

**PLAN DE ACTUACIÓN DEL  
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN.  
DISEÑO CURRICULAR DE ORIENTACIÓN  
EDUCATIVA.**



**MÁSTER DE PROFESORADO, ESPECIALIDAD: ORIENTACIÓN  
EDUCATIVA.**

Hernando Aliaga, Beatriz

NIA: 646693



**Universidad  
Zaragoza**



**Facultad de Educación  
Universidad Zaragoza**

## ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN.....	3
2.	ANÁLISIS DEL CONTEXTO.....	5
3.	INTERVENCIÓN EN ORIENTACIÓN.....	6
3.1	PRINCIPIOS DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA Y ORIENTADORA. ....	6
3.2	OBJETIVOS Y FUNCIONES DEL DPTO. DE ORIENTACIÓN.....	7
3.3	CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS. ....	8
4.	PLAN DE ACTIVIDADES DEL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN. ....	10
4.1	OBJETIVOS GENERALES .....	10
4.2	ÁMBITOS DE ACTUACIÓN.....	13
4.2.1	ASESORAMIENTO Y COLABORACIÓN CON EL EQUIPO DIRECTIVO, C.C. P. Y DPTOS. DIDÁCTICOS .....	14
4.2.2	APOYO AL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.....	14
4.2.3	APOYO AL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL .....	14
4.2.4	APOYO AL PLAN DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL. ....	16
4.3	PROGRAMACIÓN DE LAS TUTORÍAS EN ESO Y BACHILLERATO ...	17
	<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>60</b>
	<b>ANEXOS .....</b>	<b>62</b>

## 1. INTRODUCCIÓN

La Orientación Educativa tiene como fin optimizar el rendimiento de la enseñanza del alumnado, a través de un adecuado asesoramiento y estrecha colaboración con todos los agentes de la comunidad educativa, especialmente con los docentes, a través de la acción tutorial. La tutoría funciona como una herramienta integrada en la actividad docente que sirve para llegar a los estudiantes a través del conocimiento de sus dinámicas, comportamientos e intereses, pretendiendo aportar una formación personalizada con el fin de obtener una educación integral de contenidos, competencias y valores.

La Orientación Educativa ha de trabajar con el resto de estructuras, organismos y profesionales de los centros para conseguir conjuntamente lograr los principios generales y fines de la educación, los cuales según la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) son:

a) La calidad de la educación para todo el alumnado, independientemente de sus condiciones y circunstancias.

b) La equidad, que garantice la igualdad de oportunidades para el pleno desarrollo de la personalidad a través de la educación, la inclusión educativa, la igualdad de derechos y oportunidades que ayuden a superar cualquier discriminación y la accesibilidad universal a la educación, y que actúe como elemento compensador de las desigualdades personales, culturales, económicas y sociales, con especial atención a las que se deriven de cualquier tipo de discapacidad.

c) La transmisión y puesta en práctica de valores que favorezcan la libertad personal, la responsabilidad, la ciudadanía democrática, la solidaridad, la tolerancia, la igualdad, el respeto y la justicia, así como que ayuden a superar cualquier tipo de discriminación.

d) La concepción de la educación como un aprendizaje permanente, que se desarrolla a lo largo de toda la vida.

e) La flexibilidad para adecuar la educación a la diversidad de aptitudes, intereses, expectativas y necesidades del alumnado, así como a los cambios que experimentan el alumnado y la sociedad.

f) La orientación educativa y profesional de los estudiantes, como medio necesario para el logro de una formación personalizada, que propicie una educación integral en conocimientos, destrezas y valores.

g) El esfuerzo individual y la motivación del alumnado.

h) El esfuerzo compartido por alumnado, familias, profesores, centros, Administraciones, instituciones y el conjunto de la sociedad.

h bis) El reconocimiento del papel que corresponde a los padres, madres y tutores legales como primeros responsables de la educación de sus hijos.

i) La autonomía para establecer y adecuar las actuaciones organizativas y curriculares en el marco de las competencias y responsabilidades que corresponden al Estado, a las Comunidades Autónomas, a las corporaciones locales y a los centros educativos.

j) La participación de la comunidad educativa en la organización, gobierno y funcionamiento de los centros docentes.

k) La educación para la prevención de conflictos y la resolución pacífica de los mismos, así como para la no violencia en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, y en especial en el del acoso escolar.

l) El desarrollo, en la escuela, de los valores que fomenten la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, así como la prevención de la violencia de género.

m) La consideración de la función docente como factor esencial de la calidad de la educación, el reconocimiento social del profesorado y el apoyo a su tarea.

n) El fomento y la promoción de la investigación, la experimentación y la innovación educativa.

ñ) La evaluación del conjunto del sistema educativo, tanto en su programación y organización y en los procesos de enseñanza y aprendizaje como en sus resultados.

o) La cooperación entre el Estado y las Comunidades Autónomas en la definición, aplicación y evaluación de las políticas educativas.

p) La cooperación y colaboración de las Administraciones educativas con las corporaciones locales en la planificación e implementación de la política educativa.

q) La libertad de enseñanza, que reconozca el derecho de los padres, madres y tutores legales a elegir el tipo de educación y el centro para sus hijos, en el marco de los principios constitucionales.

La acción tutorial, y en definitiva el proceso orientador, debe ser continuo y ofertarse a lo largo de todas las etapas, ya que recibir esta orientación es un derecho según la Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE). También ha de implicar a todos los agentes activos en la educación de los estudiantes fuera de los centros, especialmente a los padres y tutores de los mismos, que tienen derecho a “estar informados sobre el progreso del aprendizaje e integración socio- educativa de sus hijos” y de “ser oídos en aquellas decisiones que afecten a la orientación académica y profesional de sus hijos”. Por supuesto una buena acción tutorial atiende eficientemente a la diversidad del alumnado, adaptándose a las características de cada estudiante.

Será pues el departamento de orientación de cada centro la estructura que coordine las actuaciones de orientación y la acción tutorial, además de ofrecer asesoramiento sobre las diferentes líneas psicopedagógicas para la orientación educativa personal, académica y profesional

Para la presente programación se ha tenido en cuenta las leyes educativas que afectan al funcionamiento de los Departamentos de Orientación como base para planificar las actuaciones del mismo. Nos remitimos principalmente a las siguientes leyes orgánicas:

- Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE). Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre.

- Ley Orgánica de Educación (LOE). Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo.

Y a las siguientes órdenes y reales decretos:

- Real Decreto 732/1995. de 5 de mayo. por el que se establecen los derechos y deberes de los alumnos y las normas de convivencia en los centros.

- Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, de enseñanzas mínimas,

- ORDEN de 30 de julio de 2014 por la que se regulan los servicios generales de orientación educativa de la Comunidad Autónoma de Aragón

## **2. ANÁLISIS DEL CONTEXTO**

Este centro educativo lleva acogiendo alumnos desde hace menos de 10 años, por tanto, un centro "joven", con escasa trayectoria a sus espaldas, al igual que el barrio en el que se ubica. Sin embargo, en su corta vida ha ido creciendo hasta tener en la actualidad 6 grupos de 1º de ESO, su curso más nutrido de alumnos.

En el Proyecto Educativo de Centro (PEC), el IES se define como abierto, solidario y participativo en la sociedad, primando la educación en valores y la resolución cooperativa de conflictos. Las características del entorno escolar (localización nueva, población joven, infraestructuras en desarrollo...) dan lugar a diversas necesidades educativas a satisfacer, e influyen en la actividad del centro, ya que una falta de atención a la diversidad y a la heterogeneidad existente en su entorno puede dar lugar a una gran dispersión entre los objetivos y las prioridades de trabajo de diferentes equipos.

La participación de todos los sectores del centro tiene una gran importancia para el IES, considerando cuales son los cauces de participación prescritos por la ley para cada uno de estos sectores: Alumnado, profesorado, familias y personal de administración y servicios. Destaca el Consejo Escolar del centro como órgano vertebrador de todas las actuaciones y las relaciones de los estamentos de la comunidad educativa, ya que en él se encuentran representados todos los sectores de la comunidad educativa. En él se constituirán diferentes comisiones para abordar temas de distinta naturaleza, existiendo de forma permanente una comisión de convivencia.

El IES goza de una buena convivencia entre los alumnos, fruto de una buena prevención, en la que destaca el Departamento de Orientación y sus buenas prácticas que abarcan desde programas de desarrollo de alumnos con altas capacidades hasta el programa de alumnos ayudantes, que ha convertido a este IES en un referente de prevención del acoso escolar a nivel nacional. Gracias a esta buena convivencia pueden salir adelante propuestas muy interesantes, ya que el tiempo que el profesorado dedicaría a solucionar problemas de convivencia, pueden dedicarlo a trabajar en estas prácticas.

### **3. INTERVENCIÓN EN ORIENTACIÓN**

#### **3.1 PRINCIPIOS DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA Y ORIENTADORA.**

Según la ORDEN de 30 de julio de 2014 por la que se regulan los servicios generales de orientación educativa de la Comunidad Autónoma de Aragón, en la que se contemplan tanto la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de educación, como su modificación por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, los principios en los que se inspira el sistema educativo español son:

- La calidad de la educación para todo el alumnado independientemente de sus condiciones y circunstancias.
- La equidad como garantía de la igualdad de oportunidades, la inclusión educativa y la no discriminación.
- La flexibilidad para adecuar la educación a la diversidad del alumnado.
- La orientación educativa y profesional de los estudiantes como medio necesario para el logro de una formación personalizada.

Según el artículo 29 del Decreto 135/2014, de 29 de julio, los servicios de orientación educativa estarán constituidos por los servicios generales de orientación educativo y los equipos especializado de orientación educativa.

El objetivo fundamental de los servicios generales de orientación educativa es prestar asesoramiento e intervención especializada dirigida a toda la comunidad educativa, así como colaborar en el diseño de planes y programas para potenciar el éxito escolar y el desarrollo de todo el alumnado.

Y, por otro lado, los equipos especializados de orientación educativa complementarán el funcionamiento de los servicios generales mediante intervenciones especializadas que garanticen la adecuada respuesta a los alumnos.

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 30 del Decreto, las actuaciones de los servicios generales de orientación se articulan a través de tres ámbitos: proceso de enseñanza-aprendizaje, acción tutorial y orientación académica y profesional. Teniendo en cuenta, además, que la atención a la diversidad se desarrollará de forma transversal a los ámbitos anteriores.

La intervención orientadora ha de contribuir a la mejora de la institución escolar, mediante un apoyo permanente que ayude a los centros a fomentar el trabajo coordinado

de los equipos docentes, a incorporar innovaciones metodológicas y materiales didácticos, a establecer medidas de atención a la diversidad y a desarrollar estrategias que permitan una intervención educativa adaptada a las necesidades del alumnado escolarizado. La intervención orientadora deberá articularse, principalmente, a partir de un modelo de programas integrados en el núcleo educativo que evite en la medida de lo posible las parcelaciones de la realidad en la que se interviene, que fomente una visión e intervención ecológica, así como la colaboración entre los distintos agentes orientadores, que permita concretar la perspectiva inclusiva y que favorezca la investigación, evaluación y mejora continua de la acción orientadora.

Se recalca la importancia de la “intervención por programas”, ya que la incidencia de la orientación en el desarrollo personal del alumnado se asegura mejor mediante intervenciones planificadas. Algunos de los criterios para la intervención por programas son, (Espinar, 1986): a) se asume la plena interrelación con la totalidad del currículum, insertándose una parte de los objetivos en las distintas materias; b) especificidad curricular del programa de orientación (sin ser antagónico).

### 3.2 OBJETIVOS Y FUNCIONES DEL DPTO. DE ORIENTACIÓN.

Según la ORDEN de 30 de julio de 2014, el departamento de orientación del centro de educación secundaria estará dirigido a través del profesor de educación secundaria de la especialidad de orientación educativa, que formará parte de departamento de orientación. Sus funciones son las siguientes:

- a) Colaborar en el diseño y revisión de los proyectos curriculares y demás documentos institucionales del centro.
- b) Colaborar en la organización y evaluación de las medidas generales y específicas de intervención educativa a desarrollar en el centro.
- c) Coordinar la planificación y el desarrollo de las actividades del plan de orientación académica y profesional y del plan de acción tutorial.
- d) Asesorar a la Comisión de Coordinación Pedagógica en el diseño, elaboración y desarrollo de los diferentes proyectos y prácticas educativas desde un enfoque inclusivo.
- e) Colaborar con los servicios sanitarios, sociales y educativos que intervienen directamente con el alumnado del centro al objeto de proporcionar una respuesta integral y coherente a sus necesidades.
- f) Realizar, a petición de la Dirección del centro, la evaluación psicopedagógica a los alumnos para los cuales hayan resultado insuficientes las medidas generales adoptadas hasta el momento.
- g) Realizar el informe psicopedagógico de los alumnos con necesidad específica de apoyo educativo o ACNEAE's. Este alumnado se divide en cinco grupos:
  - a. Por presentar necesidades educativas especiales (discapacidad auditiva, discapacidad visual, discapacidad física tanto motora como orgánica, discapacidad intelectual, trastorno grave de conducta,

trastorno del espectro autista, trastorno mental, trastorno específico del lenguaje y retraso del desarrollo).

- b. Por presentar dificultades específicas de aprendizaje (trastorno específico del aprendizaje de la lectura, de la escritura, del cálculo y no verbal o procedimental).
- c. Por trastorno por déficit de atención con o sin hiperactividad.
- d. Por altas capacidades intelectuales (superdotación, talentos simples o complejos y precocidad).
- e. Por incorporación tardía al sistema educativo.
- f. Por condiciones personales o de historia escolar (condiciones de salud, circunstancias de adopción, acogimiento, protección, tutela o internamiento por medida judicial, capacidad intelectual límite, situación de desventaja socioeducativa, escolarización irregular o absentismo escolar, altas capacidades artísticas o deportista de alto nivel o alto rendimiento.
- h) Realizar el dictamen de escolarización de los alumnos con necesidad específica de apoyo educativo por necesidades educativas especiales cuando se proponga la medida de cambio de tipo de centro.
- i) Realizar las propuestas de adopción de medidas específicas extraordinarias.
- j) Coordinarse con los servicios generales de orientación de su zona.
- k) Realizar el informe de derivación a servicios sanitarios o sociales cuando se considere necesario.
- l) Realizar seguimiento del alumnado con necesidad específica de apoyo educativo.
- m) Colaborar con los tutores en la elaboración del consejo orientador que ha de formularse para cada alumno al final de cada uno de los cursos de la Educación Secundaria Obligatoria.
- n) Cualquier otra que reglamentariamente se determine.

### 3.3 CONTRIBUCIÓN AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS.

En el Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, de enseñanzas mínimas, se concretaron las siguientes competencias básicas que el alumnado deberá desarrollar a lo largo de la Educación Primaria y la Educación Secundaria Obligatoria:

1. Competencia en comunicación lingüística
2. Competencia matemática
3. Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico
4. Tratamiento de la información y competencia digital
5. Competencia social y ciudadana
6. Competencia cultural y artística
7. Competencia para aprender a aprender
8. Autonomía e iniciativa personal



La incorporación de competencias básicas al currículo permite incidir en aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles, desde un planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes adquiridos. Con las áreas del currículo se pretende que todo el alumnado alcance los objetivos educativos y, consecuentemente, también que adquiera las competencias básicas. Además, para contribuir al desarrollo de las competencias básicas el trabajo en las áreas debe complementarse con:

- Diversas medidas organizativas y funcionales, de los centros y las aulas.
- La participación del alumnado.
- Las normas de régimen interno.
- El uso de determinadas metodologías y recursos didácticos.
- La acción tutorial contribuye de modo determinante a la adquisición de competencias relacionadas con la regulación de los aprendizajes, el desarrollo emocional o las habilidades sociales.
- La planificación de las actividades complementarias y extraescolares puede reforzar el desarrollo del conjunto de las competencias básicas.

Si bien se reitera que no existe una relación unívoca entre la enseñanza de determinadas áreas y el desarrollo de ciertas competencias, no cabe duda que determinados contenidos y actividades inciden en mayor o menor medida en el desarrollo de determinadas competencias y, consideramos que la tutoría complementa el trabajo de las áreas e incide directamente en el desarrollo de la competencia social y ciudadana, en la competencia para aprender a aprender, y en la autonomía e iniciativa personal.

### **Competencia social y ciudadana.**

Esta competencia hace posible comprender la realidad social en que se vive, cooperar, convivir y ejercer la ciudadanía democrática en una sociedad plural, así como comprometerse a contribuir a su mejora. En ella están integrados conocimientos diversos y habilidades complejas que permiten participar, tomar decisiones, elegir cómo comportarse en determinadas situaciones y responsabilizarse de las elecciones y decisiones adoptadas.

Forman parte fundamental de esta competencia aquellas habilidades sociales que permiten saber que los conflictos de valores e intereses forman parte de la convivencia, resolverlos con actitud constructiva y tomar decisiones con autonomía, empleando tanto los conocimientos sobre la sociedad como una escala de valores construida mediante la reflexión crítica y el diálogo en el marco de los patrones culturales básicos de cada región, país o comunidad.

Entre las habilidades de esta competencia destacan conocerse y valorarse, saber comunicarse en distintos contextos, expresar las propias ideas y escuchar las ajenas, ser capaz de ponerse en el lugar del otro y comprender su punto de vista, aunque sea diferente del propio, y tomar decisiones en los distintos niveles de la vida comunitaria, valorando conjuntamente los intereses individuales y los del grupo.

### **Competencia para aprender a aprender**

Aprender a aprender supone disponer de habilidades para iniciarse en el aprendizaje y ser capaz de continuar aprendiendo de manera cada vez más eficaz y autónoma de acuerdo a los propios objetivos y necesidades.

Esta competencia tiene dos dimensiones fundamentales. Por un lado, la adquisición de la conciencia de las propias capacidades (intelectuales, emocionales, físicas), del proceso y las estrategias necesarias para desarrollarlas, así como de lo que se puede hacer por uno mismo y de lo que se puede hacer con ayuda de otras personas o recursos. Por otro lado, disponer de un sentimiento de competencia personal, que redundará en la motivación, la confianza en uno mismo y el gusto por aprender.

En definitiva, aprender a aprender implica la conciencia, gestión y control de las propias capacidades y conocimientos desde un sentimiento de competencia o eficacia personal, e incluye tanto el pensamiento estratégico como la capacidad de cooperar, de autoevaluarse, y el manejo eficiente de un conjunto de recursos y técnicas de trabajo intelectual, todo lo cual se desarrolla a través de experiencias de aprendizaje conscientes y gratificantes, tanto individuales como colectivas.

### **Autonomía e iniciativa personal**

Esta competencia se refiere, por una parte, a la adquisición de la conciencia y aplicación de un conjunto de valores y actitudes personales interrelacionadas, como la responsabilidad, la perseverancia, el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la creatividad, la autocrítica, el control emocional, la capacidad de elegir, de calcular riesgos y de afrontar los problemas, así como la capacidad de demorar la necesidad de satisfacción inmediata, de aprender de los errores y de asumir riesgos. Por otra parte, remite a la capacidad de elegir con criterio propio, de imaginar proyectos y de llevar adelante las acciones necesarias para desarrollar las opciones y planes personales -en el marco de proyectos individuales o colectivos- responsabilizándose de ellos, tanto en el ámbito personal, como social y laboral.

Otra dimensión importante de esta competencia, muy relacionada con esta vertiente más social, está constituida por aquellas habilidades y actitudes relacionadas con el liderazgo de proyectos, que incluyen la confianza en uno mismo, la empatía, el espíritu de superación, las habilidades para el diálogo y la cooperación, la organización de tiempos y tareas, la capacidad de afirmar y defender derechos o la asunción de riesgos. En síntesis, la autonomía y la iniciativa personal suponen ser capaz de imaginar, emprender, desarrollar y evaluar acciones o proyectos individuales o colectivos con creatividad, confianza, responsabilidad y sentido crítico.

## **4. PLAN DE ACTIVIDADES DEL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN.**

### **4.1 OBJETIVOS GENERALES**

A continuación, se dividen los objetivos del Departamento de Orientación en función de a quién o para quién van dirigidos.

Hay que recalcar que estos objetivos se logran con la actuación conjunta y coordinada de los profesores-tutores con el Departamento de Orientación, ya que son los profesores-tutores quienes más tiempo pasan con el alumnado.

A) En relación con el alumnado:

- 1- “Facilitar la integración del alumno en su clase, en la dinámica del centro y fomentar el desarrollo de actividades participativas”
  - a) Realizar actividades de acogida al principio de curso:
  - b) Actualizar e insistir en las normas básicas de convivencia en el centro, reglamento de Régimen Interno:
  - c) Explicarles las funciones y tareas de la acción tutorial.
- 2- “Contribuir a la individualización y personalización de los procesos de enseñanza-aprendizaje”.
  - a) Conocer individualmente las relaciones de cada alumno con el grupo, con su entorno socio-familiar, así como su situación personal para favorecer su adaptación. A través de sociogramas, entrevistas personales y familiares.
  - b) Fomentar en el alumno el conocimiento y aceptación de sí mismo favoreciendo su autoestima, autoconcepto, asertividad y autocontrol ante las dificultades que se les presenten (Enseñar a ser).
    - Que el alumno conozca su momento evolutivo y factores que lo favorecen.
    - Que asuma su propia individualidad frente a los demás a través de coloquios, debates, tareas compartidas en grupo.
    - Valoración positiva de sus logros y ayudarle a reconocer sus errores, sin comparaciones ni connotaciones negativas.
    - Exigencia de pautas de convivencia: relaciones entre iguales, con los profesores, costumbres y valores.
    - Mostrarles actitudes tolerantes y democráticas.
    - Facilitar el trabajo en grupo y la responsabilidad en las tareas.
    - Estrategias y habilidades sociales: posibilitar el diálogo, la autodisciplina, la toma de decisiones, superación de conflictos y soluciones a los mismos (desarrollo de actividades).
    - Que conozca sus posibilidades y limitaciones: autoevaluación, corrección y reflexión sobre tareas y comportamientos.

- Que sepa autorreforzarse, comprometerse y establecerse a sí mismo retos con o sin ayuda.
  - c) Profundizar en el conocimiento de actitudes, aptitudes y capacidades de cada uno de los alumnos para ayudarles en el proceso de aprendizaje:
  - d) Fomentar en el alumno la capacidad de aprender a aprender (enseñar a pensar).
- 3- “Atender y, en lo posible, anticiparse a las dificultades de los alumnos, así como a sus necesidades educativas específicas para proceder a la adecuación personal del currículo”.
  - 4- Realizar las adaptaciones curriculares y la intervención educativa específica con los alumnos que lo necesiten.
  - 5- “Coordinar el proceso de evaluación”: Celebrar asambleas con los alumnos para preparar las sesiones de evaluación y comentar y tomar decisiones después de la evaluación.
  - 6- “Tomar decisiones sobre la promoción de un curso a otro”.
  - 7- “Favorecer y apoyar los procesos de maduración y orientación vocacional”.
    - a) Solicitar de sus alumnos que planteen colectiva o individualmente, sus necesidades y expectativas.
    - b) Profundizar en el conocimiento de actitudes y aptitudes de cada uno de sus alumnos para ayudarles en la toma de decisión.
    - c) Organizar actividades que ayuden a tomar decisiones en el proceso de Orientación Educativa y Profesional: Mesas redondas con profesionales, debates, salidas, cuestionarios, etc.
  - 8- “Fomentar el desarrollo de actitudes participativas en el centro y en su entorno sociocultural”.
    - a) Conocer la dinámica interna de su tutoría. Desarrollar técnicas grupales para lograr una mayor coherencia e integración del grupo. (Enseñar a convivir).
    - b) Promover actividades extraescolares.

### **EN RELACIÓN CON OTROS PROFESORES**

- 9- “Coordinar adecuadamente las programaciones con el grupo de alumnos, especialmente para aquellos alumnos con necesidades educativas especiales.”
  - a) Elaborar junto con el Dto. de Orientación las correspondientes adaptaciones curriculares.
- 10- “Coordinar el proceso evaluador, así como la información acerca de cada alumno”.

- a) Realizar sesiones de información sobre el proceso evaluativo: evaluación-continua, formativa y orientativa de los alumnos de su grupo con el Equipo de Profesores.
- b) Recabar información sobre los alumnos de su grupo con los profesores, con objeto de dar una información.

11- “Posibilitar las líneas de acción común con el resto de los tutores.”

- a) Recabar información del profesor-tutor del ciclo anterior.”
- b) Transferir información de su grupo al tutor/a del ciclo siguiente:
- c) Coordinar actividades de aprendizaje con los otros tutores del ciclo.
- d) Coordinar actividades extraescolares con los otros tutores del ciclo.

12- “Mediar con conocimiento de causa en posibles situaciones de conflicto entre alumnos y profesores” (sobre todo para los últimos cursos de Secundaria).

### **EN RELACION CON LAS FAMILIAS**

13- “Fomentar y contribuir al establecimiento de unas relaciones adecuadas con los padres del alumnado.”

- a) Realizar una reunión al comienzo del curso para informarles sobre el plan general de actuación:
- b) Realizar entrevistas individuales más frecuentes en aquellos casos que requieran una orientación más especializada.

14- “Implicar, en la medida de lo posible, a los padres en la labor de apoyo al aprendizaje.”

- a) Conseguir que los padres se impliquen con el trabajo personal de sus hijos.
- b) Orientar para que los padres se impliquen en el aprovechamiento del tiempo libre y ocio de sus hijos.
- c) Preparar y organizar visitas de tipo educativo y lúdico.

15- “Informar, asesorar y orientar a los padres en todo aquello que afecte a la educación de sus hijos”.

### **4.2 ÁMBITOS DE ACTUACIÓN**

De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 30 del Decreto, las actuaciones de los servicios generales de orientación se articulan a través de tres ámbitos: proceso de enseñanza-aprendizaje, acción tutorial y orientación académica y profesional. Teniendo en cuenta, además, que la atención a la diversidad se desarrollará de forma transversal a los ámbitos anteriores.

#### 4.2.1 ASESORAMIENTO Y COLABORACIÓN CON EL EQUIPO DIRECTIVO, C.C. P. Y DPTOS. DIDÁCTICOS

El Departamento de Orientación colabora con el resto de departamentos del IES en la elaboración y revisión del Proyecto Educativo de Centro (PEC) y la Programación General Anual (PGA). Formula propuestas a la Comisión de Coordinación Pedagógica (CCP) sobre los aspectos psicopedagógicos del proyecto curricular y de las programaciones de aula.

Además, el Departamento de Orientación participa activamente en las reuniones de las CCP, las cuales se realizan mensualmente, por lo que ejerce la función de tanto de colaborar con el resto de departamentos como de asesorarles.

#### 4.2.2 APOYO AL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

Este es el primero de los tres grandes ámbitos que vertebran las funciones de un Departamento de Orientación. Dicho departamento estará implicado en el proceso enseñanza-aprendizaje con un gran número de actuaciones.

Por un lado, realizará actividades de colaboración con el profesorado del IES, para asesorar sobre la adopción de medidas educativas adecuadas a todo el alumnado, bien sean estas preventivas o específicas.

Por otro, se procederá a realizar evaluaciones psicopedagógicas al alumnado que sea pertinente con el fin de garantizar la adecuación de medidas extraordinarias y adaptaciones curriculares.

#### 4.2.3 APOYO AL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

El Plan de Acción Tutorial (PAT) es el instrumento principal para la planificación de la tutoría. Constituye el marco en el que se especifican los criterios de la organización y las líneas prioritarias de funcionamiento de la tutoría en el centro educativo. Sin embargo, este documento no debe ir aislado, ha de elaborarse a partir de una reflexión compartida sobre las características del entorno, el ideario del centro, las señas de identidad del centro, etc.

El PAT debe considerarse como un documento cambiante, flexible, sometido a un proceso constante de revisión y mejora

Las características más importantes que debe reunir el PAT son las siguientes:

- Claridad de los objetivos para que sean comprendidos y aceptados por todos los miembros del centro.
- Contextualizado, adaptado al centro y a su entorno, a las características de alumnado y de profesorado.
- Viable, planteándose objetivos realistas.

- Fundamentado teóricamente, de forma que su elaboración y puesta en práctica se asiente en principios rigurosos.
  - Consensuado, elaborado por todos de forma conjunta.
  - Global, debe contemplar intervenciones con todos los elementos de la comunidad educativa: alumnado, familiares y profesorado.
  - Inmerso en el currículo, de forma que favorezca no sólo acciones puntuales, sino el desarrollo de la acción tutorial en las distintas áreas didácticas.
  - Flexible, adaptándose a las circunstancias cambiantes y capaz de amoldarse a las distintas necesidades.
  - Revisable, susceptible de ser evaluado con el fin de garantizar su mejora.
- Integral, dirigido a todo el alumnado y persiguiendo el desarrollo de todos los aspectos de la personalidad

En el centro se entiende la acción tutorial como una tarea educativa encaminada a orientar, tutelar y apoyar el proceso educativo de cada alumno con la intención de buscar las condiciones más favorables. Se plantea también esta tarea como algo transversal e interdisciplinar en la que todo el profesorado estará implicado en las correspondientes áreas que impartan.

Se contempla la acción tutorial desde tres grandes bloques:

- El trabajo directo con los alumnos favoreciendo una atención lo más personalizada posible.
- La actuación coordinada con el resto de profesores.
- La cooperación educativa con las familias.

Y a dos niveles:

- Tutoría individual.
- Tutoría en grupo.

En el centro, toda acción educativa se da en un contexto de relación entre personas. En la tutoría, este componente de relación humana es todavía más notable y característico y se verá facilitado si se procura tener una serie de actitudes favorables para con el alumnado.

La evaluación del Plan de Acción Tutorial se realiza de la siguiente manera:

- Al finalizar el curso escolar, el Departamento de Orientación participa en la evaluación del PAT y elabora una memoria final sobre su funcionamiento. Esta memoria consiste en una síntesis sobre los logros alcanzados, las dificultades encontradas y los aspectos que será necesario modificar.
- Para elaborar esta memoria los tutores aportan su punto de vista y se sirven a su vez de aportaciones que realizan los alumnos.

- En la memoria de cada grupo el tutor expone las principales tareas desarrolladas y su valoración.
- Las conclusiones obtenidas son tenidas en cuenta para introducir los ajustes necesarios en el Plan del curso siguiente.

Se utilizan los siguientes indicadores:

➤ Cuantitativos:

1. Número de familias y estudiantes atendidos que han conseguido gracias a esa intervención una mejora de su situación inicial.
2. Número de actividades del proyecto que se han realizado por curso o nivel, con estudiantes.
3. Número de reuniones y acuerdos tomados en las sesiones de evaluación de coordinación pedagógica y funcionamiento de los mismos.

➤ Cualitativos:

1. Grado de satisfacción por las actividades realizadas tanto en el alumnado y sus familias, como entre los profesores.
2. Nivel de funcionalidad y utilidad de las actividades diseñadas. Medido a criterio de los/as tutores, con recogida de propuestas de mejora.

#### 4.2.4 APOYO AL PLAN DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL.

Es un proceso a desarrollar durante toda la Educación Secundaria, adquiriendo una especial relevancia cuando el alumno debe escoger materias optativas, y en aquellos momentos en los que la elección entre distintas opciones puede condicionar en gran medida el futuro académico y profesional de los estudiantes: itinerarios académicos en 4º ESO, Bachillerato o ciclos formativos de Formación Profesional.

Contribuirá a facilitar el proceso de toma de decisiones de cada estudiante respecto a su futuro académico y profesional. Afectando directamente a:

- Actuaciones dirigidas a que el alumnado desarrolle las capacidades implicadas en la toma de decisiones y conozcan y valoren críticamente sus capacidades, motivaciones e intereses.
- Actuaciones destinadas a facilitar la información sobre las opciones educativas o laborales relacionadas con la etapa educativa en la que se encuentren.
- Actuaciones que favorezcan el contacto con el mundo del trabajo y facilite su inserción laboral.



### 4.3 PROGRAMACIÓN DE LAS TUTORÍAS EN ESO Y BACHILLERATO

A continuación, se presenta la programación de las tutorías de todos los cursos, desde 1° de Secundaria hasta 2° de Bachillerato.

Las tutorías son programadas anualmente por el Departamento de Orientación. Posteriormente se pone en común con los/as profesores/as tutores/as, ya que son ellos y ellas quienes van a llevarlas a cabo. Contarán con el apoyo del departamento y también con la figura de varios profesionales que irán aportando su experiencia, como será el caso en algunas de las sesiones de Orientación Académica y Profesional o en las charlas de determinados colectivos específicos (Violencia de género, Primeros auxilios, etc).

Para la lectura de las tablas que aparecen a continuación se deben tener en cuenta varios aspectos:

- Aquellas tutorías cuyo nombre aparece como *Tutoría “libre”*, corresponde a aquellas semanas en las que hay algún día festivo. Por tanto, se han dejado a libre disposición del tutor/a para poder invertir ese tiempo en aspectos que crean importantes del funcionamiento del grupo-clase, emplearlo en trabajar contenidos que no han dado tiempo en tutorías anteriores o para resolver conflictos que vayan surgiendo.
- En cada una de las celdas que indica qué programa se está trabajando hay un recuadro de color verde, amarillo o azul que indica a qué ámbito se refiere: Apoyo al Proceso de Enseñanza-Aprendizaje (PEA), Apoyo al Plan de Acción Tutorial (PAT) y Apoyo al Plan de Orientación Académica y Profesional.

## CRONOGRAMA ACTIVIDADES CURSO ACADÉMICO 16-17

**1º E.S.O.**

Proceso de Enseñanza-Aprendizaje

**PEA**

Plan de Acción Tutorial

**PAT**

Plan de Orientación Académica y Profesional

**POAP**

<b>Fecha</b>	<b>Programa</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Material</b>	<b>Observaciones</b>
12-16 Septiembre	Jornada de acogida.  <span style="background-color: #FFD700; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>POAP</b></span>  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>PAT</b></span>	1) Dar la bienvenida al grupo-clase. 2) Fomentar el conocimiento de todos los miembros del grupo. 3) Conocer la organización académica del curso (horarios, profesores, evaluaciones...) 4) Presentación de sus “Hermanos Mayores” de 3º ESO y conocimiento del espacio físico del centro.	--	Dinámicas de presentación, cuestionario de recogida de datos (personales, familiares, antecedentes académicos, etc.)  Visita por el centro con sus “Hermanos Mayores”.
19-23 Septiembre	Normas de convivencia y funcionamiento del aula.  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>PAT</b></span>	1) Explicación de las normas del centro. 2) Valorar la necesidad de la existencia de normas de convivencia. 3) Establecer entre todo el grupo las normas de funcionamiento del aula.	1 cartulina.	Debate sobre normas.
26-30 Septiembre	Investigar centros de interés.  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>PAT</b></span>	1) Conocer los intereses e inquietudes del alumnado. 2) Adaptar los contenidos de las tutorías libres en función de los intereses.	Cuestionario.	Se utiliza la técnica “brainstorming” y un cuestionario personal.
3-7 Octubre	Elección delegado/a y subdelegado/a.	1) Presentar el método de elección de delegados/as.	--	Se realizará un debate en gran grupo en el que se discutirán las

	<b>PAT</b>	<p>2) Conocer las características personales y funciones de un buen delegado/a.</p> <p>3) Ayudar al alumnado en el proceso de elección.</p> <p>4) Educar para la convivencia democrática y cooperativa</p>		características de un buen delegado/a.
13-14 Octubre	Tutoría “libre”.	--	--	--
17-21 Octubre	Hábitos de estudio I. <b>PEA</b>	<p>1) Evaluación inicial de técnicas de estudio.</p> <p>2) Motivación, atención y concentración.</p> <p>3) Elaboración de un horario de estudio.</p>	Plantilla horario personal y distribución el tiempo.	<p>Se analizarán todos los aspectos en pequeño grupo, mediante trabajo cooperativo.</p> <p>Tutor/a y orientador/a.</p>
24-28 Octubre	Aprender a convivir. <b>PAT</b>	<p>1) Reflexionar sobre los conflictos en las aulas.</p> <p>2) Aprender a discutir, controlar o resolver conflictos.</p> <p>3) Aprender a debatir y defender diferentes puntos de vista.</p>	Powerpoint.	Técnica de debate: El tutor repartirá roles al alumnado y tendrán que defenderse y argumentar por qué han de ser los supervivientes
2-4 Noviembre	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
7-11 Noviembre	Presentación Programa Alumnos/as Ayudantes. <b>PAT</b>	1) Presentación de alumnos/as ayudantes: para qué sirve y cómo acceder a la mediación.	Vídeo presentación.	Alumnos/as ayudantes y Dpto. Orientación.
14-18 Noviembre	Educación Emocional: Conciencia emocional. <b>PAT</b>	<p>1) Saber identificar qué emociones estamos sintiendo en cada momento.</p> <p>2) Conocer nuestras emociones, lo que las produce y compartirlas con nuestros y nuestras compañeras.</p>	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	Dpto. Orientación.

		3)Comprender los sentimientos de las demás personas ante adversidades.		
21-25 Noviembre	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1)Proporcionar herramientas para analizar en pequeños grupos el trabajo personal en el trimestre.  2)Ayudar a preparar los exámenes (gestionar el tiempo de estudio en casa, cómo afrontar un examen, modelos de examen...)	Cuestionarios	Autoevaluación de grupo y personal.
28-2 Dic	Exámenes	--	--	--
7-9 Dic	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
12-16 Diciembre	Evaluación 1º trimestre. <b>PEA</b>	1)Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo.  2)Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.	Autorregistro	--
19-22 Diciembre	Preparación festival de Navidad.	1)Desarrollar la creatividad de todo el grupo-clase	--	Ensayo en el Salón de Actos.
9-13 Enero	Identidad personal. <b>PAT</b>	1)Conocer las características evolutivas (físicas y psicológicas) de la adolescencia. 2)Analizar las dificultades y riesgos que suele conllevar esta etapa. 3)Descubrimiento de los rasgos de su identidad personal (social, sexual, afectiva, académica...)	--	--
16-20 Enero	Género e igualdad. <b>PAT</b>	1)Concepto de género (diferencias y puntos comunes), igualdad de género.	Vídeo: “Like a Girl” <a href="https://www.youtube.com/watch?v=xH-9nWaqpws">https://www.youtube.com/watch?v=xH-9nWaqpws</a>	Debate libre, exposición sobre ideas preconcebidas del género.

		2) Conocer brevemente el movimiento feminista.		
23-27 Enero	Prevención en drogodependencia I. <b>PAT</b>	1) Concepto de influencia y presión de grupo. 2) Identificar los factores y sentimientos que influyen en la toma de decisiones. 3) Creencias previas sobre el tabaco – desmentir mitos. 4) Componentes tabaco.	Vídeo componentes tabaco.	Rol en vivo: influencia social.
30-3 Febrero	Técnicas de estudio II. <b>PEA</b>	1) Explicación de técnicas de estudio: - Lectura (SQ3R). - Subrayado. - Síntesis/ resumen. - Esquema.	Fotocopias	Se trabajarán ejemplos de cada una de las técnicas.
6-10 Feb	Cine-forum: “La bicicleta verde”. <b>PAT</b>	1) Educación en valores: - Mujer (violencia de género). - Infancia, derechos de los niños/as. - Diversidad cultural, inmigración, emigración. - Relaciones humanas y familiares. - Coeducación. - Sistemas políticos.	Sala de proyecciones, proyectos y película.	--
13-17 Febrero	Cine-forum: “La bicicleta verde”. <b>PAT</b>	1) Educación en valores: - Mujer (violencia de género). - Infancia, derechos de los niños/as. - Diversidad cultural, inmigración, emigración.  - Relaciones humanas y familiares. - Coeducación. - Sistemas políticos.	Sala de proyecciones, proyectos y película.	Puesta en común de ideas extraídas tras la película.  Debate sobre los temas más polémicos.
20-24 Febrero	Educación emocional: Habilidades	1) Desarrollo de la cortesía: aprender cómo y cuándo utilizar reglas de cortesía.	Programa: Educación emocional y	Dpto. Orientación

	sociales y comunicativas I. <b>PAT</b>	2) Empatía: ser capaces de identificar las emociones del resto.	social (Gipuzkoa).	
27-3 Marzo	Educación emocional: Habilidades sociales y comunicativas II. <b>PAT</b>	1) Aprender a escuchar: Prestar atención al interlocutor/a y a lo que dice. 2) Poner en práctica las diferentes competencias cognitivas y conductuales para mejorar las HHSS	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	Dpto. Orientación Técnica de Role-playing.
6-10 Marzo	Prevención en drogodependencia II. <b>PAT</b>	1) Repaso de los componentes del tabaco y relación con los efectos que produce en el organismo. 2) Consecuencias a corto, medio y largo plazo. 3) Expresar las diferentes visiones de la sociedad hacia el hecho de fumar y no fumar.	--	Crear cartel para colgar en clase.
13-17 Marzo	Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes. <b>PEA</b>	1) Organización del estudio en periodos de examen. 2) Distribución del tiempo en la realización de exámenes. 3) Cómo evitar el “pánico ante el examen en blanco”.	--	--
20-24 Marzo	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1) Evaluar el trabajo del individual del trimestre y la evolución del grupo-clase. 2) Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.	Registros individuales evaluación 1º trimestre.	--
27-31 Marzo	Exámenes.	--	--	--
3-7 Abril	Evaluación segundo trimestre. <b>PEA</b>	1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.	--	--

18-21 Abril*	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
25-28 Abril*	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
2-5 Mayo*	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
8-12 Mayo	Espacio dedicado a los colectivos de sus centros de interés. <b>PAT</b>	[Objetivos en función de la sesión 3: “Investigar sobre centros de interés”.]	--	Especialistas colectivos.
15-19 Mayo	Educación emocional: Regulación emocional. <b>PAT</b>	1) Interacción Emoción-Pensamiento-Comportamiento. 2) Ser capaz de expresar las emociones de forma adecuada: Saber que tanto emociones como comportamiento pueden ser controlados por el pensamiento.	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	Dpto. Orientación
22-26 Mayo	Educación emocional: Autonomía emocional. <b>PAT</b>	1) Capacidad de valorarnos a nosotros y nosotras mismas: Expresión de los puntos fuertes que el resto observan de mí. 2) Automotivación: Aprender a responder a través de actitudes positivas.	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	--
29-2 Jun	Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes. <b>PEA</b>	1) Entrenamiento en relajación muscular. 2) Organización del estudio en periodos de examen. 3) Distribución del tiempo en la realización de exámenes.	Sala de Psicomotricidad y colchonetas.	Dpto. Orientación
5-9 Jun	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1) Evaluar el trabajo individual del trimestre y la evolución del grupo-clase.	Registros individuales 2º trimestre.	

		2)Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.		
12-16 Jun	Exámenes.	--	--	--
19-23 Jun	Evaluación tercer trimestre. <b>PEA</b>	1)Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2)Plan de acción para el verano.		



## CRONOGRAMA ACTIVIDADES CURSO ACADÉMICO 16-17

**2º E.S.O.**

Proceso de Enseñanza-Aprendizaje

**PEA**

Plan de Acción Tutorial

**PAT**

Plan de Orientación Académica y Profesional

**POAP**

Fecha	Programa	Objetivos	Material	Observaciones
12-16 Septiembre	Jornada de acogida. <b>POAP</b> <b>PAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Dar la bienvenida al grupo-clase.</li> <li>2) Encuentro después de las vacaciones, intercambio de vivencias.</li> <li>3) Organización académica del curso (horarios, profesores, evaluaciones...).</li> <li>4) Breve encuentro con sus Hermanos/as mayores de 4º E.S.O.</li> </ol>	--	Actividades encaminadas al conocimiento del grupo por parte del tutor (composición de grupos, distinción de roles dentro del grupo, experiencias cooperativas...)
19-23 Septiembre	Normas de centro y de aula. Expectativas curso académico. <b>PAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Recordatorio de las normas del centro.</li> <li>2) Establecer entre todo el grupo las normas de funcionamiento del aula.</li> <li>3) Autorreflexión personal sobre expectativas del curso académico.</li> </ol>	1 cartulina. Texto autorreflexión.	Debate sobre normas.
26-30 Septiembre	Investigar centros de interés <b>PAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Conocer los intereses e inquietudes del alumnado.</li> <li>2) Adaptar los contenidos de las tutorías libres en función de los intereses.</li> </ol>	Cuestionario.	Se utiliza la técnica “brainstorming” y un cuestionario personal.
3-7 Octubre	Elección delegado/a y subdelegado/a. <b>PAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Recordar el método de elección de delegados/as.</li> <li>2) Recordar las características personales y funciones de un buen delegado/a.</li> <li>3) Ayudar al alumnado en el proceso de elección.</li> </ol>	--	El/la delegado/a del curso anterior expondrá las funciones a modo de recordatorio.  El alumnado que voluntariamente

		4) Educar para la convivencia democrática y cooperativa.		quiera ser elegido, expondrá brevemente sus razones.
13-14* Octubre	Tutoría “libre”.	--	--	--
17-21 Octubre	Hábitos de estudio I. <b>PEA</b>	1) Revisión y evaluación de los hábitos de estudio. 2) Repaso de las pautas: motivación, atención y concentración. 3) Extraer los puntos fuertes y débiles en el estudio. 4) Elaboración de un horario de estudio y trabajo diario.	Plantilla horario personal y distribución del tiempo.	Se analizarán todos los aspectos en pequeño grupo, mediante trabajo cooperativo.  Dpto. Orientación.
24-28 Octubre	Educación Emocional: Habilidades de vida y bienestar. <b>PAT</b> <b>POAP</b>	1)Éxito: Deducir el camino a seguir para tener éxito. - Hacerse conscientes de que el esfuerzo va antes que el éxito. 2)Objetivos: Tener claro lo que significa un objetivo personal. - Expectativas de futuro personal y laboral.	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	--
2-4 Noviembre	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
7-11 Noviembre	Recordatorio Programa Alumnos/as ayudantes y Educación Emocional: Habilidades de vida y bienestar. <b>PAT</b> <b>POAP</b>	1)Recordar para qué sirve y cuando se puede utilizar la mediación de los Alumnos/as Ayudantes. 2)Plan de acción: Saber hacer y aplicar el plan de acción para lograr objetivos. 3)Bienestar subjetivo: Ser consciente de nuestro propio bienestar.	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	Alumnos/as ayudantes.
14-18 Noviembre	Educación Emocional:	1)Ser conscientes de las consecuencias que nuestros	Programa: Educación emocional y	Dpto. Orientación.

	Conciencia emocional. <b>PAT</b>	actos pueden tener en los y las demás. 2) Reflexionar sobre los prejuicios, cómo los utilizamos y qué consecuencias conllevan.	social (Gipuzkoa).	
21-25 Noviembre	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1) Proporcionar herramientas para analizar en pequeños grupos el trabajo personal en el trimestre. 2) Ayudar a preparar los exámenes (gestionar el tiempo de estudio en casa, cómo afrontar un examen, modelos de examen...)	Cuestionarios	Autoevaluación de grupo y personal.
28-2 Dic	Exámenes	--	--	--
7-9 Dic	Tutoría "libre". <b>PAT</b>	--	--	--
12-16 Diciembre	Evaluación 1º trimestre. <b>PEA</b>	1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.	Autorregistro	--
19-22 Diciembre	Preparación de festival de Navidad.	1) Desarrollar la creatividad de todo el grupo-clase.	--	Ensayo en el Salón de Actos.
9-13 Enero	Género e igualdad I. <b>PAT</b>	1) Desarrollar un pensamiento crítico sobre la igualdad de género. 2) Conocer la problemática de la violencia machista en la sociedad. 3) Identificar desigualdades, comportamiento machistas y micromachismos.	--	Plataforma Feminista.
16-20 Enero	Género e igualdad II	1) Visibilizar la problemática de la violencia machista. 2) Creación de un muro contra la violencia machista.	Ladrillos de papel con mensajes	Pared del Hall del colegio.

	<b>PAT</b>		sobre violencia.	
23-27 Enero	Prevención en drogodependencia: Alcohol. <b>PAT</b>	1) Conocer las actitudes previas en relación al consumo de alcohol. 2) Conocer los efectos fisiológicos y comportamentales del alcohol en el organismo.	--	--
30-3 Febrero	Técnicas de estudio II. <b>PEA</b>	1) Repaso de técnicas de estudio: - Lectura (SQ3R). - Subrayado. - Síntesis. - Esquema. 2) Explicación de nuevas técnicas de estudio: - Cuadro comparativo. - Mapa conceptual.	Fotocopias.	Se trabajarán ejemplos de cada una de las técnicas.
6-10 Feb	Proyecto común y voluntario. <b>PAT</b> <b>POAP</b>	1) Aumentar la motivación frente a un proyecto voluntario (y fuera del horario escolar). 2) Adquirir competencias extracurriculares en función del proyecto. 3) Fomentar la toma de decisiones durante la elaboración del proyecto.		--
13-17 Febrero	Toma de decisiones: Optatividad. <b>PAT</b>	1) Explicación sistema educativo español. 2) Dar a conocer los distintos itinerarios académicos y profesionales. 3) Explicar las opciones entre las que pueden elegir en el próximo curso.	Folleto LOMCE.	Dpto. Orientación.
20-24 Febrero	Educación emocional: Habilidades sociales y comunicativas I.	1) Asertividad: Aprender a mostrar nuestros sentimientos y opiniones de forma correcta.	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	--

	<b>PAT</b>	2)Resolución de conflictos: Adquirir habilidades para hacer frente eficazmente a los conflictos		
27-3 Marzo	Educación emocional: Regulación emocional  <b>PAT</b>	1)Aprender a regular y expresar de forma adecuada las emociones. 2)Identificar las emociones negativas y manejar las consecuencias que provocan en mí. 3)Crear emociones positivas: Aprender habilidades para sentir alegría, amor, humor...	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	Dpto. Orientación
6-10 Marzo	Cuestionarios psicopedagógico  <b>POAP</b> <b>PEA</b>	1)Valoración individual de cada estudiante en varias áreas: - Cognitiva. - Socioemocional. - Académica y profesional.		Dpto. Orientación.
13-17 Marzo	Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes.  <b>PEA</b>	1)Organización del estudio en periodos de examen. 2) Distribución del tiempo en la realización de exámenes. 3)Estrategias para relacionar conceptos en lugar de memorizar datos.	--	--
20-24 Marzo	Pre-evaluación.  <b>PEA</b>	1)Evaluar el trabajo del individual del trimestre y la evolución del grupo-clase. 2)Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.	Registros individuales evaluación 1º trimestre.	--
27-31 Marzo	Exámenes.	--	--	--
3-7 Abril	Evaluación segundo trimestre.  <b>PEA</b>	1)Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo.	--	--

		2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.		
18-21 Abril*	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
25-28 Abril*	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
2-5 Mayo*	Tutoría “libre”. <b>PAT</b>	--	--	--
8-12 Mayo	Espacio dedicado a los colectivos de sus centros de interés. <b>PAT</b>	[Objetivos en función de la sesión 3: “Investigar sobre centros de interés”.]	--	Especialistas colectivos.
15-19 Mayo	Educación emocional: Autonomía emocional. <b>PAT</b>	1) Responsabilidades. 2) Capacidad para criticar normas y estándares sociales: medios de comunicación, anuncios y publicidad. 3) Ser capaz de pedir ayuda ante determinadas situaciones.	Programa: Educación emocional y social (Gipuzkoa).	Dpto. Orientación
22-26 Mayo	Formación Hermano/a Mayor. <b>PAT</b>	1) Formar al alumnado de 2º para comenzar el programa Hermano/a Mayor al principio del siguiente curso 2017-2018.	Proyector y ordenador portátil.	Participará el alumnado de 4º ESO que forman parte del programa.
29-2 Jun	Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes. <b>PEA</b>	1) Entrenamiento en relajación muscular. 2) Organización del estudio en periodos de examen.	Sala de Psicomotricidad y colchonetas.	Dpto. Orientación

		3) Distribución del tiempo en la realización de exámenes.		
5-9 Jun	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1)Evaluar el trabajo individual del trimestre y la evolución del grupo-clase a lo largo del curso. 2)Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.	Registros individuales 2º trimestre.	
12-16 Jun	Exámenes.	--	--	--
19-23 Jun	Evaluación tercer trimestre. <b>PEA</b>	1)Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2)Plan de acción para el verano.		

## CRONOGRAMA ACTIVIDADES CURSO ACADÉMICO 16-17

### 3º E.S.O.

Proceso de Enseñanza-Aprendizaje

**PEA**

Plan de Acción Tutorial

**PAT**

Plan de Orientación Académica y Profesional

**POAP**

Fecha	Programa	Objetivos	Material	Observaciones
12-16 Septiembre	Jornada de acogida.  <div style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>PAT</b></div> <div style="background-color: #FFD700; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>POAP</b></div>	1) Dar la bienvenida al grupo-clase. 2) Encuentro después de las vacaciones, intercambio de vivencias. 3) Organización académica del curso (horarios, profesores, evaluaciones...). 4) Encuentro con sus "Hermanos Pequeños" de 1º ESO.	--	Actividades encaminadas al conocimiento del grupo por parte del tutor (composición de grupos, distinción de roles dentro del grupo, experiencias cooperativas...). Especial atención al alumnado del grupo PMAR.
19-23 Septiembre	Normas de centro y de aula.  <div style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>PAT</b></div>	1) Conocer la declaración de los Derechos Humanos y del niño. 2) Reflexionar sobre la importancia de la convivencia y el respeto. 3) Pautar normas de clase entre todo el grupo. 4) Recordar normas de Centro.	Declaración de los Derechos Humanos y del niño. Cartulinas.	Juego de pistas por el centro para encontrar los diferentes artículos. Debate sobre normas.
26-30 Septiembre	Investigar centros de interés  <div style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>PAT</b></div>	1) Conocer los intereses e inquietudes del alumnado. 2) Adaptar los contenidos de las tutorías libres en función de los intereses.	Cuestionario.	Debate libre para la elección de los temas.
3-7 Octubre	Elección delegado/a y subdelegado/a.  <div style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; display: inline-block;"><b>PAT</b></div>	1) Recordar el método de elección de delegados/as. 2) Recordar las características personales y funciones de un buen delegado/a. 3) Ayudar al alumnado en el proceso de elección.	--	-El/la delegado/a del curso anterior expondrá las funciones a modo de recordatorio. -Breve campaña electoral de los candidatos.



		4) Educar para la convivencia democrática y cooperativa.		
13-14* Octubre	Tutoría “libre”.	--	--	--
17-21 Octubre	Hábitos de estudio I: Expectativas curso académico. <b>PEA</b>	1) Puesta en común de las expectativas personales de cada alumno/a. 2) Repaso de las pautas: motivación, atención y concentración. 3) Elaboración técnica DAFO. 4) Elaboración de un horario de estudio y trabajo diario.	Plantilla horario personal y distribución del tiempo.	Se realizará mediante reflexión personal y trabajo individual. Técnica DAFO. Dpto. Orientación.
24-28 Octubre	Explorando el futuro. <b>POAP</b>	1)Mostrar las oportunidades profesionales que dan las diferentes carreras profesionales (nivel general). 2) Conexión con sus habilidades. 3) Valorar su potencial. 4)Posibilidades de desarrollo. 5) Vencer los estereotipos de género en el mundo laboral. 6)Fomentar su ambición con ejemplos reales.	Proyector y salón de actos.	Asociación mujeres empresarias ARAME.
2-4 Noviembre	Tutoría “libre”.	--	--	--
7-11 Noviembre	Presentación Programa Alumnos Ayudantes. <b>PAT</b>	1)Enseñar en qué consiste el programa. 2) Motivar y fomentar la participación del alumnado. 3)Proponer a los estudiantes más indicados para el programa.	--	Dpto. Orientación.
14-18 Noviembre	Hábitos saludables: Alimentación <b>PAT</b>	1) Ofrecer información sobre diferentes aspectos que integran las conductas alimentarias saludables. 2)Implicar al alumno en el papel activo que puede asumir en la detección de casos cercanos a su entorno. 3) Potenciar la autoestima y hábitos de vida saludables.	Imágenes de pasarelas de moda y anuncios publicitarios.	Dpto. Orientación.

		4) Fomentar el espíritu crítico hacia imágenes que favorezcan el prestigio y el reconocimiento social de la delgadez.		
21-25 Noviembre	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1) Proporcionar herramientas para analizar en pequeños grupos el trabajo personal en el trimestre. 2) Ayudar a preparar los exámenes (gestionar el tiempo de estudio en casa, cómo afrontar un examen, modelos de examen...)	Cuestionarios	Autoevaluación de grupo y personal.
28-2 Dic	Exámenes	--	--	--
7-9 Dic	Tutoría "libre".	--	--	--
12-16 Diciembre	Evaluación 1º trimestre. <b>PEA</b>	1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal. 2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.	Autorregistro	--
19-22 Diciembre	Preparación de festival de Navidad.	1) Desarrollar la creatividad de todo el grupo-clase. 2) Reforzar las relaciones de todos los miembros del grupo mediante la técnica de agrupamientos flexibles.	--	Ensayo en el Salón de Actos.
9-13 Enero	Género e igualdad "No solo duelen los golpes". <b>PAT</b>	1) Conocer el testimonio de Pamela Palenciano. 2) Hacer reflexionar al alumnado sobre el amor romántico, control, dominio y aislamiento.	Salón de actos	Pamela Palenciano.
16-20 Enero	Educación afectiva-sexual. <b>PAT</b>	1) Fomentar las relaciones sexuales sanas, equitativas y respetuosas. 2) Dar a conocer los diferentes métodos anticonceptivos. 3) Prevenir las enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados. 4) Resolver dudas de índole sexual propias de la adolescencia.	--	Especialistas en sexología.
23-27 Enero	Prevención en drogodependencia: <i>Cannabis</i> .	1) Conocer las actitudes previas en relación al consumo del <i>cannabis</i> .	Equipo de música.	Disco-forum

	<b>PAT</b>		2) Conocer los efectos fisiológicos y comportamentales del <i>cannabis</i> en el organismo. 3) Desarrollar el pensamiento crítico a través de la música.		
30-3 Febrero	Técnicas de estudio II. <b>PEA</b>		1) Dar a conocer las mejores técnicas para la búsqueda eficaz de información. 2) Explicar la técnica de Repasos mediante el “método Pascal”.	Fichero “método Pascal”.	--
6-10 Feb	Proyecto común y voluntario. <b>PAT</b> <b>POAP</b> <b>PEA</b>		1) Aumentar la motivación del grupo proponiendo un proyecto voluntario (y fuera del horario escolar). 2) Adquirir competencias extracurriculares (en función del proyecto). 3) Fomentar la toma de decisiones durante la elaboración del proyecto.	--	--
13-17 Febrero	Toma de decisiones. <b>POAP</b>		1) Dotar al alumnado de una capacidad que les permita recoger información significativa, reflexionar sobre ella, contrastarla e integrarla en su yo. 2) Facilitarles Información para que sean capaces de realizar una elección responsable. 3) Reflexionar sobre la importancia de las consecuencias de sus decisiones a largo plazo.	Periódicos y noticias de actualidad.	Se realizarán ejercicios prácticos de cribado de información relacionados con temáticas de su interés.
20-24 Febrero	Mindfulness como herramienta educativa. <b>PAT</b>		1) Conocer la herramienta de mindfulness. 2) Mejorar el rendimiento académico. 3) Disminuir los niveles de estrés, ansiedad y depresión. 4) Motivar la práctica individual de atención plena.		--
27-3 Marzo	Mindfulness: Meditación		1) Conocer la herramienta de mindfulness.	Uvas pasas y sala de	Dpto. Orientación

	basada en la respiración y exploración corporal. <b>PAT</b>	2)Mejorar el rendimiento académico. 3)Disminuir los niveles estrés, ansiedad y depresión. 4)Lograr un aprendizaje de las técnicas de atención plena.	psicomotricidad ad.	
6-10 Marzo	Sociograma <b>PAT</b>	1) Conocer el grado de unión y características del grupo. 2)Descubrir los distintos roles: líderes, alumnos rechazados, ignorados. 3)Mejorar la relación entre los miembros del grupo utilizando la información obtenida.	Sociograma.	Dpto. Orientación.
13-17 Marzo	Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes. <b>PEA</b>	1)Organización del estudio en periodos de examen. 2) Distribución del tiempo en la realización de exámenes. 3)Estrategias para relacionar conceptos en lugar de memorizar datos.	--	--
20-24 Marzo	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1)Evaluar el trabajo del individual del trimestre y la evolución del grupo-clase. 2)Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.	Registros individuales evaluación 1º trimestre.	--
27-31 Marzo	Exámenes.	--	--	--
3-7 Abril	Evaluación segundo trimestre. <b>PEA</b>	1)Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2)Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.	--	--
18-21 Abril*	Tutoría “libre”.	--	--	--
25-28 Abril*	Tutoría “libre”.	--	--	--
2-5 Mayo*	Tutoría “libre”.	--	--	--
8-12 Mayo	Espacio dedicado a los colectivos de sus	[Objetivos en función de la sesión 3: “Investigar sobre centros de interés”.]	--	Especialistas colectivos.

	centros de interés. <b>PAT</b>			
15-19 Mayo	Cine y salud: Juno. <b>PAT</b>	<p>1) Aceptar y valorar adecuadamente los cambios físicos y emocionales que experimentamos en la adolescencia. Reforzar nuestra identidad personal y sexual.</p> <p>2) Entender el preservativo como el método más eficaz</p> <p>3) Aceptar las diferencias que existen entre las personas, evitando cualquier tipo de discriminación.</p> <p>4) Tener una actitud crítica ante determinados roles sexuales o comportamientos sexistas que no favorecen una relación igualitaria entre las personas.</p>	Sala de proyecciones	
22-26 Mayo	Diversidad funcional. <b>PAT</b>	<p>1) Dar a conocer diferentes diversidades funcionales físicas, sensoriales e intelectuales.</p> <p>2) Conocer los prejuicios que tiene el alumnado hacia estos colectivos.</p> <p>3) Desmentir mitos que acompañan a estos colectivos.</p>	Vídeo: cuadrados y círculos	
29-2 Jun	Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes. <b>PEA</b>	<p>1) Entrenamiento en relajación muscular.</p> <p>2) Organización del estudio en periodos de examen.</p> <p>3) Distribución del tiempo en la realización de exámenes.</p>	Sala de Psicomotricidad y colchonetas.	Dpto. Orientación
5-9 Jun	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	<p>1) Evaluar el trabajo individual del trimestre y la evolución del grupo-clase a lo largo del curso.</p> <p>2) Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.</p>	Registros individuales 2º trimestre.	
12-16 Jun	Exámenes.	--	--	--

19-23 Jun	Evaluación tercer trimestre. <b>PEA</b>	1)Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2)Plan de acción para el verano.		
--------------	---	--	--	--

## CRONOGRAMA ACTIVIDADES CURSO ACADÉMICO 16-17

**4º E.S.O.**

Proceso de Enseñanza-Aprendizaje

**PEA**

Plan de Acción Tutorial

**PAT**

Plan de Orientación Académica y Profesional

**POAP**

Fecha	Programa	Objetivos	Material	Observaciones
12-16 Septiembre	Jornada de acogida. <b>POAP</b> <b>PAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Dar la bienvenida al grupo-clase.</li> <li>2) Encuentro después de las vacaciones, intercambio de vivencias.</li> <li>3) Organización académica del curso (horarios, profesores, evaluaciones...).</li> <li>4) Encuentro con sus "Hermanos Pequeños" de 1º ESO.</li> </ol>	--	Actividades encaminadas al conocimiento del grupo por parte del tutor (composición de grupos, distinción de roles dentro del grupo, experiencias cooperativas...).
19-23 Septiembre	Normas de centro y de aula. <b>PAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Conocer la declaración de los Derechos Humanos y del niño.</li> <li>2) Reflexionar sobre la importancia de la convivencia y el respeto.</li> <li>3) Pautar normas de clase entre todo el grupo.</li> <li>4) Recordar normas de Centro.</li> </ol>	Declaración de los Derechos Humanos y del niño. Cartulinas.	Juego de pistas por el centro para encontrar los diferentes artículos. Debate sobre normas.
26-30 Septiembre	Investigar centros de interés <b>PAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Conocer los intereses e inquietudes del alumnado.</li> <li>2) Adaptar los contenidos de las tutorías libres en función de los intereses.</li> </ol>	Cuestionario.	Debate libre para la elección de los temas.
3-7 Octubre	Elección delegado/a y subdelegado/a. <b>PAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Recordar el método de elección de delegados/as.</li> <li>2) Recordar las características personales y</li> </ol>	--	El/la delegado/a del curso anterior expondrá las funciones a modo de recordatorio.

		funciones de un buen delegado/a. 3) Ayudar al alumnado en el proceso de elección. 4) Educar para la convivencia democrática y cooperativa.		Campaña electoral de los candidatos.
13-14* Octubre	Tutoría “libre”.	--	--	--
17-21 Octubre	Hábitos de estudio <b>PEA</b>	1) Recibir una orientación práctica sobre la manera de optimizar el aprovechamiento del estudio. 2) Saber articular una sesión de trabajo. 3) Analizar los pasos que supone el estudio correcto de un tema. 4) Optimizar el repaso y la preparación para la realización de los ejercicios escritos.	Dossier resumen de Hábitos de Estudio.	Se utilizará la técnica de metodología inversa. Haciendo grupos de 5 alumnos para explicar cada una de las técnicas de estudio vistas en cursos anteriores.
24-28 Octubre	Explorando el futuro. <b>POAP</b>	1)Mostrar las oportunidades profesionales que dan las diferentes carreras profesionales (nivel general). 2) Conexión con sus habilidades. 3) Valorar su potencial. 4)Posibilidades de desarrollo. 5) Vencer los estereotipos de género en el mundo laboral. 6)Fomentar su ambición con ejemplos reales.	Proyector y salón de actos.	Asociación mujeres empresarias ARAME.
2-4 Noviembre	Tutoría “libre”.	--	--	--
7-11 Noviembre	Presentación Programa	1) Evaluar el programa de Alumnos/as Ayudantes del curso anterior.	Plantilla evaluación del programa.	Dpto. Orientación.



	Alumnos Ayudantes. <b>PAT</b>	2) Extraer ideas para mejorar el programa. 3) Dar pautas de actuación para el nuevo curso.		
14-18 Noviembre	Colectivo LGTB <b>PAT</b>	1) Conocer distintas formas de relación afectiva-sexual: Lesbianas, gays, transexuales, bisexuales, intersexuales, pansexuales, teoría Queer, etc. 2) Conocer los inicios e historia del movimiento. 3) Extraer prejuicios del alumnado. 4) Debatir sobre dichos prejuicios.	Película recomendada para ver fuera del horario lectivo: Pride.	Dpto. Orientación.
21-25 Noviembre	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1) Proporcionar herramientas para analizar en pequeños grupos el trabajo personal en el trimestre. 2) Ayudar a preparar los exámenes (gestionar el tiempo de estudio en casa, cómo afrontar un examen, modelos de examen...).	Cuestionarios	Autoevaluación de grupo y personal.
28-2 Dic	Exámenes	--	--	--
7-9 Dic	Tutoría "libre".	--	--	--
12-16 Diciembre	Evaluación 1º trimestre. <b>PEA</b>	1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.	Autorregistro	--
19-22 Diciembre	Preparación de festival de Navidad.	1) Desarrollar la creatividad de todo el grupo-clase. 2) Reforzar las relaciones de todos los miembros del grupo mediante la técnica de agrupamientos flexibles.	--	Ensayo en el Salón de Actos.
9-13 Enero	Género e igualdad "No	1) Conocer el testimonio de Pamela Palenciano. 2) Hacer reflexionar al alumnado sobre el amor	Salón de actos.	Pamela Palenciano.

	solo duelen los <b>PAT</b>	romántico, control, dominio y aislamiento.		
16-20 Enero	Educación afectiva-sexual. <b>PAT</b>	1) Reflexionar, conocer y tener un pensamiento crítico hacia: relaciones de pareja, conflictos en las relaciones “la pareja ideal”, respuesta sexual humana, orientación del deseo sexual. 2) Adquirir competencias y practicar la asertividad para saber decir “NO”.	--	--
23-27 Enero	Prevención en ciberadicciones. <b>PAT</b>	1) Visionado del capítulo de Black Mirror. 2) Reflexionar sobre pros y contras de las redes sociales.	Videos; <i>Black Mirror 3x01</i> . Película recomendada : <i>Her</i> .	Debate dirigido en dos grupos (a favor y en contra).
30-3 Febrero	Ocio y Tiempo Libre. <b>PAT</b>	1) Posibilidades educativas y formativas del tiempo de ocio. 2) Aprender a organizar el tiempo libre como forma de enriquecimiento personal. 3) Analizar los riesgos que conlleva el tiempo libre mal planificado: consumismo, manipulación, etc. 4) Conocer programas de actividades individuales y grupales favorecedoras de la creatividad, la cultura, la lectura...	--	Se harán mesas redondas con diferentes temáticas (deportes, artes, juegos y videojuegos, Internet, lectura, etc.) en las que el alumnado rotará. Finalmente se extraerán conclusiones e información útil para poder apuntarse a las actividades
6-10 Feb	A favor de la paz. <b>PAT</b>	1) Despertar en el grupo actitudes que favorezcan la paz y la no violencia. 2) Conocer algunos conflictos armados actuales (Guerra de Siria, problemática Maras en Centroamérica, etc.)	Vídeo Youtube: <i>¡La guerra de Siria explicada en 5 minutos!</i>	--

		<p>3) Conocer algunas iniciativas y organizaciones juveniles que están luchando y comprometiéndose con acciones pacificadoras.</p> <p>4) Estimular en los adolescentes la responsabilidad personal que todos tenemos en la construcción de la paz.</p>		
13-17 Febrero	<p>Toma de decisiones: Optatividad.</p> <p><b>PAT</b></p>	<p>2) Dar a conocer los distintos itinerarios académicos y profesionales (bachillerato, formación profesional, etc).</p> <p>3) Explicar las opciones entre las que pueden elegir en el próximo curso.</p>	Folleto LOMCE.	Dpto. Orientación.
20-24 Febrero	<p>Mindfulness como herramienta educativa.</p> <p><b>PAT</b></p>	<p>1) Conocer la herramienta de mindfulness.</p> <p>2) Mejorar el rendimiento académico.</p> <p>3) Disminuir los niveles estrés, ansiedad y depresión.</p> <p>4) Motivar la práctica individual de atención plena.</p>	--	Dpto. Orientación
27-3 Marzo	<p>Mindfulness: Meditación basada en la respiración y exploración corporal.</p> <p><b>PAT</b></p>	<p>1) Conocer la herramienta de mindfulness.</p> <p>2) Mejorar el rendimiento académico.</p> <p>3) Disminuir los niveles estrés, ansiedad y depresión.</p> <p>4) Lograr un aprendizaje de las técnicas de atención plena.</p>	Uvas pasas y sala de psicomotricidad.	Dpto. Orientación
6-10 Marzo	<p>CEPYME – Ibercaja Orienta.</p> <p><b>POAP</b></p>	<p>1) Presentación del servicio, qué es, para qué sirve, en qué puede ayudarles.</p> <p>2) Cuestionario de intereses profesionales.</p> <p>3) Presentación de opciones realistas para cada uno de los perfiles profesionales y profesiones afines.</p>	Profesionales de CEPYME.	Se realizará una salida de media jornada lectiva.

		4)Se les ayudará a aclarar ideas en cuanto al futuro académico y profesional.		
13-17 Marzo	Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes. <b>PEA</b>	1)Organización del estudio en periodos de examen. 2) Distribución del tiempo en la realización de exámenes. 3)Estrategias para relacionar conceptos en lugar de memorizar datos.	--	--
20-24 Marzo	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1)Evaluar el trabajo del individual del trimestre y la evolución del grupo-clase. 2)Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.	Registros individuales evaluación 1º trimestre.	--
27-31 Marzo	Exámenes.	--	--	--
3-7 Abril	Evaluación segundo trimestre. <b>PEA</b>	1)Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2)Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.	--	--
18-21 Abril*	Tutoría “libre”.	--	--	--
25-28 Abril*	Tutoría “libre”.	--	--	--
2-5 Mayo*	Tutoría “libre”.	--	--	--
8-12 Mayo	Espacio dedicado a los colectivos de sus centros de interés. <b>PAT</b>	[Objetivos en función de la sesión 3: “Investigar sobre centros de interés”.]	--	Especialistas colectivos.
15-19 Mayo	Programa Hermano/a mayor. <b>PAT</b> <b>PEA</b>	1)Hacer repaso de todas las técnicas aprendidas y utilizadas en el programa de Hermano/a Mayor.	Cámara de vídeo.	Grabarán vídeos con respecto al objetivo 4 de la sesión.

		<p>2) Crear dinámicas atractivas para poder realizar en las clases de 2º ESO.</p> <p>3) Desarrollar un papel activo en el centro pudiendo ser ejemplo del alumnado de cursos inferiores.</p> <p>4) Recopilar experiencias personales significativas y buenas prácticas.</p>		
22-26 Mayo	<p>Preparación de la graduación.</p> <p><b>PAT</b></p>	<p>1) Proporcionarles tiempo para que preparen la graduación de secundaria.</p> <p>2) Puesta en común de ideas y reparto de funciones.</p>	Ordenadores.	--
29-2 Jun	<p>Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes.</p> <p><b>PEA</b></p>	<p>1) Entrenamiento en relajación muscular.</p> <p>2) Organización del estudio en periodos de examen.</p> <p>3) Distribución del tiempo en la realización de exámenes.</p>	Sala de Psicomotricidad y colchonetas.	Dpto. Orientación
5-9 Jun	<p>Pre-evaluación.</p> <p><b>PEA</b></p>	<p>1) Evaluar el trabajo individual del trimestre y la evolución del grupo-clase a lo largo del curso.</p> <p>2) Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.</p>	Registros individuales 2º trimestre.	
12-16 Jun	Exámenes.	--	--	--
19-23 Jun	<p>Evaluación tercer trimestre.</p> <p><b>PEA</b></p>	<p>1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo.</p> <p>2) Plan de acción para el verano.</p>		

## CRONOGRAMA ACTIVIDADES CURSO ACADÉMICO 16-17

### 1° DE BACHILLERATO

Proceso de Enseñanza-Aprendizaje

PEA

Plan de Acción Tutorial

PAT

Plan de Orientación Académica y Profesional

POAP

Fecha	Programa	Objetivos	Material	Observaciones
12-16 Septiem bre	Jornada de acogida.  <span style="background-color: #FFD700; color: black; padding: 2px; text-align: center;">POAP</span>  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; text-align: center;">PAT</span>	1) Dar la bienvenida al grupo-clase. 2) Encuentro después de las vacaciones, intercambio de vivencias. 3) Organización académica del curso y la etapa de bachillerato en general (horarios, profesores, evaluaciones...).	--	Actividades encaminadas al conocimiento del grupo por parte del tutor (composición de grupos, distinción de roles dentro del grupo, experiencias cooperativas...).
19-23 Septiem bre	Normas de centro y de aula.  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; text-align: center;">PAT</span>	1) Pautar normas de clase entre todo el grupo. 2) Recordar normas de Centro. 3) Explicar órganos de decisión y organización del centro escolar y comunidad educativa. 4) Motivar su participación en dichos órganos.	Calendario de reuniones consejo escolar.	
26-30 Septiem bre	Investigar centros de interés  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; text-align: center;">PAT</span>	1) Conocer los intereses e inquietudes del alumnado. 2) Adaptar los contenidos de las tutorías libres en función de los intereses.	Cuestionario.	Debate libre para la elección de los temas.
3-7 Octubre	Elección delegado/a y subdelegado/a.  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; text-align: center;">PAT</span>	1) Explicar el sistema de elecciones de nuestro país y comparar con otros sistemas. 2) Adquirir una opinión fundamentada y crítica sobre los sistemas electorales.	--	El/la delegado/a del curso anterior expondrá las funciones a modo de recordatorio. Campaña electoral de los candidatos.

		<p>3) Recordar el método de elección de delegados/as.</p> <p>4) Ayudar al alumnado en el proceso de elección.</p> <p>4) Educar para la convivencia democrática y cooperativa.</p>		
13-14* Octubre	Tutoría “libre”.	--	--	--
17-21 Octubre	Hábitos de estudio <b>PEA</b>	<p>1) Recibir una orientación práctica sobre la manera de optimizar el aprovechamiento del estudio.</p> <p>2) Saber articular una sesión de trabajo.</p> <p>3) Analizar los pasos que supone el estudio correcto de un tema.</p> <p>4) Optimizar el repaso y la preparación para la realización de los ejercicios escritos.</p>	¿?????	
24-28 Octubre	Explorando el futuro. <b>POAP</b>	<p>1) Mostrar las oportunidades profesionales que dan las diferentes carreras profesionales (nivel general).</p> <p>2) Conexión con sus habilidades.</p> <p>3) Valorar su potencial.</p> <p>4) Posibilidades de desarrollo.</p> <p>5) Vencer los estereotipos de género en el mundo laboral.</p> <p>6) Fomentar su ambición con ejemplos reales.</p>	<p>Proyector y salón de actos.</p> <p>¿???????</p>	Asociación mujeres empresarias ARAME.
2-4 Noviembre	Tutoría “libre”.	--	--	--
7-11 Noviembre	Programa Alumnos/as Ciberayudantes <b>PAT</b>	<p>1) Formación en problemáticas relacionadas con el uso de internet y redes sociales.</p> <p>2) Ciberadicciones.</p>	--	Dpto. Orientación.

14-18 Noviembre	Programa Alumnos/as Ciberayudantes <b>PAT</b>	1) Ciberbullying 2) Consecuencias legales del mal uso de internet y las redes sociales. 3) Privacidad y derechos de imagen. 4) Fomentar la participación del alumnado en el programa.	--	Dpto. Orientación y alumnado de 2º de bachillerato participante en el programa.
21-25 Noviembre	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1) Higiene postural y alimentación en exámenes. 1) Proporcionar herramientas para analizar en pequeños grupos el trabajo personal en el trimestre. 2) Ayudar a preparar los exámenes (gestionar el tiempo de estudio en casa, cómo afrontar un examen, modelos de examen...).	Cuestionarios	Autoevaluación de grupo y personal.
28-2 Dic	Exámenes	--	--	--
7-9 Dic	Tutoría "libre".	--	--	--
12-16 Diciembre	Evaluación 1º trimestre. <b>PEA</b>	1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento. 3) Mostrar las notas de corte de los grados (Unizar) de sus preferencias.	Autorregistro Notas de corte curso 15-16.	--
19-22 Diciembre	Preparación festival de Navidad.	1) Desarrollar la creatividad de todo el grupo-clase. 2) Reforzar las relaciones de todos los miembros del grupo mediante la técnica de agrupamientos flexibles.	--	Ensayo en el Salón de Actos.
9-13 Enero	Salud: Formación en primeros <b>PAT</b>	1) Aprender las principales técnicas de primeros auxilios. 2) Prevenir situaciones de peligro y emergencia. 2) Identificar situaciones de emergencia y cómo actuar.	--	Cruz Roja



16-20 Enero	Salud: Enfermedades raras. <b>PAT</b>	1)Dar a conocer testimonios e historias reales sobre enfermedades raras. 2)Sensibilizar al alumnado sobre estos colectivos. 3)Proporcionar un espacio y unas vías de comunicación con la asociación y las familias para poder colaborar con ellos.	--	Asociación PERA (Personas y Enfermedades Raras de Aragón).
23-27 Enero	Salud: Enfermedades raras. <b>PAT</b>	1)Preparar una campaña de sensibilización sobre Enfermedades Raras en el centro. 2) Hacer carteles informativos. 3)Organizar un mercadillo solidario para conseguir juguetes y fondos para la Asociación PERA.	--	Asociación PERA (Personas y Enfermedades Raras de Aragón).
30-3 Febrero	Día de la Paz <b>PAT</b>	1)Rechazar la violencia al comprender la naturaleza destructiva que tiene. 2)Comprender la complejidad de las causas que originan la violencia. 3)Comprender el proceso por el cual <i>la violencia genera violencia</i> . 4)Desarrollar pensamiento crítico hacia los episodios de violencia a los que están expuestos diariamente. 5)Desarrollar empatía y solidaridad hacia las víctimas de la violencia.	Vídeo: Odio y destrucción (ACNUR). Proyector y ordenador.	--
6-10 Feb	Preparación visita Universidad San Jorge. <b>POAP</b>	1)Mostrar los grados universitarios. 2)Breve explicación de los talleres que se impartirán en la vista.		--

		<p>3)Reparto equitativo en los distintos talleres.</p> <p>4)Extraer entre todo el grupo las ventajas e inconvenientes de una universidad privada.</p>		
13-17 Febrero	<p>Ciclo de conferencias Orientación académica y profesional: Mesas redondas con diferentes profesionales.</p> <p><b>POAP</b></p>	<p>1)Conocer profesionales de diferentes ámbitos (sanitario, científico-tecnológico, ciencias sociales y jurídicas, artes, etc.)</p> <p>2)Incrementar la motivación del alumnado sobre su futuro académico y profesional.</p> <p>3)Resolver dudas sobre acceso a los grados, contenido de los grados, futuras salidas profesionales, etc.</p> <p>4)Facilitar el proceso de toma de decisiones sobre qué hacer cuando se acaba bachillerato.</p>	Organización de espacios en función de las ponencias.	La actividad de Mesas Redondas se realizará a lo largo de los dos años de bachillerato, de forma rotativa para que todo el alumnado tenga opción de conocer un profesional de cada ámbito.
20-24 Febrero	<p>Mindfulness como herramienta educativa.</p> <p><b>PAT</b></p>	<p>1)Conocer la herramienta de mindfulness.</p> <p>2)Mejorar el rendimiento académico.</p> <p>3)Disminuir los niveles estrés, ansiedad y depresión.</p> <p>4)Motivar la práctica individual de atención plena.</p>	--	Dpto. Orientación
27-31 Marzo	<p>Mindfulness: Meditación basada en la respiración y exploración corporal.</p> <p><b>PAT</b></p>	<p>1)Conocer la herramienta de mindfulness.</p> <p>2)Mejorar el rendimiento académico.</p> <p>3)Disminuir los niveles estrés, ansiedad y depresión.</p> <p>4)Lograr un aprendizaje de las técnicas de atención plena.</p>	Uvas pasas y sala de psicomotricidad.	Dpto. Orientación
6-10 Marzo	<p>Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes.</p> <p><b>PEA</b></p>	<p>1)Organización del estudio en periodos de examen.</p> <p>2) Distribución del tiempo en la realización de exámenes.</p> <p>3)Estrategias para relacionar conceptos en lugar de memorizar datos.</p>	--	--

13-17 Marzo	Ciclo de conferencias de Orientación académica y profesional: Formación Profesional. <b>POAP</b>	1) Dar a conocer los diferentes grados de formación profesional existentes en la CCAA de Aragón. 2) Invitar a la reflexión sobre ventajas e inconvenientes de la formación profesional. 3) Conocer la estructura de los grados de formación profesional. 4) Abrir vías de comunicación con el/la ponente para poder resolver dudas tras la conferencia.	Salón de actos y proyector.	--
20-24 Marzo	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1) Evaluar el trabajo del individual del trimestre y la evolución del grupo-clase. 2) Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.	Registros individuales evaluación 1º trimestre.	--
27-31 Marzo	Exámenes.	--	--	--
3-7 Abril	Evaluación segundo trimestre. <b>PEA</b>	1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.	--	--
18-21 Abril*	Tutoría "libre".	--	--	--
25-28 Abril*	Tutoría "libre".	--	--	--
2-5 Mayo*	Tutoría "libre".	--	--	--
8-12 Mayo	Espacio dedicado a los colectivos de sus centros de interés. <b>PAT</b>	[Objetivos en función de la sesión 3: "Investigar sobre centros de interés".]	--	Especialistas colectivos.
15-19 Mayo	Análisis de medios de comunicación	1) Análisis crítico		

	(publicidad, telediarios, etc.			
22-26 Mayo	Creación de un blog como espacio de expresión e intercambio de ideas del alumnado. <b>PAT</b>	1) Llegar a un consenso sobre la temática del blog de este año (violencia de género, pobreza energética, racismo, acoso escolar, etc. 2) Aprender a contrastar fuentes serias y fiables.	.	--
29-2 Jun	Técnicas de estudio III – Cómo rendir mejor en los exámenes. <b>PEA</b>	1) Entrenamiento en relajación muscular. 2) Organización del estudio en periodos de examen. 3) Distribución del tiempo en la realización de exámenes.	Sala de Psicomotricidad y colchonetas.	Dpto. Orientación
5-9 Jun	Re-evaluación. <b>PEA</b>	1) Evaluar el trabajo individual del trimestre y la evolución del grupo-clase a lo largo del curso. 2) Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.	Registros individuales 2º trimestre.	
12-16 Jun	Exámenes.	--	--	--
19-23 Jun	Evaluación tercer trimestre. <b>PEA</b>	1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2) Plan de acción para el verano.		

## CRONOGRAMA ACTIVIDADES CURSO ACADÉMICO 16-17

### 2° DE BACHILLERATO

Proceso de Enseñanza-Aprendizaje

PEA

Plan de Acción Tutorial

PAT

Plan de Orientación Académica y Profesional

POAP

Fecha	Programa	Objetivos	Material	Observaciones
12-16 Septiembre	Jornada de acogida.  <span style="background-color: #FFD700; color: black; padding: 2px; text-align: center;">POAP</span>  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; text-align: center;">PAT</span>	1) Dar la bienvenida al grupo-clase. 2) Encuentro después de las vacaciones, intercambio de vivencias. 3) Organización académica de 2° de bachillerato (horarios, profesores, evaluaciones...).	--	Se incidirá especialmente en la temporalización de las evaluaciones y la prueba final de selectividad.
19-23 Septiembre	Normas de centro y de aula.  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; text-align: center;">PAT</span>	1) Pautar normas de clase entre todo el grupo. 2) Recordar normas de Centro. 3) Motivar su participación en dichos órganos.	Calendario de reuniones consejo escolar.	
26-30 Septiembre	Investigar centros de interés.  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; text-align: center;">PAT</span>	1) Conocer los intereses e inquietudes del alumnado. 2) Adaptar los contenidos de las tutorías libres en función de los intereses.	Cuestionario.	Debate libre para la elección de los temas.
3-7 Octubre	Elección delegado/a y subdelegado/a. Viaje de fin de curso.  <span style="background-color: #92D050; color: black; padding: 2px; text-align: center;">PAT</span>	1) Recordar el método de elección de delegados/as. 2) Ayudar al alumnado en el proceso de elección. 3) Educar para la convivencia democrática y cooperativa. 4) Desarrollar la toma de decisiones mediante la actividad del viaje de final de curso.	--	El/la delegado/a del curso anterior expondrá las funciones a modo de recordatorio. Campana electoral de los candidatos.

		5) Descubrir nuevas vías de financiación para el viaje de fin de curso.		
13-14* Octubre	Tutoría “libre”.	--	--	--
17-21 Octubre	Expectativas del curso y del futuro próximo. <b>POAP</b>	1) Conocer sus capacidades, rendimiento e intereses. 2) Conocer los condicionante de estudios posteriores. 3) Desarrollar la reflexión personal y la toma de decisiones. 4) Trazar un plan de acción individualizado del curso.	--	Se realizará mediante las técnicas de gamificación.
24-28 Octubre	Explorando el futuro. <b>POAP</b>	1) Mostrar las oportunidades profesionales que dan las diferentes carreras profesionales (nivel general). 2) Conexión con sus habilidades. 3) Valorar su potencial. 4) Posibilidades de desarrollo. 5) Vencer los estereotipos de género en el mundo laboral. 6) Fomentar su ambición con ejemplos reales.	Proyector y salón de actos.	Asociación mujeres empresarias ARAME.
2-4 Noviembre	Tutoría “libre”.	--	--	--
7-11 Noviembre	Programa Alumnos/as Ciberayudantes <b>PAT</b>	1) Evaluar el programa Alumnos/as ciberayudantes del curso 15-16. 2) Visibilizar la problemática de las ciberadicciones y el ciberacoso (sexting, grooming, etc) en el centro mediante charlas a sus compañeros de 1º de bachiller, cortometrajes, carteles, etc.	Documento de evaluación	Dpto. Orientación.
14-18 Noviembre	Pre-evaluación. <b>PEA</b>	1) Higiene postural y alimentación en exámenes.	Cuestionarios	--

		<p>1) Proporcionar herramientas para analizar individualmente el trabajo personal en el trimestre.</p> <p>2) Ayudar a preparar los exámenes (gestionar el tiempo de estudio en casa, cómo afrontar un examen, modelos de examen...).</p>		
21-25 Noviembre	Exámenes	--	--	--
28-2 Dic	<p>Evaluación 1º trimestre.</p> <p><b>PEA</b></p>	<p>1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo.</p> <p>2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.</p> <p>3) Mostrar las notas de corte de los grados (Unizar) de sus preferencias.</p> <p>4) Establecer su progreso</p>	<p>Autorregistro</p> <p>Notas de corte curso 15-16.</p>	--
7-9 Dic	Tutoría "libre".	--	--	--
12-16 Diciembre	<p>Blog como espacio de expresión e intercambio de ideas del alumnado.</p> <p><b>PAT</b></p>	<p>1) Desarrollar el pensamiento crítico.</p> <p>2) Motivar el interés por temas de actualidad.</p> <p>3) Desarrollar la escritura creativa.</p> <p>4) Realizar un seguimiento del blog iniciado el curso académico anterior.</p>	Ordenadores	--
19-22 Diciembre	Preparación de festival de Navidad.	<p>1) Desarrollar la creatividad de todo el grupo-clase.</p> <p>2) Reforzar las relaciones de todos los miembros del grupo mediante la técnica de agrupamientos flexibles.</p>	--	Ensayo en el Salón de Actos.
9-13 Enero	Salud: Formación en primeros auxilios.	<p>1) Aprender las principales técnicas de primeros auxilios.</p> <p>2) Prevenir situaciones de peligro y emergencia.</p>	--	Cruz Roja.

	<b>PAT</b>	3)Identificar situaciones de emergencia y cómo actuar. 4)Aprender a utilizar desfibriladores en situaciones de emergencia.		
16-20 Enero	Salud: Enfermedades raras. <b>PAT</b>	1)Dar a conocer testimonios e historias reales sobre enfermedades raras. 2)Sensibilizar al alumnado sobre estos colectivos. 3)Proporcionar un espacio y unas vías de comunicación con la asociación y las familias para poder colaborar con ellos.	--	Asociación PERA (Personas y Enfermedades Raras de Aragón).
23-27 Enero	Salud: Programa de Atención integral a personas prostituidas y víctimas de <b>PAT</b>	1)Visibilizar la problemática de la prostitución y trata de personas. 2)Sensibilizar al alumnado mediante testimonios reales. 3)Empoderamiento de la mujer. 4)Análisis crítico de la situación actual de las mujeres y de las causas de su situación.	<i>Vídeo: Claves de Empoderamiento.</i>	Asociación Cruz Blanca.
30-3 Febrero	Día de la Paz <b>PAT</b>	1)Comprender la complejidad del conflicto armado de Siria. 2)Desarrollar sensibilidad hacia las víctimas del terrorismo. 3)Disminución de prejuicios hacia inmigrantes.	Vídeo: I'm from Syria. Proyector y ordenador.	
6-10 Feb	Preparación del encuentro con otras asambleas feministas de Zaragoza. <b>PAT</b>	1)Conocer la labor de las asambleas feministas en el entorno estudiantil de Aragón. 2)Visibilizar el movimiento feminista entre los/as jóvenes. 3)Alentar la participación del alumnado en actividades de sensibilización de justicia social.	--	Plataforma feminista unizar.



13-17 Febrero	Ciclo de conferencias Orientación académica y profesional: Mesas redondas con diferentes profesionales. <b>POAP</b>	1) Conocer profesionales de diferentes ámbitos (sanitario, científico-tecnológico, ciencias sociales y jurídicas, artes, etc.) 2) Incrementar la motivación del alumnado sobre su futuro académico y profesional. 3) Resolver dudas sobre acceso a los grados, contenido de los grados, futuras salidas profesionales, etc. 4) Facilitar el proceso de toma de decisiones sobre qué hacer cuando se acaba bachillerato.	Organización de espacios en función de las ponencias.	La actividad de Mesas Redondas se realizará a lo largo de los dos años de bachillerato, de forma rotativa para que todo el alumnado tenga opción de conocer un profesional de cada ámbito.
20-24 Febrero	Pre-evaluación <b>PEA</b>	1) Evaluar el trabajo individual del trimestre. 2) Realización de planning de estudio para el periodo de exámenes.	Registros individuales evaluación 1º trimestre.	--
27-3 Marzo	Exámenes	--	--	--
6-10 Marzo	Evaluación 2º trimestre. <b>PEA</b>	1) Extraer conclusiones sobre el rendimiento personal de cada individuo. 2) Señalar compromisos concretos para mejorar el rendimiento.		--
13-17 Marzo	Ciclo de conferencias Orientación académica y profesional: Formación Profesional. <b>POAP</b>	1) Dar a conocer los diferentes grados de formación profesional existentes en la CCAA de Aragón. 2) Invitar a la reflexión sobre ventajas e inconvenientes de la formación profesional. 3) Conocer la estructura de los grados de formación profesional. 4) Abrir vías de comunicación con el/la ponente para poder resolver dudas tras la conferencia.	Salón de actos y proyector.	--

20-24 Marzo	Mindfulness como herramienta educativa. <b>PAT</b>	1) Conocer la herramienta de mindfulness. 2) Mejorar el rendimiento académico. 3) Disminuir los niveles de estrés, ansiedad y depresión. 4) Motivar la práctica individual de atención plena.	--	Dpto. Orientación
27-31 Marzo	Mindfulness: Meditación basada en la respiración y exploración corporal. <b>PAT</b>	1) Conocer la herramienta de mindfulness. 2) Mejorar el rendimiento académico. 3) Disminuir los niveles de estrés, ansiedad y depresión. 4) Lograr un aprendizaje de las técnicas de atención plena.	Uvas pasas y sala de psicomotricidad ad.	Dpto. Orientación
3-7 Abril	Preparación final de curso y selectividad. <b>POAP</b>	1) Comprensión de la prueba de selectividad, baremo de notas y ponderación. 2) Ser capaces de dotar a los exámenes finales y selectividad de la importancia que merecen (ni sobrevalorar, ni infravalorar).	--	--
18-21 Abril*	Tutoría "libre".	--	--	--
25-28 Abril*	Tutoría "libre".	--	--	--
2-5 Mayo*	Tutoría "libre".	--	--	--
8-12 Mayo	Espacio dedicado a los colectivos de sus centros de interés. <b>PAT</b>	[Objetivos en función de la sesión 3: "Investigar sobre centros de interés".]	--	Especialistas colectivos.
15-19 Mayo	Exámenes	--	--	--
22-26 Mayo	Evaluación tercer trimestre. <b>PEA</b>	1) Análisis crítico y realista de los resultados obtenidos en base al esfuerzo realizado a lo largo del curso. 2) Comparar resultados de la evaluación con el plan de	--	Dpto. Orientación

		<p>acción realizado a principio del curso.</p> <p>3)Extraer conclusiones y trazar plan de acción hasta finalizar el curso.</p>		
29-2 Jun	<p>Preparación de selectividad.</p> <p><b>PEA</b></p>	<p>1)Repasar conjuntamente las pautas para los exámenes de selectividad.</p> <p>2)Reducir la ansiedad y el estrés que selectividad puede provocar en el alumnado mediante las siguientes técnicas: Relajación progresiva de Jacobson, visualización, mindfulness.</p>	--	Dpto. Orientación
5-9 Jun	Selectividad.	--	--	--

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aierdi, A., Loptegi, B. y Goikoetxea, K. (2015). Inteligencia Emocional: Educación secundaria obligatoria. *Gipuzkoa: Gipuzkoako Foru Aldundia*. Recuperad el 1
- Barra, E., Cerna, R., Kramm, D. y Véliz, V. (2006). Problemas de Salud, Estrés, Afrontamiento, Depresión y Apoyo Social en Adolescentes. *Terapia Psicológica* 24, (1), 55-6.
- Barraza, A. y Silerio, J. (2007). El estrés académico en alumnos de Educación Media Superior: un estudio comparativo. *Investigación educativa*, 7, 48-65.
- Broderick, P. y Fennings, P. (2012). Mindfulness for adolescents: A promising approach to supporting emotion regulation and preventing risky behavior. *New Directions for Youth Development*. 136, 11-126.
- Burke, C. (2010). Mindfulness-Based approaches with children and adolescents: a preliminary review of current research in an emergent field. *Journal of Child and Family Studies*. 19, 133-144.
- Cutz, G. (2003). Hábitos de estudio y tarea en casa. Ediciones de la Universidad Illinois, USA. En Martínez, N., Martínez, L. y Báez, R. (2015). Marco referencial de hábitos de estudio de los universitarios como puntal para la actualización del plan de acción tutorial. Señalando rutas que trazan el futuro, 117-124.
- Dávila, B. y Guarino, L. (2001). Fuentes de Estrés y Estrategias de Afrontamiento en escolares Venezolanos. *Interamerican Journal of Psychology*, 35, (1), 97-112.
- González, D., Guerra, G. y Gutiérrez, C. (2005) Estudio comparativo sobre los hábitos de estudio a nivel universitario. Universidad Autónoma de Nuevo León. México.
- Hosman, C. y Jané-Llopis, E. (2004). Evidencia de intervenciones efectivas de promoción de salud mental. En Herrman, H., Saxena, S. y Moodie, R. *Promoción de la Salud Mental: conceptos, evidencia emergente, práctica: informe compendiado / un informe de la Organización Mundial de la Salud, Departamento de la Salud Mental y Abusos de Sustancias en colaboración con la Fundación Victorian para la Promoción de la Salud y La Universidad de Merlbourne*, (pp.35-41). Ginebra: OMS.
- Hosman, C., Jané-Llopis, E. y Saxena, S. (2005). *Prevención de los Trastornos Mentales Intervenciones Efectivas y Oposiciones de Políticas*. Oxford: Oxford University Press.
- Ley Orgánica 2/2006 de 3 de mayo de Educación (LOE).
- Ley Orgánica 8/2013 de 9 de diciembre para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE).

- Lupien, S., Ouellet-Morin, I., Trepainier, L. (2013). The distress for success program: effects of a stress education program on cortisol levels and depressive symptomatology in adolescents making the transition to high school. *Neuroscience*, 249, 74-87.
- Martínez-Otero, V., Pérez, O. y Torres L., (2011) Análisis de los Hábitos de Estudio en una muestra de alumnos universitarios. (Tesis de Maestría) Centro de Enseñanza Superior, Don Bosco España. *Revista Iberoamericana de Educación*.
- Maturana, H. A., & Vargas, S. A. (2015). El estrés escolar. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26, (1), 34-41.
- ORDEN de 30 de julio de 2014 por la que se regulan los servicios generales de orientación educativa de la Comunidad Autónoma de Aragón *Boletín Oficial de Aragón*, nº 152, 2014.
- Parto, M. y Besharat, M. (2011). Mindfulness, psychological well-being and psychological distress in adolescents: assessing the mediating variables and mechanisms of autonomy and self-regulation. *Social and Behavior Science*, 30, 578-582.
- Pozar F. (1989) Inventario de Hábitos de Estudio. TEA Ediciones. Publicaciones de Psicología Aplicada. Madrid, España.
- Real Decreto 732/1995 de 5 de mayo. por el que se establecen los derechos y deberes de los alumnos y las normas de convivencia en los centros. *Boletín Oficial del Estado*, 131, 1995.
- Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, de enseñanzas mínimas. *Boletín Oficial del Estado*, 293, 2006.
- Robinson, F. (1970). *Effective Study*. New York: Harper & Row.
- Espinar, S. (1986): Proyecto Docente e Investigador. Memoria para la Cátedra de Orientación Educativa (Inédita). Universidad de Barcelona.

## ANEXOS

### ANEXO I – PROGRAMA MINDFULNESS COMO HERRAMIENTA EDUCATIVA.

#### JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA

La OMS, (Hosman, Jané-Llopis y Saxena, 2005), declaró que las escuelas son uno de los entornos más importantes para la promoción de la salud y las intervenciones preventivas entre niños y jóvenes. Hay abundante evidencia empírica que demuestra que dichos programas influyen sobre la salud mental positiva y reducción de los factores de riesgo (Hosman y Jané-Llopis, 2004).

La adolescencia es una etapa del desarrollo evolutivo de la persona caracterizada por una gran variedad de cambios biológicos, psicológicos y sociales (Barra, Cerna, Kramm y Véliz, 2006).

Los niños y adolescentes se enfrentan a situaciones de alta demanda y requieren de todas sus capacidades de afrontamiento para adaptarse a los estresores internos y externos. Aunque el término estrés escolar no ha sido claramente definido, puede ser entendido como la respuesta del organismo a los estresores que se dan dentro del espacio educativo y que afectan al rendimiento global de los alumnos (Barraza y Silerio, 2007).

A nivel mundial, los estudios de estrés escolar son escasos, pero informan una alta prevalencia del estrés en problemas y desórdenes en etapas tempranas del desarrollo. (Lupien, Ouellet-Morin y Trepainier, 2013).

Algunas variables, como la experimentación de eventos estresantes, estrés percibido y ánimo depresivo, se relacionan significativamente con problemas de salud de adolescentes (Barra et al. 2006).

Algunos factores estresantes en la adolescencia son el exceso de responsabilidades, la alta carga de trabajo, evaluaciones, competitividad, temor al fracaso o no alcanzar las metas, presión parental, aceptación del grupo de pares, rivalidad entre compañeros, cambios de hábitos alimentarios, horarios de sueño y el cansancio cognitivo (Dávila y Guarino, 2001).

En lo referente a las diferencias de género, las mujeres adolescentes padecen mayores y más frecuentes de problemas de salud, mayor impacto de los eventos estresantes y especialmente mayor ánimo depresivo que los hombres (Barra et al. 2006).

Las emociones relacionadas con el estrés pueden ser fácilmente observadas por profesores y compañeros. Se trata de reacciones displacenteras, entre las que cabe destacar rabia, ansiedad, frustración, insomnio, cansancio y diversos dolores. A nivel cognitivo y conductual aparecen dificultades en memoria a corto y largo plazo, disminución de la capacidad de planificación y organización, falta de atención y concentración, comerse las uñas y morderse los labios continuamente (Maturana y Vargas, 2015).

En este sentido, se propone un programa de prevención-intervención el cual va destinado a trabajar las técnicas de mindfulness o atención plena, enmarcadas dentro de las terapias de tercera generación, como una herramienta educativa para enfrentar las situaciones adversas. Así como para mejorar la calidad de vida de los adolescentes y prevenir la enfermedad tanto en esta etapa de la vida como en las posteriores (Burke, 2010; Parto y Besharat, 2011; Broderick y Fennings 2012).

## OBJETIVOS

El objetivo general es reducir los niveles de estrés en adolescentes producido en contexto escolar, especialmente ante las evaluaciones.

Con el fin de conseguir este objetivo general, el programa cuenta con cuatro objetivos específicos, los cuales se enumeran a continuación:

1. Mejorar el rendimiento académico.
2. Disminuir los niveles ansiedad.
3. Disminuir los niveles de depresión.
4. Lograr un aprendizaje de las técnicas de atención plena.
5. Motivar la práctica individual de atención plena.

## DESARROLLO

Este programa se va a implantar, por primera vez en el centro, en todos los cursos, desde 3º de Secundaria hasta 2º de Bachillerato.

Se va a desarrollar en dos sesiones consecutivas de una hora cada una, como forma de iniciarles en las técnicas de atención plena. Además, se les propondrá la opción de asistir al curso completo de atención plena en horario extraescolar, el cuál constará de 8 sesiones.

### **1ª sesión**

Introducción a la teoría y técnica de la atención plena. Se les informa de los objetivos del programa, de los beneficios que pueden obtener con la práctica individual y continua y del horario en el que tendrá lugar.

Primer contacto con los ejercicios de respiración de atención plena.

### **2ª sesión**

Objetivo: Entrenar la respiración con atención plena. La respiración consciente es el ejercicio más elemental para trabajar la atención plena ya que favorece la relajación física y mental y prepara el terreno para tranquilizarse, desarrollar la concentración y el autocontrol. Para ello se tendrá que adoptar una postura cómoda, ya sea sentados en una silla con la espalda recta y los pies apoyados o tumbados boca arriba.

La exploración del cuerpo pretende potenciar la atención consciente centrada en el propio cuerpo al mismo tiempo que se produce una relajación muscular y un estado

mental de calma. El profesional irá nombrando cada parte del cuerpo y los alumnos tendrán que moverlas y tomar conciencia de su propio cuerpo.

Por último, se hace un ejercicio de autorreflexión en el que cada uno intentará recordar eventos agradables vividos durante la última semana, con el fin de llevar la atención plena a las actividades rutinarias como comer, el estado del tiempo, conducir, andar, conciencia de las relaciones interpersonales, etc.

Se realiza una actividad que consiste en comer con atención plena “*Uva pasa*”: Consiste en hacer una actividad sencilla y automática como es el comer, en algo en lo que prestar atención. Este hecho nos hace darnos cuenta de que muchas veces realizamos las cosas mecánicamente.

Se coge una uva pasa y se presta plena atención a la fruta entre los dedos, se huele, se palpa. Hay que prestar atención a todos los pensamientos, ideas e imágenes que esta fruta evoca. Al acercar la uva pasa a los labios habrá que dar cuenta de las sensaciones que produce y las rugosidades de la fruta.

Por último, al comerla pondremos atención en los sabores que desprende al masticarla lentamente e intentar sentir cómo pasa por la garganta hacia el estómago.

## RECURSOS MATERIALES

Instalaciones: Se utilizarán las aulas disponibles del propio centro, en las que se hará uso de las mesas, sillas, pizarras y proyectores.

Material técnico: Equipo de música, ordenador, proyector y paquete estadístico SPSS 22.0 para analizar los resultados obtenidos.

Material fungible: Bolígrafos, folios, rollos de papel higiénico, uvas pasas y batería de cuestionarios.



## ANEXO II – HÁBITOS DE ESTUDIO I.

### JUSTIFICACIÓN DEL PROGRAMA

La legislación ha comenzado a incluir medidas como la competencia “Aprender a aprender”, en la que se preocupa por la motivación y autorregulación del aprendizaje de cada individuo, en lugar de preocuparse solamente por la impartición de las materias. A pesar de estos cambios legislativos, la realidad de las aulas es que todavía siguen siendo muy elevadas las cifras de fracaso escolar.

Los Hábitos de Estudio son los modos de actuación de los estudiantes con los que enfrentan sus tareas y quehaceres. Estos potencian y facilitan las habilidades para aprender y son clave para conseguir el mayor rendimiento y provecho a la formación académica (Pozar, 1989). Tener un buen HE “es el primer paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender” (Cutz, 2003 en Martínez, Martínez y Baéz, 2015, p. 118).

Algunos autores como Martínez-Otero, Pérez y Torres (2011) afirman que una de las razones más frecuentes que explican el bajo rendimiento académico en todos los niveles educativos es la falta de hábitos de estudio (uso adecuado de tiempo, leer y comprender, tomar notas, utilizar adecuadamente la biblioteca, etc.), y que ello, provoca frustración y desánimo en el individuo.

Todos los argumentos que muestran la importancia de los hábitos de estudio en el alumnado, nos conducen a comenzar los programas de Hábitos de Estudio dentro del ámbito de Proceso de Enseñanza-Aprendizaje desde el primer curso de secundaria.

### DESARROLLO

En esta sesión, se presentan las cuatro primeras técnicas de estudio:

#### **A) Lectura**

La lectura supone la práctica más importante para el estudio. Es el paso previo, la forma general de entrar en contacto con un tema, a menos que los medios audiovisuales suplieran esa función.

A grandes rasgos la lectura puede ser definida como un proceso en el cual se distinguen los siguientes momentos:

- Reconocer palabras.
- Entender ideas.
- Contrastar el pensamiento del autor con el propio.
- Evaluar lo leído.

Estas dos últimas fases indicadas, Contrastar el texto con el propio pensamiento y Evaluar lo leído, hacen referencia fundamentalmente a la lectura crítica. En el nivel universitario en el que nos movemos, este tipo de lectura crítica adquiere un peso específico para conseguir un aprendizaje significativo, pues implica establecer una

relación de lo conocido (conocimientos previos) con la nueva información que se nos expone.

En relación con la lectura se encuentra el método SQ3R (Robinson, 1970). Las siglas corresponden a las palabras Survey, Question, Read, Repeat y Review, en inglés:

- Examinar (Survey): lograr una visión general del conjunto. El examen debe ser rápido, sin detenernos en detalles, buscando los planteamientos e ideas generales.
- Preguntar (Question): saber qué es lo que se espera del texto. Las preguntas favorecen el aprendizaje, ya que convierten lo que leemos en algo con un significado especial para nosotros.
- Leer (Read): de forma activa, facilitando de esta manera tanto la comprensión del tema como el recuerdo. Esto significa fijarse en los términos importantes, en los términos nuevos, en lo subrayado, etc. Es necesario leer todo: texto, citas, recuadros, gráficos, ilustraciones, etc.
- Repetir (Repeat): un 50% de la lectura se olvida nada más concluirla. Repetir con las propias palabras el material leído ayuda a la retención.
- Repasar (Review): hay que comprobar que se ha entendido y asimilado todo el material que interesa. Es necesario releer y aprovechar las notas, esquemas o resúmenes que se tengan.

## **B) El subrayado y las anotaciones al margen.**

Tanto el subrayado como las notas al margen ayudan a destacar lo relevante de la información y, más adelante, servirán para estructurarla y sintetizarla. El subrayado facilita también realizar con mayor agilidad posteriores lecturas. Por su parte, las anotaciones sirven para hacer obvios aspectos que están implícitos en el contenido, pero que a veces no son explícitos en el texto.

- Técnica del subrayado

1. *Lectura rápida del texto*: posibilita tener una visión global del contenido del texto. El objetivo es comprenderlo de forma genérica, sin detenerse en detalles particulares.

2. *Lectura párrafo a párrafo*: se subrayarán las palabras clave que representan las ideas principales y las ideas secundarias, así como los detalles de interés. Antes de subrayar es imprescindible una comprensión total del contenido del párrafo o página. Se puede diferenciar el tipo de subrayado según la importancia de los aspectos a destacar, utilizando para ello distintos colores, distintos trazos, etc.

3. En caso necesario, junto a cada párrafo se harán anotaciones al margen, en forma de palabra clave, para explicitar aspectos que, aunque no se dicen abiertamente en el texto, van a resultar útiles para la organización de la información en los esquemas. 32

4. Podemos utilizar también otro tipo de signos, flechas o símbolos que ayuden a precisar, destacar o relacionar unos contenidos con otros.

5. Cuando por su importancia sea necesario subrayar varias líneas seguidas, es más práctico situarlas entre corchetes o paréntesis. Se debe evitar sobrecargar el texto excesivamente con subrayados, anotaciones y símbolos, que después más que ayudar dificulten la tarea de síntesis.

Estas son algunas recomendaciones de González, Guerra, y Gutiérrez, (2005) para decidir qué subrayar en función de la estructura de la una unidad:

En unidades por enumeración y frecuencia, se subraya la proposición que caracteriza al objeto, hecho o idea referido a cada elemento de la frecuencia.

En una unidad por confrontación / contraste se subrayan los objetos confrontados y las categorías de confrontación.

En una idea desarrollada por ampliación de un concepto se subraya el concepto principal y algunos de sus ejemplos.

En una unidad desarrollada por enunciación / resolución de un problema se subraya el texto suficiente para describir ambos componentes.

### **C) Técnicas de síntesis**

Sintetizar el material de estudio constituye una técnica clave de estudio dirigida a conseguir los siguientes objetivos:

- Aclarar la estructura del tema entresacando lo esencial y lo importante.
- Ordenar jerárquicamente las ideas.
- Acotar la extensión del texto que se debe estudiar.
- Facilitar el repaso.
- Determinar con antelación qué es lo que se habrá que poner en el examen y qué es lo que se puede omitir.
- Facilitar el estudio activo.

La diferencia principal con el resumen (técnica que se describe a continuación) es que en esta técnica se extrae la información y se reescribe con diferentes palabras, de modo que es más ágil, aunque menos precisa.

Esta técnica se puede utilizar al mismo tiempo que se estudia, realizando las anotaciones en una hoja aparte. Al sintetizar se debe tomar nota sólo de lo fundamental, leer primero un párrafo completo y ver si su contenido esencial es relevante, para luego escribirlo de un modo breve y claro. Es de mucha importancia que en la síntesis queden indicadas las conexiones que unen las ideas principales del autor, de modo que se pueda seguir el hilo conductor de su argumentación. Además, es de suma importancia que la síntesis dé cuenta del texto a partir del cual fue realizada (González, Guerra, y Gutiérrez, 2005).

#### ➤ Resumen

Esta técnica consiste en sintetizar la información de la forma más breve posible, pudiendo utilizar las mismas palabras que el autor. Del texto hay que extraer la idea principal, las partes que tiene (estructura), el tema de cada apartado y las opiniones del autor.

Un buen resumen se caracteriza por ser breve, claro, jerárquico en el cual lo prioritario destaque sobre lo secundario e íntegro, es decir, no recortar el tema por querer que éste sea breve.

#### **D) Esquema**

Un esquema supone la representación jerárquica de un texto, de la forma más concisa posible, destacando las ideas principales y secundarias, así como su estructura lógica (subordinación entre lo principal y lo secundario). Las características de un buen esquema son su brevedad, tener una estructura clara que refleje a primera vista los elementos y como se interrelacionan y el simbolismo que permita expresar de forma gráfica el contenido.

El resultado final de esta técnica dependerá en gran medida de cómo se haya realizado previamente el subrayado y la lectura. En el esquema no se utilizan nexos de unión, ya que se pretende escribir las palabras necesarias para plasmar la idea. Suelen utilizarse flechas y/o llaves. Esta técnica exige prestar atención y juzgar continuamente qué es lo más importante de entre todo lo que el docente está diciendo. De este modo se reduce al mínimo la dispersión y la divagación. (González, Guerra, y Gutiérrez, 2005).

---

**MEMORIA PRÁCTICUM**  
**IES PARQUE GOYA**  
**CURSO 2016-2017**

---



Alumna

**Beatriz Hernando Aliaga**

Tutor Académico

**José Luis Nogué**

Tutor Profesional

**Jesús Prieto**

**Universidad de Zaragoza**

Facultad de Educación

Máster del Profesorado:

Especialidad Orientación Educativa



## ÍNDICE

1. DIARIO DE CAMPO .....	3
2. ANÁLISIS CRÍTICO Y REFLEXIVO DE LA ACTUACIÓN ORIENTADORA	19
3. OBSERVACIÓN REFLEXIVA Y CRÍTICA DEL PROYECTO DE ORIENTACIÓN.....	20
4. INNOVACIÓN DE PROGRAMAS DEL D.O. ....	23
5. CONCLUSIONES .....	25
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	27
7. ANEXOS.....	28



## **1. DIARIO DE CAMPO**

**1ª semana. Fecha 13/03/2017 – 17/03/2017**

Lunes 13/03/2017

10:00h Jornada de acogida al alumnado de prácticas. Acogida por parte de los tutores.

10:30h Jesús me explica su horario y pactamos cómo nos vamos a organizar en este periodo.

11:00h Seguimiento con la tutora de una alumna por cambio de centro reciente y problemas psicológicos. Aparentemente no tiene miedo al cambio de centro y a pesar de incorporarse el viernes pasado 10/03/2017, lleva idea de promocionar. Se le cita para el jueves 16/03/2017 al Departamento de Orientación.

Martes 14/03/2017

8:25h Corrección de exámenes de Psicología de 2º Bto. Ayudo a Jesús a poner las notas de la 2ª evaluación.

9:30h Realización de examen de Psicología de 2º Bto. a una alumna que por problemas personales no estuvo el día en que se realizó. Se corrige inmediatamente después y se actualiza con el resto de notas

10:30 Trabajo autónomo. Preparación de una sesión para la asignatura de Psicología de 2º Bto.

Miércoles 15/03/2017

Ausencia por problemas médicos.

Jueves 16/03/2017

8:25h Registro en el ordenador el seguimiento de reuniones y casos individuales de 10 alumnos y alumnas. Se introducen datos de toda la 2ª evaluación. En este registro del alumnado aparecen los aspectos más delicados de sus historias personales como son trastornos psicológicos, ayuda psicológica externa que están recibiendo, medicación, problemas familiares y personales, asignaturas suspendidas.



Se registran tanto las entrevistas personales y telefónicas con el/la alumno/a, con la familia, con el/la tutor/a, diferentes profesionales que les atienden, etc., así como las recomendaciones que se ofrecen desde el centro y específicamente del Departamento de Orientación.

10:00h Entrevista con alumno A.B. de 2º de E.S.O. Ha tenido 5 suspensos esta evaluación, le han puesto 3 partes de disciplina. Expresa su malestar con los partes, puesto que le parecen injustos y ha provocado problemas familiares, especialmente con su padre. Los partes le produjeron desmotivación en el estudio.

Sus padres están separados desde septiembre del año pasado y esto le está afectando gravemente.

Desde el Departamento de Orientación se le insiste en que el profesorado tiene que ver su cambio de actitud y sus ganas de seguir estudiando. De esta forma se podrá proponer para el curso siguiente una modalidad de apoyo o en grupo reducido.

10:30h Entrevista con tutora de la alumna Y.L. de 2º de ESO.

La situación familiar de la alumna es complicada, padres separados que comparte un negocio. Se le dan recomendaciones a la tutora para afrontar las entrevistas personales:

- Que aconseje una terapia familiar en lugar de asistencia psicológica para la alumna para abordar el problema desde una perspectiva sistémica.
- Que le insista a la alumna en su compromiso de asistir diariamente a clase.
- Que la tutora no se haga cargo de las situaciones personales del grupo de amigos de la alumna y lo que hacen fuera del centro escolar.

11:00h Se realizan algunas gestiones sobre la organización del “3º encuentro de alumnos ayudantes y ciberayudantes” en este centro. Petición de presupuestos al Departamento de Educación para que colabore en la financiación de dicho encuentro.

Consiste en la acogida de 230 estudiantes de otros centros y la realización de 8 talleres simultáneos para los participantes.

El orientador me ofrece la oportunidad de realizar un taller en el encuentro.

Viernes 17/03/2017





8:25h Asisto como observadora a la clase de Psicología de 2º de Bto. Tema: Las emociones.

Es una clase reducida, tan solo 20 estudiantes, lo que favorece un clima participativo del alumnado. A pesar de que hay muchos murmullos, los estudiantes están activos y responden adecuadamente a la dinámica de la clase del orientador.

Están trabajando individualmente en un análisis de la película Inside Out.

En clase se realiza un repaso de las emociones básicas.

Se trabaja a partir de las diferentes teorías sobre las emociones en el siguiente esquema:

\*Situación: Chico se encuentra a chica que le gusta en el ascensor:

- Emoción: Miedo, vergüenza
- Respuestas fisiológicas: Rubor, temblor de manos.
- Respuestas conductuales: Correr, ataque de ansiedad, callarse y mirar al suelo.
- Respuestas cognitivas: Pensamientos negativos (Voy a meter la pata, seguro que se da cuenta de que estoy nervioso, etc.).

Se realizan más ejemplos prácticos respondiendo de forma colectiva.

Visualización de dos vídeos sobre el funcionamiento del cerebro y cómo medir su actividad. Es un poco antiguo y algunas de las alusiones cinematográficas no les resultan familiares.

9:30h Registro de entrevistas de 3 alumnos/as.

9:50h Entrevista a alumno M.N. Proviene del Moliere y del San Valero y por tanto tiene dificultades añadidas en el área de Lengua Castellana. Ha suspendido 10 y 7 asignaturas en la 1ª y 2ª evaluación respectivamente. Cree que la mayoría ha sido por falta de estudio, excepto lengua que piensa que no la puede aprobar.



Refiere caso de bullying en anteriores centros. Se le realizaron pruebas y se diagnosticó Altas Capacidades y TDAH. El orientador no cree que el diagnóstico refleje la realidad de este alumno.

10:10h Exámenes de recuperación a dos alumnos de 2º Bto. de Psicología.

10:30h Reunión de Desarrollo de Capacidades.

11:30h Trabajo autónomo. Búsqueda de información para realizar una sesión de control y gestión de la ira.

**2ª semana. Fecha: 20/03/2017 – 25/03/2017**

Lunes 20/03/2017

8:25h Reunión de convivencia. Es una comisión formada única y exclusivamente para tratar los asuntos de convivencia y realizar iniciativas para mejorar la convivencia en el centro.

Se tratan varios asuntos:

- Campaña de limpieza y concienciación medioambiental:

Objetivo: concienciar al alumnado de la importancia del orden y limpieza del centro para conseguir una estancia de convivencia agradable para todos.

Actividades:

Documental online “un mar de plástico” para verlo con los alumnos en las asignaturas del departamento de ciencias sociales.

Sesión de concienciación a través de fotos del centro de este trimestre donde se ha encontrado falta de limpieza y desorden.

Batidas con guantes y bolsas de basura en las sesiones de tutoría.

Propuesta de mejora: Comenzar esta campaña de concienciación medioambiental en el primer trimestre, para conseguir un centro limpio y ordenado desde el principio.

- Encuentro de ayudantes y mediadores: Reparto de tareas para ese día (decoración, organización de espacios, acogida al alumnado invitado, etc.).



El horario será el siguiente:

10:30-10:45 Acogida

10:45 Sesión plenaria en el polideportivo. Vídeos-experiencias/Kajut/Magia

12:30 Talleres simultáneos (8 ó 10)

14:15 Comer

15:15 Obra de teatro (IES Jaca)

16:30 Fin de la jornada

9:15h Reunión de tutores de 4º de ESO

Traslado de información de la reunión de convivencia a las tutoras (Programa concienciación medioambiental) y organización de los espacios para el día de batidas.

Revisión del programa “Ganamos todos”. Es un programa en el que participan todos los grupos del centro. Se realiza trimestralmente. Consiste en un programa de reforzamiento en el que cada profesor al acabar una sesión puntúa el comportamiento del alumnado y la limpieza de la clase. Al final del trimestre se realiza un recuento de los puntos y si superan el 70% de los puntos, tienen derecho a un premio grupal. Este trimestre el elemento reforzador es una jornada en el parque del agua.

10:10h Charla informar con las responsables de los grupos de PMAR. Detectamos necesidades que van a tener en la semana cultura y dónde voy a poder apoyarles. Realizaré los acompañamientos a los alumnos que se encargarán de ser los reporteros de la semana cultural.

10:30h Reunión de tutores de 2º ESO.

Traslado de información de la reunión de convivencia a las tutoras (Programa concienciación medioambiental y encuentro alumnos ayudantes y mediadores) y organización de los espacios para el día de batidas.

- Recuento de puntos “ganamos todos”
- Semana cultural, película: MALALA.
- Campaña de limpieza 18 y 25 de abril
- Opción de propuesta a algún alumno a talleres sociolaborales.



- Evaluación negativa del programa “Más que hablar de alcohol” por parte de algunos tutores. El orientador da algunas recomendaciones para trabajar este programa de forma más eficaz.

- Recordatorio para alumnos de uso indebido del móvil y para profesores de los elementos sancionadores de qué disponen.

- Guardias de 5 minutos.

Martes 21/03/2017

8:25h Trabajo autónomo en la sala de profesores para preparar el taller de gestión de la ira.

9:15h Reunión de tutores de 1º de ESO

- Ganamos todos.

- Reparto de grupos de película de la semana cultural: Brave o Malala.

- Viernes 31 a 3ª hora exposición de desarrollo de capacidades.

- Traslado de información de la campaña medioambiental.

- Propuesta de mejora de tutorías: Programas de prevención de alcohol en 1º ESO en vez de en 2º o 3º de ESO.

- Se pregunta por la posibilidad de algún candidato para los talleres sociolaborales.

- El tutor de 1º D expone los conflictos intragrupo de su aula y pide ayuda al D.O. Prepararé la sesión de mediación.

- Las tutoras de 1º A y 1º PAI explican los enfrentamientos entre las dos clases. También piden colaboración al D.O. Se propone realizar una tutoría conjunta.

10:10h Dentro del programa de Orientación Académica y Profesional el orientador ha desarrollado un programa informático llamado TU FUTURO PROFESIONAL 2.0 el cual trabaja el alumnado de 4º de ESO tanto de este centro como de cualquier otro, ya que es un software gratuito.

Mi labor es enviar un correo a los 1500 nuevos usuarios que se han registrado este año.



10:30h trabajo autónomo en el D.O. debido a una entrevista personal y confidencial con una alumna.

11:25h Tutoría con 2º PMAR. Vídeo sobre la superación de las dificultades.

### Miércoles 22/03/2017

8:25h Clase de Desarrollo de Capacidades - Creación del vídeo de violencia de género.

9:15h Clase de Psicología de 2º bto. Taller de control de la ira. Anexo I

10:10h Envío de emails de valoración TFP 2.0

10:50h Sesión de formación de ciberayudantes de 3º de ESO.

### Jueves 23/03/2017

8:25h Análisis de campaña de Educación Ambiental en el centro.

- Valoración de la conciencia medioambiental mediante la escala NEP (2000).
- Visualización de un vídeo con fotos de rincones sucios/desordenados del centro para una sensibilización de la importancia del orden y la limpieza.
- Actividades de investigación: Efecto dominó, océanos de plástico visionado desde youtube por el departamento de geografía, conoce tu huella de carbono, la regla de las 3R.
- Batida por el centro

Preparación de actividades de empatía, gestión de conflictos, ira y mediación de 1ºD.

Acabo de mandar los 1552 correos del TFP 2.0

Lectura de informe de alumno con ACNEAE's: TDAH con impulsividad. Mi tarea es extraer la información más importante del informe psicopedagógico tanto a nivel de salud como de escolarización previa e introducirla en la ficha de seguimiento del centro.

Plataforma EDMODO.



Informe alumno ACNEAE's por condiciones personales (padre en la cárcel, madre trabaja mucho lo que supone una gran dificultad para realizar una adecuada comunicación familia-escuela).

Viernes 24/03/2017

8:25h Clase de Psicología 2º Bto. Se propone una metodología de clases “flipped classroom o metodología inversa” para el siguiente tema: Personalidad y trastornos.

Consistirá en que los grupos de trabajo elijan un tema entre los siguientes: Freud, test de medidas de personalidad, trastornos afectividad, trastornos psicóticos, trastornos alimentarios, trastornos de naturaleza sexual y de personalidad. Tendrán que investigar sobre cada uno de los temas y exponerlo a la clase.

Un grupo de trabajo realiza una exposición sobre “Orientación e identidad de género”. Mi valoración es que la presentación está muy bien estructurada, muy buena exposición pero no hacen nada de referencia a la psicología ni a las consecuencias psicológicas a las que se pueden llegar con conflictos derivados de este tema.

9:15h Despacho

Entrevista con alumno D.S. de 4º de ESO. Está repitiendo curso y este trimestre ha suspendido 7 asignaturas. Invierte mucho tiempo en quejas y defender situaciones injustas pero no se centra en las materias. Tiene un locus de control totalmente externo, no asume la responsabilidad de los suspensos. Desde el DO se le aconseja centrarse en las asignaturas y se le recuerda que su meta a corto plazo es titular. Al mismo tiempo hablar con sus compañeros de clase para tener entre todos una actitud más favorable y seguir defendiendo injusticias sin un enfrentamiento directo.

10:10h Libre

10:30h Reunión de Desarrollo de capacidades para organizar la semana cultural cuya temática es “Mujeres”. Se organiza la exposición de cada uno de los cursos en el que mostrarán en cada una de las áreas que trabajan los proyectos que están llevando a cabo.

1º ESO

- Actividades mes de Frída



- Cristalización
- Animación

#### 2º ESO

- Scratch- videojuegos
- Padlets
- Kahoot
- Emisión nochevieja

#### 3º ESO

- Vídeos ayudantes/muros de género
- Mujeres científicas

11:10h Preparación actividad película “Brave” con la guía didáctica.

11:20h Preparación de autorización para ir a los premios de los cortos Cine y Salud.

### **3ª semana. Fecha: 27/03/2017 – 31/03/2017**

#### Lunes 27/03/2017

Ausencia por trabajo.

#### Martes 28/03/2017

Preparar la dinámica de tutoría de 1º D.

Corregir la evaluación de formación de Alumnos Ayudantes.

Reunión de tutores de 2º ESO:

- Organizar salida “ganamos todos” en el Parque del Agua + Quasar laser
- Despacho

#### Miércoles 29/03/2017

8:25h Preparación del proyecto ATRESMEDIA en la categoría “Ayuda entre iguales”. He tenido que redactar el proyecto para incluirlo en el formulario de participación, recabando la información del programa Alumnos Ciberayudantes.



10:10h Formación Alumnos Ayudantes de 2º ESO: Preparación de la jornada de premios Cine y Salud y III Encuentro Alumnos Ayudantes.

Jueves 30/03/2017

Tutoría 1º D

- 1) Explicación del objetivo.
- 2) Dinámica de empatía: caminar por la clase de las siguientes formas
  - mirándose y en silencio.
  - saludándose (abrazos y dando la mano).
  - con post-it en la frente en los que aparece cómo hay que tratar a esa persona: “ignórame, abrázame, agradéceme, piropéame, empújame, criticame, etc”.
  - Andar y parar todos a la vez prestando atención a los demás compañeros.
- 3) Trazar una línea en el suelo y decir las siguientes oraciones, “que la cruce quien...
  - haya nacido en 2003
  - tenga 2 hermanos
  - sea moreno
  - haya insultado a alguien/haya recibido insultos
  - se haya reído de alguien/se hayan reído de él/ella.
  - se haya sentido triste o rechazado en clase/haya rechazado a alguien
  - haya necesitado ayuda/haya ayudado a alguien alguna vez.

4) Mediación: NO DIO TIEMPO

Formulario ATRESMEDIA

Viernes 31/03/2017





8:25h Clase de psicología 2º Bto. Vídeos Psicología de la personalidad a modo de introducción del tema. Jesús solo está al principio de la clase, la continuo yo.

Preguntas de los vídeos para que hagan una práctica:

<https://psicologiabto.wordpress.com/featured-events-list/unidad-11/>

- ¿Qué tipo de teorías se corresponden con las mencionadas en los vídeos?
- ¿Qué 2 subtipos aparecen?
- ¿Diferencias y parecidos?
- ¿Cuáles son los cinco rasgos centrales?
- ¿Qué ocurre cuando hay incongruencias entre el yo real y yo ideal?

9:15h Formulario ATRESMEDIA

10:30h Exposición de Desarrollo de capacidades.

**4ª semana. Fecha: 03/04/2017 – 07/04/2017**

Lunes 03/04/2017

8:25h Reunión de convivencia. Preparación de materiales para el III Encuentro de Alumnos Ayudantes. Se realizan guirnaldas de colores con Goma Eva.

9:15h Reunión de tutores de 4º. Se tratan los siguientes temas:

- Charlas de Ed. Sexual
- Orientación profesional TFP 2.0. Visionado de vídeos + cuestionarios de la página web. Yo me he creado una cuenta para ver el programa desde dentro.
- Evaluación 0 final y consejo orientador\*
- Pruebas de acceso a FP Básica del 17 al 21 de abril

10:10h Despacho

Buscar en la LOMCE las pruebas de las que tienen que examinarse para las FP Básica. Ha habido una novedad este año, se ha introducido un examen de idiomas.



Se produjo un problema en el intercambio a Francia con un alumno del IES. Se soluciona conjuntamente con jefatura de estudios.

10:30h Reunión de tutores de 2º ESO. Se tratan los siguientes temas:

- Se organiza la salida del miércoles al parque del agua.
- Opciones de cine-forum: Quiero ser como Beckham o Billy Elliot. Durará 3 sesiones de tutor.
- Recordatorio de la Evaluación 0 final y consejo orientador.
- Recordatorio “Ganamos todos” y batidas de limpieza.

Martes 04/04/2017

8:25h Reunión con el Director sobre el III Encuentro de alumnos mediadores. Problema con presupuesto para el encuentro.

Una tutora pide permiso para hacer una Adaptación Curricular Individual a un alumno nicaragüense que acaba de llegar. Su edad cronológica es de 3º de ESO, le han escolarizado en 2º de la E.S.O. pero tiene un nivel de 6º de Ed. Primaria.

9:15h Trabajo autónomo.

Detección de necesidades mediante entrevista con los alumnos de prácticas del máster de otras especialidades.

“Los/as alumnos/as de 1º de E.S.O. no tienen sentimiento de pertenencia al grupo, no se llevan bien con su grupo-clase. Se mueven en pequeños grupos de 3 ó 4 pero no hacen vida de grupo. En las clases apenas interaccionan entre ellos, no se ríen, no hablan...”.

Ante esta necesidad se propone un programa de mejora de las relaciones interpersonales a principio de curso.

11:00h Redacción de informes de derivación a otros centros y otra modalidad de escolarización a 3 alumnos/as ACNEAE's. Entrevista con el PT sobre sus funciones y desarrollo de su actividad docente.

Miércoles 05/04/2017



8:25h Clase de Desarrollo de Capacidades. Están trabajando en animaciones digitales con la temática de género. Usan varios programas como Go animate, Pinnacle 2.0. y Scratch 2. Algunos de los paquetes de programas los han comprado con el dinero de los premios que han recibido.

Algunos de los trabajos que han realizado son: No más muros de silencio, vídeos resumen de las ponencias de la semana cultural, cómo puede afectarte la actividad en RRSS en un futuro.

9:15h clase de Psicología de 2º Bto. Tienen examen sobre la unidad 7 Emoción y afectividad.

10:30h Formación Ciberayudantes. Contenido:

- Diferencias entre privacidad e intimidad.
- Datos personales.
- Metadatos/huella digital/identidad digital.
- Derecho al olvido. Art. 29 de noviembre del 2014.

Jueves 06/04/2017

8:25h Despacho

9:15h Informes ACNEAE's.

Viernes 07/04/2017

8:25h Psicología 2º Bto.

9:15h Informes ACNEAE's

Búsqueda de info. En nuttyscientist.com

**5ª semana. Fecha: 18/04/2017 – 21/04/2017**

Martes 18/04/2017

8:25h Comenzamos a redactar informes de FP Básica.

9:15h Se trabaja en el documento del Consejo Orientador.



Es un documento en el que se rellena el grado de desarrollo de las competencias básicas de cada alumno en cada una de las asignaturas. Es decir, por cada alumno todo el profesorado que le imparte alguna materia rellena el grado de cumplimiento de las competencias básicas para, posteriormente, el tutor haga la media. Una vez están finalizados todos los documentos de todos los alumnos en un claustro se decide el itinerario de todos los alumnos.

Este año por ley se ha modificado el documento, es un muy complejo y por ello lo adaptamos en el IES. Además, este año en lugar de rellenarlo en papel, cada tutor lo completará en Drive para que al tutor le salga la media directamente de cada alumno.

Las competencias básicas son: Competencia comunicación lingüística, competencia básica en ciencia y tecnología y competencia matemática, competencia digital, competencias sociales y cívicas, sentido de la vida y espíritu emprendedor, aprender a aprender y competencia de conciencia cultural.

11:00h Trabajo autónomo

Miércoles 19/04/2017

8:25h Clase de Desarrollo de Capacidades. Seguimos trabajando en los vídeos: Visita al Caixaforum, charla de Rosa Montero, animación digital sobre el sexismo en Whatsapp, No más muros de silencio y vídeos de la jornada de conferencias de todos los grupos de Desarrollo de Capacidades en la semana cultural.

9:15h Psicología 2º Bto. El tema se va a desarrollar mediante exposiciones de los alumnos.

Detecto un problema: Los alumnos han podido escoger libremente los temas que deseaban presentar que tuvieran algo que ver con el tema de Trastorno de la Personalidad, pero al no dar unos temas cerrados hay varios aspectos del tema que se quedan sin trabajar en el aula.

Exposiciones: Teoría de la Personalidad de Freud y Trastornos alimenticios.

10:10h Reunión de Innovación. Empiezan a diseñar el aula del futuro en planos en 3D, ya que el Departamento de Educación le ha dado el visto bueno al proyecto. Lo



han denominado como “Proyecto singular”, ya que no entra en ninguna categoría de las existentes y tienen un plazo de entre 3 y 5 años para desarrollar el proyecto.

#### Jueves 20/04/2017

8:25h Corrección de los trabajos de Psicología de 2º Bto: Análisis crítico sobre la película Inside Out y preguntas sobre vídeos de trastornos de la personalidad.

10:30h Reunión de tutores de Bachillerato:

- Calendario EVAU 2 al 29 inscripción y 6,7 y 8 las pruebas.
- Informes de Competencias básicas. Es nuevo para bachillerato con LOMCE. Antes no se hacía.

#### Viernes 21/04/2017

8:25h Geografía e Historia con 2º PMAR.

9:15h Lengua Castellana y Literatura 2º PMAR.

10:10h Trabajo autónomo

11:00h Reunión con el director jornada 2 de mayo para alumnos ayudantes y ciberayudantes.

#### **6ª semana. Fecha: 25/04/2017 – 28/04/2017**

#### Miércoles 26/04/2017

8:25h Clase de Desarrollo de Capacidades. Edición de vídeos.

9:15h Clase de Psicología de 2º Bto. Exposición sobre Trastorno Bipolar.

La exposición se queda un tanto incompleta, por lo que Jesús aclara algunos aspectos importantes para la comprensión del tema.

Se realiza un cuestionario de personalidad de aplicación individual, basado en la teoría de los 5 grandes rasgos “Big-five”. El test es extraído de un libro de texto y tan solo consta de los ítems y los factores. No hay ninguna explicación para corregirlo y poder elaborar el perfil, por lo que se torna una tarea algo pesada y los estudiantes no pueden ver su perfil de personalidad como esperaban.



Jueves 27/04/2017

8:25h D.O. Trabajo autónomo.

9:15h Transcribir actas de las CCP.

10:30h Interpretación de la LOMCE con respecto a los programas PAI y PMAR.

Viernes 28/04/2017

8:25h Clase de Psicología de 2º Bto.

- Exposición sobre los trastornos de la personalidad: Tipos A, B y C.
- Taller de Mindfulness (Anexo II).

9:15h Entrevista a un alumno de 4º B. Aspectos reseñables de la entrevista.

Comienza la entrevista con preguntas abiertas:

- “¿Por qué motivo crees que te han quedado tantas asignaturas suspensas en comparación con el año pasado?”
- ¿Crees que el TDAH te ha influido en algo?
- ¿Sueles acabar los exámenes en el tiempo que os dan?
- ¿Haces este curso algún tipo de actividad deportiva?

El Orientador insiste mucho en la cuestión del tiempo, a pesar de que el alumno cree que el tiempo no es su problema y en los sitios donde ha de sentarse en clase. Asimismo se incide mucho en los hábitos de estudios y la manera de afrontar la asignatura de Lengua Castellana

10:10h CCP del D.O. Profesoras de ámbito PMAR, el profesor PT y el Orientador.

- Charla informal sobre la dirección que están tomando los grupos PMAR.

Con LOMCE el alumnado de 2º PMAR, es decir, 3º de ESO, pasan directamente a un 4º ESO ordinario, lo cual, según la opinión del profesorado del D.O. les va a resultar muy difícil.

11:30h Despedida.



## 2. ANÁLISIS CRÍTICO Y REFLEXIVO DE LA ACTUACIÓN ORIENTADORA

El Departamento de Orientación es un órgano especializado que apoya la labor del centro y del conjunto del profesorado en todas aquellas actuaciones encaminadas a asegurar una formación integral del alumnado y a la adaptación de los procesos de enseñanza a las características y necesidades de todos los alumnos y alumnas.

Para ello, este órgano tiene encomendado participar en la planificación y desarrollo de las actuaciones que se desarrollen en el instituto para facilitar la atención a la diversidad del alumnado tanto a través de los procesos de enseñanza que se desarrollan en las distintas áreas curriculares como a través de la acción tutorial y de la orientación académica y profesional.

El Departamento de Orientación del IES Parque Goya está compuesto por los siguientes profesionales:

- Jesús Prieto: Jefe del Departamento de Orientación y orientador del centro.
- Una profesora-tutora de 1º PMAR (2º ESO) y profesora del ámbito científico-matemático.
- Una profesora-tutora de 2º PMAR (3º ESO) y profesora del ámbito lingüístico y social.
- Un profesor de Pedagogía Terapéutica común a todos los cursos.

Entre los cuatro profesionales velan por el buen funcionamiento del centro, participando en todas las comisiones y grupos de trabajo como son el equipo de convivencia, equipo de innovación educativa, etc. y sobre todo, apoyando al resto de profesores hacia una educación inclusiva e integral de todo el alumnado.

El Departamento de Orientación aboga por la innovación y las nuevas tecnologías. Por esa razón están muy activos en la página web del instituto y tienen varios enlaces interesantes para la Orientación Académica y Profesional de 3º de ESO y 4º de ESO, para la asignatura de Psicología en 2º de Bachillerato, taller de cortometrajes, etc. Las direcciones son las siguientes:

<http://tfp20.es/>

<https://sites.google.com/site/orientacion3oeso/>



<https://psicologiabto.wordpress.com/>

<https://sites.google.com/site/eltallerdecortometrajes/home>

Como se puede observar en esta breve descripción, el Departamento de Orientación es una pieza clave del centro. Podríamos decir que es un eje vertebrador en el que se insertan muchos de los programas que se trabajan en el centro y al estar presente el Orientador en las Comisiones de Coordinación Pedagógica y equipos de trabajo, siempre buscan un ambiente integrador, innovador y de prevención que es el que pone al IES Parque Goya en punto tan bien valorado en el que se encuentra hoy día.

### **3. OBSERVACIÓN REFLEXIVA Y CRÍTICA DEL PROYECTO DE ORIENTACIÓN**

#### **3.1. DESARROLLO DE CAPACIDADES**

Es un programa de ampliación. El criterio para incluir a determinados estudiantes en el programa es:

- a) Por derecho propio si son alumnos con altas capacidades.
- b) Mediante la propuesta de la junta de evaluación por ser estudiantes que destacan en algunos ámbitos.

Intervienen 4 profesores y en cada curso se imparten unas materias determinadas (artes, valores, creación audiovisual, videojuegos...).

#### **3.2. 2º PMAR (3º E.S.O.)**

Es una clase compuesta de 10 alumnos, los cuales están incluidos en algunas asignaturas como música, educación física, idiomas... con su grupo de referencia. Por su idiosincrasia, es un Alumnado con Necesidades Específicas de Apoyo Educativa. Algunos de ellos están diagnosticados con TDAH, otros por situaciones familiares especiales, etc.

He asistido a Geografía e Historia a primera hora y a Lengua Castellana y Literatura en la segunda hora. En la primera hora, han ido al aula de informática para realizar ejercicios de mapas interactivos. Esta actividad les gusta mucho por ser entretenida e interactiva con los ordenadores y su comportamiento es bastante bueno. La profesora tiene que realizar muchas adaptaciones de todas y cada una de las actividades que realiza para lograr captar la atención del alumnado y que no lleguen a frustrarse.





En Lengua Castellana y Literatura, sin embargo, su comportamiento es notablemente peor, están más despistados, hablan más, les resulta más difícil seguir las actividades, etc.

Una de las cosas que más me han llamado la atención es que los propios alumnos tienen un pésimo autoconcepto. Constantemente repiten oraciones como “que nosotros no podemos, que somos tontos”, “No confíes tanto en nosotros que siempre la liamos”, “de normal nos portamos peor”, “eso no nos lo preguntes, que no nos da”, etc.

### 3.3 BUENAS PRÁCTICAS QUE FAVORECEN LA CONVIVENCIA:

El Instituto Parque Goya comprende un buen conjunto de buenas prácticas que han rendido un buen servicio en el contexto escolar. De hecho, el centro recibió el pasado año el Premio de buenas prácticas en materia de educación y de convivencia de la DGA. Algunos de los programas que podemos destacar son los siguientes



El Programa de Alumnos Ayudantes es uno de los proyectos más importantes del centro. Intenta dar respuesta a una conflictividad entre jóvenes que en general crece cada día. Parte de la premisa de que es necesaria la incorporación de programas preventivos para la mejora de la convivencia como la mediación entre iguales. Aspira a mejorar sustancialmente el clima de convivencia en las aulas y en el centro. Inicialmente está encaminado a procurar buenas relaciones dentro y fuera de las aulas, pero, poco a poco, fomenta una cultura de diálogo, escucha activa, participación, expresión de sentimientos e interés por el compañero y por el grupo.

Una definición que podríamos dar de los alumnos ayudantes es un sistema de ayuda entre iguales que se basa en la creación, dentro del ámbito escolar de un grupo de alumnos a los que se puede acudir en busca de comprensión o para pedir ayuda en situaciones difíciles para el alumnado. La tarea de los ayudantes es detectar tensiones y conflictos entre sus compañeros, ya que pueden percibirlos antes que el profesorado, e intervenir antes de que se agrave un conflicto, escuchando, dialogando y mediando entre las partes. El alumno ayudante observa y detecta necesidades, soliendo intervenir en el terreno personal.



En este programa todos los alumnos pueden colaborar siempre de manera voluntaria, pero hay dos o tres alumnos en cada aula que asumen esa tarea de una manera oficial y voluntaria. Además, son elegidas por el resto de compañeros en una votación en la que se elige a los alumnos con perfiles de liderazgo y solidaridad. La explicación de la figura del ayudante y el proceso de selección se realiza en una o dos sesiones de tutoría

El programa incluye varias sesiones de formación para estos alumnos, directamente con el orientador que dirige este proceso, en la que se le establecen las pautas de actuación donde aprenden a gestionar esta responsabilidad. También se realiza un seguimiento de todos los alumnos para tener conocimiento de cómo están desarrollando ese rol y los problemas que les pueden aparecer.

#### PERFIL DEL ALUMNO AYUDANTE

- Inspira confianza a los demás y posee confianza en sí mismo.
- Es líder positivo, líder social o de equipo.
- Posee autonomía moral.
- Sabe escuchar y acepta las críticas.
- Está dispuesto a ayudar, a resolver conflictos.

A partir de los alumnos ayudantes se desarrolla el Programa de Ciberayudantes. Podemos definir a los ciberayudantes como aquellos alumnos que, formando parte del grupo de alumnos ayudantes, asumen libremente un compromiso, el de cooperar en la identificación y denuncia de situaciones injustas y problemas que se derivan del uso de Internet, colaborando a la vez en la mejora de buenas prácticas en el uso de las redes sociales y el Whatsapp.

El programa pone en valor actitudes de ayuda, solidaridad, empatía y dialogo en los alumnos. Se basa en la participación de los estudiantes como agentes activos, permite aumentar las fortalezas para impulsar cambios positivos y les hace partícipes de la buena convivencia en el centro. La principal labor de estos alumnos es la detección de casos de diferentes acosos (Cyberbullying, sexting, grooming, etc.), ya que ellos tienen todas las facilidades para darse cuenta y denunciarlo.



## 4. INNOVACIÓN DE PROGRAMAS DEL D.O.

### 4.1. SEMANA DE BIENVENIDA AL CENTRO: PROGRAMA DE CONVIVENCIA.

En primer lugar, se llevó a cabo un proceso de detección de necesidades mediante entrevistas semiestructuradas tanto al profesorado como al alumnado de prácticas.

Tras estas entrevistas, donde se extrajeron varias necesidades del centro, se decide abordar un tema que afecta especialmente a la convivencia entre el alumnado: La escasa o nula vida de grupo e interacción entre el alumnado de los primeros cursos.

Se decide este tema debido a que el D.O. del instituto tiene muchos programas destinados a la mejora de la convivencia en el centro.

Objetivos del programa:

- Lograr un buen clima de convivencia en las aulas de los primeros cursos de la ESO.
- Establecer buenas relaciones de compañerismo entre los estudiantes.
- Involucrar al alumnado de 3º de ESO en los programas de convivencia desde el inicio de curso.

Descripción del programa: “Semana de Bienvenida”

1. Los alumnos de 3º de ESO serán los *Hermanos Mayores* y tendrán asignados uno o dos alumnos de 1º de ESO. Se encargarán de guiarles, enseñar el IES, explicar el funcionamiento del centro, así como las normas básicas y resolver las dudas de sus alumnos asignados en los primeros días del curso.
2. Se realizarán tutorías en clase para dar la bienvenida al grupo clase, realizar actividades de conocimiento entre el alumnado y con el profesor-tutor.
3. Actividades lúdicas preparadas por los alumnos de 3º ESO en la última hora de la jornada lectiva:
  - Juegos tradicionales en el patio.
  - Jornada gastronómica en la cafetería.
  - Teatro/cine en el salón de actos.
  - Olimpiadas en el polideportivo.



- Fiesta final para todos los grupos con música, talleres de ropa DIY, maquillaje y grabación de un vídeo “afterparty” para que sirva de promoción de las jornadas para el siguiente curso académico.

#### 4.2. METODOLOGÍA INVERSA / FLIPPED LEARNING EN PSICOLOGÍA DE 2º DE BACHILLERATO.

La metodología inversa es un nuevo y diferente enfoque del proceso enseñanza-aprendizaje que consiste en que el estudiante recibe los contenidos de la sesión teórica previamente a la clase presencial, a través de las nuevas tecnologías. Para posteriormente, participar en el aula de una forma activa y colaborativa con la guía del profesor (López, 2016).

El término *flipped classroom* fue acuñado por Bergmann y Sams (2012), quienes empezaron a grabar y distribuir vídeos de sus lecciones para aquellos estudiantes que no podían acudir a clase. Se dieron cuenta de que facilitaban el estudio al alumnado y respondían mejor a las necesidades educativas de cada estudiante (García-Barrera, 2013).

El modelo es considerado como una innovación metodológica y revolucionaria desde el punto de vista de la enseñanza ya que modifica los roles de los dos principales agentes del proceso enseñanza-aprendizaje (López, 2016).

Este modelo ofrece como mayores ventajas la posibilidad de una mayor personalización de la enseñanza y de una mayor atención a la diversidad del alumnado por parte del profesor, así como una mayor profundización en los conocimientos impartidos y una localización de las capacidades de los alumnos y potenciación de las mismas (López, 2016).

En el IES Parque Goya, concretamente en la asignatura de Psicología de 2º de Bachillerato, es el entorno ideal para implementar esta metodología.

Por un lado, es una materia de la que el alumnado no se examina en la EVAU, y por otro lado, es una materia con posibilidad de hacer muchas actividades participativas, de investigación y prácticas.

La metodología de la asignatura sería de la siguiente manera:



1. El profesor se grabaría a sí mismo un vídeo de unos 10-15 minutos condensando el contenido de cada tema. O bien, buscaría un vídeo ya existente que explicase los mismos contenidos.
2. Lo enviaría al alumnado antes de empezar cada tema mediante la plataforma EDMODO que actualmente utilizan.
3. En la primera clase del tema se plantearían las actividades de investigación, que irían desarrollando en el aula. De esta forma el profesor puede ir resolviendo las dudas que les surgen al mismo tiempo que trabajan. Las actividades pueden ser de los siguientes tipos:
  - a. Actividades de investigación.
  - b. Prácticas en trabajo cooperativo.
  - c. Exposición mediante grupos de trabajo de los diferentes contenidos del tema.
4. Autoevaluación del trabajo realizado y feedback por parte del profesor de los contenidos trabajados de cada grupo.

## 5. CONCLUSIONES

Sánchez (2008), indica en uno de sus estudios que las funciones del orientador son las grandes acciones propias, especiales y habituales de la Orientación; las macroactividades especificadas en otras más concretas llamadas tareas profesionales.

A continuación, se van a detallar los resultados de aprendizaje obtenidos en relación con las funciones del orientador.

En primer lugar, durante los periodos de prácticas se han podido poner en práctica algunos conocimientos aprendidos en el máster como son:

- Participar y asesorar a la CCP aportando aspectos psicopedagógicos y de atención a la diversidad.
- Trabajar con programas preventivos de convivencia escolar, salud, adicciones y ciberadicciones, género y violencia de género, etc.
- Evaluación psicopedagógica mediante la realización de informes psicopedagógicos.
- Colaboración con los tutores para problemas cotidianos con el alumnado y en relación al consejo orientador en el que se trabaja sobre el futuro académico y profesional del alumnado.



En segundo lugar, quería destacar algunas tareas y funciones que por la idiosincrasia del máster o del centro se han quedado en un segundo plano y no he podido poner en práctica:

- Detección de problemas de aprendizaje y elaboración de adaptaciones curriculares. Esta función no se ha podido realizar por llegar a las prácticas con el curso ya tan avanzado, y estar ya todas las adaptaciones curriculares significativas realizadas con anterioridad.
- Planificar, elaborar y desarrollar tanto los programas del Plan de Acción Tutorial, como de diversificación curricular, por el mismo motivo que he nombrado anteriormente.
- Atención a las familias, por ser estas entrevistas de carácter privado y confidencial.

En tercer lugar, remarcar que la naturaleza del centro donde he realizado las prácticas me ha abierto los ojos y la mente a una realidad que no había visto con anterioridad. Un centro tan grande, tan nuevo, con apenas un poco más de 10 años de vida, en el que el profesorado está implicado al 100% con el centro y sus estudiantes y por desgracia, el mayor impedimento para realizar sus ambiciosos proyectos es la falta de recursos materiales, humanos y económicos.



## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bergmann, J. y Sams, A. (2012). *Flip Your Classroom: Talk To Every Student In Every Class Every Day*. Washington, DC: ISTE.

García-Barrera (2013). El aula inversa: Cambiando la respuesta a las necesidades de los estudiantes. *Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, 19.

López, P. (2016). El Flipped Classroom (Aula invertida) y su eficacia en la acción educativa. Universidad de la Rioja. Recuperado el 30 de abril de 2017 de <http://reunir.unir.net>

Sánchez, P. (2008). *Las funciones del orientador*. Recuperado el 10 de mayo de 2017 de <http://www.educaweb.com>

## 7. ANEXOS

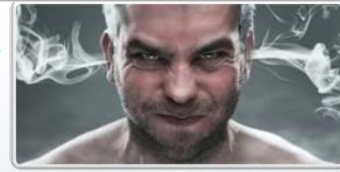
### Anexo I

# GESTIÓN DE LA IRA

PSICOLOGÍA 2º BACHILLERATO  
BEATRIZ HERNANDO

## 1. IDEAS PRECONCEBIDAS DE LA IRA

- ¿QUÉ ES?
  - ¿CÓMO SE EXPRESA?
  - CAMBIOS FISIOLÓGICOS Y BIOLÓGICOS
    - Alteración del ritmo cardiaco y presión arterial
    - Aumento en los niveles de hormonas (adrenalina y noradrenalina).
    - A largo plazo -> Hipertensión, presión arterial alta o depresión.
- [http://www.dailymotion.com/video/xyplay\\_el-hundimiento-hitler-se-enfada-castellano\\_shortfilms](http://www.dailymotion.com/video/xyplay_el-hundimiento-hitler-se-enfada-castellano_shortfilms)



## 2. CÓMO GESTIONAR LA IRA

### 2.1 IDENTIFICACIÓN DE LA EMOCIÓN.

- “ Lo que se pone en palabras es manejable, lo que no se comprende o se reprime, se vuelve ingobernable”.
- Listados de pensamientos/sensaciones.

## 2. CÓMO GESTIONAR LA IRA

### 2.2 EXPRESAR vs. REPRIMIR

- Expresar nuestros sentimientos de forma asertiva
  - Dejar claras nuestras necesidades y cómo obtenerlas respetándonos a nosotros mismos y a los demás. Técnicas - ejemplos.
- Suprimir o redirigir la ira. Inhibir el enfado y convertirlo en un comportamiento más constructivo.
  - Comportamiento pasivo-agresivo.
- Exageración a lo absurdo – humor.



## 2. CÓMO GESTIONAR LA IRA

### 2.3 ESTRATEGIAS METACOGNITIVAS.

- Reestructuración cognitiva
    - Cambiar la forma de pensar.
    - Estar alerta a palabras absolutas “nunca/siempre”.
    - Transformar nuestra exigencia en deseos y peticiones.
  - Role-playing.
- <https://www.youtube.com/watch?v=e0yL-avlEsg>

## 2. CÓMO GESTIONAR LA IRA

### 2.4 RELAJACIÓN

- Beneficios de la práctica diaria de la relajación/respiración/meditación.
- Relajación Muscular Progresiva de Jacobson (1929). Ejercicios para tensar y relajar distintos grupos de músculos.
  - Objetivo: redescubrir cuándo los músculos están en tensión y aplicarlo en ese momento.





## Anexo II

### SESIÓN DE MINDFULNESS – 2º DE BACHILLERATO

#### Objetivos:

- Introducción a las técnicas de mindfulness enmarcadas dentro de la terapia de tercera generación.
- Mostrar los beneficios derivados de la práctica continua.
- Conseguir un ambiente de meditación en el aula.

#### Cronograma

La sesión durará 20 minutos, al final de la clase de Psicología impartida por Jesús Prieto.

- A) Breve presentación de mindfulness. ¿Qué es? ¿para qué y para quién sirve? ¿Qué beneficios se obtienen con la práctica?
- B) Práctica de meditación guiada durante 5 minutos.
- C) Práctica de Mindfull eating.
- D) Lectura de un cuento durante una breve meditación final.

#### *PEDRO Y EL HILO MÁGICO*

*“Pedro era un niño muy vivaracho. Todos le querían: su familia, sus amigos y sus maestros. Pero tenía una debilidad. - ¿Cuál?*

*Era incapaz de vivir el momento. No había aprendido a disfrutar el proceso de la vida. Cuando estaba en el colegio, soñaba con estar jugando fuera. Cuando estaba jugando soñaba con las vacaciones de verano. Pedro estaba todo el día soñando, sin tomarse el tiempo de saborear los momentos especiales de su vida cotidiana.*

*Una mañana, Pedro estaba caminando por un bosque cercano a su casa. Al rato, decidió sentarse a descansar en un trecho de hierba y al final se quedó dormido. Tras unos minutos de sueño profundo, oyó a alguien gritar su nombre con voz aguda.*

*Al abrir los ojos, se sorprendió de ver una mujer de pie a su lado. Debía de tener unos cien años y sus cabellos blancos como la nieve caían sobre su espalda como una apelmazada manta de lana. En la arrugada mano de la mujer había una pequeña pelota mágica con un agujero en su centro, y del agujero colgaba un largo hilo de oro.*



*La anciana le dijo: "Pedro, este es el hilo de tu vida. Si tiras un poco de él, una hora pasará en cuestión de segundos. Y si tiras con todas tus fuerzas, pasarán meses o incluso años en cuestión de días" Pedro estaba muy excitado por este descubrimiento. "¿Podría quedarme la pelota?", preguntó. La anciana se la entregó.*

*Al día siguiente, en clase, Pedro se sentía inquieto y aburrido. De pronto recordó su nuevo juguete. Al tirar un poco del hilo dorado, se encontró en su casa jugando en el jardín. Consciente del poder del hilo mágico, se cansó enseguida de ser un colegial y quiso ser adolescente, pensando en la excitación que esa fase de su vida podía traer consigo. Así que tiró una vez más del hilo dorado.*

*De pronto, ya era un adolescente y tenía una bonita amiga llamada Elisa. Pero Pedro no estaba contento. No había aprendido a disfrutar el presente y a explorar las maravillas de cada etapa de su vida. Así que sacó la pelota y volvió a tirar del hilo, y muchos años pasaron en un solo instante. Ahora se vio transformado en un hombre adulto. Elisa era su esposa y Pedro estaba rodeado de hijos. Pero Pedro reparó en otra cosa. Su pelo, antes negro como el carbón, había empezado a encanecer. Y su madre, a la que tanto quería, se había vuelto vieja y frágil. Pero él seguía sin poder vivir el momento. De modo que una vez más, tiró del hilo mágico y esperó a que se produjeran cambios.*

*Pedro comprobó que ahora tenía 90 años. Su mata de pelo negro se había vuelto blanca y su bella esposa, vieja también, había muerto unos años atrás. Sus hijos se habían hecho mayores y habían iniciado sus propias vidas lejos de casa. Por primera vez en su vida, Pedro comprendió que no había sabido disfrutar de las maravillas de la vida. Había pasado por la vida a toda prisa, sin pararse a ver todo lo bueno que había en el camino. Pedro se puso muy triste y decidió ir al bosque donde solía pasear de muchacho para aclarar sus ideas y templar su espíritu. Al adentrarse en el bosque, advirtió que los arbolitos de su niñez se habían convertido en robles imponentes. El bosque mismo era ahora un paraíso natural. Se tumbó en un trecho de hierba y se durmió profundamente. Al cabo de un minuto, oyó una voz que le llamaba. Alzó los ojos y vio que se trataba nada menos que de la anciana que muchos años atrás le había regalado el hilo mágico. "¿Has disfrutado de mi regalo?", preguntó ella. Pedro no vaciló al responder: "Al principio fue divertido pero ahora odio esa pelota. La vida me ha pasado sin que me enterase, sin poder disfrutarla. Claro que habría habido momentos tristes y momentos estupendos, pero no he tenido oportunidad de experimentar ninguno de los dos. Me siento vacío por dentro. Me he perdido el don de la vida. "Eres un desagradecido, pero igualmente te concederé un último deseo", dijo la anciana. Pedro pensó unos instantes y luego*



respondió: *"Quisiera volver a ser un niño y vivir otra vez la vida". Dicho esto se quedó otra vez dormido.*

*Pedro volvió a oír una voz que le llamaba y abrió los ojos. ¿Quién podrá ser ahora?, se preguntó. Cuál no sería su sorpresa cuando vio a su madre de pie a su lado. Tenía un aspecto juvenil, saludable y radiante. Pedro comprendió que la extraña mujer del bosque le había concedido el deseo de volver a su niñez.*

*Ni que decir tiene que Pedro saltó de la cama al momento y empezó a vivir la vida tal como había esperado. Conoció muchos momentos buenos, muchas alegrías y triunfos, pero todo empezó cuando tomó la decisión de no sacrificar el presente por el futuro y empezar a vivir en el ahora".*

*- Fragmento tomado de "El monje que vendió su Ferrari" Robín S. Sarna-*

---

*Reflexión:*

*Muchas veces descuidamos el presente por focalizarnos en los anhelos futuros. En el mundo real por desgracia nunca tenemos una segunda oportunidad de vivir la vida, no podemos volver a atrás como en el cuento. Es importante llenar nuestro presente de momentos de calidad para poder construir nuestro futuro, no dejemos pasar la vida soñándola y sin vivirla.*

*Nos convencemos de que la vida será mejor después de cumplir los 18 años, después de casarnos, después de conseguir un mejor empleo, después de tener un hijo, después que los hijos sean grandes... A veces nos sentimos frustrados porque pensamos que las circunstancias no son las ideales, que no es el momento perfecto, y pensamos que nos sentiremos felices cuando lo sea.*