

CUADERNO DE TUTORÍAS PARA

3º DE ESO

Curso 08/09



ELABORADO POR

Grupos de Orientadores/as de la provincia de Cádiz



**CUADERNO PARA EL TUTOR/A
ORIENTADOR/A 3º ESO**

INDICE

1. ACOGIDA Y COHESIÓN DE GRUPO.
2. PARTICIPACIÓN.
 - 2.1. Normas de convivencia
 - 2.2. Elección de delegado
3. TÉCNICAS DE TRABAJO INTELECTUAL.
 - 3.1. Organización y planificación de estudio
 - 3.2. ¿Cuál es la mejor técnica de estudio?
 - 3.3. Preparación de exámenes. Concentración.
4. RELACIÓN PADRES- HIJOS. COMUNICACIÓN.
5. SABER DECIR NO
 - 5.1. Asertividad
 - 5.2. Presión de grupo
6. COEDUCACIÓN
 - 6.1. Violencia de Género
 - 6.2. Educación sentimental
7. OVP. ¿CÓMO APRENDER A TOMAR DECISIONES?
8. OVP. AUTOCONOCIMIENTO
 - 8.1. Historial académico
 - 8.2. Mis aptitudes
 - 8.3. Intereses profesionales
 - 8.4. Personalidad
- CONOCIMIENTO DEL SISTEMA EDUCATIVO**
9. CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO
10. BACHILLERATO
11. INFORMACIÓN 4º ESO
- CONOCIMIENTO DEL MUNDO LABORAL**
12. DIFERENTES PROFESIONES
13. TOMA DE DECISIONES
14. PRIMERA EVALUACIÓN
15. SEGUNDA EVALUACIÓN
16. TERCERA EVALUACIÓN
17. EVALUACIÓN FINAL DE LA TUTORÍA.

1- ACOGIDA Y COHESIÓN DEL GRUPO: **JUEGOS COOPERATIVOS**

ACTIVIDAD DE ACOGIDA Y COHESIÓN: “SI YO FUESE...”

OBJETIVOS:

- Favorecer la cohesión del grupo
- Fomentar el conocimiento de uno mismo y el de los demás.
- Motivar las relaciones interpersonales.

DESARROLLO:

El tutor/a en voz alta lee las premisas, a las cuales el alumnado va a responder individualmente. Cada alumno o alumna responde, según sus sentimientos, a cada una de las preguntas. Una vez realizado ésto, el tutor o tutora alternará las siguientes opciones para que la actividad sea más dinámica:

- Individualmente, de forma aleatoria, el tutor/a irá preguntando a los alumnos y alumnas su respuesta a una única pregunta, explicando el porqué de las respuestas y reflexionándolas.
- Individualmente, el tutor o tutora preguntará al alumnado la respuesta ante una pregunta en concreto. Pero en este caso, el tutor o tutora preguntará al resto de la clase por qué piensan que el compañero/a ha escogido esa respuesta, siendo el propio alumno o alumna el que determine si alguien ha adivinado su razón.

Finalmente, el tutor o tutora iniciará un debate y puesta en común, siguiendo el guión que se adjunta.

MATERIAL:

Cuestionario para el alumnado, guión para el tutor o tutora para llevar a cabo el debate y puesta en común.

CUESTIONARIO “SI YO FUESE”

1. Si fuese una flor sería...
2. Si fuese un animal sería ..
3. Si fuese un mueble sería...
4. Si fuese un instrumento musical sería...
5. Si fuese un juego sería...
6. Si yo fuese un color sería...
7. Si fuese una hora del día sería ...
8. Si fuese un mes del año sería ...
9. Si yo fuese una profesión sería...
10. Si yo fuese una comida sería...

GUIÓN ORIENTATIVO PARA INICIAR DEBATE Y PUESTA EN COMÚN (ADJUNTAR)

ACTIVIDAD DE ACOGIDA Y COHESIÓN: “SPLASH” (ACTIVIDAD OPTATIVA)

OBJETIVOS:

- Distender al grupo.
- Favorecer la cohesión.
- Tomar contacto físico y quitar prejuicios.

DESARROLLO:

El animador/a (un/a alumno/a voluntario/a, por ejemplo) trata de pillar a alguien, tocándole. Si lo consigue, ésta será la nueva persona que intente pillar. Para tratar de evitar que te pillen, puedes, en cualquier momento, pararte, juntando las manos (dando una palmada) con los brazos estirados al tiempo que gritas SPLASH. A partir de ese momento quedas inmóvil en la posición. Para reanimar a las que están inmóviles, alguien tiene que entrar dentro del hueco que forman con sus brazos y darle un beso. Mientras se está dentro de los brazos sin darle un beso, los dos están en zona libre, sin que puedan darles

NOTAS:

Cuando el grupo es numeroso, se puede hacer que varias personas “pillen”. Conviene que lleven un pañuelo o un trapo en la mano para poder identificarles. Si sólo “pilla” uno/a, es importante que el espacio sea reducido para favorecer los cambios y el contacto.

FUENTE: LA ALTERNATIVA DEL JUEGO II (juegos y dinámicas en educación para la paz).
Coordinación y redacción: Paco Cascón Soriano.

ACTIVIDAD DE ACOGIDA Y COHESIÓN: “AUTOAFIRMACIÓN” (ACTIVIDAD OPTATIVA)

DEFINICIÓN:

Se trata de descubrir al menos cuatro valores positivos de uno/a mismo/a.

OBJETIVOS:

- Favorecer la propia autoestima.
- Favorecer la cohesión.
- Aceptarse a sí mismo/a.

DESARROLLO:

Todo el grupo sentado en círculo. El/la tutor/a invita a que cada cual, sin hablar ni mirar a nadie, escriba las características positivas que más valora de sí mismo/a, en la media cuartilla. Al menos habrán de ser cuatro. Se pueden expresar con una palabra, una frase o un dibujo. El/la tutor/a también participa y estimula al grupo afirmando como todo el mundo tiene muchas más de 4.

A continuación, en silencio, todas las personas pasean por la sala con su papel sobre el pecho, de forma que todo el mundo pueda leerlo.

EVALUACIÓN:

¿Cómo nos hemos sentido? ¿Nos cuesta encontrar valores positivos de nosotros/as mismos/as? ¿Qué imagen propia tenemos? ¿Nos aceptamos y queremos?

FUENTE: LA ALTERNATIVA DEL JUEGO II (juegos y dinámicas en educación para la paz).
Coordinación y redacción: Paco Cascón Soriano.

EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE TUTORÍA.

Metodología de la Evaluación de las actividades de tutoría.

El presente cuestionario se rellenará de forma individual por el alumnado (5 minutos), haciendo una posterior puesta en común dirigida por el profesor/a-tutor/a. Éste/a hará especial hincapié en los aspectos más positivos y destacados de la actividad, y también en aquellos más negativos haciendo reflexionar al alumnado sobre los objetivos de la actividad propuesta.

Cuestiones a responder por el alumnado.

1. ¿Has participado activamente en la actividad?
2. ¿Conocías ya esta actividad?
3. ¿Has aprendido algo nuevo con esta actividad? Indica en dos líneas el qué.
4. ¿Te ha resultado interesante la actividad? ¿Por qué?
5. ¿Qué cambiarías de la actividad?
6. ¿Ha estado bien organizada la actividad en cuanto a: espacio, tiempo, material?

2-PARTICIPACIÓN

1º SESIÓN: NORMAS DE CONVIVENCIA

OBJETIVOS:

- Despertar un ambiente de interés y de estudio en torno a la discusión de un problema
- Identificar una situación problemática en el aula y buscarle soluciones

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

Convendría que el tutor explicara lo siguiente al grupo:

“En sesiones anteriores (Ver cuadernos de 1º y 2º de ESO) hemos tratado el tema de las normas de convivencia del centro y los derechos y deberes. Queremos profundizar un poco más: queremos saber cómo se está desarrollando el clima de convivencia dentro del aula.

Para ello vamos a realizar primero una representación en clase y luego vamos a debatir sobre ella. Explicaremos que necesitamos actores para representar la escena. Nuestro propósito es el de conocer la realidad de nuestra aula (cómo se comportan en clase, normas de puntualidad, respeto a los profesores, etc...) y que se reflexione sobre ello para modificar conductas negativas”

MATERIAL:

- Documento con los personajes que se deben interpretar

2ª SESIÓN: DERECHOS Y DEBERES.

OBJETIVOS:

- Reflexionar sobre las normas del centro
- Analizar las conductas contrarias a las normas
- Conocer los órganos competentes para las sanciones a las conductas contrarias

DESARROLLO:

- El tutor explicará brevemente los objetivos de la sesión
- Leerá en alto el documento sobre normas de convivencia, así como las normas contrarias y sus correcciones.
- Posteriormente dividirá la clase en grupos de 5 o 6 alumnos y entregará ambos documentos, además de un supuesto práctico a cada grupo
- Cada grupo realizará el supuesto teniendo en cuenta los derechos y deberes y sus correcciones. Una vez terminado, el portavoz de cada grupo explicará a la clase cómo han resuelto el caso y qué tipo de correcciones han realizado
- El tutor corregirá y resolverá las dudas que se planteen en clase.

MATERIAL:

- Documento sobre Derechos y Deberes
- Documento sobre conductas contrarias a las normas de convivencia
- Supuestos prácticos.
- Decreto 19/2007 de 23 de enero

3ª sesión: ELECCIÓN DE DELEGADO/A

La figura del Delegado y subdelegado de grupo aparece perfilada en el art. 107 del Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria: "Cada grupo de estudiantes elegirá, por sufragio directo y secreto, durante el primer mes del curso escolar, un Delegado/a de grupo... y un subdelegado/a...".

"Todos los representantes de los alumnos/as de los distintos grupos y los representantes de alumnos en el Consejo escolar integran la Junta de Delegados/as". (Art. 105).

OBJETIVOS:

- Elegir al Delegado/a y Subdelegado/a del grupo de manera seria y responsable.
- Educar a los alumnos/as en la convivencia democrática y participativa.

ACTITUDES, VALORES Y NORMAS:

- Participación libre y responsable, como elector/a y como candidato/a, en la elección del Delegado/a y Subdelegado/a de grupo.
- Aceptación democrática de los resultados de la elección.
- Asumir responsablemente, como candidato/a electo, los derechos y funciones inherentes al cargo.

MATERIALES Y RECURSOS:

- Urna y papeletas en blanco.
- Acta de la elección

DESARROLLO DE LA SESIÓN:

- ✓ Motivar a los alumnos/as para que afronten la elección con seriedad. Para ello, el tutor puede comenzar la sesión comentando las funciones de los Delegados/as y Subdelegados/as de grupo, la importancia de las mismas para el buen funcionamiento del Centro, aspectos educativos de la participación en la elección, y evitar que los compañeros/as ridiculicen a algún alumno/a votando "al gracioso" de la clase.
- ✓ Propuesta de candidatos/as.
- ✓ Proponer que los alumnos/as en grupos propongan un candidato/a. Junto al nombre deben escribir, una o dos cualidades que, según él, reúne el candidato/a propuesto. Se pedirá que si el alumno/a propuesto rechaza rotundamente ser candidato/a, lo manifieste en ese momento.
- ✓ La votación se realizará en presencia del Tutor/a, que actuará como presidente/a, y del secretario/a, que será el alumno/a más joven del grupo. El quórum exigible será de dos tercios del grupo.
- ✓ La votación será nominal y secreta y se proclamará Delegado/a al alumno/a que alcance más del 50% de los votos emitidos y subdelegado/a al siguiente.

ACTA DE LA ELECCIÓN DE DELEGADO/A DE GRUPO

CURSO.....
ALUMNOS/AS.....

GRUPO.....

Nº

Candidatos/as:

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

Nº de votantes:.....

Votos a favor de:

Nº de votos

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

Delgado/a.....
.....

Subdelegado/a.....
.....

Fdo: El Presidente

Fdo: El Secretario/a

En a de 2008

3-TÉCNICAS DE TRABAJO INTELECTUAL

1ª sesión: ORGANIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN DEL ESTUDIO

OBJETIVOS:

- Reconocer la necesidad de planificar el tiempo diario.
- Conocer algunos principios de organización para que el estudio sea una actividad sistemática y habitual.
- Organizar adecuadamente el tiempo de estudio, a corto plazo y a largo plazo. Confeccionar un horario semanal, personal, realista y adecuado.
- Programar también los tiempos de ocio y diversión dentro de las actividades normales.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

- Como factor de motivación e iniciación al tema, completar el “cuestionario del doctor López-Costurón”
- Hacer una lectura colectiva del Documento del alumno/a, comentando los aspectos más relevantes.
- Comentar el documento con consejos sobre cómo planificar el estudio.
- Elaborar un horario semanal personal de cada alumno/a que cumpla las consideraciones que se recogen en el Documento del alumno/a. Se puede hacer en casa y recogerlo la semana siguiente, siendo supervisado por el tutor.

EVALUACIÓN:

- Supervisión del horario personal confeccionado por los alumnos/as
- Observar si hay cambios en la organización del estudio por parte de los alumnos/as.

2ª sesión: CUÁL ES LA MEJOR TÉCNICA DE ESTUDIO PARA CADA TIPO DE EXAMEN

OBJETIVOS:

- Considerar el momento del examen como la culminación de un proceso, y que el resultado depende de cómo se haya realizado éste.
- Identificar los principales fallos que comete en la preparación y realización de los exámenes.
- Ofrecer pautas de preparación y realización correcta de exámenes.
- Elaborar estrategias de actuación ante los exámenes y concretar un plan de actuación para superar las dificultades.
- Paliar la ansiedad ante los exámenes.
- Mentalizar al alumnado de que el estudio es algo más amplio que el preparar y superar un examen.

MATERIAL:

- Cuaderno de tutoría.
- Exámenes de los/as alumnos/as.

DESARROLLO:

1. Se puede comenzar con un trabajo en grupo y posterior puesta en común del siguiente caso: “Juan es un alumno de 3º de ESO que ha suspendido cinco asignaturas en la primera evaluación. Está muy enfadado porque piensa que había estudiado lo suficiente para aprobar todas las asignaturas. Una semana antes de los exámenes pidió a su compañera Fátima todos los apuntes y se puso a estudiar «a tope». Dejó de salir con sus amigos y, a partir de ese momento lo único que le importaba era preparar los exámenes.

Se quedaba estudiando hasta muy tarde, incluso la noche anterior examen no durmió casi nada; claro que, durante esa semana, le costaba mucho levantarse por la mañana y en clase estaba adormilado.

El cree que suspende, no porque no lo sepa, sino porque se pone muy nervioso antes y en el momento del examen, y a veces se “queda en blanco” cuando le entregan el examen.

Dice que le gustaría ser como su compañera Fátima que, nada más recibir el examen, se pone a escribir a toda velocidad y suele ser la primera en entregarlo: Lo estudia todo de “memorieta”.

Claro que tampoco a Fátima le van muy bien las cosas; ha suspendido cuatro asignaturas. El profesor de Literatura ha suspendido a Fátima porque dice que su examen no responde a lo que se pedía. Los/as demás profesores/as han comentado que tanto Fátima como Juan dejan las frases sin completar, omiten ideas fundamentales no estructuran las ideas de manera ordenada y lógica”.

Cuestiones:

- ¿Cuáles pueden ser las causas del fracaso de Juan y Fátima?
- ¿Cuáles son los fallos más frecuentes que cometes en la preparación y realización de exámenes

Se pueden utilizar las siguientes “pistas”:

- Estudiar a diario o sólo para los exámenes.
 - Responder en clase y esmerarse en los trabajos para que el examen no sea la única calificación.
 - Al llegar los exámenes lo que se debe hacer es repasar lo estudiado con anterioridad.
 - Descanso en víspera de un examen.
 - Ansiedad o miedo ante los exámenes.
 - Estudiar para aprender y no sólo para aprobar.
 - Analizar los exámenes ya corregidos para detectar los errores y no volverlos a cometer.
 - Estudiar todo o sólo lo que se sospecha va a “caer” en el examen.
 - Cómo se sienten tras el examen.
2. Lectura del documento del Cuaderno de Tutoría. Ejemplificar los diferentes verbos usados en las cuestiones de examen: citar, enumerar, etc., pudiendo cada grupo o alumno/a formular las preguntas a otros/as y analizar las respuestas.
 3. Realizar un esquema con los puntos principales para la preparación y realización de exámenes, a nivel general y para los exámenes de preguntas largas y cortas.
 4. Elaborar una lista con sus fallos y un pequeño plan de actuación para superarlos.
 5. Analizar algunos exámenes “reales”, realizados por ellos/as. Detectar fallos y proponer soluciones.
 6. Practicar algunos ejercicios de relajación.

3ª sesión: PREPARACIÓN DE EXÁMENES: CÓMO ORGANIZARSE LOS EXÁMENES EN UN CALENDARIO Y TÉCNICAS DE CONCENTRACIÓN

OBJETIVOS:

- Entrenar a los alumnos en algunas técnicas sencillas de concentración que les sirvan para mejorar el rendimiento en los exámenes.
- Facilitar la reflexión sobre algunos comportamientos que los alumnos erróneamente llevan a cabo antes y durante la realización de exámenes.

DESARROLLO:

- Mediante una lluvia de ideas, el alumnado comentará aquellas costumbres que con más frecuencia realizan ante una situación de exámenes.
- Se analizan y se discuten, valorando las que puedan ser eficaces.
- Se entrega el documento anexo y se dialoga sobre la utilidad de las ideas allí citadas.
- Por último se practican los ejercicios propuestos u otros de similares características.

EVALUACIÓN:

- Varias semanas después se retoma el debate analizando si el cambio de alguno de los hábitos ha tenido repercusión en el rendimiento

4-RELACIÓN PADRES-HIJOS. COMUNICACIÓN PADRES-HIJOS DURANTE LA ADOLESCENCIA

JUSTIFICACIÓN:

Consideramos que esta tutoría tiene gran importancia, ya que nuestros alumnos/as se encuentran en una etapa de grandes cambios psicológicos (adolescencia) la cuál supone cambios significativos en su relación con los adultos y en las relaciones que a partir de ahora mantendrán con su padre – madre u otros familiares.

Por otro lado la imagen social de las relaciones familiares durante la adolescencia está caracterizada por el conflicto entre padres, madres y jóvenes.

A modo de resumen los investigadores señalan algunas características en esta edad:

- La comunicación entre los hijos e hijas y sus progenitores se deteriora: pasan menos tiempo interactuando juntos, hablan menos de sus asuntos espontáneamente y la comunicación se hace más difícil.
- Aumentan los conflictos familiares y se produce un distanciamiento entre los adolescentes y sus madres y padres.
- Los hijos se hacen más irritables cambiando con frecuencia de estado de ánimo.
- Los conflictos más frecuentes son motivados por aspectos de la vida diaria como la forma de vestir, la hora de llegar a casa, las tareas del hogar o asuntos académicos.
- Temas relacionados con sexualidad, política, religión o drogas no provocan conflictos con frecuencia.
- Hablan con más frecuencia con las madres
- Con los padres se habla más de las normas familiares y los planes de futuro y con las madres se habla con mayor frecuencia de los amigos y amigas y de los gustos e intereses (temas más personales).
- Las visiones de la realidad familiar son algo distintas para los adultos y los adolescentes
- Los procesos cognitivos son los responsables del aumento de la conflictividad
- En la mayoría de los casos el empeoramiento de las relaciones (conflictos y discusiones) no durará mucho y tenderá a normalizarse según vaya transcurriendo la adolescencia.

Desde la educación los tutores y profesores podemos ayudar tanto al alumnado como a sus padres o tutores legales a comprender estas relaciones, estableciendo puentes de unión que permitan un mayor ajuste y faciliten las tareas de aprendizaje y el rendimiento escolar.

Asimismo podemos asesorar en las entrevistas a las familias ofreciéndoles pautas que faciliten la comunicación y el bienestar de los hijos: escucharles de forma activa, intentar comprenderles y darles afecto, supervisar sus conductas fomentando al mismo tiempo la autonomía, etc

Algunas palabras clave en esta sesión de tutoría son: adolescentes, comunicación, conflictos, relaciones familiares,

OBJETIVOS:

1. Conocer los temas más frecuentes de conversación de los adolescentes en sus familias.
2. Analizar el grado de acuerdo o desacuerdo en los asuntos que se hablan con los padres
3. Detectar las causas que motivan la dificultad de entendimiento, comprensión y diálogo con los mayores
4. Analizar la frecuencia de los conflictos que se producen en el seno familiar y cómo son resueltos dichos conflictos.
5. Tomar conciencia de tener unas buenas relaciones familiares.
6. Identificar aquellos aspectos que han cambiado desde la infancia a la adolescencia

OBSERVACIONES PARA EL TUTOR/A:

- En esta tutoría debemos considerar los nuevos cambios sociales que se han producido en los últimos años en los diferentes modelos de familia. Por un lado el modelo familia tradicional (padre,madre, hijos-as) ,junto a este conviven nuevos tipos de familias, así podemos encontrar un solo progenitor (familia monoparental) con uno o varios hijos (por ej: madres solteras), familias de padres o madres separadas, divorciados, ...
- Por tanto debemos considerar el tipo de familia en la están el alumnado del grupo de clase, para evitar que puedan sentirse desplazados por su vivencia familiar.

DESARROLLO:

1. Motivación del tutor-a sobre la actividad que se va a realizar recordándoles la importancia de la misma para un mejor conocimiento de sus relaciones familiares
2. A continuación los alumnos responderán de forma individual y anónima el Cuestionario "Temas de los que hablamos". Para ello el tutor-a explicará claramente las instrucciones que deben seguir en la misma y que aparecen en el cuaderno del alumno: *Contesta marcando una cruz cuántas veces hablas con tu padre y con tu madre. A continuación responde si crees que tus padres y tú pensáis de forma parecida o diferente sobre esos temas.*
3. Una vez contestado el cuestionario anterior el alumnado realizará el siguiente Cuestionario titulado "Conflictos que tenemos", que consta de tres columnas diferenciadas: La 1ª es para señalar si en el último han tenido algún conflicto de los que se señalan. En la 2ª columna cómo ha sido vivido este conflicto (intensidad). Y en la última columna nos interesa conocer cómo ha sido resuelto el conflicto.
4. A partir de este momento iniciamos un tiempo de trabajo en pequeños grupos de 6 alumnos para que a modo de resumen respondan las siguientes cuestiones:
 - ¿De qué temas prefieres conversar con tus padres? Di los 2 más frecuentes
 - ¿De qué temas apenas se habla en tu familia? Di los 2 más frecuentes
 - Los 3 conflictos más frecuentes que generan broncas son los siguientes...
 - En general la frecuencia con la que tienes discusiones con tus padres es: diaria, varias veces al día, durante toda la semana, los fines de semana, en vacaciones,...
 - La causa principal de los problemas que tengo con mis padres se debe a...
 - ¿A quién de tus padres consideras más abierto y comprensivo en tus asuntos personales? ¿Por qué?

La técnica de dinámica de grupos que proponemos es la denominada **Phillips 6-6** que consiste en una discusión en grupo en el que el grupo de clase se divide en subgrupos más pequeños de 6 alumnos, para que en 6 minutos de trabajo colectivo (cada alumno tiene un minuto para exponer su parecer) expresen su opinión sobre las cuestiones que se planteen. Luego en una puesta en común los secretarios de cada grupo expondrán las conclusiones a las que llegaron.

El Phillips 6-6 permite que todos los alumnos participen, recogiendo un buen número de opiniones, estimulando a aquellos alumnos/as más tímidos y callados. Es buena técnica para analizar situaciones conflictivas y sacar conclusiones

5. Terminaremos la sesión de tutoría respondiendo por último el Cuestionario "Cómo era y cómo soy en mi familia" tratando de reflexionar sobre los cambios producidos.

5- RESISTENCIA A LA PRESIÓN DE GRUPO

1º Sesión: “COMUNICACIÓN ASERTIVA. APRENDIENDO A COMUNICARSE”

Se trata de dar a conocer al alumnado qué es la presión de grupo y que reflexionen en qué medida ellos y ellas disponen de habilidades para hacer frente a dicha presión.

Para ello se realizará:

1. Introducción del tema de la asertividad y explicación de los tres modelos de respuesta posibles ante los conflictos: agresivo, pasivo y asertivo. MATERIAL COMPLEMENTARIO.

Ante una situación de relación social, las personas pueden comportarse de manera **pasiva, agresiva o asertiva**. Por supuesto que no siempre actúan de la misma manera, sino que emplean una u otra forma en ocasiones diferentes.

Cuando aprendemos a identificar cada uno de estos distintos modos de reaccionar, podemos darnos cuenta de las causas y, sobre todo, de las consecuencias que obtenemos con ellos. Mediante este aprendizaje comprobamos que las personas que se comportan de manera asertiva consiguen más a menudo lo que desean y, lo que quizás es más importante, respetan los derechos propios y los de los demás, por lo que se sienten más satisfechos.

Recuerde:

Todo ser humano, por el hecho de ser libre para tomar decisiones, tiene unos derechos fundamentales

DEFINICIONES

1. **Pasivo:** Cuando la persona se expresa de tal manera que no respeta sus propios derechos.
2. **Agresivo:** Cuando la persona se expresa de tal manera que no respeta los derechos de los demás.
3. **Asertivo:** Cuando la persona se expresa de forma que respeta tanto los derechos propios como los ajenos.

Una vez aclarado los tres tipos posibles de comportamientos, los alumnos tratarán de dramatizar la situación expuesta a continuación, tratando de abordarlo desde los distintos tipos de comunicación.

Tras su realización, se reflexionará en grupo-clase sobre cómo se han sentido actuando ante el caso, qué piensan al respecto,...

2º Sesión

Se trabajará la puesta en marcha de habilidades para hacer frente a la presión de grupo. En primer lugar se explicará que es la presión de grupo y a continuación se pondrán en práctica habilidades asertivas para hacer frente a esta presión a través de dinámicas de roll-playing.

Presión de Grupo: Es la influencia positiva o negativa que sobre un adolescente ejercen los otros adolescentes que conforman su círculo de amigos, para que éste actúe según lo que piensa la mayoría.

Ejemplos negativos de la presión de grupo son:

- Fomentar la actividad sexual temprana en la adolescente sólo por imitar a sus amigas o contentar a su pareja.
- Exigir al adolescente que desea pertenecer a un grupo que debe consumir droga para ser aceptado.
- Involucrar un adolescente en actos delictivos sólo por complacer a la mayoría y demostrar que tiene "valor".

Etapas de la actividad:

1ª. El Tutor/a elabora frases que indican presión negativa y las anota en hojas separadas.

Ejemplos:

- Necesitamos dinero, y tú lo vas a conseguir como sea.
- Prueba este cigarro, para que sepas lo que es sentirse bien.
- Demuéstrame que me quieres y acuéstate conmigo.
- Enséñale a ese profesor quién manda y no te calles
- Vamos a emborracharnos para quitarnos el fastidio de encima.

2ª. Se solicita a 4 ó 5 alumnos o alumnas que se pongan de pié y serán los encargados de realizar la presión de grupo a un compañero/a.

3ª. Se solicita a un alumno o alumna que se dirija al grupo para responder a la presión de grupo.

Si la respuesta fue asertivamente correcta (lo cual decide el Tutor/a) se le aplaude. Tiene tres intentos para lograrlo.

4ª. Lo anterior se repite 4 ó 5 veces, haciendo participar al mayor número de adolescentes posibles, tanto los que presionan (con frases variadas) como los que responden.

5ª. Luego los alumnos y alumnas reflexionan sobre:

- Las motivaciones que pueden existir para hacer presión negativa.
- ¿Cómo se sintieron los que hacían presión negativa?
- ¿Qué sintieron los adolescentes que respondían al verse presionados?
- ¿Qué dificultades se les presentaron a los que respondían para escoger la frase asertiva?

6ª. Finalizar la actividad fijando los siguientes conceptos:

- Ser asertivo implica práctica y decisión, lo cual es necesario para desenvolvernos bien dentro de un grupo.
- Otra decisión asertiva es alejarse del grupo que presiona negativamente.
- No debemos permitir que la presión el grupo nos impida avanzar por el camino de nuestra realización.
- Que no existe "la razón" que justifique el aceptar una presión negativa.

Finalmente, escribo lo que he aprendido con esta actividad.

He aprendido _____

Actividad: “Las piedras” del camino

Se divide la clase en 4 grupos y se les reparte una situación real guiada con preguntas para que las intenten resolver.

Grupo 1: Unos amigos y amigas quieren que salga con ellos una noche de fiesta y yo no quiero porque tengo sueño y estoy cansada.

Grupo 2: Me pasan una cerveza en una fiesta y yo no quiero beber alcohol.

Grupo 3: Mi hermano o hermana quiere que le acompañe al cine y yo no quiero porque tengo que terminar la tarea

Grupo 4: Vas a una tienda a comprar algo que necesitas y el vendedor o vendedora quiere convencerte de que compres otra cosa que no necesitas.

Los diferentes grupos deben por escrito responder las siguientes preguntas:

Definir qué quiero hacer y que es lo que otras personas quieren que haga.

¿Qué creo yo que es lo más justo dada la situación?

¿De cuántas formas puedo llevarlo a cabo?

¿Cuál es la mejor forma de llevarlo a cabo?

Finalmente cada grupo representa la situación trabajada.

6-COEDUCACIÓN. CONVIVENCIA DE GÉNEROS. **EDUCACIÓN SENTIMENTAL**

1ª sesión: VIOLENCIA DE GÉNERO

JUSTIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Una declaración hecha por la Organización de Naciones Unidas en 1980 dice: “ La violencia contra la mujer es el crimen encubierto más numeroso del mundo”.

Las estadísticas dicen que la mujer maltratada soporta esa situación de maltrato como mínimo 10 años antes de hacer la primera denuncia.

En la mayor parte de los casos esta violencia física ha empezado por insultos, humillaciones, amenazas... y en muchas ocasiones se inicia ya en las primeras relaciones, entre adolescentes, por lo que es muy necesario trabajar el tema con el alumnado para que pueda detectar desde el comienzo el trato desigual y violento, y puedan evitarlo.

Es necesario tomar conciencia de esta situación, analizar las causas que la generan y por supuesto buscar soluciones. Las causas debemos buscarlas en las profundidades de nuestras culturas y religiones androcéntricas, que defienden la superioridad del hombre. Nuestro ilustrado Rousseau (XVIII) decía que “ la mujer está hecha para obedecer al hombre; debe aprender a sufrir injusticias y a aguantar tiranías de esposo cruel, sin protestar.”

Los roles y estereotipos aceptados durante generaciones, han llevado a posturas de sumisión y dependencia por parte de las mujeres, han contribuido a mantener esa situación de desigualdad y de inferioridad.

Las agresiones se dan en todas las clases sociales y está entre las relaciones de nuestro alumnado. De ahí la necesidad de abordarlo y detectar en sus propias relaciones cualquier señal de dominación, de control, de violencia psicológica. Hay que ayudarles a ser libres.

OBJETIVOS:

- Aprender a detectar el acoso sexual.
- Tomar conciencia de los roles desiguales que van asumiendo desde la infancia, implicando una superioridad de los varones y una sumisión de las mujeres.
- Analizar las posibles causas de esa aceptación de papeles diferentes.
- Rechazar los estereotipos sexistas, base de la violencia de género.
- Desarrollar actitudes y habilidades que les permitan hacer frente a situaciones en las que exista violencia.
- Ver la necesidad de conseguir una autonomía afectiva que les haga ser personas libres y completas, no “medias naranjas”.
- Sensibilizar al alumnado acerca del drama que supone la violencia de género.
- Tomar conciencia de que los malos tratos no pertenecen al mundo privado de la pareja. Son un delito y como tal deben ser denunciados.

DESARROLLO:

- El tutor/a presenta la tutoría y comenta la conveniencia de tratar el tema. Se puede realizar con motivo de la celebración del "Día contra la violencia de género" (25 de Noviembre).
- Breve charla al alumnado para ver qué opina acerca de si existe o no violencia en su entorno más próximo o en sus relaciones.
- Se presenta la situación supuesta para que en el cuadernillo y cada alumno/a, conteste a las preguntas.
- A continuación se realizará una puesta en común de sus opiniones en pequeños grupos.
- Debate anotando en la pizarra las principales conclusiones. Es necesario no tolerar actitudes de burla, ironía, desprecio...
- El tutor/a hará una síntesis, haciendo hincapié en la búsqueda de posibles soluciones al problema.

INFORME DE TUTORÍA

- **¿Qué actitud han mantenido los alumnos/as durante la sesión de tutoría? (respeto, ironía, burla, diálogo, agresividad...)**
- **¿Qué modificaciones introducirías en esta tutoría?**
- **¿Qué respuesta te ha llamado más la atención?**
- **Conclusiones más significativas que haya habido en el debate.**

2ª sesión- EDUCACIÓN SENTIMENTAL.

JUSTIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD

El mundo de los sentimientos no tiene el mismo significado para la mujer que para el varón. Se educa de forma asimétrica a los chicos y las chicas, potenciando desde todos los ámbitos sociales determinados aspectos diferenciales. Como los siguientes atributos y cualidades que no se corresponde con la realidad, pero se aceptan como si fueran “naturales” o lo propio de los chicos y las chicas:

Mujer-femenino

Espontaneidad, ternura, debilidad física, intuición, aceptación, superficialidad, sensibilidad, sumisión, pasividad, abnegación, volubilidad, dependencia, pequeña necesidad sexual.

Varón- masculino

Razón, violencia, fuerza física, inteligencia, autoridad, profundidad, espíritu emprendedor, dominio, actividad, inconformismo, tenacidad, independencia, fuerte impulso sexual.

OBJETIVOS:

- Reflexionar sobre el aprendizaje sentimental: los sentimientos se educan y son portadores de prejuicios.
- Tomar conciencia de los distintos valores emocionales que se espera de varones y mujeres.
- Establecer estrategias para identificar actitudes sexistas.
- Fortalecer la autonomía personal a través de la superación de los prejuicios

DESARROLLO:

- El tutor/a presenta la actividad.
- Evaluación inicial: cuestiones para el alumnado y puesta en común en pequeño grupo.
- A continuación trabajan los prejuicios en los sentimientos sobre el supuesto de la relación de Marisa y Pedro.
- Conclusiones para romper con estos prejuicios.

7-OVP: CÓMO APRENDER A TOMAR DECISIONES

(Tutorías nº 7 Y 13)

JUSTIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Estas dos tutorías forman un único bloque, aunque dividido en dos partes. En ambos casos se pretende dotar al alumnado de un conjunto de pasos a seguir en el proceso de resolver un problema de toma de decisiones.

La tutoría se plantea en dos partes. Una teórica, en la que exponen los pasos ideales a seguir , y una práctica en la que plantean varios casos con vistas a “entrenar” al alumnado en dichos pasos. Los pasos a dar suponen un camino sobre el cual el alumno debe analizar la situación en la que encuentra y obrar en consecuencia. Existen otros muchos métodos de resolución de este tipo de problemas, aunque hemos escogido éste por su sencillez didáctica.

Tomar decisiones es importante para valorar y mejorar la madurez personal del alumno/a. Es un proceso gradual que se debe ir afianzando con este tipo de ejercicios. Como todo entrenamiento, mientras más ejercicios se realicen mejor y más automatizados será el proceso que se entrena.

Se espera que, a lo largo del proceso de madurez del alumno/a, la toma de decisiones se afiance e integre en las habilidades personales de adaptación a la vida cotidiana, por lo que constituye una competencia básica a desarrollar.

OBJETIVOS:

- Desarrollo de estrategias para la toma de decisiones
- Entrenamiento de un proceso de toma de decisiones

MATERIALES

Sesión de tutoría nº 7

Sesión de tutoría nº 13

DESARROLLO

La presente actividad debe desarrollarse en al menos **3 sesiones**, dos para la tutoría 7 y una para la tutoría 13. En caso de que se realizase en dos sesiones no tendríamos tiempo de que el alumno/a pueda interiorizar los pasos a seguir en el proceso de toma de decisiones.

1º. Motivar a los alumnos haciéndoles reflexionar sobre la importancia de tomar de cisiones en la vida, y la relación que las decisiones tienen con el nivel de madurez de la persona. A mayor madurez, más decisiones se toman.

Para decidir bien es necesario recordar el estilo de personalidad que mejor se corresponde con el proceso, esto es, el de una persona **reflexiva**, que piensa las cosas antes de actuar, y además **no tener miedo** a decidir porque ello está directamente relacionado con las responsabilidades que un adulto debe tener.

Se debe recalcar además el actuar con **prudencia y serenidad**, esto es, no de manera alocada ni nerviosa, sino pensando bien las distintas posibilidades que existen y eligiendo con todos los datos posibles la opción que más conviene según el caso.

2º. Cómo se afronta un proceso de toma de decisiones.

Importancia de los requisitos previos al desarrollo de un proceso de toma de decisiones.

1º ¿Cómo soy yo?	<ul style="list-style-type: none">• Cómo eres en realidad: tu inteligencia, tus intereses, tus limitaciones, tus aptitudes, tu manera de comportarte, tus aficiones y gustos, etc...• ¿Qué cosas valoras más en tu vida?• ¿Qué preocupaciones tienes?• ¿Cómo ha sido hasta ahora tu vida?• ¿Cómo te ha ido en los estudios?
2º ¿Qué posibilidades existen?	<ol style="list-style-type: none">1. ¿Qué se puede estudiar?2. ¿Qué trabajos existen?3. ¿Dónde puedo encontrar información?

3º. Pasos a seguir en un proceso de toma de decisiones

3º ¿Cómo debo tomar la decisión?	D efinir bien el problema o situación E stablecer un plan de acción para resolverlo C onocer a ti mismo I nvestigar e informarte de los distintos caminos que tienes D escubrir los riesgos y consecuencias de cada uno de ellos E liminar los que no te convienen y entonces... DECIDIR Y PASAR A LA ACCIÓN
----------------------------------	--

4º. Trabajo personal (los pasos son comunes a las tutorías 7 y 13)

Puesta en práctica de los pasos necesarios.

5º. Trabajo en pequeño grupo:

Se organiza la clase en **grupos de 4-5 alumnos**, cada grupo nombrará un secretario y un moderador.

Los grupos realizan de nuevo las actividades prácticas, aunque esta vez deben llegar a un consenso grupal en lo relativo a lo pasos a dar.

4º. Puesta en común:

- Los secretarios exponen las ideas recogidas en sus respectivos grupos.
- Se abre un turno de palabra para completar, comentar o cambiar impresiones sobre las cuestiones que surjan de los grupos, tratando de llegar a conclusiones sobre las mejores estrategias para tomar una decisión madura y razonada.
- Se debe abrir el debate de cómo debería ser una buena decisión

8-OVP: AUTOCONOCIMIENTO

1ª sesión: HISTORIAL ACADÉMICO

OBJETIVOS:

- Que el alumno/ a sea capaz de analizar los resultados académicos de sus últimos cursos, de comprender en qué materia ha rendido más o menos, en relacionar los niveles de preparación académica con los requisitos ocupacionales y de sopesar la conveniencia de comprometerse a hacer estudios de larga duración.

DESARROLLO:

El/ la tutor/ a explica el objetivo que pretendemos con la actividad. A continuación, comienza un trabajo a nivel individual del alumno/a, que desarrollará dos actividades

2ª sesión: MIS APTITUDES

OBJETIVOS:

- Que el alumno/ a sea capaz de comprender que las personas poseen un bagaje intelectual, unos condicionamientos físicos y unas inclinaciones naturales hacia el esfuerzo –o no- que las hace más aptas para cierto tipo de estudios o trabajos.

DESARROLLO:

El/ la tutor/ a explica el objetivo que pretendemos con la actividad. A continuación, comienza un trabajo a nivel individual del alumno/ a, un inventario de aptitudes. Tras la realización del mismo, desarrollarán la actividad número dos, que servirá de autorreflexión sobre los tres principales grupos de aptitudes que posee cada alumno/ a

3ª sesión: MIS INTERESES PROFESIONALES

OBJETIVO:

Que el alumno/a sea capaz de reconocer sus preferencias y de reflexionar sobre la incidencia directa de ellas en la toma de decisión y en la asunción de riesgos personales.

DESARROLLO:

El/la tutor/a explica el objetivo que pretendemos con la actividad. A continuación, comienza un trabajo a nivel individual del alumno/a. Si el/la alumno/a desconoce las profesiones, puede consultar en Internet la Web www.eligeprofesion.org

4ª sesión: PERSONALIDAD

OBJETIVOS:

- Que el alumno/a sea capaz de distinguir los rasgos más significativos de su personalidad y de conectar éstos con las exigencias académicas y ocupacionales.
- Que comprenda que las características personales pueden ser consideradas desde la doble perspectiva (posesión o carencia) y que, en cualquier caso, tanto el tener como el no tener pueden encajar en diferentes tipos de profesiones.

DESARROLLO:

El/ la tutor/ a explica el objetivo que pretendemos con la actividad. A continuación, comienza un trabajo a nivel individual del alumno/a

CONOCIMIENTO DEL SISTEMA EDUCATIVO

9-OVP: INFORMACIÓN DE LOS CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO

OBJETIVOS:

- Informar a los alumnos/as de las posibilidades académicas después de 3º de ESO.
- Conocer los Ciclos Formativos de Grado Medio.
- Provocar en los alumnos la reflexión sobre su vida y su porvenir.
- Ayudar al alumno/a a tomar decisiones sobre su futuro inmediato y a medio plazo

MATERIAL:

- Cuaderno del alumno/a.
- Reflexiones previas a la decisión (documento para uso del tutor/a que se adjunta más abajo)

CONTENIDOS

- Conceptos: Itinerario, Modalidad, Formación Profesional, Asignaturas, Módulos.
- Procedimientos: Reflexión sobre el propio proyecto académico y vocacional; análisis de diversas posibilidades; toma de decisiones sobre el futuro inmediato y a medio plazo.
- Actitudes: Aprecio de las ocasiones y posibilidades de formarse que ofrece el Sistema Educativo; valoración del análisis y de la reflexión como medios de madurar como persona y para tomar decisiones correctas; decisión adecuada para los estudios que siguen a 4º de ESO; responsabilidad de las propias decisiones.

DESARROLLO:

1ª Palabras motivadoras del tutor/a

Se sugiere para esta motivación insistir en la necesidad que tienen los alumnos/as de 3º de ESO de decidir bien lo que van a hacer el curso siguiente. Hay que considerar lo que desean a tres o cuatro años vista.

Hay que tomar una decisión válida, duradera, que no lleve a tener que cambiar y perder así tiempo y energía.

Explicar a los estudiantes que han de tomar una primera decisión: Las materias opcionales que desean elegir para 4º de ESO. No se debe elegir lo que parece más fácil, sino aquello que prepara para los estudios que van a realizar después.

Al terminar 3º de ESO se presentan 3 posibilidades: Se puede pasar a 4º de ESO (cursando un itinerario o el Programa de Diversificación Curricular de 4º), se puede repetir 3º (en el grupo habitual o en un Programa de Diversificación Curricular) o puede uno dejar de estudiar (si tiene 16 años o más). La tercera posibilidad no es aconsejable.

2ª Reflexiones previas a la decisión

Conviene que el tutor/a haga una serie de explicaciones y comentarios sobre las “*Reflexiones previas a la decisión*” (más abajo se adjuntan las ideas sugeridas en un documento, que es para uso del profesor). Antes de tomar una decisión y de elegir lo que se va a estudiar, hay que plantearse una serie de preguntas. Las exponemos a continuación en 4 cuestiones.

Si ya se han realizado reflexiones similares en otros temas de tutoría, se puede pasar más rápidamente sobre este asunto.

3ª Información sobre los Ciclos Formativos de Grado Medio

Para esta información se irá leyendo el tema en el Cuaderno que tienen los estudiantes. Puede alguien leerlo en voz alta, acompañando comentarios del tutor/a y preguntas del alumnado.

4ª Actividades

Hay en el Cuaderno para el alumnado dos actividades. La primera se realiza a título individual. La segunda es para realizarla en pequeños grupos.

La actividad 1 la hará cada uno/a en su Cuaderno. Tras dejar un tiempo suficiente, se hará una corrección colectiva. Cada alumno/a anotará la respuesta correcta con un color diferente.

Para la actividad 2 (que se puede hacer en una segunda sesión de tutoría) se forman grupos de 3 ó 4 alumnos, con un estudiante que haga de coordinador/a-secretario/a, que irá tomando notas de las respuestas de cada participante a las 4 preguntas contenidas en “*Reflexiones previas a la decisión*”. Posteriormente se hará la puesta en común.

5ª Conclusiones

Conviene calcular el tiempo para poder terminar cada sesión con orden y tranquilidad.

Si se prevé que en una hora no se terminará todo el contenido, es preferible seguir en otra sesión –aunque sea otro día- antes que terminar apresuradamente y sin haber aclarado las dudas.

En toda la sesión se tendrá presente que la finalidad es hacer reflexionar a los alumnos sobre su propio futuro, para llegar a unas conclusiones que provoquen en los alumnos/as una decisión madura.

EVALUACIÓN

Al finalizar cada sesión, el tutor/a anotará de forma breve y escueta cómo se ha desarrollado y el interés que han mostrado los alumnos, con algún comentario que pueda servir para mejorar el Cuaderno en una próxima versión.

REFLEXIONES PREVIAS A LA DECISIÓN

(Para uso del profesor)

♣ ¿Qué deseo hacer a partir del curso próximo, los siguientes años?

Al terminar 3º de ESO, se puede pasar a 4º de ESO (en una clase de 4º ordinario, o en un Programa de Diversificación Curricular), se puede repetir 3º (en un curso habitual o en un Programa de Diversificación Curricular) o puede uno dejar de estudiar (si tiene 16 años ó más). Si se decide seguir estudiando, pueden darse varias situaciones.

- Terminar de estudiar y empezar a ganar algún dinero.: Buscar trabajo
- Estudiar aún 2 años más después de 4º de ESO.....: Ciclo Formativo de Grado Medio
- Estudiar 4 ó 5 años más después de 4º de ESO: Bachillerato + CFGS o +
Universidad
- Estudiar 6 ó 7 años más después de 4º de ESO: Bachillerato +
Universidad

♣ ¿Qué me gusta estudiar?

Cada uno debe plantearse lo que le gusta realmente. Será más agradable y se estudiará mejor algo que gusta que algo que desagrada.

Uno puede pensar que lo que le gusta realmente, por ejemplo, es el dibujo; pues debe intentar realizar unos estudios donde el dibujo sea una materia de las más importantes, que le lleve –luego- a una profesión donde tenga que trabajar con dibujos.

A otro puede gustarle la educación física o la historia o las matemáticas; pues tendrá que tenerlo en cuenta a la hora de realizar su elección.

♣ ¿Qué se me da bien estudiar?

Otro elemento a tener en cuenta es tomar conciencia de las cualidades y capacidades de cada uno. Este elemento o factor hay que armonizarlo con lo que a uno le gusta. Un indicativo es analizar las notas que se han venido obteniendo a lo largo de los últimos años.

Si a un alumno/a le gustaría trabajar en profesiones donde es necesario hacer cálculos con números, pero ha venido sacando malas notas desde hace varios años en Matemáticas, ha de comprender que no debe ser lo suyo (a no ser que sea un perezoso/a y las malas notas sean por no trabajar las matemáticas; entonces debe saber si está dispuesto a dar un cambio radical...).

Si a uno le gusta la Tecnología, especialmente actividades sobre electricidad y circuitos eléctricos; comprueba que le agrada leer libros sobre estos temas; cuando sale un programa en la TV le interesa mucho; además, siempre ha sacado buenas notas en los temas de estas materias. Está claro que es lo suyo. Tiene dos factores –gusto por la materia y valía demostrada en las notas- que le están indicando que puede decidirse por dedicarse a estudiar un Ciclo sobre electricidad o asuntos tecnológicos similares.

♣ ¿Qué puedo estudiar en mis circunstancias concretas?

El estudiante ha de analizar también sus circunstancias concretas para tomar una decisión acertada.

Si, por ejemplo, a uno/a le gustaría mucho cursar unos determinados estudios, para los que cree tener cualidades e interés, pero que se cursan en una localidad lejana, ha de tenerlo en cuenta.

Es muy importante comentar con los padres los deseos y los planes que se tengan.

Además del gusto y de las cualidades, hay que mirar la realidad concreta de cada uno: **lugar** de residencia y lugar de los estudios, **medios de transporte** necesarios para acudir al centro de estudio y medios de transporte existentes (públicos o privados), **economía** de la que se dispone y la que es necesaria.

10-OVP INFORMACIÓN DEL BACHILLERATO

Muy importante: Se debe consultar la normativa que está pendiente de publicarse.

OBJETIVOS:

- Informar al alumnado de las posibilidades académicas después de 3º de ESO.
- Conocer las modalidades de Bachillerato, y sus itinerarios.
- Provocar en el alumnado la reflexión sobre su proyecto de vida.
- Ayudar al alumnado a decidir sobre su futuro inmediato y a medio plazo.

MATERIAL:

- Cuaderno del alumno/a.
- Todas las preguntas sobre el Bachillerato están respondidas en el cuadernillo **“Y después de 4º de ESO...¿qué?”**, disponibles en el Departamento de Orientación.
- Las webs donde el alumnado puede encontrar información actualizada sobre el bachillerato son:
 - www.ced.juntadeandalucia.es (eligiendo las siguientes opciones del menú: alumnado/ enseñanzas/ bachillerato).
 - telefonica.net/web2/orientagades/
 - <http://preuniversia.es/preguntas-frecuentes/bach.htm>
 - <http://www.elorienta.com/ponente>

No obstante, es recomendable consultar con el/la orientador/a del centro, ya que esta información está pendiente del desarrollo normativo de la LOE 2/2006.

CONTENIDOS

Conceptos: Modalidad, optativas, itinerario.

- Procedimientos: Reflexión sobre el propio proyecto académico y vocacional; análisis de las distintas alternativas; búsqueda y análisis de información.

- Actitudes: valorar la formación como elemento principal para la promoción personal y profesional; aprecio de la búsqueda de información, el análisis y la reflexión como medios para madurar como persona y tomar decisiones libre y responsablemente.

-

RESPUESTAS:

En cuanto a las respuestas adecuadas para cada uno de los casos planteados:

CASO 1:

El Bachillerato de Ciencias y Tecnología es la modalidad vinculada con la carrera de Medicina (que Rosa tendrá que realizar en la especialidad de Pediatría).

Las materias de modalidad que corresponden son: Matemáticas, Física y Química, y Biología y Geología.

De esta forma, Rosa accederá a los conocimientos y aptitudes necesarias para realizar con éxito sus estudios superiores.

CASO 2:

La alternativa más adecuada para Oscar es el Bachillerato de Humanidades y Ciencias Sociales, escogiendo como materias de modalidad: Historia del Mundo Contemporáneo.

La razón es que éste itinerario, dentro de la modalidad de Humanidades y Ciencias Sociales, es el que se corresponde con los estudios superiores más acordes a sus intereses y valores: carreras como Turismo, Periodismo, Traducción e interpretación, Filología Hispánica.

CASO 3:

Marta tendrá que escoger Bachillerato de Ciencias y Tecnología, escogiendo como materias de modalidad Matemáticas, Dibujo Técnico, y Tecnología Industrial

Marcos haría un Bachillerato de Artes, por la vía de Artes Plásticas, Diseño e Imagen, escogiendo Dibujo Artístico, Dibujo Técnico y Volumen.

Luisa cursaría el Bachillerato en la modalidad de Ciencias y Tecnología, escogiendo las materias de Tecnología Industrial, Física y Química y Electrotecnia.

Por último, como **razones por las que a un alumno/a de ESO le convenga escoger el Bachillerato**, podríamos mencionar:

1. Que lo necesite como requisito para cursar los estudios universitarios, el Ciclo Formativo de Grado Superior, o los estudios superiores de Música, Danza y Arte Dramático, que desea realizar.
2. Que no tenga claro lo que quiere estudiar, pero tiene aptitudes para el estudio y quiere mantener abiertas el máximo posible de opciones.
3. Que no tenga claro lo que quiere estudiar, pero tiene interés en realizar algún tipo de estudios superiores.

11. OVP: INFORMACIÓN 4º ESO

OBJETIVOS:

- Informar a los alumnos/as de las posibilidades académicas después de 3º de ESO.
- Provocar en los alumnos la reflexión sobre su vida y su porvenir.
- Ayudar al alumno/a a tomar decisiones sobre su futuro inmediato y a medio plazo.

MATERIAL:

- Cuaderno del alumno/a.
- Reflexiones previas a la decisión (documento para uso del tutor/a que se adjunta más abajo)

CONTENIDOS

- Conceptos: Itinerarios en 4º ESO, vinculación con decisiones posteriores.
- Procedimientos: Reflexión sobre el propio proyecto académico y vocacional; análisis de diversas posibilidades; toma de decisiones sobre el futuro inmediato y a medio plazo.
- Actitudes: Aprecio de las ocasiones y posibilidades de formarse que ofrece el Sistema Educativo; valoración del análisis y de la reflexión como medios de madurar como persona y para tomar decisiones correctas; decisión adecuada para los estudios que siguen a 3º de ESO; responsabilidad de las propias decisiones

DESARROLLO:

1ª Palabras motivadoras del tutor/a

Se sugiere para esta motivación insistir en la necesidad que tienen los alumnos/as de 3º de ESO de decidir bien lo que van a hacer el curso siguiente.

Hay que tomar una decisión válida, duradera, que no lleve a tener que cambiar y perder así tiempo y energía.

Explicar a los estudiantes que han de tomar una primera decisión: Las materias opcionales que desean elegir para 4º de ESO. No se debe elegir lo que parece más fácil, sino aquello que prepara para los estudios que van a realizar después.

Al terminar 3º de ESO se presentan 3 posibilidades: Se puede pasar a 4º de ESO (cursando un itinerario o el Programa de Diversificación Curricular de 4º), se puede repetir 3º (en el grupo habitual o en un Programa de Diversificación Curricular) o puede uno dejar de estudiar (si tiene 16 años o más). La tercera posibilidad no es aconsejable

2ª Reflexiones previas a la decisión

Conviene que el tutor/a haga una serie de explicaciones y comentarios sobre las "Reflexiones previas a la decisión" (más abajo se adjuntan las ideas sugeridas en un documento, que es para uso del profesor). Antes de tomar una decisión y de elegir lo que se va a estudiar, hay que plantearse una serie de preguntas. Las exponemos a continuación en 4 cuestiones.

Si ya se han realizado reflexiones similares en otros temas de tutoría, se puede pasar más rápidamente sobre este asunto.

3ª Información sobre las opciones, optativas e itinerarios que se configuran en 4º ESO

Para esta información se irá leyendo el tema en el Cuaderno que tienen los estudiantes. Puede alguien leerlo en voz alta, acompañando comentarios del tutor/a y preguntas del alumnado.

4ª Actividades

Hay en el Cuaderno para el alumnado una actividad.

La actividad la hará cada uno/a en su Cuaderno. Tras dejar un tiempo suficiente, se hará una corrección colectiva. Cada alumno/a anotará la respuesta correcta con un color diferente.

5ª Conclusiones

Conviene calcular el tiempo para poder terminar cada sesión con orden y tranquilidad.

Si se prevé que en una hora no se terminará todo el contenido, es preferible seguir en otra sesión –aunque sea otro día– antes que terminar apresuradamente y sin haber aclarado las dudas.

En toda la sesión se tendrá presente que la finalidad es hacer reflexionar a los alumnos y alumnas sobre su propio futuro, para llegar a unas conclusiones que provoquen en los alumnos/as una decisión madura.

EVALUACIÓN

Al finalizar cada sesión, el tutor/a anotará de forma breve y escueta cómo se ha desarrollado y el interés que han mostrado los alumnos, con algún comentario que pueda servir para mejorar el Cuaderno en una próxima versión.

REFLEXIONES PREVIAS A LA DECISIÓN

(Para uso del profesor)

♣ ¿Qué deseo hacer a partir del curso próximo, los próximos años?

Al terminar 3º de ESO, se puede pasar a 4º de ESO, se puede repetir 3º o puede uno dejar de estudiar (si tiene 16 años ó más).

Si se decide lo deseable, que es seguir estudiando, lo primero que hay que tener claro es cuánto tiempo se desea estudiar después de terminar 4º de ESO.

Pueden darse varias situaciones. A continuación están estas opciones con la recomendación correspondiente.

- Terminar de estudiar y empezar a ganar algún dinero.: Buscar trabajo
- Estudiar aún 2 años más después de 4º de ESO....: Ciclo Formativo de Grado Medio
- Estudiar 4 ó 5 años más después de 4º de ESO: Bachillerato + CFGS o + Universidad
- Estudiar 6 ó 7 años más después de 4º de ESO: Bachillerato + Universidad

♣ ¿Qué me gusta estudiar?

Cada uno de plantearse lo que le gusta realmente. Será más agradable y se estudiará mejor algo que gusta que algo que desagrada.

Uno puede pensar que lo que le gusta realmente, por ejemplo, es el dibujo: pues debe intentar realizar unos estudios donde el dibujo sea una materia de las más importantes, que le lleve –luego- a una profesión donde tenga que trabajar con dibujos.

A otro puede gustarle la educación física, o la historia, o las matemáticas... pues tendrá que tenerlo en cuenta a la hora de realizar su elección.

♣ ¿Qué se me da bien estudiar?

Otro elemento a tener en cuenta es tomar conciencia de las cualidades y capacidades de cada uno. Este elemento o factor hay que armonizarlo con lo que a uno le gusta. Un indicativo es analizar las notas que se han venido obteniendo a lo largo de los últimos años.

Si a un alumno/a le gustaría trabajar en profesiones donde es necesario hacer cálculos con números, pero ha venido sacando malas notas desde hace varios años en Matemáticas, ha de comprender que no debe ser lo suyo (a no ser que sea un perezoso/a y las malas notas sean por no trabajar las matemáticas; entonces debe saber si está dispuesto a dar un cambio radical...).

Si a uno le gusta la Tecnología, especialmente actividades sobre electricidad y circuitos eléctricos; comprueba que le agrada leer libros sobre estos temas; cuando sale un programa en la TV le interesa mucho; además, siempre ha sacado buenas notas en los temas de estas materias. Está claro que es lo suyo. Tiene dos factores -gusto por la materia y valía demostrada en las notas- que le están indicando que puede decidirse por dedicarse a estudiar un Ciclo sobre electricidad o asuntos tecnológicos similares.

♣ ¿Qué puedo estudiar en mis circunstancias concretas?

El tutor o tutora, informará de los itinerarios que se han configurado en el instituto, cada instituto puede tener itinerarios diferentes, los tendrá que facilitar previamente la jefatura de estudios.

Se escriben los itinerarios en los cuadrantes que están en blanco en el cuadernillo del estudiante.

A continuación, se une con flechas con las salidas académicas más inmediatas tanto a bachillerato como a formación profesional, vinculando con los distintos itinerarios que se han diseñado en el instituto

CONOCIMIENTO DEL MUNDO DEL TRABAJO

12-OVP: DIFERENTES PROFESIONES

PROFESIONES E ITINERARIOS EDUCATIVOS

OBJETIVOS:

- 1.- Ampliar el número de profesiones que conocen el alumnado.
- 2.- Clasificar los distintos estudios y ocupaciones por familias profesionales.
- 3.- Desmontar los prejuicios sexistas sobre las ocupaciones profesionales.
- 4.- Visión a corto y medio plazo sobre los posibles itinerarios educativos a seguir.
- 5.- Acercamiento a la elección de una profesión futura.
- 6.- Primer acercamiento a la elección de materias en 4º de ESO

DESARROLLO:

Las actividades que se proponen para el cuaderno del alumno de 3º de ESO: DIFERENTES PROFESIONES se realizarán en 2 sesiones:

1ª SESIÓN: LAS PROFESIONES NO TIENEN GÉNERO

A partir de dos textos se trabajan los prejuicios que aún están en la sociedad sobre el sexo de la persona y su idoneidad para realizar tal o cual profesión. Se procurará un debate entre el alumnado dónde expongan casos significativos que conozcan sobre injusticias laborales ligadas al sexo, y sus propios pareceres sobre el tema.

El objetivo es conseguir que el alumnado se enfrente a sus vocaciones sin estar condicionado por el género.

2ª SESIÓN: TAXONOMÍA PROFESIONAL

Se pretende mediante un sencillo ejercicio de clasificación de familias profesionales que el alumnado caiga en la cuenta de la variedad de profesiones que existen, sin tratar de enumerarlas todas.

Con el ejercicio de BÚSQUEDA ACTIVA se propone al alumnado que se informe sobre las profesiones que le llaman la atención. Se ha propuesto esta página web por su claridad en la exposición, no obstante se les puede proponer otra página web interesante para el tema, o búsqueda libre en la red.

MATERIAL:

- Ordenadores conectados a Internet.
- Ordenadores sin Internet pueden usar el cuaderno en PDF que la página web ofrece para descargarse.
- Si no se dispone de ordenadores se puede imprimir el cuadernillo en PDF.
- Otros libros y revistas sobre los estudios y las profesiones.

13-OVP: TOMA DE DECISIONES

Ver tutoría 7

14-PRIMERA EVALUACIÓN

OBJETIVOS:

- Conseguir que el alumnado evalúe su propio trabajo analizando las causas y factores que hayan podido influir en su rendimiento positivo o negativo.
- Reflexionar sobre el trabajo realizado, los posibles errores y dificultades y los posibles cambios a introducir.
- Realizar el informe que el/la delegado/a llevará a la sesión de evaluación.

DESARROLLO:

1. Entregar a cada alumno/a la hoja de trabajo para que reflexione individualmente durante unos diez minutos.
2. A continuación se reúnen en pequeño grupo y completan el documento "Evaluación del trimestre". Quince minutos.
3. Seguidamente se abre una asamblea en la que los portavoces de cada grupo comentarán los puntos del documento tratado y se abrirá un turno de palabra para cualquier comentario que se quiera añadir. Veinticinco minutos
4. Por último el/la Tutor /a y el/la Delegado/a realizan el informe para la sesión de evaluación

MATERIAL:

- Hoja de trabajo. Informe para la sesión de evaluación
-
- **COMENTARIO:**
- Conviene dejar por escrito los compromisos y revisarlos el primer día de tutoría en el segundo trimestre
-
- **ASPECTOS IMPORTANTES A CONSIDERAR:**
- 1. El tutor/a se asegurara de que cada alumno analice su proceso de aprendizaje y determine con claridad cuáles son sus dificultades.
- 2. El alumno debe establecer un plan propio para superar sus dificultades.
- 3. El tutor/a trasladara los resultados a la reunión del equipo docente, donde se estudiarán las medidas a tomar por parte del profesorado.
- 4. El tutor/a seguirá el desarrollo de los compromisos tomados por los alumnos, ya que tendrá que animarles y asesorarles en su cumplimiento.

-Reflexionamos sobre la primera evaluación

OBJETIVOS:

- Informar sobre los temas tratados en la anterior sesión de evaluación.
- Reflexionar sobre los resultados obtenidos en la primera evaluación.
- Realizar una propuesta de mejora personal para afrontar el segundo trimestre.

DESARROLLO:

1. El/la Delegado/a comentará las conclusiones a que se llegó en la sesión de evaluación en cuanto a la actitud del grupo y su responsabilidad en el rendimiento académico.
2. El/la tutor/a dará un informe sobre los resultados obtenidos por el grupo con el fin de revisar los problemas detectados en la primera evaluación.
3. Cada alumno/a revisará la autoevaluación que realizó en la preevaluación para comprobar las diferencias entre los resultados esperados y los obtenidos.
4. El/la alumno/a realizará una propuesta personal de mejora que entregará al tutor/a para su revisión.
5. En pequeño grupo se debaten propuestas de mejora en función de los resultados y las opiniones del equipo educativo.
6. Puesta en común sobre propuestas de mejora del grupo
7. La propuesta de mejora se revisará periódicamente.

MATERIAL:

- Acta de la sesión de evaluación.
- Hoja de trabajo de preevaluación

Hoja de trabajo para el/la alumno/a

Una vez recibidas las calificaciones compara con la autoevaluación e indica aquellas áreas o materias en las que existe discrepancia.

AREAS O MATERIAS		Autoevaluación del área en diciembre	Notas 1ª Ev.
CC. Naturales	Física y Q.		
	Biología		
CC. Sociales			
Educación Física			
Ed. Ciudadanía			
Lengua y Literatura			
L. Extranjera			
Matemáticas			
Tecnología			
Optativa ()			
Ámbito sociolingüístico			
Ámbito científico-tecnológico			

Explica las posibles causas de estas diferencias.

15-SEGUNDA EVALUACIÓN

Preparamos la segunda evaluación

-Reflexionamos sobre la segunda evaluación

OBJETIVOS:

1. Conseguir que los alumnos/as evalúen su propio trabajo analizando las causas que hayan influido en su rendimiento.
2. Aprender a analizar con objetividad las cuestiones relacionadas con la evaluación.
3. Proporcionar un medio para que el grupo-clase pueda analizar y elaborar conclusiones que puedan ser presentadas por los Delegados/as en las sesiones de evaluación.

MATERIAL:

- Documento para el alumno/a: "**Reflexionando ante la 2ª Evaluación**".
- Documento para los grupos: "**Síntesis de las opiniones del grupo**".
- Documento para el alumno/a: "**Reflexionando tras la evaluación**".

DESARROLLO:

El tutor/a comienza la sesión comentando a los alumnos/as la importancia de reflexionar sobre lo que ha sido la marcha del curso hasta este momento, poniendo el acento en que la **2ª evaluación** es un punto crucial en el desarrollo del curso. Por este motivo, la reflexión sobre todos aquellos aspectos que puedan influir sobre los resultados académicos, resulta imprescindible.

1º. Trabajo personal (10-15 minutos):

Se distribuye a cada alumno/a un ejemplar de la ficha "**Reflexionando ante la 2ª Evaluación**", la cual han de cumplimentar individualmente.

2º. Trabajo en pequeño grupo (15-20 minutos):

Se organiza la clase en **grupos de 4-5 alumnos/as**, cada grupo nombrará un secretario/a y un moderador/a. Se les entrega la ficha "**Síntesis de las opiniones del grupo**", donde se recogen las cuestiones más relevantes de la ficha que han realizado a nivel individual, para que la trabajen en grupo. El moderador/a será el encargado/a de conducir el debate y el secretario/a tomará nota de los acuerdos a los que llegue el grupo.

3º. Puesta en común:

- Los secretarios/as exponen las ideas recogidas en sus respectivos grupos.
- Se abre un turno de palabra para completar, comentar o cambiar impresiones sobre las ideas que surjan de los grupos, tratando de llegar a propuestas comunes. Si hay posturas u opiniones muy divergentes sobre algún punto, hay que intentar ver el origen de la discrepancia. El Subdelegado/a puede actuar como moderador/a del grupo-clase.
- El Delegado/a va tomando nota en una **ficha resumen** de las aportaciones de los pequeños grupos y de las que surjan fruto de la discusión y consenso del grupo-clase.
- Posteriormente, el Delegado/a llevará a la sesión de evaluación las propuestas de su grupo-clase.

4º. Tras la sesión de evaluación

Cada alumno/a rellenará individualmente el cuestionario "**Reflexionando tras la evaluación**".

16-TERCERA EVALUACIÓN

Preparamos la tercera evaluación -Reflexionamos sobre la tercera evaluación

OBJETIVOS:

1. Conseguir que los alumnos evalúen su propio trabajo analizando las causas que hayan influido en su rendimiento, así como el rendimiento general del grupo.
2. Aprender a analizar con objetividad las cuestiones relacionadas con la evaluación.
3. Proporcionar un medio para que el grupo-clase pueda analizar y elaborar conclusiones y propuestas de mejora de cara al curso que viene que puedan ser presentadas por los Delegados en las sesiones de evaluación.
4. Hacerles reflexionar sobre las metas que pretenden conseguir a largo plazo en un futuro (Graduado, Bachillerato, Ciclos Formativos...) para motivarles a poner los medios necesarios para alcanzarlas en el presente.

MATERIAL:

DOCUMENTO PARA EL ALUMNO:

- "Preparamos la evaluación " y "Mi futuro académico"

DOCUMENTO PARA LOS PEQUEÑOS GRUPOS y PARA EL DELEGADO:

- **Ficha resumen** para los secretarios de grupo y para la puesta en común.

DESARROLLO:

La presente actividad puede desarrollarse en **1 ó 2 sesiones**, en caso de que se realizase en una sola sesión se omitirían el paso relativo al trabajo personal del alumno.

1º. Motivar a los alumnos haciéndoles reflexionar sobre la importancia de analizar con objetividad el trabajo realizado durante el curso, con objeto de reforzar los logros conseguidos y corregir los posibles errores, para conseguir alcanzar la meta de la promoción.

2º. Trabajo personal (15 minutos):

Se distribuye a cada alumno un ejemplar de la ficha "**Preparamos la Evaluación**" y "**Mi futuro académico**" la cual han de cumplimentar individualmente.

3º. Trabajo en pequeño grupo:

Se organiza la clase en **grupos de 4-5 alumnos/as**, cada grupo nombrará un secretario/a y un moderador/a. Trabajarán en grupo utilizando la parte B de la ficha "Preparamos la evaluación". El moderador será el encargado de conducir el debate y el secretario tomará nota de los acuerdos a los que llegue el grupo.

4º. Puesta en común:

- Los secretarios/as exponen las ideas recogidas en sus respectivos grupos.
- Se abre un turno de palabra para completar, comentar o cambiar impresiones sobre las ideas que surjan de los grupos, tratando de llegar a propuestas comunes. Si hay posturas u opiniones muy divergentes sobre algún punto, hay que intentar ver el origen de la discrepancia. El subdelegado/a puede actuar como moderador del grupo-clase.
- El delegado/a va tomando nota en una **ficha resumen** de las aportaciones de los pequeños grupos y de las que surjan fruto de la discusión y consenso del grupo-clase.
- El delegado/a lleva a la sesión de evaluación las propuestas de su grupo.

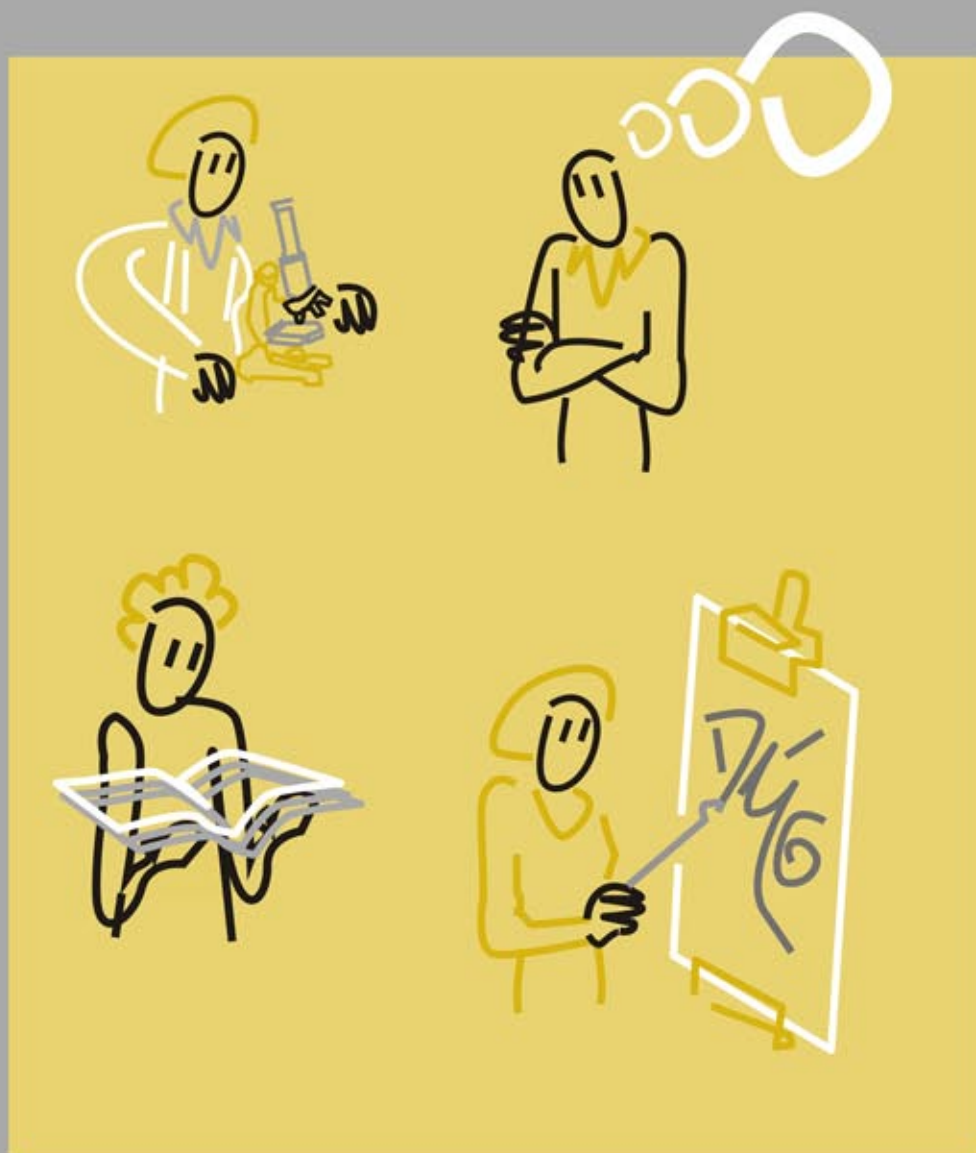
17-EVALUACIÓN FINAL DEL PROGRAMA DE TUTORÍA

OBJETIVOS:

- 1.- Evaluar el desarrollo de la Tutoría a lo largo del curso.
- 2.- Comprobar el grado de satisfacción de nuestros alumnos con respecto a nuestra actuación como tutor.
- 3.- Analizar los principales aspectos, positivos y negativos que merecen ser destacados.
- 4.- Contribuir a la mejora de la Tutoría y el PAT

DESARROLLO:

- ✓ Partiendo de una explicación general de lo que pretendemos con esta sesión, podríamos
- ✓ Hacer una breve síntesis de cuál ha sido la evolución de la tutoría y de los principales bloques que en ella se han tratado, de cómo se han resuelto los conflictos de aula, de cómo han sido las relaciones con los padres de alumnos, etc.
- ✓ Posteriormente se les entregará un Cuestionario de Evaluación Final a los alumnos que han de rellenar.
- ✓ Finalmente, realizando un debate con los alumnos si se desea, el tutor/a sacará las conclusiones que estime oportuna con la finalidad de buscar cauces de mejora de cara a posteriores cursos



CUADERNO DE TUTORÍAS PARA 3º DE ESO

ELABORADO POR

Grupos de Orientadores/as de la provincia de Cádiz

