic "Dimitrie Cantemir" Fălciu

- * Domeniul de formare profesională: industrie textilă și pielărie
 - ▶ Calificarea: confecționar produse textile – 28 locuri

Liceul Tehnologic Puiești

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic agricol – 28 locuri
- * Domeniul de formare profesională: industrie textilă și pielărie
 - ▶ Calificarea: confecționar produse textile – 28 locuri

Liceul Tehnologic "Petru Rareș" Vetrișoia

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic utilaje și instalații în industrie – 28 locuri

Colegiul Tehnic "Marcel Guguianu" Zorleni

- * Domeniul de formare profesională: mecanică
 - ▶ Calificarea: mecanic agricol – 14 locuri
 - ▶ Calificarea: tinichigiu vopsitor auto – 14 locuri
- * Domeniul de formare profesională: comerț
 - ▶ Calificarea: comerciant vânzător – 14 locuri
 - ▶ Calificarea: recepționar distribuitor – 14 locuri

SUPPORT ÎN LUAREA DECIZIILOR - PORTRETUL Vocațional

Alegerea profesiei începe cu analiza intereselor și calităților personale și studierea lumii profesiilor. Temele și exercițiile ce urmează te ajută în cercetarea calităților personale, în realizarea potrivirii acestora cu ocupațiile care te interesează, în cercetarea profesiilor și în identificarea dinamicii pieței muncii. De asemenea, vei putea redacta un CV și te vei gândi la experiențele tale de voluntariat.

Toate acestea te ajută în analizarea intereselor și scopurilor legate de activitatea ta profesională în viitor. După ce vor fi parcurse toate temele, vei putea elabora „*Portretul vocațional*”, ce va sta la baza *Planului de dezvoltare vocațională*.

Știi deja că “o imagine face cât o mie de cuvinte”, așa că, *portretul tău vocational* va fi un poster în care sunt prezentate, prin diferite modalități, aptitudinile tale, profesiile care se potrivesc acestor aptitudini, dar și idei pentru dezvoltarea capacității tale de a-ți realiza visul profesional. El va conține 4 elemente esențiale:

- **Prezentarea a 3-4 inteligențe** dominante (le vei identifica printr-un test special propus). Inteligențele pot fi prezentate cu ajutorul cuvintelor și a simbolurilor.
- **Prezentarea dovezilor** - acestea reprezintă rezultate atinse în cadrul lecțiilor sau diferitelor activități, care demonstrează că într-adevăr deții inteligențele nominalizate. Poți utiliza textul, imagini, desene, fotografii, diplome etc. pe care le vei selecta pe parcursul realizării exercițiilor propuse.
- **Prezentarea a cel puțin 3 profesii/ocupații**, în care aceste inteligențe pot fi valorificate cel mai bine, inclusiv una din domeniul muncitoresc. Profesiile pot fi prezentate cu ajutorul imaginilor sau printr-un colaj.
- **Prezentarea propunerilor** de activități pentru dezvoltarea calităților forte/inteligențelor prioritare. Aceste propuneri le vei colecta de la părinți, profesori, prieteni sau alte persoane de încredere.

Toate aceste elemente vor fi prezentate pe o coală mare de hârtie. Modalitatea de prezentare o alegi singur. Ar fi bine să utilizezi mai multe culori, diferite simboluri, în caz de necesitate – cuvinte-cheie.

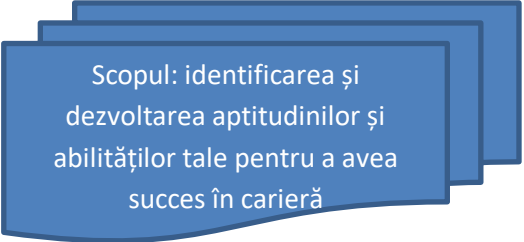
Tema 1

Abilitățile și aptitudinile necesare în profesie

Aspecte teoretice

Aptitudine – însușire psihică individuală, înclinare **înnascută**, pricepere de a face ceva care se dezvoltă pe parcursul vieții.

Abilitate – capacitate **dezvoltată** de a face ceva cu ușurință și iscusință; măiestrie. Abilitatea poate fi bazată pe aptitudine sau poate fi formată.



Scopul: identificarea și dezvoltarea aptitudinilor și abilităților tale pentru a avea succes în carieră

Vocație – o **aptitudine puternică**, foarte bine dezvoltată, **însotită de interes permanent** pentru un domeniu de activitate.

Aspecte practice

Implică-te!

Amintește-ți realizările tale de care ești foarte mulțumit/ă și mândru/ă. Acestea pot viza diferite domenii din viața ta:

- ✚ școală
- ✚ activități extrașcolare (sport, muzică, dans etc.)
- ✚ timp liber (hobby)
- ✚ casă și familie

Describe (într-un caiet de lucru pe care îl vei folosi la toate temele) una dintre realizările enumerate:

- 📌 Care au fost pașii ce te-au adus la această realizare?
- 📌 Ce beneficii ți-a oferit această realizare?
- 📌 Numește 2-3 calități personale care te-au ajutat la obținerea acestei realizări
- 📌 Calitățile date sunt înnăscute?



Informează-te și analizează

Citește atent textul. Pentru înțelegerea sa răspunde la întrebările de mai jos:

- ▶ Ce este comun între aptitudine și abilitate?
- ▶ Prin ce se deosebesc aptitudinea de abilitate?
- ▶ Identifică cel puțin o aptitudine personală.
- ▶ Poate fi asociată dezvoltarea aptitudinilor cu creșterea plantelor? De ce?
- ▶ Cum poți identifica aptitudinile?
- ▶ Realizările pe care le-ai identificat la etapa „**Implică-te!**” sunt abilități sau aptitudini?

Aptitudinile reprezintă însușirile psihice individuale care ne ajută să îndeplinim cu succes o activitate. Specialiștii afirmă că aptitudinile reprezintă înclinații înnăscute, o predispoziție pentru un anumit domeniu (muzical, tehnic, sportiv, științific, artistic etc.).

Aptitudinile explică diferențele dintre ocupațiile oamenilor: unii devin cântăreți pentru că au aptitudinea de a cânta, iar alții devin contabili, deoarece au aptitudini matematice. Aptitudinea pentru un domeniu se manifestă din copilărie, când copilul face unele lucruri cu ușurință și obține rezultate foarte bune. De exemplu:

- **ai aptitudini** pentru învățare dacă înveți aproape orice cu ușurință, fără efort, înțelegi instrucțiunile, înveți singur după un manual, poți lua decizii potrivite pentru diferite situații;
- **ai aptitudini verbale** dacă poți povesti cu pricepere, vorbești liber în public, poți scrie compuneri, citești cu intonație și poți recita emoționant poezii;

- **ai aptitudini numerice** dacă poți efectua calcule în gând, măsurări exacte, descoperi cu rapiditate greșelile pe o pagină plină de cifre, rezolvi rapid probleme de matematică, calculezi repede câți bani trebuie să-ți dea rest când procuri ceva, faci măsurări corecte;
- **ai aptitudini de coordonare motorie** – dacă poți arunca cu precizie în țintă, asambla fără mari dificultăți piesele unui mecanism, prinde cu îndemânare orice obiect aflat în mișcare, modelezi din plastilină sau lut, desenezi linii drepte fără riglă.

Și tot aptitudine este atunci când spui despre tine: *pot să lucrez bine în echipă, pot relaționa cu ceilalți, pot crea o bună dispoziție sau am capacitatea de a asculta și sfătui prietenii când se confruntă cu probleme.*

Este aproape imposibil să faci o listă a tuturor aptitudinilor: există aptitudini mai simple și mai complexe, specifice și generale. Cert este faptul că, aptitudinile se dezvoltă cel mai bine începând cu perioada copilăriei până la maturitate. Dacă aptitudinea nu a fost descoperită și dezvoltată în copilărie șansele de a o dezvolta mai târziu se reduc considerabil.

Deseori oamenii confundă abilitatea cu aptitudinea. Acest termen este utilizat pentru a remarca *capacitatea de a realiza sarcini rapid și calitativ, cu iscusință și îndemânare*. Abilitatea poate fi bazată pe aptitudine sau poate fi formată prin învățare, antrenament și experiență. Abilitățile ne arată cât de bine o persoană poate pune în aplicare cunoștințele și aptitudinile pe care le posedă. Practica demonstrează că, cunoștințele și abilitățile, în lipsa aptitudinilor, asigură îndeplinirea activităților profesionale la un nivel mediu. Dacă, pe lângă cunoștințe și abilități, persoana are și aptitudini, atunci ea obține rezultate superioare. De regulă, persoana a cărei abilități sunt dezvoltate în baza aptitudinilor, realizează performanțe în comparație cu persoana a cărei abilități nu s-au dezvoltat în baza pe aptitudinilor. De exemplu, dacă nu ai aptitudini de coordonare motorie poți să dezvolți abilitatea de a merge cu bicicleta, dar nu vei deveni un ciclist-profesionist.

Există încă un indicator care îți oferă posibilitatea să recunoști aptitudinea: plăcerea care apare în timp ce realizezi o sarcină anumită.

Așadar, atât abilitățile cât și aptitudinile se dezvoltă pe parcursul vieții. Dar numai despre oamenii cu aptitudini dezvoltate se spune că au talent.

Exprimă-ți atitudinea!

Continuă fraza:

Dacă persoana cunoaște și își dezvoltă aptitudinile proprii, atunci ...

Comentează citatul:

Aptitudinea e doar o condiție pentru formarea mai ușoară și mai rapidă de noi obișnuințe.

Acționează!

✘ realizează exercițiul **“Tortul realizărilor personale”**:

Desenează un tort cu un număr de lumânări egal cu vârsta ta. Pentru fiecare lumânare notează achizițiile sau realizările din acel an de viață.

✘ Realizează testul „*Să ne cunoaştem aptitudinile*”

✘ Realizează una din sarcinile propuse mai jos:

Varianta A

- Realizează un colaj care reflectă aptitudinile tale. Pentru colaj utilizează simboluri și imagini ce reprezintă diferite profesii și ocupații pentru care aceste aptitudini sunt necesare.
- Notează ce aptitudini și abilități trebuie să mai dezvolți pentru a avea succes în cariera profesională.

Varianta B

- Amintește-ți și descrie o situație dificilă cu care te-ai confruntat și ai rezolvat-o cu succes.
- Ce aptitudini și abilități te-au ajutat să rezolvi această situație?
- Pentru care profesii sunt necesare aceste aptitudini și abilități?
- Notează ce aptitudini și abilități trebuie să mai dezvolți pentru a avea succes în viața profesională.

Nu uita: Păstrează produsele obținute în portofoliul tău și utilizează-le în elaborarea Portretului vocațional.

Testul „SĂ NE CUNOAȘTEM APTITUDINILE”

În scopul cunoașterii aptitudinilor, răspunde cu Da sau Nu la enunțurile de mai jos și notează în dreptul fiecărei întrebări răspunsul pe care-l consideri adevărat pentru tine!

DA – 1 punct; NU – 0 puncte.

1. Pot să fac calcule matematice repede și corect.
2. Pot să vorbesc / să mă exprim cu ușurință și corect.
3. Pot să lucrez repede cu degetele sau cu mâinile.
4. Memorez, calculez și îmi place să lucrez cu cifrele.
5. Mă pot numi tânăr inventator deoarece mereu descopăr unele lucruri pe care alții nici nu observă.
6. Sunt ambițios/oasă, hotărât/ă.
7. Arunc cu precizie în țintă.
8. Prefer să lucrez în situații spontane, care nu sunt planificate din timp.

9. Am mare încredere în mine/în forțele proprii.
10. Înțeleg ușor ce mi se spune sau ce citesc.
11. Pot să asamblez piesele unui mecanism.
12. Sunt o persoană organizată, îmi place să elaborez și să respect reguli.
13. Știu să argumentez în așa fel încât ceilalți din jurul meu înțeleg perfect ceea ce vreau să spun.
14. Îmi displac cuvintele: “regulă” și “trebuie”.
15. Înțeleg ușor instrucțiunile unui joc.
16. Când iau decizii, mă bazez mai degrabă pe gânduri, decât pe sentimente.
17. Scriu, colorez, decupez fără să greșesc.
18. Îmi place să înțeleg și să rezolv probleme complexe.
19. Scriu inteligibil și citesc fluent.
20. Pot să coordonez / organizez o acțiune, un eveniment.
21. Ajung la o concluzie după ce m-am gândit și am analizat foarte mult.
22. Reușesc să prind cu ușurință obiecte care mi se aruncă.
23. Pot să fac cu ușurință rezumatul unui text.
24. Sunt / am fost conducător al unui grup.
25. Reușesc să bat cuie fără să mă accidentez.
26. Mă exprim concis și direct la subiect.
27. Am o mulțime de idei / soluții inedite.
28. În general, mă bazez mai mult pe intuiție (pe ceea ce simt), decât pe raționament.
29. Îmi place să desenez, să scriu, să modelez.
30. Pot să vorbesc în fața unui grup.

Bravo!

Ai parcurs cu succes testul, acum află ce aptitudini deții în prezent:

A = 2, 10, 13, 19, 23, 30 – **Aptitudini de comunicare** - de a vorbi frumos, emoționant, convingător. Această aptitudine este considerată fundamentală pentru **domeniile:** *diplomație, drept, filologie, jurnalism, management, relații publice, resurse umane, pedagogie, politică, psihologie, sociologie* etc.

B = 5, 8, 14, 27, 28, 29 – **Aptitudini creative** - de a adapta, a inova. Această aptitudine este considerată fundamentală pentru **domeniile**: *artă, cercetare, creație, dezvoltare, mass-media, planificare, publicitate* etc.

C = 3, 7, 11, 17, 22, 25 – **Aptitudinea de a prelucra și de a asambla** - îndemânare fizică, fundamentală pentru **domeniile**: *arhitectură, arte plastice, chirurgie, pilotaj, proiectare, stomatologie* etc.

D = 6, 9, 12, 16, 20, 24 – **Aptitudinea de a influența și de a conduce**, considerată fundamentală pentru **domeniile**: *afaceri, consultanță, drept, management, antreprenoriat, politică* etc.

E = 1, 4, 15, 18, 21, 26 – **Aptitudinea de a calcula și de a formula raționamente logice**, această aptitudine fiind considerată fundamentală pentru **domeniile**: *cercetare, comerț, contabilitate, finanțe, informatică, inginerie, matematică, statistică* etc.

Calculează câte puncte ai obținut pentru fiecare caracteristică. Dacă ai obținut la una din aceste caracteristici:

* **5 – 6 puncte, rezultă că ai această aptitudine** și domeniile respective îți sunt cele mai potrivite pentru a face studii, a acumula cunoștințe pentru a dezvolta o carieră în domeniu.

* **3 – 4 puncte, rezultă că ai predispoziție pentru aptitudinea respectivă**, dar pentru a fi bun în domeniile pe care le descrie această aptitudine trebuie să te mai perfecționezi, urmând un curs de profil.

* **1 – 2 puncte, rezultă că nu ai predispoziție** față de aptitudinea respectivă.

Notează rezultatele (în ordine descrescătoare):

Aptitudinile mele sunt:

1 _____

2 _____

3 _____

Abilități de bază la locul de muncă
sau ce stă la baza unei cariere de succes

Adaptat după:

Job Savvy How to be a succes to work

De La Verne Ludden

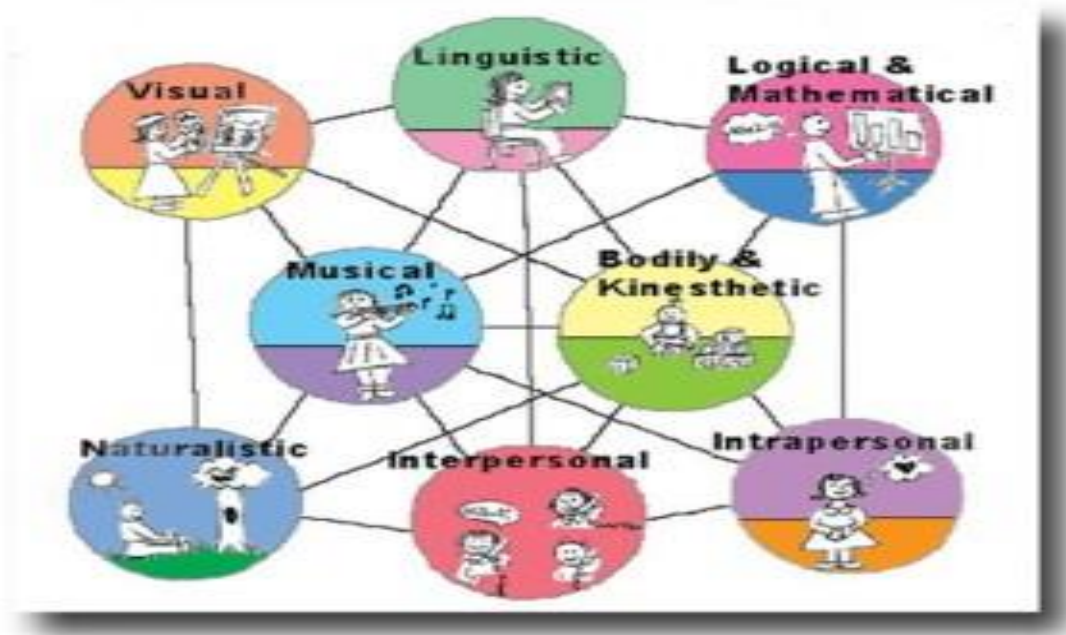
1. Să știe cum să învețe. Pentru a ține pasul cu schimbările actuale, învățarea de-a lungul vieții este absolut necesară.
2. Citit, scris și calculat – din ce în ce mai multe locuri de muncă depind de aceste abilități.
3. Ascultare și comunicare orală.
4. Adaptabilitate – flexibilitatea este necesară atât în viața de zi cu zi, cât și la serviciu.
5. Dezvoltarea propriei persoane în ceea ce privește stima de sine, automotivarea (stabilirea de scopuri și urmărirea acestora) și dezvoltarea carierei.
6. Lucrul în echipă împreună cu negocierea și abilitățile de relaționare cu alte persoane.
7. Influența – angajatul trebuie să fie integrat în organizație în așa fel încât ideile sale să fie ascultate pentru a contribui la progresul comun.

Tema 2 Inteligențe multiple și viitoarea ta profesie

Scop: identificarea
inteligențelor tale și
selectarea profesiei care ți se
potrivește

Aspecte teoretice

Inteligență - capacitatea de a înțelege ușor și bine, de a sesiza ceea ce este esențial, de a rezolva situații sau probleme noi, deșteptăciune.



Aspecte practice






Implică-te!

Analizează imaginea de mai sus:

- Identifică ce îi deosebește pe acești copii?
- Expune câteva calități pe care le posezi și argumentează cărora dintre categoriile prezentate le poți atribui: *Naturalist? Social? Vizual? Muzical? Sportiv? Logico-matematic? Verbal-lingvistic? Intrapersonal?*



Informează-te și analizează

-  Citește textul pe aliniate.
-  După fiecare aliniat determină, singur sau împreună cu părinții/prietenii, cât de bine îți se potrivește acest tip.
-  Estimează gradul de prezență a acestui tip de inteligență cu o notă de la 1 la 10.
-  Notează rezultatele în caietul de lucru.
-  Repetă procedura pentru următoarele aliniate.

Inteligențe multiple

Fiecare om este unic. Știi deja că aceste diferențe sunt determinate de complexul de aptitudini pe care le are fiecare persoană de la naștere. Mulți savanți au cercetat aptitudinile și au încercat să explice diversitatea lumii umane. Unul dintre acești cercetători, Howard Gardner, profesor la Universitatea Harvard din SUA, a studiat modalitățile prin care oamenii rezolvă diferite probleme și a identificat 8 aptitudini generale:

- verbală/lingvistică
- logico-matematică
- vizuală/spațială
- corporal-chinestezică
- ritmică/muzicală
- interpersonală
- intrapersonală
- naturalistă

Aptitudinile date el le-a numit *inteligente*, iar teoria este cunoscută sub denumirea „Teoria inteligențelor multiple”. Conform acestei teorii, fiecare persoană este talentată și poate avea succes într-un anumit domeniu, grație *inteligenței* pe care o are. În prezent fiecare persoană și mic și mare, își poate determina tipul de inteligență care îi este caracteristică cu ajutorul testelor speciale.

Persoanele cu inteligența verbal-lingvistică gândesc în cuvinte și folosesc limba pentru a exprima și a înțelege realitatea vieții. Ei demonstrează sensibilitate pentru înțelesul și ordinea cuvintelor, sonoritatea, ritmurile limbii. Este inteligența cea mai des folosită în comunicare. Copiii cu inteligență lingvistică învață repede și corect limba maternă, învață ușor limbi străine, citesc, folosesc metafora, dezvoltă abilități lingvistice și deseori aleg mai târziu cariera de *jurnalist, scriitor, avocat, corector, prezentator, traducător*.

Oamenii cu inteligența logico-matematică se gândesc la cauze și efecte, înțeleg rapid relațiile dintre acțiuni, obiecte, idei. Ei demonstrează succese în calcul și alte operații matematice. Au abilități de gândire critică, sunt în căutarea explicațiilor logice cu privire la viață și fenomene. De regulă, au o viziune rațională asupra vieții. Oamenii cu inteligență logică/matematică devin de obicei *contabili, matematicieni, chimiști, fizicieni, detectivi*.

Oamenii cu inteligența vizuală/spațială gândesc în imagini, se orientează ușor în spațiu, realizează cu ușurință un puzzle, pot determina ușor orice punct pe hartă. Ei explică și înțeleg mai bine lumea cu ajutorul simbolurilor grafice, desenelor și modelelor tridimensionale. Au foarte bune capacități de observare, cu ușurință dezassemblează și assemblează obiectele. Ei sunt buni *arhitecți, fotografi, artiști, piloți, ingineri-mecanici*.

Oamenii cu inteligența corporal-chinestezică își pot controla ușor mișcările corpului și sunt foarte îndemânatici. Se poate spune că ei gândesc în mișcări. Le place să confecționeze obiecte cu mâinile proprii, coasă, croșetează bine, sunt *bucătari* pricepuți, *tâmplari* buni și buni creatori de modele. Le place să alerge, să meargă în excursii, să înoate, să practice diferite jocuri sportive. Au simțul timpului foarte bine dezvoltat și reacționează fizic la tot ce-i înconjoară. Inteligența chinestezică o au *dansatorii, sculptorii, sportivii, pompierii, salvatorii, chirurgii*.

Persoanele cu inteligența muzicală/ritmică gândesc în sunet, ritmuri, melodii și rime. Pot fredona un cântec doar la audiția acestuia. Memorează ușor prin muzică, apreciază și creează diferite ritmuri și melodii, sunt sensibili la ton, la intensitate, înălțimea și timbrul sunetului. Inteligența muzicală implică ascultarea activă și presupune o legătură puternică între muzică și emoții. Evident că ei pot deveni *muzicanți, compozitori, cântăreți*. Dar și oamenii altor profesii au de câștigat dacă inteligența muzicală/ritmică este dezvoltată. De exemplu, un mecanic poate ușor depista defecte după sunetele pe care le provoacă motorul.

Oamenii cu inteligența interpersonală înțeleg ușor sentimentele, intențiile și gândurile altor persoane. Le place să comunice cu multe persoane și să lucreze în echipă. Ei învață mai bine dacă interacționează cu alți elevi. Știu să rezolve cu ușurință conflictele, având capacitatea de a negocia și a convinge, de aceea deseori sunt percepuți de ceilalți drept lideri. Cei cu inteligență interpersonală ajung să fie conducători, sunt psihologi sau buni vânzători, se pricep la motivare, manipulare. Un profesor sau medic bun nu poate să nu aibă și această inteligență.

Oamenii cu inteligența intrapersonală cunosc foarte bine sentimentele și intențiile proprii. Ei sunt conștienți de punctele tari și de cele slabe, pot planifica eficient atingerea obiectivelor personale. Sunt plini de voință și foarte disciplinați, pot controla eficient gândurile și emoțiile personale. Învață cel mai bine prin activități pe care le realizează singur, prin proiecte individuale și autoinstruire. Ei pot deveni *avocați, teologi, întreprinzători*.

Oamenii cu inteligența naturalistă au o înțelegere deosebită a naturii, manifestă interes pentru plante, animale și studii științifice. Au abilități bune de observare și clasificare a obiectelor care îi înconjoară. Învață și recunosc ușor diferite plante și animale și, dacă trăiesc la oraș, își pot face un hobby din memorarea și clasificarea altor obiecte, cum ar fi modele ale

mașinilor. Le place să lucreze și sa-și petreacă timpul în aer liber. Ei pot deveni *biologi, agronomi, medici-veterinari, astronomi și ecologi*. În această categorie se includ și *bucătarii*.

O persoană poate avea 2 sau chiar 3 tipuri de inteligențe dominante, fapt ce reprezintă un avantaj. Dacă își alege profesia luând în calcul inteligențele dominante, are șanse mai mari să aibă o profesie/specialitate/meserie care să i se potrivească, să-i aducă bunăstare și satisfacție. Prin urmare, inteligențele pot și trebuie să fie cunoscute și dezvoltate.

Citește și decide!

Identifică ce tipuri de inteligență se potrivesc profesiilor din tabelul ce urmează.

Agent de vânzări	Arhitect	Antrenor	Agronom	Actor
Agent publicitar	Bibliotecar	Avocat	Apicultor	Chirurg
Asistent social	Cercetător	Bucătar	Consilier	Dentist
Consultant vânzări	Compozitor	Contabil	Detectiv	Dirijor
Cercetător-fizician	Coregraf	Cusător	Fermier	Istoric
Designer de landșaft	Economist	Dansator	Filolog	Sportiv
Designer vestimentar	Întreprinzător	Geograf	Geolog	Biolog
Producător muzical	Meteorolog	Ecolog	Mecanic	Frizer
Editor de muzică	Moderator	Fotograf	Muzician	Masor
Ghid turistic	Povestitor	Inginer	Mediator	Pictor
Inginer-mecanic	Profesor	Jurnalist	Pădurar	Pilot
Make-up artist	Programator	Psiholog	Polițist	Poet
Medic terapeut	Sociolog	Regizor	Pompier	Preot
Prezentator TV sau radio	Traducător	Sculptor	Scriitor	Șofer
Specialist în resurse umane	Veterinar	Tâmplar	Sudor	Teolog
Web-designer	Viticultor	Vocalist	Zoolog	Zidar

Exprimă-ți atitudinea!

- ▶ Verifică, dacă identificarea inteligențelor tale a fost una corectă.
- ▶ Realizează testul anexat mai jos.

- ▶ Alege, împreună cu părinții, o profesie care corespunde tipului/ tipurilor de inteligență dominante conform testului și realizează o scurtă descriere a profesiei date, răspunzând la următoarele întrebări:
 - Cu cine sau cu ce se lucrează în profesia dată?
 - De ce cunoștințe e nevoie în această profesie?
 - Cu ce te vei ocupa în profesia dată?
 - Ce calități proprii te-ar putea ajuta în profesia pe care, posibil, o vei alege/ai ales-o?

Plasează informația colectată pe coala de hârtie pregătită pentru *Portretul vocațional*.

Acționează!

✘ Află-ți tipul de inteligență dominant, realizează testul.

Fii sincer și răspunde atent la întrebări. Dacă ești de acord cu enunțul citit, încercuiește cifra indicată în paranteză, dacă nu ești de acord, lasă enunțul neatins. Apelează la părinte dacă nu-ți este clar enunțul sau dacă te confrunți cu anumite dificultăți.

TEST

- Aud cuvintele în minte înainte de a le citi, rosti sau scrie (1)
- Colegii sau prietenii apelează deseori la mine pentru un sfat (6)
- Petrec frecvent timp meditând și gândindu-mă la problemele importante ale vieții (7)
- Îmi place să fiu înconjurat de plante (8)
- Când am o problemă, mai degrabă caut ajutorul altcuiva decât să încerc să o rezolv singur (6)
- Prefer cărțile cu multe ilustrații (3)
- Am o voce plăcută (5)
- Prefer sporturile de echipă în detrimentul celor care se practică individual (6)
- Trebuie să exersez pentru a-mi forma o deprindere; nu e suficient doar să citesc sau să urmăresc o demonstrație (4)
- Aud întotdeauna o notă muzicală falsă (5)
- Mă simt mai bine când lucrurile sunt măsurate, clasificate, analizate (2)
- Adesea mă joc cu animalele (8)
- Cred că am o coordonare motrică bună (4)

- Adesea bat ritmul sau fredonez când lucrez sau învăț ceva nou (5)
- Cărțile sunt foarte importante pentru mine (1)
- Am participat (mi-ar plăcea să particip) la diverse lecții de consiliere și dezvoltare personală, ca să aflu mai multe despre mine însumi (7)
- Când închid ochii, văd adesea imagini clare (3)
- Am, cel puțin, trei prieteni apropiați (6)
- Rețin mai mult de la radio sau ascultând un CD audio, decât de la TV sau din filme (1)
- Îmi place să găsesc erori de logică în ceea ce spun sau fac ceilalți (2)
- Țin un jurnal în care scriu evenimentele din viața mea interioară (ce mă întristează sau mă bucură) (7)
- Îmi plac jocurile ca: scrabble, integrale etc.(1)
- Știu multe melodii (5)
- Aș dori să fiu antreprenor sau, cel puțin, m-am gândit serios să încep în viitor o afacere proprie (7)
- Prefer să-mi petrec serile cu prietenii, nu vreau să stau singur (6)
- Pot să-mi imaginez ușor cum ar arăta ceva văzut de sus (3)
- Dacă aud o melodie o dată sau de două ori, pot să-o reproduc cu acuratețe (5)
- Fac experimente cu plante și animale (8)
- Fac sport/activități sportive în mod regulat (4)
- Îmi place să mă distrez pe mine și pe alții, cu rime sau cu jocuri de cuvinte (1)
- Mă consider lider (alții mi-au spus că sunt lider) (6)
- Sunt “sensibil” la culori (3)
- Mi-e greu să stau nemișcat mai mult timp (4)
- Pot să socotesc în minte cu ușurință (2)
- Când lucrez, îmi place să categorisesc lucrurile după importanța lor (8)
- Consider că am voința puternică și că sunt independent (7)
- Matematica și științele exacte (fizica, chimia) sunt materiile mele preferate în școală (2)
- Pot să țin ritmul cu un instrument de percuție simplu, când se cântă un cântec (5)

- Folosesc frecvent un aparat de fotografiat sau o cameră video pentru a înregistra ceea ce văd în jur (3)
- Cei cu care comunic îmi cer câteodată să explic sensul cuvintelor pe care le folosesc când scriu sau vorbesc (1)
- Îmi place să port haine din materiale naturale (8)
- Sunt realist în privința punctelor mele tari și slabe (7)
- Cele mai bune idei îmi vin când mă plimb, alerg sau fac orice activitate fizică (4)
- Prefer să joc Monopoly sau alte jocuri de grup în loc să mă joc de unul singur (6)
- Ascult frecvent muzica la radio, telefon, etc (5)
- Visez mult noaptea (3)
- Ca elev/ă, învăț mai ușor la engleză, științe sociale și istorie, decât la matematică și științe (1)
- Prefer să petrec un week-end cu familia, decât la distracție cu multă lume în jur (7)
- Îmi place să cos, să țes, să cioplesc, să fac tâmplărie sau alte activități manuale (4)
- Câteodată mă surprind mergând pe stradă fredonând (5)
- Mă orientez ușor în locuri necunoscute (3)
- Când merg cu mijloacele de transport îmi atrage mai mult atenția ceea ce scrie pe afișe și panouri publicitare sau pancarte decât peisajul (1)
- Mă simt bine în pădure (8)
- Îmi place să joc jocuri care necesită gândire logică (2)
- Simt nevoia să ating obiectele, pentru a afla mai multe despre ele (4)
- Îmi place să desenez sau să mâzgălesc (3)
- Îmi place să-i învăț pe alții (indivizi sau grupuri) ceea ce știu eu să fac (6)
- Îmi place să mă implic în activități legate de școală, biserică sau comunitate și alte activități cu număr mare de oameni (6)
- Îmi place să fac experimente (*ex. "Ce-ar fi dacă aș dubla cantitatea de apă pe care o torn la rădăcina trandafirului în fiecare zi?"*) (2)
- Pot să răspund la atacurile colegilor cu argumente (7)
- Cânt la un instrument muzical (5)

- Dintre obiectele studiate, geometria mi se pare mai ușoară decât algebra (3)
- Minte mea caută structuri, regularități, secvențe logice în jur (2)
- Recent am scris ceva ce m-a făcut să mă simt mândru sau a fost apreciat de ceilalți (1)
- Weekend-ul ideal este o ieșire în natură (8)
- Mă simt bine în mijlocul mulțimii (6)
- Cred că aproape orice are o explicație rațională (2)
- Am un hobby pe care nu-l dezvălui altora (7)
- Prefer să-mi petrec timpul liber în natură (4)
- Mă interesează progresele în știință (2)
- Sunt bucătar/bucătăreasă bun/ă (8)
- Îmi place să rezolv puzzle, labirint și alte jocuri vizuale (3)
- Folosesc frecvent gesturi sau alte forme de limbaj corporal când vorbesc cu cineva (4)
- Viața mea ar fi mai săracă dacă nu ar fi muzica (5)
- Uneori gândesc abstract, fără cuvinte (2)
- Maniera mea de a conversa face apel frecvent la lucruri pe care le-am citit sau le-am auzit (1)
- Am câteva scopuri importante în viață, la care deseori sau mereu mă gândesc (7)
- În camera mea îmi place să fie o floare (8)
- Îmi plac parcurile de distracții extreme (4)

Bravo!

Ai finalizat realizarea testului, acum urmează instrucțiunea.

Fiecare enunț a avut o cifră în paranteză, care corespunde unei inteligențe. Numără câte cifre de 1 ai obținut și notează punctajul/rezultatul în drept cu tipul de inteligență. Procedează astfel pentru fiecare cifră, până la opt.

Verbală/lingvistică	1	
Logico-matematică	2	
Vizuală/spațială	3	

Corporal-chinesteziică	4	
Ritmică /muzicală	5	
Interpersonală	6	
Intrapersonală	7	
Naturalistă	8	

Punctajul cel mai înalt indică inteligențele tale predominante. Ele pot fi 2 sau 3. Citește încă o dată caracteristica persoanelor care au inteligențele descoperite și vezi care ți se potrivesc.

Notează rezultatul:

Inteligențe mele dominante sunt:

1 _____

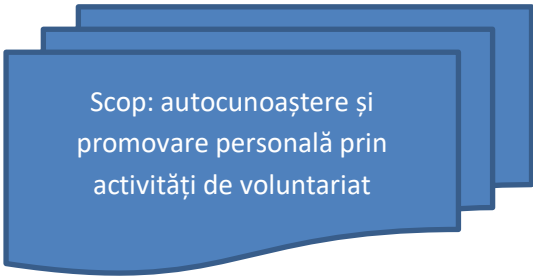
2 _____

3 _____

Păstrează rezultatele obținute în portofoliul tău.

Tema 3

Dezvoltarea personală prin activități de voluntariat



Scop: autocunoaștere și promovare personală prin activități de voluntariat

Implică-te!

Sandu și Elena sunt elevi în clasa a opta. Ei vorbesc despre diferite activități realizate în ultimele 6 luni. Identifică, care din ele pot fi considerate activități de voluntariat.

Sandu: Am ajutat vecinului la culesul roadei.

Elena: Am ajutat la îngrijirea câinilor și pisicilor întreținuți în azilul pentru animalele care au rămas fără stăpâni.

Sandu: Am inițiat împreună cu prietenii o activitate prin care am colectat gunoi de pe malul râului.

Elena: Am ajutat la distribuirea unor pliante și am fost remunerată pentru aceasta.

Sandu: Organizez, de două ori pe săptămână, după lecții, jocuri dinamice cu elevi din clasele primare.

Elena: Am oferit locul în transportul public unei doamne în vârstă.

Sandu: Acasă, spăl vasele după ce toți membrii familiei mănâncă.

Elena: De trei ori pe săptămână mă antrenez în echipa de fotbal a fetelor și de 2 ori pe an particip la competiții.

Sandu: Am elaborat un poster pentru promovarea modului sănătos de viață și am făcut activități informaționale pentru alți elevi din școală.

Aspecte teoretice

Voluntariatul este activitatea de interes public desfășurată din proprie inițiativă de orice persoană fizică, în folosul altora, fără a primi o contraprestație materială.

Aspecte practice

Informează-te și analizează

Nu fiecare activitate realizată din propria dorință și inițiativă poate fi considerată voluntariat. Activitățile realizate în beneficiul familiei sau beneficiul personal nu se consideră voluntariat. Voluntariatul se bazează pe unele valori general umane, dar este ceva mai mult decât simpla respectare a normelor etice sau legale. Un indicator important este *utilitatea publică* – activitatea în rezultatul căreia beneficiază mai multe persoane din comunitatea ta și drept rezultat calitatea vieții devine mai bună. De exemplu, dacă după organizarea unui picnic cu prietenii ați lăsat locul curat – este o faptă bună, care corespunde normelor etice și legale, dar totuși nu este activitate de voluntariat. Voluntariat poate fi considerată o activitate care presupune curățarea unui teritoriu poluat, a ajuta la organizarea unui meci de fotbal – prin distribuirea anunțurilor, completarea echipelor, pregătirea terenului pentru jucători și susținători dar nu atunci când ești jucător sau spectator.

- *Cât de corecte au fost presupunerile tale privind activitățile realizate de către Sandu și Elena?*
- *Prezintă alte exemple de activități de voluntariat din experiența proprie sau a altor persoane.*

Citește și decide!

- ▶ Studiază extrasul din Legea Voluntariatului și identifică activități concrete în care poți să te implici în calitate de voluntar.
- ▶ Din aceste activități selectează-le pe cele care oferă posibilitatea de a explora, valorifica și dezvolta inteligențele și aptitudinile tale.

- ▶ Determină ce instituții și organizații din localitatea/regiunea ta activează în domeniile date

Activitatea de interes public este activitatea desfășurată în domenii cum sunt: asistență și serviciile sociale, protecția drepturilor omului, medico-sanitar, cultural, artistic, educativ, de învățământ, științific, umanitar, religios, filantropic, sportiv, de protecție a mediului, social și comunitar și altele asemenea.

Acționează!

✗ Studiază diferite surse: ziare, reviste, emisiuni tv, radio, Facebook etc. și identifică povești de voluntariat. Utilizează indicațiile de mai jos pentru studierea acestor experiențe.

- 📌 identifică activitățile de voluntariat prezentate;
- 📌 descoperă motivul implicării persoanei în activitatea respective de voluntariat de voluntaria;
- 📌 identifică, din poveștile respective, reacțiile celorlalte persoane la activitatea de voluntariat;
- 📌 identifică persoanele care au susținut activitatea respectivă de voluntariat;
- 📌 identifică emoțiile trăite de persoana care a desfășurat activitatea de voluntariat;
- 📌 descoperă abilitățile celor care au realizat aceste activități;
- 📌 identifică cunoștințe și abilități au fost dezvoltate în cadrul activităților de voluntariat;
- 📌 descoperă cum activitatea de voluntariat a influențat parcursul profesional a persoanei respective

Completează Portretul vocational din portofoliul tău:

- componenta „Propuneri” – cu idei despre implicare în activități de voluntariat;
- componenta „Dovezi” – cu articole, fotografii, certificate, scrisori de mulțumire etc. care confirmă participarea ta la activități de voluntariat și care demonstrează valorificarea inteligențelor și aptitudinilor tale.

Tema 4

CV-ul, cheia succesului

Scop: elaborarea unui CV ca element de marketing personal

Aspecte practice

Implică-te!

Ce este un **Curriculum Vitae**? Din latină aceasta expresie se traduce ca „parcursul vieții”. În comunicarea contemporană foarte des se utilizează abrevierile acestor două cuvinte - CV, care

semnifică o descriere succintă a vieții personale și profesionale (autobiografie). Este un document care, de regulă, este cerut de către reprezentanții angajatorilor sau instituțiilor de învățământ de la un candidat.

✚ *Imaginează-ți, că tu ești reprezentant al angajatorului. Ce vrei să afli din acest document?*

Aspecte teoretice

Deseori CV-ul este primul tău contact cu angajatorul. În baza informației prezentate în CV angajatorul face concluzii cu privire la cunoștințele și abilitățile candidatului, aptitudinile și valorile lui, experiența de lucru etc. Informația prezentată în CV va contribui la luarea deciziei angajatorului privind necesitatea de a invita candidatul la un interviu sau nu, iar în unele cazuri – pentru decizia de angajare.

Știind despre aceasta, tu poți redacta CV-ul în așa fel, încât el să trezească dorința angajatorului să te cunoască mai bine. Lectura CV-ului trebuie să provoace impresii pozitive și pentru a obține aceasta trebuie să urmezi mai multe sfaturi la completarea lui.

Elaborarea unui CV începe cu determinarea secțiunilor necesare, care îl vor ajuta pe cel care citește să înțeleagă mai ușor informația utilă despre tine. Deseori, angajatorul propune singur o structură pentru CV, dar practic orice model conține următoarele compartimente: *date personale, ocupația/postul dorit, experiența profesională, educație și formare, aptitudini și competențe personale*. La ele pot fi adăugate *referințe și lista realizărilor, mențiunilor, publicațiilor*.

Aspecte practice

Informează-te și analizează

Studiază regulile de completare a CV-ului și redactează CV-ul personal conform algoritmului:

- ▶ *Citește sfaturile pentru un compartiment al CV-ului;*
- ▶ *Notează în caiet informația relevantă despre sine;*
- ▶ *Fă schimb de caiete cu colegul tău de bancă. Citește informația scrisă în caietul lui;*
- ▶ *Propune sugestii, dacă este cazul;*
- ▶ *Dacă ești de acord cu sugestiile – introdu modificările necesare.*



I. Date personale. Acest compartiment trebuie să conțină următoarele informații: numele și prenumele, data și locul nașterii, domiciliul, telefonul și adresa de e-mail.

Atenție! Creează-ți o adresă adecvată: adresele de genul dollyamor@...com sau superspiderman@...com pot provoca impresia că nu ești o persoană serioasă și responsabilă. *Sugestie!* Adresa de e-mail ar fi bine să conțină numele și prenumele tău.

II. Ocupația/postul droid – se specifică locul de muncă sau domeniul ocupațional pentru care aplici.

III. Experiența profesională. În secțiunea dată, de obicei, informația se structurează în felul următor:

Perioada	
Funcția sau postul ocupat	
Activități și responsabilități principale	
Numele și adresa angajatorului	
Sectorul de activitate (public, privat, necomercial etc.)	

Rubricile date se repetă de mai multe ori (sau reflectă tot parcursul profesional sau principalele ocupații în perioada determinată – de regulă ultimii 3 ani).

Pentru persoane fără experiență de muncă (absolvenți ai instituțiilor de învățământ) sarcina de a completa acest compartiment pare a fi imposibilă. Nu este așa! Descrie aici experiența acumulată în realizarea activităților în școală (organizarea unui concert, competiții sportive, acțiuni ecologice etc.) sau în cadrul altor organizații, instituții, de exemplu în Consiliul elevilor. La fel, include experiența de lucru în calitate de voluntar/ă sau munca temporară în timp de vacanță.

IV. Educație și formare. Pentru fiecare formă de educație indică perioada, instituția de formare, disciplinele principale studiate, diploma sau calificarea obținută. Include în acest compartiment și date despre instruirile neformale, organizate de către ONG-uri, centre de resurse pentru tineri etc.

V. Aptitudini și competențe personale. În completarea compartimentului dat inspiră-te din rezultatele testelor realizate și prezintă faptele, care demonstrează prezența aptitudinilor și competențelor. Aici trebuie să descrii gradul de cunoaștere a limbilor străine (dacă ai un certificat care confirmă asta, indică-l), competențele sociale (de comunicare, de rezolvare a conflictelor, de lucru în echipă etc.), competențe digitale (utilizarea diferitor soft-uri), competențe și aptitudini artistice. Indică interesele și hobby-urile – aceste lucruri personalizează CV-ul tău, îl fac diferit de CV-urile altor persoane. În baza prezentării hobby-urilor angajatorul își va face concluzii despre valorile tale și le va compara cu valorile pe care le caută el în persoana pe care dorește să o angajeze.

CV-ul tău trebuie să corespundă cu realitatea: evită date și informații false sau exagerate. Pentru a oferi angajatorului posibilitatea de a verifica informațiile prezentate în CV, include secțiunea *lista persoanelor de referință* cu contactele acestora. Acestea pot fi directorul școlii, dirigintele, conducătorul cercului, antrenorul sportiv, coordonatorul de programe din ONG etc.

Drept dovadă a abilităților tale sunt diferite diplome de grațitudine, scrisori de mulțumire, certificate obținute la concursuri, lucrări (articole, fotografii, desene) apărute în diferite

publicații, pe pagina web a școlii/liceului sau altei instituții în care ți-ai făcut studiile sau le faci acum etc. Aceste informații sunt prezentate în compartiment *realizări și mențiuni*.

Exprimă-ți atitudinea!

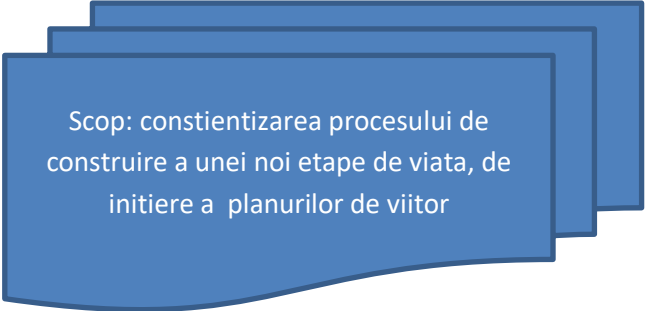
- 📌 Ce compartimente ale CV-ului au fost completat ușor, mai simplu?
- 📌 Ce dificultăți au apărut în elaborarea CV-ului?
- 📌 Cât de importantă este includerea în CV a datelor despre activitatea de voluntariat și despre participarea în viața școlii?

Acționează!

- ✗ **Discută cu părinții și prietenii modelul de CV elaborat, ascultă opinia și sugestiile lor.**
- ✗ **Modifică CV-ul utilizând cele mai bune sfaturi colectate. Redactează CV-ul la calculator, adaugă în partea de sus fotografia ta și plasează CV-ul în portofoliul personal.**
- ✗ **CV-ul tău este bun, dacă corespunde criteriilor de mai jos:**
 - toate compartimentele CV-ului sunt completate;
 - informația este prezentată succint, prin propoziții scurte;
 - imaginea ta în fotografie este adecvată (hainele, expresia feței, poziția etc.);
 - în text nu apar greșeli ortografice;
 - textul este scris cu negru;
 - CV-ul este tipărit pe foi de formatul A4, de culoare albă.

TEMA 5

Motivare în alegerea profesională



Scop: constientizarea procesului de construire a unei noi etape de viață, de inițiere a planurilor de viitor

Aspecte practice

Acționează!

Exercițiul “Telescopul”

a). Imaginați-vă că vă priviți viitorul printr-un fel de telescop și vedeți obiective/țeluri în viață. Apoi păstrându-vă imaginea în minte încercați să răspundeți la următoarele întrebări cu caracter existențial pe care vi le adresați în legătură cu filosofia și stilul de viață:

- Ce așteaptă ceilalți de la mine?
 - Ce cere viața acum de la mine?
 - Privind în străfundurile ființei mele, mă întreb ce fac eu și ce ar trebui să fac?
 - Cum reflectă comportamentul meu o idee de viață care să mă ducă la confort fizic și psihic?
- b). Notați pe o foaie resursele adaptative (hobby-uri, religie, preocupări în plan social), precum și alte modalități de care dispuneți și sunt suportive (prieteni, instituții, grupuri suportive).
- c). Scrieți o poveste sub formă de eseu în care să povestiți cum vă imaginați că ar trebui să fie viitorul, identificând acele aspecte care-l luminează.

Exercițiul “Elaborarea unei hărți a lumii muncii”

Consemn – Încercați să răspundeți la întrebările de mai jos și să organizați răspunsurile în schema următoare.

INTREBĂRI

- Ce știi despre deprinderile și potențialul tău?
- Ce loc de muncă sau ocupație te-ar satisface dacă le-ai avea?
- Ce te-ar ajuta să mergi pe această cale sau ce te-ar împiedica să atingi acest scop?
- Dacă te-ai uita în urma de ce anume poți fi mandru din trecutul tău?
- Ce poți face bine cu adevărat?
- Din punctul tău de vedere, care sunt punctele tale tari ca potențial angajat?

MUNCA pe care am făcut-o

Trecut și prezent



DEPRINDERI, interese

Puncte tari, cunoștințe de specialitate



VIITOR - ocupații

Scopuri, situații de muncă.

Învățare, formare, realizări pe care mi le imaginez.

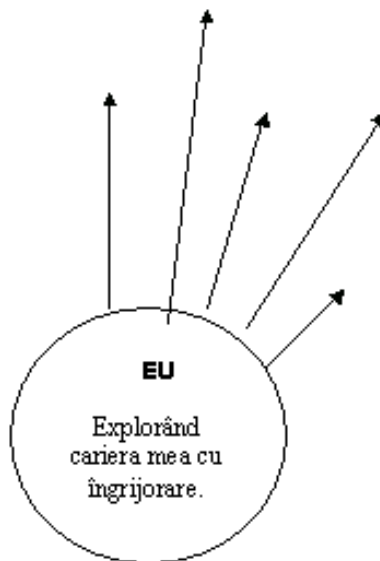


Atitudini „din toată inima”; care este cel mai important lucru în legătură cu munca mea.



ÎNTREBĂRI PRIVIND:

De unde să încep? Ce mă preocupă cel mai mult în legătură cu viitorul meu? De ce fel de sprijin am nevoie în efortul de a duce mai departe planurile în carieră?



Exercițiul “Viitorul meu preferat și posibil”

Aproape fiecare om are o idee despre viitorul personal (în muncă, viață) și dorește în mod clar să îl aibă dacă acesta l-ar putea face fericit. Mulți oameni au mai multe perspective la care se gândesc și pe care le pot avea sau nu.

Imaginați-vă un posibil viitor pentru voi înșivă și scrieți înăuntrul fiecărui cerc denumirea care să-l descrie (ex: zugrav, șofer etc).

Scrieți acest nume de ocupație în cercuri. Încercați să identificați cel puțin trei și apoi gândiți-vă la fiecare dintre ele.

Cât de aproape simțiți acest viitor?

Ce înseamnă asta pentru voi?

Care sunt abilitățile (punctele tari) ce v-ar ajuta să ajungeți acolo?

Dacă perseverați și ajungeți acolo, care ar fi recompensa?

Ce va trebui să sacrificați din activitatea zilnică ca să ajungeți unde v-ați propus?

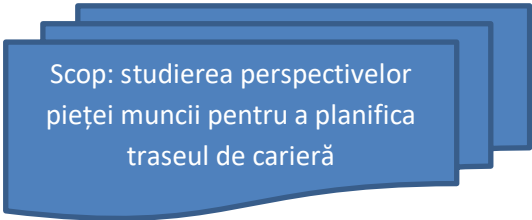
Scrie în interiorul cercului numele viitorului tău preferat. Încearcă să te gândești la pașii care te pot conduce la el.

Care sunt principalele obstacole pe care le întâmpini?

Numește pașii importanți pe care va trebui să îi faci și în cât timp (zile, luni, ani.....).

Tema 6

Piața muncii



Scop: studierea perspectivelor
pieței muncii pentru a planifica
traseul de carieră

Aspecte teoretice

INFORMAȚII PRIVIND PIAȚA MUNCII

Caracteristicile pieței muncii:

- Este multidimensională, fiind influențată de factori de natură economică, socială, culturală, demografică, educațională, politică etc.;
- Este reglementată prin legi, regulamente, acorduri etc. (legislația muncii, acorduri între partenerii sociali, acorduri internaționale, ș.a.);

- Este structurată/segmentată după diferite criterii: demografice (sex, vârstă, zonă geografică), economice (sectoare de activitate economică), privind forma de proprietate (sectorul public sau privat), gradul de organizare/sindicalizare a forței de muncă, domeniile ocupaționale, nivelul educațional-profesional etc. Pe piața muncii se petrec, în mod continuu, o serie de **transformări**:
- Piața muncii este un mediu dinamic, supus schimbărilor.

CADRUL LEGAL CE REGLEMENTEAZA PIATA MUNCII

Legislația muncii are specificul său în fiecare țară. Totuși, dacă ne referim doar la spațiul european, există cațiva „piloni legislativi” care se regăsesc atât în statele membre ale UE, cât și în statele candidate la aderare:

- Constituția, care conține principiile de bază ale muncii;
- Codul Muncii, care reglementează relațiile de muncă;
- Legea ocupării și protecției sociale a persoanelor care nu au loc de muncă;
- Legea contractului de muncă la nivel național, prin care se reglementează dialogul dintre partenerii sociali;
- Reglementări privind formarea profesională continuă;
- Planul Național de Acțiuni pentru Ocupare, prin care se definește cadrul de acțiune pentru stimularea ocupării și combaterea șomajului;
- Reglementări privind asigurarea egalității de șanse între bărbați și femei, protecția unor grupuri dezavantajate, etc.

Codul Muncii este legea care trebuie cunoscută și respectată de orice angajat și angajator din România. Cele mai importante informații pe care ar trebui să le citești sunt cuprinse în:

TITLUL II: Contractul individual de muncă (CIM) – conține precizări despre încheierea, executarea, modificarea, suspendarea și încetarea CIM.

TITLUL III: Timpul de muncă și timpul de odihnă - conține precizări referitoare la dreptul la un program de lucru și concedii

TITLUL IV: Salarizarea

TITLUL V: Sănătatea și securitatea în muncă – conține precizări despre protecția sănătății în muncă și măsuri de securitate a muncii

TITLUL VI: Formarea profesională – conține precizări referitoare la formarea profesională la locul de muncă și perfecționarea după angajare.

REȚINE!

Poți să te angajezi și să semnezi un contract de muncă numai după ce ai împlinit 16 ani!

La 15 ani, te poți angaja cu contract de muncă doar cu acordul scris al părinților, cu un program redus și dacă munca respectivă nu-ți pune în pericol sănătatea, dezvoltarea și pregătirea profesională!

Pentru tinerii sub 18 ani, timpul de muncă este de 6 ore/zi, 30 ore/săptămână!

Sub vârsta de 15 ani angajarea este interzisă!

Contractul individual de muncă poate înceta: la pensionare, în cazul încetării activității în firmă (te muți la altă firmă), ca urmare a unei condamnări, ca urmare a interzicerii exercitării unei profesii sau funcții, ca urmare a retragerii acordului părinților în cazul în care ai 15-16 ani.

Orice modificare adusă CIM, în timpul executării muncii, impune încheierea unui act adițional ce trebuie adus la cunoștință angajatului și semnat în termen de 30 de zile.

Angajatorul este obligat să-ți dea un exemplar din Contractul Individual de Muncă.

Aspecte practice

Exprimă-ți atitudinea!

- ✚ Meditează și apreciază, care dintre cei 2 factori este mai important în alegerea profesiei: *visul personal* sau *solicitarea profesiei pe piața muncii*?

Acționează!

📌 **Realizează proiectul individual „Eu, profesia și piața muncii” pe care o să-l păstrezi în Portofoliul tău.** Proiectul trebuie să ofere răspunsuri la cinci întrebări:

- ▶ ***Cine este autorul proiectului?*** – notează numele și prenumele, poți plasa și o fotografie etc.
- ▶ ***Ce profesie/profesii te atrag?*** – selectează una sau două profesii pe care ai dori să o exerciți.
- ▶ ***Unde este posibil de practicat profesia aleasă?*** – identifică angajatorii, locuri și modalități prin care poți practica profesia data
- ▶ ***Cât de solicitată este aceasta profesie pe piața muncii din România?*** – studiază diferite surse: rapoartele ANOFM (www.anofm.ro), anunțurile de angajare, articolele experților, opiniile părinților, profesioniștilor etc.

- ▶ **Ce studii sunt necesare pentru a învăța profesia și unde le poți obține?** – colectează informații despre studii, identifică instituții care oferă aceste studii.

Determină singur forma de prezentare a proiectului: poate fi un poster, o broșură, o mapă cu materiale etc.

Indicatorii reușitei proiectului individual „Eu, profesia și piața muncii”:

- oferă răspunsuri la toate 5 întrebări
- analiza pieții muncii se bazează pe cel puțin trei surse
- informația este prezentată logic
- informația este prezentată creativ (sunt utilizate cuvinte-cheie, imagini, simboluri, diferite culori etc.)

📌 Prezintă proiectul unor persoane apropiate: părinți, frați, surori, prieteni.

📌 **Completează și termină Portretul vocațional cu secțiunea *Profesii* în baza proiectului elaborat și păstrează-l în portofoliul tău.**

Tema 7

Elaborarea planului de dezvoltare vocațională

Scop: elaborarea planului de dezvoltare vocațională ca punct de sprijin în luarea deciziei de carieră

Aspecte teoretice

Cunoașterea de sine și a lumii profesiilor oferă informații noi și ajută la formularea unor concluzii importante pentru dezvoltarea personală. Dar aceste concluzii vor fi inutile, dacă nu vor fi realizate acțiuni concrete. Pentru că planul tău de carieră să fie util și realizabil, el trebuie să fie elaborat în câțiva pași. Inițial numește profesia sau domeniul ocupațional, care te interesează. Apoi descrie cunoștințe și abilități specifice profesiei date. În baza acestei informații formulează un scop – ce vrei să obții cu ajutorul planului dat. Mai jos, în forma de tabel, descrie activitățile a căror realizare va contribui la atingerea scopului. Pentru fiecare activitate descrie rezultatul așteptat – această descriere trebuie să fie cât mai concretă, pentru a putea fi verificat în ce măsură rezultatul dat a fost obținut. În rubrica următoare indică perioada sau termenul de realizare a activității. Indicarea termenului te disciplinează și te mobilizează.

Modelul Planului de dezvoltare vocațională

Mă interesează profesia/domeniul ocupațional (indică profesia dorită) _____, pentru care sunt importante (indică cunoștințele și abilitățile specifice) _____

Scop: Vreau să-mi dezvolt/să acumulez experiență _____

Activitate	Rezultatul așteptat	Termen de realizare
1.		
2.		
3.		

Exemplu

Planul de dezvoltare vocațională
elaborat de _____ la data _____

Mă interesează profesia de sudor. Pentru meseria dată trebuie să cunoști proprietățile metalelor, specificul diferitor echipamente de sudare, trebuie să ai mișcările bine coordonate, mâna sigură, putere fizică, imaginație pentru a vedea cum va arăta produsul final, să poți desena, să faci schița produsului final, să poți negocia cu clientul.

Vreau să-mi dezvolt abilitatea de lucru cu metalele.

Activitate	Rezultatul așteptat	Termen de realizare
1.Observarea activității unui sudor	Cunosc toate etapele de sudare și regulile de securitate	Iunie – iulie
2.Elaborarea schiței pentru sudare cu indicarea dimensiunilor	Pot măsura și sunt atent la toți parametrii	Iunie – iulie
3.Informarea despre diferite aparate de sudare	Pot să compar diferite aparate de sudare	August
4.Vizionarea filmelor despre sudori pe www.youtube.com	Lista link-urilor utile pentru un sudor	August

Decide!

- ✚ Elaborează Planul de dezvoltare vocațională conform sugestiilor oferite. Utilizează pentru elaborarea planului informații din „*Portretul vocațional*” și proiectul „*Eu, profesia și piața muncii*”.
- ✚ Identifică cel puțin 5 acțiuni pentru dezvoltarea personală. Aceste acțiuni trebuie să fie realizate timp de 3 – 4 luni.

Acționează!

- ▶ Prezintă Planul de dezvoltare vocațională părinților și/sau altor persoane care vor avea posibilitate să te ajute în realizarea activităților planificate.

- ▶ Plasează Planul de dezvoltare vocațională la un loc vizibil, lângă masa ta de lucru – astfel vei urmări dacă realizezi cele propuse.

Păstrează Planul de dezvoltare vocațională și dovezile activităților realizate (fotografiile activităților practice, notițe, liste, bibliografie etc.) în portofoliul tău.