



*Modulul 6*  
*Plan de lecție 1*



Cofinanțat de  
Uniunea Europeană

<b>Numele lecției</b>	<b>Pas cu Pas – Stabilirea obiectivelor și celebrarea creșterii</b>
<b>Conectarea cu cadrul Școli Prosper</b>	<i>Această lecție susține Realizările, ajutând elevii să își stabilească scopuri, să monitorizeze progresul și să celebreze atât succesul individual, cât și pe cel colectiv. Dezvoltă <b>competențe SEL</b>, cum ar fi auto-gestionarea, motivația și conștientizarea socială. Integrează <b>așteptările SWPBS</b> precum <i>Respectă Învățarea și Respectă-te pe Tine</i>, introducând în același timp realizări cooperative prin scopuri comune ale clasei.</i>
<b>Durată</b>	60 minute
<b>Interval de vârstă</b>	10–12 ani
<b>Obiective</b>	<p>La sfârșitul acestei lecții, elevii vor fi capabili să:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stabilească un obiectiv personal și unul comun pentru clasă folosind cadrul SMART.</li> <li>2. Identifice două acțiuni care susțin atingerea acestor obiective.</li> <li>3. Recunoască progresul propriu și al celorlalți și celebrați realizările comune.</li> </ol>
<b>Setare</b>	Sală de clasă sau spațiu deschis
<b>Materiale/resurse necesare</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fișă de lucru pentru obiective SMART</li> <li>● Fișă de urmărire a progresului</li> <li>● Hârtie pentru flipchart, pixuri colorate, autocolante</li> <li>● Materiale pentru provocarea „Turnul echipei”: pahare de hârtie, sau cuburi (10–15), cronometru</li> </ul>
<b>Activitățile lecției</b>	<b>Activitatea 1 – Puterea lui ‘Încă’ (10 min)</b>

**Scop:** Această activitate îi ajută pe elevi să înțeleagă că efortul și perseverența sunt esențiale pentru realizare și că „încă nu” înseamnă că progresul este încă posibil..

**Pas-cu-Pas:**

1. Scrieți pe tablă: „Nu pot să o fac... încă!” Întrebați ce se schimbă când adăugăm „încă”.
2. Arătați un scurt videoclip de 2 minute sau spuneți o poveste despre o persoană faimoasă care a reușit după multe încercări (de exemplu, J.K. Rowling, Michael Jordan).
3. Rugați elevii să împărtășească în perechi ceva ce nu au putut face înainte, dar au învățat prin practică.
4. Rezumați: succesul vine din efort, nu din perfecțiune.

**Metodă de predare:** Discuție reflexivă.

**Implicare:** Împărtășire personală și conectare la experiențe din viața reală.

**Mărimea grupului:** Întreaga clasă → Perechi.

**Resurse:** Tablă, videoclip opțional.

**Activitatea 2 – Provocarea Turnului Echipei (Joc Cooperativ – 25 min)**

**Scop:** Această activitate îi ajută pe elevi să experimenteze munca în echipă, planificarea și perseverența — ilustrând faptul că realizarea necesită adesea colaborare și comunicare.

**Pas-cu-Pas:**

1. Împărțiți elevii în grupuri mici (4-5 membri). Dați fiecărui grup 10-15 pahare de hârtie sau blocuri de construcție.
2. Explicați provocarea: „*Construiți cel mai înalt turn independent pe care îl puteți face în 10 minute, folosind doar aceste materiale.*”
3. Înainte de a începe, fiecare grup trebuie să stabilească un obiectiv SMART pentru echipă (de exemplu, Vom construi un turn înalt de cel puțin 40 cm în 10 minute, lucrând în liniște și pe rând).
4. Porniți cronometrul și observați munca în echipă și rezolvarea problemelor.
5. După ce timpul a expirat, măsurați fiecare turn și invitați echipele să reflecteze.:
  - Ce v-a ajutat să aveți succes?
  - Ce ați schimba data viitoare?
  - Cum v-ați simțit lucrând în echipă?
6. Felicități toate grupurile pentru efort și colaborare — subliniați faptul că *succesul = efort + muncă în echipă*.

**Metoda de predare:** Învățare cooperativă și joc experiențial.

	<p><b>Implicare:</b> Activitate practică (<i>hands-on</i>) și energică care promovează sprijinul reciproc.</p> <p><b>Dimensiunea grupului:</b> Grupuri mici de 4–5.</p> <p><b>Resurse:</b> Pahare/blocuri de hârtie, ruletă, cronometru, sugestii pentru reflecție.</p> <p><b>Activitatea 3 – Monitorul meu (<i>tracker-ul meu</i>) pentru obiective SMART și Progres (25 min)</b></p> <p><b>Scop:</b> Această activitate îi îndrumă pe elevi să transfere experiența muncii în echipă în stabilirea obiectivelor individuale și reflecție, corelând efortul și progresul cu dezvoltarea personală.</p> <p><b>Pas-cu-Pas:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Introduceți cadrul obiectivelor SMART Goal (Specific, Măsurabil, Realizabil, Relevant, dependent de Timp). Arătați un exemplu: „<i>Voi citi o carte nouă până la sfârșitul lunii.</i>”</li> <li>2. Distribuți Fișa de Lucru pentru Obiectivele SMART. Elevii își scriu un obiectiv personal inspirat de ceea ce au învățat în sarcina cooperativă.</li> <li>3. Folosind Tracker-ul de Progres, elevii schițează două mici acțiuni pentru a-și atinge obiectivul.</li> <li>4. În perechi, își împărtășesc obiectivele și oferă un feedback pozitiv („<i>Sună clar pentru că...</i>”).</li> <li>5. Încheiați cu o reflecție: „<i>Ce pas voi face primul?</i>” și „<i>Cum voi sărbători micile victorii?</i>”</li> </ol> <p><b>Metoda de predare:</b> Autorefecție ghidată și feedback de la colegi.</p> <p><b>Implicare:</b> Responsabilitate personală cu încurajare de la colegi.</p> <p><b>Dimensiunea grupului:</b> Individual → Perechi → Întreaga clasă.</p> <p><b>Resurse:</b> Fișă de lucru pentru obiective SMART, Tracker de Progres, pixuri.</p>
<p><b>Evaluare</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observați munca în echipă, participarea și comunicarea în timpul jocului cooperativ.</li> <li>• Revizuiți fișele de lucru cu obiective SMART pentru claritate și conexiune cu învățarea.</li> <li>• Folosiți întrebarea de ieșire: „<i>Ce am învățat despre a realiza a ceva împreună?</i>”</li> </ul>
<p><b>Resurse suplimentare (dacă e cazul)</b></p>	<p>Dweck, C. (2015). <i>Growth Mindset: The New Psychology of Success</i>.</p> <p>Edutopia (www.edutopia.org): “<i>How to Foster Student Motivation.</i>”</p>



MindsetWorks ([www.mindsetworks.com](http://www.mindsetworks.com)).

## Anexă

### Note pentru profesori

Scopul acestei sesiuni este de a ajuta elevii să experimenteze realizări atât prin efort personal, cât și prin lucrul în echipă. Lecția combină autoreflexia (obiective SMART) cu o provocare cooperativă, subliniind faptul că succesul nu ține doar de rezultate, ci și de perseverență, planificare și colaborare.

Înainte de lecție:

- Pregătiți Fișe de lucru pentru obiective SMART și Trackere de Progres (câte una per elev).
- Aranjați materialele pentru provocarea Turnul Echipei (10-15 pahare de hârtie, cuburi sau materiale reciclabile per grup, plus un cronometru și o ruletă).
- Afișați pe tablă sintagma „*Succes = Efort + Muncă în echipă*” ca ancoră vizuală.

În timpul lecției:

- Mențineți o atmosferă încurajatoare și distractivă - sărbătoriți progresul, nu doar „cel mai înalt turn”.
- Observați modul în care echipele comunică și evidențiați colaborarea pozitivă (de exemplu, ascultarea, încurajarea, rezolvarea problemelor).
- Oferiți laude folosind un limbaj al mentalității de creștere, cum ar fi:
  - „*Îmi place cum ați continuat să încercați idei noi.*”
  - „*Ați lucrat împreună chiar și atunci când a fost dificil.*”
  - „*Planul vostru a demonstrat perseverență și muncă în echipă.*”

Adaptări:

- Pentru grupurile mai tinere sau cu abilități mixte, reduceți complexitatea obiectivelor sau prelungiți timpul de construire.
- Pentru învățarea online, „turnul” poate fi construit din obiecte virtuale sau desene.
- Încurajați elevii să aplice obiectivele SMART în orice domeniu (învățare, bunățate, hobby-uri, sport).

## Materiale suport

### *Fișa de lucru pentru obiective SMART*

Folosește această fișă de lucru pentru a-ți defini clar obiectivul personal sau academic. Asigură-te că respectă criteriile SMART:

Pasul SMART	Întrebare directoare	Obiectivul meu
Specific	Ce anume vreau să realizez?	
Măsurabil	Cum voi ști că fac progrese?	
Realizabil	Este obiectivul meu realist pentru mine în acest moment?	
Relevant	De ce contează acest obiectiv pentru mine?	
Dependent de Timp	Când vreau să-l ating?	

Îndemn de reflecție: O acțiune pe care o voi întreprinde astăzi pentru a mă apropia de obiectivul meu este ...

### *Fișa de lucru pentru Tracker-ul de Progres*

Folosește acest instrument de urmărire pentru a-ți monitoriza efortul și micile realizări pe parcursul săptămânii. În fiecare zi, marchează ✓ când finalizezi pasul sau ★ când depui un efort considerabil.

Ziua	Pasul meu de acțiune	✓/★	Notă de reflecție
Luni			
Marți			
Miercuri			
Joi			
Vineri			

Reflecție săptămânală:

- De ce sunt mândru săptămâna aceasta?

- Ce am învățat despre perseverență?
- Care este un lucru pe care îl voi încerca din nou săptămâna viitoare?

### **Ghid pentru provocarea Turnul Echipai**

Scop:

De a consolida sentimentul de realizare al elevilor prin munca în echipă și rezolvarea colectivă a problemelor.

Materiale per grup:

- 10–15 pahare de hârtie sau cuburi
- 1 ruletă
- 1 cronometru (10 minute)

Instrucțiuni:

1. Fiecare grup definește un obiectiv SMART pentru echipă (de exemplu, „*Vom construi un turn înalt de cel puțin 40 cm în 10 minute, lucrând în liniște și pe rând.*”)
2. Echipetele construiesc în timp ce profesorul observă munca în echipă și comunicarea.
3. Când timpul expiră, măsurați turnurile și discutați:
  - Ce a ajutat echipa voastră să aibă succes?
  - Ce ați învățat despre colaborare?
  - Cum v-ați simțit când echipa și-a atins obiectivul?

Învățare așteptată:

- Înțelegerea faptului că realizarea include efort comun, perseverență și reglare emoțională.
- Experimentarea întăririi pozitive prin succesul echipei.

## **Activități alternative**

### **Grădina cu Obiective (Extensie creativă)**

Elevii creează o pictură murală „Grădina cu obiective” în care fiecare floare reprezintă un obiectiv. Tulpina = pașii de acțiune, frunzele = lucruri sau oameni care îi susțin, iar floarea = realizarea finală. Această imagine întărește ideea că creșterea necesită timp și grijă.

#### **Zidul Realizărilor Clasei**

Creați o tablă pentru clasă sau un panou unde elevii postează mici bilețele autoadezive despre realizările săptămânale („*Am ajutat un prieten*”, „*Am terminat o carte*”, „*Ne-am curățat împreună spațiul*”). Profesorii pot evidenția o „stea a efortului” pe săptămână pentru a recunoaște în egală măsură perseverența și bunătatea.

#### **Ștafeta cooperativă (variație fizică)**

Dacă spațiul permite, înlocuiți provocarea turnului cu o ștafetă cu obiective: fiecare echipă îndeplinește sarcini mici (de exemplu, sortare, organizare de cartonase, puzzle-uri simple). Echipetele înregistrează fiecare succes într-un „Jurnal de Realizări” comun. Această opțiune este ideală pentru cursanții kinestezici și sesiunile în aer liber.



## Reflecția profesorului

După finalizarea lecției, profesorii pot lua în considerare:

- Care activități i-au implicat cel mai mult pe elevi?
- Au înțeles elevii realizarea ca progres, nu doar ca o victorie?
- Cum pot integra obiceiurile de stabilire a obiectivelor în rutina zilnică a clasei?

