

PLAN DE ACTUACIÓN
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

CURSO 2020-2021
Concepción Flores Romero
concepcion.flores@reyescatolicos.edu.co
orientacion@reyescatolicos.edu.co

ÍNDICE

1.- ASPECTOS PREVIOS.....	3
1.1 Características del centro	3
1.2 JUSTIFICACIÓN TEÓRICA	4
1.3. CONSTITUCIÓN DEL DEPARTAMENTO.....	7
2.- LA ACCIÓN ORIENTADORA.....	8
2.1 OBJETIVOS GENERALES.....	8
2.2 OBJETIVOS RESPECTO AL CENTRO Y PROFESORADO	8
2.3 OBJETIVOS RESPECTO AL ALUMNADO	9
2.4 OBJETIVOS RESPECTO A PADRES, MADRES O TUTORES LEGALES	10
2.5 OBJETIVOS RESPECTO DE OTROS AGENTES E INSTITUCIONES	10
3.- PLAN DE TRABAJO DEL D.O: ÁMBITOS DE ACTUACIÓN.....	10
3.1 APOYO AL PROCESO DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE	10
Objetivos	13
Actuaciones a realizar	14
3.2 APOYO AL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL (ANEXO I).....	15
3.1.1 OBJETIVOS.....	17
3.1.2 ORGANIZACIÓN	18
3.2 ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL (ANEXO II).....	19
3.2.1 OBJETIVOS.....	19
AUTOCONOCIMIENTO	19
TOMA DE DECISIONES.....	19
EXPLORACIÓN DE LA CARRERA PROFESIONAL.....	20
PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN DE LA CARRERA PROFESIONAL	20
3.2.2 ORGANIZACIÓN	20
4.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES DEL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN	21
5.- RECURSOS HUMANOS, ORGANIZATIVOS Y MATERIALES	21
6.- EVALUACIÓN DEL PLAN Y PROPUETAS DE MEJORA	21
6.1 OBJETIVOS DE LA EVALUACIÓN	21
6.2 EVALUACIÓN DEL PLAN	22
ANEXOS.....	23
ANEXO I : PAT	23
ANEXO II: PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL	23
ANEXO III:POAP	23
ANEXO IV: Resumen cuadro tutoría.....	23
ANEXO V: Actividades Extraescolares y Complementarias.....	23

1.- ASPECTOS PREVIOS

1.1 Características del centro

El Centro Cultural y Educativo Español Reyes Católicos es creado por las autoridades españolas mediante el Real Decreto 1700/80, de 18 de diciembre. En él se señala que las enseñanzas impartidas en este centro tendrán idéntica validez académica que las cursadas en los centros del Estado español.

A su vez, el Congreso de Colombia aprueba el CONVENIO en la Ley 43 de 1981. Por tanto, está ordenado por la legislación española que regula la acción educativa en el exterior y por el citado Convenio bilateral. El artículo XII del Convenio dice textualmente:

“El Centro Cultural y Educativo Reyes Católicos funcionará como una institución sin ánimo de lucro, de educación formal de propiedad del Estado Español, con sede en Bogotá, D.E., Colombia, de carácter mixto, con calendario B y donde se dará cumplimiento a las normas que rigen el sistema educativo colombiano.”

El plan de estudios del C.C.E.E. Reyes Católicos se corresponde con el del sistema educativo español y, al mismo tiempo, se ajusta al sistema educativo colombiano. La finalidad del plan de estudios actual es permitir al alumnado obtener los títulos correspondientes a ambos sistemas educativos y capacitarlos para que, cuando se gradúen, puedan optar por ingresar en la Universidad española o en la colombiana, una vez superados los exámenes de Estado del I.C.F.E.S. o las pruebas de acceso a la universidad española.

El centro cuenta con dos líneas desde Educación Infantil hasta Bachillerato:

- Educación Infantil: 6 grupos
- Educación Primaria: 12 grupos
- Educación Secundaria Obligatoria: 8 grupos
- Bachillerato: 4 grupos con dos modalidades, Ciencias y Tecnología y Humanidades y Ciencias Sociales.

La institución tiene una realidad intercultural hispano colombiana claramente enriquecedora, que debe tenerse en cuenta en comportamientos, actitudes y hábitos diarios de relación.

Escolariza fundamentalmente alumnado colombiano, pero también encontramos alumnado con doble nacionalidad, española y colombiana y, en menor medida, alumnado sólo con nacionalidad española junto a un escaso porcentaje de alumnado de otras nacionalidades.

El Proyecto Educativo Institucional recoge que el Departamento de Orientación elaborará cada curso escolar una programación anual donde se concretarán las actuaciones previstas y posteriormente se valorarán al finalizar el curso, proponiendo las mejoras pertinentes.

1.2 JUSTIFICACIÓN TEÓRICA

a. La orientación como parte integrante de la educación

Los centros educativos constituyen un escenario adecuado para el desarrollo integral del alumnado. Esto supone que nuestros jóvenes van a aprender a ser personas dentro del sistema educativo, además de adquirir los aprendizajes académicos tradicionales.

Hoy día no puede concebirse una enseñanza desligada de una formación humanizadora que transmita los valores necesarios para vivir en una sociedad plural como la nuestra. Es por esto por lo que, no puede entenderse la educación sin la orientación, siendo esta última un elemento integrante de una educación de calidad.

Nuestro alumnado está construyendo su identidad personal durante su escolarización y está sentando las bases en lo referente a sus valores personales y hábitos de vida, por lo que la orientación intentará contribuir a organizar una enseñanza que:

- Sea respetuosa con la diversidad del alumnado en cuanto a sus intereses, motivaciones, capacidades y estilos de aprendizaje.
- Ayude al alumno a ser competente emocionalmente.
- Ayude al alumno a conocer las opciones académicas y profesionales presentes y futuras para que decida con madurez insertando su elección dentro de un proyecto de vida.
- Enseñe al alumno a ser persona tolerante construyendo sus valores y respetando los de los demás.

Una enseñanza donde cognición y emoción constituyan un continuo, pues ambas están estrechamente unidas

La acción orientadora se desarrolla en los centros educativos a través de diversos programas de prevención, desarrollo e intervención.

Esto supone que no será una intervención puntual, individual y reactiva ante casos concretos, sino que actuará de manera grupal desarrollando unos objetivos marcados con anterioridad y como elemento de prevención anticipándose a la aparición de posibles problemas. Será una orientación para todos y todas que combinará el trabajo grupal con el individual.

b. Rasgos que caracterizan al Departamento de Orientación

La orientación fue evolucionando desde sus inicios, en los que era considerada como un proceso de ayuda especializada realizada por un “experto”, a ser considerada en la actualidad como un proceso de ayuda al alumnado y a sus familias, y al profesorado como parte inherente de la educación y que tiene como meta final contribuir a formar personas con competencias no sólo académicas o curriculares, sino también competentes emocionalmente y prepararlas para afrontar situaciones y tomar decisiones a lo largo de la vida.

El departamento de orientación es, por lo tanto:

- Un órgano de coordinación docente, junto a los Departamentos Didácticos, la Comisión de Coordinación Pedagógica y el profesorado tutor.
- Un elemento abierto dentro del “sistema educativo del centro”. Sus acciones estarán plenamente integradas en el proceso educativo general y en el marco curricular, su labor no será aislada ni paralela.
- El espacio institucional desde donde se coordina colabora y participa activamente en la planificación y desarrollo de la acción tutorial y orientadora.
- Un departamento que, desde un marco colaborativo, buscará ofrecer respuestas educativas a toda la comunidad: profesorado tutor, equipos docentes, departamentos, equipo directivo, alumnado y familias.

El Departamento de Orientación del CCEE Reyes Católicos pretende establecer canales de colaboración para consolidar las acciones comenzadas en cursos anteriores y dar respuesta a las necesidades y prioridades de la comunidad escolar en el presente curso, desarrollando las actuaciones necesarias para ello.

Las acciones irán encaminadas a la atención de toda la comunidad educativa, alumnado, profesorado y familias, actuando por programas, tomando aportaciones de los modelos teóricos más significativos.

c. Funciones del Departamento de Orientación

Son funciones del Departamento de Orientación:

1. Contribuir a la personalización de la educación, a su carácter integral, favoreciendo el desarrollo de todas las capacidades de la persona y contribuyendo a una educación individualizada.
2. Planificar, coordinar y desarrollar las actuaciones que se organicen en el centro para atender a la diversidad de los alumnos/as, tanto en sus capacidades, intereses y motivaciones, como en las diferencias que puedan darse entre ellos debido a su origen social o cultural.
3. Colaborar con los diferentes Órganos de gobierno y de coordinación docente y participar en el conjunto de decisiones pedagógicas del Instituto que se van a recoger en los correspondientes Proyectos Curriculares (aspectos organizativos, psicopedagógicos, metodológicos...).
4. Contribuir a la adecuada interacción entre los integrantes de la comunidad educativa: profesores/as y alumnos/as.

En el PEI del CCEE Reyes Católicos se recogen las siguientes:

- Elaborar, de acuerdo con las directrices de la Comisión de Coordinación Pedagógica y en colaboración con las tutorías, propuestas de organización de la orientación y el plan de acción tutorial.
- Elaborar, para los momentos necesarios de la escolaridad, planes de orientación académica para los diferentes itinerarios del Centro y, en el último curso, planes de orientación académica y profesional para Colombia y España.
- Formular propuestas relativas a la elaboración y modificación de los planes institucionales: Proyecto Educativo Institucional, Proyecto Curricular de Etapa y Manual de Convivencia.
- Promover la formación, la investigación educativa y las actividades complementarias que mejoren la práctica educativa.
- Colaborar con el profesorado en la prevención y detección de problemas de aprendizaje en el alumnado.
- Orientar al profesorado en aspectos curriculares y elaborar propuestas de criterios y procedimientos previstos para realizar adaptaciones y apoyos.
- Realizar la evaluación psicológica y pedagógica, en su caso, del alumnado con necesidades educativas especiales.

- Asesorar a los miembros de la comunidad educativa sobre aspectos de su competencia.

1.3. CONSTITUCIÓN DEL DEPARTAMENTO

a. Composición del Departamento de Orientación

El Departamento de Orientación del Centro, en el presente curso, 2020-2021, es un departamento unipersonal, al frente del cual está la profesora D^a Concepción Flores Romero, especialidad de Orientación Educativa, jefa del Departamento de Orientación, con destino en comisión de servicios en el centro y que se encargará, además de las funciones propias de la orientación, de impartir clases en la etapa de educación secundaria de:

- Clases de Lengua y Literatura española 1º ESO. 5 horas
- Ampliación de lengua y Literatura 2º ESO. 2 horas
- Ampliación de lengua y Literatura 3º ESO. 2 horas
- Taller de Humanidades 4º ESO. 2 horas

En el caso de que se organizaran apoyos en Educación Primaria, refuerzos y ampliaciones en Educación Secundaria, el departamento de orientación aplicaría un Plan de intervención individual con alumnado que lo precisase.

b. Coordinación del Departamento de Orientación

Se contempla en el horario una hora semanal de reunión con los tutores de cada nivel de la ESO y Bachillerato para coordinar y realizar el seguimiento de la acción tutorial y la orientación académica y profesional, en colaboración con la jefatura de estudios.

Igualmente, se destinarán horas de atención individualizada al alumnado que lo precise, preferiblemente dentro de su horario de tutoría, así como 2 horas de atención a familias.

Para el desarrollo del plan de actuación del D.O. será necesario establecer una coordinación con servicios externos al centro. Las principales organizaciones o servicios con los que tendremos que coordinarnos serán: Universidades de Colombia, Universidades de España, otros centros educativos, entidades, ONG y profesionales que apoyen nuestra labor educativa.

2.- LA ACCIÓN ORIENTADORA

En la elaboración de este Plan de Actuación, se han tenido en cuenta las diferentes Normativas que regulan la actuación de los Departamentos de Orientación, esto es:

- Orden de 30 de abril de 1996 (BOMECE de 13 de mayo) de la Dirección General de Renovación Pedagógica por el que se establece el plan de actividades del departamento de orientación.
- Resolución de 29 de abril de 1996 de la Dirección General de Renovación Pedagógica, sobre Organización de los Departamentos de Orientación en IES

2.1 OBJETIVOS GENERALES

- a. Colaborar junto con el Equipo Directivo en la elaboración y desarrollo del Plan de Orientación Académica y Profesional, en adelante el POAP, y del PAT.
- b. Colaborar con la CCP y el profesorado en el asesoramiento curricular y organizativo en aspectos relacionados con el Proyecto Educativo Institucional, en adelante el PEI, y en las Programaciones Didácticas, sobre todo en los aspectos de atención a la diversidad.
- c. Prevenir, detectar, valorar y realizar el seguimiento de las necesidades educativas del alumnado, colaborando con el resto de profesorado en la adopción de medidas generales y específicas que se adapten a las necesidades educativas de los estudiantes.
- d. Contribuir al pleno desarrollo de las capacidades del alumnado y de los procesos de madurez personal.
- e. Favorecer la personalización de la educación.
- f. Asesorar a las familias sobre el proceso educativo de sus hijos/as.

2.2 OBJETIVOS RESPECTO AL CENTRO Y PROFESORADO

- a. Desarrollar actividades que fomenten el trabajo en equipo, a través de acción tutorial, con especial atención a la prevención del fracaso escolar, la mejora de la convivencia y la integración del alumnado, y la transición a estudios posteriores.
- b. Participar en proyectos y comisiones del centro, en colaboración con la Vicerrectoría, y contribuir desde el departamento a la consecución de los objetivos del PEI y la PGA.

- c. Contribuir con propuestas a la CCP, en los ámbitos de actuación del departamento en aquellos temas que sea oportuno.
- d. Asesorar al profesorado e los procesos y estrategias de atención a la diversidad dentro del marco legislativo vigente, en cuanto a las peculiaridades del centro educativo.
- e. Colaborar en la prevención de dificultades de aprendizaje y prevención del fracaso escolar.
- f. Establecer acciones favorecedoras del tránsito entre las etapas de Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria, que faciliten la integración y la adaptación.
- g. Participación en el Plan de Formación del profesorado sobre TIC.

2.3 OBJETIVOS RESPECTO AL ALUMNADO

- a. Establecer mecanismos de mejora del aprendizaje del alumnado, que le permitan el desarrollo de competencias clave y un aprendizaje funcional y autónomo, con la colaboración del profesorado tutor.
- b. Favorecer la autorregulación y la autonomía emocional del alumnado
- c. Potenciar la autoconfianza y el autoconcepto positivo del alumnado.
- d. Desarrollar valores como ser humano: respeto, tolerancia, solidaridad, amistad y responsabilidad.
- e. Contribuir a que el alumnado tome actitudes responsables y adopte estilos de vida saludables.
- f. Desarrollar la capacidad de tomar decisiones de forma autónoma, que favorezcan la elección de estudios superiores, para la construcción de un proyecto personal de vida.
- g. Programar actividades de desarrollo de habilidades sociales que favorezcan la convivencia entre los distintos miembros de la comunidad educativa, así como la expresión de puntos de vista y opiniones propias respetando las del resto.
- h. Desarrollar actividades que tengan por objeto prevenir la violencia de género, fomentando el desarrollo de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres.
- i. Participar en acciones encaminadas a la visualización de la integración e inclusión, promoviendo la mediación, la resolución pacífica dos conflictos, así como los valores que integran la paz, la libertad, la justicia, la igualdad, y el rechazo a cualquier tipo de discriminación que atente contra los derechos humanos.
- j. Formar y prevenir sobre el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación.

2.4 OBJETIVOS RESPECTO A PADRES, MADRES O TUTORES LEGALES

- a. Colaborar con el equipo directivo y profesorado tutor en actividades de asesoramiento e información a las familias.
- b. Ofrecer asesoramiento individualizado a las familias.

2.5 OBJETIVOS RESPECTO DE OTROS AGENTES E INSTITUCIONES

- a. Colaborar con otros agentes sociales locales.
- b. Planificar charlas/conferencias de distintas instituciones: Universidades, Psicóloga/sexóloga y cualquier otra que contribuya a la consecución de los objetivos generales.

3.- PLAN DE TRABAJO DEL D.O: ÁMBITOS DE ACTUACIÓN

Las actuaciones del Plan de Orientación se organizan en tres ámbitos:

- Apoyo al proceso de enseñanza y aprendizaje, que incluye la atención a la diversidad, entendida ésta como distintas capacidades, motivaciones e intereses del alumnado, ya que no se escolarizan en el CCEE Reyes Católicos alumnos con necesidades educativas especiales.
- Acción tutorial.
- Orientación académica y profesional.

Las diferentes actuaciones propuestas serán llevadas a cabo con la colaboración de los distintos departamentos didácticos, tutorías, equipos docentes y cualquier asociación que pueda ayudar a la fijación de los objetivos marcados en este Plan.

3.1 APOYO AL PROCESO DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

El Departamento de Orientación colaborará con el profesorado y equipo directivo asesorándoles y proponiendo medidas de carácter general y/o específico para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje en el centro.

Tendremos en cuenta los criterios para la posible pérdida de la condición de estudiante del centro, establecidos en el PEI, de forma que *“el alumno que no adquiera los logros previstos, así como cuando su interés por el estudio o en el respeto a las normas de convivencia no sea el adecuado, el alumno*

deberá probar su adaptación al centro y se podrá considerar la pérdida de cupo” ... “La decisión de la posible pérdida de cupo será adoptada por una Comisión de Permanencia en el centro, previo informe de la Junta de Evaluación, que para cada grupo de alumnos estará constituida por el Director, los Jefes de Estudios, el profesor tutor correspondiente y uno de los representantes de los padres de familia en el Consejo Directivo, con voz pero sin voto, elegido en el seno del mismo a principio de curso. Esta Comisión podrá estar asistida por el Jefe del Departamento de Orientación y, además, podrá recabar cuantos otros informes considere pertinentes”.

3.1.1 OBJETIVOS

- a) Asesorar a la CCP en los aspectos psicopedagógicos y metodológicos oportunos.
- b) Asesorar a los departamentos didácticos en la contemplación de los distintos niveles de dificultad que permitan responder a la diversidad presente en las aulas, tanto en refuerzo como en ampliación.
- c) Identificación temprana de las necesidades educativas del alumnado, apoyando al profesorado tutor en la detección, intervención y seguimiento del alumnado que presenta dificultades de aprendizaje y/o inclusión, altas capacidades intelectuales o alumnado de reciente incorporación al sistema educativo.
- d) Realizar las evaluaciones e informes psicopedagógicos pertinentes.
- e) Asesorar al profesorado en materia de evaluación continua e integradora de los aprendizajes de alumnado e de sus propias actividades de enseñanza.
- f) Ayudar al alumnado en los momentos de mayor dificultad durante su tránsito entre etapas.
- g) Asumir la docencia de los grupos encomendados.
- h) Orientar al profesorado sobre criterios metodológicos que pueden prevenir dificultades de aprendizaje, sobre la forma de intervenir con alumnos/as de bajo rendimiento y sobre la realización de adaptaciones curriculares poco significativas.
- i) Contribuir a la organización de los recursos materiales y personales para el alumnado con necesidades educativas especiales.
- j) Colaborar con las familias asesorando puntualmente sobre la situación particular de sus hijos ante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las principales actuaciones a desarrollar serán las siguientes:

- A. Evaluación Psicopedagógica del alumnado
- B. Plan de Tránsito entre las distintas etapas
- C. Mejora de la Convivencia

A. Evaluación psicopedagógica del alumnado

Entre las funciones del Departamento de orientación está la evaluación psicopedagógica de los alumnos como medida previa a la adaptación de la respuesta educativa.

Otras circunstancias como la conducta disruptiva contraria a las normas de convivencia de un alumno, la condición de “condicionamiento de cupo” sea por bajo rendimiento o por problemas de comportamiento, la decisión de permanencia un segundo año en el mismo curso al final de curso, decisión de cambio de grupo de un alumno, etc. no requerirán de ninguna evaluación psicopedagógica previa por parte del D.O. En estos casos, en coordinación con la Jefatura de Estudios, se podrán coordinar otro tipo de actuaciones como entrevistas a la familia, entrevistas con tutores, asesoramiento a equipos docentes, juntas de evaluación...

Procedimiento para la realización de la evaluación psicopedagógica por el D.O.

1. La demanda de intervención debe partir del equipo docente del alumno/a y debe ser canalizada por el profesorado tutor.
2. El tutor la promoverá ante alumnado con dificultades académicas graves no valorables en la evaluación ordinaria o ante alumnado con sospecha de altas capacidades intelectuales. No se derivará alumnado al DO a iniciativa o petición familiar (aunque lo indique un profesional privado al que el niño asista como psicólogo, logopeda, pediatra, etc). En dicho caso el profesorado tutor informará al orientador/a, quien mantendrá una entrevista familiar en la que se valorará la necesidad de iniciar una evaluación psicopedagógica o no.
3. Los documentos que deberá aportar el profesorado tutor estarán en el portal del CCEE Reyes Católicos para poder ser descargados y son:
 - Acta de la junta de evaluación o equipo docente donde se recoge la propuesta de solicitar al DO la EPS del alumno.
 - Hoja de información a la familia sobre el inicio de la EPS firmada por ésta.
 - Informe sobre detección de posibles indicios de dificultades en el alumno/a.

4. La información recogida será archivada en el departamento de orientación, dando traslado al expediente del alumno/a de la información estrictamente necesaria. Las conclusiones de la evaluación psicopedagógica serán recogidas en el Informe psicopedagógico.

B. Programa de tránsito entre etapas

El proceso educativo tiene un carácter continuo y evolutivo que hace necesario el prestar atención a aquellos momentos que implican cambio de etapa y de grupo de compañeros.

Todo ello hace necesario poner en marcha un conjunto de actuaciones encaminadas a garantizar la continuidad entre las etapas educativas.

Este programa de tránsito pretende ser un instrumento, que favorezca una buena acogida y predisponga positivamente al alumnado y a las familias hacia el cambio de etapa.

Destinatarios

- Alumnado de Infantil 5 años, 6º Primaria y 4º de ESO.
- Familias.
- Profesorado tutor de Educación Infantil, Primaria y Educación Secundaria Obligatoria.

Objetivos

1. Favorecer la continuidad educativa entre las etapas que se imparten en el centro.
2. Informar a las familias sobre las características de la nueva etapa del sistema educativo que están a punto de comenzar sus hijos.
3. Colaborar en el establecimiento de líneas metodológicas de trabajo comunes a las distintas etapas, sobre todo en las áreas instrumentales.
4. Garantizar el traspaso de toda la documentación e información necesaria para la correcta planificación de la atención educativa del alumnado en colaboración con la jefatura de estudios.

Actuaciones a realizar: Para la consecución de los objetivos expresados anteriormente podrán desarrollarse actuaciones en tres ámbitos:

- Con las familias: Información sobre el tránsito a los padres/madres.
- Con los alumnos:
 - Actividades de conocimiento de la etapa siguiente que les toque cursar.
 - Actividades de acogida y cohesión grupal al comienzo de cada curso.

- Con los profesores:
 - Reuniones de coordinación.
 - Todas aquellas que se demanden por iniciativa de éstos o de la Jefatura de Estudios.

C. Mejora de la convivencia

La normativa vigente recoge la importancia del Plan de Convivencia como parte integrante del Proyecto Educativo y como documento en el que se incluirán las normas de convivencia y todas las medidas y actuaciones para prevenir, detectar, tratar y resolver los conflictos que pudieran plantearse. Esto exige de los orientadores diversas tareas:

- Colaborar con el equipo directivo que "coordinará la elaboración" de este plan.
- Asesorar a la Comisión de Convivencia cuando sea necesario.
- Coordinarse con el profesorado tutor y equipos docentes, en su caso, para la realización de actuaciones conjuntas para el tratamiento de la convivencia en los distintos grupos.
- Colaborar en la atención del alumnado que presenta problemas de comportamiento y que puede estar en peligro de tener "condicionamiento de cupo".

Destinatarios

Alumnos, profesores y familias.

Objetivos

- a) Conseguir un clima de convivencia basado en el respeto y la resolución dialógica de los conflictos.
- b) Disminuir la frecuencia de las conductas contrarias a las normas de convivencia.

Actuaciones a realizar

Se potenciarán las siguientes actuaciones:

- Medidas pedagógicas: Potenciación de instrumentos como la Agenda Escolar y comunicación profesorado-familias.
- Medidas organizativas: Participación en la Comisión de Mediación del centro para su potenciación durante el presente curso.

EL PROYECTO DE MEDIACIÓN

Viene funcionando en el centro desde años. Nació de la inquietud por mejorar la convivencia en el mismo y en la convicción de que la mejor opción es la resolución pacífica de conflictos cotidianos en la vida del centro a través del diálogo, la escucha del otro y la colaboración, que repercutirá en una cultura de paz.

La mediación es una medida que necesita la implicación de toda la comunidad educativa. Su desarrollo se recoge en el PEI. Entre las actuaciones prioritarias de este curso están:

- Selección y formación de nuevos alumnos mediadores
- Formación de ampliación del alumnado mediador de otros años.
- Difusión del servicio de mediación en la comunidad educativa.
- Desarrollo del servicio de mediación.

3.2 APOYO AL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL (ANEXO I)

La acción educativa implica personalizar los procesos de enseñanza-aprendizaje dando respuesta a las necesidades individuales de los alumnos. Esto nos obliga a tener presentes las circunstancias personales en conexión con la familia y el entorno.

La tutoría es entendida como un proceso de acompañamiento que tiene por objeto el desarrollo integral del alumnado: autoestima ajustada, metacognición, motivación frente al estudio, autocrítica constructiva... Y al mismo tiempo mejorar las relaciones interpersonales y el clima de convivencia en las aulas y en el centro, empleando la afectividad, el trato individualizado, el respeto y la confianza.

Las actividades que se programan no podrán obviar el momento en el que nos encontramos, el COVID-19, lo que supone una adaptación o priorización de las actividades que habitualmente se programan.

En base a esto, entendemos que abordar la inteligencia emocional se hace completamente necesario e insustituible. No será un Programa de Inteligencia Emocional completo, pero sí podremos iniciarnos y hacer una primera aproximación a las competencias emocionales. Por ello se ha considerado oportuno introducir todos los meses al menos una sesión destinada a trabajar todas aquellas habilidades intrapersonales e interpersonales que ayuden a los alumnos a tener una mejor comprensión y por tanto saber gestionar mejor sus emociones, a tener un autoconcepto y una autoestima ajustada, a saber trabajar en equipo, a ser asertivo, entre otras... dado que la adolescencia es un periodo convulso emocionalmente.

Además de las actividades relacionadas con la inteligencia emocional, se proponen otras que irán encaminadas a:

- Establecer vínculos afectivos entre los miembros del grupo y entre estos y sus profesores.
- Actividades de “acogida” y bienestar emocional” tras el confinamiento, tales como estabilidad, habilidades sociales y resolución dialógica de conflictos entre otras.
- Actividades relacionadas con una vida saludable: alimentación, actividad física, ocio variado, prevención de hábitos no saludables (tabaco, alcohol...), educación afectivo-sexual...La educación afectivo-sexual les ayuda además de mejorar sus actitudes respecto a su salud sexual y reproductiva, contribuye a la prevención y reducción de la violencia y la discriminación de género (UNESCO)
- Técnicas y estrategias de enseñanza
- Toma de decisiones en la orientación académica y profesional, especialmente en los cursos finales de etapa.

Aunque en la labor docente de todo profesor está implícita la función tutorial, ésta queda representada en el profesorado tutor que es quien ostenta la responsabilidad sobre su grupo- clase y que será asesorado y apoyado por el Departamento de Orientación para el desempeño de esta tarea.

Desde el DO, se pretende que la acción tutorial sea un espacio educativo que responda a los intereses y necesidades de nuestro alumnado y que el profesorado participe en su diseño. Así pues, nuestro PAT partirá de una reflexión y un exhaustivo análisis de las necesidades detectadas en el alumnado.

El DO elaborará el PAT con la colaboración del profesorado tutor y la Jefatura de Estudios velará por el cumplimiento de las funciones que tienen encomendadas respecto a los alumnos, padres y equipo educativo.

Todas las actividades planteadas por el DO para la hora de tutoría contarán con un material para su desarrollo en clase que podrá ser modificado o adaptado a las particularidades de cada grupo, a las demandas o preferencias de cada tutor. El material estará disponible en el aula virtual del centro educativo.

La acción tutorial persigue ser un complemento a la labor educativa de manera que recoja actuaciones coordinadas que ayuden a dotar de un carácter integral a la educación que se ofrece en el centro, con la firme creencia de que lo más importante que nuestro alumnado va a aprender en sus años de estudios en nuestro centro, no está únicamente en el currículo.

3.1.1 OBJETIVOS

Los objetivos del Plan de acción tutorial pueden ser concretados de la siguiente manera:

1. Enseñar al alumno a “ser persona” y a convivir

- Favorecer la integración del alumno en su grupo-clase y en la vida del centro.
- Favorecer el desarrollo emocional de forma que alcance un bienestar emocional
- Desarrollar las HHSS del alumno y promover su autoestima positiva.
- Potenciar su desarrollo moral, transmitiéndole valores como la convivencia pacífica, aceptación de normas, el respeto, la tolerancia o la solidaridad.

2. Enseñar al alumno “a aprender a aprender” y a pensar

- Que los alumnos desarrollen la capacidad de aprender por sí mismos y las habilidades de pensamiento.
- Potenciar las técnicas de trabajo intelectual (TTI).
- Mejorar la comprensión lectora de los alumnos.
- Trabajar la metacognición

3. Enseñar “a decidirse”

- Plan de Orientación Académica y Profesional.

4. Lograr el consenso en la actuación del Equipo Educativo

- Asegurar la unificación de criterios de actuación del profesorado dentro del grupo-clase.
- Favorecer el trabajo coordinado de los Equipos Educativos facilitando toda la información sobre el alumnado de cada grupo-clase.
- Orientar el proceso de evaluación de cada grupo-clase.

5. Establecer una buena coordinación tutor-familia

- Dar a conocer a los padres y madres la existencia del Departamento de Orientación y difundir sus funciones entre los mismos.
- Contribuir al establecimiento de relaciones fluidas familia-escuela manteniendo encuentros frecuentes.
- Informar a la familia de cuantos aspectos relevantes afecten al proceso de enseñanza-aprendizaje de sus hijos, asesorándoles ante situaciones problemáticas o de crisis.
- Solicitarles su colaboración y la participación en la vida del centro.

En las reuniones semanales de coordinación entre tutores y orientador se realizará el seguimiento de las actividades realizadas en la hora de tutoría. Se propone un guion orientativo y un banco de

actividades por cada una de las competencias trabajadas, de forma que pueda ser adaptado y/o modificado en función de las necesidades de cada grupo-clase

3.1.2 ORGANIZACIÓN

Respecto al alumnado

- El espacio para la realización de las actividades de tutoría será, mientras nos mantengamos en la virtualidad, será la plataforma Teams. Cuando la situación del COVID 19 nos lo permita se organizará preferentemente en el aula, aunque podrán desarrollarse fuera de ésta siempre que lo reclame la naturaleza de las actividades programadas.
- En determinadas sesiones se podrá contar con la colaboración de personas ajenas al centro (ONG, expertos en diferentes temas, personal de Universidad, etc.)
- Se potenciará el trabajo cooperativo y las actividades propuestas promoverán que el alumno construya su conocimiento a partir del conflicto cognitivo, siendo de naturaleza práctica y funcional y relacionadas con sus intereses y necesidades.
- La atención del grupo-clase a través de la hora de tutoría lectiva semanal estará complementada por la atención individual a los alumnos por parte del tutor y dentro del horario individual de la orientadora en los tiempos acordados con el profesorado tutor.
- En las reuniones semanales de coordinación entre tutores y orientador se realizará el seguimiento de las actividades realizadas en la hora de tutoría. Se propone un guion orientativo que será adaptado y/o modificado en función de las necesidades de cada grupo-clase.

Respecto a las familias

- A lo largo del curso, el profesorado tutor y/o la orientadora se entrevistarán de manera individualizada con las familias, en los tiempos establecidos para ello, por propia iniciativa o iniciativa familiar, intercambiando toda información relevante para el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno/a.

Respecto al profesorado

- Todos los tutores de Secundaria y Bachillerato tendrán en su horario una hora de reunión semanal con el orientador.

- La coordinación con el profesorado de Educación Infantil y Primaria se realizará en coordinación con la jefa de estudios de esta etapa en las horas que la orientadora tiene dedicada a tareas de orientación

3.2 ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL (ANEXO II)

Consideramos la orientación académica y profesional como un continuo a lo largo de todo el proceso educativo. La orientación académica y profesional debe surgir de:

- El autoconocimiento.
- El conocimiento de la realidad académica y profesional.
- El análisis de la interrelación entre ambos.
- La valoración de posibilidades.
- La decisión responsable.

3.2.1 OBJETIVOS

a.- AUTOCONOCIMIENTO

- Formar un autoconcepto positivo y mejorar la autoestima, siendo capaz de reconocer los propios valores, capacidades, intereses, expectativas y recursos personales, reflexionando sobre la incidencia de estos en la toma de decisiones y en la asunción de riesgos personales.
- Lograr un conocimiento de uno mismo, diferenciando los rasgos de personalidad, las distintas aptitudes, habilidades e intereses que poseen.
- Delimitar el papel familiar, social y escolar, reconociendo las personas de las que se depende.
- Conocer los mecanismos básicos de la comunicación verbal y no verbal.
- Profundizar en el conocimiento de sentimientos y emociones.

b.- TOMA DE DECISIONES

- Entender la relación existente entre las distintas elecciones que hacemos a lo largo de la vida.
- Conocer el proceso de toma de decisiones en fases, identificando y valorando alternativas.
- Proporcionar al alumnado información, ayuda y consejo a la hora de tomar decisiones académicas y profesionales, especialmente en los momentos de más riesgo o dificultad, como son los cambios de ciclo o de etapa, la elección de optativas y de los diferentes itinerarios o alternativas académicas y profesionales.

c.- EXPLORACIÓN DE LA CARRERA PROFESIONAL

- Profundizar en las características de las diferentes ocupaciones, cualificaciones profesionales, recompensas, funciones, etc.
- Identificar las habilidades y los intereses profesionales propios relacionándolos con las ocupaciones preferidas.

d.- PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN DE LA CARRERA PROFESIONAL

- Conocer los diferentes itinerarios escolares y profesionales, aprendiendo a recoger información y manejar las fuentes oportunas, analizando de forma crítica las diferentes opciones.
- Relacionar las áreas de aprendizaje con las familias ocupacionales, seleccionando las más acordes con las características personales.
- Planificar metas a corto, medio y largo plazo.
- Saber elaborar su propio currículum vitae e preparar una entrevista profesional.
- Adquirir la capacidad de autororientación en el momento actual y futuro.

3.2.2 ORGANIZACIÓN**Respecto al alumnado**

- El espacio para la realización de las actividades de orientación vocacional será a través de charlas online, cuando la situación de pandemia nos lo permita será preferentemente el aula, el departamento de orientación u otros espacios en función de la naturaleza de las actividades programadas.
- En determinadas sesiones se podrá contar con la colaboración de personas ajenas al centro (expertos en diferentes temas, personal de Universidad, etc.)
- La atención del grupo-clase a través de la hora de tutoría lectiva semanal estará complementada por la atención individual a los alumnos por parte del tutor y dentro del horario individual de la orientadora en los tiempos acordados con el profesorado tutor.

Respecto a las familias

- A lo largo del curso, el profesorado tutor y/o la orientadora se entrevistarán de manera individualizada con las familias, cuando sea oportuno, en los tiempos establecidos para ello, por propia iniciativa o por iniciativa familiar, intercambiando toda información relevante para el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno/a.

Respecto al profesorado

- Todos los tutores de Secundaria y Bachillerato tendrán en su horario una hora de reunión semanal con la orientadora.

4.- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES DEL DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

El Departamento de Orientación colaborará de forma activa en las siguientes comisiones:

1. Comisión de Igualdad y Diversidad
2. Jornada de Inclusión
3. Proyecto Lingüístico de centro
4. Comisión TIC

Además, se contemplan las siguientes actividades complementarias y extraescolares, que podrán ser ampliadas a lo largo del curso. Véase Anexo III

5.- RECURSOS HUMANOS, ORGANIZATIVOS Y MATERIALES

El departamento de orientación cuenta con una orientadora a tiempo completo. Se trabajará en colaboración con toda la comunidad educativa.

La organización del funcionamiento del departamento para trabajar los distintos ámbitos está detallada en sus respectivos apartados.

Será necesario comprar material, sobre todo de evaluación psicopedagógica y orientación vocacional durante el presente curso.

6.- EVALUACIÓN DEL PLAN Y PROPUESTAS DE MEJORA

6.1 OBJETIVOS DE LA EVALUACIÓN

1. Identificar las dificultades u obstáculos que han surgidos durante el desarrollo de la actividad orientadora en cualquiera de sus tres ámbitos principales de intervención.

2. Apreciar los logros y aspectos positivos para seguir en esa línea.
3. Elaborar posibles propuestas de mejora con las aportaciones de todos los sectores de la comunidad educativa.

6.2 EVALUACIÓN DEL PLAN

APOYO AL PROCESO DE ENSEÑANZA Y PARENTIZAJE

- Colaboración del departamento en la detección/prevención de las dificultades de aprendizaje.
- Coordinación con el profesorado en la elaboración y desarrollo de las medidas de atención a la diversidad.
- Propuestas de mejora.

ACCIÓN TUTORIAL

- Colaboración con los tutores y jefatura de estudios en el desarrollo del PAT.
- Valoración de cada uno de los programas desarrollados en la acción tutorial.
- Grado de implicación, interés y satisfacción del alumnado respecto a las actividades planteadas en las tutorías.
- Propuestas de mejora.

ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL

- Valoración del Plan de Orientación Académica y Profesional por parte del profesorado y alumnado.
- Análisis del “Consejo Orientador” realizado.
- Propuestas de mejora.

Para la evaluación se aprovecharán las reuniones con tutores, jefaturas de estudios y cuestionarios de valoración dirigidos tanto a profesorado como al alumnado. El desarrollo de las distintas actuaciones contemplará la posibilidad de realizar pequeñas modificaciones a lo largo del curso introduciendo aquellas medidas que contribuyan a la mejora de la calidad de la intervención.

ANEXOS

ANEXO I : PAT

ANEXO II: PROGRAMA DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

ANEXO III:POAP

ANEXO IV: Resumen cuadro tutoría

ANEXO V: Actividades Extraescolares y Complementarias

PROPUESTA DE ACTIVIDADES DE TUTORIA 1º ESO

ANEXO I: PAT

PRIMER TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
Septiembre 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Integrarse en el grupo Favorecer relación padres- Centro. Conocer el servicio de mediación 	<ul style="list-style-type: none"> Bienvenida: Presentación del tutor, aspectos técnicos: comprobar nombres, optativas... 1 sesión Actividades de conocimiento y cohesión del grupo: 2 sesiones Difusión del Servicio de Mediación Encuentros con familias: Planificación del curso escolar: Horarios, qué esperamos de ellos...listado de charlas a cargo del D.O. 1 sesión
Octubre 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Conocer las responsabilidades que conlleva la figura del delegado/a Ser conscientes de lo que sentimos: Conciencia emocional (1) Conocer algunos factores que influyen en el éxito escolar 	<ul style="list-style-type: none"> Elegimos a nuestros representantes. 2 sesiones Poner nombre a las emociones que sentimos. Vocabulario emocional., comprender el significado y las ventajas o desventajas de cada una de las emociones. 1 sesión Factores que influyen en el estudio y consejos para triunfar en la ESO. 1 sesión
Noviembre 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Mejorar el rendimiento ante el estudio: preparación para la 1ª evaluación Promover valores como la igualdad y el respeto. Valorar el rendimiento: Comprender el significado y las ventajas o desventajas de cada una de las emociones: Conciencia emocional (2) 	<ul style="list-style-type: none"> Técnicas de estudio: Lectura rápida y lectura comprensiva: ideas fundamentales. 1 sesión Trabajo sobre el 25 N día contra la violencia de género. 1 sesión (Comisión de Igualdad y Diversidad) Actividades de Preevaluación: Reflexiono sobre el aprovechamiento del trimestre. 1 sesión Trabajo sobre las consecuencias de cada una de las emociones. 1 sesión
Diciembre 3 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Aprender a llevar una vida saludable: Habilidades socio-emocionales (1) Fomentar el consumo sostenible Desarrollar una sexualidad saludable 	<ul style="list-style-type: none"> Actividad en relación con el día del VIH/SIDA con Dpto. Biología y Geología. 1 sesión El comercio justo. 1 sesión Charla Afectivo-sexual a cargo de Julene Ortiz. 1 sesión

2º TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
Enero 3 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexionar sobre los resultados: Planificar el trabajo en función de ellos. ▪ Conocer estrategias para el desarrollo de emociones positivas: Regulación emocional (1) ▪ Resolver los conflictos de forma dialógica: Habilidades socio-emocionales (2) ▪ Reconocer las habilidades y sus intereses personales: Poap y Autonomía Emocional (1) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Post-evaluación: Reflexiono sobre los resultados de la evaluación. 1 sesión ▪ Actividades para evitar el maltrato: día Internacional de la Paz. 1 sesión ▪ POAP: I. Autoconocimiento. 1 sesión. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Características propias y ajenas ▪ Habilidades e intereses personales ▪ Guía de autoevaluación
Febrero 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Regulación de sentimientos e impulsos: Regulación emocional (2) ▪ Conocer el folclore y la cultural de la fiesta popular. ▪ Conocer los mitos del amor romántico. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sensibilización al maltrato entre iguales: 1 sesión ▪ 7 de febrero: Día sin carro en Bogotá. Actividad sobre medio ambiente y Educación Vial. 1 sesión ▪ Carnaval. 1 sesión ▪ 14 de febrero: El amor romántico (Comisión de Igualdad y Diversidad) 1 sesión.
Marzo 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexionar sobre su proceso de aprendizaje. ▪ Estudiar con técnica ▪ Conocer los peligros de un mal uso de las RRSS 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Técnicas de estudio: Mapas mentales, esquemas... Reviso mi organización para el estudio de los exámenes 1 sesión ▪ Evaluación de las actividades del trimestre. 1 sesión ▪ 8 de marzo: Día internacional de la mujer (Comisión de Igualdad y Diversidad). 1 sesión ▪ Redes sociales: Riesgos de internet. 1 sesión
Abril 3 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexionar sobre la evaluación ▪ Fomentar la buena convivencia ▪ Aprender a ponerse en el lugar del otro: Habilidades socioemocionales (3) ▪ Conocer los principales trastornos de la conducta alimentaria 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Actividad de Post-evaluación. Seguimiento de los acuerdos de las sesiones de evaluación. Especial atención a las “Compromisos educativos y de convivencia” o “Condicionamiento de cupo”. 1 sesión ▪ Habilidades de comunicación e interacción: Aprendo a ponerme en el lugar del otro. 1 sesión ▪ 9 abril: Día mundial salud. Nutrición y Prevención de trastornos de la conducta alimentaria. 1 sesión

TERCER TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
Mayo 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el sistema educativo ▪ Prevención de adicciones: <i>Habilidades socioemocionales (4)</i> ▪ Compartir los propios sentimientos ▪ Extraer sentimientos negativos 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hago mi calendario de exámenes. 1 sesión ▪ Actividades de conocimiento de la Etapa de Secundaria y opciones. 1 sesión. ▪ Actividades de prevención de adicciones: juego, tabaco y cualquier otras sustancias. 1 sesión.
Junio 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexionar sobre el recorrido por el curso escolar. ▪ Evaluar la tutoría. ▪ <i>Autonomía emocional (2)</i> 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 3ª Evaluación. Evaluación final. Hacemos balance ▪ Consejo Orientador ▪ Chequeo final de curso. ▪ Evaluación tutoría

PROPUESTA DE ACTIVIDADES DE TUTORIA 2º ESO.

PRIMER TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
Septiembre 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Integrarse en el grupo Favorecer relación padres- Centro. Conocer el servicio de mediación 	<ul style="list-style-type: none"> Bienvenida: Presentación del tutor, aspectos técnicos: comprobar nombres, optativas... 1 sesión Actividades de conocimiento y cohesión del grupo: 2 sesiones Difusión del Servicio de Mediación Encuentros con familias: Planificación del curso escolar: Horarios, qué esperamos de ellos...listado de charlas a cargo del D.O. 1 sesión
Octubre 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Conocer las responsabilidades que conlleva la figura del delegado/a Ser conscientes de lo que sentimos: Conciencia emocional (1) Conocer algunos factores que influyen en el éxito escolar 	<ul style="list-style-type: none"> Elegimos a nuestros representantes. 2 sesiones Poner nombre a las emociones que sentimos. Vocabulario emocional., comprender el significado y las ventajas o desventajas de cada una de las emociones. 1 sesión Factores que influyen en el estudio y consejos para triunfar en la ESO. 1 sesión
Noviembre 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Mejorar el rendimiento ante el estudio. Promover valores como la igualdad y el respeto. Comprender el significado y las ventajas o desventajas de cada una de las emociones: Conciencia emocional. (2) 	<ul style="list-style-type: none"> Técnicas de trabajo intelectual: 1 sesión Trabajo sobre el 25 N día contra la violencia de género. 1 sesión (Comisión de Igualdad y Diversidad) Actividades de Preevaluación: Reflexiono sobre el aprovechamiento del trimestre. 1 sesión Taller de sexualidad y afectividad (Julene Ortiz) 1 sesión
Diciembre 3 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Aprender a llevar una vida saludable: Habilidades socio-emocionales (1) Reflexionar sobre los resultados: Planificar el trabajo en función de ellos. Fomentar el consumo sostenible Desarrollar una sexualidad saludable 	<ul style="list-style-type: none"> Actividad en relación con el día del VIH/SIDA Con Dpto. Biología y Geología. 1 sesión El comercio justo. 1 sesión Charla Afectivo-sexual a cargo de Julene Ortiz. 1 sesión
SEGUNDO TRIMESTRE		

Temporalización	OBJETIVOS	ACTIVIDADES
Enero 3 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Conocer estrategias para el desarrollo de emociones positivas: Regulación emocional (1) Resolver los conflictos de forma dialógica: Habilidades emocionales (2) Reconocer las habilidades y sus intereses personales: Poap y Autonomía emocional (1) 	<ul style="list-style-type: none"> Post-evaluación: Reflexiono sobre los resultados de la evaluación. 1 sesión Actividades para evitar el maltrato: día Internacional de la Paz. 1 sesión POAP: I. Autoconocimiento. 1 sesión. <ul style="list-style-type: none"> Características propias y ajenas Habilidades e intereses personales Guía de autoevaluación
Febrero 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Regulación de sentimientos e impulsos: Regulación emocional (2) Conocer el folclore y la cultural de la fiesta popular. Reflexionar sobre los mitos del amor romántico. 	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilización al maltrato entre iguales: 1 sesión 7 de febrero: Día sin carro en Bogotá. Actividad sobre medio ambiente y Educación Vial. 1 sesión Carnaval. 1 sesión 14 de febrero: El amor romántico (Comisión de Igualdad y Diversidad) 1 sesión.
Marzo 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Aprender a tomar decisiones Estudiar con técnica Conocer los peligros de un mal uso de las RRSS 	<ul style="list-style-type: none"> POAP: II. Toma de decisiones. 1 sesión <ul style="list-style-type: none"> Plan para aprender destrezas Cinco fases del proceso de TD Evaluación de las actividades del trimestre. 1 sesión 8 de marzo: Día internacional de la mujer (Comisión de Igualdad y Diversidad). 1 sesión Redes sociales: Riesgos de internet. 1 sesión
Abril 3 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Reflexionar sobre la evaluación Fomentar la buena convivencia Aprender a ponerse en el lugar del otro: Habilidades socioemocionales(3) Conocer los principales trastornos de la conducta alimentaria 	<ul style="list-style-type: none"> Actividad de Post-evaluación. Seguimiento de los acuerdos de las sesiones de evaluación". 1 sesión Habilidades de comunicación e interacción: Aprendo a ponerme en el lugar del otro. 1 sesión 9 abril: Día mundial salud. Nutrición y Prevención de trastornos de la conducta alimentaria. 1 sesión
TERCER TRIMESTRE		
Mayo 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Conocer el sistema educativo Prevención de adicciones: Programa de Habilidades socio-emocionales (4) Compartir los propios sentimientos Extraer sentimientos negativos 	<ul style="list-style-type: none"> Hago mi calendario de exámenes. 1 sesión POAP III: Actividades de conocimiento y opciones de la Etapa Secundaria. 1 sesión. Actividades de prevención de adicciones: juego, tabaco y cualquier otras sustancias. 1 sesión.
Junio 4 sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Reflexionar sobre el recorrido por el curso escolar. Evaluar la tutoría. Autonomía emocional (2) 	<ul style="list-style-type: none"> 3ª Evaluación. Evaluación final. Hacemos balance Consejo Orientador Chequeo final de curso. Evaluación tutoría

PROPUESTA DE ACTIVIDADES DE TUTORIA 3º ESO

PRIMER TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS y CONTENIDOS	ACTIVIDADES
Septiembre 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Integrarse en el grupo Favorecer relación padres-Centro. 	<ul style="list-style-type: none"> Bienvenida: Presentación del tutor, aspectos técnicos: comprobar nombres, optativas... 1 sesión Actividades de conocimiento y cohesión del grupo: 2 sesiones Encuentros con familias: Planificación del curso escolar: Horarios, qué esperamos de ellos... listado de charlas a cargo del D.O. 1 sesión Difusión del Servicio de Mediación
Octubre 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Conocer las responsabilidades que conlleva la figura del delegado/a Ser conscientes de lo que sentimos: Conciencia emocional (1) Conocer algunos factores que influyen en el éxito escolar. Adquirir la capacidad de valorarnos a nosotros mismos: Autonomía emocional (1) 	<ul style="list-style-type: none"> Elegimos a nuestros representantes. 1 sesión Poner nombre a las emociones que sentimos. Vocabulario emocional., comprender el significado y las ventajas o desventajas de cada una de las emociones. 1 sesión Factores que influyen en el estudio y consejos para triunfar en la ESO. 1 sesión POAP: I. Autoconocimiento. 1 sesión <ol style="list-style-type: none"> Cuestionario de valores/Encuesta a familiares y amistades Metas individuales y grupales
Noviembre 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Aprender a utilizar técnicas de estudio. Sensibilización y Prevención de la Violencia de Género. Tomar conciencia sobre nuestras estrategias cognitivas de cara a la 1ª evaluación (metacognición) 	<ul style="list-style-type: none"> Técnicas de estudio: Mapas mentales, esquemas, visual thinking... 1 sesión Actividades de sensibilización sobre la violencia contra las mujeres en el mundo. 1 sesión Balance de nuestro recorrido por el aprendizaje: Actividades de Pre-evaluación. 1 sesión POAP: I. Autoconocimiento. 1 Sesión <ol style="list-style-type: none"> Características personales Observación de los otros
Diciembre 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Promoción de la salud: reducir el estrés y la ansiedad. Aprender a llevar una vida saludable: Habilidades socio-emocionales (1) Consumismo crítico y responsable Desarrollar una sexualidad saludable. 	<p>Control de la ansiedad y el estrés ante pruebas o exámenes 1 sesión</p> <ul style="list-style-type: none"> 4 diciembre: Actividad en relación con el día del VIH/SIDA (1 diciembre) Con Dpto. Biología y Geología El lado oscuro de la Navidad: la soledad y el consumismo. 1 sesión Taller de sexualidad y afectividad (Julene Ortiz)
SEGUNDO TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS y CONTENIDOS	ACTIVIDADES

<p>Enero 3 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Resolver los conflictos de forma dialógica: Cultura de la paz ▪ Reflexionar sobre los resultados: Planificar el trabajo en función de ellos. ▪ Conocer estrategias para el desarrollo de emociones positivas: Regulación emocional(1) ▪ Resolver los conflictos de forma dialógica: Habilidades socio-emocionales (2) ▪ Reconocer las habilidades y sus intereses personales: Poap y Autonomía emocional (1) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Post-evaluación: Seguimiento de los acuerdos de las sesiones de evaluación, con especial atención a las “Compromisos educativos y de convivencia” o “Condicionamiento de cupo Actividades para mejorar las técnicas de estudio. 1 sesión ▪ Actividades para manejar los conflictos de manera creativa, constructiva y no violenta. 1 Sesión ▪ POAP: II. Toma de decisiones. 1 sesión 4 Cómo otras personas influyen en las decisiones 5 Aprender a tomar decisiones acertadas
<p>Febrero 4 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el folclore y la cultural de la fiesta popular. ▪ Relacionarse desde el respeto, la diversidad y la tolerancia: mitos del amor romántico. ▪ Evitar relaciones de sumisión, dependencia y desigualdad. ▪ Regulación de sentimientos e impulsos: Regulación emocional (2) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Carnaval. 1 sesión ▪ 14 de febrero: El amor romántico (Comisión de Igualdad y Diversidad) 1 sesión ▪ Sensibilización al maltrato entre iguales: 1 sesión ▪ Actividades para hacer frente a situaciones creadas por emociones intensas. 1 sesión
<p>Marzo 4 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tomar conciencia del papel de la mujer en la sociedad y valorar y respetar desde un plano de igualdad. ▪ Navegar seguro por Internet: Conocer los peligros de un mal uso de las RRSS ▪ Reflexionar sobre el trabajo realizado y establecer compromisos de cara a la última evaluación. ▪ Tomar conciencia sobre nuestras estrategias cognitivas de cara a la última evaluación (metacognición) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Día internacional de la mujer: discriminación sexista en el hogar y en la publicidad. 1 sesión ▪ Seguridad en la RED, peligros en Internet 1 sesión ▪ Hacemos balance de nuestro recorrido por el aprendizaje: TTI 1 sesión ▪ Pre-evaluación: Preparar la 2ª evaluación. 1 sesión
TERCER TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS y CONTENIDOS	ACTIVIDADES

<p>Abril 3 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manejar las diferentes situaciones sociales: Habilidades socio-emocionales (3) ▪ Practicar hábitos saludables de higiene y alimentación. Afronto la presión de grupo y practico conductas saludables. ▪ Conocerse para elegir mejor: Autonomía Emocional (2) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Post-evaluación: Seguimiento de los acuerdos de las sesiones de evaluación, con especial atención a las “Compromisos educativos y de convivencia” o “Condicionamiento de cupo”. 1 sesión ▪ 9 de abril: Día mundial de la salud. Nutrición y Prevención de trastornos de la conducta alimentaria. 1 sesión ▪ POAP: III. Exploración de la carrera profesional. 1 sesión: Asertividad, aprendo a decir “no” ante la presión de grupo. 5 Aptitudes e Intereses profesionales 6 Habilidades y ocupaciones futuras
<p>Mayo 4 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Planificar el trabajo de final de curso. ▪ Prevención de adicciones (móvil, juegos, sustancias...) 31 mayo: Día mundial sin tabaco. Habilidades socioemocionales. (4) ▪ Conocer la oferta educativa de 4º ESO y Modalidades Bachillerato 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Revisamos el método de estudio, la preparación de los exámenes. 1 sesión ▪ Prevención de adicciones 1 sesión ▪ POAP: IV. Planificación y gestión de la carrera profesional. 1 sesión 7 Sistema educativo: itinerarios 4º ESO y Modalidades Bachillerato
<p>Junio 4 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aprender a organizar su tiempo de ocio y su desarrollo personal y social: Habilidades socioemocionales. (5) ▪ Hacemos balance: Autonomía Personal (3) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Decisiones sobre opciones en 4º. 1 sesión ▪ Cómo gestionar nuestro tiempo libre. 1 sesión ▪ Evaluación tutoría. 1 sesión ▪ Consejo Orientador

PROPUESTAS DE ACTIVIDADES DE TUTORIA 4º ESO

PRIMER TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS y CONTENIDOS	ACTIVIDADES

Septiembre 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Integrarse en el grupo Favorecer relación padres-Centro. 	<ul style="list-style-type: none"> Bienvenida: Presentación del tutor, aspectos técnicos: comprobar nombres, optativas... 1 sesión Actividades de conocimiento y cohesión del grupo: 2 sesiones Encuentros con familias: Planificación del curso escolar: Horarios, qué esperamos de ellos... listado de charlas a cargo del D.O. 1 sesión Difusión del Servicio de Mediación
Octubre 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Conocer las responsabilidades que conlleva la figura del delegado/a Ser conscientes de lo que sentimos: Conciencia emocional (1) Conocer algunos factores que influyen en el éxito escolar. Adquirir la capacidad de valorarnos a nosotros mismos: Autonomía emocional. (1) 	<ul style="list-style-type: none"> Elegimos a nuestros representantes. 1 sesión Poner nombre a las emociones que sentimos. Vocabulario emocional., comprender el significado y las ventajas o desventajas de cada una de las emociones. 1 sesión Factores que influyen en el estudio y consejos para triunfar en la ESO. 1 sesión POAP: I. Autoconocimiento. 1 sesión <ol style="list-style-type: none"> Cuestionario de valores/Encuesta a familiares y amistades Metas individuales y grupales
Noviembre 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Aprender a utilizar técnicas de estudio. Sensibilización y Prevención de la Violencia de Género. Tomar conciencia sobre nuestras estrategias cognitivas de cara a la 1ª evaluación (metacognición) 	<ul style="list-style-type: none"> Técnicas de estudio: Mapas mentales, esquemas, visual thinking... 1 sesión Actividades de sensibilización sobre la violencia contra las mujeres en el mundo. 1 sesión Hacemos balance de nuestro recorrido por el aprendizaje: Actividades de Pre-evaluación. 1 sesión POAP: I. Autoconocimiento. 1 Sesión <ol style="list-style-type: none"> Características personales Observación de los otros
Diciembre 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> Promoción de la salud: reducir el estrés y la ansiedad. Aprender a llevar una vida saludable: Habilidades socio-emocionales. (1) Consumismo crítico y responsable Sexualidad saludable. 	<ul style="list-style-type: none"> Control de la ansiedad y el estrés ante pruebas o exámenes 1 sesión 4 diciembre: Actividad en relación con el día del VIH/SIDA (1 diciembre) on Dpto. Biología El lado oscuro de la Navidad: la soledad y el consumismo. 1 sesión Taller sexualidad y afectividad 1 sesión
SEGUNDO TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS y CONTENIDOS	ACTIVIDADES
	<ul style="list-style-type: none"> Resolver los conflictos de forma dialógica: Cultura de la paz 	

Enero 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexionar sobre los resultados: Planificar el trabajo en función de ellos. ▪ Conocer estrategias desarrollo de emociones positivas: Regulación emocional (1) ▪ Resolver los conflictos de forma dialógica: Habilidades socioemocionales (2) ▪ Reconocer las habilidades y sus intereses personales: Poap y Autonomía emocional (1) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Post-evaluación: Seguimiento de los acuerdos de las sesiones de evaluación, con especial atención a las “Compromisos educativos y de convivencia” o “Condicionamiento de cupo Actividades para mejorar las técnicas de estudio. 1 sesión ▪ Actividades para manejar los conflictos de manera creativa, constructiva y no violenta. 1 Sesión ▪ POAP: II. Toma de decisiones. 1 sesión 4 Cómo otras personas influyen en las decisiones 5 Aprender a tomar decisiones acertadas
Febrero 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el folclore y la cultural de la fiesta popular. ▪ Relacionarse desde el respeto, la diversidad y la tolerancia: mitos del amor romántico. ▪ Evitar relaciones de sumisión, dependencia y desigualdad. ▪ Regulación de sentimientos e impulsos: Regulación emocional(2) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Carnaval. 1 sesión ▪ 14 de febrero: El amor romántico (Comisión de Igualdad y Diversidad) 1 sesión ▪ Sensibilización al maltrato entre iguales: 1 sesión ▪ Actividades para hacer frente a situaciones creadas por emociones intensas. 1 sesión
Marzo 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tomar conciencia del papel de la mujer en la sociedad y valorar y respetar desde un plano de igualdad. Habilidades socio-emocionales (3) ▪ Navegar seguro por Internet: Conocer los peligros de un mal uso de las RRSS ▪ Reflexionar sobre el trabajo realizado y establecer compromisos de cara a la última evaluación. ▪ Tomar conciencia sobre nuestras estrategias cognitivas de cara a la última evaluación (metacognición) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Día internacional de la mujer: discriminación sexista en el hogar y en la publicidad. 1 sesión ▪ Seguridad en la RED, peligros en Internet 1 sesión ▪ Hacemos balance de nuestro recorrido por el aprendizaje: TTI 1 sesión ▪ Pre-evaluación: Preparar la 2ª evaluación. 1 sesión ▪ 15 de marzo: Día del consumo responsable (economía solidaria y de comercio justo, respetuosa con el medio ambiente y con las personas). 1 sesión
TERCER TRIMESTRE		
Temporalización	OBJETIVOS y CONTENIDOS	ACTIVIDADES

<p>Abril 3 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manejar las diferentes situaciones sociales: Habilidades socio-emocionales(4) ▪ Practicar hábitos saludables de higiene y alimentación. Afronto la presión de grupo y practico conductas saludables. ▪ Conocerse para elegir mejor: Habilidades socio-emocionales (4) y Autonomía personal(3) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Post-evaluación: Seguimiento de los acuerdos de las sesiones de evaluación, con especial atención a las “Compromisos educativos y de convivencia” o “Condicionamiento de cupo”. 1 sesión ▪ 9 de abril: Día mundial de la salud. Nutrición y Prevención de trastornos de la conducta alimentaria. 1 sesión ▪ POAP: III. Exploración de la carrera profesional. 1 sesión: Asertividad, aprendo a decir “no” ante la presión de grupo. 6 Aptitudes e Intereses profesionales 7 Habilidades y ocupaciones futuras
<p>Mayo 4 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Planificar el trabajo de final de curso. ▪ Prevención de adicciones (móvil, juegos, sustancias...) 31 mayo: Día mundial sin tabaco. ▪ Mantener buenas relaciones interpersonales y trabajar en equipo. Habilidades socio-emocionales (5) ▪ Conocer las Modalidades Bachillerato 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Revisamos el método de estudio, la preparación de los exámenes. 1 sesión ▪ Prevención de adicciones 1 sesión ▪ POAP: IV. Planificación y gestión de la carrera profesional. 1 sesión 8 Sistema educativo: Modalidades Bachillerato ▪ Técnicas para mejorar tus conversaciones con los demás
<p>Junio 4 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aprender a organizar su tiempo de ocio y su desarrollo personal y social: Habilidades socio-emocionales (6) ▪ Hacemos balance 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Decisiones sobre opciones en 4º. 1 sesión ▪ Cómo gestionar nuestro tiempo libre. 1 sesión ▪ Evaluación tutoría. 1 sesión ▪ Consejo Orientador

PROPUESTAS DE ACTIVIDADES DE TUTORIA BACHILLERATO

Temporalización	OBJETIVOS y CONTENIDOS	ACTIVIDADES
PRIMER TRIMESTRE		
Septiembre 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Integrarse en el grupo ▪ Favorecer relación padres-Centro. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bienvenida: Presentación del tutor, aspectos técnicos: comprobar nombres, optativas... 1 sesión ▪ Actividades de conocimiento y cohesión del grupo: 2 sesiones ▪ Encuentros con familias: Planificación del curso escolar: Horarios, qué esperamos de ellos... listado de charlas a cargo del D.O. 1 sesión ▪ Difusión del Servicio de Mediación
Octubre 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer las responsabilidades que conlleva la figura del delegado/a ▪ Adquirir la capacidad de valorarnos a nosotros mismos: Autonomía emocional (1) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elegimos a nuestros representantes. 2 sesiones ▪ POAP I. Autoconocimiento. 1 sesión <ol style="list-style-type: none"> 1. Cuestionario inicial de recogida de información. 2. Metas individuales y grupales 3. Coincidencias de nuestras metas con nuestras competencias y habilidades
Noviembre 4 Sesiones	<p>Sensibilización y Prevención de la Violencia de Género.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tomar conciencia sobre nuestras estrategias cognitivas de cara a la 1ª evaluación (metacognición) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Actividades de sensibilización sobre la violencia contra las mujeres en el mundo. 1 sesión ▪ Balance de nuestro recorrido por el aprendizaje: Actividades de Pre-evaluación. 1 sesión ▪ POAP: I. Semana de la orientación académica y profesional 2 sesiones
Diciembre 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hacer frente a a las situaciones que generan emociones intensas: Regulación emocional. (1) ▪ Promoción de la salud: reducir el estrés y la ansiedad. ▪ Aprender a llevar una vida saludable: Habilidades socio-emocionales (1) ▪ Consumismo crítico y responsable ▪ Desarrollar una sexualidad saludable. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Control de la ansiedad y el estrés ante pruebas o exámenes 1 sesión ▪ 4 diciembre: Actividad en relación con el día del VIH/SIDA (1 diciembre) Con Dpto. Biología y Geología 1 sesión ▪ El lado oscuro de la Navidad: la soledad y el consumismo. 1 sesión . Empatía. Voluntariado ▪ Taller de sexualidad y afectividad (Julene Ortiz) 1 sesión

SEGUNDO TRIMESTRE		
Enero 3 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Reflexionar sobre los resultados: Planificar el trabajo en función de ellos. ▪ Resolver los conflictos de forma dialógica: Habilidades socio-emocionales (2) ▪ Reconocer las habilidades y sus intereses personales: Poap y Autonomía emocional (2) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Post-evaluación: Seguimiento de los acuerdos de las sesiones de evaluación, con especial atención a las “Compromisos educativos y de convivencia” o “Condicionamiento de cupo Actividades para mejorar las técnicas de estudio. 1 sesión ▪ Actividades para manejar los conflictos de manera creativa, constructiva y no violenta. 1 Sesión ▪ Qué es tener éxito en la vida?
Febrero 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conocer el folclore y la cultural de la fiesta popular. ▪ Relacionarse desde el respeto, la diversidad y la tolerancia: mitos del amor romántico. ▪ Evitar relaciones de sumisión, dependencia y desigualdad. ▪ Regulación de sentimientos e impulsos: Regulación emocional (2) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Carnaval. 1 sesión ▪ 14 de febrero: El amor romántico (Comisión de Igualdad y Diversidad) 1 sesión ▪ Sensibilización al maltrato entre iguales: 1 sesión ▪ Actividades para expresar los sentimientos de forma adecuada y crear emociones beneficiosas para sí mismo. 1 sesión
Marzo 4 Sesiones	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tomar consciencia del papel de la mujer en la sociedad y valorar y respetar desde un plano de igualdad. ▪ Navegar seguro por Internet: Conocer los peligros de un mal uso de las RRSS ▪ Reflexionar sobre el trabajo realizado y establecer compromisos de cara a la última evaluación. ▪ Tomar conciencia sobre nuestras estrategias cognitivas de cara a la última evaluación (metacognición) ▪ Ser consciente de lo que necesitamos: Autonomía emocional (3) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Día internacional de la mujer: discriminación sexista en el hogar y en la publicidad. 1 sesión ▪ Seguridad en la RED, peligros en Internet 1 sesión ▪ Hacemos balance de nuestro recorrido por el aprendizaje: TTI 1 sesión ▪ Ser capaz de pedir ayuda. 1 sesión

TERCER TRIMESTRE		
<p>Abril 3 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manejar las diferentes situaciones sociales: Habilidades socio-emocionales (3) ▪ Practicar hábitos saludables de higiene y alimentación. Afronto la presión de grupo y practico conductas saludables. ▪ Conocerse para elegir mejor: Habilidades socio-emocionales (4) y Autonomía personal(4) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Post-evaluación: Seguimiento de los acuerdos de las sesiones de evaluación, con especial atención a las “Compromisos educativos y de convivencia” o “Condicionamiento de cupo”. 1 sesión ▪ 9 de abril: Día mundial de la salud. Nutrición y Prevención de trastornos de la conducta alimentaria. 1 sesión ▪ POAP: III. Exploración de la carrera profesional. 1 sesión: Asertividad, aprendo a decir “no” ante la presión de grupo. <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudes e Intereses profesionales - Habilidades y ocupaciones futuras - Información sobre el servicio militar
<p>Mayo 4 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Prevención de adicciones (móvil, juegos, sustancias...) ▪ Mantener buenas relaciones interpersonales y trabajar en equipo. Habilidades socio-emocionales (5) ▪ Conocer las Modalidades Bachillerato y el acceso a la universidad 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Prevención de adicciones 1 sesión ▪ POAP: IV. Planificación y gestión de la carrera profesional. 1 sesión Sistema educativo: Modalidades Bachillerato. Selectividad ▪ Técnicas para mejorar tus conversaciones con los demás
<p>Junio 4 Sesiones</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aprender a organizar su tiempo de ocio y su desarrollo personal y social: Habilidades socio-emocionales (6) ▪ Hacemos balance de nuestro paso por el centro educativo 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Decisiones sobre opciones en 1º Bchillerato. 1 sesión ▪ Cómo gestionar nuestro tiempo libre. 1 sesión ▪ Evaluación tutoría. 1 sesión ▪ Consejo Orientador

ANEXO II: PROGRAMA INTELIGENCIA EMOCIONAL

PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Al hablar de Educación Emocional necesariamente nos lleva a abordar contenidos como la comprensión de emociones, la dirección de la propia vida, el autoconcepto, la autoestima, la resiliencia, las habilidades sociales, el establecimiento de vínculos, aceptación de las diferencias e interiorización de las normas sociales, la responsabilidad, la asertividad social...).

La adolescencia es una etapa complicada emocionalmente y con frecuentes altibajos en los estados de ánimo. En esta etapa deben asumir los cambios físicos específicos de la pubertad; empiezan a desarrollar su propia identidad, comienzan las primeras relaciones amorosas y sexuales, y progresivamente se van independizando del entorno familiar, tomando una especial consideración su grupo de iguales. La presión de los compañeros en este periodo es especialmente intensa, convirtiéndose el grupo de iguales en su principal punto de referencia.

Todos estos cambios nos obligan a llevar a implementar un programa de educación emocional para que el alumno aprenda a tener conciencia de sus emociones y a regularlas, para aumentar su nivel de bienestar personal.

Los OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL (Bisquerra, 2000), serán:

- Promover el desarrollo integral del alumno y alumna.
- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones del resto.
- Desarrollar la habilidad para regular las propias emociones.
- Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Mejorar las relaciones interpersonales.
- Desarrollar las habilidades de vida para el bienestar personal y social.

En cuanto a los CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL

- Inteligencia emocional.
- Conocimiento de las propias emociones y las del resto.

- Comprensión y regulación de las emociones.
- Autoestima.
- Automotivación.
- Empatía.
- Resolución de conflictos.
- Habilidades socio-emocionales

El Programa de Inteligencia Emocional que se propone es el de La Diputación Foral de Gipuzkoa, y los bloques que se trabajarán serán:

1. Conciencia emocional, que nos permite darnos cuenta y ser conscientes de:

- Lo que sentimos.
- Poner nombre a las emociones que sentimos. Vocabulario emocional.
- Identificar y ser conscientes de las emociones de las demás personas.
- Conciencia del propio estado emocional.
- Comprender el significado y las ventajas o desventajas de cada una de las emociones.

2. Regulación emocional, que nos permite responder de manera adecuada a las distintas situaciones emocionalmente intensas (estrés, frustración, cansancio, enfado, debilidad, miedo, inseguridad, alegría, ilusión...).

- Estrategias de regulación emocional: diálogo interno, relajación, reestructuración cognitiva...
- Estrategias para el desarrollo de emociones positivas.
- Regulación de sentimientos e impulsos.

3. Autonomía emocional, que nos permite tener confianza en nosotros/as mismos/as, tener autoestima, pensar positivamente, automotivarnos, tomar decisiones de manera adecuada y responsabilizarnos de forma relajada y tranquila.

- Noción de identidad, conocimiento de uno/a mismo/a (autoconcepto).
- Valoración positiva de las propias capacidades y limitaciones.

4. Habilidades socioemocionales. Consiste en ser capaces de manejar cada una de las distintas y variadas situaciones sociales con el conjunto de emociones positivas y negativas que ello conlleva. El desarrollo de esta competencia implica:

- Escuchar activa y dinámicamente a las otras personas. Así, les haremos sentirse importantes.
- Dar y recibir críticas de manera constructiva, lo que solemos llamar “recibir la medicina amarga”.
- Comprender al resto y conseguir que nos comprendan.
- Ser asertivo/a en nuestro comportamiento, estando dispuestos a ser sinceros/as y expresar lo que pensamos, sentimos y hacemos ante el resto y a lo que representan.
- Enfrentarnos inteligentemente a cada uno de los conflictos que tenemos en nuestro día a día.
- Mantener buenas relaciones interpersonales con las personas con las que vivimos o trabajamos.
- Trabajar en equipo e implicar a las personas en proyectos y objetivos.

5. Habilidades para la vida y el bienestar personal. El fin último al cual todas las personas aspiramos con cada uno de nuestros actos es conseguir la felicidad (desde la dimensión emocional, hablaríamos de experimentar un bienestar subjetivo). Se trata de ofrecer recursos que ayuden a organizar una vida sana y equilibrada, superando posibles obstáculos que la vida pueda deparar.

- Habilidades de organización (del tiempo, trabajo, tareas cotidianas) y desarrollo personal y social.
- Habilidades en la vida familiar, escolar y social.
- Actitud positiva y real (mediante planes de acción individual) ante la vida.

En algunos casos, motivados por la falta de tiempos, hemos creído conveniente aunar estos 2 últimos bloques por la estrecha relación que existe entre ellos.

ANEXO III: POAP

PLAN DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL

PLAN DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL POAP 1° ESO	PLAN DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL POAP 2° ESO	PLAN DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL POAP 3° Y 4° ESO
<p>POAP: I. Autoconocimiento</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Características propias y ajenas 2. Habilidades e intereses personales 3. Guía de autoevaluación 	<p>POAP: I. Autoconocimiento</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Características propias y ajenas 2. Habilidades e intereses personales 3. Guía de autoevaluación <p>POAP: II. Toma de decisiones</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Plan para aprender destrezas 5. Cinco fases del proceso de TD 	<p>POAP: I. Autoconocimiento</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cuestionario y encuesta de valores 2. Metas individuales y grupales 3. Características personales 4. Observación de los otros <p>POAP: II. Toma de decisiones</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Cómo otras personas influyen en las decisiones 6. Aprender a tomar decisiones acertadas <p>POAP: III. Exploración de la carrera profesional</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Aptitudes e Intereses profesionales 8. Habilidades y ocupaciones futuras <p>POAP: IV. Planificación y gestión de la carrera profesional</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Sistema educativo: Modalidades Bachillerato <p>POAP: V. Proceso de evaluación y asesoramiento vocacional:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Test de aptitudes b. Test de intereses profesionales c. Informe y asesoramiento individual d. Charlas informativas para la elección de itinerarios formativos.

PLAN DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL

ACTIVIDADES 1º BACHILLERATO

1. Elaborar una guía sobre aptitudes
2. Elaborar una bolsa de intereses
3. Análisis anuncios de prensa
4. Elaboración de estadísticas sobre distribución de empleo
5. Analizar tipos de discriminación histórica (razas, sexos, nacionalidades...)
Charlas-coloquios

ACTIVIDADES 2º BACHILLERATO

1. **Proceso de evaluación y asesoramiento vocacional**
 - a. Test de aptitudes
 - b. Test de intereses profesionales
 - c. Informe y asesoramiento individual: entrevistas individuales con el alumnado
2. **Charlas/conferencias de las Universidades** con mayor interés para el alumnado.
3. **Semana de la Orientación Vocacional. Talleres ofertados por las universidades:**
 - a. **“EnRútate”**. Universidad del Rosario
 - b. **“No escojas una carrera, escoge una vocación”** Universidad del Rosario
 - c. **“Simulacro de entrevista de acceso”** Universidad Externado de Colombia
4. **Charlas/mesas redondas sobre profesiones:** Participación de padres y madres del alumnado y exalumnos/as del centro
5. **Visita a alguna Universidad** de Bogotá: Open Campus
6. Asesoramiento sobre el **acceso a la Universidad:**
 - o Estudiar en Colombia: Acceso, carreras, becas y convenios.
 - o Estudiar en España: EBAU, Universidades, grados universitarios, becas y residencias

Día 1: Noviembre y Diciembre	Día 2: Enero	Día 3: Febrero	Día 4: Por definir	Día 5: Mes Marzo
Jornada dedicada a las universidades colombianas 2º y 3ª semana de noviembre y 14-15-16 diciembre	Jornada dedicada a las universidades españolas	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La universidad desde dentro. ▪ La profesión desde el día a día 	Jornada de puertas abiertas	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Información general ▪ EBAU ▪ Notas de corte ▪ ...
<p>A cargo de personal de las diferentes universidades colombianas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Los Andes - Javariana - Universidad nacional - La Sabana 	<p>Profesorado de las Universidades Autónoma y Complutense de Madrid y Barcelona, Salamanca...</p> <p>Sesiones generales para las universidades más demandadas, y simultáneamente las otras con menos interés.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ A cargo de un alumno de la Facultad de Derecho y Economía de la Universidad Carlos III y exalumnos del centro ▪ Profesional del ámbito de <ul style="list-style-type: none"> - Economista - Abogado - Ingeniero - Arquitecto <p>A cargo de antiguos alumnos</p>		A cargo de la orientadora del centro

ANEXO IV: RESUMEN CUADRO TUTORÍAS

CURSOS	Inteligencia Emocional	POAP	Técnicas de Estudio
1ºESO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conciencia Emocional: 2 sesiones ▪ Regulación Emocional: 2 sesiones ▪ Autonomía Emocional: 2 sesiones ▪ Habilidades socio-emocionales: 4 sesiones 	<p>POAP: I. Autoconocimiento. 1 sesión</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Características propias y ajenas ▪ Habilidades e intereses personales ▪ Guía de autoevaluación 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Factores que influyen en el estudio: 1 sesión ▪ Lectura comprensiva: 1 sesión ▪ Técnicas estudio: mapas. Mentales: 1 sesión
Total	10 sesiones	1 sesión	3 sesiones
2ºESO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conciencia Emocional: 2 sesiones ▪ Regulación Emocional: 2 sesiones ▪ Autonomía Emocional: 2 sesiones ▪ Habilidades socio-emocionales: 4 sesiones 	<p>POAP: I. Autoconocimiento. 1 sesión</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Características propias y ajenas ▪ Habilidades e intereses personales ▪ Guía de autoevaluación <p>POAP: II. Toma de decisiones. 1 sesión</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Plan para aprender destrezas ▪ Cinco fases del proceso de TD 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Factores que influyen en el estudio: 1 sesión ▪ Técnicas estudio: mapas. Mentales: 1 sesión
Total	10 sesiones	3 sesiones	2 sesiones
3ºESO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conciencia Emocional: 1 sesión ▪ Regulación Emocional: 2 sesiones ▪ Autonomía Emocional: 3 sesiones ▪ Habilidades socio-emocionales: 4 / 5 sesiones 	<p>POAP: I. Autoconocimiento</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cuestionario y encuesta de valores 2. Metas individuales y grupales 3. Características personales 4. Observación de los otros <p>POAP: II. Toma de decisiones</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Cómo otras personas influyen en las decisiones 6. Aprender a tomar decisiones acertadas <p>POAP: III. Exploración de la carrera profesional</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Aptitudes e Intereses profesionales 8. Habilidades y ocupaciones futuras <p>POAP: IV. Planificación y gestión de la carrera profesional</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Sistema educativo: Modalidades Bachillerato <p>POAP: V. Proceso de evaluación y asesoramiento vocacional:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Test de aptitudes b. Test de intereses profesionales c. Informe y asesoramiento individual d. Charlas informativas para la elección de itinerarios formativos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Balance de nuestro recorrido por el aprendizaje ▪ Factores que influyen en el estudio y consejos para triunfar en la ESO ▪ Técnicas de estudio: Mapas mentales, esquemas, visual thinking... 1 sesión ▪ Actividades para mejorar las técnicas de estudio. ▪ Preparar la 2ª evaluación. ▪ Revisamos el método de estudio, la preparación de los exámenes
4ºESO			

Total	11 sesiones	4 sesiones	6 sesiones
CURSOS	Inteligencia Emocional	POAP	Técnicas de Estudio
BACHILLERATO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Regulación Emocional: 2 sesiones ▪ Autonomía Emocional: 4 sesiones ▪ Habilidades socio-emocionales: 6 sesiones 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ POAP I. Autoconocimiento. 1 sesión ▪ Cuestionario inicial de recogida de información. ▪ Metas individuales y grupales ▪ Coincidencias de nuestras metas con nuestras competencias y habilidades ▪ POAP: II. Semana de la orientación académica y profesional 2 sesiones ▪ POAP: III. Exploración de la carrera profesional. 1 sesión: Asertividad, aprendo a decir “no” ante la presión de grupo. <ul style="list-style-type: none"> - Aptitudes e Intereses profesionales - Habilidades y ocupaciones futuras - Información sobre el servicio militar ▪ POAP: IV. Planificación y gestión de la carrera profesional. 1 sesión <ul style="list-style-type: none"> - Sistema educativo: Modalidades Bachillerato. Selectividad - Decisiones sobre opciones en 1º Bchillerato. 1 sesión 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Metacognición
Total	12 sesiones	6 sesiones	1 sesión

ANEXO V: ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Actividades programadas	Fecha prevista para su realización	Cursos	En colaboración con	Profesores /as responsables
Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer	25 de noviembre	ESO y Bachillerato	Profesorado tutor	Comisión de Igualdad y Diversidad
Día Mundial de la lucha contra el SIDA (1 de diciembre)	4 de diciembre	ESO y Bachillerato	Departamento de Biología	Pablo Pinedo y Concha Flores
Taller de sexualidad y afectividad	2º semana diciembre.	Desde 6º de Primaria a 2º Bachillerato	Julene Ortiz de Zaldumbide, psicóloga sexóloga	Concha Flores
Charlas/conferencias de distintas Universidades	1º trimestre	Bachillerato	Universidades	Concha Flores
Visita a alguna Universidad de Bogotá	2º trimestre	Bachillerato	Universidad	Concha Flores
Redes Sociales	Febrero	ESO	Concha Flores	Concha Flores
El amor romántico	14 de febrero	ESO y Bachillerato	Experto/a en el tema	Comisión de Igualdad y Diversidad
Nutrición y prevención de trastornos de la conducta alimentaria	Abril	ESO y Bachillerato	Experto/a en el tema	Concha Flores
Día Internacional de la mujer	8 de marzo	ESO y Bachillerato	Profesorado tutor	Comisión de Igualdad y Diversidad
Prevención del consumo de tabaco	Mayo	1º ESO	Experto/a en el tema	Concha Flores
Prevención del consumo de alcohol	Mayo	2º ESO	Experto/a en el tema	Concha Flores
Prevención del consumo de drogas	Mayo	3º y 4º DE ESO, Bachillerato	Experto/a en el tema	Concha Flores

La enseñanza que deja huella no es la que se hace de cabeza a cabeza, sino de corazón a corazón. Howard G. Hendricks.