

Cuaderno de Orientación



NOMBRE CURSO

CENTRO

Índice de Contenidos

PRESENTACIÓN

Presentación para Familias, Tutores ^{/as} y Orientadores ^{/as} de los Cuadernos de Orientación y Tutoría	3
Presentación para Estudiantes	5

CONTENIDOS

1. Hacemos Grupo	6
2. Autoconocimiento. Yo soy así	9
2.1. Mis Cualidades	11
2.2. Mis Aficiones	13
2.3. Mis Aptitudes y mis Capacidades	14
2.4. Mi Rendimiento Académico	15
3. La Educación Secundaria Obligatoria	16
4. Organización y Funcionamiento de un Centro de Educación Secundaria Obligatoria	21
5. Organización del Sistema Educativo	28
6. Consejos para que triunfes en la ESO	32
7. Toma de Decisiones	36
8. Descubriendo las Profesiones	39

ANEXO DE RECURSOS PARA LAS FAMILIAS

1. Estrategias de Ayuda a las Familias	47
2. Recursos del Instituto de Tecnologías Educativas y Recursos Educativos	53
3. Glosario de Términos habituales en educación	54
4. Materiales para una Biblioteca de Padres y Madres	55
5. Fuentes de referencia	56

PRESENTACIÓN PARA FAMILIAS, TUTORES^{/AS} Y ORIENTADORES^{/AS} DE LA SERIE DE CUADERNOS DE ORIENTACIÓN Y TUTORÍA

Desde la asociación APOCLAM, es nuestra intención ofrecer un material actualizado y novedoso que sirva a los centros, para ayudar a la concreción de sus planes de acción tutorial, a las familias para que puedan acompañar a sus hijos e hijas en la adquisición de competencias educativas y una adecuada toma de decisiones y al alumnado para ayudarle en la construcción de su proyecto vital.

Entendemos que la Orientación Educativa es un **proceso de ayuda continuo y sistemático** inserto en la actividad educativa, cuyo objetivo es contribuir a la adquisición de **competencias** por parte del alumnado que le capaciten para ser dueño de su proyecto personal y profesional.

Una parte de estos aprendizajes, por su trascendencia en el crecimiento personal, por su incidencia en posteriores aprendizajes y por su aplicación a múltiples situaciones de la vida, se trabajarán de forma explícita en **la tutoría** que comprende el conjunto de actividades que desarrolla la tutora y el tutor con el alumnado, con sus familias y con el resto del profesorado que imparte docencia a un mismo grupo de alumnas y alumnos.

La tutoría incluye procesos de aprendizaje y como tal tiene unos contenidos propios, que se desarrollan en cuatro ejes: el desarrollo personal y emocional, aprender a convivir y los procesos de aprendizaje y orientación académica y profesional.

La tutoría, además, tiene la función de coordinar y dinamizar en aquellas competencias educativas que son comunes en todas las áreas, colaborando con todos los agentes implicados en la comunidad educativa.

Proponemos trabajar desde unos ejes temáticos en torno a los cuales se organizan los contenidos básicos de los cuadernos de Orientación y Tutoría de APOCLAM desde la Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria hasta Bachillerato y Formación Profesional teniendo especial cuidado en asegurar la coherencia interna de toda la propuesta.

Además, destacamos la importancia de adquirir hábitos y técnicas de estudio desde la Educación Primaria poniendo a disposición de la comunidad educativa el cuaderno de aprendizaje **"Aprendemos con éxito"**, un material exclusivo para trabajar la competencia de aprender a aprender, que potenciará el rendimiento y el aprendizaje del alumnado.

Las páginas de este cuaderno contienen sólo las informaciones y actividades que desarrollarían el eje temático “La Orientación Académica y Profesional” y todos sus contenidos. Para poder obtener las actividades que proponemos para el resto de los ejes temáticos es necesario descargarlas de internet ya que sería excesivamente extenso ofrecerlas en las páginas del cuaderno.

Así pues, proponemos trabajar estos 4 ejes temáticos y sus correspondientes contenidos, que son:

EJES TEMÁTICOS	CONTENIDOS
El desarrollo personal y emocional	Expresión, identificación, comprensión y regulación de las emociones Conocimiento de las inteligencias múltiples
Aprender a convivir	El grupo Las relaciones con los otros Habilidades sociales El conflicto
Procesos de aprendizaje	Estrategias para la adquisición de hábitos de estudio
La orientación académica y profesional	Cambios de ciclo y etapa Información académica

Las actividades que así lo indiquen pueden descargarse desde la web www.cuadernos.apoclam.org utilizando la contraseña que recibiste al hacer tu pedido.

Así mismo, en la sección “**Actividades y Materiales**” de la web encontrarás una serie de actividades para trabajar en la hora de Tutoría y diversos materiales complementarios que te permitirán ampliar y reforzar alguno de los contenidos de este Cuaderno.

Finalmente, y en nuestra línea de trabajo, todos los Cuadernos de Orientación elaborados por APOCLAM para las distintas etapas presentan unas pautas dirigidas a la utilización de las guías por parte de las familias. En este caso, y al tratarse de un cuaderno ideado, diseñado y elaborado para alumnos/as, consideramos que la información que en él se presenta constituye la guía de trabajo que las familias han de llevar con sus hijos/as para ayudarles en la toma de decisiones que supone la elección de una adecuada trayectoria académico-profesional.

De este modo, y reflexionando de forma conjunta, tanto con la información que en el cuaderno se presenta como con las actividades complementarias a las que se hace alusión a lo largo del mismo, estamos seguros de que la transición de la etapa de Educación Primaria a la Secundaria se hará de forma correcta dotando al alumnado de una adecuada orientación personal, socioemocional y académica.

Presentación para estudiantes

BIENVENID@ A LA ESO!!

Con tu incorporación a la ESO estrenas una **nueva etapa en tu vida personal y académica**. Del interés y esfuerzo que pongas en ella dependerán los resultados que obtengas, que sin duda serán muy importantes para tu futuro personal y profesional.

El profesorado de tu Instituto te acompañará en esta etapa, te ayudarán a conocer las diferentes materias del curso y a que **desarrolles competencias clave** que harán de ti una persona equilibrada, saludable, capacitada, con buenas posibilidades en tu futuro profesional.

Destacaremos el papel del tutor-a de tu grupo, que **seguirá de cerca tu evolución personal**, estará en contacto contigo y sin duda, te ayudará a madurar como persona y a que las decisiones que tengas que tomar durante el curso las afrontes con responsabilidad, seguridad y éxito.

Te vas a encontrar en los diferentes cursos de la ESO **una hora de Tutoría** donde aprenderás a conocerte mejor, a analizar tus capacidades e intereses y a desarrollar aptitudes y hábitos de trabajo que te sirvan para mejorar tu rendimiento académico.

Con este Cuaderno pretendemos facilitarte, tanto a ti como a tu familia, toda la información que necesitas.

Y lo iremos haciendo paso a paso para que tengas una visión general porque cuando estés en cursos superiores las cosas se empezarán a complicar y tendrás que tomar decisiones que impliquen elegir una alternativa y abandonar otras (itinerarios educativos), en ese momento te daremos otros Cuadernos de Orientación que te faciliten la información que necesites y también te enseñaremos cómo se deben tomar las decisiones.

Queremos animarte a **dialogar con tu familia** sobre los aspectos más importantes de tu vida en el Instituto. No siempre será fácil, pues tú te consideras (y eres) mayor, pero todos necesitamos consejos y los profesores sabemos que durante esta nueva etapa se necesita un **seguimiento directo** y el **apoyo de las familias**.

La Comunidad Educativa debe concienciarse de que **la Tutoría es una tarea compartida por todos**.

En este Cuaderno encontrarás una serie de **informaciones que te pueden servir de gran ayuda** para desenvolverte bien en estos años. También realizarás actividades en torno a:

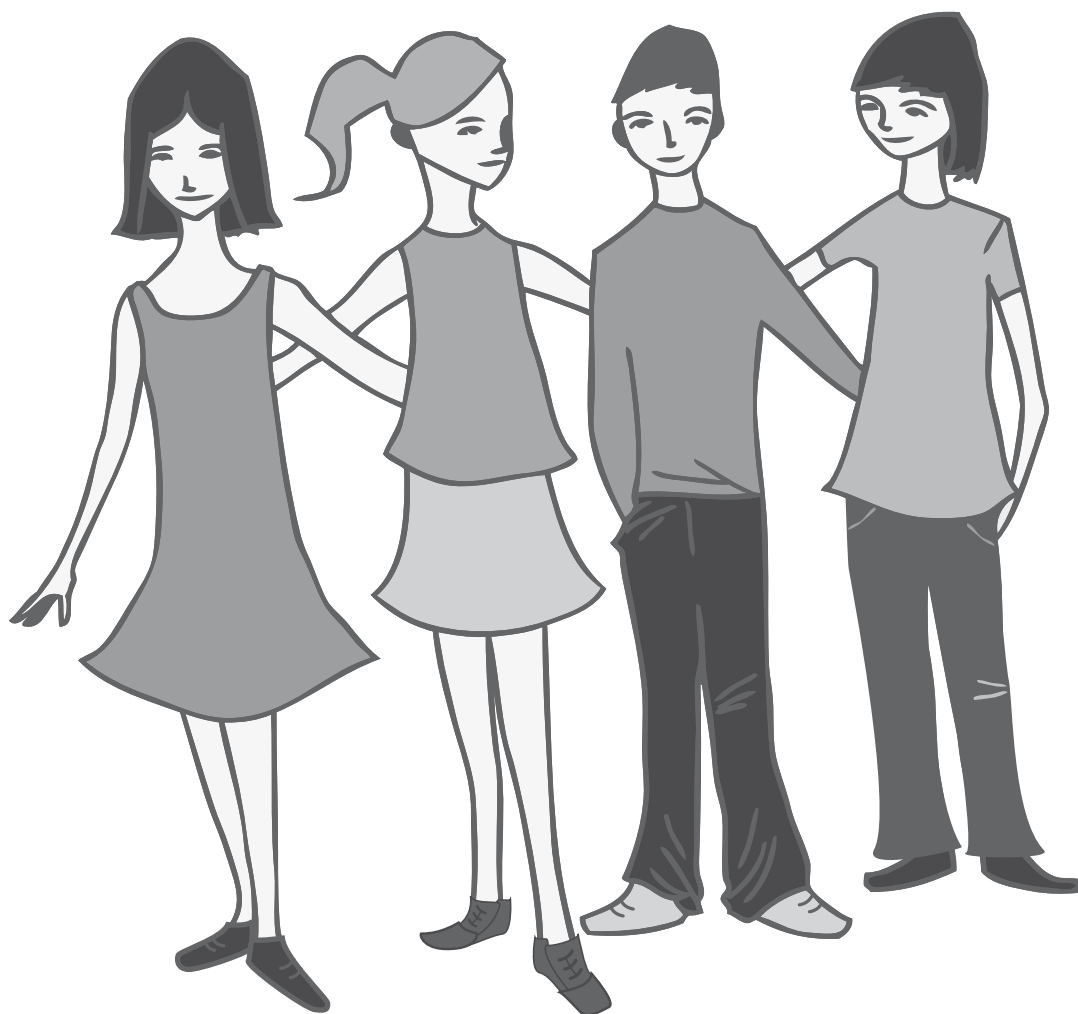
- **Autoconocimiento.**
- **La Etapa de Educación Secundaria Obligatoria.**
- **La Organización del Centro.**
- **Consejos para que triunfes en la ESO.**
- **Actividades para descubrir las profesiones.**
- **Otras informaciones de interés.**

1. HACEMOS GRUPO

En esta etapa que comienzas, te vas a encontrar nuevos compañeros en tu clase que no conoces o conoces poco.

Es importante que desde principios de curso la clase esté unida y te lleves bien con los compañer@s para que así puedas tener nuevos amig@s y estés a gusto en el centro.

El tutor/a va a realizar con vosotr@s una serie de actividades y dinámicas que podrá descargar desde la dirección web www.cuadernos.apoclam.org/materiales-complementarios y que van a permitir que os conozcáis mejor.





ACTIVIDADES

Una vez que sepas los nombres de tus compañer@s, estas actividades te van a ayudar a conocerles un poco más.

BUSCO A ALGUIEN QUE...

Completa la siguiente tabla con los nombres de tus compañeros. Recuerda que:

- No vale repetir nombres.
- No vale ponerse de acuerdo entre compañer@s.

ENCUENTRA AL COMPAÑERO/A QUE...	NOMBRE
1. Su nombre empiece por la inicial de tu nombre	
2. Practique algún deporte	
3. Le guste leer libros, cómics, revistas ...	
4. Le guste cantar	
5. Haya estado en un cole distinto al tuyo	
6. Tenga un perro	
7. Piense que las guerras pueden evitarse	
8. Le guste contar chistes	
9. Sepa hacer imitaciones	
10. Hable dos idiomas	
11. Cumpla años en el mismo mes que tú	
12. Chatee en internet	
13. Le guste la misma peli que a ti	
14. Le guste tu grupo de música preferido	
15. Haya plantado alguna vez un árbol	

DECORAMOS EL AULA

Se divide la clase en **grupos de 4 alumn@s**. Cada grupo consensúa un máximo de tres ideas sobre cómo queremos que sea nuestro aula ese año para estar a gusto en ella.

Por ejemplo: se pueden hacer **fotos de grupo** para poner, o traer posters o se hace algún **mural**, dibujos, **plantas** ...

Con las ideas de cada grupo, hacemos una **puesta en común** y entre todos consensuamos cómo queremos que sea nuestra aula.

LA CAJA DE LOS DESEOS DE LA CLASE

Hacemos una caja de deseos de la clase, o un **mural de deseos** que esté expuesto en el aula. Se divide la clase en **grupos de 4 alumn@s** y cada grupo escribe un deseo relacionado con la clase y/o los compañeros, para que se cumpla en ese trimestre del curso o mes a mes. Al final de cada mes se revisan los deseos, y se ve si se han cumplido o no, analizando las posibles causas por las que no se hayan podido cumplir.

Otra opción es que cada mes se elijan entre todos 2 ó 3 deseos, que serán los **objetivos del mes** a cumplir por la clase. Al acabar el mes, en **asamblea**, se debate si los objetivos se han cumplido o no y las dificultades encontradas. Para finalizar, se eligen los **deseos/objetivos para mes siguiente**.

Debe decidirse en grupo cómo queréis hacerlo.

CREACIÓN DE COMISIONES POR AULA

Se divide la clase en **grupos de 4-5 alumn@s** encargados de realizar diferentes tareas:

- Grupo de **limpieza de clase y recogida de material**.
- Grupo de **mejora de la convivencia**.
- Grupo de **alumnos tutores**.
- Grupo de **decoración de aula**, encargado de cambiar la decoración cada 1-2 meses.

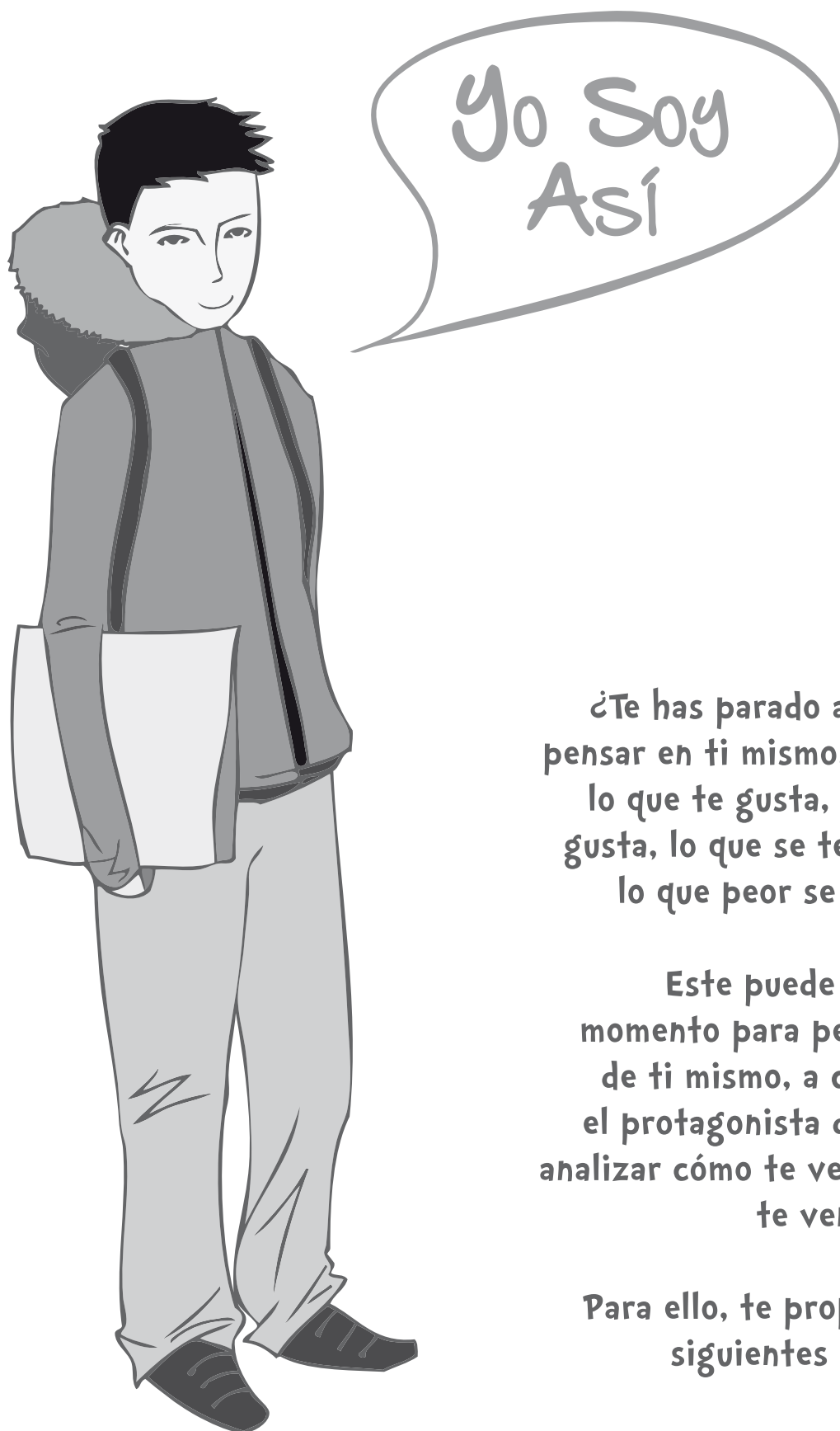
Todos los alumnos/as deben pasar por todos los grupos o comisiones.

ELABORAMOS EL CALENDARIO DE "CUMPLES"

Se hace un cartel-poster-mural con los cumpleaños de todos los alumn@s. Cuando se acerque una fecha señalada, se diseña y elabora una **tarjeta de felicitación** en la que firmarán todos los compañeros de clase.

El día del cumpleaños le cantamos el "Cumpleaños Feliz" al compañero, le entregamos la tarjeta y hacemos que ese día se sienta especial.

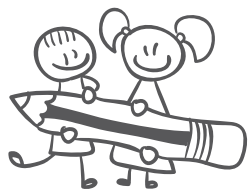
2. AUTOCONOCIMIENTO



¿Te has parado alguna vez a pensar en ti mismo: cómo eres, lo que te gusta, lo que no te gusta, lo que se te da mejor y lo que peor se te da, etc.?

Este puede ser un buen momento para pensar acerca de ti mismo, a considerarte el protagonista de tu vida, a analizar cómo te ves tú y cómo te ven los demás.

Para ello, te proponemos las siguientes actividades.



ACTIVIDADES

Esta actividad te ayudará pensar acerca de ti mismo y a analizar cómo eres y cómo te ven los demás.

DESCRIBE CÓMO ERES

Escribe un texto de al menos 15 líneas:

- En la **primera parte** procura describir tu aspecto exterior (estatura, complexión: fuerte-delgado; color de ojos, color de pelo).
- **Después** debes contar cómo eres en tu interior (lo que te gusta, lo que te disgusta, lo que te emociona y lo que a veces te da rabia...).

Procura utilizar muchos adjetivos. Será una buena ocasión para consultar con tus amig@s y tu familia.

Puedes aprovechar un momento en que veas a tu familia relajada para que te comenten cómo te ven.

SI NOS FIJAMOS EN MI ASPECTO EXTERIOR YO...

.....

.....

.....

.....

¿QUÉ ES LO QUE MÁS ME GUSTA DE MI FÍSICO?

.....

.....

.....

.....

ENTRE LAS COSAS QUE MÁS ME GUSTAN...

.....

.....

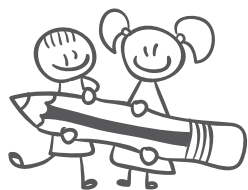
.....

.....

2.1. MIS CUALIDADES

Las cualidades son el modo de ser de una persona, tu modo de ser.

Con esta actividad queremos que aprendas a observar los aspectos positivos de las personas y aprender a considerarte como una persona única e importante tanto en tu aula como en tu familia.



ACTIVIDADES

Mira la lista de cualidades que te proponemos. Marca con una cruz aquellas con las que más te identifiques y añade otras nuevas.

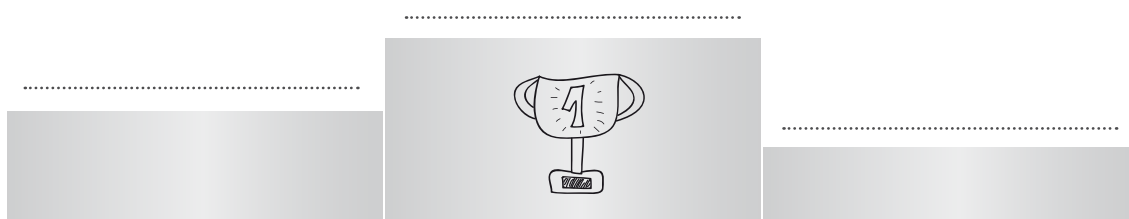
ALEGRE	AMABLE	CARIÑOSO/A	COOPERATIVO/A	ESTUDIOSO/A
GENEROSO/A	CREATIVO/A	MANITAS	IMAGINATIVO/A	POSITIVO/A
ORDENADO/A	SOLITARIO/A	PACIENTE	REFLEXIVO/A	RESPECTUOSO/A
RESPONSABLE	SINCERO/A	BUENO/A	SIMPÁTICO/A	TRABAJADOR/A

TRABAJO EN PAREJAS

Con un compañero/a, rellena la siguiente tabla. También puedes preguntar a tu familia.

CUALIDADES	CÓMO ME VEO	CÓMO ME VEN MIS AMIG@S	CÓMO ME VE MI FAMILIA

Con los resultados más repetidos en las 3 columnas, **rellena el PÓDIUM de tus cualidades**.



CONCLUSIÓN

Después de pensar en esta actividad, **completa:**

YO ME CONSIDERO UNA PERSONA...

.....

.....

.....

LOS DEMÁS ME VEN COMO UNA PERSONA...

.....

.....

.....

Entiendo que mi forma de ser será una mezcla de esas 2 visiones que hay sobre mí.

YO ME PUEDO CONSIDERAR...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

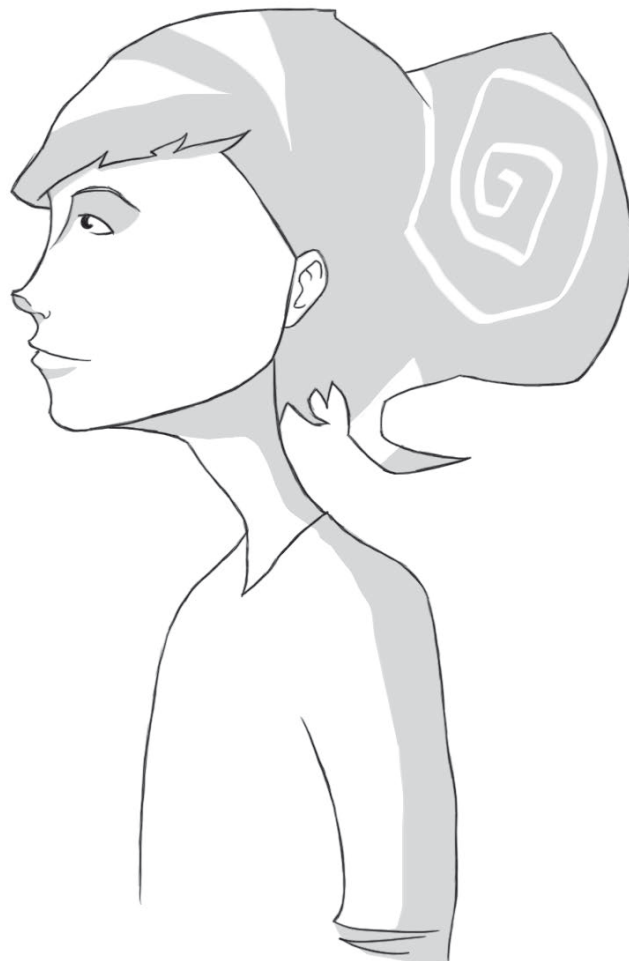
.....

.....

.....

.....

.....



2.2. MIS AFICIONES

Entre las aficiones se encuentra todo aquello que te gusta hacer en tu tiempo libre. Vamos a descubrir cuáles son tus aficiones.



ACTIVIDADES

Escribe 5 cosas que te gusta hacer.

CON MIS AMIG@S ME GUSTA...

.....

.....

EN CASA ME GUSTA...

.....

.....

CON MI FAMILIA ME GUSTA...

.....

.....

De todas ellas, ordena las 3 cosas que más te gusten.

.....

.....

En grupos de tres, poned en común vuestras aficiones y escribid cada uno en su cuaderno las aficiones que tengáis iguales o parecidas.

.....

.....

.....

2.3. MIS APTITUDES Y MIS CAPACIDADES

Las aptitudes y las capacidades son las cualidades, innatas o adquiridas, que cada uno tenemos para hacer bien alguna cosa.

Piensa en lo que haces bien (todas las personas somos capaces de hacer bien bastantes cosas).



TRABAJO POR PAREJAS

Déjale tu cuaderno a un compañer@ para que te pase el siguiente cuestionario, anotando en él tus respuestas. Una vez acabado se lo preguntas tú a él/ella, apuntando sus respuestas en su cuaderno.

TENGO HABILIDAD PARA	SÍ	NO	NO LO SÉ
1. Hacer de entrenador/a de algún deporte			
2. Tocar algún instrumento			
3. Dibujar, diseñar edificios, carreteras o puentes			
4. Hacer de maestr@ con mis amig@s o herman@s pequeños			
5. Curar enfermos o heridos			
6. Jugar con circuitos eléctricos o enchufes			
7. Trabajar en el campo			
8. Cocinar			
9. Investigar los sucesos ocurridos en la antigüedad			
10. Arreglar motos, coches, aparatos...			
11. Pintar, diseñar objetos (joyas, etc...)			
12. Ayudar en el estudio a compañeros de clase			
13. Escribir artículos, noticias, guiones, cómics, historias...			
14. Relacionarme con otras personas			
15. Esculpir obras en cerámica, pasta de papel...			
16. Aprender cosas de informática			
17. Cuidar las plantas			
18. Cantar			
19. Organizar viajes ,excursiones...			
20. Trabajar con animales			

Piensa en otras habilidades que tú creas que tengas y no están en el cuestionario. Escríbelas en el siguiente recuadro.

.....
.....
.....

2.4. MI RENDIMIENTO ACADÉMICO

El rendimiento académico de un/a alumno/a se mide por los resultados que ha sacado en cada una de las materias, ya sean del colegio o del Instituto.

En este ejercicio se trata de que recuerdes **las notas que has sacado el curso pasado**.

Debes escribirlas en este recuadro.

MATERIAS	NOTA
LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA	
MATEMÁTICAS	
CIENCIAS DE LA NATURALEZA	
CIENCIAS SOCIALES	
PRIMERA LENGUA EXTRANJERA	
SEGUNDA LENGUA EXTRANJERA	
EDUCACIÓN ARTÍSTICA	
EDUCACIÓN FÍSICA	

CONTESTA A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS

¿QUÉ MATERIAS TE GUSTABAN MÁS?

.....

.....

.....

.....

¿CUÁLES SE TE DABAN MEJOR?

.....

.....

.....

.....

¿A QUÉ CREES QUE SE DEBÍA QUE TE GUSTASEN MÁS O QUE SE TE DIERAN MEJOR?

.....

.....

.....

.....

¿CREES QUE TU ESFUERZO ES IMPORTANTE PARA QUE SE TE DEN MEJOR UNAS MATERIAS QUE OTRAS?

.....

3. EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

La nueva etapa que ahora comienzas es la Educación Secundaria Obligatoria, más conocida como “la ESO”.

En este capítulo te presentamos sus principales características, para que conozcas un poco mejor qué es eso de la ESO.



PARA COMENZAR

Vamos a comprobar qué conoces de esta etapa con la siguiente actividad. Por parejas, señalad si las siguientes afirmaciones son **verdaderas** o **falsas**.

Comprueba tus respuestas con la información de las páginas siguientes.

AFIRMACIONES	V	F
1. La ESO es una etapa educativa obligatoria y gratuita		
2. Abarca tres cursos académicos		
3. Desarrolla y consolida hábitos de estudio y de trabajo		
4. El Bachiller es una etapa educativa obligatoria		
5. Podemos repetir tres veces en la ESO		
6. El título de Graduado en educación secundaria obligatoria me permite acceder al mercado laboral		
7. En mi boletín aparecerán las notas solo con un número		
8. En mi Comunidad hay exámenes extraordinarios en Septiembre		
9. La ESO es una etapa educativa para chic@s entre los 12 y los 18 años		
10. Un alumno pasa de 1º a 2º de forma automática independiente del número de áreas pendientes		

LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA

¿QUÉ ES?

Es una etapa educativa, obligatoria y gratuita para todos los chicos y chicas entre 12 y 16 años.

DURACIÓN

Abarca cuatro cursos académicos.

PRINCIPIOS

Se prestará especial atención a la orientación educativa y profesional del alumnado.

Se organizará de acuerdo con los principios de educación común y de atención a la diversidad del alumnado.

FINALIDADES

Las finalidades de esta etapa serían:

- Lograr que los alumnos y alumnas adquieran los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico y tecnológico.
- Desarrollar y consolidar en ellos hábitos de estudio y de trabajo.
- Prepararles para su incorporación a estudios posteriores y para su inserción laboral.
- Formarles para el ejercicio de sus derechos y obligaciones en la vida como ciudadanos.

EVALUACIÓN

Para cada grupo de alumnos se realizarán, al menos, tres sesiones de evaluación a lo largo del curso.

Al final de un curso, si obtienes una nota de 10 en alguna materia, podrás obtener una mención honorífica.

Las **observaciones** indican tu actitud ante las materias: el interés que demuestras, tu esfuerzo, tu rendimiento y otras observaciones que tus profesores consideren oportunas.

El resultado de las evaluaciones se comunica a las familias mediante el **boletín de calificaciones** y en él aparecerán las calificaciones con letra y con número.

La evaluación final será el resultado del proceso continuo de evaluación y en ella se decidirán las **calificaciones finales**.

Las evaluaciones finales se realizarán al terminar cada curso, en el mes de Junio.

La evaluación se concreta en una calificación para cada materia y en una serie de observaciones.

Las calificaciones valoran tus conocimientos y capacidades y son las siguientes:

Insuficiente: 1, 2, 3 y 4

Suficiente: 5

Bien: 6

Notable: 7 y 8

Sobresaliente: 9 y 10

EXÁMENES DE SEPTIEMBRE

Si has suspendido alguna materia o asignatura, tienes **una nueva oportunidad** para superarla en los **exámenes extraordinarios** que se hacen en los primeros días de Septiembre y antes de comenzar el nuevo curso¹.

**Algunas Comunidades Autónomas que no tienen exámenes de Septiembre, realizan las pruebas extraordinarias en los últimos días de Junio.*

PROMOCIÓN DE ALUMNOS

- Los alumnos/as promocionarán de curso cuando hayan superado todas las materias o tengan evaluación negativa en dos materias como máximo, que no sean lengua castellana y literatura o matemáticas simultáneamente.
- El alumnado repetirá curso cuando tenga evaluación negativa en 3 o más materias, o si suspende lengua castellana y literatura y matemáticas.

De forma excepcional se puede promocionar con 3 suspensas si se dan de forma conjunta las siguientes condiciones:

- Dos de las materias suspensas no sean Lengua castellana y literatura y matemáticas.
- El equipo docente considere que el alumno/a tiene expectativas favorables de recuperación y que la promoción beneficiará su evolución académica.
- Se apliquen las medidas de atención educativa propuestas en el consejo orientador.

Podrá también autorizarse de forma excepcional la promoción de un alumno o alumna con evaluación negativa en dos materias que sean Lengua Castellana y Literatura y Matemáticas de forma simultánea cuando el equipo docente considere que el alumno o alumna puede seguir con éxito el curso siguiente, que tiene expectativas favorables de recuperación y que la promoción beneficiará su evolución académica, y siempre que se apliquen al alumno o alumna las medidas de atención educativa propuestas en el consejo orientador.

Se puede repetir el mismo curso una vez y dos veces máximo en la etapa.

INFORMACIÓN A LOS ALUMNOS Y A LAS FAMILIAS

Periódicamente, al menos tres veces a lo largo del curso, o dos en el caso de áreas o materias que se impartan en un solo cuatrimestre, el tutor informará por escrito a las familias y a los alumnos sobre el aprovechamiento académico de éstos y la marcha de su proceso educativo.

ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD DEL ALUMNADO

No todas las personas somos iguales ni contamos con las mismas capacidades para el aprendizaje. Por ello, los centros que imparten la ESO llevan a cabo un seguimiento individual de cada alumno y determinan un plan de trabajo adaptado a cada situación, procurando de esta forma que los alumnos consigan los objetivos generales de la etapa y obtengan el Título.

PLAN DE TRABAJO INDIVIDUALIZADO

La respuesta educativa a la diversidad es un conjunto de actuaciones dirigidas al alumnado y a su entorno con la finalidad de favorecer una atención personalizada que favorezca el desarrollo de las competencias clave y los objetivos de la ESO.

Una vez identificadas y analizadas las necesidades específicas de apoyo educativo y el contexto familiar y escolar del alumnado, la respuesta a la diversidad se concreta en un plan individualizado de trabajo, que coordinado por el tutor/a lo desarrolla el profesorado en colaboración con las familias y con aquellos profesionales que intervengan en la respuesta.

ALUMNOS CON NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO

Se asegurarán los recursos necesarios para que los alumnos/as que requieran una atención educativa diferente a la ordinaria puedan alcanzar el máximo desarrollo posible de sus capacidades personales y en todo caso, los objetivos establecidos de forma general para todo el alumnado.

BACHILLERATO

Hay 3 modalidades de Bachillerato: **Arte, Ciencias y Humanidades y Ciencias Sociales.**

Se pueden repetir los dos cursos si se tienen más de dos asignaturas suspensas y ambos cursos tendrán exámenes en Septiembre.

ORGANIZACIÓN DE LAS ENSEÑANZAS

El número de horas semanales de cada materia depende de cada Comunidad Autónoma.

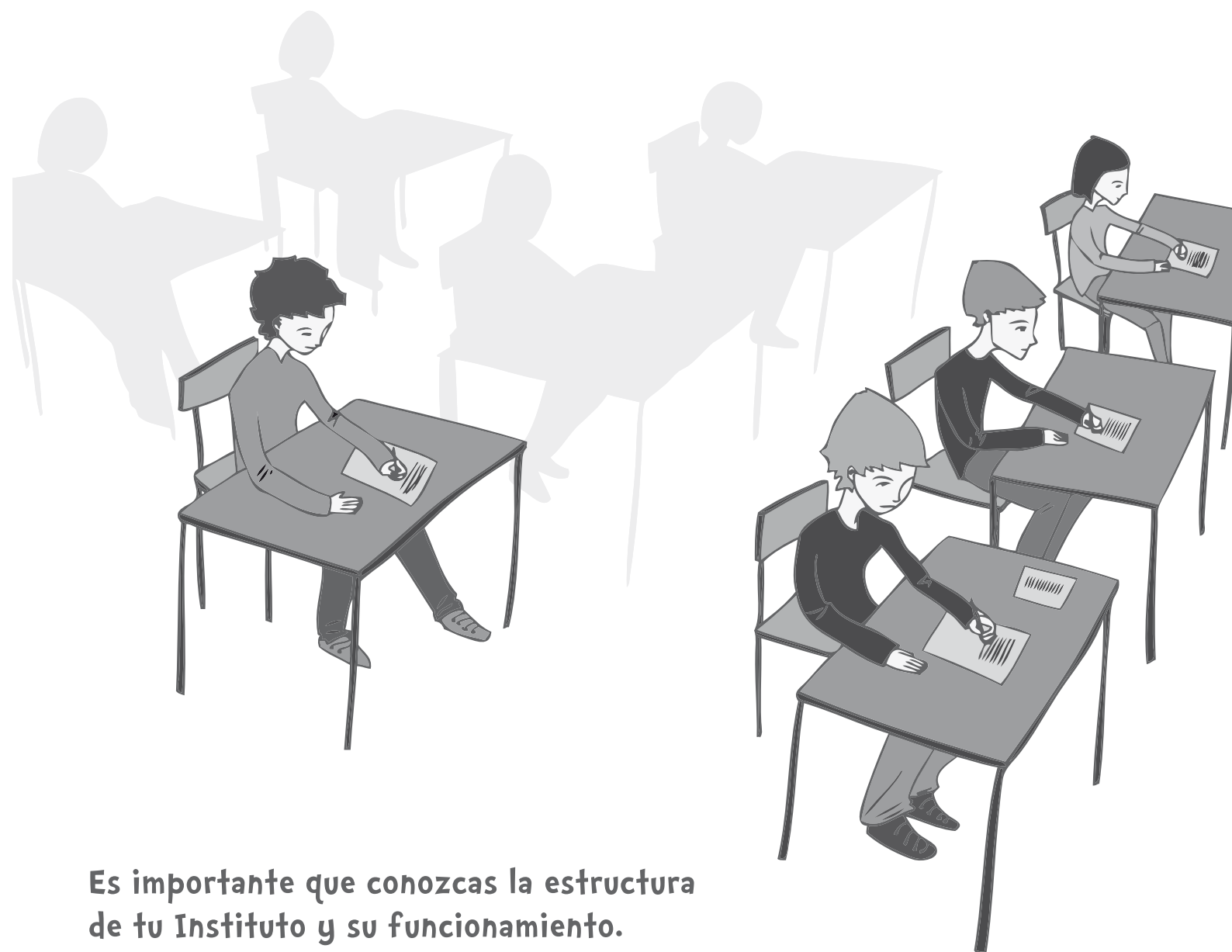
Consulta a tu profesor/a para completar los cuadros.

CURSO 1º ESO	
MATERIAS TRONCALES	HORAS
LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA	
LENGUA EXTRANJERA	
MATEMÁTICAS	
BIOLOGÍA Y GEOLOGÍA	
GEOGRAFÍA E HISTORIA	
LENGUA PROPIA DE LA COMUNIDAD*	
EDUCACIÓN FÍSICA	
RELIGIÓN O VALORES ÉTICOS	
MATERIAS ESPECÍFICAS (entre 1 y 4)	HORAS
ED. PLÁSTICA, VISUAL Y AUDIOVISUAL	
TECNOLOGÍA	
MÚSICA	
2ª LENGUA EXTRANJERA	
INICIACIÓN A LA ACTIVIDAD EMPRENDEDORA Y EMPRESARIAL	
CULTURA CLÁSICA	
MATERIAS DE LIBRE CONFIGURACIÓN	HORAS
OTRAS OPTATIVAS (ESCRIBE LAS DE TU CENTRO)	
.....	
.....	
.....	
.....	

CURSO 2º ESO	
MATERIAS TRONCALES	HORAS
LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA	
LENGUA EXTRANJERA	
MATEMÁTICAS	
FÍSICA Y QUÍMICA	
GEOGRAFÍA E HISTORIA	
LENGUA PROPIA DE LA COMUNIDAD*	
EDUCACIÓN FÍSICA	
RELIGIÓN O VALORES ÉTICOS	
MATERIAS ESPECÍFICAS (entre 1 y 4)	HORAS
ED. PLÁSTICA, VISUAL Y AUDIOVISUAL	
TECNOLOGÍA	
MÚSICA	
2ª LENGUA EXTRANJERA	
INICIACIÓN A LA ACTIVIDAD EMPRENDEDORA Y EMPRESARIAL	
CULTURA CLÁSICA	
MATERIAS DE LIBRE CONFIGURACIÓN	HORAS
OTRAS OPTATIVAS (ESCRIBE LAS DE TU CENTRO)	
.....	
.....	
.....	
.....	

* (en CCAA con Lengua propia)

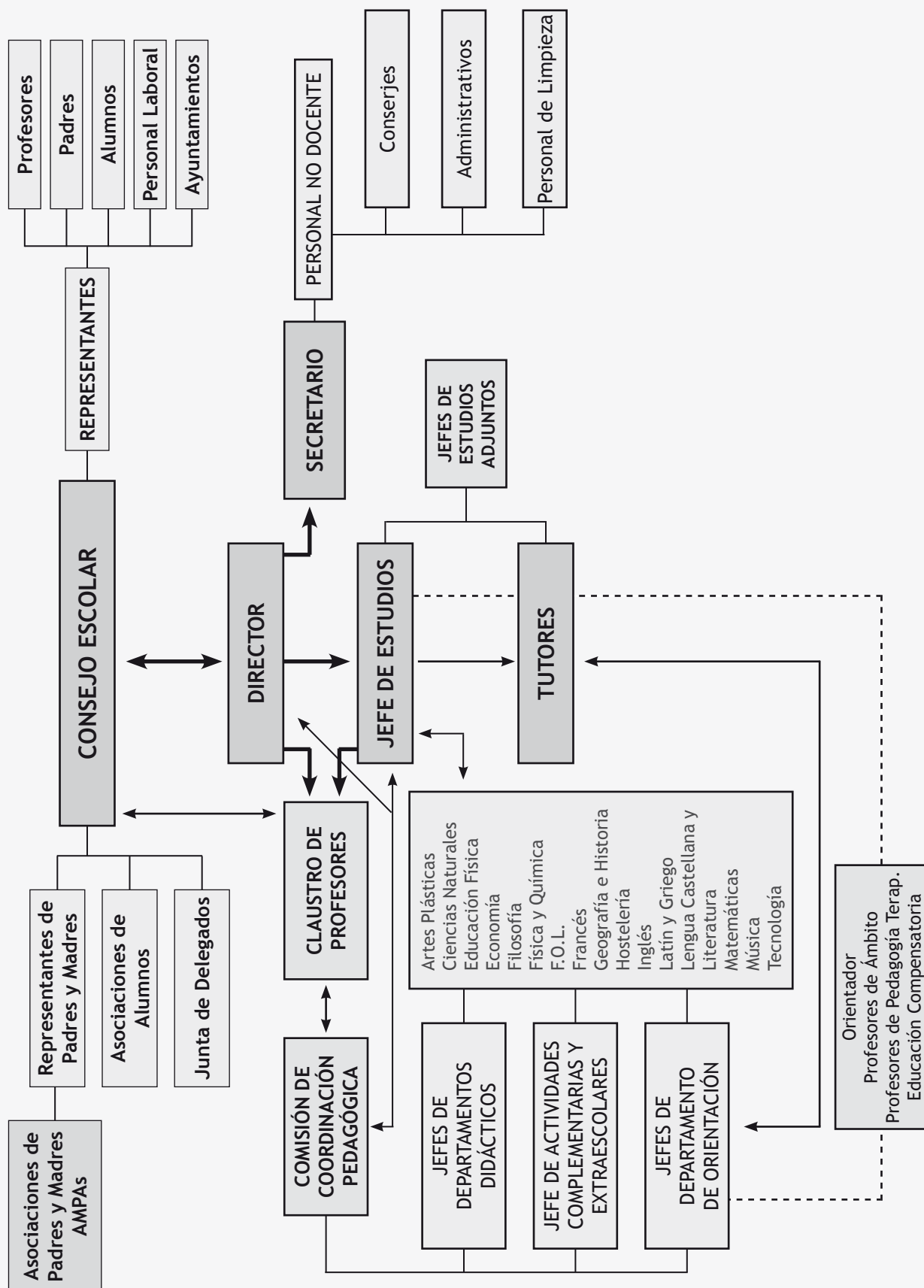
4. ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO DE UN CENTRO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

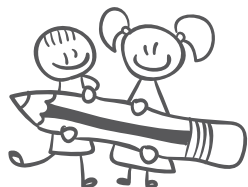


Es importante que conozcas la estructura de tu Instituto y su funcionamiento.

En este capítulo encontrarás información y actividades que te ayudarán a conocer mejor cómo se organiza tu Centro.

ORGANIGRAMA BÁSICO DE UN INSTITUTO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA





ACTIVIDADES

Te proponemos unas actividades para realizar en la hora de Tutoría.

¿QUIÉN ES QUIÉN EN NUESTRO INSTITUTO?

El tutor/a propone una lista de 10 profesores/as de vuestro Instituto. Completa los cuadros siguientes indicando qué cargo ocupan estas personas en el centro. Pregunta a tu tutor/a si no conoces la respuesta.

D. _____	D. _____
D ^a . _____	D ^a . _____
D. _____	D. _____
D ^a . _____	D ^a . _____
D. _____	D. _____

¿QUIÉN ES EL JEFE/A DE ESTOS DEPARTAMENTOS DEL INSTITUTO?

SOCIALES:

LENGUAS EXTRANJERAS:

TECNOLOGÍA:

MÚSICA:

ORIENTACIÓN:

MATEMÁTICAS:

EDUCACIÓN FÍSICA:

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES:

LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA:

EDUCACIÓN PLÁSTICA Y VISUAL:

EN NUESTRO CENTRO, ¿SABES CÓMO SE LLAMAN?

LAS PERSONAS QUE TRABAJAN EN SECRETARÍA:

ALGUNOS DE LOS/AS CONSERJES:

EL O LOS JEFES/AS DE ESTUDIOS:

EL/LA DIRECTOR/A:

Como puedes observar, en el organigrama de un centro educativo existen una amplia variedad de **órganos de gobierno**: algunos son **unipersonales** (que ostenta una sola persona) y otros que son **colegiados**, que están formados por varias personas.

Entre los primeros está el cargo de Director/a, el de Jefe/a de Estudios, el de Secretario/a, Tutor/a y el de Jefe/a de Departamento.

Entre los **órganos colegiados** cabe resaltar los siguientes:

1. CONSEJO ESCOLAR

Es el máximo órgano de gobierno, de participación y control de un Centro en el cual están representados los distintos sectores que constituyen la comunidad educativa.

Algunas de sus **funciones** son:

- **Formular propuestas** al equipo directivo.
- Participar en el **proceso de admisión de alumnos**.
- Aprobar las **Normas de Convivencia, Organización y Funcionamiento**.
- Conocer la **resolución de conflictos disciplinarios** y la imposición de sanciones.
- **Aprobar las cuentas** del centro.
- Promover la **conservación y renovación de las instalaciones**.
- Analizar y **valorar el funcionamiento general del centro**.
- Proponer **medidas e iniciativas** que favorezcan la **convivencia**.

¿QUIÉNES COMPONEN EL CONSEJO ESCOLAR?

- El Director/a, que es su presidente.
- Jefe/a de Estudios.
- Secretario/a.
- Representantes de los Profesores/as.
- Representantes de los Alumnos/as.
- Padres y Madres de Alumnos/as.
- Representante del Ayuntamiento.



*¿SABES CUÁLES SON LAS
FUNCIONES DE LOS ALUMNOS/AS
EN EL CONSEJO ESCOLAR Y POR
QUÉ ES IMPORTANTE QUE
PARTICIPÉIS EN EL MISMO?*

2. COMISIÓN DE COORDINACIÓN PEDAGÓGICA

Está integrada por el Director/a, Jefe/a de Estudios y los Jefes/as de los Departamentos Didácticos, de Orientación y de Actividades Extraescolares y Complementarias. Su **principal función** es: coordinar todas las actuaciones educativas del centro, asignaturas, programas, calendarios de exámenes, etc.

3. TUTORES/AS

El tutor/a es **el profesor/a que más en contacto está con el alumnado** de un grupo. Es responsable de coordinar sus evaluaciones, el que recaba información de su proceso de aprendizaje, el que lo orienta y asesora académica y, en su caso, profesionalmente, y el que sirve de nexo entre el alumno (y sus familias) y el conjunto de profesores que le dan clase.

CADA ALUMNO DEBE DIRIGIRSE A SU TUTOR/A CUANDO TENGA ALGÚN PROBLEMA EN EL INSTITUTO

TRABAJO EN GRUPO: ¿QUÉ TIPO DE PROBLEMAS PUEDES PLANTEAR A TU TUTOR O TUTORA?

.....

.....

4. PROFESORADO

El conjunto de los profesores que imparte clase a un grupo se denomina **Junta de Profesores del grupo**. Esta Junta es la encargada, bajo la presidencia del tutor de grupo, de evaluar a los alumnos.

5. DELEGADOS/AS DE GRUPO

Los delegados/as **tienen como función principal la de representar a sus compañeros/as** ante su tutor/a, ante sus profesores, ante los otros grupos y el Equipo Directivo.

Son fundamentales, junto con los tutores, para canalizar la información que los grupos quieren hacer llegar a los profesores que les dan clase, al Equipo Directivo y al Consejo Escolar.

Los delegados/as de todos los grupos, más los representantes de los alumnos en el Consejo Escolar, constituyen la denominada **Junta de Delegados**

TRABAJO EN GRUPO: ¿SABES QUIÉN ES EL DELEGADO/A DE TU CURSO?

¿Qué propuestas le harías para mejorar el rendimiento de la clase? ¿Y las relaciones con los profesores? ¿Y entre los compañeros?

.....

.....

.....

.....

6. ASOCIACIÓN DE ALUMNOS

Es un conjunto de alumnos organizados con el fin de colaborar en los objetivos generales del Centro. Podrán formar parte todos los alumnos matriculados en el Centro, con el compromiso de respetar los Estatutos de la Asociación.

Algunas de sus **funciones** son:

- Colaborar con la labor educativa de los Centros y en las actividades extraescolares.
- Promover la participación en el Consejo Escolar del Centro.
- Realizar actividades culturales, deportivas y de fomento de la acción cooperativa y del trabajo en equipo.

TRABAJO EN GRUPO: ¿EN TU CENTRO HAY ASOCIACIÓN DE ALUMNOS?

En caso de que no exista, ¿cómo podrías crear una?¹

.....

.....

.....

¹(Puedes consultar la “Mini guía para la constitución de asociaciones de alumnos en Castilla-La Mancha” que encontrarás en www.cuadernos.apoclam.org/materiales-complementarios).

7. ASOCIACIÓN DE MADRES Y PADRES DE ALUMNOS (AMPA)

La Asociación de Madres y Padres de Alumnos (AMPA) del Instituto **es una asociación independiente que canaliza las preocupaciones y las propuestas que las familias pueden hacer al Instituto** a través del Consejo Escolar, especialmente en lo referente al proyecto educativo y a las actividades complementarias y extraescolares.

8. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Las actividades complementarias y extraescolares son **actividades que tienen como finalidad la de complementar la educación de los alumnos/as**, son organizadas por el Instituto a través de alguno de sus Departamentos (o bien por la AMPA) y se pueden realizar tanto en horas lectivas como no lectivas.

¿CONOCES LA OFERTA DE ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES?

SÍ ☐

NO ☐

¿Qué actividades complementarias y extraescolares has realizado?

.....

.....

¿Cuáles te gustaría hacer?

.....

.....

9. DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

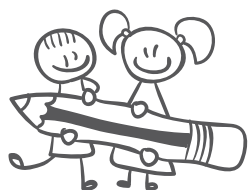
La función orientadora del Instituto, realizada fundamentalmente a través del Dpto. de Orientación (en el que se incluye el plan de acción tutorial) en coordinación con la Jefatura de Estudios, se concreta en:

- La **detección de problemas** de aprendizaje y problemas personales para tratar de resolverlos.
- La **orientación académica** (qué estudios realizar, cuál parece la opción más adecuada y dentro de ellos qué asignaturas elegir).
- La **orientación profesional** (qué profesión o conjunto de profesiones son más adecuadas para las capacidades e intereses de los alumnos).

La orientación académica y profesional se realiza a través de los tutores en coordinación con el Departamento de Orientación y la Jefatura de Estudios, cobrando especial importancia en la segunda mitad del curso académico.

La orientación es planificada por la Jefatura de Estudios y el Departamento de Orientación, siendo propuestas las líneas base de actuación por la Comisión de Coordinación Pedagógica.

Es llevada fundamentalmente por los profesores-tutores, que son los que más en contacto están con sus alumnos tutelados, y por el orientador/a del Instituto, contando en su desarrollo con el resto de los profesores que imparten docencia a cada alumno.



ACTIVIDAD PARA ASEGURAR TU ATENTA LECTURA

Aquí aparecen revueltas funciones de diferentes órganos del Centro pero, ¿a quién le corresponde en realidad?

Elige entre: **Consejo Escolar, Comisión de Coordinación Pedagógica, Tutor/a, Asociación de Alumnos o Departamento de Orientación.**

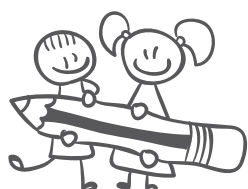
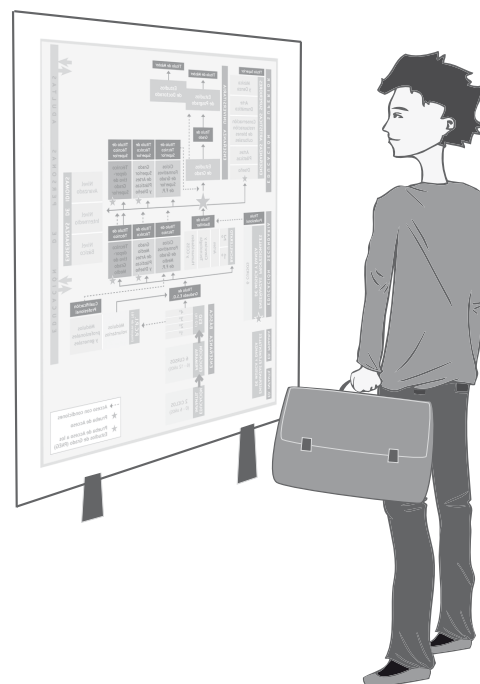
FUNCIÓN	ÓRGANO QUE LA DESEMPEÑA
La Orientación académica	
Profesor que más contacto tiene con el alumnado	
Promover la participación de alumnos en consejo escolar	
Aprobar las Normas de convivencia, organización y funcionamiento	
Coordinar las sesiones de evaluación del grupo	
Coordinar el calendario de exámenes	
La Orientación Profesional	
Valorar el funcionamiento general del IES	
Coordinar los programas de las asignaturas	
Fomento de la acción cooperativa del alumnado	
Relacionar alumnado - familia - centro	
Coordinar todas las acciones educativas del IES	
Colaborar en actividades extraescolares	
Detección y solución de problemas de aprendizaje	
Aprobar las cuentas económicas del Centro	

Consulta las soluciones en la última página de este cuaderno.

5. ORGANIZACIÓN DEL SISTEMA EDUCATIVO

Conocer qué nos ofrece el Sistema Educativo es **saber qué podemos elegir** y cuáles son las posibilidades de estudio y cualificación profesional.

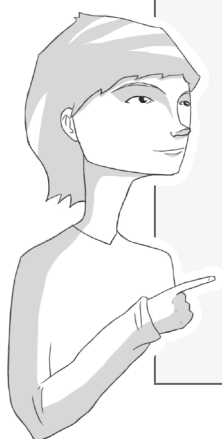
Toda la información la puedes encontrar en:
www.sistemaeducativo.apoclam.org



ACTIVIDADES

Para que comprendas mejor la estructura del Sistema Educativo vamos a hacer unas actividades.

RELACIONA LOS TÍTULOS CON SUS ETAPAS EDUCATIVAS



ETAPAS EDUCATIVAS	TÍTULOS
Universidad Estudios de Postgrado	Graduado Educación Secundaria
Educación Secundaria	Técnico
Ciclo Formativo Grado Superior	Bachiller
Ciclo Formativo Grado Medio	Master
Bachillerato	Técnico Superior
Universidad Estudios de Grado	Grado

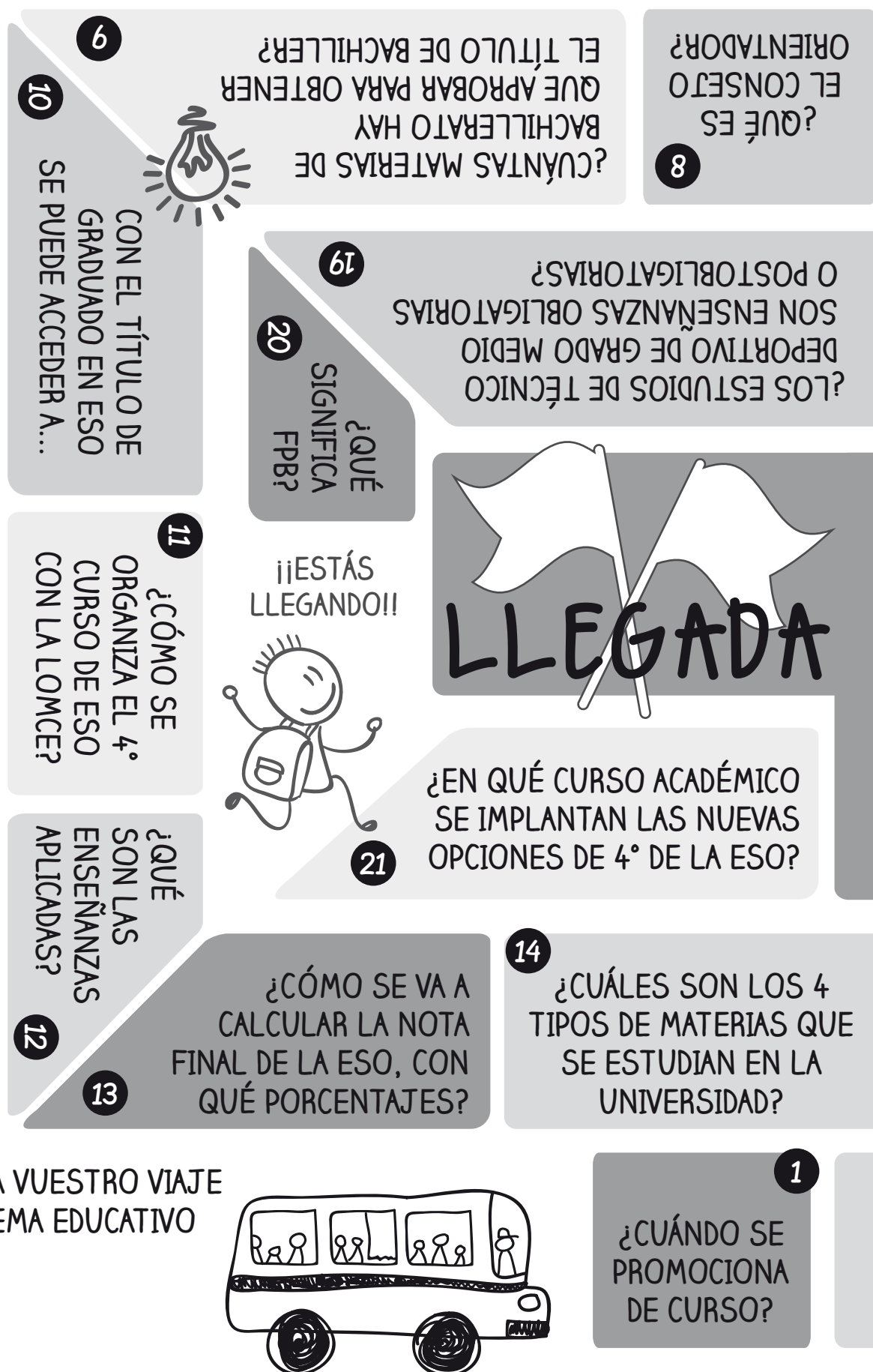
CONTESTA A ESTAS PREGUNTAS

Demuestra que has entendido el esquema del Sistema Educativo. Debes contestar a las siguientes cuestiones de forma individual y corregirlas en grupo.

PREGUNTA	RESPUESTA
1. ¿Cuántos cursos tiene la ESO?	
2. A día de hoy ¿cuántas modalidades de Bachillerato hay?	
3. Si terminas con éxito el Bachillerato de Artes ¿qué título obtienes?	
4. Para poder tener el Título de Técnico, ¿qué estudios has debido terminar?	
5. Si al superar 2º de Bachillerato quieres ir a la Universidad, ¿qué prueba debes de superar?	
6. Piensa que tienes 19 años y has acabado con éxito un Ciclo Formativo de Grado Superior, ¿qué pone en el título obtenido?	
7. Piensa que hay personas que fracasan en sus estudios, no son buenos estudiantes y abandonan sin titularse. Pero luego cambian de opinión y quieren continuar sus estudios haciendo pruebas de acceso. ¿Qué edad mínima deben tener para la prueba de acceso a Ciclo Formativo de Grado Medio?	
8. Tengo un primo que está cursando estudios de grado. Cuando acabe, ¿qué título obtendrá?	
9. Un estudiante que no haya repetido ningún curso, ¿a qué edad obtendrá el Título de Bachiller?	
10. En España, ¿sabes cuál es la edad mínima para incorporarse al mercado laboral con plenos derechos?	
11. ¿Existen las enseñanzas profesionales de música y danza?	☐ SÍ ☐ NO
12. Un chico que empiece el Bachillerato y no apruebe ¿puede al curso siguiente hacer un ciclo de Grado Medio?	☐ SÍ ☐ NO
13. Una chica que obtenga el título de Técnico Superior y quiera seguir estudios universitarios relacionados con su especialidad ¿Debe hacer la PEVAU?	☐ SÍ ☐ NO

Consulta las soluciones en la última página de este cuaderno.

VIAJE POR EL SISTEMA EDUCATIVO





¿CUÁLES SON
LAS ENSEÑANZAS
ARTÍSTICAS?

2

¿QUÉ SON LOS
PROGRAMAS DE MEJORA
DEL APRENDIZAJE Y EL
RENDIMIENTO?

15

¿EN QUÉ
MODALIDADES SE
DIVIDE EL BACHILLERATO?

3



¿CON QUÉ
EDAD PODRÉIS
EMPEZAR LA
UNIVERSIDAD?

4

CON EL TÍTULO
DE TÉCNICO
SUPERIOR DE FP SE
PODRÁ ACCEDER A....

16

¿QUÉ TÍTULOS SE
OBTIENEN AL ACABAR
4º DE LA ESO?

17

¿CUÁNTOS CRÉDITOS
HAY QUE COMPLETAR
PARA TENER EL TÍTULO
DE GRADO UNIVERSITARIO?

18

¿EN CUÁNTOS
CICLOS SE DIVIDE
LA NUEVA FP?
¿CUÁNTOS AÑOS
DURA CADA CICLO?

5



¡¡LO ESTÁS
HACIENDO
MUY BIEN!!

¿CÓMO SE
LLAMAN LAS
MATERIAS QUE
SE VAN A ESTUDIAR
EN LA ESO?

6

¿CUÁL ES LA EDAD MÍNIMA
PARA COMENZAR LA FORMACIÓN
PROFESIONAL DE GRADO MEDIO?

7



¡¡ENHORABUENA!!

HABÉIS COMPLETADO
VUESTRO VIAJE POR EL
SISTEMA EDUCATIVO

Os proponemos este "juego de mesa" que os ayudará a conocer un poquito mejor el nuevo Sistema Educativo. Haced grupos de 4 ó 5 alumn@s y contestad a las preguntas propuestas.

Podéis ayudaros de la información que encontraréis en este Cuaderno y en la web www.sistemaeducativo.apoclam.org

6. CONSEJOS PARA QUE TRIUNFES EN LA ESO

Hasta aquí, te hemos presentado un panorama general de la etapa para que puedas saber siempre dónde estás y lo que tienes por delante hasta llegar a la meta.

Para realizar el viaje con garantías de éxito debes dominar unas técnicas de trabajo como cualquier otro profesional debe dominar las técnicas de su oficio para ser un buen profesional.

Seguramente te habrás dado cuenta de que una de las diferencias más importantes con la etapa anterior es que ahora tienes que aprender mucha mayor cantidad de contenidos y estos irán aumentando a medida que avancen los cursos. Pero también aumentan tus capacidades y tus recursos para aprender.

Para ayudarte a realizar el viaje con garantías de éxito te presentamos una serie de recomendaciones muy útiles. No olvides que se trata de orientaciones generales que cada estudiante tiene que adaptar a sus características personales.



CÓMO TRABAJAR ESTE APARTADO

Este apartado se puede trabajar de varias maneras:

1. Los **“Consejos para triunfar en la ESO”** están disponibles en la siguiente dirección web: www.cuadernos.apoclam.org/materiales-complementarios. Para poder utilizarlos, el **tutor/a u orientador/a** descargará el archivo previamente y entregará las fotocopias que considere necesarias para trabajarlo.

Cada uno puede rellenarlo individualmente y reflexionar sobre su manera de estudiar y lo que debe hacer para mejorarla.

Pero **también se puede hacer en la hora de tutoría** de la siguiente manera: cada estudiante marca con una cruz las casillas de los enunciados que realiza de forma habitual y deja en blanco los que no hace. **Al final** de cada tema, **hará un resumen** de sus puntos fuertes como estudiante y de aquellos en los que debe mejorar.

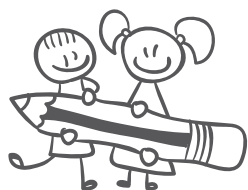
Después se debate en pequeño grupo y en gran grupo sobre el tema, con el fin de que todos se beneficien de la experiencia de sus compañeros/as. En función de los resultados, el tutor/a puede ver la necesidad de dedicar algún tiempo a mejorar determinados aspectos. También puede detectar a los alumnos/as que necesiten algún tipo de apoyo especial en estos temas por parte de la orientador/a.

2. **¿Quieres saber cómo aprobar sin estudiar?** Pincha en el enlace **“Aprender a estudiar”** que encontrarás en la dirección web: www.cuadernos.apoclam.org/materiales-complementarios

En esta página te vas a encontrar un menú muy fácil con contenidos que te van a ayudar a aprender a estudiar. Para que puedas aprovecharlo al máximo, aquí tienes unas indicaciones útiles:

1. Realiza el test que encontrarás en el apartado 2 **“¿Estudias bien?”** para saber cuáles son tus puntos fuertes y aquellos en los que debes mejorar.
2. Lee los apartados 3 y 4 **“Estudiar Letras y Naturales”** y **“Estudiar Mates e Idiomas”**.
3. Practica diversas **técnicas de tomar apuntes, subrayar, realizar esquemas y resúmenes** para que encuentres la que más se adapta a ti (apartados 5, 7 y 8).
4. Cómo **preparar los exámenes** (apartado 11).
5. También es importante que sepas **cómo elaborar trabajos y exposiciones orales** (apartados 12 y 13).





TRABAJO POR GRUPOS

Una vez que hayáis trabajado las diferentes técnicas que os van a ayudar a mejorar vuestro rendimiento, en grupos de 3-4 poned en común lo que necesitáis mejorar y pensad en las estrategias que os van a ayudar a llevarlo a cabo. Estas estrategias deben estar consensuadas por todo el grupo.

Para que os sea más fácil, os proponemos que rellenéis el siguiente cuadro:

PREGUNTAS	PROPUESTAS
¿Qué necesito mejorar?	☐ 1. ☐ 2. ☐ 3.
¿Qué voy a hacer para mejorar?	
Mi ambiente de estudio	☐ 1. ☐ 2. ☐ 3.
Mi forma de estudiar	☐ 1. ☐ 2. ☐ 3.
Cómo preparar los exámenes	☐ 1. ☐ 2. ☐ 3.
Mi concentración y motivación	☐ 1. ☐ 2. ☐ 3.

TRABAJO INDIVIDUAL

De las propuestas consensuadas por el grupo, **marca con una cruz** aquellas a las que te vas a comprometer a poner en práctica.

6.1. PLANIFICO MI ESTUDIO

A continuación te presentamos una plantilla que te va a ayudar a organizarte en tus estudios. Si te gusta puedes hacer copias antes de rellenarla para utilizarla de forma habitual.

DÍA DE LA SEMANA	¿QUÉ TENGO QUE HACER? (MATERIAS)	TIEMPO DE ESTUDIO	¿HICE LOS DEBERES?	¿APROVECHÉ EL TIEMPO?
LUNES			☐ SÍ ☐ NO	☐ BIEN ☐ REGULAR ☐ MAL
MARTES			☐ SÍ ☐ NO	☐ BIEN ☐ REGULAR ☐ MAL
MIÉRCOLES			☐ SÍ ☐ NO	☐ BIEN ☐ REGULAR ☐ MAL
JUEVES			☐ SÍ ☐ NO	☐ BIEN ☐ REGULAR ☐ MAL
VIERNES			☐ SÍ ☐ NO	☐ BIEN ☐ REGULAR ☐ MAL
SÁBADO			☐ SÍ ☐ NO	☐ BIEN ☐ REGULAR ☐ MAL
DOMINGO			☐ SÍ ☐ NO	☐ BIEN ☐ REGULAR ☐ MAL

¿Qué dificultades he tenido?

.....

.....

¿Cómo puedo solucionarlas o a quién puedo pedir ayuda?

.....

.....

7. TOMA DE DECISIONES



Podemos definir la toma de decisiones como un proceso de elección que, partiendo del análisis de distintas alternativas y opciones y de sus posibles consecuencias, opta por una de ellas para alcanzar determinada meta y/o objetivo.

Vamos a trabajar un poco la toma de decisiones con análisis de casos, que te permitirán conocer cómo se hace y lo podrás aplicar en tu vida diaria.



ACTIVIDADES

CASO 1

Andrés es un alumno de 1º de la ESO. En primaria ha ido bien en los estudios, aunque nunca les ha dedicado mucho tiempo. Este año está muy contento en el IES, aunque en algunos exámenes que ha hecho ha sacado mala nota.

Por la tarde, dos veces a la semana, realiza alguna actividad deportiva, y todas las tardes suele chatear desde casa con sus amigos. Ahora Andrés está preocupado porque la semana que viene tiene un montón de exámenes de esta evaluación y le gustaría aprobar todas las materias.

Después de leer el caso de Andrés, contesta a estas preguntas:

¿CUÁL CREES TÚ QUE ES EL PROBLEMA DE ANDRÉS?
.....
.....
¿CÓMO CREES QUE SE SIENTE ANDRÉS?
.....
.....
PIENSA POSIBLES SOLUCIONES QUE LE PUEDAN AYUDAR
.....
.....
DISEÑA UN PLAN DE ESTUDIOS QUE PUEDA AYUDAR A ANDRÉS A CUMPLIR SU OBJETIVO.
.....
.....
.....
¿TE HAS ENCONTRADO ALGUNA VEZ EN UN PROBLEMA PARECIDO AL DE ANDRÉS?
.....
¿CÓMO TE SENTISTE, O CÓMO TE SENTIRÍAS, SI TUVIERAS ESTE PROBLEMA?
.....
.....
¿CÓMO LO SOLUCIONASTE?
.....
.....

TRABAJO POR PAREJAS

Una vez hecho este caso **contrasta el plan de estudios que has hecho** para Andrés con el de tu compañero/a y buscar un plan consensuado entre los dos. Una vez esté consensuado, **exponed vuestras conclusiones** al resto de la clase, **debatid las propuestas** de todos y **decidid entre todos cuál es la mejor solución** al problema de Andrés.

CASO 2

Irene es una alumna de 1º de la ESO que está sentada en clase con su amiga María. Irene suele portarse bien en clase y atender a las explicaciones del profesor, pero María es muy habladora y muchas veces no deja que Irene se centre en la explicación.

A Irene le gustaría hablar con María y convencerla de que no hable en clase porque no le deja atender al profesor, pero no sabe cómo hacerlo porque María es su amiga y no quiere que se enfade con ella.

TRABAJO EN GRUPOS

En grupos de cuatro debéis consensuar:

¿CUÁL ES EL PROBLEMA DE IRENE?

.....

.....

.....

¿POR QUÉ CREES QUE MARÍA HABLA TANTO EN CLASE?

.....

.....

.....

SI TÚ FUERAS IRENE, ¿QUE LE DIRÍAS A MARÍA?

.....

.....

.....

SI TÚ FUERAS MARÍA, ¿CÓMO TE LO TOMARÍAS?

.....

.....

.....

DE LAS SIGUIENTES FRASES, SEÑALA LAS QUE CREAS MÁS CONVENIENTES PARA HABLAR CON MARÍA:

- ☐ CÁLLATE QUE ME ESTÁS MOLESTANDO
- ☐ PERDONA, ME GUSTARÍA ATENDER AL PROFESOR
- ☐ ¿TE IMPORTA QUE HABLEMOS EN EL RECREO?
- ☐ O TE CALLAS, O SE LO DIGO AL PROFE

8. DESCUBRIENDO LAS PROFESIONES

En esta parte del cuaderno de orientación nos vamos a ocupar de acercarnos al conocimiento del mundo de las profesiones.

El objetivo fundamental que buscamos en los alumnos para cuando acaben sus estudios es que sean mejores personas, más solidarias, preparados para ser buenos profesionales en los distintos campos laborales... Pero además una meta importante de nuestro paso por la educación es encontrar un buen trabajo.

Los trabajos o las ocupaciones son algo que va cambiando con el tiempo, algunos campos profesionales, como la informática y la tecnología médica, están creciendo muy rápido y ofrecerán muchas oportunidades de trabajo en el futuro. Otros, como el trabajo en las fábricas o en la agricultura, cada vez ofrecen menos puestos de trabajo y en el futuro será más difícil encontrar ocupaciones en estos campos.

Muchas de las ocupaciones que están disminuyendo son aquellas que sólo exigen estudios obligatorios; y al mismo tiempo, las ocupaciones que más están creciendo son las que requieren una educación que vaya más allá de la ESO.

Como muchas veces la información que tenemos de las ocupaciones es muy imprecisa y poco profunda hemos preparado algunas actividades para mejorar esta situación.



1. CAMPOS PROFESIONALES

Trabajo por parejas: con tu compañero/a, colocar con atención estas profesiones en sus respectivos campos y marcar con una cruz aquellas características que creáis que deban poseer.

(NOTA: No todas las características son correctas).

MONITOR/A DE TIEMPO LIBRE	SOCIÓLOGO/A	PERIODISTA	ESCUPTOR/A	ATLETA	FÍSICO/A
TRABAJADOR/A SOCIAL	INFORMÁTICO/A	ELECTRICISTA	ORIENTADOR/A	MÉDICO	NOTARIO/A
ADMINISTRATIVO/A	VETERINARIO/A	FONTANERO/A	PESCADOR/A	PINTOR/A	

CAMPOS	PROFESIONES	CARACTERÍSTICAS QUE DEBEN POSEER
FÍSICO - DEPORTIVO	Entrenador/a deportivo	☐ Conocer bien el deporte. ☐ Saber enseñar cómo se juega a ese deporte. ☐ Enfadarse mucho con los jugadores.
		
		
ARTÍSTICO - MUSICAL	Músico/a	☐ No disfrutar tocando. ☐ Tocar bien un instrumento. ☐ Leer partituras.
		
		
CIENTÍFICO - TÉCNICO	Ingeniero/a	☐ Que le guste saber cómo funcionan las máquinas. ☐ Que se le den mal las mates. ☐ Ser bueno en las asignaturas de ciencias.
		
		
ENSEÑANZA	Maestro/a	☐ Le gusta enseñar. ☐ Castiga mucho a los alumnos/as. ☐ Conoce su asignatura.
		
		

CAMPOS	PROFESIONES	CARACTERÍSTICAS QUE DEBEN POSEER
SALUD	Enfermero/a	☐ Le gusta curar a los enfermos. ☐ Trata bien a los pacientes. ☐ Sabe qué medicamentos hay que usar.
		
		
OFICIOS	Mecánico/a	☐ Sabe cómo funcionan los coches. ☐ Conduce bien. ☐ Sabe manejar las herramientas apropiadas.
		
		
AGRICULTURA Y MEDIO - AMBIENTE	Agricultor/a	☐ No le gusta el trabajo al aire libre. ☐ Le gusta trabajar la tierra. ☐ Sabe cómo rentabilizar sus cultivos.
		
DERECHO - ADMINISTRACIÓN	Juez/a	☐ Es una persona justa. ☐ Conoce bien las Leyes. ☐ Juzga según le caiga la gente.
		
		
MEDIOS DE COMUNICACIÓN	Actor/actriz	☐ Sabe interpretar. ☐ Es guapo/a. ☐ Se cree el papel que interpreta.
		
CIENCIAS - SOCIALES	Historiador/a	☐ Le gusta investigar sobre cosas del pasado. ☐ Es una persona objetiva. ☐ Falsifica datos.
		
		

2. JUGAMOS A AdivINAR PROFESIONES

Os proponemos un **juego para compartir con los compañeros**.

Recortad las tarjetas que tenéis al final del cuaderno. Formad grupos de 4 (vuestro tutor/a os dirá cómo) y dentro del grupo de 4 os ponéis en parejas. Un miembro de la pareja tendrá que intentar que el otro adivine rápidamente la profesión que se encuentra en la parte superior de la tarjeta, procurando evitar decir las palabras que se encuentran abajo.

Si se dijera alguna de esas palabras sería un error y el turno pasaría al equipo contrario.

3. ¿QUIERES SABER MÁS SOBRE LAS PROFESIONES DEL JUEGO?

Las profesiones que tenéis en las tarjetas requieren diferente tipo de formación. Separa las que pertenezcan a Ciclos Formativos de Grado Medio, Ciclos Formativos de Grado Superior o Grados Universitarios.

Para ayudarte, visita la página web del Ministerio de Educación: www.educacion.es. En el menú de la izquierda encontraréis la sección “**Qué estudiar**”. Al pinchar os aparecerá un menú con todas las opciones y posibilidades que tenéis: Bachillerato, Formación Profesional, Enseñanzas universitarias...

4. MI PROFESIÓN PREFERIDA

Aunque todavía no estás preparado para ejercer una profesión, seguramente ya habrá alguna que te guste, sea de las que hemos estudiado en las páginas anteriores u otra que tú conozcas.

Ya sabemos que puedes cambiar de opinión más adelante, pero si en estos momentos tuvieras que elegir **¿qué te gustaría ser?**

Piensa tres profesiones en las que te gustaría trabajar, escríbelas aquí por orden de preferencia.

1º
2º
3º

Estés muy seguro o no de que esas son las profesiones que prefieres, conviene que analices los motivos de tu elección. Vamos a reflexionar sobre ellos.



Vamos a trabajar sobre la primera de las profesiones que has elegido.

ESCRIBE AQUÍ SU NOMBRE:

De entre los siguientes motivos, señala los que coincidan con los tuyos:

- ☐ Es la profesión de mi padre o de algún familiar al que aprecio mucho.
- ☐ Me gusta porque la he visto en la tele.
- ☐ Dicen que en ella se gana mucho dinero.
- ☐ Desde pequeño me gustaba y me sigue gustando.
- ☐ Mis padres dicen que es una profesión excelente.
- ☐ Creo que tengo las cualidades que se requieren para esa profesión.
- ☐ Es una profesión que tiene poco paro.
- ☐ Me gusta porque hay que estudiar poco.
- ☐ La he elegido porque no se da ni golpe.
- ☐ Me gusta poco, pero las otras me gustan menos.
- ☐ Porque la gente de esta profesión son famosos e importantes.
- ☐ Porque disfruto con eso.
- ☐ Otros motivos:

.....

.....

.....

.....

.....

5. ANALIZAR ANUNCIOS DE TRABAJO

Trabajo en grupo: en grupos de 4 debéis analizar los siguientes anuncios y consensuar entre todos las respuestas.



ANUNCIO 1

EL AYUNTAMIENTO CONVOCA UNA PLAZA DE PSICÓLOGO/A

DURACIÓN DEL CONTRATO: 6 MESES.

LUGAR: CENTRO DE LA MUJER.

REQUISITOS: LICENCIATURA EN
PSICOLOGÍA, CARNET DE CONDUCIR B1
Y COCHE PROPIO.

SE VALORARÁN LOS MÉRITOS.

ENVIAR INSTANCIA Y CURRÍCULO
VITAE AL AYUNTAMIENTO.

¿CUÁLES SON LOS REQUISITOS PARA ESTA PLAZA?

.....

.....

.....

¿SABÉIS QUÉ ES UN CURRÍCULO VITAE?

.....

.....

.....

.....

¿QUÉ MÉRITOS CREÉIS QUE SON LOS QUE MÁS SE VALORARÁN?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ANUNCIO 2

SE PRECISA ELECTRICISTA

EXPERIENCIA MÍNIMA DE 2 AÑOS.

FORMACIÓN REQUERIDA: F.P.

NECESARIO CARNET DE INSTALADOR.

ZONA CORREDOR DE HENARES.

SUELDO FIJO MÁS PAGAS.

SE HARÁ ENTREVISTA PARA SELECCIÓN.

¿A QUÉ FAMILIA PROFESIONAL PERTENECE EL TÍTULO FP DE ELECTRICISTA?

.....

¿QUÉ ES UNA ENTREVISTA DE TRABAJO?

.....

.....

.....

.....

¿CÓMO HAY QUE COMPORTARSE EN UNA ENTREVISTA?

.....

.....

.....

.....

¿CÓMO HAY QUE VESTIRSE?

.....

.....

PARA ESTE PUESTO ¿QUÉ PREGUNTAS CREÉIS QUE OS PODRÍAN HACER EN LA ENTREVISTA?

.....

.....

.....

ANUNCIO 3

SALÓN DE BELLEZA PRECISA PERSONAL

EXPERIENCIA MÍNIMA DE 1 AÑO.

FORMACIÓN REQUERIDA: F.P.

NECESARIO TÍTULO DE PELUQUERÍA Y
ESTÉTICA.

PERIODO DE PRUEBA 3 MESES.

SI TUVIERAIS QUE CONTRATAR A ESTA PERSONA, ¿QUÉ LE EXIGIRÍAIS PARA
SABER SI ES VÁLIDA PARA ESTE PUESTO?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ANUNCIO 4

SE PRECISA ADMINISTRATIVO/A

PARA IMPORTANTE EMPRESA.

CON CONOCIMIENTOS DE INGLÉS E
INFORMÁTICA.

DISPONIBILIDAD PARA VIAJAR Y CARNÉ
DE CONDUCIR.

SE VALORARÁ LA EXPERIENCIA Y LA
CAPACIDAD PARA TRABAJAR EN EQUIPO.

INCORPORACIÓN INMEDIATA.

¿CÓMO VALORARÍAIS LOS CONOCIMIENTOS DE INFORMÁTICA?

.....

¿CÓMO VALORARÍAIS LOS CONOCIMIENTOS DE INGLÉS?

.....

¿QUÉ FUNCIONES CREÉIS QUE DEBE DESEMPEÑAR ESTA PERSONA?

.....

.....

.....

.....

.....

¿POR QUE PUEDE SER IMPORTANTE SABER TRABAJAR EN EQUIPO?

.....

.....

.....

AHORA INVENTA TÚ UN ANUNCIO PUBLICITARIO PARA ALGUNA PROFESIÓN.

SE PRECISA

.....

.....

.....

.....

Recursos para las FAMILIAS

1. Estrategias de ayuda a las familias.

- 1.1. Ante la nueva etapa evolutiva: La adolescencia.
- 1.2. Pautas para trabajar la autoestima y las habilidades sociales.
- 1.3. Pautas para afrontar los conflictos.
- 1.4. Cómo ayudar en situaciones de maltrato entre iguales.
- 1.5. Cómo ayudar en el uso del teléfono móvil e Internet.

2. Recursos del Instituto de Tecnologías Educativas y Recursos Educativos.

3. Glosario de términos habituales en educación.

4. Materiales para una biblioteca de padres y madres.

5. Fuentes de referencia.



educación en familia

www.familias.apoclam.org

PRESENTACIÓN

El papel que desempeña la familia en la educación de los hijos/as es tan importante como la realizada por el propio centro educativo.

Es una realidad que **ser padre o madre no es una actividad sencilla**; no existe una asignatura que nos prepare para la que es nuestra principal obligación, que nos marque, muestre o enseñe las pautas a seguir en cada momento, cómo resolver los problemas, qué decisiones son las más acertadas...

Ser buenos padres y madres es algo que **exige**, sobre todo, **mucha dedicación** y las circunstancias que vivimos en la actualidad no contribuyen demasiado a ello.

Aunque el Cuaderno de Orientación tiene al alumnado como destinatario principal, también es de gran utilidad para el profesorado, la tutoría y las familias. En este sentido, seguimos recibiendo sugerencias procedentes de compañeros/as y familias para hacerlos aún más útiles.

Atendiendo a estas demandas, en la presente edición, además de ofrecer un plan de actividades para la tutoría y el Anexo de recursos para familias, os informamos sobre un espacio de información – formación para padres y madres en nuestra web **www.familias.apoclam.org** ya que se trata de colaborar en la implicación de la familia en la educación de los hijos/as y en contribuir a aumentar su formación para que podáis educarles como ciudadanos libres, críticos y felices.

Con mucha frecuencia los padres y las madres se sienten desbordados con la tarea diaria de la educación de sus hijos e hijas adolescentes y no saben cómo afrontar temas diarios como el inconformismo, la desobediencia, actitudes de salirse con la suya, engañar a los padres ocultando cosas, no hacerles caso y hacer mucho más caso a los amigos/as, problemas con la ropa, salir por la noche, salir con chicos/as, etc. A esto se pueden sumar posibles problemas con los estudios, el alcohol y el tabaco, con el sexo, etc.

Cuando la conducta del hijo/a llega a cierto grado de problema, los padres suelen acudir al tutor/a y/o al Departamento de Orientación en busca de ayuda, en este caso más para resolver conductas problemáticas que para prevenirlas. Es en estos momentos cuando los padres lamentan no haber sabido prevenir esas conductas.

Este anexo no debe tomarse como un recetario para resolver problemas, sino como una ayuda para prevenirlas. Si queréis profundizar en los contenidos de formación, os remitimos al espacio web en el que, a través de la frase **“Yo vivo en familia, estudio y me relaciono en mi ambiente”**, encontraréis respuestas a muchos de los interrogantes que surgen en la tarea diaria de la educación de los hijos/as.

Es nuestro deseo que el material presentado en esta sección sirva como instrumento de formación a todos aquellos padres y madres que os enfrentáis día a día a la difícil pero a la vez gratificante tarea de educar.

1. ESTRATEGIAS DE AYUDA A LAS FAMILIAS

1.1. ANTE LA NUEVA ETAPA EVOLUTIVA: LA ADOLESCENCIA

Coincidiendo con la etapa de Educación Secundaria, vuestros hijos/as se inician en la preadolescencia y adolescencia, período difícil en el que se producen importantes cambios:

- **Físicos**, que hacen de los niños y niñas hombres y mujeres.
- **Intelectuales** importantes (capacidad de razonamiento, formular hipótesis, etc).
- Adquieren una gran importancia los iguales que le rodean, **es la época de las pandillas**.
- Se inicia una **paulatina independencia de la familia**.

¿QUÉ HACER ANTE ESTA NUEVA ETAPA EVOLUTIVA?

1. **CONOCER** las características biológicas, psicológicas y sociales del momento evolutivo en que se encuentra vuestro hijo/a (preadolescencia y adolescencia, etapa de turbulencias, tensiones y sufrimientos psicológicos interiores).
2. **FAVORECER** la autonomía creando hábitos que permitan “crecer”, saber enfrentarse y resolver situaciones problemáticas, valerse por sí mismo. Ayudarle a asumir su identidad, a sentirse uno mismo y distinto.
3. **INTERVENIR E IMPLICARSE**. Contestar a sus preguntas. Favorecer unas condiciones ambientales del estudio. Fomentar el uso de técnicas de trabajo y dedicación al estudio con una planificación del mismo a través del horario personal y uso de materiales como libros, diccionarios, archivos, cuadernos y otros útiles de trabajo.
4. **ACOMPañARLES** en el proceso de cambio, con actitudes de comprensión, respeto, cariño y firmeza.
5. **COMUNICARSE** con él/ella (dialogar y razonar a pesar de su rebeldía) y con el profesorado para recibir información y adoptar medidas comunes.
6. **ESTABLECER** normas consensuadas, hacerlas cumplir con firmeza y acordar unas consecuencias ante el incumplimiento de las mismas.
7. **OFRECER** posibilidades y negociar, buscar acuerdos en horarios de salidas, entradas, estudio, qué hacer en casa, etc.
8. **RESPETAR** la individualidad de vuestro hijo/a en cuanto a sus amistades, cuidando a la vez, apartarle de las malas influencias. Enseñarle a decir no ante presiones inadecuadas de los demás.
9. **ENTENDER** el hecho de que vuestro hijo/a crezca y madure de distinta manera y escoja caminos y opciones diferentes a los pensados para él por vuestra parte.
10. **ACEPTAR** los errores de vuestro hijo/a sin que sienta el temor de ser rechazado. El error es humano y constituye un aprendizaje que se convierte en un paso a la madurez y el éxito.

1.2. PAUTAS PARA TRABAJAR LA AUTOESTIMA Y LAS HABILIDADES SOCIALES

La educación de la autoestima y de las habilidades sociales es un **proceso gradual** en el que los padres y los educadores deben intervenir con actitudes de firmeza y exigencia y al mismo tiempo, de empatía, comprensión y ternura.

La autoestima es el aprecio que se tiene de uno/a mismo/a, el concepto que tenemos de nuestra propia valía y se expresa en los sentimientos, emociones y experiencias de nuestra vida. Constituye el núcleo básico de la personalidad.

Cuando alguien nos alaba por algún motivo nos ponemos contentos; cuando hemos hecho un buen trabajo nos llena de satisfacción. Actuando así se aprende a valorarse y a sentirse bien. El modo en que nos sentimos respecto a nosotros mismos nos afecta en las relaciones sociales.

En la medida en que tengamos sentimientos de valía personal mejoran nuestras relaciones con los demás y nos ayudarán a convivir de un modo eficaz.

Desarrollamos la autoestima de nuestros hijos e hijas si les ayudamos a:

- **Tomar decisiones** sobre sus cosas: amigos, dinero, diversión, ropa, actividades, deportes...
- **Ser responsables** y tener seguridad en sí mismos/as.
- **Ser conscientes de quiénes son**, qué piensan, etc...
- **Ser optimistas.**
- **Sentirse orgullosos**, satisfechos, contentos por sus logros, por lo que van consiguiendo poco a poco.
- **Valorar lo positivo y lo negativo** que hay en ellos.
- **Tolerar el no salirse con la suya** cuando no puede ser.
- **Aceptarse a sí mismo** como es e intentar cambiar aquellas conductas en las que no esté de acuerdo.
- **Expresar y comprender sus emociones:** alegría, tristeza, enfado....

Las habilidades sociales son todas aquellas conductas verbales y no verbales que nos permiten en una situación dada conseguir nuestros objetivos con un coste emocional bajo; es decir sintiéndonos bien con nosotros mismos y manteniendo una buena relación con los/as demás.

Se manifiestan cuando sabemos expresar nuestro sentir y nos hacemos escuchar, consiguiendo así aquello que nos proponemos, respetando nuestros derechos y el de las otras personas. Esta forma de expresarnos se da través de determinadas conductas o formas de comportamiento.

Se aprenden como la mayoría de las conductas humanas, a través de la imitación. Aprendemos desde niños/as imitando y observando a nuestros padres y madres y a aquellas personas cercanas a la escuela.

A medida que vamos creciendo y conociendo nuevos contextos y situaciones, vamos observando y **experimentando nuevas conductas y modificando las anteriores**, así en la adolescencia al núcleo familiar se le agrega el grupo de iguales cobrando gran importancia como transmisor de normas, valores, y marcando estilos de comportamientos.

No debemos olvidar la **importancia que tienen las normas sociales**, la cultura de la sociedad y de cada grupo social, así como **los valores** que transmiten los medios de comunicación.

Son necesarias porque:

- **Mejoran la socialización** y las relaciones entre iguales. Contribuyen a prever conflictos, a evitarlos y a solucionarlos.
- Contribuyen a **desarrollar un comportamiento social adaptativo** en el adulto.
- Desarrollan el aprendizaje y el rendimiento.

Las principales habilidades sociales a desarrollar en los hijos/as son:

- **Escuchar.** Iniciar y mantener una conversación. Formular preguntas. Dar las gracias.
- **Presentarse.** Presentar a otras personas. Hacer un cumplido. Dar instrucciones. Disculparse.
- Convencer a los demás. **Pedir favores**, peticiones o cambios de conducta a otras personas.
- **Aceptar o rechazar críticas de los demás.** Ponerse en el lugar de los demás. Expresar quejas, trabajar en equipo.
- La **asertividad** es una habilidad social que consiste en tomar decisiones en la vida, hablar claramente, pedir lo que quieres y decir no a lo que no quieres. Significa tratar a la gente con amabilidad y respeto, defender tus derechos y respetar los derechos de los demás. **Esta habilidad es de vital importancia en la adolescencia** y nos compete a los padres la tarea de contribuir a desarrollarla paulatinamente a medida que crecen nuestros hijos.

1.3. PAUTAS PARA AFRONTAR LOS CONFLICTOS

El conflicto forma parte de la vida y hemos de ver el lado positivo del mismo. En determinadas ocasiones, éste puede deteriorar el desarrollo y la convivencia, originando incluso la violencia.

El ambiente familiar debe proporcionar oportunidades suficientes para aprender a resolver los conflictos de manera constructiva y ser coherente con lo que se enseña.

Para aprender a resolver los conflictos conviene:

1. **Educar en la empatía** y capacidad para ponerse en el lugar de otras personas y adoptar distintas perspectivas, siendo un requisito necesario para aprender a resolver conflictos de forma inteligente y justa.
2. Aumentar las oportunidades de **realizar juntos actividades gratificantes** en las que todos los componentes de la familia puedan compartir situaciones relajadas y no conflictivas que favorecen el diálogo.
3. **Evitar las amenazas y expresiones agresivas** que se producen en situaciones estresantes, detenerlas y establecer otros momentos para buscar la solución al problema.
4. **Evitar reñir** constantemente a los hijos/as por conductas de escasa relevancia porque no resultan útiles y disminuyen la calidad de la comunicación. Es más eficaz establecer un acuerdo o contrato cuyo cumplimiento se debe revisar periódicamente.
5. **Enseñar a pensar en el proceso de toma de decisiones** anticipando sus consecuencias.
6. **Ayudar a detectar y a corregir las frecuentes distorsiones** que se producen en situaciones muy estresantes.

1.4. CÓMO AYUDAR EN SITUACIONES DE MALTRATO ENTRE IGUALES

Hablamos de maltrato entre iguales cuando nuestro hijo/a se ve sometido de forma repetida y durante un tiempo a formas de hostigamiento por parte de un compañero/a o un grupo de compañeros de manera que la víctima queda en una situación de inferioridad de la que no puede salir por sí mismo.

Podemos encontrar **diferentes tipos de maltrato entre iguales**:

- **Verbal**: motes, difamaciones, insultos, desprecios, desafíos, provocaciones, amenazas, amedrentar.
- **Físico**: empujones, patadas, golpes, cachetes, bofetadas, palizas, agresiones.
- **Social**: difundir rumores, aislar, ignorar, pintadas, no dejar participar, humillaciones.
- **Racial**: comentarios xenófobos.
- **Sexual**: comentarios tipo sexual, acoso, tocamientos, tocamientos con violencia, relación forzada.
- **Ciberacoso**: maltrato a través de Internet, redes sociales y telefonía móvil.

Es importante que diferenciemos el maltrato de otras situaciones de agresiones en las que se pueden encontrar involucrados nuestros hijos/as. En situaciones de maltrato entre iguales, debemos tener en cuenta **tres aspectos del problema**: el de la **víctima**, los **agresores/as** y los **espectadores/as**.

Los padres y las madres deben **enfrentarse a este problema sin tapaduras**, abordando el diálogo sobre el mismo con los hijos/as y con el centro educativo.

Conviene estar atentos a **algunos de los síntomas que se pueden detectar**:

- **Cambios** en el estado de ánimo.
- **Nerviosismo**, tiene alteraciones del sueño, de la alimentación, tics de forma repentina.
- **Se niega a ir a clase**.
- Tiene algún **material destrozado** (cartera, libros), **su ropa** o bien tiene **moratones** en su cuerpo que atribuye a caídas y descuidos.

¿Qué hacer si nuestro hijo/a es víctima?

- **Hablar con nuestro hijo/a**, hacerle ver que debe pedir ayuda al profesorado del centro y que cuente lo que le pasa.
- **Informar al centro educativo**.
- **Hacerle participar en la toma de decisiones** sobre lo que hay que hacer.
- **Ayudarle emocionalmente** sin agobiarle para afrontar la situación.
- **Evitar identificarse con sus sentimientos de victimización** para avanzar en la solución del problema.
- **Proporcionarle ayuda psicológica**, en caso de necesitarla.

¿Qué hacer si nuestro hijo/a es agresor/a?

Si intuimos que nuestro hijo/a se tiene conductas abusivas hacia otros, las **pautas a seguir** son:

- **Hablar con el/ella**, decirle que debe pedir disculpas y modificar su comportamiento.
- **Dirigirse al centro educativo** pues necesita ayuda al igual que el compañero/a a quién le ha dirigido el maltrato.

- **Investigar sobre su participación** en grupos que actúan metiéndose con los demás y hacerle ver que sus conductas son negativas para sí mismos y para los demás. Procurar que rompa esos vínculos que le inducen a portarse mal con los demás y apoyarle para que se sienta seguro/a.
- **Actuar con firmeza** y constituirse como modelos positivos a imitar.

¿Qué hacer si nuestro hijo/a es espectador/a de una situación de maltrato?

Como padres y madres no podemos consentir los efectos sobre el desarrollo social y moral de nuestros hijos/as si viven el día a día en contacto con las faltas de respeto, la insolidaridad y la crueldad. Así, por la necesidad de ser aceptados, algunos chicos/as consienten sumisamente el abuso de poder de otros chicos/as que ejercen el maltrato impunemente, se encuentran en una difícil tesitura, si delatar y correr el riesgo de convertirse en víctimas o bien hablar al profesorado y ser tachado de chivato.

Estos chicos/as necesitan ayuda:

- **Ofrecerles diálogo y reflexión** para tomar las decisiones oportunas.
- **Orientarle** a afrontar la situación, denunciar los hechos y solidarizarse con las víctimas.
- **Adoptar otra posición social** evitando apoyar a los compañeros que maltratan.

¿Y ante una situación de maltrato en la red?

Para saber si nuestro hijo/a está en una situación de riesgo ante las nuevas tecnologías, debemos saber si está mucho tiempo conectado o bien si las facturas de teléfono móvil son muy elevadas.

De forma preventiva, debemos:

- **Informarles** sobre los datos que pueden dar y los que no.
- Indicarles que **deben proteger la información con contraseña**.
- **Ofrecerles diálogo y comunicación** para que puedan pedir ayuda en situaciones difíciles.

Según la gravedad de la amenaza, caben diferentes acciones:

- **Ignorar el hecho** y situarlo en una gamberrada y/o enfado sin importancia.
- **Comunicarlo al centro escolar**.
- **Avisar a la policía y permanecer desconectados de Internet** si la amenaza tiene mayor calado.

1.5. CÓMO AYUDAR A NUESTROS HIJOS/AS A UTILIZAR EL TELÉFONO MÓVIL E INTERNET

Las tecnologías de la información y de la comunicación **representan una gran oportunidad** para la infancia y la adolescencia y las familias tienen la necesidad de **establecer unas pautas para que el uso de estas tecnologías sea provechoso** y evite riesgos para el menor.

1. **Explicarles** claramente **el uso del teléfono e Internet** y de los servicios de pago (como la música y los videoclips o el tiempo pasado en internet).
2. Es **aconsejable que el ordenador esté situado en un lugar “público” de la casa**, de manera que sus hijos/as puedan contar con su supervisión con mayor facilidad.

3. **Advertirles de la posibilidad de que las informaciones publicadas en Internet sean falsas**, así como las identidades de las personas con las que puede tomar contacto probablemente.
4. **Informarles** para que no tomen en serio todo aquello de lo que puedan llegar a leer en Internet y que desconfíen y **hablen de las personas que puedan conocer** a través de la Red.
5. Conviene **que los teléfonos móviles de sus hijos/as sean de contrato**; de esa manera tendrán un registro de las llamadas realizadas, así como un control del consumo.
6. **Hablarles sobre la seguridad de los teléfonos móviles** a medida que vayan apareciendo nuevos servicios y posibilidades en función de la edad de sus hijos/as.
7. **Vigilar el uso de sus tarjetas** y hablarle de todo lo relacionado con el contenido para adultos de una manera que haga que sus hijos/as se sientan cómodos para tratar de nuevo el tema si lo consideran necesario.
8. **Compartir experiencias** relacionadas con los nuevos servicios de comunicación **con otros padres y madres** que facilitarán la aclaración las dudas.

En la red, algunas webs como www.protegeles.com, www.pantallasamigas.net y www.ciberfamilias.com ofrecen información para conocer mejor Internet y la seguridad de los menores.

2. RECURSOS DEL INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS EDUCATIVAS Y RECURSOS EDUCATIVOS

Podéis visitar la web del Instituto de Tecnologías Educativas y Recursos Educativos que pertenece al Ministerio de Educación y que encontraréis en la dirección www.isftic.mepsyd.es/padres

En ella aparecen los siguientes temas:

- Salud corporal.
- Desarrollo psicológico.
- Apoyo al aprendizaje.
- Orientación familiar.
- Educación en valores.
- Internet, TV, videojuegos.
- Convivencia en la escuela.
- Sugerencias bibliográficas.

2.1. OTRAS WEBS EDUCATIVAS

Confederación de Asociaciones de Padres y Madres de alumnos: www.ceapa.es

Guía de recursos educativos en red: www.educasites.net/portales_educativos.htm

Tolerancia cero con la violencia: educalia.educared.net/tolerancia0/jsp/recursos.jsp?idioma=es

Dirección de interés para familias con hijos/as con alguna discapacidad: www.discapnet.es

Recursos de interés para los padres y madres: www.orientared.com/padres.php

Federación de asociaciones de padres y madres de Aragón: www.fapar.org/escuela.htm

3. GLOSARIO DE TÉRMINOS HABITUALES EN EDUCACIÓN

Consideramos importante la aclaración de algunos términos que los profesionales de la educación utilizan habitualmente y que muchas veces no queda clara su definición.

Plan de trabajo individualizado (PTI): adecuación del currículo a un determinado alumnado o grupo de alumnos/as (repetidores y/o con dificultades de aprendizaje...).

Áreas curriculares: agrupamientos de contenidos en torno a unas disciplinas afines.

Áreas transversales: ejes formativos que no entren dentro de una materia concreta y que fomentan la formación integral de la persona.

Atención a la diversidad: Dar respuesta adecuada a las distintas necesidades e intereses y capacidades del alumnado dentro de una misma aula.

Ciclo Educativo: unidad curricular temporal. En ESO hay dos ciclos:

- 1^{er} ciclo: de 1º a 3º ESO.
- 2º ciclo: formado por el curso 4º ESO.

Competencia clave: capacidades para aplicar de forma integrada los contenidos propios de cada enseñanza y etapa educativa, con el fin de lograr la realización adecuada de actividades y la resolución eficaz de problemas complejos.

Las competencias claves son:

- a. Comunicación lingüística.
- b. Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología.
- c. Competencia digital.
- d. Aprender a aprender.
- e. Competencias sociales y cívicas.
- f. Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor.
- g. Conciencia y expresiones culturales.

Contenidos: conjuntos de conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que contribuyen al logro de los objetivos de cada enseñanza y etapa educativa y a la adquisición de las competencias.

Criterios de evaluación: puntos de referencia para valorar la consecución de objetivos.

Currículo: qué enseñar, cuándo enseñar y cómo enseñar. Cuándo y Cómo evaluar.

Departamento Didáctico: sólo existe en los Institutos y es el conjunto de docentes que imparte una misma materia.

Departamento de Orientación: su jefatura está a cargo de un profesor/a orientador/a y debe contar con 1 PT (especialista en Pedagogía Terapéutica o profesorado de apoyo) y 1 profesor/a de cada uno de los ámbitos educativos, además de con 1 AL (especialista en Audición y Lenguaje) en caso necesario.

Desarrollo curricular: aplicación didáctica del currículo.

Equipo Docente: conjunto de profesores que imparte clase a un mismo grupo de alumnos.

Estándares de aprendizaje evaluables: concretan lo que el alumnado debe saber, comprender y saber hacer en cada asignatura.

Materiales curriculares: soportes didácticos que facilitan el proceso de enseñanza y aprendizaje (libros de texto, audiovisuales, etc.).

Necesidades Específicas de apoyo educativo (ACNEAE): las que tienen determinado alumnado por su historia educativa y escolar o debido a condiciones personales de sobre dotación intelectual o discapacidad psíquica, motora o sensorial.

Normas de convivencia, organización y funcionamiento del Centro: reglamento que establece las normas e instrucciones que regulan la organización del centro y regula la convivencia de la comunidad.

Objetivos: lo que se pretende con la acción educativa.

Principios metodológicos: pautas que van a seguirse en el proceso de **enseñanza**.

Programación de aula: planificación de los procesos de enseñanza y aprendizaje que se realizan durante un curso.

Programación General Anual (PGA): documento que recoge todas las actividades docentes, administrativas, complementarias, presupuestarias, etc... previstas para un centro y un curso escolar.

Proyecto Educativo (PE): documento que recoge las opciones educativas y la organización general de un centro en función de su contexto y necesidades concretas. Define sus señas de identidad.

Ratio: si es de aula, indica el número máximo de alumnos/as por aula. Si es de alumnado-profesorado, indica el número de alumnos/as por cada docente de un centro.

Tutoría: es la que realizan los profesores/as.

Tutores/as de un grupo de alumn@s: es el profesorado responsable de conocer y orientar al alumnado, relacionarse con sus familias y coordinar el resto del profesorado del grupo.

Unidad didáctica: unidad de actuación y programación docente, configurada como un conjunto de actividades a realizar en un tiempo determinado para conseguir unos objetivos didácticos concretos.

4. MATERIALES PARA UNA BIBLIOTECA DE PADRES Y MADRES

1. PARRY AFTAB (2006). *Internet con los menores riesgos. Guía práctica para madres y padres*. Bilbao: Ed. Edex.
2. PARRY AFTAB (2007). *Cyberbullying. Guía para madres, padres y personal docente*. Bilbao: Ed. Edex.
3. ADELE FABER y ELAINE MAZLISH (2009). *Cómo hablar para que sus hijos le escuchen y cómo escuchar para que sus hijos le hablen*. Barcelona: Ed. Médici.
4. CARMEN ALFONSO y otros (2003). *La participación de los padres y madres en la escuela*. Barcelona: Ed. Grao.

5. JOAN CARLES SURIS GRANELL (2006). *Un adolescente en casa*. Barcelona: Ed. Plaza & Janés. Colección de Bolsillo.
6. MAURICE J. ELÍAS y otros (2003). *Educación con Inteligencia emocional*. Barcelona: Ed. Plaza & Janés.
Los autores ofrecen pautas que ayudarán a los padres a manejar sus emociones de forma positiva ante los conflictos de la vida cotidiana.
7. JOSÉ JIMÉNEZ ORTEGA Y OTROS (2003). *¡No más fracaso escolar! Enseñe a estudiar a sus hijos. Guía para padres/profesores*. Madrid: Ed. Visor.
8. ALEJANDRA VALLEJO-NÁJERA (2006). *La edad del Pavo: consejos para lidiar con la rebeldía de los adolescentes*. Madrid: Ed. Temas de hoy.
9. FÉLIX LÓPEZ SÁNCHEZ (2005). *La educación sexual de los hijos. Guía para padres*. Madrid: Ed. Pirámide.
10. MARY PIPHER (2006). *Cómo ayudar a su hija adolescente: respuestas sólidas a la anorexia, la sexualidad, la incomunicación, el fracaso escolar y otros problemas de las adolescentes de hoy*. Barcelona: Ed. Amat.
11. RITA GAY (2004). *Nuestros adolescentes. Cuando educar parece imposible*. Santander: Ed. Sal Terrae.
12. JUDY FORD (2007). *Cómo vivir con tu hijo adolescente (aunque parezca imposible)*. Barcelona: Ed. RBA bolsillo.

4.1. OTROS MATERIALES DE INTERÉS

1. **Programa de apoyo al Ámbito familiar** desarrollado por el IES Pablo Serrano de Andorra (Teruel). Desde APOCLAM apoyamos este tipo de iniciativas y trabajos realizados por los centros educativos y lo ofrecemos como recurso de consulta.

Todo el material puede descargarse de forma gratuita desde la web: www.iesandorra.es

2. La CEAPA (Confederación española de asociaciones de padres y madres de alumnos) edita cursos que se pueden descargar de forma gratuita desde: www.ceapa.es/formacion

Destacamos los siguientes:

- Adolescencia y familia. Cómo mejorar la relación con los hijos e hijas adolescentes y prevenir el consumo de drogas.
- Educación Emocional desde la familia.
- Habilidades de comunicación familiar.
- Aprendiendo en familia. Prevención del conflicto.
- Educación sexual desde la familia.

5. FUENTES DE REFERENCIA

El presente Anexo dirigido especialmente a las familias, se ha fundamentado en las siguientes referencias bibliográficas:

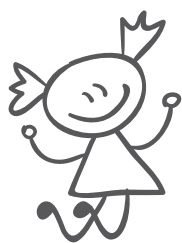
MEEKS C. (2003). *Guía para educar*. Barcelona: Ed. Médici.

ROSARIO ORTEGA y colaboradores (2003). *La convivencia escolar*. Ed. Consejería de Educación y Ciencia de Andalucía.

VICTOR J. VILLANUEVA BLASCO (2007). *Programa de apoyo al Ámbito familiar*, editado por el IES Pablo Serrano de Andorra (Teruel).

Guía de ayuda para familias sobre el uso y prestaciones de teléfonos móviles, Internet y televisión. Ed. Orange.

M^a JOSÉ DÍAZ AGUADO (2006). *El acoso escolar y prevención de la violencia desde la familia. Guía para padres*. Madrid: Dirección General de Familia, Comunidad de Madrid.



SOLUCIONES DE LAS ACTIVIDADES

PÁGINA 17. ¿CONOCES LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA?

AFIRMACIONES	V	F
1. La ESO es una etapa educativa obligatoria y gratuita	X	
2. Abarca tres cursos académicos		X
3. Desarrolla y consolida hábitos de estudio y de trabajo	X	
4. Con el título de graduado en ESO se pasa automáticamente a Bachiller	X	
5. Podemos repetir tres veces en la ESO		X
6. Cuando termine la ESO recibiré el título de Graduado en Educación Secundaria	X	
7. En mi boletín aparecerán las notas solo con un número		X
8. En mi Comunidad hay exámenes extraordinarios en Septiembre		
9. La ESO es una etapa educativa para chic@s entre los 12 y los 18 años		X
10. Un alumno pasa de 1º a 2º de forma automática independiente del número de áreas pendientes		X

PÁGINA 27. FUNCIONES DE DIFERENTES ÓRGANOS DEL CENTRO

FUNCIÓN	ÓRGANO QUE LA DESEMPEÑA
La Orientación académica	Departamento de Orientación
Profesor que más contacto tiene con el alumnado	Tutor/a
Promover la participación de alumnos en consejo escolar	Asociación de Alumnos
Aprobar las Normas de convivencia, organización y funcionamiento	Consejo Escolar
Coordinar las sesiones de evaluación del grupo	Tutor/a
Coordinar el calendario de exámenes	Comisión de Coordinación Pedagógica
La Orientación Profesional	Departamento de Orientación
Valorar el funcionamiento general del IES	Consejo Escolar
Coordinar los programas de las asignaturas	Comisión de Coordinación Pedagógica
Fomento de la acción cooperativa del alumnado	Asociación de Alumnos
Relacionar alumnado - familia - centro	Tutor/a
Coordinar todas las acciones educativas del IES	Comisión de Coordinación Pedagógica
Colaborar en actividades extraescolares	Asociación de Alumnos
Detección y solución de problemas de aprendizaje	Departamento de Orientación
Aprobar las cuentas económicas del Centro	Consejo Escolar

PÁGINA 29. DEMUESTRA QUE HAS ENTENDIDO EL ESQUEMA DEL SISTEMA EDUCATIVO

1. CUATRO	6. TÉCNICO SUPERIOR	11. SÍ
2. TRES	7. 17 AÑOS	12. SÍ
3. BACHILLER	8. TÍTULO DE GRADO	13. NO
4. CICLO DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE DE GRADO MEDIO	9. 17 Ó 18 AÑOS	
5. PEVAU	10. 18 AÑOS	

COCINER@

HORNO

DELANTAL

COCINA

CHEF



CAMARER@

DISCOTECA

BARRA

COPA

RON



MECÁNICO@

LLAVE INGLESA

MONO DE TRABAJO

DESTORNILLADOR

COCHE



SOLDADOR/A

SOPLETE

FUNDIR

GAFAS

TUBO



ALBAÑIL /A

CONSTRUCCIÓN

CEMENTO

LADRILLO

MASA



CARPINTER@

MADERA

MARTILLO

MUEBLE

SIERRA



PSICÓLOGO@

DEPRESIÓN

PSICOLÓGICO

GABINETE

MENTE



PELUQUER@

RULOS

MECHAS

CHAMPÚ

PEINE



EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

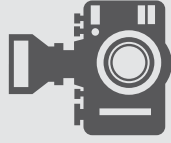
FOTÓGRAFE@

FOTOGRAFÍA

CÁMARA

PHOTOSHOP

POSAR



ARQUITECTE@

EDIFICIO

PLANOS

ESTUDIO

DISEÑO



ABOGAD@

DEFENSOR

ACUSADO

LEYES

JUEZ



BIBLIOTECONOMÍA Y DOCUMENTACIÓN

BIBLIOTECARI@

ESTANTERÍA

PRESTAR

LIBROS



GANADER@

REBAÑO

GANADO

CAPATAZ

PERRO



ADMINISTRATIV@

EMPRESA

ORDENADOR

FACTURAS

OFICINA



MODIST@

TIJERAS

DISEÑADOR/A

METRO

TELA



GUARDA FORESTAL

ENCARGAD@

BOSQUE

VIGILANTE

CAMINO



EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

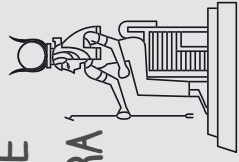
ANTROPÓLOGO@

ESTUDIO

HISTORIA

HOMBRE

CULTURA



INGENIERO@
AERONÁUTICO

AVIONES

MECÁNICA

MÁQUINA

TÉCNICO



VETERINARIO@

ANIMALES

VACUNAS

MÉDICO

CURAR



INGENIERO@
MARINA CIVIL

MARINO

ARREGLAR

BARCO

MAR



PERIODISTA

NOTICIA

REPORTERO@

MICRÓFONO

RADIO



ACTOR/ACTRIZ

PELÍCULA

FOCOS

TEATRO

GUIÓN



PINTOR/A

CUADRO

CABALLETE

ACUARELAS

PINCEL



JARDINERO@

SEMILLAS

PLANTAR

TIERRA

JARDÍN



EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES

EL JUEGO
DE LAS
PROFESIONES