

ALBULESCU CRISTIAN-VALENTIN
BOGDAN IONELA- MARIANA
DUGAN DELIA

MAZERA MIHAELA ADELA
PETANEC BOGDAN-CLAUDIU
STÎRCU LOREDANA MIRELA

Drumul spre succes

*Ghid de orientare școlară și consiliere în
carieră*



Editura "Gheorghe Magas"
Reșița
2024

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

Drumul spre succes : ghid de orientare școlară și consiliere în carieră / Albulescu

Cristian-Valentin, Mazera Mihaela Adela, Bogdan Ionela-

Mariana, Dugan Delia, Petanec Bogdan-Claudiu, Stîrcu Loredana Mirela

- Reșița : Editura Gheorghe Magas, 2024 ISBN 978-630-6539-25-3

I. Albulescu, Cristian-Valentin

II. Mazera, Mihaela Adela

III. Bogdan, Ionela-Mariana

IV. Dugan, Delia

V. Petanec, Bogdan-Claudiu

VI. Stîrcu, Loredana Mirela

**Editura *Gheorghe Magas* Reșița
a Casei Corpului Didactic Caraș-Severin**

Responsabil cu redacția

Editor prof. Remus Mihai Rîjniță

Adresa:

Bega Nr.1, 320059, Reșița

Tel. 0355-417029, Fax: 0255-206005

Coperta: Remus Mihai Rîjniță

ISBN: 978-630-6539-25-3

Moto: Nu există nici un lift pentru succes, trebuie să urci pe scări!



Cuprins

1. Introducere	5
2. Analiza nevoilor	6
3. Implementarea proiectului	8
3.1. Obiectivele proiectului	10
3.2. Încheiere de parteneriate	16
3.3. Metodologia activităților	19
3.4. Descrierea activităților desfășurate	28
3.5. Rezultate obținute	184
4. Concluzii și recomandări	198



1. Introducere

Într-o lume aflată în continuă schimbare, în care noile tehnologii și inovațiile transformă rapid peisajul profesional, orientarea în carieră devine un element esențial pentru succesul tinerilor. Alegerea unei cariere potrivite, nu este doar o decizie momentană, ci un proces complex și de lungă durată, care implică autocunoaștere, explorare și adaptabilitate.

Ghidul de față, intitulat „Drumul spre succes” a fost conceput ca urmare a derulării proiectului de orientare în carieră, cu același nume.

Proiectul „Drumul spre succes” a fost o inițiativă dedicată orientării școlare și consilierii în carieră pentru tinerii elevi; scopul proiectului nostru a fost să ajutăm elevii să își descopere pasiunile, aptitudinile și valorile personale și să le coreleze cu oportunitățile existente pe piața muncii; a fost conceput pentru a sprijini elevii în identificarea și dezvoltarea abilităților necesare, pentru a face alegeri informate în ceea ce privește cariera lor. Acesta a inclus o serie de activități variate, de la ateliere practice la sesiuni de consiliere personalizată.

Acest ghid își propune să prezinte rezultatele activităților desfășurate, în cadrul proiectului, și să ofere resurse utile pentru elevi, părinți și cadre didactice, pentru a oferi sprijin și îndrumare tinerilor în această călătorie și va aborda diverse aspecte ale orientării în carieră, de la autoevaluare și identificarea intereselor, până la explorarea diferitelor domenii profesionale și dezvoltarea abilităților necesare pentru a reuși în cariera aleasă. Am pus accent pe importanța învățării continue, a flexibilității și a gândirii critice, ca piloni esențiali în construirea unui parcurs profesional de succes.

Fiecare secțiune a ghidului va include activități practice, studii de caz și resurse utile, menite să facă procesul de orientare în carieră cât mai interactiv și relevant pentru tinerii de astăzi, oferind o privire detaliată asupra proiectului „Drumul spre succes” și a impactului său asupra elevilor participanți.

Sperăm ca acest ghid să devină un instrument valoros pentru elevi, profesori și consilieri școlari, contribuind astfel la formarea unei generații pregătite să își urmeze visurile și să se adapteze cu succes la provocările viitorului.

Bine ați venit pe drumul spre succes!

Autorii

2. Analiza nevoilor

Pentru a identifica, clar, nevoile educaționale și de consiliere în carieră ale elevilor, din școlile implicate, și pentru a stabili un plan detaliat pentru a adresa aceste nevoi, în mod eficient, în cadrul proiectului „Drumul spre succes”- Proiect de orientare școlară și consiliere în carieră, am considerat că următoarele etape ar putea fi utile:

➤ **Analiza situației existente:**

- Colectarea și analiza datelor demografice ale elevilor, inclusiv vârstă, gen, mediul socio-economic etc.
- Evaluarea resurselor existente, în ceea ce privește orientarea școlară și consilierea în carieră, în școlile implicate.
- Interviuri sau chestionare adresate elevilor, părinților și cadrelor didactice pentru a înțelege percepțiile și nevoile acestora, în ceea ce privește orientarea și consilierea în carieră.

➤ **Identificarea nevoilor specifice:**

- Identificarea intereselor, aptitudinilor și aspirațiilor elevilor în ceea ce privește cariera.
- Identificarea provocărilor și obstacolelor cu care se confruntă elevii, în procesul de luare a deciziilor referitoare la carieră.
- Evaluarea cunoștințelor și a abilităților necesare pentru succesul în carieră și identificarea lacunelor existente.

➤ **Definirea obiectivelor proiectului:**

- Stabilirea obiectivelor specifice ale proiectului, cum ar fi îmbunătățirea accesului la resursele de orientare și consiliere în carieră, creșterea gradului de conștientizare a opțiunilor de carieră și a necesității dezvoltării competențelor relevante.

➤ **Elaborarea unui plan de acțiune:**

- Identificarea strategiilor și activităților care vor fi implementate pentru a atinge obiectivele stabilite.
- Dezvoltarea unor programe educaționale și de consiliere, adaptate nevoilor specifice ale elevilor.

- Planificarea sesiunilor de consiliere individuală și în grup, ateliere de lucru, prezentări și alte activități relevante.

➤ **Implementarea și monitorizarea proiectului:**

- Implementarea planului de acțiune conform etapelor stabilite.
- Monitorizarea și evaluarea continuă a progresului și a impactului proiectului asupra elevilor.

- Adaptarea planului de acțiune, în funcție de feedback-ul primit și de schimbările în nevoile și circumstanțele elevilor.

➤ **Evaluarea și raportarea rezultatelor:**

- Evaluarea rezultatelor proiectului, în raport cu obiectivele stabilite inițial.
- Raportarea rezultatelor, pentru a îmbunătăți practicile viitoare de orientare și consiliere în carieră, în școli.

Prin urmarea acestor etape și prin implicarea activă a tuturor părților interesate, proiectul „Drumul spre succes” poate aborda eficient nevoile educaționale și de consiliere în carieră ale elevilor și poate contribui la dezvoltarea lor personală și profesională pe termen lung.

3. Implementarea proiectului

Implementarea proiectului a urmat o serie de pași structurați și bine coordonați pentru a asigura eficiența și succesul activităților. Acești pași au inclus: planificarea inițială, recrutarea participanților, desfășurarea activităților și evaluarea rezultatelor.

Pașii pentru implementare:

1. Planificarea inițială:

- **Definirea obiectivelor:** stabilirea obiectivelor principale ale proiectului, cum ar fi dezvoltarea abilităților profesionale și personale ale elevilor și orientarea lor în carieră.
- **Formarea echipei de proiect:** constituirea unei echipe multidisciplinare formată din consilieri școlari, profesori, mentori și organizatori.
- **Elaborarea calendarului activităților:** stabilirea unui calendar detaliat al activităților, cu termene clare pentru fiecare etapă a proiectului.

2. Recrutarea participanților:

- **Selecția școlilor partenere:** identificarea și contactarea școlilor care vor participa în proiect, încheierea parteneriatelor cu cele 13 școli.
- **Informarea și înscrierea elevilor:** organizarea de sesiuni de informare în școlile partenere, pentru a prezenta proiectul și a încuraja elevii să se înscrie.
- **Implicarea părinților:** aplicare de chestionare pentru a obține o perspectivă suplimentară asupra intereselor și abilităților elevilor.

3. Desfășurarea activităților:

- **Sesiuni de explorare a carierei și a abilităților individuale:**
 - Aplicarea chestionarelor elevilor și cadrelor didactice pentru a evalua abilitățile și interesele.
 - Organizarea de workshop-uri interactive pentru a explora diverse opțiuni de carieră.
- **Ateliere practice de dezvoltare a abilităților:**
 - Realizare de machete reprezentând meseriile viitoare sau instituțiile în care și-ar dori să lucreze.
 - Organizarea unei expoziții cu lucrările elevilor și a unui concurs de creativitate.

- **Sesiuni de consiliere individuală și mentorat:**
 - Oferirea de sesiuni de consiliere personalizate pentru fiecare elev.
 - Organizarea simpozionului "Pași către o carieră de succes" cu participarea profesioniștilor din diverse domenii, a elevilor și părinților.
- **Acordarea adeverințelor și diplomelor:**
 - Emiterea adeverințelor și a diplomelor pentru participarea activă și contribuția adusă.

4. **Evaluarea și monitorizarea proiectului:**

- **Colectarea feedback-ului:** aplicarea chestionarelor de feedback pentru elevi, părinți și cadre didactice, pentru a evalua impactul activităților.
- **Analiza indicatorilor de performanță:** evaluarea rezultatelor, în funcție de indicatorii de performanță stabiliți, cum ar fi numărul de participanți, gradul de satisfacție și progresele înregistrate.
- **Raportarea și diseminarea rezultatelor:** întocmirea unui raport final al proiectului și prezentarea acestuia în cadrul unei întâlniri cu toate părțile implicate, pentru a disemina bunele practici și a planifica următoarele etape.

Implementarea proiectului "Drumul spre succes" a urmat un proces bine structurat, asigurând astfel realizarea obiectivelor propuse și un impact pozitiv asupra elevilor. Fiecare pas a fost planificat și executat cu atenție, iar colaborarea cu școlile partenere și implicarea activă a elevilor, părinților și cadrelor didactice au fost esențiale pentru succesul proiectului.

3.1. Obiectivele proiectului

- **Identificarea abilităților și intereselor individuale**
- **Orientarea elevilor în alegerea unei cariere potrivite.**
- **Dezvoltarea abilităților de planificare și luare a deciziilor.**
- **Creșterea gradului de conștientizare privind oportunitățile de carieră disponibile.**
- **Furnizarea de suport și resurse pentru elevi, părinți și profesori.**

➤ **Identificarea abilităților și intereselor individuale**

Acest obiectiv a vizat ajutorarea elevilor să își descopere abilitățile și interesele unice, prin metode de evaluare personalizate, chestionare vocaționale și sesiuni de consiliere. Înțelegerea acestor aspecte a fost esențială pentru a face alegeri informate cu privire la viitoarea lor carieră și pentru a-i ajuta să își dezvolte potențialul maxim.

➤ **Orientarea elevilor în alegerea unei cariere potrivite**

Scopul acestui obiectiv a fost de a ghida elevii, în procesul de explorare a diverselor opțiuni de carieră și de a-i ajuta să ia decizii informate. Prin intermediul sesiunilor de consiliere, mentorat și activități practice, elevii au putut să identifice carierele care se aliniază cel mai bine cu abilitățile și interesele lor.

➤ **Dezvoltarea abilităților de planificare și luare a deciziilor**

Acest obiectiv a urmărit îmbunătățirea competențelor elevilor, în domeniul planificării și luării deciziilor. Activitățile din cadrul proiectului, cum ar fi atelierele practice și exercițiile de simulare, au fost concepute pentru a le dezvolta capacitatea de a planifica eficient și de a lua decizii informate și responsabile, atât în viața personală, cât și în carieră.

➤ **Creșterea gradului de conștientizare privind oportunitățile de carieră disponibile**

Acest obiectiv a avut ca scop informarea elevilor despre varietatea de oportunități de carieră existente pe piața muncii. Prin prezentări, vizite la companii, seminarii și resurse educaționale, elevii au dobândit o înțelegere clară a diferitelor domenii profesionale și a

cerințelor acestora, permițându-le să facă alegeri informate și să își stabilească obiective de carieră realiste.

➤ **Furnizarea de suport și resurse pentru elevi, părinți și profesori**

Acest obiectiv a urmărit să ofere un suport cuprinzător și resurse utile atât elevilor, cât și părinților și profesorilor. Prin ghiduri, sesiuni de informare și consiliere, acces la resurse educaționale, proiectul și-a propus să creeze un mediu de sprijin care să faciliteze dezvoltarea personală și profesională a elevilor, implicând totodată, activ, părinții și cadrele didactice în procesul de orientare școlară și consiliere în carieră.

➤ **Recrutarea participanților**

Recrutarea participanților pentru proiectul „Drumul spre succes” a fost un proces esențial care a asigurat implicarea activă și entuziastă a elevilor, cadrelor didactice și părinților. Acest proces a inclus mai multe etape bine definite pentru a garanta o selecție eficientă și reprezentativă a participanților.

❖ **Etape pentru recrutarea participanților:**

➤ **Identificarea școlilor partenere:**

- **Criterii de selecție:** au fost stabilite criterii clare pentru selectarea școlilor partenere, asigurând o diversitate geografică și un mix de școli urbane și rurale.
- **Contactarea școlilor:** școlile au fost contactate prin e-mail, telefon și vizite directe pentru a le prezenta proiectul și a le invita să participe.
- **Semnarea parteneriatelor:** au fost încheiate acorduri de parteneriat cu 13 școli interesate, stabilind responsabilitățile și contribuțiile fiecărei părți.

➤ **Informarea cadrelor didactice:**

- **Sesiuni de informare:** au fost organizate sesiuni de informare pentru cadrele didactice din școlile partenere, explicându-le obiectivele proiectului și rolul lor în implementare.
- **Distribuirea materialelor:** au fost distribuite materiale informative și ghiduri pentru cadrele didactice, oferindu-le instrumentele necesare pentru a sprijini elevii în participarea la proiect.

➤ **Campanie de informare pentru elevi:**

- **Prezentări în școli:** echipa de proiect a organizat prezentări în fiecare școală parteneră, explicând elevilor beneficiile participării și activitățile planificate.
- **Materiale de promovare:** au fost distribuite pliante, afișe și broșuri în școli pentru a atrage atenția elevilor și a-i motiva să se înscrie.
- **Sesiuni de Q&A:** au fost organizate sesiuni de întrebări și răspunsuri pentru a clarifica orice nelămuriri ale elevilor și pentru a le oferi detalii suplimentare despre proiect.

➤ **Înscrierea elevilor:**

- **Formulare de înscriere:** elevii interesați au completat formulare de înscriere, în care și-au exprimat dorința de a participa și și-au prezentat motivația.
- **Selecția elevilor:** au fost selectați elevii pe baza intereselor și a motivației exprimate, asigurând o reprezentare echitabilă a diferitelor clase și nivele de studiu.

➤ **Implicarea părinților:**

- **Informarea părinților:** părinții au fost informați despre proiect, prin intermediul ședințelor cu părinții și prin distribuirea de scrisori informative.
- **Chestionare pentru părinți:** părinții au completat chestionare pentru a oferi o perspectivă suplimentară asupra intereselor și abilităților copiilor lor.
- **Acord de participare:** părinții au semnat acorduri de participare, confirmând sprijinul lor pentru implicarea copiilor în proiect.

➤ **Formarea grupurilor de participanți:**

- **Distribuția elevilor în activități:** elevii au fost distribuiți în diverse activități și ateliere în funcție de interesele și abilitățile lor.
- **Alocarea mentorilor:** fiecare grup de elevi a fost alocat unui mentor care să-i ghideze și să le ofere sprijin pe parcursul proiectului.

Procesul de recrutare a participanților pentru proiectul „Drumul spre succes” a fost bine organizat și a implicat mai multe etape esențiale. Printr-o informare adecvată, selecție atentă și implicare activă a tuturor părților interesate, s-a asigurat o participare reprezentativă și entuziastă a elevilor, cadrelor didactice și părinților. Acest lucru a contribuit semnificativ la succesul proiectului și la atingerea obiectivelor sale.

**PROIECT EDUCATIV JUDEȚEAN
„Drumul spre succes”**

Ediția a I-a

FIȘĂ DE ÎNSCRIERE

Unitatea școlară:

Adresa unității școlare:

Telefon școală / cadru didactic:

Nume cadru didactic participant:

Specialitatea:

Clasa:

Adresa e-mail:

Nivel de învățământ:

Concurs: *Ateliere practice de dezvoltare a abilităților*

<i>Nr. crt.</i>	<i>Numele și prenumele elevului</i>	<i>Clasa</i>
1.		
2.		
3.		

Participare

- directă
- indirectă

Simpozion cadre didactice și elevi : *Pași către o carieră de succes*

<i>Nr. crt.</i>	<i>Denumirea materialului</i>	<i>Numele și prenumele autorului</i>
1.		
2.		

Participare - indirectă

- directă

INVITAȚIE

Școala Profesională Specială, structură la C.S.E.I. Aurora- Reșița

C.S.E.I. Primăvara -Reșița

vă invită să participați la activitatea

ATELIERE PRACTICE DE DEZVOLTARE A ABILITĂȚILOR

din cadrul proiectului de orientare școlară și consiliere în carieră

DRUMUL SPRE SUCCES

Ediția I, 2024

Proiectul se regăsește în CALENDARUL ACTIVITĂȚILOR EDUCATIVE JUDEȚENE al ISJ-CS, în anul școlar 2023-2024, Nr. 94 din 9.11.2023.

Evenimentul va avea loc în data de **18 aprilie 2024**, ora: 10:00, la sediul Școlii Profesionale Speciale, Strada Făgărașului, nr. 6, Reșița.

SECȚIUNEA I – CONCURS DE CREATIVITATE

SECȚIUNEA a II-a – SIMPOZION – *Pași către o carieră de succes*

Vă rugăm să confirmați participarea, până la data de **16 aprilie 2024**.

Vă mulțumim anticipat pentru interesul acordat și așteptăm cu nerăbdare să vă avem alături în această activitate importantă pentru dezvoltarea abilităților elevilor noștri.

Cu stimă,

Director ,

Coordonatori proiect

3.2. Încheiere de parteneriate

În cadrul proiectului „Drumul spre succes”, au fost încheiate parteneriate valoroase cu 13 școli participante. Aceste parteneriate au fost esențiale pentru realizarea activităților și pentru asigurarea unui impact pozitiv asupra unui număr cât mai mare de elevi.

Detalii parteneriate:

1. **Numărul de școli partenere:** 13 școli din diverse regiuni au fost implicate activ în proiect.
2. **Scopul parteneriatelor:** facilitarea schimbului de bune practici, coordonarea activităților comune și extinderea accesului la resurse educaționale și de consiliere.
3. **Activități desfășurate în colaborare:** sesiuni de explorare a carierei, ateliere practice de dezvoltare a abilităților, sesiuni de consiliere individuală și mentorat, și simpozionul „Pași către o carieră de succes”.

Impactul parteneriatelor:

1. **Creșterea numărului de beneficiari:** parteneriatele au permis extinderea proiectului, astfel încât mai mulți elevi să beneficieze de activitățile desfășurate.
2. **Îmbunătățirea colaborării între școli:** școlile partenere au colaborat strâns, împărțind resurse și expertiză pentru a asigura succesul activităților.
3. **Diversificarea activităților:** parteneriatele au contribuit la diversificarea și îmbunătățirea activităților desfășurate, oferind elevilor o gamă variată de oportunități de dezvoltare personală și profesională.

Încheierea parteneriatelor cu 13 școli participante a avut un rol crucial în implementarea proiectului „Drumul spre succes”. Aceste parteneriate au permis o mai bună coordonare a activităților, accesul la resurse suplimentare și un impact pozitiv mai mare asupra elevilor. Apreciam implicarea activă a tuturor școlilor partenere și ne dorim să continuăm colaborarea pentru a susține dezvoltarea tinerilor și a le oferi toate instrumentele necesare pentru a-și construi un viitor profesional de succes

Model:

**Centrul Școlar de Educație
Incluzivă „Aurora” Reșița**
Adresa: Aleea Tineretului, nr. 7
Telefon: 0255 221 266 /Fax: 0255-21.67.73
E-mail:centrulaurora@yahoo.com
Site: www.cseia.ro
Nr. /

Instituție parteneră

Nr. /

ACORD DE PARTENERIAT

Proiect județean
Drumul spre succes: Proiect de orientare școlară și consiliere în carieră
Ediția I
An școlar 2023- 2024

Încheiat între, **Centrul Școlar de Educație Incluzivă „Aurora” Reșița**, reprezentată prin _____ în calitate de director și prof _____ / în calitate de coordonator al proiectului și _____ reprezentată prin prof. _____, în calitate de director și de prof. _____, în calitate de partener în cadrul proiectului.

„Drumul spre succes”: Proiect de orientare școlară și consiliere în carieră reprezintă o inițiativă de colaborare între mai multe părți implicate, fiecare contribuind în mod semnificativ la succesul și eficacitatea proiectului.

Rolul și responsabilitățile organizatorilor:

Rolul și responsabilitățile organizatorilor în cadrul parteneriatului pentru proiectul județean "Drumul spre succes": Proiect de orientare școlară și consiliere în carieră sunt cruciale pentru asigurarea implementării eficiente și reușitei proiectului. Aceștia au responsabilități esențiale, care pot include, dar nu se limitează la următoarele:

- planificarea și organizarea proiectului;
- comunicarea eficientă;
- asigurarea spațiului și resurselor corespunzătoare desfășurării activităților din proiect;
- monitorizarea și evaluarea progresului;

- diseminarea rezultatelor proiectului.

Rolul și responsabilitățile partenerilor:

Partenerii implicați în proiect includ elevi din învățământul de masă și special; ei reprezintă beneficiarii direcți ai proiectului. Responsabilitatea lor constă în:

- participarea activă la activitățile desfășurate în cadrul proiectului;
- implicarea în programele de consiliere în carieră și în activitățile de orientare școlară;
- oferirea feedback-ului;
- colaborarea cu ceilalți parteneri pentru a se asigura că proiectul răspunde nevoilor și așteptărilor lor.

Cadrele didactice reprezintă factorul-cheie în implementarea proiectului. Acestea au rolul de a:

- furniza consiliere academică și suport emoțional pentru elevi;
- organiza și coordona activitățile de orientare școlară;
- facilita accesul elevilor la resursele și informațiile necesare pentru a-și dezvolta abilitățile și a-și contura o viziune clară asupra viitoarei lor cariere;

De asemenea, cadrele didactice au responsabilitatea de a :

- evalua progresul elevilor;
- oferi recomandări pentru îmbunătățirea continuă a procesului de consiliere în carieră.

Organizator,

Centrul Școlar de Educație
Incluzivă „Aurora” Reșița

Partener,

Director,

Director,

3.3. Metodologia activităților

Activitățile proiectului au fost structurate în mod sistematic, utilizând metode interactive și participative pentru a implica activ elevii și a le facilita procesul de învățare.

Activitatea 1: Sesiuni de explorare a carierei și a abilităților individuale

Activitățile de explorare a carierei și a abilităților individuale, din cadrul proiectului „Drumul spre succes”, au fost proiectate pentru a oferi elevilor o înțelegere aprofundată a propriilor aptitudini și a diverselor opțiuni de carieră disponibile. Metodologia acestor sesiuni a fost concepută pentru a fi interactivă și centrată pe elev, asigurând astfel un impact maxim asupra dezvoltării personale și profesionale a participanților.

➤ **Evaluarea inițială a elevilor**

Obiective:

- Determinarea intereselor, abilităților și preferințelor fiecărui elev.
- Identificarea punctelor forte și a ariilor de dezvoltare.

Metode:

- **Chestionare și teste de autoevaluare:** elevii au completat diverse chestionare și teste standardizate care evaluează interesele vocaționale și abilitățile individuale.
- **Interviuri individuale:** consilierii au realizat interviuri cu fiecare elev pentru a obține informații suplimentare și a înțelege mai bine contextul personal al fiecăruia.

➤ **Sesiuni de informare și educație**

Obiective:

- Informarea elevilor despre diverse cariere și cerințele acestora.
- Oferirea de cunoștințe privind piața muncii și oportunitățile de angajare.

Metode:

- **Prezentări și seminarii:** specialiști din diverse domenii au fost invitați să țină prezentări despre carierele lor, oferind o perspectivă reală asupra a ceea ce implică fiecare profesie.
 - **Materiale educaționale:** broșuri, videoclipuri și alte resurse informative au fost distribuite elevilor pentru a le facilita înțelegerea diverselor opțiuni de carieră.
- **Ateliere practice**

Obiective:

- Dezvoltarea abilităților practice și a competențelor necesare pentru diverse cariere.
- Stimularea gândirii critice și a capacității de luare a deciziilor.

Metode:

- **Simulări și exerciții practice:** elevii au participat la activități practice care simulează situații reale de muncă, cum ar fi rezolvarea de probleme, lucrul în echipă și managementul proiectelor.
 - **Proiecte de grup:** elevii au lucrat în echipe pentru a dezvolta proiecte care reflectă provocările și cerințele diverselor domenii profesionale.
- **Consiliere personalizată**

Obiective:

- Oferirea de suport individualizat pentru fiecare elev, în funcție de nevoile și obiectivele sale specifice.
- Crearea unui plan de carieră personalizat pentru fiecare participant.

Metode:

- **Sesiuni de consiliere individuală:** consilierii au lucrat direct cu fiecare elev pentru a discuta rezultatele evaluărilor și pentru a oferi ghidare în stabilirea obiectivelor de carieră.
- **Mentorat:** elevii au fost conectați cu mentori din diverse domenii profesionale care i-au ghidat și i-au oferit sfaturi practice privind dezvoltarea lor profesională.

➤ Evaluarea și feedback-ul

Obiective:

- Monitorizarea progresului fiecărui elev.
- Ajustarea strategiilor de consiliere în funcție de feedback-ul primit.

Metode:

- **Evaluări periodice:** performanța și progresul elevilor au fost evaluate în mod regulat pentru a identifica succesele și ariile care necesită îmbunătățiri.
- **Sondaje de feedback:** elevii au completat sondaje pentru a oferi feedback despre eficiența sesiunilor și despre suportul primit.

Această metodologie comprehensivă a fost gândită pentru a asigura o abordare holistică și personalizată, în explorarea carierei și dezvoltarea abilităților individuale, contribuind astfel la succesul pe termen lung al fiecărui participant.

Activitatea 2: *Ateliere practice de dezvoltare a abilităților*

Atelierele practice de dezvoltare a abilităților, din cadrul proiectului "Drumul spre succes" au fost concepute pentru a oferi elevilor oportunitatea de a dobândi și perfecționa competențe esențiale pentru carierele lor viitoare. Aceste ateliere au fost structurate astfel încât să fie interactive, relevante și orientate spre aplicabilitatea practică.

➤ Stabilirea obiectivelor atelierelor

Obiective:

- Dezvoltarea abilităților practice necesare în diverse domenii profesionale.
- Îmbunătățirea capacităților de comunicare, colaborare și rezolvare a problemelor.
- Facilitarea tranziției de la mediul educațional la cel profesional.

Metode:

- **Identificarea nevoilor:** consultarea cu elevii, profesorii și consilierii pentru a stabili care sunt abilitățile prioritare de dezvoltat.
 - **Definirea obiectivelor specifice:** stabilirea unor obiective clare și măsurabile pentru fiecare atelier, în funcție de competențele vizate.
- **Planificarea și organizarea atelierelor**

Obiective:

- Crearea unui cadru structurat și eficient pentru desfășurarea atelierelor.
- Asigurarea resurselor necesare și a unui mediu de învățare optim.

Metode:

- **Programarea atelierelor:** elaborarea unui calendar detaliat care să includă durata, frecvența și locația atelierului.
 - **Alocarea resurselor:** asigurarea materialelor, echipamentelor și spațiului necesar pentru desfășurarea activităților practice.
- **Desfășurarea activităților practice**

Obiective:

- Oferirea de experiențe practice relevante și aplicabile în viața profesională.
- Încurajarea participării active și a învățării prin practică.

Metode:

- **Exerciții și simulări:** activitățile au inclus exerciții practice și simulări ale unor situații reale de muncă, cum ar fi gestionarea unui proiect, rezolvarea de probleme complexe și luarea deciziilor.
- **Studiu de caz:** analiza unor studii de caz relevante pentru a permite elevilor să aplice cunoștințele teoretice în situații concrete.
- **Jocuri de rol:** elevii au participat la jocuri de rol pentru a exersa abilitățile de comunicare, negociere și colaborare în diverse contexte profesionale.

- **Proiecte de grup:** dezvoltarea unor proiecte, în echipă, pentru a stimula abilitățile de colaborare, planificare și execuție.

➤ **Evaluarea performanței și feedback-ul**

Obiective:

- Monitorizarea progresului și performanței elevilor în cadrul atelierelor.
- Oferirea de feedback constructiv pentru îmbunătățirea continuă a abilităților.

Metode:

- **Observație directă:** cadrele didactice îndrumătoare au evaluat performanța elevilor, prin observație directă în timpul activităților practice.
- **Fișe de evaluare:** utilizarea fișelor de evaluare pentru a măsura atingerea obiectivelor specifice și a competențelor dezvoltate.
- **Sesiuni de feedback:** organizarea de sesiuni de feedback individuale și de grup pentru a discuta performanțele, dificultățile întâmpinate și strategiile de îmbunătățire.
- **Autoevaluare:** încurajarea elevilor să-și evalueze propriile abilități și progresul, pentru a dezvolta o înțelegere critică și autonomă a propriilor competențe.

➤ **5 Concluzii și recomandări**

Obiective:

- Sinteza rezultatelor obținute în urma atelierelor.
- Formularea de recomandări pentru viitoarele sesiuni de dezvoltare a abilităților.

Metode:

- Expoziție cu machetele realizate: expoziția a reunit o varietate de lucrări/machete care au reflectat talentul, creativitatea și abilitățile dezvoltate de elevi. Fiecare lucrare expusă a fost rezultatul dedicării și efortului depus de elevi în procesul de învățare și perfecționare a competențelor lor practice, tehnice și artistice.

Scopul acestei expoziții a fost de a recunoaște și de a celebra realizările elevilor noștri, oferindu-le posibilitatea de a-și prezenta munca.

➤ **Participanți și vizitatori**

Expoziția a fost deschisă tuturor celor interesați să descopere și să aprecieze munca tinerelor talente. Am invitat părinții, colegii, profesorii și membrii comunității să vină și să susțină eforturile elevilor noștri.

- **Raport de activitate:** Elaborarea unui raport detaliat care a inclus obiectivele atinse, metodele folosite, rezultatele obținute și lecțiile învățate.
- **Recomandări:** Formularea de recomandări pentru îmbunătățirea viitoarelor ateliere, pe baza feedback-ului primit și a evaluărilor realizate.

Această metodologie comprehensivă, pentru atelierele practice de dezvoltare a abilităților, a asigurat o abordare structurată și eficientă, contribuind astfel la pregătirea elevilor pentru succesul în carierele lor viitoare.

3. Activitatea 3: *Sesiuni de consiliere individuală și mentorat*

Sesiunile de consiliere individuală și mentorat din cadrul proiectului "Drumul spre succes" au fost esențiale pentru a oferi suport personalizat și ghidare elevilor, în procesul lor de orientare școlară și profesională. Această metodologie a fost concepută pentru a fi centrată pe nevoile fiecărui elev, asigurându-se că fiecare participant primește atenția și resursele necesare pentru a-și atinge potențialul maxim.

➤ **Evaluarea inițială a elevilor**

Obiective:

- Înțelegerea nevoilor, intereselor și obiectivelor fiecărui elev.
- Stabilirea unui plan personalizat de consiliere și mentorat.

Metode:

- **Chestionare de autoevaluare:** elevii au completat chestionare care evaluează interesele lor vocaționale, abilitățile și aspirațiile profesionale.
- **Interviuri inițiale:** consilierii au realizat interviuri individuale pentru a cunoaște mai bine elevii și pentru a identifica nevoile specifice ale fiecăruia.

➤ **Stabilirea obiectivelor și planificarea**

Obiective:

- Crearea unui plan de consiliere personalizat pentru fiecare elev.
- Definirea unor obiective clare și măsurabile pe termen scurt și lung.

Metode:

- **Stabilirea obiectivelor:** în colaborare cu fiecare elev, consilierii au stabilit obiective specifice și realiste, care să ghideze procesul de consiliere și mentorat.
- **Planificarea sesiunilor:** elaborarea unui calendar de întâlniri regulate, adaptat nevoilor și disponibilității elevilor.

➤ **Desfășurarea sesiunilor de consiliere individuală**

Obiective:

- Oferirea de suport personalizat pentru dezvoltarea personală și profesională a elevilor.
- Ghidarea elevilor în luarea deciziilor informate privind cariera și educația.

Metode:

- **Întâlniri față în față:** consilierii au avut sesiuni individuale cu fiecare elev, discutând aspecte legate de carieră, educație, interese și abilități personale.
- **Evaluare continuă:** monitorizarea progresului și ajustarea planurilor de consiliere în funcție de evoluția și nevoile elevilor.
- **Suport emoțional:** oferirea de suport emoțional și motivațional pentru a ajuta elevii să facă față provocărilor și să-și mențină motivația.

➤ **Programul de mentorat**

Obiective:

- Crearea unei rețele de suport profesional pentru elevi.
- Oferirea de sfaturi practice și orientare din partea mentorilor experimentați.

Metode:

- **Întâlniri regulate:** organizarea de întâlniri periodice între mentori și elevi pentru a discuta progresul, provocările și oportunitățile de dezvoltare.
- **Activități de mentorat:** participarea la activități practice, cum ar fi shadowing-ul la locul de muncă, workshop-uri și evenimente de networking.

➤ **Evaluarea și feedback-ul**

Obiective:

- Monitorizarea eficienței sesiunilor de consiliere și mentorat.
- Ajustarea strategiilor de consiliere pe baza feedback-ului primit.

Metode:

- **Evaluări periodice:** utilizarea de chestionare și interviuri pentru a evalua progresul și impactul sesiunilor de consiliere și mentorat.
- **Sesiuni de feedback:** Organizarea de sesiuni de feedback pentru a discuta rezultatele și a identifica ariile de îmbunătățire.
- **Raportare:** elaborarea de rapoarte periodice care documentează progresul elevilor și eficiența programului de consiliere și mentorat.

➤ **Concluzii și recomandări**

Obiective:

- Sinteza rezultatelor obținute și identificarea lecțiilor învățate.
- Formularea de recomandări pentru îmbunătățirea viitoarelor programe de consiliere și mentorat.

Metode:

- **Analiza datelor:** analizarea datelor colectate în timpul evaluărilor pentru a identifica tendințe și rezultate semnificative.
- **Recomandări:** formularea de recomandări bazate pe experiențele și feedback-ul primit pentru a optimiza viitoarele sesiuni de consiliere și mentorat.

Această metodologie pentru sesiuni de consiliere individuală și mentorat asigură o abordare personalizată și eficientă, contribuind astfel la dezvoltarea personală și profesională a fiecărui elev participant în cadrul proiectului „Drumul spre succes”.

3.4. Descrierea activităților desfășurate

Activitatea 1: Sesiuni de explorare a carierei și a abilităților individuale

În cadrul acestei activități, am organizat sesiuni destinate explorării carierei și identificării abilităților individuale ale elevilor. Principalul obiectiv a fost să oferim participanților o mai bună înțelegere a opțiunilor de carieră disponibile, precum și să îi ajutăm să-și descopere punctele forte și domeniile în care ar putea excela.

Desfășurarea activităților:

- Chestionare aplicate elevilor:
 - Scop: identificarea intereselor, aptitudinilor și preferințelor elevilor în ceea ce privește viitoarele cariere.
 - Metodologie: elevii au completat chestionare, care au inclus întrebări referitoare la hobby-uri, activități preferate, materii școlare favorite, și tipuri de sarcini pe care le consideră atractive sau provocatoare.
 - Analiză: rezultatele chestionarelor au fost analizate pentru a oferi fiecărui elev un feedback personalizat cu privire la potențialele cariere care s-ar potrivi profilului său.

- Chestionare aplicate cadrelor didactice:
 - Scop: obținerea unei perspective obiective asupra abilităților și comportamentului elevilor din partea profesorilor.
 - Metodologie: cadrele didactice au completat chestionare care au evaluat abilitățile academice și non-academice ale elevilor, precum și atitudinea acestora în cadrul activităților școlare și extrașcolare.
 - Analiză: informațiile obținute au fost corelate cu datele de la elevi pentru a crea un profil complet și bine fundamentat al fiecărui elev.

- Chestionare aplicate părinților:
 - Scop: obținerea unei perspective suplimentare asupra intereselor, abilităților și aspirațiilor elevilor din punctul de vedere al părinților.

- Metodologie: părinții au completat chestionare care au inclus întrebări referitoare la observațiile lor despre abilitățile și interesele copiilor, aspirațiile de carieră, și sprijinul pe care îl oferă acasă pentru dezvoltarea acestora.
- Analiză: răspunsurile părinților au fost analizate și corelate cu datele obținute de la elevi și cadre didactice pentru a construi un profil complet și bine fundamentat al fiecărui elev.
- Feedback: informațiile colectate de la părinți au fost utilizate pentru a oferi elevilor un feedback mai cuprinzător și pentru a ajusta strategiile de consiliere și mentorat.

➤ Feedback și consiliere:

- Prezentarea rezultatelor: elevii au primit rapoarte detaliate despre rezultatele chestionarelor, subliniind punctele forte și domeniile de interes pentru carierele viitoare.
- Sesiuni de consiliere: s-au organizat sesiuni individuale de consiliere, unde consilierii școlari au discutat cu elevii despre rezultatele obținute și le-au oferit recomandări personalizate pentru dezvoltarea carierei.
- Workshop-uri și prezentări: au fost desfășurate workshop-uri și prezentări pe diverse teme de interes legate de carieră, în cadrul cărora elevii au avut ocazia să interacționeze cu profesioniști din diverse domenii și să afle mai multe despre traseele lor profesionale.

Prin implementarea acestei activități, elevii au beneficiat de o evaluare comprehensivă a abilităților și intereselor lor, primind îndrumări valoroase pentru alegerea unui traseu profesional adecvat. Participarea activă a cadrelor didactice a asigurat o evaluare obiectivă și detaliată, contribuind la succesul sesiunilor de explorare a carierei.

Chestionar pentru elevi

1. Ce meserie/profesie/carieră vă interesează și de ce?

2. Care considerați că sunt punctele forte ale dumneavoastră în ceea ce privește abilitățile și interesele legate de o meserie/profesie/carieră ?

3. Ce dificultăți întâmpinați în luarea deciziilor privind meseria/profesia/cariera voastră viitoare?

4. Ce resurse (cum ar fi teste de orientare profesională, consiliere școlară, programe de mentorat etc.) v-ați dori să fie disponibile pentru a vă ajuta să faceți alegeri informate în ceea ce privește meseria/profesia/cariera?

5. Cum credeți că ar putea școala să vă ajute mai bine în procesul de orientare și consiliere în carieră?

Chestionar pentru părinți

1. Care sunt principalele preocupări ale dumneavoastră în ceea ce privește orientarea în carieră a copilului dumneavoastră?

2. Ce rol credeți că ar trebui să aibă școala în sprijinirea copilului dumneavoastră în luarea deciziilor legate de carieră?

3. Ce resurse sau servicii de consiliere ați dori să fie disponibile pentru a vă sprijini copilul în procesul de orientare și consiliere în carieră?

4. Credeți că sunteți suficient de informați în ceea ce privește opțiunile de carieră disponibile pentru copilul dumneavoastră?

5. Cum credeți că puteți contribui la sprijinirea copilului dumneavoastră în explorarea și dezvoltarea carierei sale?

Chestionar pentru cadre didactice

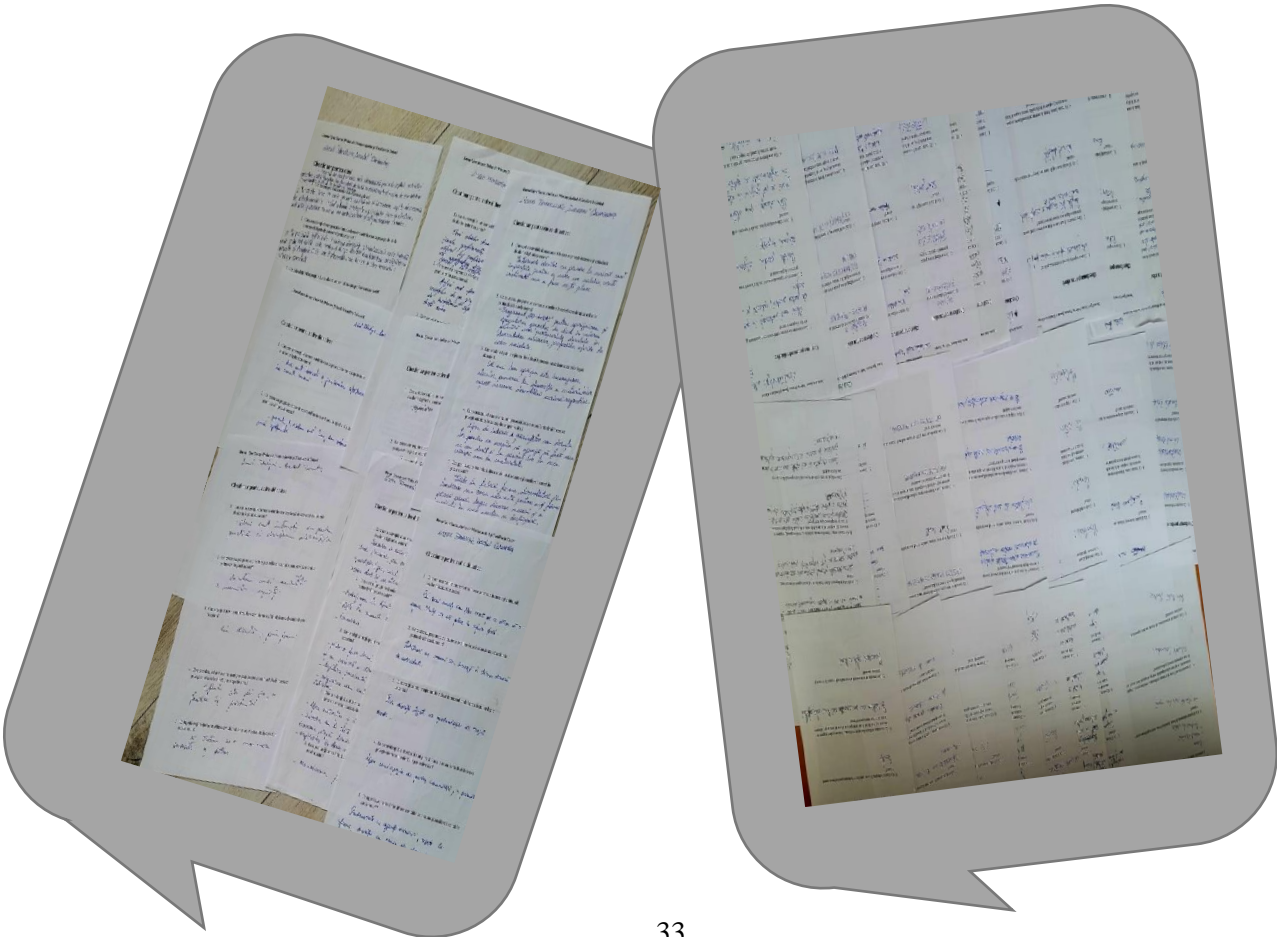
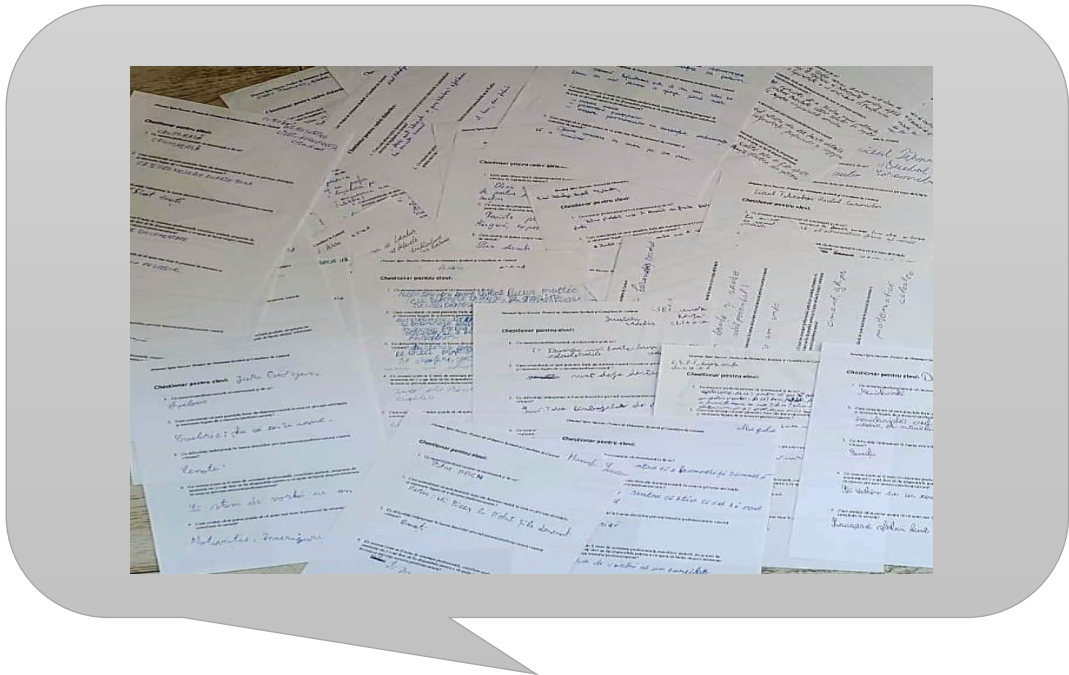
1. Care sunt observațiile dumneavoastră în ceea ce privește interesele și aptitudinile elevilor în legătură cu cariera?

2. Ce resurse sau programe de orientare și consiliere în carieră considerați că ar fi utile pentru elevi, în școala noastră?

3. Cum credeți că puteți sprijini, mai bine, elevii în procesul lor de luare a deciziilor legate de carieră?

4. Care considerați că sunt cele mai mari provocări cu care se confruntă elevii în ceea ce privește orientarea în carieră, din perspectiva dvs.?

5. Ce sugestii aveți pentru îmbunătățirea serviciilor de orientare și consiliere în carieră în școala noastră?



Activitatea 2: *Ateliere practice de dezvoltare a abilităților*

În cadrul acestei activități, elevii au participat la ateliere practice menite să dezvolte abilitățile creative și să-i ajute să vizualizeze viitorul lor profesional. Activitatea principală a constat în realizarea unei machete care să reprezinte meseria viitoare sau instituția în care și-ar dori să lucreze.

Desfășurarea activităților:

➤ **Introducerea și planificarea activității:**

- **Scop:** stimularea creativității și a gândirii critice în legătură cu viitoarele cariere ale elevilor.
- **Introducere:** elevii au fost introduși în activitate prin prezentări despre diverse meserii și instituții, oferindu-le o imagine de ansamblu asupra posibilităților de carieră.

➤ **Realizarea machetelor:**

- **Material:** elevii au avut la dispoziție diverse materiale (carton, hârtie colorată, lipici, vopsele, obiecte reciclate etc.) pentru a-și construi machetele.
- **Metodologie:** fiecare elev a fost încurajat să aleagă o meserie sau o instituție care îi pasionează și să creeze o machetă detaliată, reprezentând elementele cheie ale acestora.
- **Suport:** profesorii și consilierii au oferit îndrumare și suport pe parcursul realizării machetelor, răspunzând întrebărilor și oferind sugestii.

➤ **Concurs de creativitate:**

- **Evaluare:** machetele finalizate au fost evaluate de un juriu format din profesori și invitați speciali, pe baza unor criterii precum originalitatea, complexitatea, creativitatea și relevanța față de tema aleasă.
- **Premiere:** cele mai impresionante și creative machete au fost premiate în cadrul unui concurs, iar câștigătorii au primit diplome și premii simbolice.

➤ **Expoziția lucrărilor:**

- **Organizare:** toate machetele realizate de elevi au fost expuse într-un spațiu special amenajat în școală, accesibil tuturor elevilor, părinților și cadrelor didactice.
- **Vernisaj:** a avut loc un vernisaj oficial, unde elevii au prezentat machetele și au explicat raționamentul din spatele alegerii meseriei sau instituției reprezentate.
- **Feedback:** vizitatorii expoziției au avut ocazia să ofere feedback scris pentru lucrările elevilor, contribuind astfel la dezvoltarea încrederii în sine și a spiritului critic al acestora.

Lucrări prezentate la concursul de creativitate

1. *Design rustic exterior*, Centrul Școlar De Educație Incluzivă *Aurora-Reșița/Școala Profesională Specială*

Elevi: Jura Georgiana, Derbac Maria, Necșa Cristiana ,
Coordonatori: Petanec Bogdan Claudiu, Stîrcu Loredana Mirela

2. *Vulcanul*, Centrul Școlar De Educație Incluzivă „Primăvara”, Reșița

Elevi: Dumitraș Andrei, Nină Mario, Vlad Samuel
Coordonatori: Nagy Ofelia Cristina, Goșa Elena

3. *Line Follower*, *Autovehicul comandat cu ajutorul unei aplicații smartphone - Android*- Colegiul Tehnic Reșița

Elevi: Măduță Andrei, Balog Agneta, Rădulescu Denisa Elena
Coordonatori: Vesa Rodica, Timofte Stelică

4. *Coș cu ouă*, Centrul Școlar De Educație Incluzivă *Aurora- Reșița/Școala Profesională Specială*

Elevi : Caiman Andreea, Bălău Sonia, Andriuță Rebeca
Coordonatori: Marcu Lenuța Loredana, Rancu Dalina Elena

5. *Rochiță de blugi*, Centrul Școlar De Educație Incluzivă *Aurora- Reșița/Școala Profesională Specială*

Elevi : Jura Georgiana, Derbac Maria, Necșa Cristiana
Coordonatori: Ienea Iosif, Cască Iuliana Mariana Floriana

6. *Profesia de militar*, Grădinița P.P. 14 - Timișoara

Preșcolari: Lupean Ștefan, Butnaru Luka, Șotângă Matei
Coordonatori: Bena Daniela, Oprea Daiana

7. *Oieritul în comunitatea creșovenească*, Liceul Teoretic Bilingv Româno-Croat, Carașova

Elevi: Brindea Fischer Bianca, Mita Miriana, Sau Lavinia
Coordonatori: Rădulescu Gabriela Florina, Micliuc Diana Maria

8. *Viitori croitori*, Centrul Școlar De Educație Incluzivă „Primăvara”, Reșița

Elevi : Boulescu Mihnea Patric, Guran Mario Gabriel, Ilica Maria Elena
Coordonatori: Petanec Alina, Bota Călin.

9. *Mecanicul creativ*, Centrul Școlar De Educație Incluzivă *Aurora- Reșița/Școala Profesională Specială*

Elevi: Tuli Valentin, Ciapsa Mario Silvestro
Coordonatori: Bogdan Ionela Mariana, Bogdan Sorin Laurențiu

Exemple de prezentări ale participanților:

Design rustic exterior

Concursul de creativitate - Ateliere practice de dezvoltare a abilităților
din cadrul proiectului județean de orientare școlară și consiliere în carieră
DRUMUL SPRE SUCCES, Ediția I, 2024.

Elevi: Jura Georgiana
Derbac Maria
Necșa Maria Cristiana

Coordonatori: Prof. Petanec Bogdan Claudiu
Prof. psihoped. Stîrcu Loredana



Scurte detalii

- ▶ Micul univers rustic realizat pe o bază de polistiren extrudat cu dimensiunea de 30x40 cm.
- ▶ Au fost utilizate materiale precum : pietre, lemn (scobitori, țepușe pentru frigărui, paletine), lac de unghii (vopsirea apei), licheni naturali stabilizați (iarba, coroana pomilor, tufișuri, etc.), iarbă decorativă pentru simularea în miniatură a fânului.
- ▶ Lipirea a fost realizată la cald cu pistoale specifice acestei tehnici.
- ▶ Instalația de iluminat a fost modificată prin adăugarea unui motorăș de imprimantă care angrenează elicea morii.

Munca depusă...







Motoraşul



Curcubeu din vapori de apă



Vă mulțumim !



VULCANUL

CENTRUL ȘCOLAR DE EDUCAȚIE INCLUZIVĂ „PRIMĂVARA”, REȘIȚA

ELEVI: DUMITRAȘ ANDREI, NINĂ MARIO, VLAD SAMUEL

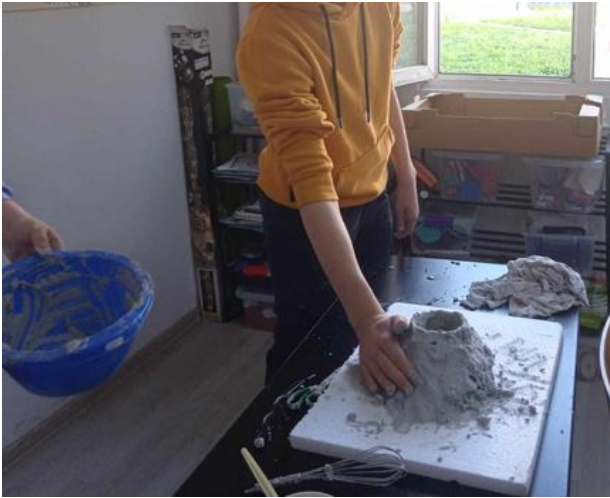
COORDONATORI: NAGY OFELIA CRISTINA, GOȘA ELENA

ARGUMENT

Despre vulcan pe înțelegerea copiilor am discutat la clasă pe tema factoriilor ce contribuie la producerea cutremurelor și cel mai bine au înțeles după ce am realizat un experiment sugestiv de erupție. Elevii au dorit să știe cum îl cheamă pe „omul” care detectează cutremurele și care studiază muntele vulcanic și au descoperit că se numește vulcanolog. Vulcanologul este un geolog specialist în vulcanologie. Vulcanologia este știința care se ocupă cu studiul activității vulcanilor și a fenomenelor geologice.

În cadrul disciplinei „Activități Practice și de Preprofesionalizare”, apelăm la clasă la materiale de lucru ca: lut, ipsos, pietre din natură, matrițe pentru forme diverse, astfel am considerat că materialul cel mai potrivit pentru a face un vulcan este ipsosul, iar procedura cea mai eficientă este modelarea, deoarece asigură o experiență senzorială directă cu materiale din lucru.

Etapele de lucru au presupus parcurgerea următoarelor secvențe de lucru: identificarea materialelor de lucru și a resurselor disponibile la nivelul clasei (ipsos, apă, castron, tel, un pahar de plastic, prosop, pensule și tempera sau acuarele pentru pictat vulcanul, hârtie, plastilină, ace de birou); s-a preparat aluatul de ipsos într-un bol, având o consistență mai groasă, apoi s-a turnat în jurul paharului acest aluat ce avea să ia forma unui munte, după ce s-a lăsat la uscat aluatul de ipsos, am trecut la etapa de pictare prin pensulare a vulcanului, apoi am modelat din plastilină câțiva pomi puși pe agrafe de birou și un omuleț pe care l-am denumit vulcanolog.





Line Follower

CONCEPȚIA, PROIECTAREA CONSTRUCTIVĂ ȘI CONTROLUL UNUI AUTOVEHICUL
UTILIZĂND ARDUINO

Cadru didactic coordonator : **Prof. ing. Vesa Rodica; Prof. ing. Timofte Stelică.**

Elevi: Măduța Andrei Mihai – cl. a X a
Balog Agneta Sunita – cl. a XII a
Rădulescu Denisa Elena – cl. a IX a

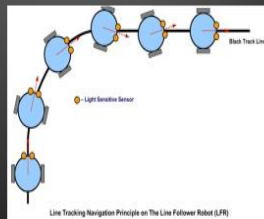
2024

Introducere

- ▶ Scopul proiectului este de a realiza un dispozitiv de tip Line Follower care presupune urmărirea unei linii negre pe fond alb (sau invers) prin intermediul unor senzori de lumină.

Alegerea produsului;

- ▶ Beneficiul acestui tip de autovehicul este faptul că se poate adapta la vehiculele care se pot conduce independent. În cazul nostru senzorii sunt cei care ne permit să realizăm o deplasare independentă.
- ▶ Programarea ne permite să adaptăm proiectul la noi cerințe sau să modificăm într-un timp scurt anumiți parametrii.



Specificații

Ca și tehnologii am folosit următoarele aplicații și componente:

- ▶ Arduino 1.8
- ▶ Bluetooth RC Controller
- ▶ Driver de motoare L293d
- ▶ Șasiu 2WD
- ▶ Motoare
- ▶ Arduino uno- r3

Arduino

- ▶ Arduino este o platformă open source utilizată pentru construirea de proiecte electronice. Arduino constă atât dintr-o placă de circuite programabile fizic (adesea menționată ca un microcontroler), cât și dintr-o parte de software care rulează pe calculatorul inițiatorului, folosit pentru a scrie și a încărca codul sursă la placa fizică.



Alegerea materialelor

- ▶ Transmisie Tamiya cu roți de cauciuc

Producător	Tamiya
Tip motor	DC, cu transmisie
Tensiune alimentare	3 - 6 V DC
Raport de transmisie	204:1
Moment de torsiune	Max. 3.6 mNm
Curent de lucru maxim	2.1 A
Curent de lucru	150 mA
Diametru ax	3 mm
Rotatii nominale motor	12300 rot/min



Arduino UNO V3



Microcontroler	ATmega328
Tensiune de lucru	5 V
Tensiune de intrare (recomandat)	7 - 12 V
Tensiune de intrare (limit)	6 - 20 V
Pini digitali	14 (6 PWM output)
Pini analogici	6
Intensitate de ieșire	40 mA
Intensitate de ieșire pe 3.3 V	50 mA
Flash memory	30 KB (ATmega328) 0.5 KB pentru bootloader
SRAM	2 KB (ATmega328)
EEPROM	1 KB (ATmega328)
Clock speed	16 MHz

Arduino uno V3

- ▶ Platformă de procesare open-source bazată pe software și hardware flexibil
- ▶ Are dimensiuni mici 68mm/53mm
- ▶ Este capabilă de a prelua date din mediul înconjurător printr-o serie de senzori și de a efectua acțiuni asupra mediului prin intermediul luminilor, motoarelor, servomotoarelor și a altor tipuri de dispozitive mecanice.



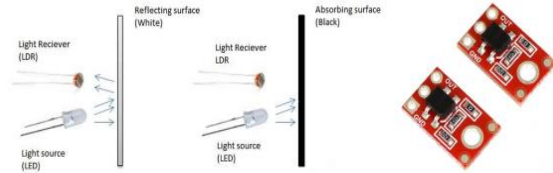
Driver de motoare L298

Este utilizat pentru controlul motoarelor de curent continuu folosind placa Arduino. Arduino este capabil să scoată pe porturile lui o putere foarte mică, total insuficientă pentru a învârti un motor.



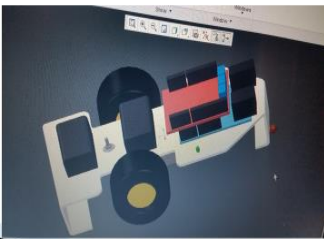
Senzor analog QTR-1A

Tensiune de alimentare	3.3 - 5 V
Curent	25 mA
Dimensiuni	7.62x13.97 mm

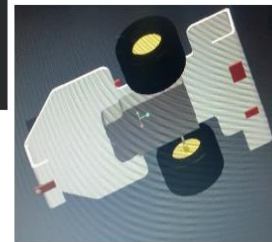


Construcția șasiului: este din material plastic, având următoarele componente:

- Transmisie Tamiya
- 2 roți
- Arduino UNO V3
- Driver de motoare L298
- 2 senzori QTR - 1A
- Comutator ON/ON
- Conectori
- 2 baterii de 9V
- 2 LED-uri



Modelarea 3D a produsului



Program Arduino

```

#define SENZOR_LINIE1 A0 // declarare senzor 1
#define SENZOR_LINIE2 A1 // declarare senzor 2
#define PRAG 500 // declarare prag senzor
#define SPEED_80 // declarare viteza la mers
int MOTOR1_PIN1 = 1; // initializați pini motor 1 semnal PWM motor A
int MOTOR1_PIN2 = 5; // initializați pini motor 1 directie motor A
int MOTOR2_PIN1 = 6; // initializați pini motor 2 semnal PWM motor B
int MOTOR2_PIN2 = 9; // initializați pini motor 2 directie motor B
void setup()
{
  pinMode(MOTOR1_PIN1, OUTPUT); // declarare pini ca iesiri
  pinMode(MOTOR1_PIN2, OUTPUT); // declarare pini ca iesiri
  pinMode(MOTOR2_PIN1, OUTPUT); // declarare pini ca iesiri
  pinMode(MOTOR2_PIN2, OUTPUT); // declarare pini ca iesiri
  Serial.begin(9600);
  void teste();
  [ set sensorLeftValue = analogRead(SENZOR_LINIE1); // citire valoare senzor
  set sensorRightValue = analogRead(SENZOR_LINIE2); // citire valoare senzor 2
  Serial.println("SENZOR 1: ");
  Serial.println(sensorLeftValue); // afisare valoare senzor 1
  Serial.println("SENZOR 2: ");
  Serial.println(sensorRightValue); // afisare valoare senzor 2
  delay(1); // pauza
  //Incluză stânga - dreapta
  if (sensorLeftValue < PRAG && sensorRightValue < PRAG) {
    // comparare valoare senzor cu Prag
    goSpeed(SPEED); // merge cu aceeași viteză la ambele motoare }
  if (sensorRightValue < PRAG && sensorLeftValue > PRAG)
    // comparare valoare senzor cu Prag
    goLeft(); // oprire mers
  } else {
    // motorul stânga merge cu valoarea SPEED, motorul dreapta oprit
    analogWrite(MOTOR1_PIN1, SPEED);
    // semnal PWM motor dreapta egal cu valoarea SPEED
    digitalWrite(MOTOR2_PIN2, HIGH);
    // motorul dreapta se rotește în sens invers față de motor stânga
    delay(20);
    // comparare valoare senzor cu Prag
    if (sensorLeftValue < PRAG && sensorRightValue > PRAG) {
      goRight(); // oprire mers
      delay(10);
      // setarea parametrilor funcției 'go', astfel încât motoarele să aibă viteză SPEED '1'
      void goLeft(SPEED, int speedRight) {
        analogWrite(MOTOR1_PIN1, speedLeft);
        analogWrite(MOTOR2_PIN2, 0);
      } else {
        analogWrite(MOTOR1_PIN1, 0);
        analogWrite(MOTOR2_PIN2, -speedLeft);
      }
    } if (speedRight > 0) {
      analogWrite(MOTOR2_PIN1, speedRight);
      analogWrite(MOTOR2_PIN2, 0);
    } else {
      analogWrite(MOTOR2_PIN1, 0);
      analogWrite(MOTOR2_PIN2, -speedRight);
    }
  }
}

```

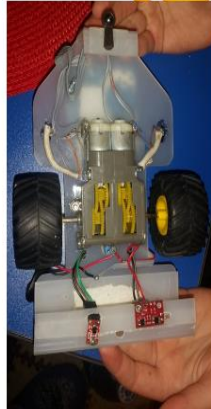
Realizarea ansamblului



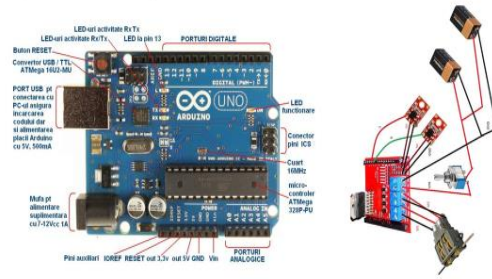
Probe - constatări - evaluare - posibilități de dezvoltare



► Schimbarea rotii conduse



Probe - constatări - evaluare - posibilități de dezvoltare

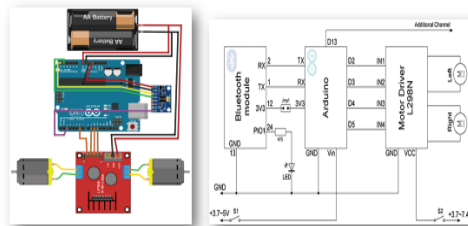


Din 15 porturi digitale folosim două

Analiză, reproiectare, implementare

- Obiectivul principal a fost acela de a reuși cu anumite componente să construim un autovehicul respectiv un echipament, care să funcționeze cu ajutorul unei aplicații smartphone android.
- Proiectul are aplicație practică, rezultatul fiind concepția, proiectarea și testarea unui autovehicul controlat de o aplicație.

Schema tehnică a circuitului electronic (Schema de montaj)



Schema circuitului electronic pe componente

Circuitul electric schematic

Arhitectura software

- Fiecare program Arduino este împărțit în două secțiuni. Secțiunea de setup ce se va rula o singură dată în momentul în care se alimentează placa, ori se va apăsa butonul de reset, cât și secțiunea de loop, care se va rula în ciclu, cât timp placa este alimentată.

```

void setup() {
//
}
void loop() {
//
}.
    
```

Concluzii

- Scopul cheie a fost acela de a dezvolta o aplicație care să poată să controleze un autovehicul electric, iar încercarea abordată a fost un succes.
- Cu această aplicație se va continua, pentru concepția unui minirobot de urmărire a unui traseu tehnologic.



Autovehicul comandat cu ajutorul unei aplicații smartphone android

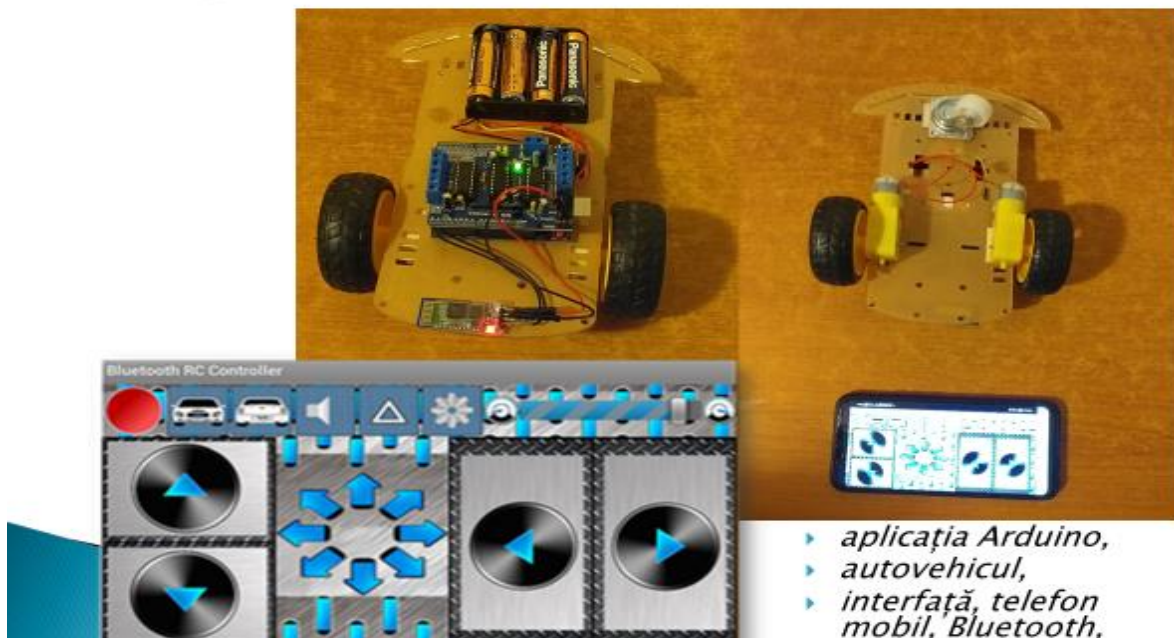
CONCEPȚIA, PROIECTAREA CONSTRUCTIVĂ ȘI CONTROLUL UNUI AUTOVEHICUL
UTILIZÂND ARDUINO

Cadru didactic coordonator : Prof. ing. Vesa Rodica; Prof. ing. Timofte Stelică.

Elevi:

Mărgan Octavian Robert - cl. a X a
Mirea Alexandra Maria - cl. a XII a
Todor Mihai - cl. a X a
2024

Imagini ale machetei





PROIECT EDUCAȚIONAL JUDEȚEAN
DE
ORIENTARE ȘCOLARĂ ȘI CONSILIERE ÎN CARIERĂ
DRUMUL SPRE SECCEȘ
Ediția I, 2024

C.S.E.I. „AURORA,, REȘIȚA

„COȘ CU OUĂ,,



Elevii cls a IX-a A:

- Caiman Andreea;
- Bălău Sonia;
- Andriuță Rebeca.

Coordonatori:

- Marcu Lenuța Loredana;
- Rancu Dalina Elena.

PROCESUL TEHNOLOGIC DE REALIZARE A PRODUSULUI

Etapele procesului tehnologic de confecționare și finisare al produsului:

- alegerea materialelor de bază (ațe, material textil) și materiale auxiliare (balon, vatelină, soluții adezive, foarfeci, paiete, sclipici) . (fig. 1);
- amestecarea substanțelor adezive și tratarea în prealabil a materiei prime.(fig. 2)
- realizarea coșului din ațe ce au trecut printr-un proces de tratare cu substanțe adezive(aracet și făină). (fig.3);
- decuparea și accesorierea coșului din ațe lipite. (fig 4);
- croirea după șablon a ouălelor și realizarea cusăturilor manuale.(fig.5);
- asamblarea cu mașina simplă de cusut a ouălelor cusute manual.(fig.6);
- umplerea ouălelor cu vatelină și înfundarea acestora. (fig.7);
- realizarea materialelor decorative.(fig.8);
- finisarea produsului se realizează prin aplicarea decorațiunilor pe coș și pe ouă.(fig.9)



fig.1



fig.2



fig.3



fig.4



fig.5



Fig.6



fig.7



fig.8



fig.9

„MESERIA ESTE BRĂȚARĂ DE AUR !,

ROCHIȚĂ DE BLUGI

Maistru instructor: IENEA IOSIF

Prof.: ing. CASCĂ IULIANA MARIANA FLORIANA

ETAPELE DE LUCRU

- încrețirea în talie a primului strat de blugi, sub forma unor cute;
- aplicarea celui de al doilea strat din pânză imprimată, sub primul strat;
- montarea buzunarului pe pieptul rochiței;
- se unește pieptul cu spatele, după descălcarea cusăturilor;
- executarea tivului la răscoitura de sub braț;
- unirea pieptului cu fusta, în talie;
- deșirarea materialului în partea superioară a pieptului și spatelui;
- montarea celor două bretele, fixate în spate;
- fixarea butonilor pe pieptul rochiței;
- finisarea: - montarea butonilor;
 - călcarea cu fierțul de călcat cu aburi;
 - curățarea de ațe.

CĂLCAREA MATERIALULUI



CROIREA PROPRIUZISĂ



ȘABLONAREA



CROIREA PROPRIUZISĂ



COMPONENTELE ROCHIȚEI DE BLUGI



ASAMBLAREA DETALIILOR



ASAMBLAREA DETALIILOR



ASAMBLAREA DETALIILOR



ASAMBLAREA DETALIILOR



APLICAREA BUTONILOR



CĂLCAREA



PRODUSUL FINAL



De la pasiunea copilăriei, la pasiunea maturității

PROFESIA DE MILITAR

GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT NR.14 TIMIȘOARA

PROFESOR COORDONATOR: BENA DANIELA/OPREA DAIANA

PREȘCOLARI: LUPEAN ȘTEFAN

BUTNARU LUKA

ȘOTÂNGĂ MATEI

Întreaga planetă trece prin momente tensionate, pe care nimeni nu credea că le va trăi în afara orelor de istorie și oricât am crede că acest lucru ne afectează pe noi adulții, e nevoie să ne gândim la impactul evenimentelor asupra copiilor.

În contextul actual al războiului din Ucraina am încercat să asigurăm și să le transmitem copiilor ideea de siguranță, făcând diferența între războiul din Ucraina și ceea ce se întâmplă aici și acum, unde ne desfășurăm viața în mod normal și nu suntem amenințați de niciun pericol. Este adevărat că aceste evenimente au loc, însă pe alt teritoriu, în altă țară. La fel de adevărat este că lumea funcționează după niște reguli și că există sancțiuni pentru cine nu le respectă. Să le răspundem întrebărilor și curiozităților referitoare la această situație, fără a evita subiectul sau a trece repede peste discuție în încercarea de a-i proteja. Copiii simt când devenim evitanți și asta le poate alimenta anxietatea și îngrijorarea. Din dorința copiilor de a primi cât mai multe informații, am inițiat la grupă activități care să prezinte informații corecte despre război și astfel am prezentat meseria de MILITAR.

Grupul de lucru este format din 3 preșcolari cu vârste cuprinsă între 4 și 5 ani.

Metodele de lucru folosite au fost colorare, decupare, pictura, lipire

Etapele de lucru :

- Discutarea ideii machetei- sugestia copiilor a fost „ militarii ajută la refacerea unui pod după bombardamente”
- Colectarea materialelor- fișe, planșe, materiale reciclabile, culori , pensule



Realizarea propriu-zisă a machetei- colorare, lipire, pictură





LICEUL TEORETIC BILINGV ROMÂNNO-CROAT CARAȘOVA

Școala participantă: **LICEUL TEORETIC BILINGV ROMÂNNO-CROAT
CARAȘOVA**

1. **Oieritul în comunitatea crașovenească**

2. **Echipa de lucru:**

- Coordonatori: prof. Radulescu Gabriela Florina, prof. Micliuc Diana Maria
- Elevi - Brindea Fischer Bianca
 - Mita Miriana
 - Sau Lavinia

3. **Motivația temei**

Am ales să prezentăm și să evidențiem meseria de “Oier” sau de păstor de oi deoarece reprezintă foarte bine cultura dedicată agriculturii specifică crașovenilor bănățeni. Aceasta este una din îndeletnicirile de bază a comunității noastre, fiind o sursă perenă de prosperitate și o continuare a tradițiilor predecesorilor noștri.

Am vrut ca prin arta noastră să capturăm frumusețea acestui domeniu cu toate valențele sale legate de natură, libertate, armonie și pace.

4. **Etapele de construcție**

Macheta a fost realizată din hârtie, polistiren, ramuri artificiale de brad și mușchi, precum și materiale organice: lemn, coji de fistic, bumbac, fân, pietre, plută.

Construcțiile machetei au fost asamblate prin legare și lipire cu batoane de lipit la cald.



C.S.E.I. “ PRIMĂVARA” REȘIȚA

ELEVI PARTICIPANȚI: **BOULESCU MIHNEA PATRIC, GURAN MARIO GABRIEL,**

ILICA MARIA ELENA

COORDONATORI: **PETANEC ALINA, BOTA CĂLIN**

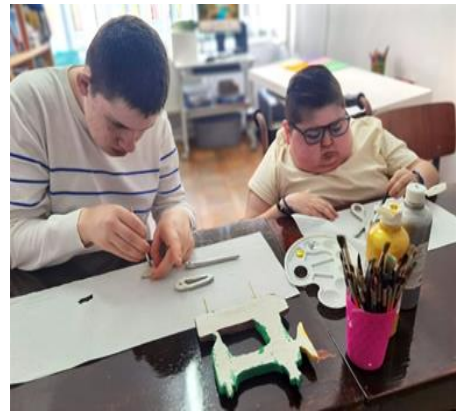
VIITORI CROITORI

Sursa de inspirație pentru alegerea tematicii acestei machete, o reprezintă faptul că, cei 3 elevi participanți, viitori absolvenți ai C.S.E.I “Primăvara” Reșița, sunt înscriși și urmează să frecventeze cursurile la Școala specială profesională din cadrul C.S.E.I. “Aurora” Reșița, profilul confecționar produse textile.

Așadar, macheta propusă și realizată de către noi, prezintă obiectele utilizate într-un atelier de croitorie (mașina de cusut, ac cu ața, ac de siguranță, ace de gămălie, foarfecă, nasturi, papiote, degetar, metru de croitorie). Materialele utilizate pentru această machetă sunt: pastă de modelat, șabloane cu obiecte de croitorie, vopsele tempera, bețe de frigărui, fetru, material textil, pamblică, ace de gămălie, lipici și polistiren.

Realizarea machetei s-a desfășurat de o perioadă de o săptămână, parcurgând mai multe etape. Prima oară au fost modelate obiectele de croitorie din pastă de modelaj. Cu ajutorul șabloanelor, am decupat forma obiectelor și le-am lăsat pentru uscare completă aproximativ 48 de ore. După uscare, obiectele de croitorie au fost vopsite cu culori tempera în mai multe straturi și lăsate la uscat. Apoi a fost pregătit suportul machetei, decupat din polistiren cu grosimea de 5 cm, pe care au fost lipite bucăți de fetru, de diferite culori, iar pe margine de jur împrejur, a fost prinsă pamblică cu ace de gămălie. Ultimul pas a fost așezarea și lipirea obiectelor de croitorie pe suportul din polistiren.

De menționat, că în toate aceste etape ale realizării machetei, elevii au fost îndrumați și ajutați de către profesorii coordonatori.





Titlul lucrării:
**TEHNICA CONECTIONARII PRIN IMAGINATIE
MECANICUL CREATIV**



Prof. ing.: **BOGDAN IONELA MARIANA**
BOGDAN SORIN-LAURENȚIU

– 2024
REȘIȚA

Elevi claselor: a XII-a/a X-a :
TULI VALENTIN (a XII-a)
CIAPSA MARIO SILVESTRO (a X-a)

**TEHNICA CONECTIONARII PRIN IMAGINATIE
MECANICUL CREATIV**

CUPRINS



1.	Argument.....	pag. 3
2.	Tehnologia de realizare a unei locomotive.....	pag. 4
3.	Tehnologia de realizare a Gării Reșița.....	pag. 6
4.	Tehnologia de confecționare a unor rame pentru tablou.....	pag. 7
5.	Concluzii.....	pag. 8



CONCURS JUDEȚEAN CU PARTICIPARE INTERDISCIPLINAR
 „DRUMUL SPRE SUCCES”
 Ediția a I-a



1. ARGUMENT

Toate aceste elemente din cadrul machetei, inclusiv aceasta, au fost confecționate din componente reciclabile reutilizate în anumite confecții metalice, punând bază pe creativitatea și tehnica elevilor și a cadrului didactic, asigurându-se atât dezvoltarea muncii în echipă și colaborarea strânsă cu profesorul, cât și aplicabilitatea practică a elementelor având rol piese de schimb și decorativ, cât și aplicare directă în activitățile zilnice.






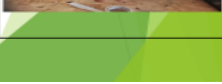


– 3 –
2024

2. TEHNOLOGIA DE REALIZARE A UNEI LOCOMOTIVE

Tabel 1. Operații tehnologice și S.D.V.-uri necesare obținerii unei locomotive




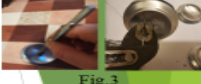



Produs finit	Operații tehnologice		S.D.V.-uri și materiale auxiliare
	Operații de pregătire		
 <p>Fig. 1. Locomotivă</p>	<p>1. Alegerea materialului. I.1 Alegerea tablei din doze de aluminiu Se colectează dozele în special dozele de suc și de diverse băuturi, destinate pentru reciclare și reutilizare în cadrul proiectului (fig.1) I.2 Curățarea și debitarea semifabricatului conform planului de lucru Se alege o doză și se parcurge operația de curățare (degresare) cu detergent și un burete sau o lavetă, pentru îndepărtarea sucului și a impurităților rămase în timpul utilizării recipientului. Ulterior se măsoară cu rigla și se trasează, după se taie atât cu cutterul cât și foarfeca după planul de lucru. I.3 Debitarea semifabricatului și montarea corpului locomotivei conform planului de lucru După parcurgerea operațiilor: debitare(tăiere), îndreptare, indoire și decupare după contur, se realizează asamblarea, cabinei mecanicului de locomotivă, camerei de ardere a cărbunelui și a coșului de evacuare a fumului. După această etapă se realizează o înfășurare a întregului corp al locomotivei, cu un rest de bandă izolatoare, pentru a se asigura rigidizarea întregului ansamblu.</p>		 <p>Fig.1 Alegerea materialului</p>  <p>Fig.2 Pregătire lucru</p>   

– 4 –

2. TEHNOLOGIA DE REALIZARE A UNEI LOCOMOTIVE

Tabel 1.1 Operații tehnologice și S.D.V.-uri necesare obținerii unei locomotive






Produs finit	Operații tehnologice		S.D.V.-uri și materiale auxiliare
	Operații de prelucrare prin așchiere		
 <p>Fig. 1. Locomotivă</p>	<p>L4 Debitarea, punctarea și străpungerea tablei de aluminiu cu ajutorul punctatorului În prealabil s-a marcat (fig.3) o doză de suc partea inferioară obținută pentru confecționarea roților. Pentru partea de realizare a capacelor pentru roți s-a realizat operația de debitare manuală cu o foarfecă și apoi se realizează operația punctare de găurire și străpungere printr-o apăsare ușoară și uniformă, după care se poziționează roata pe osia din hârtie (obținută de la un baton de ciocolată), fig. 4. Ulterior se găuresc roțile și se fixează în 4 puncte de prindere cu ajutorul unei sârme din oțel inoxidabil. Se realizează prin profilarea tablei de aluminiu un profil de tip L cu laturi egale fixat de ansamblul osiei rotoare pentru asigurarea prinderii de corpul locomotivei. După realizarea prinderii se execută vopsirea locomotivei și tuturor componentelor fig.5, după uscare se fixează locomotivă fig.6 pe șinele suport montate pe machetă.</p>		 <p>Fig.3</p>  <p>Fig.4</p>  <p>Fig.5</p>  <p>Fig.6</p>

– 5 –



Tabel 2. Operații tehnologice necesare obținerii unei gări

Produs finit	Operații tehnologice		S.D.V-uri și materiale auxiliare
	Operații de prelucrare a semifabricatului		
 <p>Fig. 2. Gara Reșița</p>	<p>I. Marcarea, debitarea și lipirea și conform itinerariului tehnologic</p> <p>După parcurgerea operațiilor pregătitoare, se realizează cele prelucrare: marcarea, debitare (tăiere), îndoirea și lipirea pentru alcătuirea pereților gării (fig.7), apoi se realizează asamblarea, întregului ansamblu pentru construi. După această etapă se realizează o șarpanta (acoperișul), pentru a se asigura rigidizarea întregii structuri.</p> <p>II. Vopsirea, uscarea și poziționarea pe macheta</p> <p>După realizarea întregului ansamblu se execută vopsirea gării etapizat cu 2 vopsele distincte (diferite) fig.8), apoi se efectuează operația de uscare și se fixează gara pe machetă, apoi se trece la operația de lipire a unor stickere de identificare</p>		 <p>Fig. 7. Marcarea, debitarea și lipirea</p>  <p>Fig. 8. Vopsirea</p>

- 6 -

Ediția IV, 2023-2024

Tabel 3. Operații tehnologice și S.D.V.-uri necesare obținerii unor rame unor pentru tablou

Produs finit	Operații tehnologice		S.D.V-uri și materiale auxiliare
	I. Operații de pregătire II. Operații de prelucrare		
 <p>Fig.3 Tablou</p> <p>TEHNICA CREAȚIEI ARTĂA CONFECTIONĂRII PRIN IMAGINAȚIE</p>	<p>1. Alegerea unui tablou și trasarea unghiului Se alege o un tablou rămas neutilizat, care prezintă anumite urme de bandă adezivă și anumite neconformități (fig.1). Se poziționează ramele pe tablou, apoi se măsoară unghiul de 45° cu raportorul și așază rigla peste raportor pentru a trasa unghiul pe ramă.</p> <p>3. Debitarea ramelor Se pune rama în menghină, se poziționează din raportorul cu rigla peste rama, iar apoi se debitează semifabricatul, la a doua rama se folosește, prima drept șablon.</p> <p>4. Poziționarea cap la cap pentru unghiul de 90° și vopsirea ramei Se poziționează ramele cap la cap, apoi verifică cu echerul de 90°, dacă se îmbină corect, după urmează prinderea ramei cu ajutorul cuielor și al ciocanului. După ce s-a efectuat poziționarea s-a realizat operația vopsire.</p>		  <p>Rigla Echer</p>   <p>Rigla Bomfaier Ciocan și cui</p>

- 7 -



5. CONCLUZIE

Citat propriu:

Lucrurile mici, devin obiective mari, educația și creația, duc o carieră de succes, unde ideea prinde amploare și tehnica culoare.

VĂ MULȚUMESC PENTRU ATENȚIA ACORDATĂ !



- 8 -

Imagini din timpul activităților









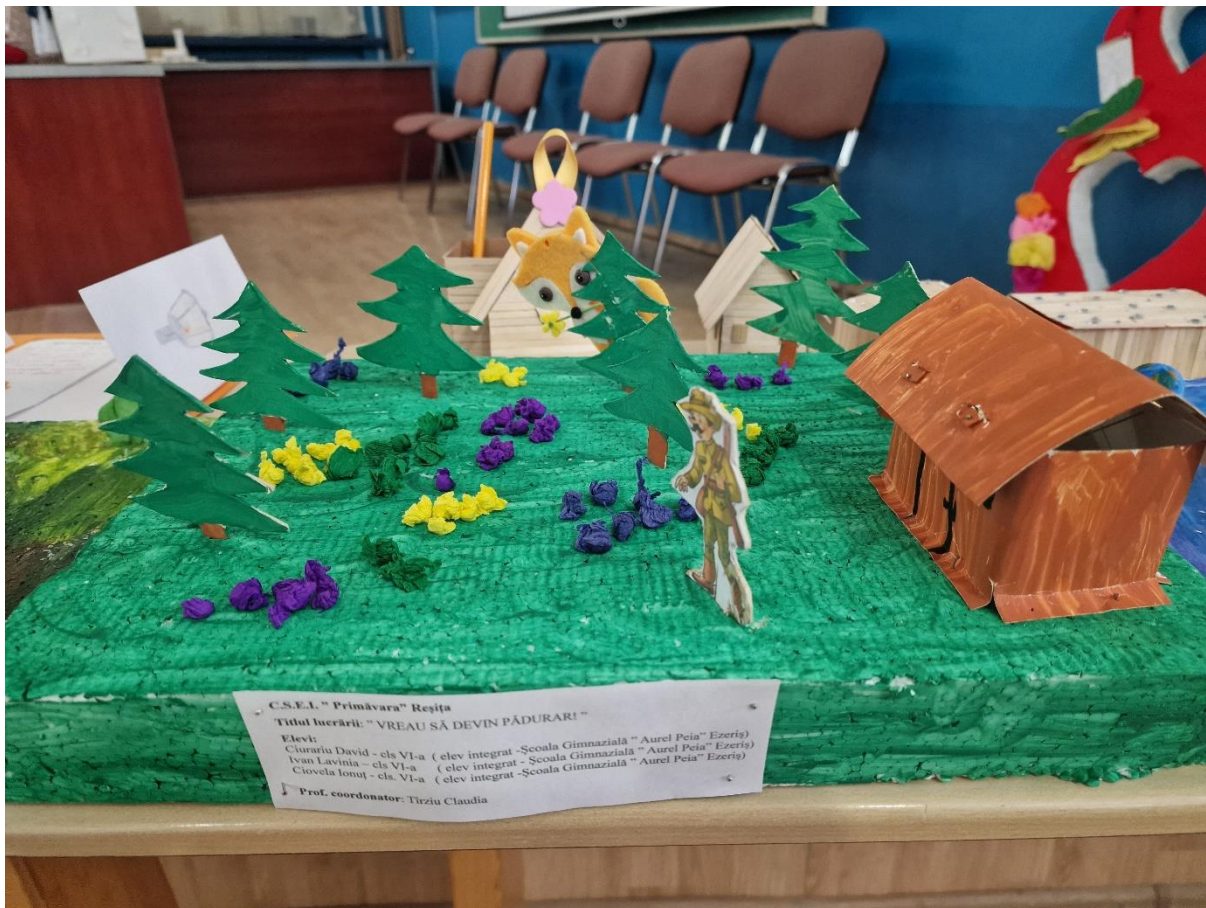


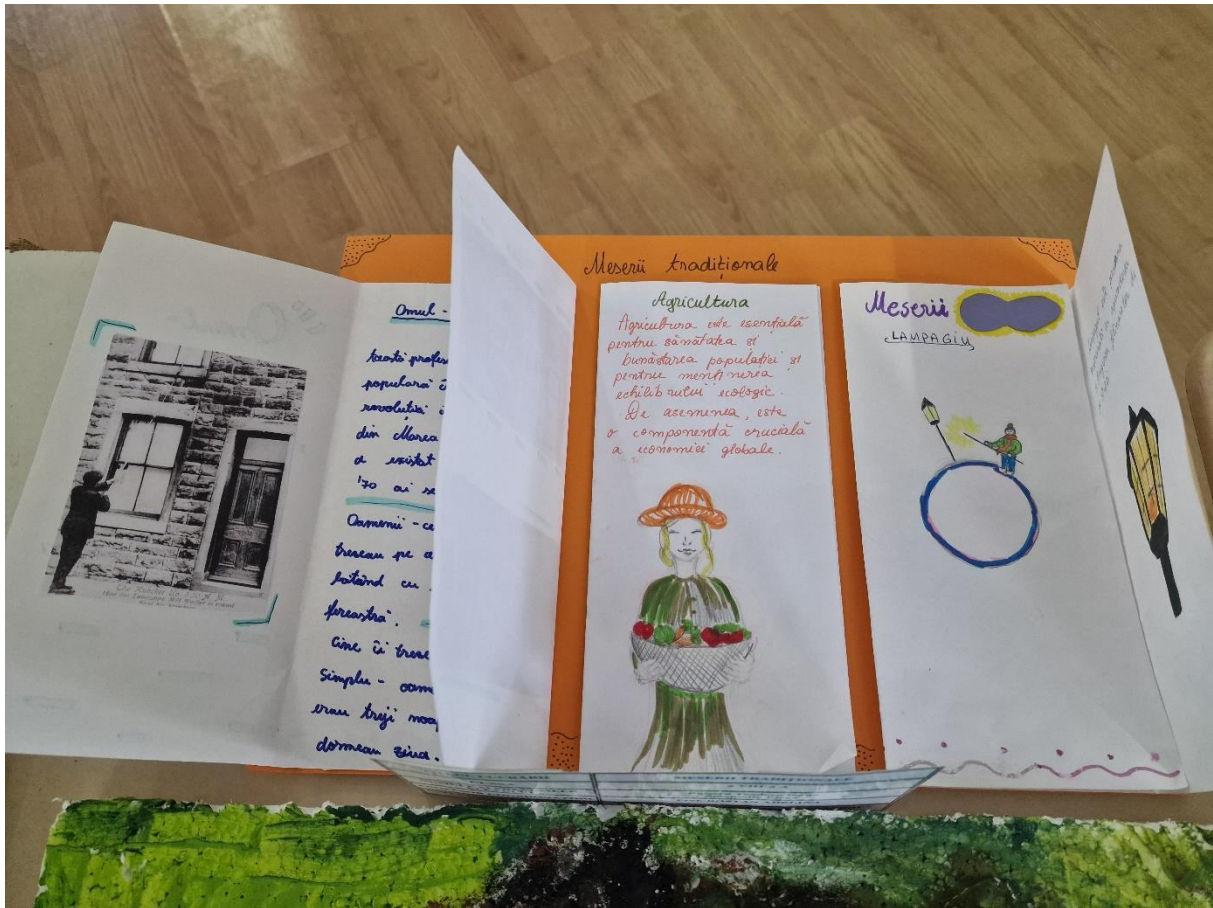




Expoziție:







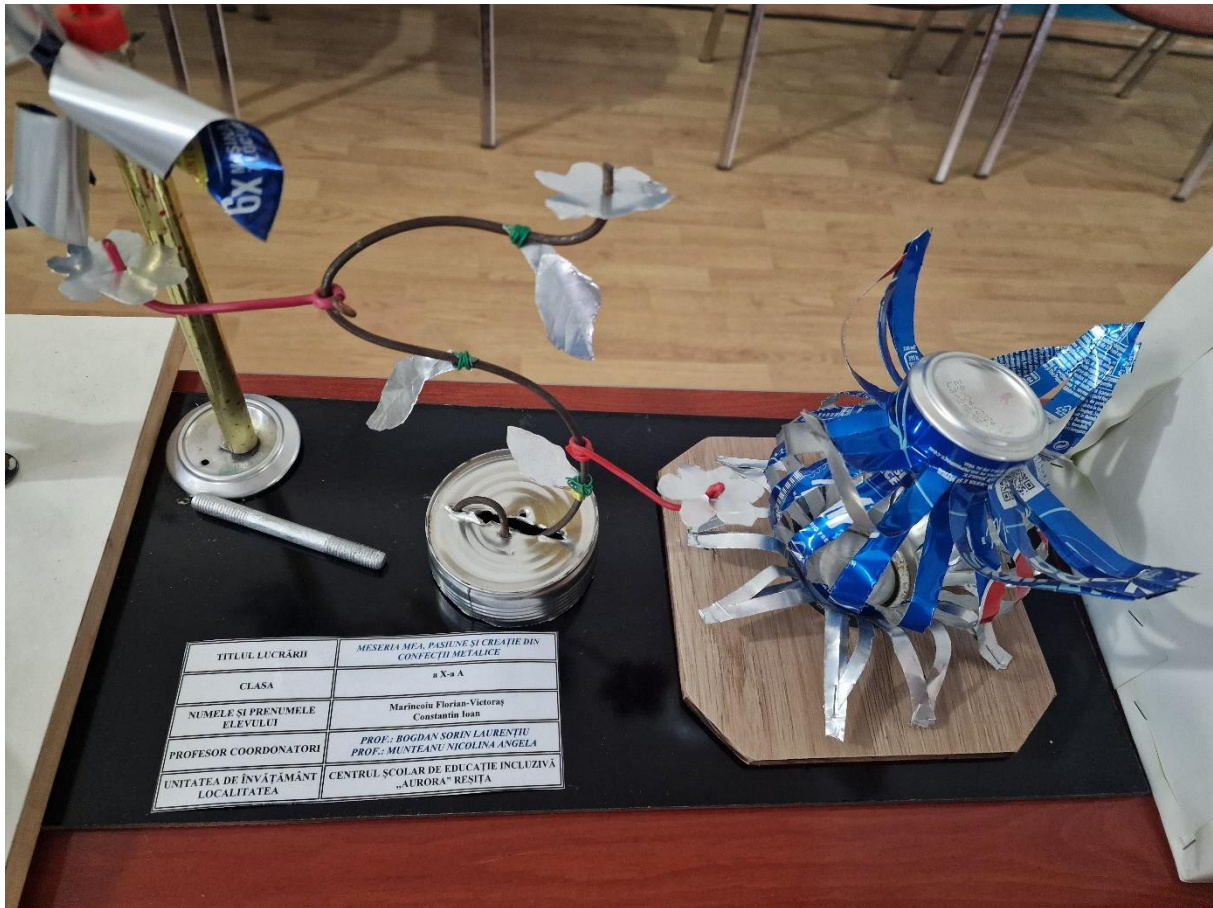




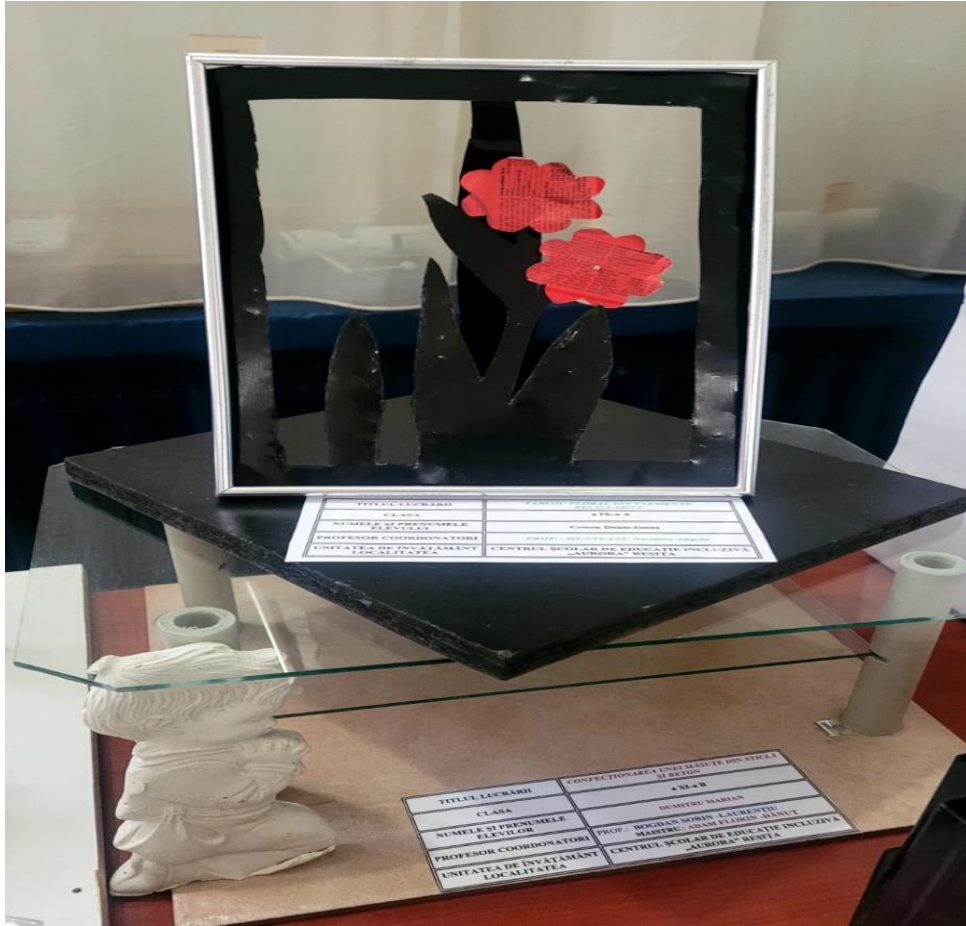


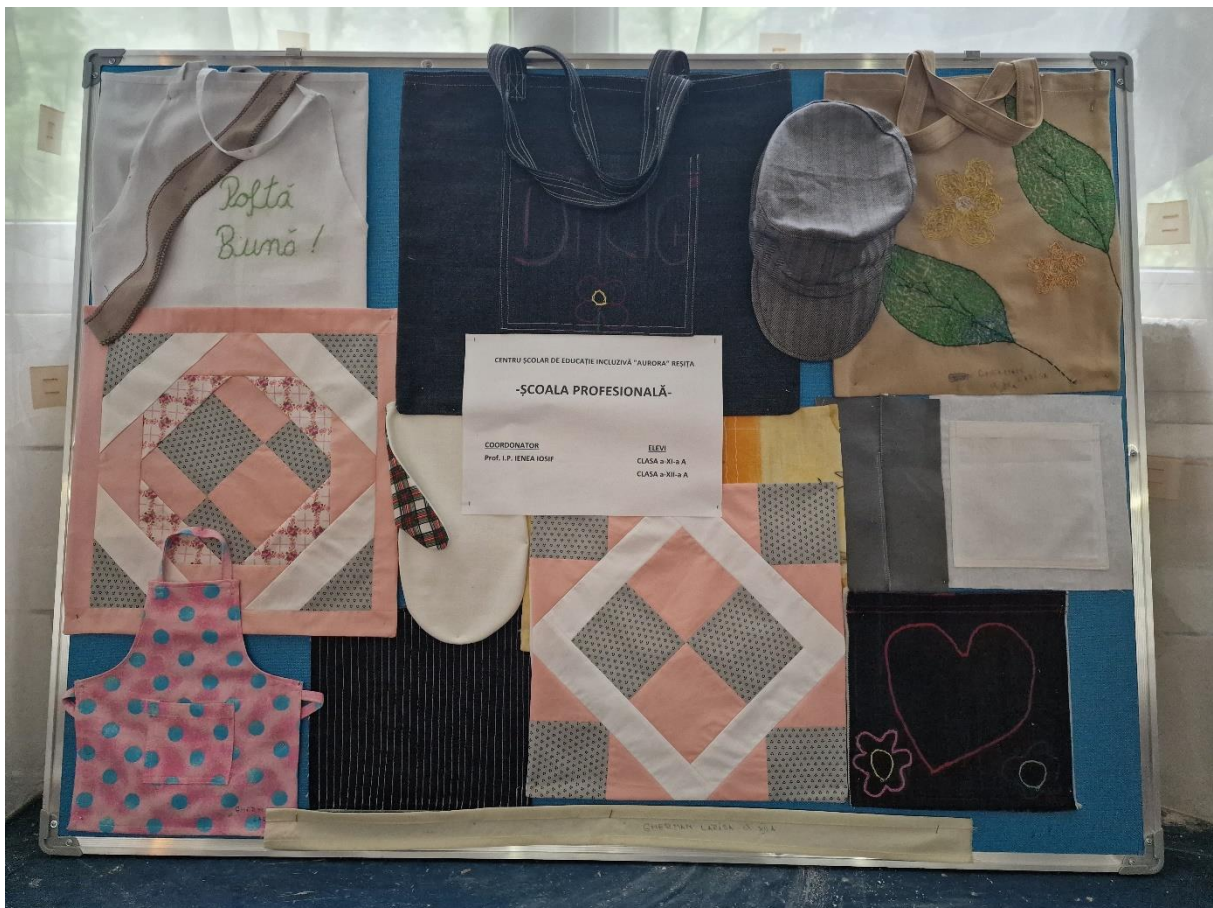




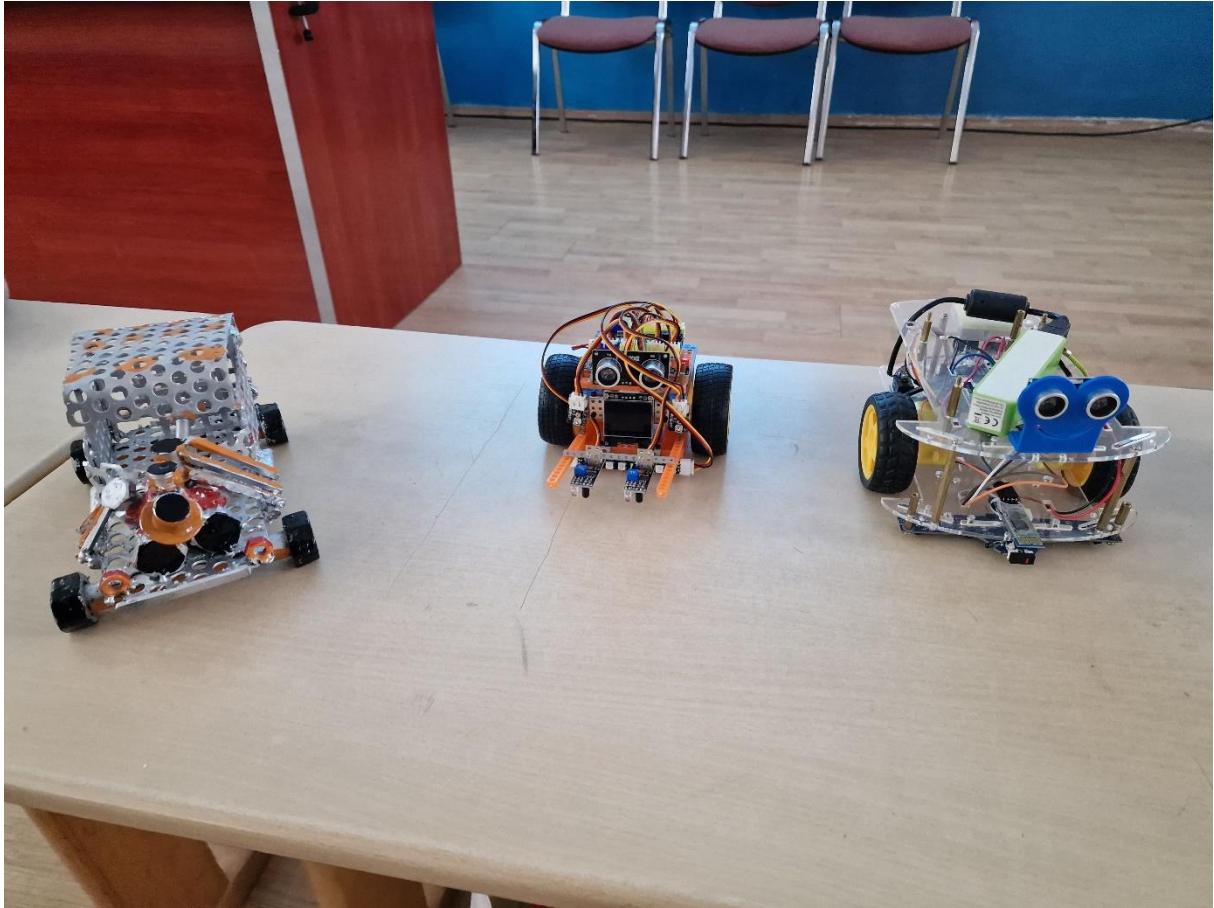


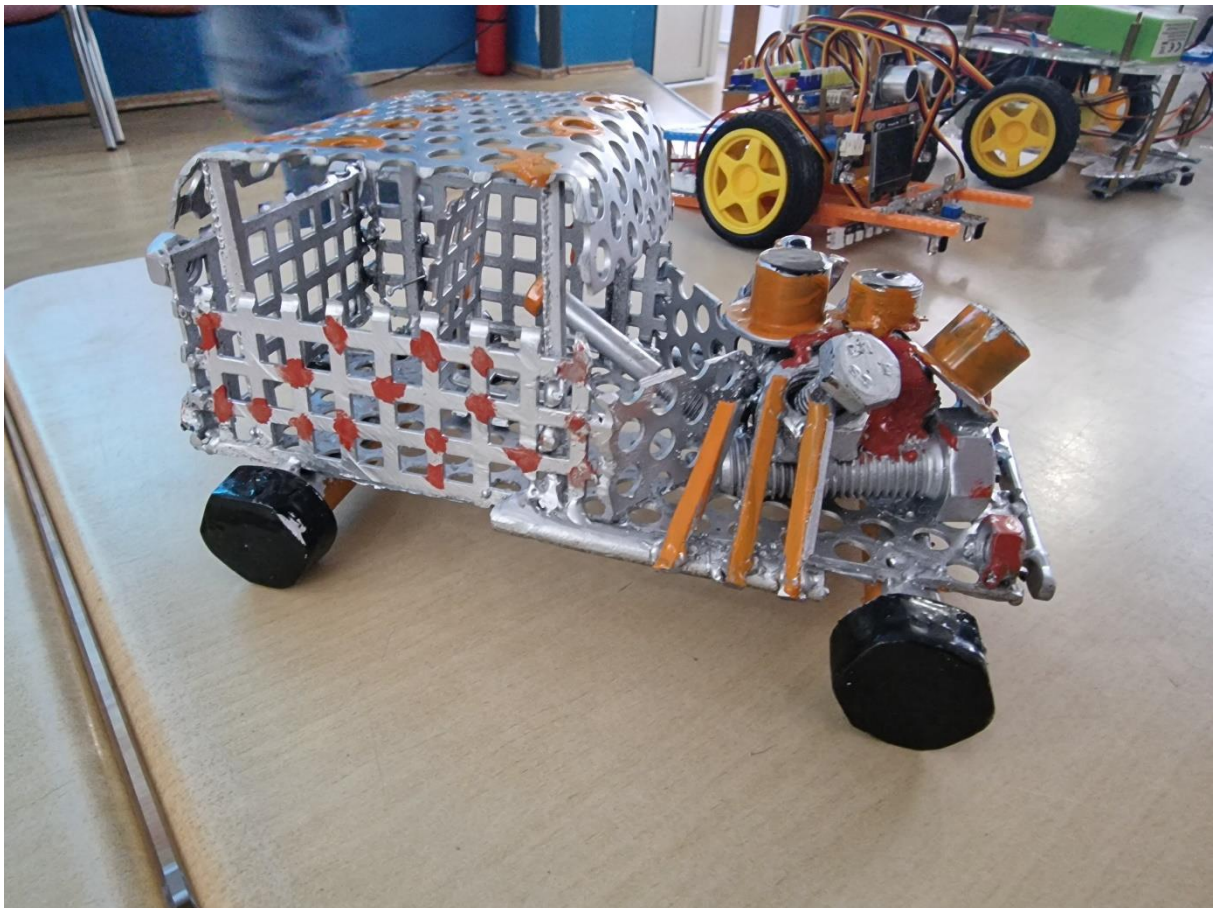


















PASIUNEA MEA STOMATOLOGIA




Ce este stomatologia?

Stomatologia este o specialitate medicală care se ocupă de prevenirea, diagnosticul și tratamentul bolilor din cavitatea bucală. Aceasta include atât tratamentul dentar, cât și cel al gingivelor și al mucoaselor bucale.




Ce este igiena dentară?

Igiena dentară este o activitate care are ca scop prevenirea apariției bolilor din cavitatea bucală și a bolilor gingivale. Aceasta implică utilizarea corectă a periajului de dinți și a pastei de dinți.




Ce este stomatologia?

Stomatologia este o specialitate medicală care se ocupă de prevenirea, diagnosticul și tratamentul bolilor din cavitatea bucală. Aceasta include atât tratamentul dentar, cât și cel al gingivelor și al mucoaselor bucale.



Ce este stomatologia?

Stomatologia este o specialitate medicală care se ocupă de prevenirea, diagnosticul și tratamentul bolilor din cavitatea bucală.



Ce este stomatologia?

Stomatologia este o specialitate medicală care se ocupă de prevenirea, diagnosticul și tratamentul bolilor din cavitatea bucală.

Ce este stomatologia?

STABILIZAREA	TURBAREA STABILITĂȚII
CLASA	CLASA
TRATAMENTUL	TRATAMENTUL
PREVENIREA	PREVENIREA
DIAGNOSTICUL	DIAGNOSTICUL

HAIRSTYLE, MAKEUP & NAIL SALON PETRA STYLE Meseria mea din viitor.

Alegeti din nou in viata!


Un salon de frumusețe este un loc în care oamenii se simt bine și se bucură de timpul petrecut acolo. Este un loc în care se creează o atmosferă plăcută și relaxantă.

Ce este un salon de frumusețe?

Un salon de frumusețe este un loc în care oamenii se bucură de servicii de îngrijire personală și de frumusețe. Acesta poate include servicii de coafură, machiaj, manichiură și pedichiură.


Ce este un salon de frumusețe?

Un salon de frumusețe este un loc în care oamenii se bucură de servicii de îngrijire personală și de frumusețe. Acesta poate include servicii de coafură, machiaj, manichiură și pedichiură.



Ce este un salon de frumusețe?

Un salon de frumusețe este un loc în care oamenii se bucură de servicii de îngrijire personală și de frumusețe.



Ce este un salon de frumusețe?

Un salon de frumusețe este un loc în care oamenii se bucură de servicii de îngrijire personală și de frumusețe.

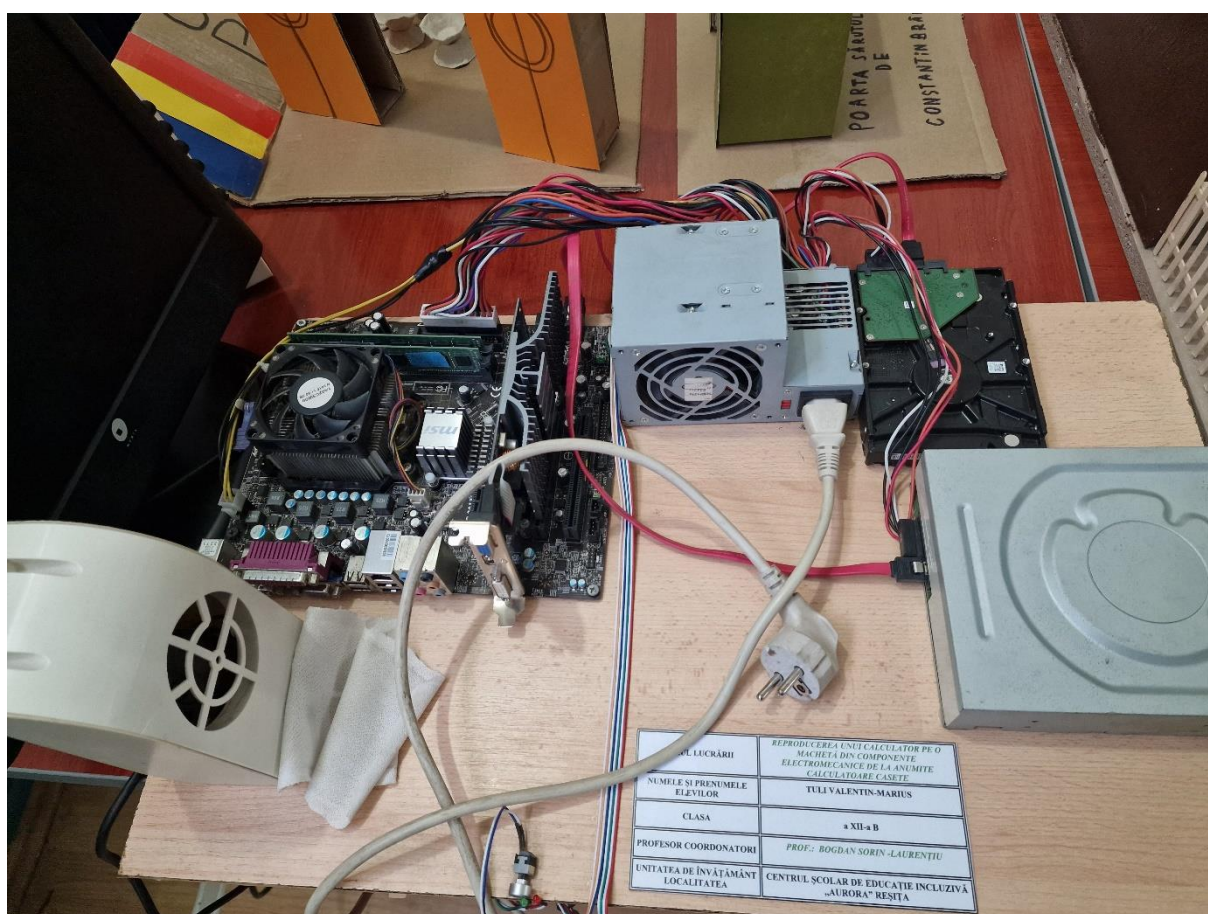
Există sau se desface?

EXISTENȚA	NEEXISTENȚA
CLASA	CLASA
TRATAMENTUL	TRATAMENTUL
PREVENIREA	PREVENIREA
DIAGNOSTICUL	DIAGNOSTICUL









Activitatea de realizare a machetelor a fost un succes, stimulând creativitatea elevilor și încurajându-i să reflecteze asupra carierei lor viitoare într-un mod inovativ și practic. Expoziția și concursul de creativitate au consolidat sentimentul de mândrie și realizare personală, oferindu-le elevilor recunoaștere pentru eforturile lor. Această experiență practică a contribuit semnificativ la dezvoltarea abilităților de planificare, execuție și prezentare, esențiale în orice viitoare carieră.

3. Activitatea 3: Sesiuni de consiliere individuală și mentorat

În cadrul acestei activități, elevii au beneficiat de sesiuni de consiliere individuală și mentorat, având ca scop orientarea profesională și dezvoltarea personală. Pe lângă aceste sesiuni, a fost organizat un simpozion intitulat „Pași către o carieră de succes”, care a adus împreună profesioniști din diverse domenii pentru a oferi îndrumări și inspirație elevilor.

Desfășurarea activităților:

➤ **Sesiuni de consiliere individuală:**

- **Scop:** oferirea unui suport personalizat pentru elevi în vederea identificării și dezvoltării abilităților și intereselor lor profesionale.
- **Metodologie:** fiecare elev a avut întâlniri individuale cu un consilier școlar, în cadrul cărora au fost discutate aspecte legate de aptitudini, interese, opțiuni de carieră și planuri de viitor.
- **Instrumente utilizate:** teste vocaționale, chestionare de interese, discuții deschise și exerciții de auto-reflecție.
- **Feedback:** elevii au primit feedback constructiv și sfaturi practice pentru a-și îmbunătăți abilitățile și a-și dezvolta planurile de carieră.

➤ **Mentorat:**

- **Scop:** sprijinirea elevilor prin alocarea de mentori din diverse domenii de activitate care să le ofere ghidare și inspirație.
- **Activități:** mentorii au organizat întâlniri periodice cu elevii, oferindu-le perspective asupra carierelor lor, povestind despre provocările și realizările personale și oferind sfaturi practice pentru succesul profesional.
- **Beneficii:** elevii au avut ocazia să învețe direct de la profesioniști experimentați, să pună întrebări și să primească îndrumări valoroase pentru dezvoltarea lor profesională.

➤ **Simpozion „Pași către o carieră de succes”:**

- **Scop:** inspirarea și motivarea elevilor prin intermediul unor prezentări și discuții susținute de profesioniști din diverse domenii.

- **Organizare:** simpozionul a inclus o serie de prezentări, ateliere și discuții interactive, în cadrul cărora invitații au împărtășit experiențe personale și strategii pentru construirea unei cariere de succes.
- **Participanți:** profesioniști din diverse domenii, inclusiv antreprenori, specialiști IT, cadre didactice și alți experți, au fost invitați să participe și să-și împărtășească experiențele și sfaturile.
- **Teme abordate:** planificarea carierei, importanța educației continue, abilități de comunicare, adaptabilitate și inovație, gestionarea timpului și a stresului, networking și construirea de relații profesionale.
- **Impact:** elevii au avut ocazia să pună întrebări, să participe la discuții și să obțină perspective valoroase despre carierele care îi interesează. Evenimentul a fost bine primit și a avut un impact pozitiv asupra motivației și încrederii în sine a elevilor.

Exemplu de plan de consiliere pentru alegerea profesiei:

1. Informații personale

- **Nume:** [Numele]
- **Data Nașterii:** [Data nașterii]
- **Contact:** [Număr de telefon, e-mail]

2. Evaluarea inițială

- **Interese și hobbies:**
 - [Descrierea intereselor și a hobby-urilor principale]
- **Abilități și competențe:**
 - [Descrierea abilităților și competențelor principale]
- **Valori și motivații:**
 - [Descrierea valorilor personale și a motivațiilor în muncă]
- **Istoricul educațional și profesional:**
 - [Detalii despre studiile și experiențele de muncă anterioare]

3. Obiectivele consilierii

- **Obiective pe termen scurt:**
 - Identificarea intereselor și abilităților cheie.
 - Explorarea diferitelor opțiuni de carieră.
- **Obiective pe termen lung:**
 - Alegerea unei cariere potrivite și realizarea unui plan de acțiune pentru atingerea acesteia.
 - Dezvoltarea unui plan de carieră pe termen lung.

4. Strategii și tehnici de consiliere

- **Abordare terapeutică:**
 - Consiliere bazată pe interese și abilități.
 - Utilizarea testelor și evaluărilor de carieră.
- **Tehnici și metode:**
 - Interviu și discuții de auto-explorare.

- Teste vocaționale (ex. Holland Code, Myers-Briggs Type Indicator).
- Exerciții de evaluare a intereselor și valorilor.

5. Planificarea sesiunilor

- **Frecvența sesiunilor:**
 - O dată pe săptămână, timp de 2 luni.
- **Durata fiecărei sesiuni:**
 - 60 minute.

6. Monitorizarea progresului

- **Metode de evaluare a progresului:**
 - Evaluări periodice ale intereselor și abilităților.
 - Feedback continuu asupra opțiunilor de carieră explorate.
- **Revizuirea obiectivelor:**
 - La fiecare 2 săptămâni.

7. Resurse suplimentare

- **Materiale de lectură:**
 - Cărți și articole despre dezvoltarea carierei.
 - Ghiduri și resurse online despre cariere specifice.
- **Evenimente și Workshop-uri:**
 - Participarea la târguri de carieră.
 - Workshop-uri de dezvoltare profesională.

8. Considerații speciale

- **Factori de risc:**
 - Gestionarea stresului legat de schimbările de carieră.
 - Identificarea și gestionarea eventualelor bariere.
- **Condiții speciale:**
 - Considerarea oricăror condiții personale sau familiale care pot influența alegerile de carieră.

9. Consimțământ și acord

- **Acordul clientului:**
 - Confirmarea că ai citit și ești de acord cu planul de consiliere.
 - **Semnătura consilierului și a clientului:**
 - [Semnătura]
 - [Semnătura consilierului]
-

Data: [Data curentă]

Acest plan poate fi ajustat pe parcursul procesului de consiliere, în funcție de nevoi și progres.

Teme prezentate la simpozion

1. *Carieră de succes* - Prof. Mihaela WETTERNEK, Colegiul Tehnic Reșița
2. *Debutul contabilității*- Contabil Cristiana VASILE, Colegiul Tehnic Reșița
3. *Plan de mentorat* – Prof. Cristian – Valentin ALBULESCU, C.S.E.I. „Aurora” Reșița
4. *Studiu de caz- Dezvoltarea în carieră*- Prof. Letiția Nadia DOGARU, C.S.E.I. „Aurora” Reșița
5. *Consilierea de carieră*- Prof. Manuela MAROIU, C.S.E.I. „Aurora” Reșița
6. *Proiect de lecție la disciplina Consiliere și orientare*- Prof. Alina Viorica SÂRBU- C.S.E.I. „Aurora” Reșița
7. *Ghid pentru interviul de selecție în vederea angajării*- Prof. Mirel NEGREA- C.S.E.I. „Aurora” Reșița
8. *Ghidarea elevilor în vederea atingerii obiectivelor în carieră*- Prof. Semenica RACU- C.S.E.I. „Aurora” Reșița
9. *Pași către o carieră de succes*- Prof. psihopedagog Rodica Maria DRĂGHIȚĂ- C.S.E.I. „Aurora” Reșița
10. *Rolul și locul secretarei în lumea profesională contemporană*- Secretar șef Ana CALIȚOIU- Colegiul Tehnic Reșița
11. *Viitorul se construiește astăzi*- Prof. Sorina TEODORESCU- C.S.E.I. „Aurora” Reșița/ Școala Profesională Specială
12. *O viață printre cărți*- Bibliotecar Sorina Marieta TURCUMAN- Colegiul Tehnic Reșița
13. *Calea spre succes*- elev Iadranca FILCA, cls. a VIII-a, prof coordonator Ioana GOIA- Liceul Teoretic Bilingv Româno-Croat Carașova
14. *Electricianul- profesionist în domeniu*- Prof. Rodica VESA, Prof. Stelică TIMOFTE, Colegiul Tehnic Reșița
15. *Meseria de sudor- ce face un sudor și ce echipamente îi sunt necesare*- Prof. Gigi ATINGE, Colegiul Tehnic Reșița
16. *Calea către succes*- elev Valentina MIHĂILĂ, cls. a VIII-a, prof coordonator Ioana GOIA- Liceul Teoretic Bilingv Româno-Croat Carașova

17. *Alegerea profesiei- între aspirație și implicare-* Fișe de lucru-Prof. Daniela Mărioara MEZIN, C.S.E.I. „Aurora” Reșița
18. *Factori ai progresului în carieră-*Prof. Sorell RAȚĂ, Colegiul Tehnic Reșița
19. *Pași către o carieră de succes-* Prof. psihopedagog Ovidiu GRUIȚA, C.S.E.I. „Aurora” Reșița
20. *Profesia mea-* Prof. psihopedagog Loredana Mirela STÎRCU, Prof. psihopedagog Delia DUGAN, C.S.E.I. „Aurora” Reșița/ Școala Profesională Specială
21. *Planificarea carierei-* Prof. Sebastian OBERȘTERESCU- C.S.E.I. „Aurora” Reșița
22. *Printre altele....și dascăl-* Prof. Bogdan Claudiu PETANEC- C.S.E.I. „Aurora” Reșița/ Școala Profesională Specială
23. *Importanța experiențelor practice în atelierele școlare de mecanică pentru asigurarea succesului profesional în carieră-* Prof. Ionela Mariana BOGDAN, Sorin Laurențiu BOGDAN- C.S.E.I. „Aurora” Reșița/ Școala Profesională Specială
24. *Secretar la o școală incluzivă-* Secretar Maria SÎRBU- C.S.E.I. „Aurora” Reșița
25. *Drumul către succes-*Secretar Andreea BEREGHI – Colegiul Tehnic Reșița
26. *Rolul sportului în viața copilului* – Prof. Cristian BUSUIOC - Colegiul Tehnic Reșița

CARIERĂ DE SUCCES

Prof. Wetternek Mihaela
Colegiul Tehnic Reșița

Cariera reprezintă o succesiune evolutivă a activității și poziției profesionale pe care le atinge o persoană, ca și atitudinile, cunoștințele și competențele asociate pe care le dezvoltă de-a lungul timpului. (Johns, 1998)

Succesul este definit de multe persoane ca fiind mai degrabă financiar și despre banii pe care îi câștigă la finalul lunii sau al anului. Succesul însă reprezintă mai mult decât atât – înseamnă să fii împlinit și satisfăcut, să fii fericit, să ai zâmbetul pe buze în fiecare zi.

Este important să-ți dai seama în primul rând ce contează cel mai mult pentru tine, este important să știi tu ce înseamnă succesul pentru tine, ce îți dorești cu adevărat.

Îți dai seama că ai succes verificând câteva puncte, cum ar fi:

1. Creștere în carieră

Dacă lucrul tău îți oferă modalități de progres în carieră, nu te vei simți blocat sau limitat în ceea ce ar putea fi posibil. Și poate nu este doar o promovare într-o poziție de manager. În schimb, poate fi ceva de genul trecerii de la coordonatorul de proiect la manager de proiect, sau la a fi manager de portofoliu sau manager de produs.

A avea o carieră care oferă opțiuni și creștere o menține satisfăcătoare și interesantă de-a lungul anilor. Nu vei rămâne blocat într-un job care nu-ți oferă nicio șansă de mișcare. În schimb, pe măsură ce dobândești experiență și expertiză, poți continua să progresezi în carieră.

2. Muncă cu sens

Dacă ai un job sau o carieră care îți permite să faci o muncă semnificativă, acest lucru adaugă mai mult scop muncii tale. Ce reprezintă acest sens? Ar putea fi vorba despre o muncă semnificativă în cadrul organizației tale sau la o scală mai mare.

Este important ca munca ta să fie interesantă și importantă pentru tine și să poți petrece timpul făcând ceva de care te poți simți cu adevărat entuziasmat.

3. Un salariu care să-ți permită viața pe care ți-o dorești

În primul rând, este important ca salariul să poată acoperi cheltuielile necesare pentru a reduce stresul din viața ta. Este chiar mai bine dacă nu doar te descurci, ci poți acoperi alte dorințe și un pic de răsfăț, cum ar fi mesele ocazionale în oraș și călătoriile. Este posibil să ai nevoie și de bani pentru a avea grijă de copii sau de părinți în vârstă. De asemenea, este important să poți economisi bani pentru situații de urgență și pensie.

Lucrul într-un loc de muncă sau o carieră care oferă suficientă remunerație pentru a-ți acoperi toate aceste lucruri și îți oferă liniște sufletească cu privire la viitorul vostru, face o mare diferență în cât de mult te poți bucura de muncă fără stres financiar.

4. Oportunități de învățare

O carieră care îți oferă oportunități de a învăța noi abilități îți va menține viața interesantă. Nu te vei plictisi la fel de ușor și vei putea schimba lucrurile pe măsură ce adaugi abilități și expertiză în rolul tău.

5. Împlinire și satisfacție la muncă

Mulți oameni se tem să meargă la locul de muncă și urăsc munca pe care o fac. Timpul liber cu familia și prietenii este important, dar este mult mai bine atunci când îți iubești și munca. Și dacă îți place foarte mult munca ta, de multe ori nici nu se simte ca muncă.

6. Să ai impact

O carieră care îți permite să ai un impact în compania ta poate fi foarte satisfăcătoare. Știind că ești capabil să faci lucruri care aduc impact în echipă, companie sau în lume, în viețile oamenilor, ajută să simți că munca ta contează. De asemenea, îți oferă un sentiment de realizare pe care să banii nu îl pot cumpăra.

Conducerea unui proiect sau contribuția la acesta, ajutarea la rezolvarea problemelor sau conducerea unor schimbări în cadrul organizației. sunt toate contribuții care pot avea un impact pozitiv pentru mulți oameni și echipe.

7. Stabilitatea carierei

Este important să ai o carieră în care să poți să trăiești fără teama constantă de a fi șomer.

Chiar dacă te regăsești într-o poziție de concediere, este important să ai abilități și experiență care sunt solicitate și îți vor permite să găsești o altă poziție.

Pentru un succes în carieră, trebuie urmați câțiva pași simpli:

1. Stabilește-ți niște obiective clare și identifică-te cu ele;
2. Creează-ți un CV profesional;
3. Devino conștient de punctele tale tari;
4. Asumă-ți întreaga responsabilitate pentru viața ta;
5. Ridică-ți întotdeauna standardele;
6. Construiește-ți un brand personal;
7. Fă networking mult.

Pentru unii oameni, succesul în carieră înseamnă asocierea cu partea financiară, cu suma de bani pe care o doresc să o primească ca și salariu, iar, în schimb, pentru alții succesul este determinat de cât de bine știu să își facă munca, cât de mult sunt apreciați de oamenii din jurul lor și satisfacția că au rezolvat treaba atât de bine.

Este foarte important și felul în care gândim și gestionăm unele situații limită. Cu siguranță există posibilitatea ca la un moment dat să întâmpinăm eșecuri în drumul către succes și să existe momente de demoralizare. Pentru aceasta este important să încercăm să gândim pozitiv și să nu ne panicăm, fiindcă mereu vor exista suișuri și coborâșuri pentru a putea ajunge acolo unde ne dorim.

În concluzie, succesul în carieră depinde de valorile, dorințele și necesitățile fiecărei persoane.

Acesta implică atât evoluție, cât și stagnare, atât succese cât și dezamăgiri, important este să existe perseverență și dorința de a face mai mult, de a ajunge mai sus și de a ști mai mult.

Bibliografie:

1. bestjobs.eu/casual
2. Marin, I. (2015). Managementul carierei (Suport de curs).
3. Muștea, A. (2014). Managementul unei cariere de succes. *O carieră pentru viața ta! Oportunități de carieră prin consiliere și orientare profesională*
4. revistacariere.ro

DEBUTUL CONTABILITATII

Cristiana VASILE
Colegiul Tehnic Resita

Contabilitatea este știința și arta stăpânirii afacerilor, în care scop se ocupă cu „măsurarea, evaluarea, cunoașterea, gestiunea și controlul activelor, datoriilor și capitalurilor proprii, precum și a rezultatelor obținute din activitatea persoanelor fizice și juridice”, în care scop "trebuie să asigure înregistrarea cronologică și sistematică, prelucrarea, publicarea și păstrarea informațiilor cu privire la poziția financiară, performanța financiară și fluxurile de trezorerie, atât pentru cerințele interne ale acestora, cât și în relațiile cu investitorii prezenți și potențiali, creditorii financiari și comerciali, clienții, instituțiile publice și alți utilizatori" (Legea contabilității nr.82/1991)



Activitatea contabilă datează din momentul în care omul a devenit antreprenor, adică din Comuna Primitivă, când a considerat necesar să țină evidența animalelor vâdate și le-a desenat pe pereții unor peșteri. Aceasta a evoluat în timp, urmând cursul dezvoltării antreprenoriale relatate în primul capitol, de la stadiul de desen, la socoteli.



Apariția și evoluția gândirii contabile românești în țara noastră sunt rezultatul dezvoltării economiei naționale, unul dintre factorii principali fiind practicarea comerțului. După anul

1800, comerțul românesc, în care s-au introdus formele și metodele moderne ale comerțului apusean, începe să se dezvolte și să stabilească relații mai strânse cu celelalte popoare, simțindu-se nevoia ținerii „socotelilor”, deci a apariției însemnărilor contabile.

Astfel, încep să fie tipărite lucrări de contabilitate, care însă nu pot fi considerate producții ale literaturii contabile românești, ci concepții și practici străine provenite din traducerea unor cărți franceze și germane. Până la încheierea Tratatului de la Adrianopol în 1829, țările române nu aveau dreptul să facă comerț decât cu stăpânitorii lor. Abia după semnarea acestui tratat comerțul românesc se eliberează de monopolul turcesc, Dunărea devine cea mai importantă arteră de comunicație și de comerț internațional, iar porturile dunărene obțin independența din punct de vedere comercial.

Contabilitatea nu are hotare. Limitele ei teoretice, științifice și practice sunt fără sfârșit atât în ceea ce privește cuprinderea fenomenelor economice cât și al modului în care ele sunt sistematizate, prelucrate și prezentate, astfel că despre ea niciodată nu poți să pretinzi că știi totul.

Comaniile, întreprinderile, instituțiile, societățile de orice fel și mărime, persoanele juridice din întreaga lume întocmesc „conturi” și situații financiare pentru a fi prezentate utilizatorilor de informații, proprietarilor, controlorilor, administratorilor, organelor fiscale, după o metodologie unică - iar aceasta este contabilitatea.

Din punct de vedere istoric, câteva repere merită a fi reținute. În lucrarea "Contabilitate generală" din 1947, ediția a 13-a, autorul, prof. univ. C. G. Demetrescu definește contabilitatea pe trei coordonate:

- a) *obiectul* - contabilitatea este o ramură a științelor sociale care asigură înregistrarea metodică și ordonată a tuturor operațiilor privind mișcările de valori, de drepturi și obligații, precum și modificările determinate de rezultatele activității desfășurate;
- b) *scopul* - contabilitatea are drept scop stabilirea situației economice și juridice a întreprinderii, exercitarea permanentă a unui control;
- c) *mijloacele* - contabilitatea se folosește de mijloace proprii: conturi, balanțe de verificare, jurnale.

Bibliografie:

1. Ceccar Business Magazin
2. Wikipedia, Junius.Ro

PROIECTUL PENTRU ÎNVĂȚĂMÂNTUL SECUNDAR
(Romania Secondary Education Project - ROSE)

Mentorat pentru liceele beneficiare de granturi ROSE

PLAN DE MENTORAT
(schiță)

Unitatea de învățământ: _____

Titlul proiectului: _____

Acord de grant nr.: _____ / _____

Mentor: Albulescu Cristian-Valentin

Sesiunea : ziua I

Data: _____ Durata: _____ ore

❖ Acțiunea: Proiectarea activităților

➤ Scop: Diseminarea materialelor îndrumătoare – distribuirea setului de ghiduri-suport pentru implementarea activităților pedagogice, de sprijin și extracurriculare

Nr. crt.	Obiectiv	Grup-țintă vizat	Activități prevăzute	Rezultate preconizate
1.	O.1.1: asigurarea asistenței	Echipa pedagogică a liceului beneficiar	Planificarea, implementarea, monitorizarea și evaluarea activităților pedagogice, de sprijin și extracurriculare	Realizarea în mod coerent și consecvent a activităților, contribuind astfel la atingerea obiectivelor proiectului finanțat din grant și a obiectivului Proiectului ROSE;

Sesiunea : ziua a-II-a

Data: _____ Durata: _____ ore

❖ Acțiunea: Vizite pentru acordarea de asistență pedagogică specializată

➤ Scop: Asistență pentru activitățile pedagogice, de sprijin și extracurriculare

Nr. crt.	Obiectiv	Grup-țintă vizat	Activități prevăzute	Rezultate preconizate
1.	O.2.1: efectuarea periodică de vizite la liceu	Cadre didactice, directori, personal auxiliar, consultanți angajați / personal extern	Observarea practicilor didactice și consilierea personalului școlii	Implementarea activităților pedagogice, de sprijin și extracurriculare;
2.	O.2.2: acordarea de sprijin	Cadre didactice din liceul beneficiar	Adaptarea curriculumului și a instrumentelor de evaluare la nevoile identificate, dezvoltarea competențelor elevilor	Îmbunătățirea practicilor didactice, identificarea dificultăților de învățare și a nevoilor individuale ale elevilor, în special a celor aflați în situație de risc;

Sesiunea : ziua a-III-a

Data: _____ Durata: _____ ore

❖ Acțiunea: Vizite pentru acordarea de asistență pedagogică specializată

➤ Scop: Asistență pentru activitățile pedagogice, de sprijin și extracurriculare

Nr. crt.	Obiectiv	Grup-țintă vizat	Activități prevăzute	Rezultate preconizate
1.	O.2.1: efectuarea periodică de vizite la liceu	Cadre didactice, directori, personal auxiliar, consultanți angajați / personal extern	Observarea practicilor didactice și consilierea personalului școlii	Implementarea activităților pedagogice, de sprijin și extracurriculare;

2.	O.3.1: asigurarea consilierii	Întreaga echipă a liceului beneficiar	Consiliere și sprijin pedagogic și metodologic	Creșterea calității activităților de predare- învățare-evaluare și sporirea performanței generale a liceului;
----	-------------------------------------	--	---	---

Sesiunea : ziua a-IV-a

Data: _____ Durata: _____ ore

❖ Acțiunea: Vizite pentru acordarea de asistență suplimentară

➤ Scop: Monitorizare și evaluare

Nr. crt.	Obiectiv	Grup-țintă vizat	Activități prevăzute	Rezultate preconizate
1.	O.3.1: asigurarea consilierii	Întreaga echipă a liceului beneficiar	Consiliere și sprijin pedagogic și metodologic	Creșterea calității activităților de predare- învățare-evaluare și sporirea performanței generale a liceului;
2.	O.3.1: acordarea de asistență și consiliere	Echipele pedagogice din liceu	Utilizarea ghidurilor privind: - dezvoltarea competențelor socio-emoționale; - dezvoltarea personală și coaching; - activitățile de remediare și tutorat; - consilierea și orientarea profesională; - educația incluzivă.	Realizarea activităților pedagogice, de sprijin și extracurriculare, elaborate în cadrul proiectului ROSE.

STUDIU DE CAZ - DEZVOLTAREA ÎN CARIERĂ

prof. Dogaru Letiția Nadia

C.Ș.E.I. "Aurora" Reșița

Dezvoltarea în carieră implică un set divers de aspecte care trebuie luate în considerare pentru a atinge succesul și împlinirea profesională. Iată câteva elemente cheie ale dezvoltării în carieră:

1. **Educație și învățare continuă:** Unul dintre aspectele fundamentale ale dezvoltării în carieră este educația continuă și dobândirea de noi cunoștințe și abilități relevante pentru domeniul în care activezi. Acest lucru poate implica obținerea de diplome suplimentare, participarea la cursuri de formare, seminarii sau workshop-uri, sau chiar auto-didactismul prin studiu individual.
2. **Experiență practică și diversificată:** Obținerea unei experiențe variate în diverse aspecte ale domeniului tău de activitate este esențială pentru dezvoltarea în carieră. Trecerea prin diverse roluri și proiecte îți va permite să îți dezvolti abilitățile și să îți dobândești o înțelegere mai profundă a industriei în care activezi.
3. **Rețele profesionale și relații interpersonale:** Construirea și menținerea unei rețele solide de contacte în industrie este crucială pentru dezvoltarea în carieră. Relațiile cu colegii, mentori, clienți și alte persoane din domeniul tău îți pot oferi oportunități de creștere profesională, sfaturi și sprijin în momente dificile.
4. **Planificare și managementul carierei:** Este important să îți stabilești obiective clare de carieră și să îți planifici pașii pentru a le atinge. Acest lucru implică evaluarea periodică a progresului tău, adaptarea planurilor în funcție de schimbările din industrie și menținerea unei direcții coerente în dezvoltarea ta profesională.
5. **Comunicare și abilități de leadership:** Dezvoltarea abilităților de comunicare eficientă și de leadership este esențială pentru avansarea în carieră. Capacitatea de a comunica clar și de a influența și motiva alții este importantă în orice rol de conducere sau colaborare în echipă.
6. **Gestionarea timpului și a stresului:** Abilitățile de gestionare a timpului și a stresului te vor ajuta să fii mai productiv și să îți menții un echilibru între viața profesională și

cea personală. Este important să îți prioritizezi sarcinile, să delegi responsabilități și să găsești modalități eficiente de a face față presiunilor din mediul de lucru.

7. **Flexibilitate și adaptabilitate:** Industriile și cerințele de pe piața muncii se schimbă în mod constant, iar capacitatea de a fi flexibil și adaptabil la aceste schimbări este crucială pentru succesul în carieră. Fiind deschis la învățare și la adaptare, vei putea să te adaptezi rapid la noile cerințe și oportunități care apar în domeniul tău de activitate.

Aceste elemente formează un cadru amplu pentru dezvoltarea în carieră și reprezintă pilonii pe care îi poți construi pentru a-ți atinge obiectivele profesionale și pentru a te dezvolta în mod constant în domeniul tău de activitate.

Să luăm în considerare un studiu de caz fictiv despre dezvoltarea în carieră a unei persoane:

Numele: A P

Studiul de caz: Dezvoltarea în carieră în domeniul marketingului digital

Ana Maria Popescu este o tânără pasionată de marketing și tehnologie. După absolvirea unei facultăți de profil și câțiva ani de experiență într-o agenție de publicitate, Ana și-a dorit să-și dezvolte cariera în domeniul marketingului digital.

Faza 1: Auto-reflecție și stabilirea obiectivelor

Ana își analizează pasiunile și abilitățile și decide că vrea să devină expertă în marketingul digital și să ajungă la o poziție de conducere într-o companie de top în domeniu.

Faza 2: Educație și dezvoltare personală

Ana își începe parcursul de dezvoltare profesională participând la cursuri online și conferințe în domeniul marketingului digital. Ea obține o certificare în marketing digital și își îmbunătățește abilitățile în analiza datelor și optimizarea campaniilor online.

Faza 3: Experiență practică

Pentru a-și construi experiența în marketingul digital, Ana își găsește oportunități de a lucra la proiecte relevante în cadrul agenției în care activează. Ea se implică în campanii digitale pentru diverse clienți și își demonstrează abilitățile în gestionarea campaniilor pe platforme precum Google Ads și Facebook Ads.

Faza 4: Construirea unei rețele profesionale

Ana își extinde rețeaua profesională participând la evenimente de networking și conectându-se cu profesioniști din industrie pe platforme online. Ea își menține legătura cu colegii din agenție și se implică în comunități online de specialitate.

Faza 5: Setarea și adaptarea planurilor de carieră

Pe măsură ce câștigă experiență și încredere în abilitățile sale, Ana își ajustează planurile de carieră. Ea își stabilește obiective intermediare pentru a avansa la o poziție de specialist în marketing digital și își planifică următorii pași pentru a ajunge la poziții de conducere în viitor.

Faza 6: Demonstrarea angajamentului și a profesionalismului

Ana demonstrează angajament și profesionalism în munca sa zilnică. Ea se implică în proiecte importante, oferă feedback constructiv colegilor și este mereu deschisă la învățare și îmbunătățire.

Faza 7: Gestionarea timpului și a stresului

Pentru a face față cerințelor solicitante ale domeniului marketingului digital, Ana învață să-și gestioneze eficient timpul și să-și mențină echilibrul între viața profesională și cea personală. Ea își dezvoltă strategii pentru a gestiona stresul și pentru a-și menține concentrarea și motivația în fiecare zi.

Faza 8: Evaluarea și ajustarea constantă

Ana își evaluează periodic progresul și ajustează planurile de carieră în funcție de obiectivele sale și de schimbările din industrie. Ea primește feedback de la managerii săi și de la colegi și folosește aceste informații pentru a-și îmbunătăți performanța și pentru a-și atinge obiectivele profesionale.

Acest studiu de caz al A. P. demonstrează modul în care un individ poate să-și dezvolte cariera într-un domeniu specific, având în vedere pașii importanți și implicarea constantă în procesul de dezvoltare profesională.

CONSILIEREA DE CARIERĂ

Prof. Maroiu Manuela
C.S.E.I. „Aurora” Reșița

Consilierea pentru carieră înseamnă apelul la o sursă externă pentru ai ajuta pe angajați să exploreze alternative și să ia decizii. Sistemele de informații despre carieră, cuprind programe care caută în computer informații, referințe despre tendințele pe piața muncii:

- Jalonarea și evaluarea abilităților înseamnă că fiecare angajat să își cunoască competențele și gradul de adecvare la exigențele postului;
- Informații despre direcția strategică și rezultatele economice ale firmei – înseamnă că angajații cunosc starea firmei, unde se plasează în domeniu, care este situația comparativ cu firmele competitori;
- Sprijin extins pentru educație și instruire, cuprind bursele și instruirea extinsă în cadrul companiei;
- Flexibilitatea locului de muncă – acolo unde organizația cere flexibilitate, trebuie să și ofere mai multă putere și mai mult spațiu de manevră în rolurile din carteră.

Individul își propune ca obiectiv o carieră, organizația își propune să păstreze oamenii valoroși. Pentru ca lucrurile să se întâmple așa trebuie avute în vedere diferențele individuale în aprecierea angajaților și distribuirea rolurilor; trebuie să nu uităm că oamenii și carierele lor sunt dinamice. Pe de o parte succesul carierei cere oamenilor să fie elastici; organizațiile pot facilita succesul carierelor și pot contribui la dezvoltarea angajaților păstrându-i astfel acolo unde este nevoie de ei.

Munca are cinci roluri importante în viața omului:

- venitul pentru obținerea unui nivel și standard de viață ridicat ;
- petrecerea timpului și cheltuirea energiei ;
- obținerea identității și a unui statut – sursa respectului de sine și un mod de a obține recunoașterea altora ;
- nevoia de asociere, un mod de a-și face prieteni, a face parte dintr-un grup ;

· sursa unui scop în viață – un mod de a da un scop și un înțeles vieții prin servicii făcute altora, acte de creație, exprimarea eului, experimentarea unor noi lucruri.

Diversitatea acțiunilor umane face necesară analiza motivelor care-l îndeamnă pe un individ să aleagă un tip de muncă și nu altul. Studiul motivației este o componentă de interes comun atât pentru organizație cât și pentru cercetători, antrenori. Organizațiile contemporane acordă o atenție deosebită motivației deoarece astăzi mai mult ca oricând trebuie să fie productivă, competitivă la nivel global. Teoriile muncii enunțate de cercetători pe baza unor studii sunt teorii bazate pe nevoi și teorii procesuale. Maslow consideră că ființele umane au cinci seturi de nevoi care sunt aranjate într-o ierarhie :

- A) Nevoi fiziologice ;
- B) Nevoi de siguranță ;
- C) Nevoi de aparență ;
- D) Nevoi de stimă ;
- E) Nevoi de împlinire.

Când nevoile de la un anumit nivel din ierarhie sunt satisfăcute, individul își îndreaptă atenția spre nivelul superior următor. Se observă astfel că implicit aceasta înseamnă că o nevoie satisfăcută nu mai este un motivator eficace. Îndată ce cineva are resurse fiziologice suficiente și se simte în siguranță, acela nu va mai căuta factorii care satisfac aceste nevoi, ci se va orienta spre alte surse de mulțumire. După Maslow, singura excepție de la această regulă sunt nevoile de auto-împlinire. El credea ca acestea sunt nevoile de “dezvoltare” și devin din ce în ce mai puternice pe măsură ce sunt satisfăcute.

Alderfer a dezvoltat o altă teorie bazată pe nevoi, numită teoria ERG. Ea provine din clasificarea nevoilor făcută de Maslow și face câteva ipoteze diferite despre relația dintre nevoi și motivație. Numele ERG provine de la comprimarea sistemului format din cinci categorii al lui Maslow într-unul cu trei categorii – nevoi legate de existență, relații și dezvoltare.

Contribuția lui Alderfer la înțelegerea motivației este reprezentată de diferențele între teoria ERG și ierarhia nevoilor. Mai întâi teoria ERG nu presupune că o necesitate de rang inferior trebuie satisfăcută înainte ca o necesitate mai puțin concretă să devină operațională. Astfel, teoria ERG nu propune o ierarhie rigidă a necesităților și anumiți indivizi, ca urmare a pregătirii și experienței lor, pot căuta relații sau dezvoltare chiar dacă nevoile lor existențiale nu sunt satisfăcute. Din acest motiv, teoria ERD se pare că răspunde la o mai mare varietate de

diferențieri individuale în ceea ce privește structura motivațională. În al doilea rând, această teorie afirmă că, dacă nevoile de nivel superior nu sunt satisfăcute, va crește dorința indivizilor de a-și satisface nevoile de nivel inferior. Se observă că aceasta este o diferențiere majoră față de Maslow.

Nevoile de realizare, afiliere, putere sunt studiate de McClelland cu o relevanță specială pentru comportamentul organizațional.

Teoriile de realizare, afiliere, putere sunt studiate de McClelland cu o relevanță specială pentru comportamentul organizațional.

Teoriile procesuale ale motivației muncii se concentrează asupra modului cum apare motivația. Sunt elaborate două teorii importante ale motivației bazate pe proces : teoria așteptărilor și teoria echității.

Ideea de bază care străbate teoria așteptărilor este convingerea că motivația este determinată de rezultatele pe care oamenii le așteaptă ca urmare a acțiunilor lor la locul de muncă. Componentele de bază sunt: rezultatele, instrumentalitatea, valența, așteptarea, forța.

Teoria echității este o teorie procesuală care afirmă că motivația își are sursa în compararea eforturilor pe care cineva le face într-un anumit post și a recompenselor pe care le obține, cu eforturile și recompensele altei persoane sau grup. Dincolo de aceste nevoi ce trebuie satisfăcute și care se ierarhizează în mod diferit de la o persoană la alta un rol important în cariera unei persoane îl are și mediul profesional, schimbările care survin în câmpul muncii datorate mai multor elemente: reducerea resurselor, cunoașterea, schimbări în credințele sociale, politice și economice, obiceiuri, educația.

Cariera este o succesiune evolutivă de activități și poziții profesionale pe care le atinge o persoană ca și atitudinile, cunoștințele și competențele asociale, care se dezvoltă de-a lungul timpului.

Cariera influențează mai multe aspecte ale vieții unei persoane :

- câți bani va câștiga ;
- ce haine va purta ;
- ce beneficii va avea în urma slujbei ;
- pentru ce organizație / companie va lucra;
- oamenii cu care va intra în legătură ;

- ce muncă va presta;
- unde va lucra ;
- cât timp va lucra ;
- ce responsabilități va avea ;
- ce lucruri va învăța ;
- ce abilități îi trebuie ;
- ce interese personale își vor găsi expresia în muncă.

Cariera este un aspect important al vieții unui om și cuprinde mai multe stadii: exploatarea, stabilizarea ; avansarea și menținerea, finalul carierei.

Orientarea carierei cu toate implicațiile a reprezentat punctul de interes al cercetătorilor care au elaborat teorii legate de identitatea ocupațională a individului. Teoria ancorelor carierei stipulează că pe măsură ce persoana se cunoaște mai bine și capătă o identitate ocupațională mai clară se formează percepția unui tipar distinct al talentelor, scopurilor, nevoilor și valorilor proprii. Individul este centrat pe munci de tipuri de activitate cum ar fi : competența tehnică / funcțională, competența managerială, siguranța, autonomia și creativitatea.

Teoria motivațională are în vedere nevoile și scopurile individului din punct de vedere cognitiv. Adaptarea vocațională este expresie a procesului de motivare și adaptare a persoanei care caută roluri să fie compatibile cu ele și să se reorienteze după unele schimbări sau pierderea unei poziții anume. Aceste roluri vocaționale pot fi executate în diferite arii ale societății (muncă, familie, comunitate, vacanță). Rolurile prin muncă sunt importante deoarece celelalte pot fi realizate dacă o persoana își câștigă existența prin muncă.

Rolul omului în societate este să muncească să-și aducă contribuția la evoluția societății. Pentru a pătrunde într-un anumit grup sau organizație, pentru a avea un anumit rol, statut, educația este esențială în acest sens.

Metodele de alegere a carierei sunt astfel dependente de ceea ce a învățat individul să facă și cum să facă și de cât de mult o carieră de succes este importanța pentru el. Există două metode de alegere, una tradițională și una modernă în care componentele care sunt luate în considerare sunt aceleași dar într-o ordine puțin inversată.

Din perspectiva sistemului de valori oamenii se orientează diferit în carieră. Tipurile de personalitate luate în considerare sunt: convențional, artistic, realist, social, întreprinzător, investigativ.

Nici o persoană nu reprezintă doar un tip de personalitate ci o combinație de două poate trei tipuri de personalitate.

Satisfacția în muncă este astfel dependentă de o mulțime de caracteristici personale cu implicații deosebite. Factorii care contribuie la satisfacție sunt diverși, dar în același timp și cu consecințe enorme în caz de insatisfacție profesională.

Satisfacția este un aspect important al vieții deoarece contribuie la perceperea reușitei sau nereușitei în cariera/viața.

O carieră de succes este condiționată și de implicarea conducerii organizației prin departamentul de resurse umane în planificarea carierei, consilierea individului. Este de dorit ca inițierea proaspeților angajați să fie făcută de un mentor din cadrul organizației, o persoană care este responsabilă și care cunoaște mersul lucrurilor în corporație îi va ajuta să se integreze și să facă față eventualelor probleme. În orice organizație managerii se confruntă cu o serie de probleme privind dezvoltarea carierelor angajaților :

- managementul angajaților la mijlocul carierei ;
- managementul muncitorilor mai în vârstă ;
- managementul problemelor muncă / familie.

Planificarea fiecărei cariere este o altă responsabilitate a managementului și înseamnă a dezvolta și implementa programe care trebuie să fie compatibile cu specificul afacerii, cu structura organizației și cu aspirațiile angajaților.

Bibliografie:

1. Crișan C. Pavelea A. Ghimbuluț O. Cățin A. (2015) Manual de consiliere în carieră. Ghid practic pentru consilieri, Cluj-Napoca
2. Dumitru I. (2008) Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice, Ed. Polirom, Iași

Proiect de lecție
La disciplina consiliere și orientare

Prof. Sârbu Viorica Alina

C.Ș.E.I. „Aurora”, Reșița

Data:

Profesor:

Unitatea școlară:

Clasa:

Aria curriculară: **Om și societate**

Disciplina: **Consiliere și orientare**

Subiectul: **Conceptul de personalitate**

Tipul lecției: Comunicare și însușire de noi cunoștințe

Obiective

Competențe generale:

- Utilizarea conceptelor specifice științelor sociale pentru organizarea demersurilor de cunoaștere și explicare a unor fapte, evenimente și procese din viața reală;
- Aplicarea cunoștințelor specifice științelor sociale în rezolvarea unor situații problemă

Competențe specifice:

- Să identifice caracteristicile definitorii ale următoarelor concepte: individ, individualitate, persoană, personalitate, și personaj;
- Să analizeze conceptul de personalitate;
- Să caracterizeze principalele dimensiuni ale personalității;

- Să analizeze și să identifice tipurile de personalitate (imature, mature, accentuate și anormale)

Forme de organizare: frontal, individual

Metode și procedee: conversația examinatoare, descoperirea, joc didactic, exercițiul, brainstorming

Forma de evaluare: continuă, prin întrebări și analiza răspunsurilor și a modalităților în care au fost îndeplinite sarcinile de lucru.

Bibliografie: Zlate Mielu coord. – *Psihologie, Manual pentru clasa a X-a*, Editura Aramis, București, 2005

Etapele lecției	Obiective	Activitatea profesorului	Activitatea elevilor	Metode și procedee	Forme de organizare	Resurse materiale
Moment organizatoric Anunțarea temelor și a obiectivelor (4 minute)		Se consemnează absențele; Se anunță tema și obiectivele; Se anunță titlul lecției: „Conceptul de personalitate”	Răspund la întrebări; Ascultă cu atenție obiectivele lecției; Notează titlul lecției în caiet	Conversația Brainstorming	Frontal	Google Meet PowerPoint
Motivarea elevilor Sensibilizarea elevilor Captarea atenției Prezentarea importanței și rolul comunicării și al limbajului în viața umană. (8 minute)		Profesorul îi invită pe elevi să se autodefinească prin răspunsuri exploratorii la întrebarea: <i>Cine sunt eu?</i> - cu scopul de a identifica noțiunile de individ, individualitate, persoană, personalitate și personaj.	„Conceptul de personalitate” Se implică în activitatea realizată de către profesor și răspund la întrebările adresate	Conversația euristică Dezbaterea Reflecția personală	Frontal Individual De grup Frontal Individual	Google Meet PowerPoint Fișe individuale
				Expunerea didactică	Frontal Individual	Google Meet

<p>Desfășurare a activității: Activitatea Nr. 1 – Definierea personalității (5 minute)</p>		<p>Concepte care sunt folosite în contexte asemănătoare dar care acoperă realități diferite. Profesorul oferă informații despre cele cinci concepte.</p>	<p>de profesor. Ascultă cu atenție informațiile transmise de profesor și își notează noile informații.</p>			<p>PowerPoint Fișa lecției Fișe individuale</p>
<p>Activitatea Nr. 2 - Prezentarea caracteristicilor personalității și a tipurilor de personalitate (7 minute)</p>		<p>Profesorul prezintă definițiile personalității: <i>„Personalitatea este acea structură dinamică de funcții și procese psihice care permite trecerea omului de la forma de simplă adaptare și echilibrare, la asimilarea activă a situațiilor de mediu prin comportamente instrumentate social-istoric.”</i> <i>„Personalitatea integrează în sine (ca sistem) organismul individual, structurile psihice umane și totodată, relațiile sociale în care omul este prins, ca și mijloacele culturale de care dispune.”</i></p>	<p>Ascultă cu atenție și consultă fișa lecției. Se implică în discuțiile dezvoltate de către profesor și își argumentează răspunsurile</p>	<p>Expunerea didactică Conversația euristică Conversația de tip dezbateră Reflecția personală</p>	<p>Frontal Individual</p>	<p>Google Meet PowerPoint Fișa lecției Caiete</p>
<p>Activitatea Nr. 3 – Prezentarea dimensiunilor personalității (14 minute)</p>		<p>Profesorul prezintă principalele</p>	<p>Ascultă cu atenție și notează în caiet. Se implică în discuțiile dezvoltate de către profesor și își</p>	<p>Conversația euristică Expunerea didactică</p>	<p>Frontal Individual</p>	<p>Google Meet PowerPoint Fișa lecției Caiete</p>

<p>Evaluarea activității Încheierea lecției (2 minute)</p>		<p>caracteristici ale personalității: caracterul sistemic, durabilitatea, esențialitatea, structuralitate și dinamism, finalitate adaptativă, unicitatea. Profesorul prezintă clasificarea tipurilor de personalitate: Personalități imature, personalități mature, personalități accentuate și personalități anormale.</p> <p>Profesorul prezintă și caracterizează cele 5 laturi ale personalității: Temperamentul/latura dinamico-energetică Aptitudinile/latura instrumental-operatională Caracterul/latura relațional valorică Inteligența/latura rezolutiv-productivă Creativitatea/latura transformățional constructivă</p> <p>Profesorul evidențiază rolul</p>	<p>argumente ază răspunsurile</p> <p>Ascultă cu atenție și notează în caiet. Se implică în discuțiile dezvoltate de către profesor și își argumentează ază răspunsurile</p> <p>Se implică cu atenție în activitatea organizată de către profesor, solicită informații suplimentare unde este cazul și răspunde la întrebările adresate de către profesor</p>	<p>Conversația a examinatoarele</p>	<p>Frontal Individual</p>	<p>Fișa lecției Caiete</p>
--	--	--	--	-------------------------------------	---------------------------	--------------------------------

		<p>temperamentului în structura personalității, ca fiind o particularitate foarte generală a personalității.</p> <p>Prezintă un rezumat al lecției. Evaluează gradul de înțelegere al elevilor</p>	<p>Ascultă cu atenție și răspund la întrebări</p>			
--	--	--	---	--	--	--

CSEI „AURORA” Reșița

Negrea Mirel

Ghid pentru interviul de selecție

în vederea angajării

Interviul de selecție este folosit de angajatori ca o modalitate de a colecta informații despre candidații pentru posturile disponibile, respectiv pentru a analiza în ce măsură există compatibilitate între caracteristicile candidaților și responsabilitățile postului, echipa din care persoana va face parte, și chiar valorile și cultura organizației.

În același timp, pentru tine, interviul este ocazia pe care o ai să cunoști mai bine angajatorul și să îți dai seama dacă vrei cu adevărat să lucrezi în organizația respectivă sau pe un anumit post.

Sunt prezentate mai jos câteva recomandări generale pentru participarea la un interviu de selecție:

Este important să te pregătești dinainte pentru interviu! Asta înseamnă să te informezi despre compania pentru care vrei să lucrezi: verifică-i site-ul web, întreabă prietenii sau cunoștințele care lucrează acolo.

Pregătește înainte de interviu dovezi ale abilităților tale, dacă acest lucru este posibil (de ex. sub forma unor portofolii de lucrări realizate). De asemenea, e bine să fii pregătit să explici și să exemplifici situații în care ai folosit competențele și abilitățile pe care le-ai menționat în CV.

Fii atent la prima impresie pe care o faci! Uneori persoanele care țin interviurile sunt atât de ocupate, încât dacă prima impresie nu este una favorabilă, se vor grăbi să treacă la următorul candidat. Pentru a face o impresie cât mai bună de la început urmărește să:

- ai un aspect fizic îngrijit; - ai grijă la posibile ticuri nervoase; - menții contactul vizual cu interviuatorul; - ai o strângere de mână fermă.

Vorbește cu considerație despre foștii tăi angajatori și colegi. Chiar dacă lucrurile nu au fost "roz" la fostul loc de muncă, sau la școală, angajatorilor nu le plac oamenii care vorbesc urât despre ceilalți. Nici un angajator nu își dorește un angajat care să îi defăimeze compania când pleacă la un alt loc de muncă.

Întrebările din interviurile de selecție

Pe parcursul interviului, angajatorul îți poate adresa diverse întrebări, nu uita că scopul acestora este să te cunoască mai bine, și să verifice dacă poți fi candidatul potrivit pentru postul și organizația lor.

Richard Bolles atrage atenția că din multitudinea de întrebări, există 5 care sunt de bază și la care trebuie să fii atent:

1. **De ce ești aici?** Altfel spus, de ce îți dorești acest job, și nu altul din altă organizație. Ce anume îți place la acest job, și ce îți place la organizația angajatoare? Pentru a putea răspunde la această întrebare, este necesar să te documentezi înainte cu privire la companie, dar și la postul pentru care candidezi.
2. **Ce poți face pentru noi?** Prin această întrebare angajatorii vor să afle dacă vei contribui la rezolvarea problemelor pe care ie au și la dezvoltare lor ca organizație, în cazul în care te angajează. De asemenea, vor să afle prin ce abilități și cunoștințe poți să ajungi să îți îndeplinești sarcinile în poziția pentru care angajează.
3. **Ce fel de persoană ești?** Întrebările care își propun să afle cum ești ca persoană, ce trăsături te caracterizează le sunt de folos angajatorilor pentru a se asigura că te vei integra bine în echipa de lucru, că există o potrivire între valorile tale, și valorile promovate de organizație.
4. **Ce te deosebește de ceilalți candidați care au aplicat pentru acest post?** Acest tip de întrebare este menit să îți scoată în evidență punctele tari: ești dispus să lucrezi mai mult, și standarde ridicate pentru calitatea muncii pe care o faci, lucrezi repede, înveți repede, ești independent, ești eficient sub presiune? Care sunt trăsăturile care te scot în evidență?
5. **Îmi permit financiar să te angajez?** Angajatorii vor încerca să vadă ce sumă te mulțumește, dacă aceasta se încadrează în bugetul lor, și dacă sunt dispuși să ofere acea sumă pentru serviciile pe care tu le poți oferi.

Aceste cinci aspecte nu vor fi mereu prezentate sub formă de întrebări directe. Dar fiecare angajator urmărește, într-un fel sau altul, să își răspundă la cele cinci întrebări, deoarece acestea îi vor oferi o imagine mai clară despre compatibilitatea dintre tine și candidatul lor "ideal".

Întrebările ce vizează aspecte comportamentale sunt un tip special de întrebări cărora trebuie să le acorzi o atenție deosebită în timpul interviurilor. Aceste întrebări vă solicită exemple de

situații care demonstrează că dețineți anumite competențe specifice. Mai jos găsiți câteva exemple de astfel de întrebări:

- *Te rog să îmi dai un exemplu de o problemă cu adevărat dificilă cu care te-ai confruntat și cum ai reușit să o rezolvi?* (evidențiază capacitatea de rezolvare a problemelor)
- *Povestește-mi despre o situație în care a trebuit să faci un proiect /activitate cooperând cu persoane care nu îți împărtășeau ideile, valorile, sau credințele. Cum ai reușit să gestionezi situația și să faci sarcina?* (abilitatea de adaptare și de a lucra cu persoane diferite)
- *Dă-mi un exemplu de situație în care atenția ta pentru detalii te-a "salvat" de la o greșeală majoră?* (evidențiază atenția pentru detalii)
- *Describe o situație în care nu ai fost de acord cu colegii cu care lucrezi la proiect, dar ai găsit o metodă să rezolvați problema.* (indică spre abilitățile de cooperare)
- *Dă-mi exemplu de o situație în care nu ai reușit să finalizezi la timp un proiect, deși ai depus eforturi pentru asta.* (evidențiază abilități de management al timpului)

Acestea sunt doar câteva exemple de întrebări, dar angajatorii pot pune întrebări similare pentru orice tip de competență pe care vor să o investigheze în timpul interviului.

Tinerii își caută un rost în viață, o cale profesională pe care să o urmeze... pentru câțiva ani... sau toată viața.

Găsim sute de sfaturi despre: cum să-ți realizezi un CV atrăgător, să aplici la locuri de munca faine, să te prezinți la interviu etc. Iată câteva trucuri utile pentru anii ce vor urma!

1. Oglindește-l pe recrutor.

Studiile arată că angajatorii caută persoane care sunt la fel ca ei. Tendința (inconștientă) a recrutorilor este de a selecta acei candidați care le seamănă ca stil de a fi.

2. Controlează-ți vocea înainte de interviu.

Vocea- un factor extrem de important în crearea unei impresii bune la interviul de angajare. O voce fermă, care nu tremura și care pronunță corect toate cuvintele transmite siguranță și încredere,

3. Privește-l în ochi pe recrutor.

Dacă te uiți doar pe pereți când răspunzi întrebărilor, cel din fața ta ar putea să creadă că ești lipsit de încredere, nervos. Asigură-te că privirea ta se întâlnește cu cea a recrutorului, din când în când.

4. Fii relaxat și zâmbește des.

Zâmbește des! Vei începe să te simți mai bine în pielea ta și vei transmite senzația că ești încrezător în ceea ce știi și poți să faci.

5. Ai grijă cum Închei interviul.

Nu neglija nici ieșirea de pe scenă. Recrutorii tind să-și amintească mai ales ultimele secunde ale întâlnirii. Când simți că interviul se apropie de final, trebuie să te pregătești pentru o strângere de (mâna fermă și o atitudine de învingător. Nu uita să mulțumești și să te gândești "eu sunt omul cel mai potrivit pentru acest job".

6. Odihnește-te bine

Somnul este extrem de important pentru noi, atunci când vrem să obținem rezultate bune. Mai ales înainte de un interviu important pentru angajare, un somn bun este foarte indicat,

7. Informează-te temeinic

Înainte de a merge la un interviu, informează-te în legătură cu compania respectivă și acordă-ți o perioadă de timp pentru a-ți reciti și corecta CV-ul.

Nu uita! Grijă la eventualele greșeli gramaticale sau ortografice.

8. Fa-ți o listă de întrebări

Foarte important, adresezi și tu întrebări, nu doar angajatorul. Fă-ți o listă de întrebări și de acasă

9. Fii conștient de calitățile tale și spune-le cu convingere

Te provoc să îți iei chiar acum o coală de hârtie și să scrii 10 calități pe care le poți utiliza în jobul dorit. Și în dreptul fiecărei calități scrie o frază care reprezintă acea experiență ce ți-a dovedit această calitate.

10. Fii tu însuți!

Da, pentru că tu ești o persoană minunată și atunci când îți alegi corect jobul nu are de ce să-ți fie teamă că vei fi respins. dar dacă se întâmplă așa, înseamnă că este mai bine, pentru că nu ți se potrivea. Așadar, fii tu însuți! Pentru că atunci când esti tu însuți, ai acces la toate resursele tale interioare, ești congruent și aliniat cu ce spui și ce simți.

Surse:

Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013

Titlul proiectului: "Practica nu-i efemeră, e un pas în carieră!" POSDRU/161/2.1/(3/141118)

Editorul materialului: Universitatea de Vest din Timișoara

Ghidarea elevilor în vederea atingerii obiectivelor în carieră

Prof. Racu Semenica
C.S.E.I „AURORA,, REȘIȚA

Ghidarea elevilor în elaborarea unui plan de acțiune pentru atingerea obiectivelor de carieră poate fi realizată printr-un proces structurat și personalizat.

Iată câțiva pași esențiali în acest sens:

1. **Clarificarea obiectivelor de carieră:**

- Se discută cu elevii despre obiectivele lor de carieră și ce își doresc să realizeze pe termen scurt și lung.
- Se va sigura că obiectivele sunt SMART (specifice, măsurabile, atingibile, relevante și limitate în timp).

2. **Identificarea pașilor necesari:**

- Elevii vor fi ajutați să identifice pașii specifici necesari pentru a atinge fiecare obiectiv de carieră.
- Vor fi încurajați să gândească în termeni de acțiuni concrete și realizabile.

3. **Prioritizarea obiectivelor:**

- Elevii vor identifica și prioritiza obiectivele lor în funcție de importanță și fezabilitate.
- Vor fi încurajați să aloce mai mult timp și energie obiectivelor care au o importanță mai mare sau care necesită o atenție imediată.

4. **Stabilirea unor termene limită:**

- Se va discuta cu elevii despre stabilirea unor termene limită realiste pentru atingerea fiecărui obiectiv.
- Termenele limită îi vor ajuta să-și gestioneze mai bine timpul și să rămână motivați în procesul de urmărire a progresului.

5. **Identificarea resurselor și a suportului necesar:**

- Se vor identifica resursele și suportul necesar pentru a atinge obiectivele lor de carieră.
- Aceste resurse pot include acces la educație suplimentară, stagii, mentori sau alte persoane de sprijin.

6. **Crearea unui calendar sau a unui plan de acțiune:**

- Se va crea un calendar sau un plan de acțiune detaliat, în care să își noteze pașii necesari și termenele limită pentru fiecare obiectiv.
- Acest plan trebuie să fie flexibil și să permită ajustări în funcție de schimbările în calea lor către succes.

7. **Monitorizarea și evaluarea progresului:**

- Elevii vor fi încurajați să monitorizeze și să evalueze periodic progresul lor către atingerea obiectivelor.
- Se va discuta despre ce a mers bine și ce ar putea fi îmbunătățit în planul lor de acțiune.

8. **Revizuirea și ajustarea planului:**

- Se vor încuraja elevii să fie deschiși la revizuirea și ajustarea planului lor de acțiune pe măsură ce apar noi informații sau schimbări în circumstanțe.
- Flexibilitatea și adaptabilitatea sunt importante în procesul de atingere a obiectivelor de carieră.

Prin ghidarea elevilor în elaborarea unui plan de acțiune structurat și adaptat nevoilor lor individuale, aceștia vor fi mai pregătiți să urmeze un traseu către succesul în carieră.

BIBLIOGRAFIE:

1. *GHID DE ORIENTARE ȘI CONSILIERE PROFESIONALĂ. Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial pentru Dezvoltarea Resurselor Umane 2007-2013 “Investește în oameni!”*

2. *Materiale pentru profesori, diriginți și elevi: Modulul „DEZVOLTARE PERSONALĂ ȘI PROIECTAREA CARIEREI”/ Ministerul Educației al Republicii Moldova, Centrul pentru Educație Antreprenorială și Asistență în Afaceri (CEDA) – Chișinău, 2016.*

3. *ÎNVĂȚ SĂ FIU. Ghid pentru psihologi școlari, diriginți, profesori. Seria Aici și acum, CE PRO DIDACTICA, Chișinău, 2008*

PAȘI CĂTRE O CARIERĂ DE SUCCES

prof. Drăghiță Maria Rodica

C.Ș.E.I.”Aurora” Reșița

Obținerea unei cariere de succes este un proces care implică angajament, planificare și perseverență. Iată câțiva pași pe care îi poți urma pentru a-ți construi o carieră de succes:

1. **Auto-reflecție și stabilirea obiectivelor:** Începe prin a te gândi la tine însuși și la ceea ce îți dorești cu adevărat să faci în viață. Ce te pasionează? Care sunt punctele tale forte? Stabilește obiective clare și realizabile pe termen scurt și lung.
2. **Educație și dezvoltare personală:** Investește în educația ta continuă și în dezvoltarea abilităților relevante pentru domeniul în care îți dorești să lucrezi. Acest lucru poate implica obținerea unor diplome suplimentare, participarea la cursuri de formare sau implicarea în proiecte care îți permit să-ți dezvoltți abilitățile.
3. **Experiență practică:** Obținerea experienței relevante este crucială pentru construirea unei cariere de succes. Poți începe prin a lucra în domeniul dorit într-o poziție de nivel de intrare sau prin intermediul unor stagii sau programe de internship. Experiența practică te va ajuta să înveți mai multe despre industrie și să îți dezvoltți rețeaua profesională.
4. **Construirea unei rețele profesionale:** Relațiile sunt extrem de importante în orice domeniu profesional. Construiește-ți o rețea solidă de contacte în industrie prin participarea la evenimente de networking, implicarea în comunități profesionale online și offline și menținerea legăturii cu colegii și mentori.
5. **Setarea și adaptarea planurilor de carieră:** Cariera ta va evolua și se va schimba pe măsură ce avansezi. Este important să fii deschis la schimbare și să-ți revizuiesti planurile de carieră periodic. Ajustează-ți obiectivele și strategiile în funcție de experiență și de schimbările din industrie.
6. **Demonstrarea angajamentului și a profesionalismului:** Fii dedicat și pasionat de ceea ce faci. Demonstrează angajament față de munca ta și căută mereu oportunități de a învăța și de a te dezvolta profesional. Fii respectuos și colaborativ în relațiile cu colegii și clienții.

7. **Gestionarea timpului și a stresului:** Cariera de succes poate fi solicitantă din punct de vedere fizic și mental. Învață să-ți gestionezi eficient timpul și să-ți menții echilibrul între viața profesională și cea personală. De asemenea, dezvoltă tehnici eficiente de gestionare a stresului pentru a face față provocărilor cu încredere și reziliență.
8. **Evaluarea și ajustarea constantă:** Fii dispus să te uiți critic la progresul tău și să faci ajustări atunci când este nevoie. Acceptă feedback-ul constructiv și folosește-l pentru a-ți îmbunătăți performanța și pentru a-ți atinge obiectivele de carieră.

Urmând acești pași și fiind consecvent în eforturile tale, vei fi pe drumul cel bun către construirea unei cariere de succes. Succesul nu vine peste noapte, dar cu răbdare și determinare, poți atinge obiectivele tale profesionale.

Cariera este importantă din mai multe motive:

1. **Autorealizare și satisfacție personală:** O carieră care vă permite să vă folosiți abilitățile și talentele în moduri care vă aduc împlinire și satisfacție personală poate contribui la o viață împlinită și satisfăcătoare.
2. **Independență financiară:** Prin intermediul carierei, puteți obține venitul necesar pentru a vă susține pe dvs. și pe familia dvs., asigurându-vă o anumită independență financiară și securitate în viitor.
3. **Stabilitate și securitate:** O carieră stabilă poate oferi o anumită stabilitate financiară și profesională, reducând incertitudinea și riscurile asociate cu șomajul sau instabilitatea pieței muncii.
4. **Oportunități de dezvoltare personală și profesională:** O carieră oferă oportunități pentru dezvoltarea continuă a abilităților și cunoștințelor dvs., permițându-vă să vă îmbunătățiți și să vă extindeți competențele în timp.
5. **Contribuție și impact:** Prin intermediul carierei, aveți șansa de a contribui la societate și la comunitatea dvs. în moduri semnificative, având un impact pozitiv asupra altor oameni și asupra lumii în general.
6. **Recunoaștere și succes profesional:** Construirea unei cariere de succes vă poate aduce recunoaștere și apreciere în domeniul dvs. de activitate, ceea ce vă poate consolida încrederea în sine și vă poate oferi mai multe oportunități pentru avansare și creștere profesională.

7. **Oportunități de conexiune și networking:** Cariera vă poate conecta cu oameni din diverse domenii și culturi, oferindu-vă oportunități de networking și colaborare care vă pot deschide noi uși și perspective în viață.
8. **Realizare a potențialului personal:** O carieră de succes vă poate ajuta să vă atingeți potențialul maxim și să vă îndepliniți ambițiile personale și profesionale, oferindu-vă satisfacția că ați făcut tot ce puteți pentru a vă realiza visele și obiectivele.

În concluzie, cariera are o importanță fundamentală în viața noastră, contribuind la bunăstarea noastră materială, emoțională și spirituală, precum și la contribuția noastră la societate și la lumea înconjurătoare.

ROLUL ȘI LOCUL SECRETAREI ÎN LUMEA PROFESIONALĂ CONTEMPORANĂ

În zilele noastre meseria de secretară este foarte căutată, accentul punându-se acum pe selectarea cât mai atentă a lor. Dovadă că este așa sunt și zecile de anunțuri care apar zilnic în ziare și reviste. Dacă acum 12-14 ani a fi secretară însemna o viață oarecum lipsită de griji, sub aripa protectoare, de multe ori la propriu și la figurat a șefului, o viață în care principalele atribuții erau cafeaua de dimineață a șefului, ziarele, ceva corespondență, telefonul, dar mai presus de toate ocrotirea șefului de prezența inoportună a diverșilor solicitanți, astăzi lucrurile s-au schimbat. Această imagine percepută de “ochiul public” într-un anumit clișeu plasat undeva în sfera derizoriului a dispărut, aproape în întregime, datorită gradului lor de profesionalism, calității serviciilor de comunicare și administrație pe care le pot oferi.

Profesiunea de secretară este poate singura profesiune care a “suferit” cele mai multe transformări după 1989, odată cu apariția și la noi a mijloacelor moderne de comunicare și informare. Secretara nu înseamnă doar puțină dactilografie, picioare frumoase și arta de a face cafea, ea lucrează acum pe calculator, folosește Internetul, are cunoștințe de management, marketing, drept, primește și transmite mesaje prin telefon, fax sau e-mail în limbi străine pe care le stăpânește mai bine decât șeful ei, dispune de un mic atelier informațional, dactilografiază pe calculator folosind “metoda oarbă”. Ea întocmește și folosește sisteme sigure de evidență, fiind la curent cu instituțiile, organismele și departamentele din țară și străinătate cu persoanele lor cheie. “Ea este cronicara evenimentelor instituției sale, autoare de anale nepublicate. E mai ușor să găsești un expert sau un strateg decât o secretară bună” (Mircea Malița).

În prezent secretara deține o funcție indispensabilă pentru bunul mers al organizației din care face parte și care a devenit acum o ocupație de un înalt profesionalism. O secretară este o profesionistă în adevăratul sens al cuvântului. Existența a numeroase școli postliceale, cursuri pentru secretare și chiar colegii care pregătesc tinerele secretare sau asistentele manager, existența Asociației Europene a Secretarelor Profesioniste confirmă caracterul profesionist al acestei activități.

Profesiunea de secretară, ca atâtea altele se practică și din vocație, o vocație care se poate descoperi, cultiva și perfectă prin intermediul educației continue. Secretara modernă este o persoană educată și educabilă care are capacitatea de a comunica cu oamenii verbal sau scris, de a înțelege psihologia lor, o persoană care posedă pe lângă un cod al eticii

profesionale, cunoștințe legate de profilul firmei și de operațiile tehnice specifice muncii de secretariat, și calității manageriale la fel de dezvoltată ca ale celor care conduc instituția din care face parte. Secretarele sunt managerii propriilor lor firme – secretariatele.

Profesiunea de secretară nu reprezintă o muncă independentă. Spre deosebire de un contabil manager, secretara este întotdeauna legată de o anumită persoană sau de un anumit departament. Ea lucrează pentru alții, munca ei folosește muncii altora. Rolul principal al secretarei este de a ajuta.

Secretara și șeful trebuie să formeze o echipă în adevăratul sens al cuvântului cu drepturi și obligații reciproce pentru fiecare din membrii echipei. Este esențial ca șeful și secretara să gândească, să planifice și să acționeze ca o echipă. Așa cum succesul jucătorilor de tenis la dublu depinde de abilitatea fiecăruia de a anticipa loviturile celuilalt pentru a se completa și sincroniza, tot așa șeful și secretara trebuie să muncească din greu pentru a-și dezvolta strategia de echipă. Munca unui director și cea prestată de o secretară sunt greu de separat; acțiunile directorului și cele ale secretarei sunt complementare, fiind direcționate spre același scop. De exemplu trebuie scris un raport: directorul concepe, secretara îl prelucrează, îl stilizează. Deci sarcina unică a fost aceea de a prezenta un raport care s-a finalizat prin contribuția celor două persoane, existența uneia depinzând de existența celeilalte. Este cunoscut faptul că atunci când șeful avansează pe scara ierarhică, secretara este luată cu el. (nu este mai puțin adevărat că pentru unele secretare există riscul să rămână fără post atunci când șeful este schimbat pe criterii politice). Secretara este cea care contribuie la imaginea publică a unei firme sau instituții. Ea reprezintă prima imagine a firmei, prima persoană cu care se intră în contact (știm cu toți că prima impresie contează; imaginea pe care o creează secretara este extrem de importantă. Nu de puține ori am auzit s-au am gândit “dacă secretara arată așa sau se comportă așa ... ce să mai zicem de șef”).

Trebuie să recunoaștem că în România zilelor noastre, mai ales în instituțiile publice de stat, secretariatul apare ca ceva “tabu”, ca locul unde îți este teamă să intri și să ceri informații și asta pentru că unele secretare confundă profesionalismul cu atitudinea ostilă pe care o afișează de la prima ora a programului, aducând astfel un mare deserviciu atât șefului cât și instituției unde lucrează.

Rolul secretarei devine mai puțin acela de servitoare a managerului și mai mult de manageradministrativ. Schimbările politice din ultimii ani, dispariția confruntărilor Est-Vest au modificat și piețele: întreprinderile se află în luptă concurențială, ele trebuie să acționeze și să gândească global, deoarece structurile tradiționale ale întreprinderilor cu diviziunea lor

strictă a muncii, orientată ierarhic mult prea greoaie pentru a putea reacționa rapid și flexibil la cerințele clienților.

Toate aceste procese determină pentru secretare riscuri și noi șanse și anume:

- în cadrul restructurării conducerii, în multe unități se desființează niveluri ierarhice întregi sau se desprind din întreprindere domenii complete. Sunt mai puțini șefi, automat există mai puține secretare, presiunea crește asupra secretarelor rămase, pentru că eliminarea unor niveluri ierarhice nu înseamnă și dispariția tuturor sarcinilor. De regulă, sarcinile sunt redistribuite și măresc spectrul de sarcini al celor rămași.

- apariția pe scară largă a calculatoarelor face ca șefii să le folosească nu numai pentru a-și rezolva problemele proprii, dar și pentru scrierea, uneori, a corespondenței. Aceasta poate fi considerată fie ca o degrevare a secretarelor, fie ca o concurență. De regulă, este mai puțin economic și eficient ca șefii să-și scrie singuri corespondența. Ei sunt prea costisitori și prea lipsiți de experiență pe post de scribi. (Câți dintre ei pot scrie repede după metoda oarbă, cu zece degete?)

- restructurările le privesc din ce în ce mai mult și pe secretare. Se experimentează și se testează: secretariatele pe domenii, echipele de secretariat birourile-centre de profit, lucrul de la distanță etc.

Din fericire, există și reversul medaliei, iar șansele pentru secretare sunt foarte bune. Dezvoltarea continuă a tehnologiei informaționale și comunicaționale reprezintă o șansă pentru secretare. E-mail (poșta electronică), calculatorul, calendarul electronic de termene înseamnă pentru secretare o degrevare de muncile de rutină, mari consumatoare de timp. Biroul va deveni mai sărac în hârtii, iar întocmirea, distribuirea și gestiunea informațiilor se vor accelera. Aceasta presupune, însă, cunoașterea tehnicilor necesare. Folosirea acestora prezintă pentru secretare următorul avantaj: timpul câștigat pe care îl poate folosi pentru a obține sarcini mai atractive.

Multitudinea șanselor profesionale este încă imprevizibilă pentru persoanele care îndrăznesc să se califice continuu. Folosirea acestor șanse înseamnă conducerea secretariatelor și posibilitatea acordării asistență șefilor, indiferent ce denumire vor purta atunci profesiunile salariatelor. Formarea profesională continuă devine obligație, prin aceasta nu se înțelege formarea tradițională, ci învățarea pe tot parcursul vieții profesionale. Cu cât este mai calificată competența profesională, cu atât mai interesante sunt sarcinile (și salariile lor) și cu atât mai sigure sunt locurile lor de muncă.

Prin îmbunătățirea performanței și eficienței muncii lor, ele contribuie la o înțelegere mai bună și la o percepție publică apreciativă sporită a statutului profesional și social al

secretarei în societatea modernă. A avea o prezență fizică agreabilă, a stăpâni o limbă străină și lucrul pe calculator, sau a dispune de o diplomă universitară sunt elemente importante, însă departe de a suplini cei ”șapte ani de acasă”, permanenta preocupare de a învăța, de a se autodepăși, precum și grija constantă de a păstra proporțiile dictate de bunul simț și de respectul pentru ceilalți.

În concluzie, putem spune că oricât de multe schimbări vor fi în structura organizatorică a instituțiilor, oricât de multe și sofisticate echipamente apar, acestea nu vor reuși să înlocuiască niciodată o secretara competentă, care se va perfecționa continuu.

**15.04.2024 Ana CALIȚOIU- secretar șef
Colegiul Tehnic Reșița**

Prof. Teodorescu Sorina

CSEI „Aurora” Reșița- Școala Profesională Specială

Viitorul se construiește astăzi

„Lucrul cel mai important este să fii gata în orice moment să sacrifici ceea ce ești pentru ceea ce ai putea deveni.”

Charles Dickens

Demersul nostru legat de tema „Pași către o carieră de succes” își propune să înceapă cu explicarea, clarificarea termenului „succes” în contextul profesiei. Așadar, succesul profesional reprezintă vectorul dintre autocunoaștere, obiective profesionale personale și ansamblul acțiunilor și activităților care pun în mișcare persoana cu scopul atingerii propriului ideal profesional stabilit.

Dezvoltarea personală reprezintă o cale sigură spre o carieră profesională, mai mult, calitatea dezvoltării personale face diferența între carieră profesională și succesul în cariera profesională. Altfel spus, dezvoltarea unei cariere de succes se face prin dezvoltare personală. Dezvoltarea personală înseamnă să ne uităm în interior și să ne concentrăm pe modalități de a ne îmbunătăți. Dezvoltarea personală ne crește conștiința de sine, stima de sine, ne crește abilitățile.

Ce putem?

În atingerea succesului profesional ar fi util să dezvoltăm personal abilitățile de comunicare și relaționare interpersonale, adaptabilitatea, gestionarea conflictelor, aptitudini organizatorice, munca în echipă și colaborarea.

Cum putem?

Dintre mijloacele de realizare a dezvoltării personale precizăm: cursurile, studiul individual, vizionarea de materiale online. Dezvoltarea personală este o activitate pe tot parcursul vieții.

Cu cât avem o imagine mai clară și mai detaliată despre noi, cu atât mai mare este șansa noastră de a ne regăsi în cea mai bună variantă de carieră care ne va conduce către succesul personal și profesional.

Acțiuni și activități desfășurate în scopul atingerii succesului profesional ar fi: stagiile de practică, concursurile școlare, voluntariatul, târgurile de oferte educaționale.

Stagiul de practică are scopul de a aduce elevii în contact cu lumea activă, de a le completa

pregătirea profesională și personală prin efectuarea de practică într-un mediu de producție real și de a le facilita găsirea unui domeniu de activitate potrivit domeniului studiat. Stagiile de practică reprezintă un element esențial în formarea elevilor, pregătindu-i pentru intrarea pe piața muncii și familiarizarea lor cu aceasta. Ca beneficii ale stagiilor de practică punctăm: intrarea în contact direct cu câmpul muncii, dobândirea unor cunoștințe noi, îmbunătățirea CV-ului și creșterea șanselor la angajare, îmbunătățirea capacității de adaptare la cerințele unui loc de muncă prin dezvoltarea aptitudinilor și dobândirea abilităților practice specifice de muncă.

Concursurile școlare reprezintă o altă activitate care vine în sprijinul obținerii succesului profesional. Participarea la un concurs școlar presupune însă nu doar avantaje, ci și dezavantaje.

Avantaje ar fi:

- valorificarea interesului pentru un anumit domeniu;
- pregătirea pentru concursuri îl poate orienta pe elev către o viitoare carieră;
- învățarea unor lucruri și abilități noi: organizarea timpului, rezistența la efort și cultivarea disciplinei; perseverență, răbdare, responsabilitate;
- testarea cunoștințelor asimilate;
- elevul învață să facă față eșecului, să gestioneze stările emoționale care apar în astfel de momente;
- creșterea stimei de sine prin creșterea încrederii în sine;

Câteva dezavantaje ale concursurilor școlare vizează starea de epuizare fizică și psihică a elevilor participanți, astfel competițiile devenind o sursă de stres.

Revenind la activitățile care contribuie la succesul profesional, putem spune că voluntariatul are un rol important în formarea tinerilor. Prin voluntariat aceștia își descoperă calitățile personale și astfel își vor dezvolta în viitor o carieră de succes.

Târgul de oferte educaționale este o activitate de orientare școlară și profesională prin existența standurilor cu materiale informative și prezentările specializărilor și calificărilor profesionale.

Insistăm, în general, pe conceptul „succes”, dar și „eșecul” poate constitui o treaptă spre succes. Prin urmare cei doi termeni nu sunt într-o relație de opoziție, ci de completare. Atât eșecul, cât și succesul sunt percepute diferit de către fiecare dintre noi. Un eșec pentru o persoană poate însemna un succes, o realizare pentru altcineva. Primul pas în calea spre succes este gestionarea corectă a eșecurilor. Nereușitele au și părți pozitive. Pe mulți dintre noi eșecurile îi fac mai puternici, perseverenți în atingerea scopului pe care și l-au propus.

Diferența dintre eșec și succes o face întotdeauna emoția.

În lumina celor prezentate anterior, ne permitem să avansăm „o rețetă” a obținerii succesului:

- Definește-ți valorile!
- Alege un obiectiv!
- Stabilește un termen-limită pentru îndeplinirea obiectivului!
- Adoptă o gândire pozitivă!
- Stabilește consecințe pentru neîndeplinirea obiectivului!
- Prioritizează!
- Riscă!
- Fii perseverent!

Învață, învață, învață!

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Ai câte ceva de învățat de la oricine. |
|--|

Bibliografie

1. David, D., Dezvoltare profesională și socială. Eseuri și convorbiri despre viață cu psihologul Daniel David, Iași, Polirom, 2014
2. Filipescu, V., Rolul concursurilor școlare, referat pentru Comisii profesorale
3. Neacșu, E. L., Dezvoltarea carierei profesionale de succes prin calitatea dezvoltării personale

O viață printre cărți, ascensiunea bibliotecarului școlar

TURCUMAN Sorina Marieta
Colegiul Tehnic Reșița

În fiecare comunitate, biblioteca școlară servește drept inimă și suflet al educației. În centrul ei se află bibliotecarul școlar, un gardian al cunoașterii și un ghid pentru elevi și cadre didactice. De la momentul angajării sale până la momentul retragerii din activitate, viața acestuia este o călătorie plină de pasiune, dedicare și impact asupra vieților celor din jur.

Pentru mulți bibliotecari școlari, angajarea este momentul în care visul devine realitate. După ani de studii și formare în domeniul biblioteconomiei și al educației, aceștia intră într-o nouă etapă a vieții lor profesionale. Primele zile sunt pline de emoție și anticipare, dornic să-și cunoască colegii, să explorează spațiul de lucru și să înceapă să înțeleagă dinamica școlii.

Pe măsură ce zilele trec, bibliotecarul își consolidează rolul central în comunitatea școlară. Fiecare zi este o oportunitate de a inspira și de a fi inspirat de către elevi. De la organizarea activităților de lectură și promovarea literaturii, până la asistența în cercetare și gestionarea resurselor, bibliotecarul școlar este mereu ocupat. Cu răbdare și pasiune, aceștia răspund întrebărilor elevilor și îi îndrumă pe aceștia în călătoria lor către descoperirea cunoașterii.

Pe măsură ce tehnologia avansează și societatea evoluează, bibliotecarul trebuie să fie mereu deschis schimbării și inovației. Integrarea noilor tehnologii în bibliotecă devine o prioritate pentru a răspunde nevoilor și preferințelor elevilor din secolul XXI. De la digitalizarea colecției de cărți până la crearea de programe educaționale online, bibliotecarul este un pionier al transformării digitale în educație.

În timp ce anii trec, bibliotecarul școlar vede generații întregi de elevi intrând și ieșind pe ușile bibliotecii. Fiecare interacțiune cu un elev este o șansă de a lăsa o amprentă asupra vieții acestuia. Prin încurajarea pasiunii pentru lectură, cultivarea abilităților de cercetare și oferirea sprijinului emoțional, devine o figură importantă în formarea și dezvoltarea fiecărui elev care trece pragul bibliotecii.

Cu toate că ideea de pensionare poate părea îndepărtată în primele zile ale carierei, pentru fiecare bibliotecar școlar, momentul în care vine timpul să se retragă este unul plin de amintiri și reflecții. În ciuda despărțirii de locul de muncă și de colegi, bibliotecarul școlar

pleacă cu inima împlinită, știind că a avut un impact semnificativ în viața elevilor și a comunității.

În concluzie, viața bibliotecarului școlar este una dedicată cunoașterii și învățării. De la angajare până la pensionare, acești profesioniști devotați aduc lumină și inspirație în viața elevilor și a comunității. Prin pasiunea lor pentru cărți și educație, bibliotecarii rămân mereu eroi neînțeleși ai cunoașterii, călăuzind generații de elevi pe drumul descoperirii și învățării continue.

Bibliografie:

1. <https://carteaeoviata.com/>

<https://repository.ifla.org/bitstream/123456789/72/2/ifla-school-library-guidelines-ro.pdf>

Calea spre succes

Succesul reprezintă cheia fericirii, o experiență subiectivă și personală ce depinde de viziunile și de aspirațiile fiecăruia în ceea ce privește propriile obiective, standarde și valori, pe care toți ni le dorim cu ardoare.

Modul în care eu definesc conceptul de „succes” constă în reușitele școlare și un viitor strălucit pe plan academic, să aspir la mai mult, să îmi depășesc potențialul maxim și să trec de toate barierele, clădind cât mai multe realizări referitor la acest domeniu.

Calea spre succes ca elev este una plină de provocări și de satisfacții. Pentru a înțelege această tematică, trebuie să ne adâncim în universul cunoașterii și al creației și să explorăm elementele esențiale care o definesc.

Dedicarea este un aspect fundamental pentru a avea parte de succes. Trebuie să fim determinați pentru a atinge performanțe remarcabile și să depunem eforturi suplimentare pentru a ne atinge obiectivele.

De altfel, pasiunea este un factor crucial în această cale spre succes. Pentru a-ți atinge potențialul maxim, trebuie să fii motivat de o pasiune profundă pentru domeniul propriu de studiu sau de competiție, să iubești ceea ce faci și să fii dispus să investești timp și efort pentru a-ți dezvolta abilitățile și cunoștințele în direcția respectivă. Pasiunea alimentează perseverența și ambiția, două calități-cheie în drumul spre succes.

De exemplu, vorbind din perspectiva unei eleve olimpice la nivel național nu doar la limba și literatura română pentru minorități, ci și la limba croată maternă, pot spune că pasiunea și dedicarea sunt niște aspecte emblematice în ceea ce presupune atingerea obiectivelor și îndeplinirea anumitor visuri. Faptul că particip la aceste competiții din pură pasiune și iubire nemărginită atât pentru țară, cât și pentru limbă, face ca rezultatele remarcabile să fie cu atât mai valoroase. Prin intermediul acestor competiții îmi pot demonstra calitățile, creativitatea și îmi pot valorifica izvorul nesfârșit al imaginației la materia cea mai de preț și cea mai dragă sufletului meu, anume limba și literatura română, reprezentându-mi cu mândrie țara și județul.

Așa cum au afirmat și unele dintre cele mai semnificative personalități ale țării noastre, marele poet Mihai Eminescu: „Limba este măsurariul unui popor” și strălucitul scriitor Lucian Blaga: „Limba este întâiul mare poem al unui popor”, limba relevă un aspect emblematic pentru

fiecare popor în parte, o comuniune a misterului istoric, deoarece aceasta semnifică identitatea acestuia. Limba este nașterea unui popor, odată cu pierirea acesteia, piere și poporul. Prin intermediul limbii ne transpunem gândurile, emoțiile și sentimentele asemenea marilor scriitori. Spusele măștrilor meșteșugari de cuvinte ne oglindesc sufletul, firea și sentimentele, de aceea trebuie să ne prețuim limba și să o iubim, aceasta reprezentând glasul sufletului și al gândului, o fereastră către cultura noastră și lumi noi, iar dragostea pentru ea ne deschide acest geam și ne invită să explorăm tainele și frumusețile acesteia.

Ce poate reprezenta succese mai importante pentru un elev dacă nu premiile care constă în reușitele academice? Vorbind din propria experiență, încă din clasele primare reușeam să obțin întotdeauna premiul I, lucru care nu s-a schimbat nici acum, în gimnaziu.

Odată cu trecerea timpului, dobândim calități și valori distincte, însă și noi țeluri. Cu ocazia faptului că mă aflu la finalul ciclului gimnazial, mi-am stabilit noi obiective, anume să intru la liceul dorit cu o medie impresionantă ce-mi va face cinste atât mie, cât și liceului meu.

Totodată, succesul nu vine doar din talentul înnăscut, ci și din dorința proprie de a te îmbunătăți constant și din pură pasiune. Fiecare pas pe care îl facem în direcția visurilor ne apropie mai mult de succes, deoarece acestea sunt în sufletul nostru un țel important. Lupta spre reușită nu este un scop final, ci o călătorie continuă. Fiecare zi ne ofera oportunitatea de a excela și de a ne dezvolta în propriul domeniu de interes. Succesul nu constă doar în atingerea anumitor obiective, ci și în experiențele trăite și micile victorii dobândite pe parcurs.

De asemenea, așa cum a afirmat și marele scriitor român Nicolae Iorga: „Sunt succese care te înjosesc și înfrângeri care te înalță” - drumul spre succes nu este întotdeauna clădit în totalitate din reușite, venind adesea cu eșecuri și obstacole pe care trebuie să le depășim și să învățăm din ele, fiind esențiale pentru a ne depăși potențialul maxim și pentru a ne atinge obiectivele stabilite. Acestea nu au rolul de a ne descuraja, ci de a ne întări pentru experiențele ce urmează în viitor. Fiecare dintre noi trece prin experiențe mai puțin plăcute ce constă în a ne motiva pentru momentele semnificative din viața noastră ce vor urma.

Drept încheiere, succesul este o călătorie unică și personală ce ne poartă în universul cunoașterii. Fiecare persoană are propriul său drum și scop, propria sa definiție și viziune asupra noțiunii de „succes” care emană subiectivitate. În ciuda altor aspecte, cel mai important dintre acestea este să fii autentic, original și fericit în ceea ce faci, bucurându-te de fiecare pas pe care îl faci spre direcția propriilor realizări.

Electricianul-profesionist în domeniu

Prof. Rodica Vesa

Prof. Stelică Timofte

Colegiul Tehnic Reșița

Un electrician este un profesionist pregătit pentru domeniul instalațiilor și utilajelor electrice. El devine competent prin pregătire profesională pentru construcția, instalarea, întreținerea, modificarea și repararea acestora fie că ele există în interiorul clădirilor sau sunt în exterior. În activitatea de electrician, trebuie respectate o serie de norme tehnice specifice, de standarde. Asta este verificat de factori autorizați competenți. Electricienii pot să lucreze pentru a monta în faza inițială un sistem electric, o instalație electrică, sau ulterior pentru întreținerea (mentenanța) acestora. Electricienii pot, de asemenea să fie specializați în instalații electrice existente la bordul autovehiculelor, a navelor maritime, aeronavelor sau a unor platforme mobile.

Electricienii au fost inițial oameni care au demonstrat sau studiat principiile electricității, adesea generatoare electrostatice de o formă sau alta.

Domenii de activitate

Un electrician este un meseriaș ce poate și să întemeieze o firmă electrică proprie, caz în care necesită autorizare de la instituția specializată în autorizări de acest gen, sau poate fi angajat al unei firme, companii de electricitate specializată în servicii electrice. În general locul de exercitare a profesiei de electrician este în:

Firmă (companie) de servicii electrice (instalații și/sau utilaje, aparate), în domeniul instalării și/sau întreținerii (conservării)

Întreprindere (firmă) de producție (industrială, economică etc.)

Întreprindere (companie) de furnizare și distribuție de energie electrică

Firmă (companie) comercială cu profil tehnic electric

Competențe și capacități

Electricienii trebuie să dispune de capacități profesionale care să le faciliteze:

Montare de instalații și rețele electrice conform documentațiilor tehnice

Instalare și punere în stare de funcționare a aparatelor, mașinilor și utilajelor electrice la parametrii lor normali de funcționare

Efectuare de revizii tehnice, întreținere și reparații la instalații, mașini, utilaje electrice

Efectuare de întreținere și reparații la instalații automatizate

Executare de modificări și reconstrucții tehnice la instalații electrice

Executare de măsurători electrice după instalări și/sau reparații la mașini și utilaje, cât și apreciere a stării lor tehnice

Tendință profesională

Datorită creșterii complexității în câmpul de activitate, prin elemente de tehnologie ridicată, se constată (negeneralizat) includerea în domeniul competenței de electrician a unor elemente de tehnică electronică. De asemenea, unele activități din domeniul tehnicilor de telecomunicații, pot fi incluse în câmpul de competență profesională a electricienilor, bineînțeles printr-o adecvată instruire. Totuși, rămâne o deosebire clară în ceea ce privește programele de instruire a electricienilor și electroniștilor, și consecvent între competențele lor profesionale ulterioare.

Obiecte ale profesiei

Concret, electricienii instalează, întrețin, (mențin în stare de funcționare) instalații și utilaje electrice. De asemenea ei instalează, întrețin (conservă) și repară aparate electrice și mijloace de funcționare electrică cum ar fi:

Aparate și elemente de conectare și comutare electrică

Aparate industriale și comerciale cu funcționare electrică

Mașini electrice, motoare electrice

Prize electrice de contact și prize electrice de legături

Corpuri de iluminat electrice, lămpi electrice

Aparatură de uz casnic

Unelte (scule) necesare

Pentru efectuarea lucrărilor la și pentru instalații și mașini electrice, electricienii folosesc scule adecvate scopului și împrejurărilor, care contribuie la asigurarea calității lucrărilor și (unele dintre ele) la protecția tehnicianului:

Clești diferiți: clește universal (patent), clește de tăiat lateral, clește cu vârf (ascuțit), clește de dezizolare

Șurubelnițe de diferite mărimi și forme ale capului activ; șurubelnițe izolante

Ciocan de lipit conductori (letcon)

Freză de perete (zid), mașină de găurit portabilă

(Instrument) Aparat de măsurare a tensiunilor, curenților, rezistențelor electrice (Ohmmetru). Acesta trebuie verificat periodic.

Uneltele electricianului trebuie folosite doar pentru lucrările adecvate, care nu le suprasolicite și deci nu le afectează negativ calitățile specifice.

Echipament de protecție

Pe lângă pericolele la locul de muncă cu care se confruntă în general lucrătorii industriali, electricienii sunt de asemenea, expuși în mod deosebit la rănirea cauzată de electricitate. Un electrician poate suferi un șoc electric din cauza contactului direct cu conductorii circuitului sub tensiune sau din cauza tensiunii parazite cauzate de defecțiuni ale unui sistem. Electricienii poartă pe timpul efectuării lucrărilor echipament de protecție: pantaloni de protecție, mănuși de protecție izolante, cizme de protecție izolante, ochelari contrapraf, ochelari anti-scânteie (electrică) ș.a. Echipamentul de protecție specific (mănuși, cizme, clești izolanți) trebuie periodic verificat și notificat de o autoritate tehnică competentă, care confirmă (sau nu) calitatea lui. Dacă un sistem nu poate fi scos sub tensiune, se folosesc instrumente izolate; chiar și liniile de transmisie de înaltă tensiune pot fi reparate în timp ce sunt sub tensiune, atunci când este necesar.[2]

Câmpul de activitate al electricienilor cuprinde de obicei domeniul curenți slabi și curenți tari. Pentru domeniul tensiunilor înalte este necesară autorizare și instruire specială adecvată. Cele trei domenii de curenți (lucru) se caracterizează specific astfel:

Instalații electrice de curenți slabi: unde tensiunea de lucru nu este (de regulă) mai mare de 24 V

Instalații electrice de curenți tari: unde tensiunea electrică nominală este mai mare decât 24 V, dar nu depășește limita de 1.000 V

Instalații și rețele de înaltă tensiune sunt cele cu tensiune electrică mai mare de 1.000 V.

Bibliografie

"Elektro-Anlage-Installateur", ISBN 3790504998, 1986, Pflaum Verlag

"Tabellenbuch Elektrotechnik", ISBN 3808530731, (Europa-Lehrmittel 30103)

Meseria de sudor - ce face un sudor și ce echipamente îi sunt necesare

Prof. instruire practică Gigi ATINGE

Colegiul Tehnic Reșița

Meseria de sudor este una dintre cele mai interesante meserii existente pe piața muncii. Oportunitatea de a activa în diverse domenii și siguranța că se va găsi mereu un loc de muncă bine plătit îi determină pe foarte mulți oameni să dorească să îmbrățișeze o carieră de sudor. Totuși, pentru a ajunge să poată practica această profesie, o persoană trebuie să se pună la punct cu calificările și să cunoască în detaliu responsabilitățile pe care ea le presupune.

Pe lângă abilitățile practice pe care trebuie să le dovedească sudorii, cruciale sunt și echipamentele de lucru pe care aceștia le utilizează, precum și metodele de protecție împotriva accidentelor de muncă și a altor riscuri manifestate în domeniu. Din acest articol, poți afla ce presupune activitatea de sudor, care sunt etapele procesului de calificare ca sudor și de ce echipamente de lucru și protecție are nevoie un profesionist din acest domeniu.

Intr-o lume în care dezvoltarea infrastructurii, a industriei și construirea de clădiri și alte structuri reprezintă preocupări permanente, meseria de sudor este una cu adevărat vitală. Un sudor este, totuși, mai mult decât o persoană care îmbină metale, deoarece el trebuie să aibă precizie extremă, precum și alte cunoștințe specifice în domeniu.

Sudorul este un specialist în unirea metalelor prin aplicarea căldurii. Căldura acționează asupra celor două bucăți metalice, pe care le topește pentru ca acestea să poată fi conectate, ulterior, între ele. După conectare, metalele conectate se solidifică. Sudura presupune și utilizarea de materiale de adaos, care se topesc la temperaturi mai mici decât temperatura de topire a metalelor de baza, care trebuie conectate.

Sudura poate fi practică într-o varietate de medii, de la fabrici de producție și șantiere de construcții, până la șantiere navale. Există mai multe tipuri de metale și procedee de sudare, astfel că meseria de sudor este una complexă și foarte solicitantă, care necesită abilitați practice bune și cunoștințe tehnice profunde.

Pentru a deveni sudor profesionist, o persoană trebuie să aibă parte de o pregătire adecvată, prin care să dezvolte competențe tehnice avansate. Aceste competențe sunt necesare pentru a putea să lucreze în medii industriale complexe, dar și pentru a înțelege, din punct de vedere tehnic, procesele de sudare și materialele implicate.

Pregătirea pentru meseria de sudor se poate face în mai multe moduri. Iată care sunt principalele căi pe care o persoană care dorește să devină sudor le poate urma:

Scoală profesională - mulți tineri care aspiră la meseria de sudor își încep pregătirea profesională prin frecventarea unor școli de specialitate sau a altor instituții de formare, acolo unde pot fi învățate diverse abilități practice de sudură, sub supravegherea și îndrumarea unor meseriași calificați în domeniu.

Programe de ucenicie - o altă variantă pentru tineri este aceea de a urma programe de formare în cadrul unor companii sau organizații care activează în domenii în care sudura este necesară. Acolo, ei pot dobândi experiența practică într-un mediu de lucru real, în preajma unor profesioniști în această meserie.

Cursuri de certificare - există o varietate mare de cursuri de formare profesională disponibile pe piață, inclusiv pentru sudori. Acestea acoperă diverse aspecte ale sudurii, de la procedee de sudare, până la siguranța la locul de muncă și controlul calității. Cursurile pot fi utile pentru consolidarea cunoștințelor și pentru obținerea certificărilor necesare în domeniu.

Învățare practică - mulți sudori își dobândesc și dezvoltă abilitățile prin învățare practică, pe parcursul carierei. Lucrând alături de sudori cu experiență mai mare și experimentând diverse tipuri de sudură, echipamente și aplicații, ei pot să dobândească noi cunoștințe pe tot parcursul carierei.

Indiferent de calea pe care o alege pentru a se forma ca sudor profesionist, o persoană trebuie să se asigure că beneficiază de o pregătire care să îi garanteze cunoștințe solide în domeniul precum:

Tipologia metalelor și materialelor - un sudor profesionist trebuie să cunoască și să înțeleagă proprietățile diferitelor tipuri de metale și materiale utilizate în procesele de sudare, precum și comportamentul acestora în anumite circumstanțe de lucru.

Tipuri de sudare - este foarte important să se dezvolte cunoștințe solide despre diversele tipuri de sudare, inclusiv avantajele și dezavantajele fiecăruia. De la sudura cu arc electric, până la sudura cu plasmă, toate variantele trebuie cunoscute în detaliu.

Siguranța la locul de muncă - un aspect deseori subestimat al formării profesionale a indivizilor este cea referitoare la înțelegerea și respectarea normelor de protecție a muncii. Un sudor trebuie să cunoască ce îmbrăcăminte de protecție și alte echipamente de siguranță îi sunt necesare, dar și cum se lucrează corect și sigur, în medii periculoase.

În funcție de domeniul de specializare și de specificațiile proiectelor, în industrie există mai multe tipuri de sudori, precum:

Sudori pentru construcții - acești sudori activează, în principal, în domeniul construcțiilor, unde au responsabilități ce vizează sudarea structurilor metalice cum sunt structurile de rezistență ale clădirilor, podurile etc.

Sudori pentru producție industrială - este vorba despre sudorii care sunt angajați în fabrici și în uzine, acolo unde contribuie la producerea diferitelor produse metalice, de la echipamente industriale și mașini, până la componente pentru industria aerospațială.

Sudori pentru reparații și întrețineri - acești sudori sunt experți în reparațiile și întreținerea echipamentelor și a structurilor metalice existente. De la mașini, elemente de infrastructură și instalații industriale, sudorii de acest fel pot repara orice structură.

Sudori specializați în tehnologii avansate - domeniile precum industria aeronautică sau industria nucleară sunt medii în care sunt necesari sudori specializați în tehnologii avansate, care dețin cunoștințe specifice pentru a putea da randament în condiții extreme.

Indiferent de domeniul de specializare, sudorii profesioniști trebuie să fie capabili să aplice abilitățile într-o varietate de situații și să își poată adapta tehnicile la cerințele fiecărui proiect și la specificul fiecărui material utilizat. Așadar, ce face un sudor este o activitate complexă, diversă și care necesită pregătire tehnică adecvată și o înțelegere profundă a procedurilor de sudare, precum și a materialelor implicate.

Sudorii profesioniști nu sunt doar executanți ai sarcinilor de lucru care implică sudarea, ci și experți care înțeleg foarte bine proprietățile metalelor, normele de siguranță sau tehnologiile de sudare. De pe lista responsabilităților unui sudor profesionist fac parte următoarele:

Interpretarea planurilor și specificațiilor - un sudor trebuie să poată citi și interpreta planurile tehnice și specificațiile de sudare, pentru a putea să realizeze lucrări conforme cu cerințele.

Pregătirea suprafețelor și a materialelor - înainte de a începe procesul de sudare propriu-zis, sudorul trebuie să pregătească suprafețele și materialele folosite, eliminând praful, murdăria și orice altă urmă de contaminare care ar putea să afecteze conexiunea rezultată în urma sudării.

Instalarea și folosirea echipamentelor de sudură - un sudor profesionist trebuie să poată opera echipamentele în mod corect și să le opereze în așa fel încât să se asigure că parametrii de sudare sunt conformi cu obiectivele lucrării.

Aplicarea procedurilor de sudură - în funcție de cerințele tehnice ale fiecărui proiect, sudorul trebuie să aleagă și să aplice procedurile adecvate. Trebuie ca el să poată alege cele mai bune procedee, pentru a obține conexiuni dure și durabile între metale.

Asigurarea calității și a siguranței - una dintre cele mai importante responsabilități ale unui sudor este asigurarea calității lucrărilor sale și respectarea normelor de siguranță la locul de muncă, în vederea prevenirii accidentelor și defectelor.

Așadar, meseria de sudor este una complexă și care presupune multe responsabilități. Sudorul profesionist nu are o activitate banală, ci una încărcată de răspundere și care presupune cunoștințe ample. Foarte importante sunt, de asemenea, și echipamentele utilizate în timpul activității și pentru protejarea lucrătorilor din domeniu.

Meseria de sudor implică lucrul în medii periculoase, iar profesioniștii din domeniu sunt expuși unor riscuri majore. Din acest motiv, echipamentele de lucru și de protecție sunt esențiale pentru a asigura sănătatea și siguranța sudorilor. Aceste echipamente nu doar că îi protejează de accidente și leziuni, dar le și oferă posibilitatea de a-și desfășura munca în mod eficient.

Aparatul de sudură este principalul instrument de lucru al unui sudor. Acest echipament generează căldura necesară pentru a topi metalele și pentru a le uni între ele. Poate fi necesară utilizarea mai multor tipuri de aparate de sudură, cum sunt aparatele cu arc electric, aparatele de sudură cu gaz protejat sau aparatele de sudură cu plasma. Alegerea poate varia în funcție de cerințele proiectului.

Electrozii și materialele de adaos sunt necesare pentru efectuarea sudurii, iar acestea trebuie să fie adecvate pentru tipul de metal și tipul de sudură utilizate. Aceste materiale sunt foarte importante pentru a asigura o conexiune solidă și durabilă între metale.

Uneltele de mână precum ciocanele de sudor, cleștii de sudură, periile metalice și altele sunt necesare pentru pregătirea materialelor, curățarea suprafețelor, dar și pentru a manipula piesele de lucru pe parcursul procesului de sudare.

Echipamentele de ridicare și manipulare cum sunt macaralele și scripeții sunt necesare pentru ridicarea și manipularea materialelor, mai ales în cazul lucrărilor de construcții sau de fabricație. Acestea se folosesc inclusiv la poziționarea pieselor de lucru în mod corespunzător.

Asigurarea unei echipări corespunzătoare a sudorilor este o preocupare crucială pentru orice angajator care are salariați specializați în astfel de activități. Dotarea cu echipamente de protecție eficiente protejează sudorii și le asigură cele mai bune condiții de lucru. Și ca sudor, însă, profesionistul are responsabilitatea de a utiliza în mod corect aceste echipamente și de a le purta atunci când ele sunt necesare. Iată care sunt echipamentele necesare pentru sudori:

Încălțăminte de protecție - în mod obligatoriu, trebuie ca sudorii să poarte pantofi de protecție sau bocanci de protecție, care protejează picioarele lor împotriva obiectelor căzute, a alunecărilor și a căldurii extreme generate în cadrul procesului de sudare. Acestea ar trebui să ofere protecție la impact, perforare și temperaturi ridicate.

Mânuși de protecție - mâinile sunt cele mai expuse părți ale corpului unui sudor. Acestea pot fi afectate de arsuri și tăieturi în timpul sudurii, astfel ca este obligatoriu ca ele să fie protejate eficient. Trebuie să se folosească mânuși de protecție din piele. Acestea oferă protecție

împotriva căldurii, asigurând în același timp o aderență bună pentru manipularea uneltelor și a materialelor.

Mănuși pentru riscuri chimice-termice - în unele situații, se pot utiliza materiale toxice sau periculoase în activitatea sudorilor, ceea ce ridică nevoia utilizării de mănuși pentru riscuri chimice-termice. Acestea sunt special concepute pentru a proteja mâinile împotriva substanțelor chimice și a temperaturilor extreme.

Îmbrăcăminte cu protecție termică - sudorii ar trebui să poarte îmbrăcăminte cu protecție termică. Aceasta este special fabricată, din materiale rezistente, care pot să protejeze corpul împotriva arsurilor și expunerii la temperaturi extrem de ridicate. Îmbrăcămintea trebuie să ofere izolare termică adecvată și să reziste la contactul cu flama sau flacăra, pentru a preveni accidentele.

Masca de sudură și echipament de protecție a feței - ochii și fața sunt alte părți ale corpului extrem de expuse, pe parcursul procesului de sudare. Pentru a le proteja de lumina intensă și de scântei, sudorii trebuie să folosească o mască specială de sudură, cu filtru de protecție. În plus, vizierele ar putea fi necesare împotriva proiectărilor de metale topite și particule

Chiar și cei care activează la nivel amator și desfășoară în propriile ateliere proiecte precum reparațiile minore, au nevoie de echipamente de protecție adecvate. În cazul profesioniștilor, însă, riscurile sunt mult mai mari și trebuie tratate cu maximă seriozitate și atenție..

În concluzie, meseria de sudor este una care presupune o pregătire intensă și cunoștințe avansate. Sudorii amatori pot realiza, lucrări de mică amploare inclusiv în atelierele personale, însă pentru un profesionist este nevoie de o pregătire adecvată și de echipamente calitative.

Elev: Mihăilă Valentina clasa a VIII-a

Profesor coordonator: Goia Ioana

Liceul Teoretic Bilingv Româno – Croat Carașova

Calea către succes

Calea spre succes este cea mai importantă cale a vieții și a viitorului unui om, iar aceasta este plină de obstacole și de bucurii, dar pentru a ajunge la obiectivele pe care ți le-ai propus este nevoie de mult devotament, perseverență, încredere în sine și voință.

În primul rând, pentru mine succesul înseamnă multă muncă și dedicare pentru a îndeplini obiectivele pe care le-am stabilit și consider că pentru a obține succesul mult râvnit în viață este crucial să ai o mentalitate pozitivă pentru a-ți învinge temerile, deoarece, fără aceasta, este greu să îți câștigi traiul și încrederea în sine. Curajul este și el benefic pentru găsirea căii spre succes, pentru că neînfricarea este cea care ne ajută să luptăm în viață și să luăm niște decizii bune. Un exemplu ar fi participarea mea la olimpiada de limba croată, iar faptul că am intrat în etapa națională doi ani la rând m-a făcut să îmi ating anumite obiective, să-mi îmbunătățesc creativitatea și cel mai important este faptul că mi-am dat seama că pot să fac orice cu voință și efort. Totodată, faptul că nu am luat premiul întâi nu m-a dezamăgit deloc, am fost foarte mândră de reușitele mele făcute cu ajutorul familiei, ale prietenilor și ale profesorilor care m-au îndrumat la intrarea cu succes în fazele naționale ale concursurilor de olimpiadă.

În al doilea rând, calea spre succes nu trebuie să fie mereu reprezentată de reușite, ci și de eșecuri, care sunt benefice pentru succesul în viață, pentru că ele reprezintă acele obstacole din care putem învăța și din care ne putem îndrepta greșelile. Mulți oameni își împiedică îndeplinirea propriilor visuri încă de la primul eșec, considerându-se incapabili, ceea ce este greșit, deoarece cu cât mai multe eșecuri ai în viață, cu atât ești mai aproape de calea spre succes, deoarece ele te ridică prin lecțiile pe care le asimilezi în urma lor. De exemplu, am avut și eu parte de eșecuri în drumul meu spre succes, dar acestea m-au motivat să merg mai departe și m-au întărit pentru experiențele ce vor urma în viitor, mai ales la intrarea la liceul dorit, deoarece notele mici m-au ajutat să învăț mai mult și să am rezultate destul de bune și încă fac eforturi pentru intrarea cu medie bună la liceul vizat.

În concluzie, nu toți pot să reușească să-și îndeplinească visurile, dar important este faptul că trebuie să fim mândri de ceea ce am obținut pe parcurs și de fiecare pas pe care îl facem în drumul spre realizarea a ceea ce considerăm noi succes.

ALEGEREA PROFESIUNII – ÎNTRE ASPIRAȚIE ȘI ÎMPLINIRE

Fișe de lucru

Centrul Școlar de Educație Incluzivă “Aurora” Reșița

prof. Mezin Daniela-Mărioara

Fișa de lucru nr. 1 - „Job-ul meu ideal”

În construcția carierei un lucru foarte important este să te proiectezi în viitor. Gândește-te cum ar arăta locul tău de muncă ideal și descrie:

 **Atribuțiile pe care le vei avea:**

 **Programul:**

 **Stilul de muncă:**

 **Mediul în care vei lucra:**

 **Stilul de viață pe care îl permite:**

 **Recompensarea:**

Fișa de lucru nr. 2 - "Valori și ocupații"

Mai jos sunt prezentate câteva valori pe care le poți lua în considerare când alegi un loc de muncă. Subliniază trei valori pe care le consideri cele mai importante pentru tine.

<i>A-i ajuta pe alții</i>	<i>A învăța lucruri noi</i>	<i>A avea mult timp liber</i>
<i>A lucra în echipă</i>	<i>A deveni celebru</i>	<i>A te simți în siguranță la locul de muncă</i>
<i>A lucra sub presiune</i>	<i>A fi perceput ca "intelectual"</i>	<i>A lucra în aer liber</i>
<i>A avea mulți bani</i>	<i>A lucra cu tehnologie de ultimă oră</i>	<i>A avea sarcini de lucru clar definite</i>
<i>A avea un program flexibil</i>	<i>A putea fi spontan și creativ</i>	<i>A avea impact pozitiv asupra societății</i>

Enumera 3 ocupații în care sunt respectate valorile selectate de tine.







OCUPAȚII			
Asistent social	Ofițer	Ceasornicar	Bucătar
Instalator electric	Instructor de zbor	Horticultor	Infirmier/ă
Atlet profesionist	Profesor	Pădurar	Optician
Șofer	Coafeza/ Frizer	Bijutier	Contabil
Arhitect	Ghid turistic	Poștaş	Medic veterinar
Casier	Medic	Critic de artă	Asistent medical
Secretar	Scriitor	Patron	Maseur
Manager	Funcționar de bancă	Șofer de ambulanță	Programator PC
Agent de vânzări	Pilot avion	Fotomodel	Psiholog
Tehnician dentar	Director de hotel	Mecanic auto	Muncitor pe șantier
Avocat	Zidar	Polițist	Farmacist
Bibliotecar	Inginer constructor	Tâmplar	Pompier
Reporter	Cosmetician	Fotograf	Director resurse umane
Muzician	Editor	Stomatolog	Barman
Operator computer	Șofer taxi	Balerin /ă	Cameraman

Fișa de lucru nr. 3-Autoevaluare

Primul lucru pe care este bine să îl faci înainte de a-ți alege o profesie este să te gândești bine dacă îți place sau nu. Folosește grila de mai jos pentru a afla ce profesii ți se potrivesc. Dacă îți place lucrul menționat , bifează căsuța “Da” iar dacă nu îți place, bifează “Nu”:

Nr. crt.	Îmi place	Da	Nu
1.	Să repar prize și întrerupătoare		
2.	Să joc fotbal, volei, handbal		
3.	Să desenez și să pictez		
4.	Să țin evidența elevilor de serviciu, a notelor primite etc.		
5.	Să mă gândesc la lucruri abstracte		
6.	Să redactez rapoarte despre fapte și întâmplări constatate		
7.	Să vorbesc, să povestesc		
8.	Să cânt la un instrument muzical		
9.	Să realizez afișe		
10.	Să urmez proceduri clar definite		
11.	Să planific și să controlez desfășurarea unei activități		
12.	Să lucrez la birou		
13.	Să rezolv probleme de matematică		
14.	Să lucrez cu numere și date		
15.	Să ajut pe alții când au necazuri		
16.	Să scriu poeme și povești		
17.	Să merg la concerte și expoziții		
18.	Să lucrez în aer liber		
19.	Să utilizez computerul		
20.	Să fiu atent la detalii		
21.	Să adopt decizii care îi afectează pe alții		
22.	Să cânt și să dansez		
23.	Să mă întâlnesc cu personalități publice		
24.	Să construiesc		
25.	Să conduc discuții		
26.	Să lucrez cu hârtii		
27.	Să fac experimente de laborator		
28.	Să mă uit la microscop		
29.	Să citesc povești, poezii și piese de teatru		
30.	Să țin discursuri		
31.	Să organizez diferite activități		
32.	Să fac mișcare		
33.	Să mediez conflicte		
34.	Să îi învăț pe alții		
35.	Să lucrez independent		

Fișa de lucru nr. 4 – “Alegerea profesiei - între aspirație și împlinire” (chestionar)

Este bine să iei câteva decizii importante cu privire la viitorul tău. Aceste decizii îți vor influența într-un mod hotărâtor alegerea profesiei și construirea carierei tale. Sunt întrebări la care ar trebui să reflectezi îndelung și să găsești răspunsul potrivit. Cu alte cuvinte, viața ta depinde de modul conștient și hotărât în care vei ști să optezi.

➤ **Ce doresc să fac în viață?**

➤ **Care este meseria pe care vreau să o îmbrățișez?**

➤ **Cum trebuie să mă pregătesc pentru a reuși?**

➤ **Care sunt calitățile necesare pentru a avea meseria dorită?**

➤ **Cine mă poate sprijini în îndeplinirea aspirațiilor mele?**

Fișa de lucru nr. 5 “Mituri despre carieră”

- + alegerea carierei este un proces ireversibil;
- + există o singură carieră potrivită pentru mine;
- + valoarea mea ca persoană depinde de cariera mea;
- + știu totul despre cariera pe care vreau s-o urmez;
- + ca să am succes în carieră trebuie să am multe diplome;
- + trebuie să aleg între a avea o carieră și o familie;
- + succesul în carieră se datorează exclusiv șansei;
- + trebuie să mă decid înainte de finalizarea școlii;
- + trebuie să intuiesc ce meserie mi se potrivește;
- + voi avea un singur domeniu de activitate;
- + părinții știu cel mai bine ce trebuie să fac;
- + profesia trebuie să fie ideală, să-mi satisfacă toate nevoile și dorințele;
- + ori ai succes în carieră ori eșuezi total;
- + nu poți să planifici viitorul, viața se schimbă.

Putem răsturna aceste mituri prin aplicarea unor teste de interese și teste de aptitudini și pe baza lor se pot purta discuții concrete. După aplicarea testelor se poate observa compatibilitatea/incompatibilitatea cu profilul ales.

FACTORI AI PROGRESULUI ÎN CARIERĂ

Prof. Rață Sorell, Colegiul Tehnic Reșița

Carierea unui individ este influențată de o multitudine de factori obiectivi și subiectivi. O parte din acești factori depind de personalitatea și aspirațiile individului, alții de organizație sau de mediul social și economic.

Printre factorii subiectivi, amintim interesele pe care le are individul și modul în care reușește acesta să se cunoască și să se autoevalueze. În viziunea lui Edgar Schein, cariera însumează o multitudine de aptitudini, talente, valori personale, nevoi și motivații care pot direcționa și modela dinamica traseului profesional pe tot parcursul vieții. Ca urmare, identificarea capacităților și aptitudinilor, dar și relevarea punctelor slabe, sunt utile pentru o evoluție optimă a carierei.

Interesele reprezintă preferințele cristalizate ale unei persoane pentru anumite domenii de cunoștințe sau de activitate. Interesele au un rol esențial în luarea deciziilor privind cariera. Formarea intereselor depinde de factori genetici, așa-numitul potențial aptitudinal, și de experiențele de viață pe baza cărora individul învață să prefere unele activități și să evite altele.

O posibilitate la îndemâna oricui pentru a-și conștientiza interesele este cea de a reflecta la alegerile anterioare pe care le-a făcut: în ce activități s-a implicat, în ce domenii a lucrat ca voluntar, ce cursuri opționale a frecventat? Reflectând asupra asemănarilor dintre domeniile preferate, își poate conștientiza interesele, sistemul de valori. Interesele se manifestă prin comportamente de apropiere față de anumite activități și pot fi identificate pe baza unor indicatori calitativi și cantitativi.

Interesele pot fi descoperite și prin utilizarea inventarelor de interese. Aceste inventare în general sunt alcătuite din liste de activități și ocupații dintre care ni se cere să le selectăm pe cele preferate. Prin gruparea preferințelor pot fi puse în evidență interesele și modul în care pot fi valorificate acestea. În prezent cel mai cunoscut și mai utilizat chestionar de interese este cel bazat pe teoria lui Holland. Acest chestionar poate fi accesat pe internet la adresa <http://www.SelfdirectedSearch.com>.

Teoria lui John Holland. Tipare majore în orientarea carierei

Psihologul Holland descrie 6 tipuri de personalitate, în funcție de preferințele manifestate față de obiecte, date, idei sau oameni. Aceste tipuri sunt: *realist*, *investigativ*, *artistic*, *social*, *întreprinzător* și *convențional*.

a) Tipul realist (motor) - R – este caracterizat prin:

- activități care presupun manipularea obiectelor, instrumentelor, mașinilor;
- aptitudini manuale, mecanice sau tehnice;
- organizare motorie bună, ingeniozitate tehnică și spirit practic;
- rezolvare de problemele concrete;
- sarcinile care necesită calități intelectuale, artistice sau sociale
- masculinitate, fire nesociabilă;
- activitățile în aer liber;
- dificultăți în a-și exprima sentimentele;
- plăcerea de a construi și a repara;

Posibile profesii: inginer mecanic, optician, polițist, constructor, arheolog, tâmplar, tehnician dentar, bijutier, electrician, instalator, fermier, pompier, etc.

b) Tipul intelectual (investigativ) - I - este caracterizat prin:

- tendința de a rezolva sarcini abstracte, de a înțelege și organiza lumea;
- abilități matematice și științifice;
- fire analitică și curioasă, preferă să lucreze singur pentru rezolvarea de probleme;
- preferințe spre activități care implică cercetare, investigare sub diverse forme și în domenii diferite (fizic, biologic, social, cultural);
- reacție față de mediu folosind inteligența, manipulând idei, cuvinte și simboluri;
- fire nesociabilă, masculină, insistentă și introvertită;
- tendința spre sarcinile științifice, teoretice (de exemplu, cititul, algebra, colecționarea de obiecte) și activități creatoare cum ar fi sculptura, pictura, muzica;
- originalitate și creativitate;
- preferința de a lucra într-un mediu academic sau științific;

Posibile profesii: informatician, antropolog, biolog, chimist, fizician, informatician, inginer de sistem, economist, geograf, geolog, consultant management, farmacist, psiholog.

c) Tipul artistic (estetic) - A - este caracterizat de :

- imaginație;
- creativitate;
- atracție spre activități mai puțin structurate, care presupun o rezolvare creativă și îi oferă posibilități de auto-expresie;
- abilități artistice și imaginație, independență, originalitate, expresivitate artistică;
- relaționarea indirectă prin auto-exprimare artistică;
- face față mediului folosind forme și produse ale artei;

-impresii subiective, este nesociabil, feminin, supus, sensibil, impulsiv și introspectiv;

-preferă profesiile muzicale, artistice dramatice și nu îi plac activitățile masculine și rolurile care implică muncă fizică.

Posibile profesii: actor, designer în publicitate, de modă, de interioare, arhitect, profesor de teatru, dans, jurnalist, fotograf, grafician, editor.

d) Tipul social (de susținere) - S – este interesat de activități care implică:

- relaționare interpersonală;
- informare, pregătire, dezvoltare, grijă pentru alte persoane;
- deprinderi verbale, sociale, este cooperant, generos, ascultă și înțelege pe semenii, acesta caută interacțiunea socială în mediul educațional, terapeutic și religios;
- se consideră o persoană sociabilă, veselă, cu simțul răspunderii, care obține succese și îi place să se afirme, să i se acorde atenție.

Posibile profesii: profesor, antrenor, psiholog, asistent medical, medic, polițist, coafor, asistent social, logoped.

e) Tipul întreprinzător (persuasiv) - E este interesat de activități care implică :

- lucrul în echipă, mai ales cu scopul de a conduce, dirija, de a ocupa locul de lider; - evită activitățile științifice sau domeniile care implică o muncă foarte dificilă, preferându-le pe acelea care îi pun în valoare abilitățile oratorice, persuasive, manageriale, de relaționare interpersonală;

- are spirit de aventură, este dominant, impulsiv, persuasiv, vorbăreț, extravertit, încrezător, agresiv și exhibiționist.

- preferă ocupații din domeniul vânzărilor și al managementului, unde poate să-i domine pe alții.

- are nevoie de putere și de recunoașterea calităților de către cei din jur.

Posibile profesii: manager, publicitate, vânzător de automobile, agent de asigurări, jurnalist, avocat, procuror, agent de turism, relații cu publicul.

f) Tipul convențional (conformist) – C:

- preferă activitățile care solicită manipularea datelor, informațiilor, într-un cadru bine organizat și definit;

- are abilități de secretariat și matematică;

- este atent la detalii;

- alege rolurile de subordonat, își realizează scopurile prin conformism, are nevoie de aprobarea celor din jur;
- creează o impresie bună deoarece este ordonat, sociabil, corect, dar este lipsit de originalitate;
- preferă ocupații de funcționari cu activități stabile și bine definite în domeniul afacerilor;
- acordă o importanță deosebită chestiunilor economice și se consideră masculin, dominant, rigid și stabil;
- are mai mult calități matematice decât verbale.

Posibile profesii: contabil, asistent administrativ, casier, operator calculator, analist financiar, secretară, bibliotecar, operator telefonie.

PAȘI CĂTRE O CARIERĂ DE SUCCES

Profesor psihopedagog Gruiza Ovidiu,
C.Ș.E.I "Aurora" Reșița

Alegerea profesiei și dezvoltarea carierei reprezintă un moment important în viața fiecăruia.

Omul este propriul său manager, el trebuie să-și evalueze resursele cu realism, să-și stabilească obiectivele și să elaboreze proiecte existențiale pe termen lung, mediu și scurt, să se folosească de oportunități pentru a atinge scopurile de etapă.

Succesul la școală, în cariera profesională și în viață depinde de modul în care te implici în activitățile de învățare, de abilitățile pe care le dezvolti, de ceea ce îți place să faci, de relațiile pozitive cu ceilalți, de nivelul de încredere în sine și modul în care este aplicat pe piața muncii potențialul personal.

În anul terminal de gimnaziu elevii sunt dezorientați atât în ceea ce privește modul de învățare și pregătire pentru examenele finale cât și în alegerea liceului sau școlii de arte și meserii pe care le vor urma. Aceste lucruri se datorează stresului, emoțiilor pozitive și negative pe care le resimt pe parcursul acestui an final de gimnaziu, slabei motivații pentru învățare, lipsei cunoașterii unor tehnici de învățare care să îi ajute în prelucrarea vastului material informațional, managementului defectuos al timpului, lipsei informațiilor despre licee și SAM, influenței și presiunii membrilor familiei sau a grupului de prieteni de a merge pe un anumit "drum".

De asemenea, dirigenții solicită sprijin în desfășurarea unor activități și în motivarea elevilor, care nu reușesc să se mobilizeze și să devină responsabili.

Părinții, pe de altă parte, necunoscând toate aceste cauze, de multe ori reușesc să fi dezorientați și mai mult prin utilizarea în comunicarea cu copiii lor a unor cuvinte și expresii care îi descurajează și îi determină să evite și mai mult discuțiile referitoare la examen și la liceu: "După modul în care te pregătești... sigur ai să iei o notă mică,, , "Și mai vrei să ajungi la un liceu?", "Măturător de strada", "X cum poate să tu nu poți?". Este evident că nu de aceste cuvinte au elevii de clasa a VIII-a nevoie ci de cuvinte care să îi susțină și să îi încurajeze.

Anul terminal al unui ciclu școlar, cum este în acest caz clasa a VIII-a, a fost și mai este încă un moment de concentrare a acțiunilor de orientare școlară și profesională, când elevii, presați de timp și neînarmați cu capacități decizionale, sunt nevoiți să facă o alegere.

Elevul "culege" diverse informații de la prieteni, colegi, profesori, părinți, iar dacă aceste informații sunt lacunare sau deformate, el va lua o decizie care, mai târziu, îl va nemulțumi. Ei

au nevoie de informații. Cu cât avem mai multe informații, cu atât ne simțim mai siguri pe noi, pe ceea ce știm și ce vrem să facem mai departe. Dacă elevul are informații diverse despre profesii, domenii de activitate, despre rețeaua școlară, el va fi pus într-o situație de alegere între alternative, de analizare, selectare, comparare și, în consecință, va fi liber să opteze, să ia o decizie iar dacă decizia se bazează și pe posibilitățile, interesele, aptitudinile, valorile personale, "drumul ales va fi fără prea multe obstacole".

Pentru a avea succes în carieră (a face alegeri adecvate și eficiente pe piața muncii, a obține un loc de muncă preferat, a practica profesia dorită) sunt necesare anumite calități, prin care să atingeți obiectivele stabilite:

- să te cunoști;
- să fii motivat;
- să știi să te exprimi corect;
- să comunici asertiv;
- să respecti angajamentele;
- să fii pregătit pentru schimbare;
- să manifesti seriozitate, curaj, îndrăzneală;
- să ai obiective clare;
- strategii de acțiune;
- să știi când să renunți;
- să fii persuasiv.

Bibliografie

1. <https://revistacariere.ro/leadership/piata-muncii-employment/cum-sa-ai-succes-in-cariera-7-cele-mai-utile-sfaturi/>
2. O.S. Bersan, I.A. Dumitru- „Consilierea privind cariera „ , Ed. Polirom

Profesor psihopedagog Stîrcu Loredana Mirela
Profesor psihopedagog Dugan Delia
C.Ș.E.I ”Aurora” Reșița- Școala Profesională Specială

Profesia mea

Carierea mea ca profesor psihopedagog, în învățământul special, este mai mult decât o alegere profesională; este o chemare și o oportunitate de a aduce lumină și speranță în viețile copiilor cu nevoi speciale și în familiile lor. Din momentul în care am ales să îmbrățișez această cale, am fost cuprinsă de dorința de a contribui la dezvoltarea și împlinirea fiecărui copil, indiferent de provocările cu care se confruntă.

Prin intermediul rolului meu de profesor psihopedagog, am fost martor la puterea educației de a transforma și de a aduce schimbări pozitive în viețile copiilor cu diverse nevoi speciale, fie că este vorba despre dizabilități de învățare, tulburări de spectru autist, deficiențe de auz sau alte condiții specifice. În fiecare zi, intru în sala de clasă sau cabinetul de psihopedagogie cu inima deschisă și cu determinarea de a oferi fiecărui copil șansa de a-și dezvolta abilitățile, de a-și descoperi potențialul și de a-și construi încrederea în sine.

Unul dintre aspectele cele mai valoroase ale carierei mele este posibilitatea de a lucra într-un mediu divers și incluziv, în care fiecare copil este valorizat și încurajat să își exprime unicitatea și să își arate talentele. Prin adaptarea și personalizarea metodelor de predare și a materialelor educaționale, încerc să creez un mediu, în care fiecare copil să se simtă acceptat și apreciat, iar progresul să fie evaluat în funcție de nevoile și capacitățile individuale.

În calitate de profesor psihopedagog, trebuie să fiu pregătit să fac față unei game largi de nevoi și provocări, de la gestionarea comportamentelor problematice la adaptarea curriculumului și a metodelor de evaluare pentru a răspunde la diversitatea elevilor mei. În fața acestor provocări, trebuie să fiu empatică, creativă și rezistentă, găsind soluții eficiente și susținând dezvoltarea academică, socială și emoțională a fiecărui copil.

Privind în viitor, îmi propun să rămân dedicat misiunii mele de a servi și de a susține copiii cu nevoi speciale și familiile lor. Într-o lume în care diversitatea este tot mai recunoscută și valorizată, rolul profesorilor psihopedagogi în învățământul special este mai important ca niciodată. Prin educație și îngrijire, putem să aducem lumină și speranță în viețile celor care au nevoie de noi și să contribuim la construirea unei societăți mai incluzive și mai echitabile pentru toți.

PLANIFICAREA CARIEREI

C.S.E.I. “Aurora” Reșița
prof. Oberșterescu Sebastian

- ✚ Reprezintă procesul prin care elevii își conturează o direcție de carieră , își stabilesc scopuri în legătură cu propria carieră și inițiază acțiuni în vederea atingerii acestor scopuri;
- ✚ Eficiența acestui proces depinde de abilitățile elevilor în următoarele domenii:
 - ❖ **Autocunoaștere** – explorarea și structurarea informațiilor despre sine în vederea dezvoltării conceptului de sine;
 - ❖ **Explorare educațională și ocupațională** – colectare de informații despre oportunitățile educaționale și ocupaționale;
 - ❖ **Decizia de carieră** – alegerea unei opțiuni din mulțimea variantelor disponibile la un moment dat;
 - ❖ **Promovarea personală** – sistematizarea și prezentarea informațiilor despre abilitățile, interesele și experiențele educaționale și profesionale proprii în vederea atingerii scopurilor de carieră.

I. AUTOCUNOAȘTEREA:

- ✚ Reprezintă primul pas în procesul de planificare a carierei și oferă informații despre sine:
 - ❖ **interesele** – preferințe cristalizate pentru anumite domenii de cunoștințe sau de activitate; sunt factori motivaționali determinând gradul de satisfacție și performanță;
 - ❖ **valorile** – convingeri bazale ale unei persoane referitoare la ceea ce este important în viață, în relațiile interpersonale și în muncă;
 - ❖ **aptitudini** – potențialul unei persoane de a învăța și obține performanță într-un anumit domeniu
 - ❖ **deprinderi** – abilitățile puse în practică și exersate;
 - ❖ **caracteristici de personalitate** – reprezintă modalități tipice de gândire, comportament, afectivitate și relaționare pe care le manifestă o persoană.

II. **EXPLORAREA EDUCAȚIONALĂ ȘI OCUPAȚIONALĂ:**

✚ Reprezintă comportamentul sistematic de colectare de informații referitoare la oportunitățile educaționale și la ocupații (natura muncii, cerințe educaționale, perspective de angajare, mediul muncii, câștiguri etc.) și se realizează prin:

➤ **surse formale**

- ❖ **materiale tipărite** (broșuri, monografiile profesionale, pliante, nomenclatoare ocupaționale, profile ocupaționale, ziare, reviste);
- ❖ **sisteme computerizate** (site-uri de Internet);
- ❖ **materiale audiovizuale** (casete, CD-uri, emisiuni radio și TV).

➤ **surse informale:**

- ❖ **interviul informațional** (este inițiat de persoana care se află în căutarea de informații despre oportunitățile educaționale/ocupaționale, realizat cu persoane aflate în poziții care le permit oferirea de informații precise);
- ❖ **experiență directă** (realizarea unor activități de voluntariat, asistență la cursuri și proiecte, muncă în timpul vacanței);
- ❖ **rețeaua socială** (ansamblul relațiilor interpersonale ale unei persoane care pot facilita obținerea unor informații legate de oportunitățile de construire și dezvoltare a carierei).

III. **DECIZIA DE CARIERĂ:**

✚ Reprezintă procesul care duce la selecția unei alternative de carieră din mulțimea de variante disponibile la un moment dat.

✚ **Componente:**

- **Conținutul deciziei:** *Ce decizie urmează să iau?*;
- **Procesul decizional:** *Cum voi lua această decizie?*;
- **Contextul deciziei:** *Care sunt factorii care îmi influențează decizia?*

IV. **CRITERII DE ALEGERE A UNEI MESERII:**

- Satisfacția muncii;
- Prestigiul domeniului;
- Tradiția familială;
- Cererea forței de muncă;
- Pregătirea educațională;
- Remunerația.

V. PLANUL DE CARIERĂ:

- Cuprinde scopul, obiectivele și strategiile pentru punerea în practică a deciziei (alegerea școlii, profesiei, traseului educațional etc.) pornind de la alternativa selectată.

Scopul				
Obiectivul 1				
Strategii de realizare	de termen		resurse	posibile bariere
Obiectivul 2				
Strategii de realizare	de termen		resurse	posibile bariere
Obiectivul 3				
Strategii de realizare	de termen		resurse	posibile bariere

Bibliografie:

1. Cosma, T., "Ora de dirigenție în gimnaziu", Ed. "Plumb", Bacău, 1994;
2. Lemeni, G., Porumb, M., "Consiliere și orientare. Activități pentru clasele V-VIII", Editura ASCR, Cluj, 2011.

Printre altele.....și dascăl

Cariera mea de profesor este mai mult decât un simplu loc de muncă sau o alegere de carieră; este o chemare, o pasiune și o oportunitate de a influența viețile tinerilor și de a contribui la modelarea viitorului societății noastre. Încă de la începutul acestei călătorii, mi-am dat seama că educația este cheia pentru a schimba lumea în bine și că profesorii joacă un rol esențial în acest proces.

Unul dintre principalele motive pentru care am ales să urmez calea profesoratului a fost dorința mea de a inspira și de a influența pozitiv viețile elevilor mei. În fiecare zi, intru în sala de clasă cu dorința de a-i încuraja pe elevii mei să își descopere pasiunile, să își dezvolte abilitățile și să își atingă potențialul maxim. Fie că este vorba despre transmiterea de cunoștințe academice, despre cultivarea gândirii critice sau despre dezvoltarea abilităților sociale și emoționale, rolul meu ca profesor este de a crea un mediu sigur și stimulant în care elevii pot crește și înflori.

În calitate de profesor, sunt conștient de responsabilitatea și influența pe care o am asupra viitorului societății. Prin educație, nu doar că transmit cunoștințe și aptitudini, ci și modelez caractere, valorile și perspectivele elevilor mei. Astfel, încerc să cultiv în fiecare elev un spirit de curiozitate, de perseverență și de empatie, pregătindu-i pentru a deveni cetățeni activi și contribuitori responsabili în comunitatea noastră globală.

Cu toate acestea, cariera mea de profesor nu este lipsită de provocări. În fața diversității de nevoi, abilități și contexte ale elevilor mei, trebuie să fiu flexibil, creativ și empatic în abordarea mea educațională. Întâmpin uneori dificultăți în a găsi modalități eficiente de a răspunde la nevoile individuale ale fiecărui elev, dar, cu toate acestea, consider că aceste provocări sunt oportunități de creștere și învățare, care mă ajută să devin un profesor mai bun și să îmi îmbunătățesc practica educațională.

Privind în viitor, îmi propun să rămân dedicat misiunii mele de a influența pozitiv viața tinerilor și de a contribui la construirea unui viitor mai bun pentru toți. Prin educație, cred că putem să deschidem uși către oportunități nelimitate și să îi pregătim pe elevii noștri pentru a deveni lideri, inovatori și agenți de schimbare în lumea în care trăim. Astfel, cariera mea de profesor nu este doar un loc de muncă, ci și o misiune nobilă și un privilegiu de a servi și de a contribui la binele comun.

IMPORTANȚA EXPERIENȚELOR PRACTICE ÎN ATELIERELE ȘCOLARE DE MECANICĂ PENTRU ASIGURAREA SUCCESULUI PROFESIONAL ÎN CARIERĂ

prof. ing. BOGDAN SORIN-LAURENȚIU

prof. ing. BOGDAN IONELA-MARIANA

**CSEI „AURORA” REȘIȚA –
ȘCOALA PROFESIONALĂ SPECIALĂ**

1. Contextul și importanța temei

Mecanica este unul dintre domeniile fundamentale ale științei și ingineriei, esențială în înțelegerea și aplicarea conceptelor fizice în viața de zi cu zi. Experiențele practice pentru elevi în mecanică, sunt de o importanță crucială, pentru că nu facilitează doar învățarea teoretică, dar și dezvoltă abilități esențiale pentru o carieră de succes.

Educația modernă subliniază nevoia de îmbinare a teoriei cu practica, pentru a pregăti elevii către o carieră de succes. Învățarea mecanicii, în special, necesită abordări practice care să permită elevilor să aplice cunoștințele teoretice într-un mod concret. Experiențele practice nu doar că oferă elevilor abilități necesare pentru a aborda provocările din viața reală, dar și dezvoltarea competențelor esențiale pentru o carieră de succes în domeniul tehnic.

Într-o lume profesională aflată într-o continuă schimbare și competitivitate, obținerea și menținerea performanței de vârf în carieră reprezintă un obiectiv esențial pentru majoritatea indivizilor. Dezvoltarea carierei nu mai este privită doar ca o ascensiune liniară într-o organizație, ci implică o abordare complexă și multidimensională, necesitând uneori și cunoștințe multidisciplinare.

În lumea modernă a tehnologiei și a inovării rapide, mecanica joacă un rol fundamental în diverse domenii industriale și de inginerie. Aceasta se confruntă cu provocări majore în pregătirea elevilor pentru un viitor profesional din ce în ce mai competitiv și și avansat tehnologic. În acest context, integrarea experiențelor practice în curriculum-ul școlar, în special în domeniul mecanicii, devine esențială.

Pentru a asigura o pregătire solidă și competitivă a tinerilor, introducerea de experiențe practice în mecanică în cadrul educației secundare este fundamentală. Aceste experiențe nu doar că dezvoltă abilități tehnice și practice vitale care stau la baza succesului profesional, dar și îmbunătățesc înțelegerea teoretică a conceptelor tehnice. Se promovează gândirea critică, rezolvarea de probleme și colaborarea, respectiv accesarea la unele elemente fundamentale pentru succesul în carieră.

2. Importanța experiențelor practice în educația tehnică

Experiențele practice sunt esențiale în educația tehnică deoarece permit elevilor să aplice cunoștințele teoretice în contexte reale. În România, accentul pus pe învățarea practică a crescut, în special prin programele de tip școală profesională și prin colaborări cu diverși agenți economici, companii din industrie. Aceste programe oferă elevilor oportunitatea de a lucra direct cu echipamente și tehnologii moderne, pregătindu-i astfel pentru cerințele și exigențele pieței muncii .

Experiențele practice permit elevilor să aplice cunoștințele teoretice într-un context real, învățarea prin experiență asigură o înțelegere mai profundă și durabilă. Elevii care se implică activ în activități practice sunt mai capabili să conecteze teoria cu aplicațiile practice, dezvoltându-și astfel un set de competențe utile pentru viitoarele lor cariere.

Experiențele practice oferă elevilor oportunitatea de a aplica cunoștințele teoretice în contexte reale, consolidându-le astfel învățarea și înțelegerea. În domeniul mecanicii, aceasta poate include activități precum construcția de modele de mașini, realizarea de experimente cu principii fizice și participarea la proiecte de grup care simulează situații din industrie. Aceste activități le permit elevilor să vadă direct rezultatele muncii lor, crescându-le motivația și interesul pentru subiect.

3. Dezvoltarea abilităților tehnice

Dezvoltarea abilităților tehnice prin experiențe practice în mecanică este esențială pentru pregătirea elevilor pentru cariere de succes.

Implicarea în proiecte practice în mecanică dezvoltă abilități tehnice esențiale, cum ar fi:

a. Înțelegerea principiilor mecanice se realizează cu elevii care învață cum funcționează diferite mecanisme și dispozitive, precum și principiile fizice care stau la baza acestora.

b. Manipularea uneltelor și echipamentelor mecanice le oferă elevilor competențe manuale necesare în domeniul tehnic.

c. Elevii experimentează procesul de proiectare, construind prototipuri și **testându-le** pentru a înțelege cum pot fi îmbunătățite.

Prin înțelegerea profundă a principiilor mecanice, manipularea uneltelor și echipamentelor, proiectarea și testarea prototipurilor și adaptarea la noi tehnologii, elevii dobândesc competențe valoroase și o bază solidă pentru viitorul lor profesional. Aceste abilități

nu doar că îi pregătesc pentru provocările tehnice ale industriei moderne, dar și le deschid oportunități de inovare și contribuție semnificativă la dezvoltarea societății.

Experiențele practice stimulează gândirea critică, deoarece elevii trebuie să analizeze problemele și să găsească soluții eficiente. De exemplu, dacă un model de mașină construit de elevi nu funcționează corect, aceștia trebuie să investigheze cauza problemei, să formuleze ipoteze și să testeze diferite soluții. Acest proces dezvoltă capacitatea de a aborda probleme complexe și de a găsi soluții inovatoare.

Proiectele de grup în mecanică încurajează colaborarea și dezvoltarea abilităților de comunicare. Elevii învață să lucreze împreună, să își împărtășească ideile și să își coordoneze eforturile pentru a atinge un obiectiv comun. Aceste abilități sunt esențiale în orice carieră, unde lucrul în echipă și comunicarea eficientă sunt cruciale pentru succes.

4. Metode eficiente de predare practică în mecanică

Pentru a facilita experiențele practice, școlile tehnice și universitățile de profil trebuie să implementeze diverse metode moderne și eficiente de predare. Printre acestea se numără învățarea prin proiecte, ateliere și laboratoarele de practică efectuarea unor stagii de practică la anumite firme din industrie.

Metoda învățării prin proiecte ca fiind una dintre cele mai eficiente modalități de a implica elevii activ în procesul de învățare. Acest tip de învățare permite elevilor să lucreze în echipă, să dezvolte soluții creative la probleme reale din industria mecanică și să aplice cunoștințele teoretice în context practice.

Atelier de practică, conform studiilor realizate de Mihai Onofrei (2016) [5], oferă elevilor un mediu controlat unde pot experimenta diferite procedee mecanice sub supravegherea atentă a profesorilor. Aceste laboratoare sunt echipate cu mașini și instrumente moderne, mimând astfel condițiile întâlnite în industrie.

Stagiile de practică în companii contribuie, de asemenea la dezvoltarea profesională a elevilor. Acestea le oferă oportunitatea de a învăța direct de la profesori și de a se familiariza cu cerințele și provocările întâlnite în domeniul mecanicii.

Înțelegerea principiilor mecanice se bazează pe:

a. Materiale și proprietăți.

Elevii explorează diferite materiale, cum ar fi metalele, polimerii și compozitele, și învață despre proprietățile lor mecanice și de durabilitate, esențiale pentru selecția și integrarea materialelor în proiecte educaționale, concursuri județene și interjudețene.

b. Experiențele practice în mecanică implică manipularea diverselor unelte și echipamente, aspect crucial pentru dezvoltarea abilităților tehnice.

c. Utilizarea uneltelor de mână.

Elevii învață să folosească unelte de bază, cum ar fi șurubelnițele, cleștii și cheile, dezvoltând abilități manuale fine și precizie.

Operarea echipamentelor de atelier se efectuează astfel:

Prin lucrul cu mașini de găurit, strunguri și freze, elevii dobândesc competențe în utilizarea echipamentelor complexe, înțelegând în același timp măsurile de siguranță necesare.

Proiectarea și testarea sunt procese esențiale în dezvoltarea abilităților tehnice, permițând elevilor să înțeleagă ciclul de viață al unui produs:

Conceptualizarea și schițarea s-a desfășurat prin elevii care învață să dezvolte idei și să le transpună în schițe și planuri detaliate, folosind atât metode tradiționale, cât și software-uri specializate.

Construirea prototipurilor funcționale este un proces dezvoltă abilități practice și o înțelegere a toleranțelor și ajustărilor necesare.

Testarea și evaluarea prin testarea prototipurilor de către elevii, pentru a identifica punctele slabe și pentru a evalua performanța. Acest proces de testare îi învață despre metodologiile de testare, colectarea de date și interpretarea rezultatelor.

Integrarea experiențelor practice în mecanică în curriculum-ul școlar este esențială pentru a pregăti elevii pentru succesul profesional. Aceste experiențe nu doar că dezvoltă abilități tehnice și interpersonale, dar și stimulează gândirea critică și creativitatea. Într-o lume în continuă schimbare, unde inovația și tehnologia sunt în prim-plan, astfel de competențe devin fundamentale pentru viitorul profesional al elevilor. Prin urmare, școlile profesorii de instruire practică trebuie să îmbrățișeze și să promoveze învățarea prin practică, oferind elevilor oportunitățile necesare pentru a excela în carieră și a contribui semnificativ la dezvoltarea societății.

5. Bibliografie

1. Avram E. (2018). Importanța activităților practice în cadrul lecțiilor de mecanică în liceu. *Revista de Didactică Tehnică*, 4(2), 45-53.
2. Gershenfeld N. (2005). *Fab: Revoluția viitoare pe desktop-ul dvs. - De la computere personale la fabricarea personală*. Cărți de bază.
3. Gheorghe Păndaru (2015). „*Educația Tehnică în România: Realități și Provocări*”, Editura Tehnică.
4. Ionescu M. (2016). *Laboratoarele interactive de la Universitatea Politehnica din București*. *Journal of Technical Education*, 7(3), 67-74.

5. John Dewey (1938). *Experience and Education*, Kappa Delta Pi, 1938.
6. Luca Caragiu (2018). *Învățarea prin Proiecte în Educația Tehnică*, Editura Universității Politehnica București.
7. Mihai Onofrei (2016). *Laboratoarele de Practică în Învățământul Tehnic*, Editura Didactică și Pedagogică.
8. Ruff K. D., Carter P. (2003). *Învățarea prin practică: un ghid cuprinzător pentru învățarea prin experiență*. Elsevier Science.
9. *** Forumul european de educație în inginerie (E2EF) (2017). *Abilități și competențe cerute de angajatorii din sectorul de inginerie*. Raport anual E2EF.
10. *** Academia Națională de Inginerie (2017). *The Integration of the Humanities and Arts with Sciences, Engineering, and Medicine in Higher Education: Branches from the Same Tree*, National Academies Press.
11. *** Ministerul Educației Naționale și Cercetării Științifice din România (2019). *Programul de Școli Profesionale*. București: M.E.N.C.S.
12. *** Școala de Arte și Meserii Timișoara. (2021). *Parteneriate și Stagii de Practică*. Timișoara: SAM.
13. *** Liceul Tehnologic Energetic București. (2022). *Parteneriate Educaționale cu Companii Industriale*. București: LTE.

Secretar într-o școală incluzivă...

Secretar Maria SÎRBU

C.S.E.I. „Aurora” Reșița

Profesia de secretar la un Centrul Școlar de Educație Incluzivă reprezintă mult mai mult decât îndeplinirea sarcinilor administrative. Aceasta implică o combinație de abilități organizatorice, empatice și de comunicare, fiind un rol esențial în funcționarea eficientă și armonioasă a instituției.

Responsabilități administrative

Un secretar la un Centru Școlar de Educație Incluzivă se ocupă de o gamă largă de responsabilități administrative. Acestea includ gestionarea documentației, păstrarea evidențelor elevilor, organizarea întâlnirilor și coordonarea comunicării între profesori, părinți și administrație. Precizia și atenția la detalii sunt esențiale în această profesie, deoarece documentele și informațiile gestionate trebuie să fie întotdeauna corecte și actualizate.

Rolul empatic

O componentă semnificativă a acestui rol este interacțiunea cu elevii, părinții și personalul școlii. Într-un Centru Școlar de Educație Incluzivă, secretarul trebuie să aibă o înțelegere profundă a nevoilor speciale ale elevilor. Empatia și răbdarea sunt calități esențiale, deoarece interacțiunile zilnice pot implica situații sensibile și necesită o abordare delicată și înțelegătoare.

Comunicarea și cooperarea

Comunicarea eficientă este vitală pentru un secretar într-o școală incluzivă. Aceasta include nu doar transmiterea informațiilor, ci și asigurarea că toate părțile implicate înțeleg clar mesajele. Capacitatea de a lucra bine în echipă și de a coordona diverse activități și proiecte este de asemenea crucială. Colaborarea cu profesorii, asistenții educaționali și personalul administrativ asigură un mediu de învățare armonios și bine organizat pentru elevi.

Suport pentru elevi și părinți

Secretarul oferă, de asemenea, suport direct elevilor și părinților. Acesta poate implica oferirea de informații despre programele școlare, asistența în completarea documentelor necesare și răspunsul la întrebările legate de procesul educațional. Într-o școală incluzivă, acest suport este și mai important, deoarece părinții și elevii pot avea nevoie de ghidare suplimentară pentru a naviga sistemul educațional și pentru a accesa resursele disponibile.

Profesia de secretar la un Centru Școlar de Educație Incluzivă este una complexă și extrem de valoroasă. Aceasta necesită nu doar competențe administrative, ci și o mare doză de

empatie, răbdare și abilități de comunicare. Rolul de secretar contribuie semnificativ la crearea unui mediu educațional incluziv și sprijină fiecare elev în drumul său spre succes. Fiecare zi aduce noi provocări și satisfacții, iar impactul pozitiv asupra vieților elevilor și familiilor acestora este neprețuit.

DRUMUL CĂTRE SUCCES

Bereghi Andreea

secretar Colegiul Tehnic Reșița

Resurse mult prea prețioase pentru a fi pierdute sunt pasiunea, viziunea și energia care există în fiecare om și totuși suntem prea puțini oameni care reușim să ne trăim visul. Însă putem și trebuie să lăsăm ceva în urma noastră... Tocmai de aceea să luăm aminte:

1. *„Succesul nu este final, eșecul nu este fatal: curajul de a continua este ceea ce contează.”* – Winston Churchill.
2. *„E mai bine să eșuezi în originalitate decât să reușești în imitare.”* – Herman Melville
3. *„Drumul către succes și drumul către eșec sunt aproape identice.”* – Colin R. Davis
4. *„Succesul vine de obicei la cei care sunt prea ocupați să-l caute.”* – Henry David Thoreau
5. *„Oportunitățile nu apar. Tu le construiești.”* – Chris Grosser
6. *„Nu-ți fie frică să renunți la ceva bun pentru ceva mareț.”* – John D. Rockefeller
7. *„Cred în noroc. Cu cât muncesc mai mult, cu atât am mai mult noroc.”* – Thomas Jefferson.
8. *„Sunt două tipuri de oameni care îți vor spune că nu poți face o diferență în lume: cei care se tem să încerce și cei care se tem că vei reuși.”* – Ray Goforth
9. *„Oamenii de succes fac ceea ce oamenii lipsiți de succes nu sunt dispuși să facă. Nu îți dori ca lucrurile să fie mai simple; dorește-ți ca tu să fii mai bun.”* – Jim Rohn
10. *„Încearcă să fii un om de valoare și nu neapărat un om de succes.”* Albert Einstein
11. *„Nu renunța niciodată cu excepția cazurilor în care o faci pe considerente de onoare sau de bun simț.”* – Winston Churchill
12. *„Urmărește viziunea, nu banii. Astfel vei face banii să te urmărească.”* – Tony Hsieh, CEO Zappos
13. *„Succesul este abilitatea de a trece de la un eșec la altul fără pierderea entuziasmului.”* Winston Churchill
14. *„Îmi datorez succesul faptului că am ascultat întotdeauna cu respect cele mai bune sfaturi, apoi am plecat și am făcut exact pe dos.”* – G. K. Chesterton
15. *„Ai vrea să îți furnizez o formulă a succesului? Este extrem de simplu. Dublează-ți rata de eșecuri.”* – Thomas J. Watson
16. *„Dacă nu ești dispus să riști, va trebui să te mulțumești cu ceva mediocru.”* – Jim Rohn
17. *„Fă un lucru care te sperie în fiecare zi.”* – Anonim
18. *„Nu lăsa ca frica de a pierde să fie mai mare decât entuziasmul de a câștiga.”* Robert Kiyosaki
19. *„Singura limită pentru realizările de mâine o reprezintă îndoielile de astăzi. Haideți să înaintăm cu credință puternică și activă.”* – Franklin Delano Roosevelt
20. *„Caracterul nu se poate dezvolta în liniște și pace. Numai prin încercare și suferință se poate întări sufletul, însufleți ambiția și atinge succesul.”* – Helen Keller

Dacă ne-ar ajutat cât de cât principiile amintite anterior referitor la SUCCES, atunci să băgăm de seamă câteva principii care ne-ar ajuta să obținem sau să ne îndreptăm spre succes:

1. Luarea și punerea în aplicare a ideii!

- dacă ne este frică oricare vis rămâne vis;
- cu cât analizăm mai mult cu atât frica de a acționa este mai mare.
 - 2. Ieșirea din zona de confort!
- trebuie să învățăm mereu ceva nou și astfel ieșim din zona de confort.
 - 3. Spunem DA cât mai des!
- astfel nu ratăm oportunitățile dar totuși analizăm și cear urma dacă am spune NU.
 - 4. Rămânem ferm pe poziție!
- noi decidem și facem cum credem că este mai bine. Nu ne lăsăm influențați de părerea altora din jur.
 - 5. Stabilim obiective!
- dacă nu știm care sunt obiectivele noastre ajungem să îndeplinim scopurile altora.
 - 6. Suntem onești și integri!
- investim în ceea ce ne place dar și în calitatea oamenilor.
 - 7. Ne bucurăm de viață!
- noi creăm momentele plăcute și viața poate fi colorată chiar dacă doar noi o facem să arate așa.

Să ne punem întrebări despre obiective este mult mai greu decât să ne punem întrebări despre succes. Prea puține persoane gândesc serios la obiective și nu sunt obișnuiți să-și stabilească țelurile. Dacă totuși majoritatea caută planuri gata făcute, că doar televizorul și internetul ne oferă scheme gata făcute, haideți să începem să trăim și să ne creștem copiii cu îndemnul „de a visa și de a ne asculta”.

Bibliografie

1. Drumul către succes, Lorand Soarez Szasz și Brian Tracy, Ed. Publica 2016;
2. 366 de legi ale succesului, Robert Greene, Ed. Litera 2016;
3. Legile naturii umane, Robert Greene, Ed. Litera 2020.

ROLUL SPORTULUI ÎN VIAȚA COPILULUI

**Prof. Busuioc Cristian,
Colegiul Tehnic Reșița**

Copilăria constituie o perioadă a dezvoltării intense a organismului, perioada întăririi organelor și a dezvoltării țesuturilor. De aceea călirea organismului, dezvoltarea mișcărilor la preșcolari asigură premisele necesare pentru întărirea sănătății, a capacității de muncă, pentru dezvoltarea multilaterală a personalității. Este bine cunoscută importanța deosebită a educației fizice care, în strânsă interdependență cu celelalte laturi ale educației multilaterale, contribuie la dezvoltarea intelectuală a copiilor, fiind un mijloc de reconfortare a sistemului nervos, o posibilitate de odihnă activă în urma unei munci mentale susținute. Nevoia de joc și mișcare este una dintre nevoile fundamentale ale copilului preșcolar. Pentru o dezvoltare fizică și psihică optimă, influența aerului curat, luminii și soarelui în timpul desfășurării jocurilor de mișcare este de importanță capitală.

Dezvoltarea fizică optimă implică, pe lângă o conformație corporală ideală (schelet, mușchi), corespunzătoare creșterii armonioase a taliei (înălțimii) copilului raportată la vârsta și sexul său, și călirea organismului, întărirea musculaturii, fortificarea și elastici zarea articulațiilor și dezvoltarea aparatelor cardiovascular și respirator (în special).Înainte de a aborda diferite elemente de mișcare, preșcolari trebuie să cunoască *deprinderile de igienă* - de bază în păstrarea și educarea sănătății, să și le însușească și să le manifeste cu plăcere, dovedind totodată înțelegerea rolului și scopului lor. Prin jocuri și alte activități din cadrul diferitelor arii de stimulare, acestea pot fi descrise, exersate și deprinse cu ușurință și încântare. În vederea unei educări complete a copilului în privința igienei „sportive”, este de dorit a se insista asupra obiceiurilor de spălare de dimineață și seară (acasă), cel puțin pe jumătatea superioară a corpului, insistând asupra zonelor cu transpirație abundentă (subțioară, gât) și asupra picioarelor, atunci când, din diverse motive obiective, nu este posibilă baia generală.

În grădiniță, în cadrul ariei de stimulare „Psihomotric” accentul se pune pe jocuri de mișcare, de complexitate gradată în funcție de nivelul de vârstă:

La nivelul grupei mici (3-4 ani) dezvoltarea psihomotrică a copilului permite deprinderi de mers organizat, în direcție dată, câte unul, câte doi („Vino/Du-te la...”; „Rața își cheamă bobocii”; „Trenulețul” etc), cu ocoliri de obstacole, cu opriri și porniri la semnal („Trenul în gară”), alergări în direcție dată, câte unul, câte doi, cu opriri și porniri la semnal („Trăsura cu cai” etc). Exercițiile organizate cu grupa, sub forma jocurilor, trebuie planificate în activitățile de educație fizică desfășurând mai întâi pe cele de încălzire a diferitelor părți ale corpului („Rotim capul”; „Privim cerul”; „Zburăm, zburăm”).

Începând de la grupa mijlocie (4-5 ani), copilul ajunge la gradul de dezvoltare motorie care îi permite executarea de mișcări izolate, cu diferite segmente ale corpului, ceea ce conduce la complicarea exercițiilor cu sărituri, cățărat, răsuciri, întinderi și combinate. Achiziționarea deprinderii executării mișcărilor complexe pregătește organismul și intelectul copiilor pentru secvența de exerciții organizate sub formă de jocuri sau dansuri ritmice, gimnastică.

De la 5-6 ani spre 7 ani, nevoia de mișcare a copilului devine tot mai mare, în jocurile sale apărând tendința de a ridica sau purta obiecte (mai grele), care-i solicită forță și îndemânarea. Motricitatea generală permite jocuri cu mingea (rostogoliri, aruncări, prinderi), sărituri pe ambele picioare sau pe câte unul, eventual cu atingerea unui reper, mersul pe vârfuri și pe călcâie etc. La nivelul grupei mari este momentul de a include în activitățile de educație fizică elemente aparținând sportului: concursuri de alergări, ștafete, aruncări cu mingea la coș

sau la poartă, ocolirea și lovirea de obstacole, lovirea unor mingi cu obiecte specifice: palete, bastoane etc. Acestea sunt exercițiile premergătoare și pregătitoare pentru sporturi.

Este de menționat că tendințele copilului de manifestare sportivă este bine și de dorit să fie încurajate, accentuate, dar ghidate rațional. Exercițiile fizice îi dau prilejul copilului să-și descarce surplusul de energie și contribuie la călirea și dezvoltarea armonioasă a corpului. Este bine să se practice chiar și în zilele mai reci sau ploioase, cu condiția ca îmbrăcămintea să fie adecvată. Pe de altă parte, exercițiile fizice îl fac pe copil să transpire abundant, favorizând și accelerând eliminarea toxinelor care otrăvesc organismul. Ele au, de asemenea, o influență favorabilă asupra oxigenării globulelor roșii, circulației sângelui și digestiei. Copilul care practică sportul are poftă de mâncare și asimilează hrana mai bine.

Unii părinți știu că sportul este bun pentru sănătate și pentru dezvoltarea armonioasă a copilului lor. De aceea, își pun deja problema ce sporturi să abordeze copiii lor, fie în cadrul opționalilor în grădinițe, fie (și) în particular. Este bine de știut câteva reguli esențiale în această privință:

- înainte de alegerea unui sport, trebuie întrebat pediatrul, medicul de familie, dacă există vreo contraindicație pentru copilul respectiv la disciplina sportivă aleasă;

- trebuie evitată specializarea timpurie pe o ramură sportivă (în vederea pregătirii și obținerii unor viitoare rezultate de performanță) deoarece la vârsta creșterii se favorizează dezvoltarea unora dintre părțile corpului în detrimentul altora; nu trebuie practicate exerciții de forță sau exersate 'numai anumite grupe de mușchi, pentru a nu frâna sau bloca creșterea copilului, transformându-l într-o persoană scundă și robustă, cu mușchi superdezvoltați, neextensibili;

- orice sport ar aborda copilul, trebuie să i se asigure o odihnă suficientă, cu un somn de minimum 10 ore pe noapte, iarna chiar mai mult;

- este preferabil să se practice sporturi în aer liber, iar dacă nu, să se completeze activitățile cu mișcarea în aer liber, cel puțin plimbări zilnice;

- nu trebuie să se uite regulile de igienă corporală, care trebuie accentuate în cazul practicării sportului.

De la 3-4 ani, în funcție de dezvoltarea copilului, de aptitudinile și interesele sale, se poate începe:

- **înotul.** Este un sport complet, recomandat pentru dezvoltarea întregului organism - a corpului (mușchilor), a aparatului respirator și circulator. Pentru a realiza coordonarea mișcărilor și a respirației în vederea unui stil consacrat, copilul trebuie să aibă 6-7 ani, însă de la vârstă mică (chiar sub 3 ani), rolul obișnuirii copilului cu mișcările acvatice este de a-l conduce la o autonomie completă în apă și de a-i ușura dezvoltarea psihomotorie prin acele mișcări. La cursuri de înot conduse de un specialist copilul poate merge de la vârsta de 5-6 ani.

- **Bicicleta.** Copilul deprinde mersul pe *tricicletă* în jurul vârstei de 2 ani, iar între 3 și 4 ani poate trece la bicicleta cu roți mici și roți ajutătoare. Este un sport folositor dezvoltării aparatului cardiovascular și musculaturii membrelor inferioare.

- **Dansul ritmic.** Se abordează din grădiniță în cadrul curricular, putând fi extins ca opțional, dacă și unde se dorește. Se poate începe după vârsta de 3 ani. Răspunde obiectivelor cadru prevăzute în Programă.

- **Patinajul.** Este înrudit cu dansul; se poate începe de la vârsta de 3 ani - dacă este posibil. Prin el se dezvoltă echilibrul, grația, suplețea, curajul, stăpânirea gesturilor, detenta. Influențează mușchii gambelor, ai coapselor și modelează silueta. Pregătește, prin mișcările caracteristice, abordarea schiului.

- **Schiul.** Are acțiune asupra sistemului osteo-articular al membrelor inferioare și superioare, asupra aparatului cardio-vascular și al celui respirator, mărind capacitatea toracică. Impune dobândirea unui bun echilibru.

De la 6-7-8 ani:

• **Dansul clasic.** Are efecte și de gimnastică „corectivă” în cazul piciorului plat, deformărilor de coloană vertebrală, abdomenului mare etc. Mărește încrederea în sine, având un efect binefăcător în cazul copiilor complexați, timizi, instabili, negativiști, permițându-le să se exteriorizeze și să capete încredere. Antrenează corpul copilului pentru o ținută frumoasă și corectă, conferind posturii și mișcărilor suplețe și grație.

• **Ginnastica.** Dezvoltă suplețea și agilitatea prin antrenarea musculaturii tuturor membrelor și corpului. Este un sport complet, dar care are inconvenientul că se desfășoară în cea mai mare parte în sală. De aceea, trebuie completat cu un sport în aer liber și cu vacanțe în mediul alpin și marin.

• **Tenisul.** Este un sport elegant, frumos, care lucrează asupra articulațiilor și detentei. Pentru vârste mici are inconvenientul de a dezvolta unilateral corpul, solicitând o jumătate a corpului mai mult decât pe cealaltă. Fără a se practica concomitent exerciții compensatoare pentru partea mai puțin solicitată, există riscul dezvoltării la copii a scoliozei dorsale.

După 6-8 ani: Se pot aborda sporturile cu mingea (balonul): volei, baschet, handbal, pentru care vârsta minimă este 9 ani, chiar mai mult. Ele sunt sporturi de elongație, care acționează asupra tuturor grupelor de mușchi, făcând u-i să se dezvolte în lungime și contribuind la formarea unei siluete zvelte și elegante. Desigur, deprinderea unor mișcări caracteristice acestor sporturi în grădiniță, nu numai că nu afectează cu nimic organismul copiilor, ci îi ajută în dezvoltarea lor psihomotorie, le orientează și le cultivă interesul pentru aceste ramuri sportive.

• **Mersul.** Fiecare copil trebuie dus la „plimbare” în aer liber și curat, pe cât posibil, 1-2 ore pe zi, iar în vacanțe sau, ocazional, în weekend-uri mersul se va transforma în „drumeție”, care, în funcție de vârsta copilului, de climat și de relief, va dura câteva ore zilnic.

BIBLIOGRAFIE:

CĂPRARU EMIL, CĂPRARU HERTA, *Mama și copilul*, Editura Medicală, București, 2002.
DUMITRU POPESCU, *O viață pentru sport*, Editura Sport-Turism, București, 1990

Activitatea de consiliere individuală și mentorat, completată de simpozionul „Pași către o carieră de succes”, a oferit elevilor resurse și oportunități esențiale pentru orientarea profesională și dezvoltarea personală. Elevii au beneficiat de suport personalizat, inspirație și ghidare din partea profesioniștilor, având astfel o viziune mai clară asupra posibilităților și pașilor necesari pentru a-și atinge obiectivele de carieră. Această activitate a contribuit semnificativ la creșterea încrederii în sine și a motivației elevilor de a-și construi un viitor profesional de succes.

3.5. Rezultate obținute

În urma implementării celor trei activități – *sesiuni de explorare a carierei și a abilităților individuale, ateliere practice de dezvoltare a abilităților și sesiuni de consiliere individuală și mentorat* – au fost observate rezultate semnificative în ceea ce privește dezvoltarea personală și profesională a elevilor.

Indicatori de performanță

➤ Participarea elevilor:

- **Număr de participanți:** 250 de elevi au participat activ la toate cele trei activități.
- **Prezență și implicare:** 95% dintre elevii înscriși au participat la toate sesiunile programate.

➤ Evaluarea abilităților și intereselor:

- **Chestionare completate:** 200 de elevi, 53 de cadre didactice și 150 de părinți au completat chestionarele.
- **Progrese în cunoașterea de sine:** 85% dintre elevi au raportat că au o mai bună înțelegere a propriilor abilități și interese.

➤ Proiectele practice realizate:

- **Număr de machete:** 180 de machete au fost realizate de elevi(1,2, 3 elevi/machetă), fiecare reprezentând o meserie sau o instituție de interes.
- **Premii acordate:** 72 de premii au fost acordate pentru cei mai creativi elevi și cele mai bine realizate machete.

➤ Sesiuni de consiliere și mentorat:

- **Număr de sesiuni individuale:** au fost desfășurate 180 de sesiuni individuale de consiliere.
- **Număr de mentori implicați:** 15 mentori din diverse domenii au colaborat cu elevii.

➤ **Participarea la simpozion:**

- **Număr de participanți:** peste 400 de elevi, părinți și cadre didactice au participat la simpozionul "Pași către o carieră de succes".
- **Număr de prezentatori:** 29 profesioniști și elevi, din diverse domenii, au susținut prezentări .

Feedback de la participanți

➤ **Elevi:**

- **Satisfacție generală:** 90% dintre elevi s-au declarat foarte mulțumiți de activitățile desfășurate și au considerat că acestea le-au fost de mare ajutor.
- **Dezvoltarea abilităților:** 80% dintre elevi au raportat că au dobândit noi abilități și că au o viziune mai clară asupra carierei lor viitoare.
- **Inspirație și motivație:** 85% dintre elevi au afirmat că simpozionul le-a oferit inspirație și motivație pentru a-și urma pasiunile și a-și atinge obiectivele.

➤ **Părinți:**

- **Perspective asupra carierei:** 88% dintre părinți au observat o îmbunătățire în claritatea și determinarea copiilor lor în ceea ce privește planurile de carieră.
- **Sprijin în dezvoltare:** 92% dintre părinți au apreciat implicarea lor în proces și consideră că feedbackul oferit a fost util în dezvoltarea copiilor.

➤ **Cadre didactice:**

- **Colaborare eficientă:** 95% dintre cadrele didactice au apreciat colaborarea strânsă cu consilierii și mentorii, considerând că aceasta a avut un impact pozitiv asupra elevilor.
- **Progrese vizibile:** 85% dintre profesori au observat progrese vizibile în atitudinea și performanțele elevilor după participarea la activități.

Implementarea celor trei activități a avut un impact semnificativ asupra elevilor, ajutându-i să-și dezvolte abilitățile, să-și clarifice obiectivele de carieră și să-și îmbunătățească încrederea în sine. Indicatorii de performanță demonstrează o participare

activă și un nivel ridicat de satisfacție, iar feedbackul pozitiv de la elevi, părinți și cadre didactice confirmă succesul inițiativei.

❖ Acordarea adeverințelor și diplomelor

Pentru a recunoaște implicarea și efortul depus de participanți în cadrul activităților desfășurate, au fost acordate adeverințe pentru cadrele didactice și diplome pentru elevi și cadre didactice. Aceste documente au fost menite să ateste participarea și contribuția fiecăruia la succesul proiectului.

1. Model de adeverințe:

Adeverințele au fost acordate celor care au participat activ la organizarea și desfășurarea activităților. Acestea includ detalii despre rolul și contribuția fiecăruia.

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____ de
la _____ a participat în
calitate de **coordonator al activităților**, din cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*,
ediția I-a, înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____ de
la _____ a participat în
calitate de **organizator** al activităților , din cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*,
ediția I-a, înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a
participat în calitate de **organizator a expoziției -concurs** , *Ateliere practice de dezvoltare a
abilităților*, din cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*, ediția I-a, înscris în C.A.E.J.,
poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a participat în
calitate de **membru al juriului**, la Expoziția-concurs, *Ateliere practice de dezvoltare a
abilităților*, din cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*, ediția I-a, înscris în C.A.E.J.
poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a participat
în calitate de **colaborator**, în cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*, ediția I-a,
înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a participat la
schimbul de experiență desfășurat în cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*, ediția
I-a, înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a participat
în calitate de **organizator** al Simpozionului județean *Pași către o carieră de succes*,
desfășurat în cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*, ediția I-a, înscris în C.A.E.J.
poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a participat
la activitățile de **voluntariat** desfășurate în cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*,
ediția I-a, înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a desfășurat
activități pentru combaterea abandonului școlar și a obținut rezultate cu elevii din medii
defavorizate, cu cerințe educaționale speciale și cu alte dificultăți de învățare , din cadrul
Proiectului județean *Drumul spre succes*, ediția I-a, înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din
09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a participat
în calitate de **speaker** al Simpozionului județean *Pași către o carieră de succes*, desfășurat în
cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*, ediția I-a, înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr.
94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a
inițiat/aplicat metode, procedee și tehnici de abordare a predării, învățării și evaluării
inovative, la concursul *Ateliere practice de dezvoltare a abilităților*, din cadrul Proiectului
județean *Drumul spre succes*, ediția I-a, înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a participat
în calitate de **coordonator al elevilor**, în cadrul activităților Proiectului județean *Drumul spre
succes*, ediția I-a, înscris în C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

A D E V E R I N Ț Ă

Prin prezenta se adeverește că d-na/dl prof. _____
de la _____ a publicat
în ghidul *Drumul spre succes* în cadrul Simpozionului județean *Pași către o carieră de
succes*, desfășurat în cadrul Proiectului județean *Drumul spre succes*, ediția I-a, înscris în
C.A.E.J. poziția 137, nr. 94 din 09.11.2023.

S-a eliberat prezenta pentru a-i servi la completarea portofoliului profesional.

Director,

Coordonator,

2. Model de diplomă pentru elevi și cadre didactice:

Diplomele au fost acordate elevilor pentru participarea activă și creativitatea de care au dat dovadă în cadrul atelierelor practice și concursului de creativitate.

Diplomele au fost acordate și cadrelor didactice pentru recunoașterea eforturilor și dedicării lor în desfășurarea activităților și mentoratului oferit elevilor.

C.S.E.I. Aurora - Reșița
Școala Profesională Specială

CCD
CASA CORPULUI DIDACTIC
CARAȘ-SEVERIN

I.S.J. CARAȘ-
SEVERIN

MINISTERUL
EDUCAȚIEI

PREMIUL I

Nr. 1469 / 16.04.2024

Se acordă elevului/ei,
de la unitatea de învățământ
....., coordonat/ă de
....., pentru rezultatul
obținut la **Concursul de creativitate - Ateliere practice de dezvoltare a abilităților** din cadrul proiectului județean de
orientare școlară și consiliere în carieră **DRUMUL SPRE SUCCES**, Ediția I, cuprins în C.A.E.J. Nr. 94 din 9.11.2023, poziția
137, desfășurat la Școala Profesională Specială, structură a C.S.E.I. Aurora – Reșița, în data de 18 aprilie 2024.

Inspector școlar educativ ,
Inspectoratul Școlar Județean
Caraș - Severin
Inspector școlar general ,

C.S.E.I. Aurora
Școala Profesională Specială,

Coordonatori,

Nr. I.S.J. _____ / _____

Nr. _____ / _____

**Tabel nominal cu elevii premiați la Proiectul județean *Drumul spre succes*, înscris în
Calendarul Activităților Educative Județene (CAEJ), 2023 - 2024, aprobat prin Nr. 94
din 9.11.2023, poziția 137**

Nr. total elevi înscriși: 250

Nr. total premii: 72

Procent premii: 28,8

Nr. crt.	Numele și prenumele elevului	Județul	Unitatea de învățământ	Profesor coordonator	Premiul/ mențiunea
----------	------------------------------------	---------	---------------------------	-------------------------	-----------------------

Coordonatori:

Director,

Nr. I.S.J. _____ / _____

Nr. _____ / _____

**Tabel nominal - cadre didactice coordonatoare -Proiectul județean *Drumul spre succes*, înscris
în Calendarul Activităților Educative Județene (CAEJ), 2023 - 2024, aprobat prin Nr. 94 din
9.11.2023, poziția 137**

Nr. crt.	Numele și prenumele cadrului didactic	Județul	Unitatea de învățământ	Calitatea de coordonator
----------	---	---------	---------------------------	--------------------------

Coordonatori:

Director,

Raport de activitate „Drumul spre succes”

Ediția I

Tipul proiectului: consiliere și orientare școlară și profesională

Domeniul în care se încadrează proiectul: interdisciplinar

Perioada de desfășurare: februarie-iunie 2024

Echipe de implementare: _____

Bugetul proiectului: 2000 lei- obținut din contribuții proprii.

Explicatii cheltuieli: afișe, diplome, materiale pentru realizarea expoziției, materiale pentru expedierea rezultatelor finale, materiale pentru realizarea portofoliului.

Partenerii implicați în organizarea proiectului _____

În funcție de calendarul stabilit, s-au organizat următoarele activități: lansarea proiectului, simpozionul „Pași către o carieră de succes”, concursul de creativitate „Ateliere practice de dezvoltare a abilităților, pentru elevii din învățământul special, special integrat, învățământul special profesional și învățământul de masă, expoziție, evaluarea creațiilor participante la concurs, realizarea materialelor justificative.

Proiectul a reunit: 13 școli - 53 de cadre didactice, din care 39 au participat direct sau indirect la simpozion; 250 elevi și preșcolari., 150 de părinți.

Premii acordate: premii I - 43, premii II – 20, premii III – 9.

Ponderea premiilor este de 28,8 %. Comisiile de evaluare au considerat corectă acordarea unui număr mai mare de premii pentru a încuraja participarea și implicarea a cât mai multor copii și cadre didactice în etapele viitoare.

Rezultatele obținute la finalul proiectului:

Rezultatele obținute în urma desfășurării acestui proiect sunt variate și se concentrează pe dezvoltarea competențelor necesare, în vederea alegerii unei cariere potrivite și pentru succesul academic și profesional al elevilor.

Creșterea gradului de conștientizare privind opțiunile de carieră:

- Elevii au fost informați despre diversele oportunități de carieră disponibile și despre cerințele necesare pentru a accesa aceste cariere.
- Au fost organizate sesiuni de informare și workshop-uri cu specialiști din diferite domenii.

Îmbunătățirea abilităților de planificare a carierei:

- Elevii au învățat cum să-și stabilească obiective pe termen scurt și lung.
- S-au dezvoltat planuri de carieră personalizate pentru fiecare elev.

Dezvoltarea abilităților de luare a deciziilor:

- S-au desfășurat sesiuni de consiliere individuală și de grup pentru a ajuta elevii să ia decizii informate privind cariera lor.
- Elevii au fost instruiți în utilizarea diferitelor instrumente și resurse pentru a evalua opțiunile de carieră.

Creșterea încrederii în sine și a motivației:

- Prin activități și exerciții de dezvoltare personală, elevii și-au îmbunătățit încrederea în sine și motivația pentru studiu și muncă.
- Au fost realizate sesiuni de coaching și mentorat pentru a sprijini dezvoltarea personală a elevilor.

Îmbunătățirea abilităților de comunicare și interacțiune socială:

- Elevii au participat la activități de grup și workshop-uri care le-au dezvoltat abilitățile de comunicare și colaborare.
- S-au organizat întâlniri și evenimente cu profesioniști din diverse domenii, oferindu-le elevilor oportunitatea de a-și dezvolta rețelele de contacte.

Feedback pozitiv din partea participanților:

- Elevii și părinții au raportat un nivel crescut de satisfacție față de activitățile și sesiunile de consiliere.

- A fost colectat feedback pentru a îmbunătăți viitoarele ediții ale proiectului.

Parteneriate și colaborări:

- Proiectul a facilitat colaborări cu diverse instituții de învățământ.
- Au fost stabilite parteneriate strategice pentru a asigura sustenabilitatea și impactul pe termen lung al proiectului.

Aceste rezultate demonstrează impactul pozitiv al proiectului "Drumul Spre Succes" asupra elevilor, contribuind la dezvoltarea lor personală și profesională și la pregătirea lor pentru viitoarele provocări din domeniul educațional și al carierei.

Promovarea și diseminarea proiectului - s-a realizat pe site-ul școlii, în unitățile școlare partenere, cercuri pedagogice.

Director,

Coordonatori,

Acordarea adeverințelor și diplomelor a fost un gest de recunoaștere și apreciere a eforturilor depuse de cadrele didactice și elevi. Aceste documente oficiale atestă participarea activă și contribuția valoroasă a fiecăruia în cadrul proiectului, motivându-i să continue să se implice activ în dezvoltarea personală și profesională.

4. Concluzii și recomandări

▪ Concluzii

➤ Creșterea abilităților participanților:

- Participanții au demonstrat o îmbunătățire semnificativă a abilităților lor profesionale și personale. Sesiunile de training și atelierele au fost eficiente în dezvoltarea competențelor necesare pentru a accesa și menține locuri de muncă.

➤ Motivarea și încrederea de sine:

- Proiectul a avut un impact pozitiv asupra nivelului de încredere și motivare a participanților. Prin consiliere și mentorat, beneficiarii au dobândit o mai mare încredere în capacitatea lor de a atinge obiectivele profesionale.

➤ Networking și oportunități de carieră:

- Evenimentele de networking și colaborările cu diverse companii au facilitat accesul la oportunități de carieră pentru participanți. Multe dintre aceste conexiuni au dus la oferte concrete de muncă și colaborări profesionale.

➤ Feedback pozitiv:

- Feedback-ul primit de la participanți a fost majoritar pozitiv, indicând un grad ridicat de satisfacție în ceea ce privește organizarea, conținutul și rezultatele proiectului.

▪ Recomandări

➤ Continuitatea programelor de training:

- Este recomandat să se continue programele de training și atelierele pentru a menține și îmbunătăți competențele participanților. Adaptarea continuă a curriculumului la nevoile pieței muncii este esențială.

➤ Extinderea rețelei de parteneri:

- Extinderea colaborărilor cu noi companii și instituții poate crea și mai multe oportunități de angajare pentru participanți. Este important să se dezvolte parteneriate strategice cu sectoare emergente și cu potențial de creștere.

➤ **Monitorizarea și evaluarea continuă:**

○ Implementarea unui sistem de monitorizare și evaluare continuă a progresului participanților și a eficienței programelor oferite. Acest lucru va ajuta la identificarea rapidă a nevoilor și ajustarea programelor în consecință.

➤ **Suport pe termen lung:**

○ Oferirea unui suport pe termen lung pentru participanți, inclusiv servicii de consiliere în carieră și mentorat post-angajare. Acest lucru va asigura stabilitatea profesională și creșterea continuă a beneficiarilor.

➤ **Promovarea proiectului:**

○ Intensificarea eforturilor de promovare a proiectului pentru a atrage noi participanți și a crește vizibilitatea succeselor obținute. Utilizarea rețelelor sociale și a altor canale de comunicare pentru a împărtăși poveștile de succes și impactul proiectului.

➤ **Diversificarea activităților:**

○ Diversificarea activităților și includerea unor noi metode de învățare, cum ar fi învățarea online, module interactive și simulări practice, pentru a menține interesul și angajamentul participanților.

Prin urmarea acestor recomandări și continuarea eforturilor depuse, proiectul „Drumul spre succes” poate continua să ofere rezultate remarcabile și să contribuie la dezvoltarea profesională și personală a și mai multor beneficiari.

Mulțumim școlilor partenerere pentru colaborarea excelentă și pentru sprijinul oferit pe parcursul desfășurării proiectului.

Mulțumiri speciale se îndreaptă către toți participanții - elevi, profesori, părinți, personal auxiliar și profesioniști din alte domenii - pentru entuziasmul, efortul și timpul investit. Contribuțiile voastre au fost esențiale și au adus valoare adăugată fiecărui moment al acestui proiect.

Succesul nostru comun demonstrează încă o dată că, împreună, putem realiza lucruri mărețe și putem inspira viitoare generații să urmeze cu încredere drumul spre succes.

*Cu sinceră recunoștință,
Echipa de proiect*

