



CUADERNO DE TUTORÍA

PARA ALUMNOS/AS

DE SEGUNDO CURSO DE E.S.O.

2ª EDICIÓN REVISADA

Curso 08/09

**CUADERNO PARA EL TUTOR/A
ORIENTADOR/A—2º ESO**

1-ACOGIDA Y PRESENTACIÓN

2-NORMAS DE CONVIVENCIA. DERECHOS Y DEBERES

3-COHESIÓN E INTEGRACIÓN EN EL GRUPO

4-ELECCIÓN DE DELEGADO

5-¿QUÉ TAL ESTUDIANTE ERES?

6-PLANIFICACIÓN DEL TIEMPO DE ESTUDIO

7-PARA ESTUDIAR MEJOR

8-HABILIDADES SOCIALES

9-RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

10-PREVENCIÓN DE MALTRATO. TRATÉMONOS BIEN

11-DESCUBRIENDO PROFESIONES

12-PRIMERA EVALUACIÓN

13-SEGUNDA EVALUACIÓN

14-TERCERA EVALUACIÓN

15-EVALUACIÓN FINAL

1-ACOGIDA Y PRESENTACIÓN

UNA SESIÓN: "1º día de clase"

Objetivos de la tutoría:

1.- Que los alumnos/as conozca al tutor, que en ese momento representa al resto de los profesores y a los compañeros del grupo con los que ha de convivir muchas horas a lo largo del curso.

2.- Que los alumnos/as de nueva incorporación al centro conozcan el espacio físico en el que se va a desarrollar su actividad académica: aulas, departamentos, laboratorios, gimnasio, talleres, biblioteca y las demás dependencias del centro.

3.- Que los alumnos/as recuerden las normas básicas y fundamentales de convivencia en el centro, así como el funcionamiento del mismo.

4.- Que los alumnos/as conozcan los horarios, profesores de materias y el trabajo a desarrollar en la hora de tutoría.

Metodología

- En el aula:
 - o Ambiente de acogida y de trabajo a lo largo del curso.
 - La idea central es hacer ver la necesidad de tener un buen clima de trabajo para desarrollar las funciones propias de "enseñar" y de "aprender". Para ello hay que propiciar un ambiente distendido, cercano y acogedor, orientado al trabajo escolar.

Actividades Nº 1: ¿Quiénes somos?

- Presentación del tutor: nombre, asignaturas que imparte y aquellos datos que considere importante.
- Recordar el mecanismo de las faltas de asistencias.
- Horario del grupo.
- Entradas y Salidas del Instituto.
- Recordar que los libros de texto se encuentran expuestos en el tablón de anuncios. Ante posibles dudas consultar con el profesor de la asignatura.
- Recordar las normas de convivencia.(Remitimos al cuaderno de tutoría de 1º ESO: "Derechos y Deberes Normas de Convivencia")
- Sobre la figura del tutor: facilitador de tareas y referente para el alumno con el Instituto.
- Sobre la Hora de Tutoría Semanal: Lugar y tiempo de intercambio sobre la marcha del grupo.

Actividad Nº 2 "La tarjeta de visita que encontró el detective"

Objetivo: Descubrir aspectos de la personalidad del compañero/a que nos resultan desconocidos

Desarrollo de la actividad: Personal y en gran grupo

Tiempo aproximado: 1 hora

Material necesario: Un folio y un rotulador por alumno/a

Orientaciones metodológicas

- **Primer paso:** Unos 15 minutos

Se indica al alumno/a que escriba, con letras grandes en el centro de un folio doblado de la forma que se indica en la foto (*), el nombre por el que le gustaría que le llamasen durante el curso; y entre paréntesis, su apellido y la clase en la que estuvo el curso pasado.

En el ángulo superior derecho debe escribir dos adjetivos que cree que le describen con bastante exactitud (curioso, sincero, atlético ...).

En el ángulo superior izquierdo debe escribir palabras que indiquen lo que le gusta hacer (nadar, leer ...).

En la parte inferior, a todo lo largo, debe escribir -y por este orden- un lugar que le gustaría visitar, el espacio de televisión que más le gusta, su actor o actriz favoritos, alguna cosa que ha hecho y de la que se siente orgulloso/a, cualquier aspecto o actividad de su personalidad poco conocido por sus compañeros/as y que le parece interesante dar a conocer.

En esta misma línea pueden hacerse todas las preguntas que se deseen, adaptadas en su profundidad a la edad de los/as alumnos/as. Creemos que, de

2º ESO. Material para el tutor

elegir bien las preguntas puede ser uno de los ejercicios de auto-manifestación más ricos.

Por la parte de atrás escribe aquellas preguntas que le gustaría hacer a su tutor/a (sobre su forma de ser, estilo de llevar la clase, etc.).

- **Segundo paso:** Unos 10 minutos

Todos los alumnos/as colocan sobre la mesa su folio en la posición que indica la foto.

Se les pide que durante unos 10 minutos se fijen en todas las tarjetas porque, el paso siguiente será una especie de prueba de detectives basada en la atención que hayan puesto a los datos de todas ellas.

- **Tercer paso:** Aproximadamente unos 20 minutos

El tutor/a recoge las tarjetas. A partir de una cualidad de una tarjeta (sincero, por ejemplo) o de una afición, hay que adivinar la persona de la que se trata, en un máximo de ocho preguntas.

Las preguntas han de hacerse de modo que quien conoce la identidad de la tarjeta sólo tenga que responder «sí» o «no». Por ejemplo: ¿Le gusta el fútbol? ¿El año pasado estaba en 1º B? ¿Su programa favorito es ..?...

A partir de la quinta pregunta puede preguntarse si su nombre empieza o acaba por una determinada letra.

Es importante que sólo se hagan preguntas de cosas que están puestas en las tarjetas. Si el que hace de detective acierta, escoge otra tarjeta y otro/a alumno/a voluntario/a pasa a ser detective tratando de adivinar el nuevo nombre mediante las ocho preguntas.

Caso de no acertar se continúa con la misma tarjeta hasta que se acierte.

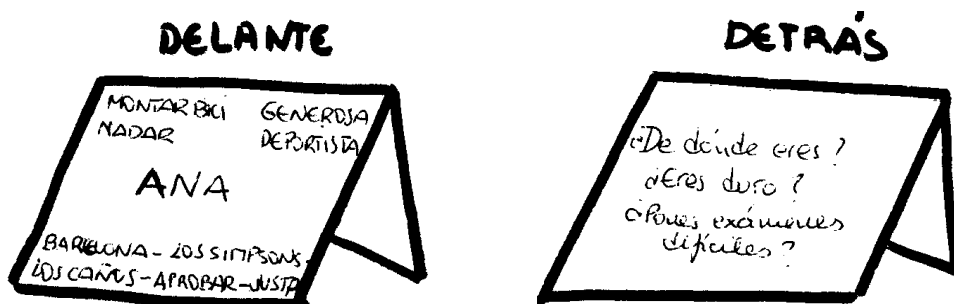
Es importante que una vez que se acierte el nombre de alguna de las tarjetas se lea entera, como resumen. Tratamos así de reforzar el conocimiento de aspectos en los que quizás no se había caído en la cuenta. El juego puede continuarse mientras se mantenga el interés.

- **Cuarto paso:** Aproximadamente 15m

El tutor/a trata de responder a las preguntas que se le han hecho por la parte de atrás del folio.

Responde a todas las preguntas de la clase.

(*)



ACTIVIDAD OPCIONAL: EL LIBRO DE LOS GUSTOS...

Objetivos:

- Profundizar en el conocimiento interpersonal.
- Descubrir afinidades en el grupo.
- Identificar rasgos que cohesionan al grupo.
- Respetar la diversidad de gustos o preferencias.

Tiempo aproximado: Una hora

Materiales: Ficha para cada alumno/a, bolígrafo.

Desarrollo de la actividad:

Se reparte entre el alumnado la siguiente ficha para que la rellenen de forma individual (10 minutos):

Nombre:	
La canción que más me gusta actualmente es...	
Mi tipo de música preferido es...	
El juego que me divierte más es...	
La mejor película que he visto últimamente es...	
Mi programa de televisión preferido es...	
El libro con el que más he disfrutado es...	
Mi comida favorita es...	
El deporte que más me divierte practicar es...	
Mi asignatura favorita es...	
Lo más bonito que me han dicho nunca es...	

Se recogen todas las fichas y se reparten de nuevo aleatoriamente. Cada alumno/a leerá para todo el grupo el nombre y las preferencias del compañero/a que le ha correspondido. Éste/a podrá explicar o matizar sus respuestas o contestar preguntas de los demás.

El/la profesor/a puede ir anotando las respuestas en la pizarra y realizar una síntesis al final, comprobando los niveles de coincidencia y favoreciendo el análisis en grupo.

Se debe facilitar el que los alumnos/as que tengan gustos menos comunes o desconocidos para el resto del grupo expliquen más detalladamente sus preferencias.

Como variante, cada alumno/a puede leer las preferencias sin anunciar el nombre que aparece en la ficha proponiendo al resto del grupo que intenten adivinar de qué compañero/a se trata.

Al final de la sesión se pueden hacer propuestas de actividades relacionadas con las preferencias mayoritarias como por ejemplo llevar a clase determinado disco para escucharlo juntos o quedar para comer una pizza.

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

1ª SESIÓN: "1º DÍA DE CLASE"

Actividad Nº 1 ¿Quiénes somos?

Hoy es el primer día de clase y el tutor/a se ha presentado al grupo aportando el horario y el cuadro de profesores. Éste invita a que cada alumno/a también se presente al resto de la clase, diciendo: su nombre, clase que estuvo el año anterior y sus aficiones y gustos.

Actividad Nº 2 " La tarjeta de visita que encontró el detective"

Una vez realizada esta actividad, vamos a conocernos un poco más. A continuación os proponemos el siguiente juego:

Primer paso:

Duración: 15 minutos aproximadamente

Desarrollo:

Escribe, con letras grandes y en el **centro** de un folio doblado por la mitad, el nombre por el que te gustaría que te llamasen durante este curso; y entre paréntesis tu apellido y la clase en la que estuviste el curso pasado.

En el **ángulo superior derecho** debes escribir dos adjetivos que creas que te describan con bastante exactitud (curioso, atlético,..)

En el **ángulo superior izquierdo** debes escribir palabras que indiquen lo que te gusta hacer (nadar, leer, ver cine,..)

En la **parte inferior, a lo largo**, debes escribir, y en este orden, un lugar que te gustaría visitar, el espacio de televisión que más te gusta, tu actor o actriz favorito, alguna cosa que hayas hecho y de la que te sientes orgulloso/a, cualquier actividad o aspectos de tu personalidad poco conocido por tus compañeros/as y qué te parecería interesante dar a conocer.

En la **parte de atrás**, escribe aquellas preguntas que te gustaría hacer a tu tutor/a (sobre su forma de ser, estilo de llevar la clase, etc...)

Segundo paso

Duración: unos 10 minutos

Desarrollo:

Cada alumno/a coloca sobre su mesa su folio en la posición que indica el dibujo.

Se os pide que durante unos 10 minutos observéis detenidamente todas las tarjetas porque el paso siguiente será una especie de prueba de detectives basada en la atención que hayáis puesto en los datos de las tarjetas.

2º ESO. Material para el tutor

Tercer paso:

Duración: Aproximadamente unos 20 minutos.

Desarrollo:

Ahora, el tutor/a recoge las tarjetas. Y, a partir de una cualidad escrita en una tarjeta (sincero, por ejemplo) o de una afición, tenéis que adivinar la persona de la que se trata, en un máximo de ocho preguntas.

Las preguntas han de hacerse de modo que quien conoce la identidad de la tarjeta solo tenga que responder "sí" o "no". Por ejemplo: ¿Te gusta el fútbol? ¿El año pasado estabas en 1º B? ¿Tu programa favorito es...?

A partir de la quinta pregunta podéis preguntar si su nombre empieza o acaba por una determinada letra.

Es importante que sólo se hagan preguntas de cosas que están puestas en las tarjetas. Si el que hace de detective acierta, escoge otra tarjeta y otro alumno/a voluntario pasa a ser detective tratando de adivinar el nuevo nombre mediante las ocho preguntas. En caso de no acertar se continúa con la misma tarjeta hasta que se acierte.

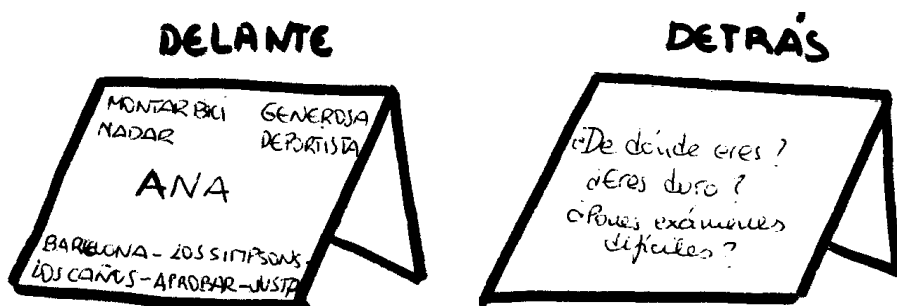
Es importante que una vez que se acierte el nombre de alguna de las tarjetas se lea entera, como resumen. De este modo, conseguiremos reforzar el conocimiento de aspectos en los que quizás no habíais caído en la cuenta.

Cuarto paso:

Duración: unos 15 minutos

Desarrollo:

Ahora tu tutor/a va a responder a las preguntas que se le han hecho por la parte de atrás del folio.



2-NORMAS DE CONVIVENCIA. DERECHOS Y DEBERES

OBJETIVOS:

- Recordar cuáles son nuestros derechos y deberes como estudiantes y las normas de convivencia básicas según la legislación vigente.
- Informar sobre cómo regula el Reglamento de Organización y Funcionamiento de nuestro Centro las normas de convivencia y cómo se establecen las oportunas correcciones.
- Elaborar a nivel grupal las normas de convivencia respecto a nuestra aula.
- Concienciar de la necesidad del respeto a los demás y el compañerismo entre los miembros del grupo para una convivencia positiva a lo largo del curso escolar.

DESARROLLO:

Dado que el desarrollo de los contenidos está previsto para una sesión de tutoría, se procederá a la lectura de los derechos y deberes del alumnado que aparece en su cuaderno de tutoría a modo de recordatorio, ya que en 1º se trabajó tal temática y se volverá a realizar en cada curso de la ESO.

El/la tutor/a contará con el extracto del DECRETO 19/2007, de 23 de enero, por el que se adoptan medidas para la Promoción de la Cultura de la Paz y la Mejora de la Convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos, por si se plantea durante la lectura alguna cuestión en la que profundizar.

Daremos en 2º de ESO mayor prioridad a la elaboración de las Normas de Convivencia del aula y a la reflexión sobre el compañerismo y el respeto a los demás que de ellas pueda surgir.

MATERIALES:

-Extracto del DECRETO 19/2007, de 23 de enero, por el que se adoptan medidas para la Promoción de la Cultura de la Paz y la Mejora de la Convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos (anexo 1).

-Normas de convivencia del centro y procedimiento para hacer efectivas las correcciones, facilitadas por la jefatura de estudios al departamento de orientación.

-Cartulinas y rotuladores para la realización del mural sobre las normas de convivencia del aula.

ANEXO 1.: *Extracto del DECRETO 19/2007, de 23 de enero, por el que se adoptan medidas para la Promoción de la Cultura de la Paz y la Mejora de la Convivencia en los centros docentes sostenidos con fondos públicos.*

Disposición derogatoria única. Derogación normativa.

Queda derogado el Decreto 85/1999, de 6 de abril, por el que se regulan los derechos y deberes del alumnado y las correspondientes normas de convivencia en los centros docentes públicos y concertados no universitarios, **excepto los artículos 1, 2, 3 y el Capítulo II del mismo**

Capítulo II del Decreto 85/1999:

Derecho a una formación integral.

1. El alumnado tiene derecho a una formación integral que asegure el pleno desarrollo de su personalidad.

2. La formación a que se refiere el artículo anterior se ajustará a los fines y principios que la actividad educativa le atribuye la normativa vigente (Título Preliminar de la L.O.E. Capítulo I " Principios y fines de la educación):

- a) *La calidad de la educación para todo el alumnado, independientemente de sus condiciones y circunstancias.*
- b) *La equidad que garantice la igualdad de oportunidades, la inclusión educativa y la no discriminación y actúe como elemento compensador de las desigualdades personales, culturales, económicas y sociales, con especial atención a las que deriven de la discapacidad.*
- c) *La transmisión y puesta en práctica de valores que favorezcan la libertad personal, la responsabilidad, la ciudadanía democrática, la solidaridad, la*

2º ESO.Material para el tutor

tolerancia, la igualdad, el respeto y la justicia, así como que ayuden a superar cualquier tipo de discriminación.

- d) La concepción de la educación como un aprendizaje permanente, que se desarrolla a lo largo de toda la vida*
- e) La flexibilidad para adecuar la educación a la diversidad de aptitudes, intereses, expectativas y necesidades del alumnado, así como a los cambios que experimentan el alumnado y la sociedad.*
- f) La orientación educativa y profesional de los estudiantes, como medio necesario para el logro de una formación personalizada que propicie una educación integral en conocimientos, destrezas y valores*

3. El Centro programará actividades complementarias y extraescolares que fomenten el espíritu participativo y solidario del alumnado y promuevan la relación entre el Centro y el entorno socioeconómico y cultural en que éste desarrolla su labor.

Derecho a la objetividad en la evaluación.

1. El alumnado tiene derecho a que su rendimiento escolar sea evaluado con plena objetividad.

2. Los Centros deberán hacer públicos los criterios generales que se van a aplicar para la evaluación de los aprendizajes y la promoción del alumnado.

3. El alumnado, o sus representantes legales, podrán solicitar cuantas aclaraciones consideren necesarias acerca de las valoraciones que se realicen sobre su proceso de aprendizaje, así como sobre las calificaciones o decisiones que se adopten como resultado de dicho proceso, debiendo garantizarse por el Equipo Educativo el ejercicio de este derecho.

4. El alumnado, o sus representantes legales, podrán formular reclamaciones contra las valoraciones del aprendizaje, decisiones y calificaciones que, como resultado del proceso de evaluación, se adopten al finalizar un ciclo o curso, de acuerdo con el procedimiento establecido por la Consejería de Educación y Ciencia.

Derecho a la igualdad de oportunidades.

1. En el marco de lo establecido en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, todo el alumnado tiene derecho a las mismas oportunidades de acceso a los distintos niveles de enseñanza. El acceso a los niveles no obligatorios de acuerdo con la oferta educativa, se basará en el aprovechamiento académico o en las aptitudes para el estudio.

2. La igualdad de oportunidades se promoverá mediante:

a) La no discriminación por razón de nacimiento, raza, sexo, capacidad económica, nivel social, convicciones políticas, morales o religiosas, así como por discapacidades físicas, sensoriales y psíquicas, o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.

2º ESO.Material para el tutor

b) El establecimiento de medidas compensatorias que garanticen la igualdad real y efectiva de oportunidades.

c) La realización de políticas educativas de integración y de educación especial.

3. La Consejería de Educación y Ciencia establecerá las medidas oportunas para compatibilizar la continuación de los estudios con el servicio militar o la prestación social sustitutoria en la medida en que éstos lo permitan.

Derecho a percibir ayudas.

1. El alumnado tiene derecho a percibir ayudas para compensar carencias de tipo familiar, económico o sociocultural, de forma que se promueva su derecho de acceso a los distintos niveles educativos.

2. La Administración educativa, de acuerdo con las previsiones normativas y las dotaciones presupuestarias, garantizará este derecho mediante una política de becas y los servicios de apoyo adecuados a las necesidades del alumnado.

Derecho a la protección social.

1. En los casos de infortunio familiar o accidente, el alumnado tiene derecho a las compensaciones económicas establecidas en la normativa vigente.

2. El alumnado tendrá derecho a recibir atención sanitaria en los términos previstos en la normativa vigente.

Derecho al estudio.

El alumnado tiene derecho al estudio y, por tanto, a participar en las actividades orientadas al desarrollo del currículo de las diferentes áreas, materias o módulos.

Derecho a la orientación escolar y profesional.

1. Todos los alumnos y alumnas tienen derecho a recibir orientación escolar y profesional para conseguir el máximo desarrollo personal, social y profesional, según sus capacidades, aspiraciones o intereses.

2. De manera especial, se cuidará la orientación escolar y profesional del alumnado con discapacidades físicas, sensoriales o psíquicas o con carencias sociales o culturales, así como de aquel otro alumnado que precise de algún tipo de adaptación.

3. La orientación profesional se basará únicamente en las aptitudes y aspiraciones del alumnado y excluirá cualquier tipo de discriminación. La Consejería de Educación y Ciencia y los Centros desarrollarán las medidas compensatorias necesarias para garantizar la igualdad de oportunidades en esta materia.

2º ESO.Material para el tutor

4. Para hacer efectivo el derecho de los alumnos y las alumnas a la orientación escolar y profesional, los Centros recibirán los recursos y el apoyo de la Consejería de Educación y Ciencia, que podrá promover a tal fin la cooperación con otras Administraciones e instituciones.

5. Los Centros que impartan Educación Secundaria, Formación Profesional de grado superior o enseñanzas de artes plásticas y diseño se relacionarán con las instituciones o empresas públicas y privadas del entorno, a fin de facilitar al alumnado el conocimiento del mundo del empleo y la preparación profesional que habrán de adquirir para acceder a él. Además, estos Centros habrán de prever las correspondientes visitas o actividades formativas.

Derecho a la libertad de conciencia.

1. El alumnado tiene derecho a que se respete su libertad de conciencia y sus convicciones religiosas y morales de acuerdo con la Constitución.

2. El alumnado o, en su caso, sus representantes legales, tienen derecho a recibir, antes de formalizar la matrícula, información sobre la identidad del Centro o sobre el carácter propio del mismo, en el caso de los Centros privados concertados.

3. El alumnado o, en su caso, sus representantes legales, tienen derecho a elegir la formación religiosa o ética que resulte acorde con sus creencias o convicciones, sin que de esta elección pueda derivarse discriminación alguna.

Derecho a que se respete su intimidad, integridad y dignidad personales.

1. El alumnado tiene derecho a que se respete su intimidad, integridad física y dignidad personales, no pudiendo ser objeto, en ningún caso, de tratos vejatorios o degradantes.

2. El alumnado tiene derecho a que su actividad académica se desarrolle en las debidas condiciones de seguridad e higiene.

3. Los Centros docentes están obligados a guardar reserva sobre toda aquella información de que dispongan acerca de las circunstancias personales y familiares del alumnado. No obstante, los Centros comunicarán a la autoridad competente las circunstancias que puedan implicar malos tratos para el alumnado o cualquier otro incumplimiento de las obligaciones establecidas en la normativa en materia de protección de menores.

Derecho a la participación en la vida del Centro.

1. El alumnado tiene derecho a participar en el funcionamiento y en la vida de los Centros, en la actividad escolar y extraescolar y en la gestión de los mismos, de acuerdo con la normativa que resulte de aplicación.

2º ESO.Material para el tutor

2. El alumnado tiene derecho a elegir, mediante sufragio directo y secreto, a sus representantes en el Consejo Escolar y a los delegados de grupo, en los términos establecidos en la normativa vigente.

3. Los delegados de grupo no podrán ser sancionados como consecuencia de actuaciones relacionadas con el ejercicio de sus funciones.

4. En aquellos Centros en que la normativa vigente prevé la existencia de una Junta de Delegados, el alumnado tiene derecho a ser informado por los miembros de este órgano de todos aquellos aspectos de los que tengan conocimiento como consecuencia del ejercicio de sus funciones.

5. Los miembros de la Junta de Delegados, en el ejercicio de sus funciones, tendrán derecho a conocer y consultar las actas de las sesiones del Consejo Escolar y cualquier otra documentación administrativa del Centro, salvo aquella cuyo conocimiento pudiera afectar al derecho a la intimidad de las personas.

6. El Jefe de Estudios facilitará a la Junta de Delegados un espacio adecuado para que pueda celebrar sus reuniones y los medios materiales necesarios para su correcto funcionamiento.

Derecho a la utilización de las instalaciones del Centro.

En el marco de la normativa vigente, el alumnado tiene derecho a utilizar las instalaciones de los Centros con las limitaciones derivadas de la programación de otras actividades ya autorizadas y con las precauciones necesarias en relación con la seguridad de las personas, la adecuada conservación de los recursos y el correcto destino de los mismos.

Derecho de reunión.

1. En los términos previstos en el artículo 8 de la Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, el alumnado podrá reunirse en sus Centros docentes para actividades de carácter escolar o extraescolar, así como para aquellas otras a las que pueda atribuirse una finalidad educativa o formativa.

2. En el marco de la normativa vigente, los Directores de los Centros garantizarán el ejercicio del derecho de reunión del alumnado. El Jefe de Estudios facilitará el uso de los locales y su utilización para el ejercicio del derecho de reunión.

3. En los Centros de educación secundaria y de enseñanzas de régimen especial, el alumnado podrá reunirse en asamblea durante el horario lectivo. Para el ejercicio de este derecho habrá de tenerse en cuenta lo siguiente:

a) El número de horas lectivas que se podrán destinar a este fin nunca será superior a tres por trimestre.

b) El orden del día de la asamblea tratará asuntos de carácter educativo que tengan una incidencia directa sobre el alumnado.

2º ESO.Material para el tutor

c) La fecha, hora y orden del día de la asamblea se comunicarán a la dirección del Centro con dos días de antelación, a través de la Junta de Delegados.

Derecho a la libertad de expresión.

1. El alumnado tiene derecho a la libertad de expresión, sin perjuicio de los derechos de todos los miembros de la comunidad educativa y el respeto que merecen las instituciones de acuerdo con los principios y derechos constitucionales.

2. El Jefe de Estudios favorecerá la organización y celebración de debates, mesas redondas u otras actividades análogas en las que el alumnado podrá participar.

3. Los Centros establecerán la forma, los espacios y lugares donde se podrán fijar escritos del alumnado en los que ejercite su libertad de expresión.

4. El alumnado tiene derecho a manifestar su discrepancia respecto a las decisiones educativas que le afecten. Cuando la discrepancia revista carácter colectivo, la misma será canalizada a través de los representantes del alumnado en la forma que determinen los Reglamentos de Organización y Funcionamiento de los Centros.

5. A partir del tercer curso de la Educación Secundaria Obligatoria, en el caso de que la discrepancia a la que se refiere el apartado anterior se manifieste con una propuesta de inasistencia a clase, ésta no se considerará como conducta contraria a las normas de convivencia y, por tanto, no será sancionable, siempre que el procedimiento se ajuste a los criterios que se indican a continuación:

- a) La propuesta debe estar motivada por discrepancias respecto a decisiones de carácter educativo.
- b) La propuesta, razonada, deberá presentarse por escrito ante la dirección del Centro, siendo canalizada a través de la Junta de Delegados. La misma deberá ser realizada con una antelación mínima de tres días a la fecha prevista, indicando fecha, hora de celebración y, en su caso, actos programados. La propuesta deberá venir avalada, al menos, por un 5% del alumnado del Centro matriculado en esta enseñanza o por la mayoría absoluta de los Delegados de este alumnado.

6. En relación con el apartado anterior, la dirección del Centro examinará si la propuesta presentada cumple los requisitos establecidos. Una vez verificado este extremo, será sometida a la consideración de todo el alumnado del Centro de este nivel educativo que la aprobará o rechazará en votación secreta y por mayoría absoluta, previamente informados a través de sus delegados.

7. En caso de que la propuesta a la que se refieren los apartados 5 y 6 anteriores sea aprobada por el alumnado, la dirección del Centro permitirá la inasistencia a clase. Con posterioridad a la misma, el Consejo Escolar, a través

2º ESO.Material para el tutor

de su Comisión de Convivencia, hará una evaluación del desarrollo de todo el proceso, verificando que en todo momento se han cumplido los requisitos exigidos y tomando las medidas correctoras que correspondan en caso contrario.

8. La persona que ejerza la dirección del centro adoptará las medidas oportunas para la correcta atención educativa tanto del alumnado que curse las enseñanzas a que se refiere el apartado 5 que haya decidido asistir a clase, como del resto del alumnado del Centro.

Derecho a la libertad de asociación.

1. El alumnado tiene derecho a asociarse, creando asociaciones, federaciones, confederaciones y cooperativas en los términos previstos en la normativa vigente.

2. El alumnado podrá asociarse, una vez terminada su relación con el Centro, al término de su escolarización, en asociaciones que reúnan a los antiguos alumnos y alumnas y colaborar, a través de ellas, en las actividades del Centro.

Respeto a los derechos del alumnado.

1. Todos los miembros de la comunidad educativa están obligados al respeto de los derechos del alumnado que se establecen en el presente Decreto.

2. El alumnado deberá ejercitar sus derechos con reconocimiento y respeto de los derechos de todos los miembros de la comunidad educativa.

3. La Consejería de Educación y Ciencia y los órganos de los Centros docentes, en el ámbito de sus respectivas competencias, adoptarán cuantas medidas sean precisas, previa audiencia de los interesados, para evitar o hacer cesar aquellas conductas de los miembros de la comunidad educativa que no respeten los derechos del alumnado o que impidan su efectivo ejercicio, así como para restablecer a los afectados en la integridad de sus derechos.

4. A los efectos establecidos en el apartado anterior, cualquier persona podrá poner en conocimiento de los órganos competentes las mencionadas conductas.

Deber de estudiar

El estudio constituye un deber fundamental del alumnado. Este deber se concreta, entre otras, en las siguientes obligaciones.

a/ Asistir a clase con puntualidad y participar en las actividades orientadas al desarrollo del currículo de las distintas áreas o materias.

b/ Cumplir y respetar los horarios aprobados para el desarrollo de las actividades del Centro.

2º ESO.Material para el tutor

c/ Respetar el ejercicio del derecho al estudio de sus compañeros y compañeras.

d/ Seguir las directrices del profesorado respecto de su aprendizaje.

e/ Estudiar y esforzarse para conseguir el máximo desarrollo según sus capacidades.

Deber de respetar la libertad de conciencia

El alumnado debe respetar la libertad de conciencia y las convicciones religiosas y éticas, así como la dignidad, integridad e intimidad de todos los miembros de la comunidad educativa.

Deber de respetar la diversidad

Constituye un deber el alumnado la no discriminación de ningún miembro de la comunidad educativa por razón de nacimiento, raza, sexo o por cualquier otra circunstancia personal o social.

Deber de buen uso de las instalaciones del centro

El alumnado debe cuidar y utilizar correctamente las instalaciones, recursos materiales y los documentos del Centro.

Deber de respetar el Proyecto de Centro

El alumnado debe respetar el Proyecto de Centro y, en su caso, el carácter propio del mismo, de acuerdo con la normativa vigente.

Deber de cumplir las normas de convivencia

- 1- El alumnado tiene el deber de respetar las normas de organización, convivencia y disciplina del centro educativo, recogidas en el reglamento de organización y funcionamiento.
- 2- El alumnado tiene el deber de participar y colaborar en la mejora de la convivencia escolar y en la consecución de un adecuado clima de estudio en el centro, respetando el derecho de sus compañeros y compañeras, a la educación y la autoridad y orientaciones del profesorado

Deber de respetar al profesorado y a los demás miembros de la comunidad educativa

El alumnado debe mostrar al profesorado el máximo respeto y consideración, igual que al resto de los miembros de la comunidad educativa, así como respetar sus pertenencias.

Deber de participar en la vida del Centro

1-El alumnado tiene el deber de participar en la vida y funcionamiento del centro en los términos establecidos en la normativa vigente.

2-El alumnado tiene el deber de respetar y cumplir, en su caso, las decisiones de los órganos unipersonales y colegiados del Centro adoptadas en el ejercicio de sus respectivas competencias

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

En Andalucía existe una legislación (Decreto 19 /2007 de 23 de enero) que adopta medidas para la promoción de la cultura de paz y la mejora de la convivencia. El adaptar tal marco legal a nuestro centro y a nuestra aula es tarea de todos y todas los que integramos esta comunidad educativa, por lo que, además de conocer tales derechos y deberes vamos a intentar, como grupo que somos, establecer unas normas basadas en ellos que favorezcan el buen ambiente de clase. En síntesis, éstos son vuestros derechos y deberes:

2º ESO. Material para el tutor

1. NUESTROS DERECHOS

☛ Tenemos derecho:



- * A conocer la Constitución Española y el Estatuto de Autonomía para Andalucía
- * A Una formación integral, que asegure el pleno desarrollo de nuestra personalidad
- * A que nuestro rendimiento escolar sea evaluado con plena objetividad
- * A las mismas oportunidades educativas, sin discriminación de ningún tipo
- * Al Estudio
- * A una adecuada orientación escolar y profesional, según nuestras aptitudes y aspiraciones

- * A percibir ayudas para compensar carencias familiares, económicas o sociales
- * A la protección social, en caso de infortunio familiar, accidentes o necesidades sanitarias

- * A que se respete nuestra libertad de conciencia, nuestras convicciones religiosas y morales
- * A manifestar nuestra discrepancia respecto a las decisiones educativas que nos afecten
- * A que se respete nuestra intimidad, integridad y dignidad personal
- * A participar en el funcionamiento y en la vida del centro, tanto en actividades escolares como extraescolares
- * A la utilización de las instalaciones del centro
- * A reunirnos con fines educativos o formativos
- * A la libertad de expresión
- * A asociarnos
- * Y...

A que se respeten nuestros derechos

☛ Debate en grupo y con tu tutor/a en que actuaciones concretas se traducen estos derechos.

2. NUESTROS DEBERES

☛ Tenemos el deber de:

Colaborar en la mejora de la convivencia y el clima escolar

* Estudiar y esforzarnos, asistir a clase con puntualidad,...

- * Hacer buen uso de las instalaciones del centro
- * Respetar el proyecto de centro
- * Cumplir las normas de convivencia y disciplina

* Participar en la vida y el funcionamiento del Centro

- * Respetar la libertad de conciencia de los demás
- * Respetar la diversidad existente entre las personas
- * Respetar las normas de organización del centro

* Respetar al profesorado, compañeros y personal no docente



☛ Los mismos derechos que tú tienes, los tienen tus compañeros y compañeras. Por lo tanto, debes defender tus derechos

...respetando siempre los de los demás...

El diálogo respetuoso es la mejor habilidad para que todo funcione mejor

3. NORMAS DE CONVIVENCIA: Existen conductas que son contrarias a las normas de convivencia, porque os perjudican como grupo y van en contra de los derechos anteriores. Veamos cómo las define la legislación actual:

CONDUCTAS CONTRARIAS A LAS NORMAS DE CONVIVENCIA:

- * Cualquier acto que perturbe el normal desarrollo de las actividades de clase
- * No realizar sistemáticamente las actividades propuestas para el desarrollo del currículo
- * Conductas que impidan o dificulten los derechos del resto de l@s compañer@s o el ejercicio de sus deberes
- * Faltas injustificadas de puntualidad o asistencia a clase
- * Actos de incorrección y desconsideración hacia otros miembros de la Comunidad Educativa
- * Causar pequeños daños en las instalaciones, recursos materiales o documentos del centro

CONDUCTAS GRAVEMENTE PERJUDICIALES PARA LA CONVIVENCIA:

- Agresión física, injurias y ofensas, vejaciones o humillaciones, amenazas o coacciones
- Actos dirigidos directamente a impedir el normal desarrollo de las actividades de la vida del Centro
- Actuaciones perjudiciales para la salud e integridad personal de cualquier miembro de la comunidad educativa o la incitación a las mismas
- Suplantación de la personalidad en actos de la vida docente, sustracción o falsificación de documentos académicos
- Deterioro de las instalaciones, recursos materiales o documentos académicos o pertenencias de cualquier miembro de la comunidad educativa
- Reiteración de conductas contrarias en un mismo curso escolar o el incumplimiento de las correcciones impuestas

•Vuestro tutor/a os recordará a continuación qué normas existen concretamente en nuestro centro y qué procedimiento se sigue cuando actuáis de forma contraria a ellas.

•Os proponemos que elaboréis vuestras normas de clase. Sois un grupo y tales normas deben ser elaboradas y aceptadas por todos. Podéis reflexionar sobre cómo queréis que sean las relaciones entre vosotros, qué obligaciones debéis cumplir para que vuestro aula sea un espacio agradable, cómo distribuir las responsabilidades, cómo resolver los conflictos que puedan surgir en vuestra convivencia diaria... Trabajad durante 10 minutos en grupos de 3 ó 4 alumna@s creando normas de clase. A continuación ponedlas en común: que un compañero o compañera escriba en la pizarra todas las aportaciones y seleccionad las que veáis más adecuadas. Podéis escribirlas en un mural y colgarlas en un lugar visible para que las tengáis siempre presentes a lo largo de este curso. Anotadlas además en vuestro cuaderno de tutoría:

NORMAS DE CONVIVENCIA DE MI AULA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3-COHESIÓN E INTEGRACIÓN EN EL GRUPO

1ª Sesión: La canoa salvavidas

Objetivos:

- Aprender a escuchar a otro y respetar sus opiniones
- Poner de manifiesto las relaciones de amistad y acercamiento entre los miembros del grupo.
- Buscar una solución concreta a una situación problemática
- Entrenarse la toma de decisiones colectivas

Desarrollo:

En nuestra vida nos encontramos a menudo con situaciones que exigen tomar una decisión. El proceso de toma de decisiones no es sencillo. A veces nos arrepentimos de decisiones que tomamos en un momento determinado por haberlo hecho de forma precipitada o sin tener en cuenta todas las consecuencias. La situación se complica cuando tenemos que realizar la elección poniéndonos de acuerdo con varias personas. Por eso es interesante tomar conciencia de algunos aspectos que importa tener en cuenta a la hora de elegir entre varias alternativas.

- 1. Se divide la clase en grupos de cinco personas. Motivamos** la actividad a partir de las ideas del párrafo precedente. Se le explica que van a tener que tomar una decisión consensuada en el grupo. Podemos leer en voz alta la primera parte de la ficha donde se explica el trabajo a seguir.
- 2.** Cada grupo se reúne por separado. Personalmente leen la ficha y cada miembro anota los ocho nombres que entran en su elección. Después se discute en el grupo. Cada uno aporta sus razones. Han de ponerse de acuerdo y sacar una lista de grupo, evitando recurrir a las votaciones sin que exista una discusión previa. Un secretario por grupo toma nota de la lista y de los criterios usados en la elección.
- 3.** Se reúnen todos los participantes. **Cada grupo pequeño presentará su decisión al resto** de la clase comentando los criterios empleados para tomar esta decisión.

Materia: Ficha "La canoa salvavidas"

Duración: 50 minutos

Destinatario: 2º ESO

2ª Sesión: La mansión mágica

Objetivos:

- Experimentar la necesidad de que el grupo pequeño de trabajo se organice para ser eficaz.
- Reconocer la importancia de las funciones que se desempeñan dentro del propio grupo y la necesidad de rotarlas.

Desarrollo de la sesión:

Se necesitará aproximadamente 1h. para desarrollar esta actividad.

La actividad se divide en tres partes; en pequeño grupo (aproximadamente 30 minutos), trabajo personal (10 minutos) y en gran grupo (20 minutos).

En un principio se divide la clase en pequeños grupos de entre 4 y 5 miembros. El tutor presenta las reglas del juego y las instrucciones del ejercicio:

1. Trabajo en pequeños grupos (30 minutos)

«Voy a proponer un trabajo a realizar, con el objetivo de valorar vuestra rapidez en la solución de un problema. A continuación, encontraréis un complicado caso de misterio, con todos los datos necesarios para que encontréis la solución. Vuestro trabajo consistirá en encontrar las respuestas a las preguntas que se os hacen, en el menor tiempo posible. Anotad el tiempo que tardáis en resolver el caso. Organizaos del modo que mejor os parezca para ser rápidos y eficaces y para terminar los primeros. Disponéis de un tiempo máximo de 30 minutos».

2. Trabajo personal

Una vez terminado el tiempo -hayan terminado o no los grupos la tarea encomendada-, se corta el trabajo.

El tutor pide que se rellene en silencio el CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN.

3. Puesta en común en gran grupo

Esta parte es muy importante para que los alumnos tomen conciencia de la importancia de que existan unas funciones definidas dentro del propio grupo, al menos moderador, secretario y un método de trabajo.

2º ESO.Material para el tutor

Se ofrecen las siguientes orientaciones para poner en común lo realizado y para reflexionar sobre los objetivos del ejercicio:

- Cada grupo pone en la pizarra las respuestas y el portavoz explica brevemente qué procedimiento ha empleado el grupo para lograrlo.
- Se entabla un diálogo entre toda la clase sobre el contenido del CUESTIONARIO DE EVALUACION.
- El tutor, al final puede insistir en estos dos puntos:
 1. Los niveles de funcionamiento de un grupo.
 2. La necesidad de organizarse para ser eficaces:
 - necesidad de un moderador;
 - necesidad de un secretario;
 - necesidad de un método de trabajo.

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

1ª SESIÓN:

Actividad 1- LA CANOA SALVAVIDAS

Un avión que realizaba el trayecto Nueva York - París, ha caído en el océano Atlántico. Hay 15 supervivientes que en este momento se encuentran en un ala del avión. Tienen una canoa salvavidas con capacidad para ocho personas. Deben ponerse de acuerdo sobre las personas que merecen salvarse. Disponen aproximadamente de veinte minutos para decidirse antes de que lo que queda del aparato se hunda arrastrándoles a todos.

Instrucciones:

Cada grupo tiene que discutir y luego decidir qué pasajeros van a entrar en la canoa. A continuación, presentará su decisión al resto de la clase comentando los criterios que haya empleado para tomar una decisión.

Los pasajeros son:

1. Vendedora. Cincuenta y seis años, cinco hijos de nueve a diecisiete años. Va a Afganistán para cooperar en el desarrollo de la zona.
2. Médico. Sesenta y tres años, tres hijos mayores de veintiún años. Se dice que ha descubierto una posible vacuna contra el sida.
3. Auxiliar de vuelo. Veintidós años, soltero.
4. Treinta y cuatro años, negro. En viaje a Europa por una gira de conciertos
5. Estudiante. Veintidós años, soltero. Estudia cuarto año de medicina, piensa ejercer su profesión en el tercer mundo.
6. Jugador de baloncesto. Es un excelente jugador, treinta años, casado. Ha fichado por la N.B.A. Hace dos años se descubrió que era portador del sida.
7. Agente secreto. Treinta y ocho años. Divorciado, dos hijos de 11 y 8 años. Ha memorizado información importantísima con respecto a la inversión en petróleo.
8. Secretaria. Veintinueve años. Está embarazada de cuatro meses
9. Actriz de cine, veintiocho años, sin familia. Algunos la consideran como una de las mejores entre las de la nueva generación.
10. Sacerdote, cuarenta y tres años. Destacado representante del movimiento en pro de los derechos humanos en Hispanoamérica. Va a Europa a recibir el premio Nobel de la Paz

11. Profesora, veintiséis años, soltera, con una beca para estudiar en París. Acaba de publicar un libro y se la considera una gran escritora.
12. Jubilado. Viudo, setenta y tres años. Viaja a Francia para cumplir la promesa hecha a su mujer de que visitaría una vez más su antiguo hogar. El viaje le cuesta los ahorros de toda su vida.
13. Chico de 13 años, de familia con muy buena posición económica. Se dirige a un internado en Suiza.
14. Ex presidiario. Treinta y siete años, soltero. Acaba de salir de prisión donde cumplía sentencia por venta de droga. Busca situarse en un país extranjero para comenzar una nueva vida.
15. Ama de casa. Cuarenta años, dos hijos de 12 y 10 años de edad. El marido está en paro y viven del subsidio del desempleo.

2º SESIÓN:

Actividad 2- "LA MANSIÓN MÁGICA"

Resolved en pequeño grupo el misterio que se os va a presentar a continuación. Vuestro trabajo consiste en encontrar las respuestas a las preguntas que se os van a hacer. Al finalizar anotad el tiempo que tardáis en resolverlo. Disponéis de 30 minutos como máximo.

En una mansión mágica viven seis personajes:

- Frankenstein
- Drácula
- Lili Monster
- Elastic woman
- Pequeño Adams
- Hombre invisible

2º ESO.Material para el tutor

Los habitantes del castillo pueden estar en estos momentos juntos o separados, en uno de estos lugares:

- la torre
- la planta baja
- la planta alta
- el pórtico

Nos urge localizarlos para avisarles dónde está el hombre invisible. El único que nos puede dar pistas es el mayordomo, que como hombre astuto, ha huido de la mansión. Sin embargo, no debe tener mucha simpatía por los habitantes de la mansión, puesto que a pesar de la urgencia de la situación, nos ha hablado en clave.

3.2-Las frases que están a continuación son las respuestas del mayordomo a nuestras preguntas; están en clave. El grupo debe deducir de ellas en el menor tiempo posible dónde están las personas de la mansión y el lugar donde está el hombre invisible en este momento.

EL MAYORDOMO DICE QUE...

1. El hombre invisible ha celebrado la luna engulléndose un ratón; y en este momento dormita más arriba que Frankenstein.
2. El pequeño Adams está entre Elastic Woman y Lili Monster; no se sabe qué hace con Drácula.
3. Frankenstein está entre el hombre invisible y Elastic Woman.
4. Elastic Woman está más abajo que Drácula.
5. Frankenstein y Lili Monster están juntos estudiando inglés.

Individualmente rellena en silencio el siguiente cuestionario. Disponéis de 10 minutos como máximo.

3.3-Cuestionario de evaluación

1. ¿Han participado todos en el trabajo?

2. ¿Qué problemas habéis tenido para organizaros?

3. ¿Ha existido moderador en el grupo? ¿Cómo se le escogió?

4. ¿Qué funciones ha desempeñado el moderador?

5. ¿Ha existido secretario? ¿Cómo se le escogió?

6. ¿Qué funciones ha desarrollado?

7. ¿Con qué método se procedió en el trabajo?

8. ¿De qué medios os habéis servido para ser más rápidos?

9. ¿Qué hizo que el grupo fuera más lento? ¿Qué dificultó el trabajo?

10. ¿Cómo se pudo haber hecho para aumentar la rapidez?

4-ELECCIÓN DE DELEGADO/A

Objetivos que se pretenden con las actividades:

- Cumplir lo perfilado en la normativa sobre funcionamiento de los institutos.
- Tomar conciencia de la importancia de la participación democrática.
- Elegir, con seriedad y responsabilidad, al representante del grupo ante el resto del centro.

Descripción de las actividades y del desarrollo de la sesión:

- El tutor/a debe, inicialmente, explicar los objetivos que se pretenden con estas actividades y motivar al alumnado hacia las mismas.
- El tutor/a explicará en qué consiste una junta de delegados de curso, para lo cual puede resumir el siguiente texto:

Artículo 56. Composición y funcionamiento de la Junta de Delegados

- 1.-En los I.E.S. existirá una Junta de Delegados integrada por representantes de los distintos grupos de alumnos/as y por los representantes del alumnado en el Consejo Escolar.
- 2.-La Junta de delegados, podrá reunirse en pleno o, cuando la naturaleza de los temas a tratar lo haga más conveniente, en comisiones, y en todo caso, lo hará antes y después de cada una de las reuniones que celebre el Consejo Escolar.
- 3.-El Jefe/a de Estudios facilitará a la Junta de delegados un espacio adecuado para que pueda celebrar sus reuniones y los medios materiales necesarios para su correcto funcionamiento.
- 4.-Los miembros de la Junta de delegados, en ejercicio de sus funciones, tendrán derecho a conocer y consultar las actas de las sesiones del Consejo Escolar y cualquier otra documentación administrativa del centro, salvo aquella cuya difusión pudiera afectar al derecho a la intimidad de las personas.

Artículo 57. Funciones de la Junta de Delegados.

La Junta de delegados, tendrá las siguientes funciones:

- a) Elevar al Equipo directivo propuestas para la elaboración del proyecto de Centro, del Plan Anual de Centro y de la Memoria Final de Curso.
- b) Informar a los representantes del alumnado en el Consejo Escolar de los problemas de cada curso o grupo.**
- c) Recibir información de los representantes de los alumnos/as en dicho consejo sobre los temas tratados en el mismo, y de las confederaciones, federaciones y organizaciones estudiantiles legalmente constituidas.
- d) Elaborar informes para el Consejo Escolar a iniciativa propia o a petición de éste.
- e) Elaborar propuestas de modificación del Reglamento de Organización y Funcionamiento (R.O.F.), dentro del ámbito de su competencia.
- f) Informar al alumnado de las actividades de dicha Junta.
- g) Realizar propuestas para el desarrollo de actividades complementarias y extraescolares en el centro.**
- h) Otras actuaciones o decisiones que afecten de modo específico al alumnado.

- A continuación se propone al alumnado que complete una serie de cuestionarios de modo individual, y que dichas respuestas se pongan en común (bien trabajando en pequeños grupos, bien anotando las respuestas más comunes en la pizarra...) para que quede claro para todos la importancia del cargo y las funciones que se desempeñan. Las cuestiones son las que siguen:

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

1º SESIÓN

- Vamos a elegir al delegado o delegada del curso. Para ello vamos a desarrollar una serie de actividades que os van a facilitar dicha elección.
- Inicialmente, debéis saber que cada grupo ha de elegir obligatoriamente un delegado o delegada, que será vuestro representante ante el resto del centro. Vuestro delegado o delegada formará, además, parte de la "Junta de Delegados", que es la reunión de todos los delegados del centro y que tratará temas de importancia para vosotros (vuestro delegado os informará del contenido de dichas reuniones y os pedirá vuestra opinión para trasladarla al tutor, a la dirección o a la Junta de Delegados).
- Ahora vais a desarrollar algunas actividades con vuestro tutor:

4.1- FUNCIONES DEL DELEGADO/A:

Actividad 1- Califica la importancia que tú le das a cada función de 1 a 5

El delegado debe:

- Responsabilizarse del parte de clase ().
- Asistir y ser portavoz de la clase en las sesiones de evaluación ().
- Asistir a las reuniones de Delegados/as ().
- Llevar los problemas o sugerencias del grupo a los miembros del Consejo Escolar ().
- Ser portavoz de los problemas e inquietudes del grupo ().
- Responsabilizarse de la limpieza y orden del a clase ().
- Solucionar con el Tutor/a los problemas del grupo ().
- Ser portavoz de los problemas del grupo ante sus profesores/as ().

4.2- CUALIDADES DE UN BUEN DELEGADO/A:

Actividad 2- El delegado ante todo debe ser (Califica de 1 a 5 la importancia que tu das a cada cualidad)

El delegado debe ser...

- Una buena persona ().
- Una persona seria y responsable ().
- Una persona con iniciativas ().
- Una persona que sea aceptada por todo el grupo ().
- Una persona que respete a todos y se haga respetar ().
- El más inteligente y con mejores notas de la clase ().
- El más estimado y querido por los compañeros/as ().

4.3- Y AHORA CONTESTA A ESTAS CUESTIONES:

Actividad 3-

- Por la experiencia de cursos pasados, di cuales son los fallos que más frecuentemente cometen los delegados/as:

- ¿Qué debería aportar a sus compañeros un delegado/a durante este curso para este grupo en este centro?

- ¿Qué fallos debe evitar sobre todo?

- Teniendo en cuenta todas las reflexiones anteriores ¿Quiénes crees que pueden ser delegados de tu grupo clase?

4.3-¿QUIÉN SERÁ NUESTRO DELEGADO/A?:

Actividad 4-

- Por último, se procede a desarrollar el procedimiento de elección propiamente dicho. A tal efecto, se constituye la mesa electoral y se procede a la propuesta de candidatos y a la votación. Tras la misma, se completa el acta de elección y el tutor la entrega en jefatura de estudios. Este curso, han sido elegidos en mi clase:

2º ESO.Material para el tutor

Delegado/a:

Subdelegado/a:

Papeleta para la elección del delegad@ del grupo
Doy mi voto para el delegado de clase a:

Papeleta para la elección del delegad@ del grupo
Doy mi voto para el delegado de clase a:

2º ESO. Material para el tutor

ACTA DE VOTACIÓN DELEGADO/A DE GRUPO

GRUPO.....

Nº ALUMNOS.....

Se procede a la elección de delegado/a y subdelegado/a del curso y grupo arriba indicado en el I.E.S.

La mesa electoral queda constituida por las siguientes personas:

Presidente (Tutor/a) :

Vocal (Alumno de mas edad) :

Secretario (alumno de menor edad) :

Se presentan como candidatos:

- ❖ _____
- ❖ _____
- ❖ _____
- ❖ _____
- ❖ _____

AL recuento de votos emitidos por los alumnos, aparecen los siguientes datos:

Alumnos: nº de votos:

Alumnos: nº de votos:

Alumnos: nº de votos:

De acuerdo con los datos obtenidos, se resuelve, nombrar como

DELEGADO / A del grupo a :

SUBDELEGADO/ A del grupo a :

Y para que conste, firma n la presente los miembros de la mesa electoral.

..... de de 2.0 ____

Fdo. El presidente

Fdo. El Vocal

Fdo. El Secretario

5-¿QUÉ TAL ESTUDIANTE ERES?

Objetivos:

- Reflexionar sobre los elementos que interfieren en el rendimiento del estudio.
- Analizar el alumno/a individualmente donde fallan a la hora de realizar un correcto estudio.
- Orientar al alumno/a sobre la organización de su tiempo, en base a los resultados obtenidos en el cuestionario
- Proponer medidas para solucionar posible problemas

Temporalización:

- 1 Sesión.

Desarrollo de la sesión :

Breve reflexión del tutor de la importancia que tiene la forma de estudio.

El alumno buscará en su cuaderno de tutorías la actividad , que consta de un cuestionario a rellenar así como la valoración que debe hacer con los datos que se aportan.

Los alumnos/as corregirán su cuestionario individualmente. Por último, el alumno/a tras reflexionar sobre los resultados obtenidos, elaborará un propósito de cambio.

Materiales:

Todos incluidos en el cuaderno del alumno:

- Cuestionario

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A**¿CÓMO ES TU FORMA DE ESTUDIAR?**

Si quieres saber cómo es tu forma de estudiar, te puede ayudar el rellenar el siguiente cuestionario.

La forma de responder es muy fácil. Debes señalar con una cruz en la casilla que indique el grado en que se cumple en ti lo que dice cada cuestión que se plantea.

Siempre o
casi siempre

Nunca o
pocas veces

	Siempre o casi siempre	Nunca o pocas veces
1. Concentración.		
1.1. Me distraigo en clase (charlando, pensando en mis cosas, mirando por la ventana...).		
1.2. Me distraigo trabajando en casa (por la T.V., música, ruidos, pensando en mis cosas...).		
2. Aprovechamiento de la clase.		
2.1. Pregunto cuando no entiendo algo.		
2.2. Tomo apuntes de las explicaciones aunque el profesor no lo pida (las ideas más importantes, ejemplos que me ayudan a entender...)		
3. Organización de mis materiales.		
3.1. Pierdo mis apuntes.		
3.2. Tengo mis apuntes desordenados: con asignaturas distintas mezcladas en una misma hoja, me faltan anotaciones de algunos días...		
3.3. Olvido o pierdo las anotaciones sobre la tarea que tengo para casa (actividades, trabajos...).		
3.4. Olvido o pierdo la fecha de los exámenes (de este curso, o de recuperación de pendientes).		
4. Sesión de trabajo en casa.		
4.1. Trabajo en un lugar tranquilo (sin ruidos ni gente, sin T.V....).		
4.2. Hago la tarea diariamente.		
4.3. Además de hacer la tarea, repaso diariamente lo que ha explicado en clase el profesor (al menos con las asignaturas que más me cuestan).		
5. Preparación de exámenes.		
5.1. Estudio sólo el día anterior.		
5.2. Llego cansado por falta de sueño (me he acostado tarde o he madrugado mucho).		
5.3. Cuando preparo un examen me vienen a la cabeza ideas parecidas a éstas: "no me va a dar tiempo", "esto es muy difícil para mí"...		
5.4. Elijo la técnica de estudio que voy a usar (esquemas, practicar ejercicios, memorizar repitiendo...) según el tipo de examen. Por eso, para unos exámenes utilizo unas técnicas, y para otros, otras distintas.		
5.5. paro de estudiar cuando estoy cansado/a o cuando ya he repetido la lección varias veces. Supongo que ya me lo sé, pero no lo compruebo.		
5.6. Los nervios hacen que me quede en blanco.		
5.7. Cuando me devuelven un examen corregido, miro sólo la nota, pero NO tomo nota de los fallos para evitarlos en el futuro.		

x 1 punto

x 0 puntos

Comprueba las puntuaciones que has obtenido.

	Puntos:	Interpretación:
1. Concentración	0 = bien, 1 ó más = necesitas mejorar.	
2. Aprovechamiento de la clase ...	2 = bien, 1 ó menos = necesitas mejorar.	
3. Organización de materiales	0 = bien, 1 ó más = necesitas mejorar.	
4. Sesión de trabajo en casa	3 = bien, 2 ó menos = necesitas mejorar.	
5. Preparación de exámenes	0 = bien, 1 ó más = necesitas mejorar.	

PROPONTE UN PLAN

En un cuaderno, carpeta o archivador que tengas siempre a mano realiza un recuadro en grande como el que aparece abajo y escribe:

En la primera columna las cuestiones que has puntuado como “nunca” o “algunas veces” en el cuestionario, u otras que hayas descubierto que necesites mejorar (si son más de cinco, selecciona las que te parezcan más importantes).

En la segunda, el plan que te propones para mejorar cada cuestión.

Cuando pase un mes, piensa si has mejorado o no en los aspectos señalados y lo escribes en la última columna.

CUESTIONES A MEJORAR	POR ELLO, ME PROPONGO	SEGUIMIENTO

6-PLANIFICACIÓN DEL TIEMPO DE ESTUDIO

Objetivos:

- 1.- Sensibilizar al alumno/acerca de la necesidad de organizar el tiempo personal de estudio como base para estudiar mejor.
- 2.- Proporcionar herramientas para que el alumno/a planifique su jornada de estudio fuera del horario lectivo.
- 3.- Que el alumno/a elabore un compromiso de trabajo en su jornada de estudio fuera del horario lectivo.

CUANDO EXISTE ORGANIZACIÓN HAY TIEMPO PARA TODO

La actividad comienza con la lectura en grupo de la primera parte del texto, que tiene como finalidad la sensibilización del alumno/a hacia la necesidad de planificar. Es conveniente suscitar un pequeño debate controlado, entre los propios alumnos/as, con vistas a que analicen sus ideas respecto a dicha necesidad de organización.

A continuación se detallan distintas ideas clave para tener éxito en los estudios, que pueden ser empleadas con razones a favor de la planificación en el debate antes mencionado.

Estudiar a última hora nunca es la solución porque:

- Siempre quedan puntos oscuros, no comprendidos y que ya no podemos aclarar.
- Al ser inconexos los aprendizajes, lo aprendido se olvida con facilidad: tenemos que recurrir a la memoria, y ésta nos suele fallar.
- Además es muy difícil y trabajoso aprenderlo todo al final.
- Ante la falta de tiempo, lo que no se comprende produce ansiedad, nerviosismo; en suma, fobia a los controles y exámenes, con lo que aún se rinde menos de lo que se ha trabajado.
- También es frecuente que no de tiempo de estudiarlo todo recurriendo a estudiar aquello que se considera puede salir en el examen, con lo que sólo se le da importancia a superar el examen no al aprendizaje; y esto pasa factura posteriormente.

Los propios alumnos/as deben proponer incluso algunos errores típicos en la planificación o en la falta de organización y comprobar su repercusión en los resultados escolares.

Vamos a organizar nuestro tiempo

Una vez que se ha llegado al convencimiento de que se debe trabajar, es necesario que el alumno/ sepa que la organización del tiempo debe permitir todo tipo de actividades, lectivas o no, a lo largo de la tarde.

Todas estas actividades son necesarias y se deben hacerlas todas, lo que requiere estar ordenado y dejar un tiempo para cada cosa.

Todo plan trabajo debe reunir las siguientes características:

- **Ser personal.** Tú eres tú, con tus características y circunstancias, y necesitas un tiempo para cada cosa que no tiene porqué coincidir con el de este amigo o aquella amiga.
- **Ser realista.** No espero que te dé cargo de conciencia y que digas: “¡A partir de mañana voy a estudiar 8 horas diarias!”. Sabes que no lo cumplirías. Sé realista y, según tu experiencia, calcula el tiempo que necesitas para llevarlo todo al día.
- **Ser flexible.** Si te gusta mucho el fútbol, y hoy juega tu equipo favorito, ¿cómo que no lo vas a ver?.

¿CÓMO CONFECCIONAR UN HORARIO?

Tiempo semanal dedicado al estudio

Esta actividad supone calcular todo el tiempo que se dedica a una asignatura, a fin de dotar al alumno de una visión general de las horas semanales de que se disponen y de las que son necesarias para un estudio adecuado.

La actividad está programada para que pueda ser realizada de manera individual o por parejas.

Se debe elaborar una relación de las asignaturas que tienes y puntuarlas de 0 a 5, según el índice de dificultad que suponen; a mayor dificultad mayor puntuación.

A continuación se vuelve a puntuarlas, también de 0 a 5, según la importancia que tenga cada una.

En tercer lugar, se realiza un reparto directamente proporcional de las horas semanales de estudio al coeficiente que te resulta sumando las dos puntuaciones que les has dado a cada asignatura.

2º ESO.Material para el tutor

Ejemplo:

Reparto directamente proporcional sobre los índices de la tabla anterior:

$$\text{Matemáticas} = \frac{16 * 8}{32} = 4 \text{ horas semanales}$$

Es necesario insistir en que la norma de estudio debe ser flexible, lo suficiente como para que en casos excepcionales se pueda dedicar el tiempo a otras tareas no programadas con anterioridad.

Por último, sólo se debe hacer la distribución diaria del tiempo dedicado a cada asignatura, pero teniendo en cuenta que es preferible trabajarlas todos los días, o, a lo sumo, en días alternos; esto permitirá al alumno/a ir al día en todas las áreas.

También debes procurar dejar unos minutos entre asignatura y asignatura para los períodos de descanso.

Es necesario recalcar el siguiente mensaje:

"EL COMPROMISO LO CONTRAES SÓLO CONTIGO; A NADIE LE INTERESA MÁS QUE A TI QUE NO PIERDAS EL TIEMPO. INTENTA SER SERIO CONTIGO MISMO. CUMPLIR TU HORARIO TE SERÁ MUY ÚTIL PARA ORGANIZARTE. PRUEBA Y VERÁS COMO TIENES TIEMPO PARA TODO"

Según la experiencia personal del alumno/a, se está pues en disposición de elaborarse un compromiso de horario semanal. Este horario, que será refrendado por los padres y por el tutor/a debe ser revisado con periodicidad, por lo menos en cada una de las reuniones informativas personales del tutor con los padres. El horario se realizará en la agenda personal de alumno/a.

REGISTRO DE OBSERVACIÓN SEMANAL EN EL INSTITUTO.

	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES				VIERNES				
	MATEMÁTICAS	MUSICA	INGLES	E.D. FISICA	E.P.V	TECNOLOGIA	MUSICA	MATEMÁTICAS	ALTERNATIVA	LENGUA	SOCIALES	NATURALES	MATEMÁTICAS	INFORMÁTICA	NATURALES	LENGUA	NATURALES	SOCIALES	INFORMÁTICA	E.P.V	
1. Atiende en clase																					
2. Se concentra en el trabajo																					
3. Muestra interés																					
4. Es constante y regular																					
5. Se esfuerza, tiene voluntad																					
6. Realiza las actividades en clase																					
7. Trae las tareas hechas de casa																					
8. Utiliza la agenda escolar																					
9. Es puntual.																					
10. Mantiene su material en orden																					
11. Es respetuoso con el profesor.																					
12. Es respetuoso con los compañeros																					

*** Marcar con una X aquellas actitudes que NO se observan en el alumno/a.**

REGISTRO DE OBSERVACIÓN SEMANAL EN CASA.

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
HORAS DE ESTUDIO DIARIAS	Número de horas: _____ Estudió de las _____ a las _____ horas	Número de horas: _____ Estudió de las _____ a las _____ horas	Número de horas: _____ Estudió de las _____ a las _____ horas	Número de horas: _____ Estudió de las _____ a las _____ horas	Número de horas: _____ Estudió de las _____ a las _____ horas
AGENDA ESCOLAR ALUMNO	Ha traído anotadas las actividades para casa: SÍ _____ NO _____	Ha traído anotadas las actividades para casa: SÍ _____ NO _____	Ha traído anotadas las actividades para casa: SÍ _____ NO _____	Ha traído anotadas las actividades para casa: SÍ _____ NO _____	Ha traído anotadas las actividades para casa: SÍ _____ NO _____
MATERIAL	Mi hijo organiza y lleva el material que va a necesitar al día siguiente al instituto: SÍ _____ NO _____	Mi hijo organiza y lleva el material que va a necesitar al día siguiente al instituto: SÍ _____ NO _____	Mi hijo organiza y lleva el material que va a necesitar al día siguiente al instituto: SÍ _____ NO _____	Mi hijo organiza y lleva el material que va a necesitar al día siguiente al instituto: SÍ _____ NO _____	Mi hijo organiza y lleva el material que va a necesitar al día siguiente al instituto: SÍ _____ NO _____
FIRMA DIARIA DEL PADRE /MADRE					

Marcar y/o completar las casillas.

Firma del tutor/a Firma de la Orientador/a

Firma del Jefe/a de Estudios

(El documento será firmado al finalizar la semana.

REFLEXIONES DE UN ESTUDIANTE AL TÉRMINO DE UN DÍA CUALQUIERA

" ¡VAYA TARDE!. .. al final iré mañana sin haber terminado las tareas. También pensaba ir a la Biblioteca para comenzar el trabajo de Sociales y no me dio tiempo. Para colmo de males el entrenamiento de baloncesto me fue fatal. .. isolo pensaba en todo el trabajo que debería de hacer hoy!. No lo entiendo porque no he salido a divertirme en toda la tarde, definitivamente "creo que nos ponen demasiado trabajo en el colegio". Tomaré una decisión: ¡Lo diré en la próxima asamblea de delegados y delegadas!.

Sin embargo..., mi amigo Luis siempre llega con todo hecho, entrena como el mejor y encima duerme como un lirón ¡qué cara!.

Vamos a ver: salí de clase de Inglés a las cinco de la tarde y me fui directamente a casa para merendar. El entrenamiento era a las 7 así que pensé en estudiar desde las 5,45 hasta las 6,45, pero durante la merienda estuve charlando hasta las 6. Bueno, como aún tenía tres cuartos de hora me fui a mi habitación y me senté a la mesa; me levanté varias veces para: coger los libros que había dejado en la cocina, llamar por teléfono a Luis para que me dictase los ejercicios de Matemáticas (no había tomado nota en clase), pedí a mi hermano un bolígrafo rojo, recordándole a mi madre que necesitaba el chándal para mañana (por cierto que estaba viendo la tele y ponían el vídeo del último disco de mi grupo de rock favorito, así que aproveché para grabarlo. Cuando volví a la mesa eran las 6,40 itenía el tiempo justo para llegar al entrenamiento!. .. me fui corriendo para volver alas 7,30 y estudiar.

Al terminar de entrenar le conté a la panda lo del disco, tengo que llevarlo mañana a clase para que lo grabe Mario.

Cuando llegué a casa eran las ocho (iqué tarde!, pensé). Me fui rápidamente a trabajar a mi cuarto. Abrí los libros... ¿qué tenía que hacer para mañana? : la Biblioteca descartada, (ino importa, iré el viernes!, me dije); ejercicios de Matemáticas, trabajo de Sociales, control de Naturales... No sabía por donde empezar; recordé el disco que había grabado y decidí oírlo mientras hacía el trabajo de Sociales y las Matemáticas (ies lo más difícil para mí!); comencé a trabajar y viendo la foto de Sonia recordé la fiesta del próximo domingo, así que me conecté al messenger y se lo comenté a todo el grupo, aunque ya lo sabían.

Eran ya las nueve, salí a beber agua y me di cuenta de que no había hecho nada y... itenía tanto por hacer!.

Regresé a la habitación y estudié frenéticamente durante 45 minutos. Después la ducha y la cena. En resumen toda la tarde estudiando y no me ha dado tiempo ni a repasar para el control.

Ahora son las once de la noche, estoy muy cansado y no sé que hacer. ¡Casi todos los días me ocurre lo mismo!. TODA LA TARDE ESTUDIANDO PARA NADA.

Hablaré con Luis...

¿Aprovecha este estudiante toda la tarde?

¿Es eficaz organizando su tiempo?

¿Se concentra para terminar en un tiempo razonable lo que se propone?

Identifica cuáles son sus principales fallos:

Si quieres rendir en tu trabajo; si no quieres que al concluir el día te haya faltado tiempo para algunas cosas, generalmente para el estudio; si por lo general, no encuentras el momento de ponerte a estudiar, **estas necesitado de organización.**

CUANDO EXISTE ORGANIZACIÓN HAY TIEMPO PARA TODO

Por el hecho de ser estudiante no ha de estar todo el día con los libros en la mano, pero, si quieres conseguir algo con los estudios, tampoco puedes dejarlos para cuando no haya otra cosa que hacer. Si no te pones un horario de trabajo te va a costar mucho encontrar tiempo para estudiar, pues siempre va a surgir algo que te lo impida.

EL HORARIO DE TRABAJO Y ESTUDIO EN CASA

Estudiar a última hora nunca es la solución porque:

- Siempre quedan puntos oscuros, no comprendidos y que ya no podemos aclarar.
- Al ser inconexos los aprendizajes, lo aprendido se olvida con facilidad: tenemos que recurrir demasiado a la memoria, y ésta nos suele fallar.
- Además es muy difícil y trabajoso aprenderlo todo al final.
- Ante la falta de tiempo, lo que no se comprende produce ansiedad, nerviosismo; en suma, fobia a los controles y exámenes, con lo que aún se rinde menos de lo que se ha trabajado.
- También es frecuente que no de tiempo de estudiarlo todo recurriendo a estudiar aquello que se considera puede salir en el examen, con lo que sólo se le da importancia a superar el examen no al aprendizaje; y esto pasa factura posteriormente.
- (seguro que encuentras otros aspectos negativos sobre esta cuestión).
-
-

Vamos a organizar nuestro tiempo

Si te has convencido de que tienes que trabajar diariamente, debes organizarte para así tener en cuenta todas las actividades que has de hacer y encontrar tiempo para todas.

El día tiene 24 horas, ni más ni menos, y en ese tiempo tendrás que realizar:

- Actividades vitales: comer, dormir, descansar.
- Actividades recreativas: pasear, oír música, salir con amigos/as.
- Actividades escolares: ir a clase, hacer los trabajos escolares, estudiar.

Todas estas actividades son necesarias y debes hacerlas todas, lo que requiere estar ordenado y dejar un tiempo para cada cosa.

Todo plan trabajo debe reunir las siguientes características:

- **Ser personal.** Tú eres tú, con tus características y circunstancias, y necesitas un tiempo para cada cosa que no tiene porqué coincidir con el de este amigo o aquella amiga.

2º ESO. Material para el tutor

- **Ser realista.** No espero que te dé cargo de conciencia y que digas: “¡A partir de mañana voy a estudiar 8 horas diarias!”. Sabes que no lo cumplirías. Sé realista y, según tu experiencia, calcula el tiempo que necesitas para llevarlo todo al día.
- **Ser flexible.** Si te gusta mucho el fútbol, y hoy juega tu equipo favorito, ¿cómo que no lo vas a ver?

Si estás de acuerdo con el tipo de programa planteado sigue adelante; ahora vamos a concretarlo.

OBSERVACIONES PARA ELABORAR EL HORARIO

- Hay actividades que tienen horario fijo (descanso, alimentación, transporte, instituto...) El resto del tiempo está disponible para el ocio y el estudio.
- Procura sacar de dos a tres horas diarias de estudio y trabajo personal.
- Ten el horario siempre a mano y respétalo cuanto puedas.
- Revísalo quincenal o mensualmente y considéralo flexible.
- Procura que sea equilibrado (cada día igual esfuerzo) y completo (intenta atender todas las asignaturas semanalmente)
- Es importante que el tiempo dedicado al estudio sea todos los días a la misma hora.
- El tiempo dedicado a cada área depende de la facilidad o dificultad que suponga para ti estudiarla.
- No dediques demasiado tiempo a las asignaturas más fáciles o que más te gusten.
- La sesión de estudio puedes secuenciarla de la siguiente forma:
 - Primero comienza por lo que más te gusta (poco tiempo, 30-45 minutos).
 - Segundo lo más difícil (mayor cantidad de tiempo, 60-80 minutos).
 - Por último lo más fácil (poco tiempo, 20-40 minutos).Entre cada uno de los pasos descansa de 5 a 10 minutos.
- Lleva al día tus materias, no lo dejes para antes de los exámenes.
- Cuando no tengas tareas inmediatas repasa lo anterior o prepara los temas que se están explicando.

Realiza tu propio horario de estudio según estas indicaciones

FECHA:

horas	LUNES	MARTES	MIÉRCO.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

2º ESO.Material para el tutor

Durante dos semanas vas a observar, con ayuda de tus padres, si cumples este horario; si este horario es adecuado para tus necesidades; si estás satisfecho con los resultados en clase; o si tienes que realizar alguna modificación en el horario. **Ajusta de nuevo el horario según lo observado anteriormente:**

FECHA:

horas	LUNES	MARTES	MIÉRCO.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Si cumples con tu horario pronto verás los resultados, además de la satisfacción que te dará el cumplir lo que te has propuesto.

EL COMPROMISO LO CONTRAES SÓLO CONTIGO; A NADIE LE INTERESA MÁS QUE A TI QUE NO PIERDAS EL TIEMPO. INTENTA SER SERIO CONTIGO MISMO. CUMPLIR TU HORARIO TE SERÁ MUY ÚTIL PARA ORGANIZARTE. PRUEBA Y VERÁS COMO TIENES TIEMPO PARA TODO.

Ahora sólo te queda pasar tu horario a la agenda, con la ayuda del tutor o tutora en clase, y hazte un horario en tamaño folio para colgar en tu habitación, bien visible, al lado del horario de clase.

1º SESIÓN:

PLANIFICACION HORARIA

Si quieres rendir en tu trabajo; si no quieres que al concluir el día te haya faltado tiempo para algunas cosas, generalmente para el estudio; si por lo general, no encuentras el momento de ponerte a estudiar, **estas necesitado de organización.**

CUANDO EXISTE ORGANIZACIÓN HAY TIEMPO PARA TODO

Por el hecho de ser estudiante no has de estar todo el día con los libros en la mano, pero, si quieres conseguir algo con los estudios, tampoco puedes dejarlos para cuando no haya otra cosa que hacer. Si no te pones un horario de trabajo te va a costar mucho encontrar tiempo para estudiar, pues siempre va a surgir algo que te lo impida.

Estudiar a última hora nunca es la solución porque:

- Siempre quedan puntos oscuros, no comprendidos y que ya no podemos aclarar.
- Al ser inconexos los aprendizajes, lo aprendido se olvida con facilidad: tenemos que recurrir a la memoria, y ésta nos suele fallar.
- Además es muy difícil y trabajoso aprenderlo todo al final.
- Ante la falta de tiempo, lo que no se comprende produce ansiedad, nerviosismo; en suma, fobia a los controles y exámenes, con lo que aún se rinde menos de lo que se ha trabajado.
- También es frecuente que no dé tiempo a estudiarlo todo recurriendo a estudiar aquello que se considera que puede salir en el examen. Si se hace así, sólo se da importancia a superar el examen, no al aprendizaje; y esto pasa factura posteriormente.
- (seguro que encuentras otros aspectos negativos sobre esta cuestión).
-
-
-

Vamos a organizar nuestro tiempo

Si te has convencido de que tienes que trabajar diariamente, debes organizarte para así tener en cuenta todas las actividades que has de hacer y encontrar tiempo para todas.

- El día tiene 24 horas, ni más ni menos, y en ese tiempo tendrás que realizar:
- Actividades vitales: comer, dormir, descansar.
 - Actividades recreativas: pasear, oír música, salir con amigos/as.
 - Actividades escolares: ir a clase, hacer los trabajos escolares, estudiar.

Todas estas actividades son necesarias y debes hacerlas todas, lo que requiere estar ordenado y dejar un tiempo para cada cosa.

Todo plan trabajo debe reunir las siguientes características:

- **Ser personal.** Tú eres tú, con tus características y circunstancias, y necesitas un tiempo para cada cosa que no tiene porqué coincidir con el de este amigo o aquella amiga.
- **Ser realista.** No espero que te dé cargo de conciencia y que digas: “¡A partir de mañana voy a estudiar 8 horas diarias!”. Sabes que no lo cumplirías. Sé realista y, según tu experiencia, calcula el tiempo que necesitas para llevarlo todo al día.
- **Ser flexible.** Si te gusta mucho el fútbol, y hoy juega tu equipo favorito, ¿cómo que no lo vas a ver?.

Si estás de acuerdo con el tipo de programa planteado sigue adelante; ahora vamos a concretarlo.

2º SESIÓN:

Actividad 1
¿CÓMO CONFECCIONAR UN HORARIO?

Tiempo semanal dedicado al estudio

Ejemplo:

2,5 horas diarias de lunes a viernes + 3,5 horas el sábado: total, 16 horas.

Haz una relación de las asignaturas que tienes y puntúalas de 0 a 5, según el índice de dificultad que te suponen; a mayor dificultad mayor puntuación.

A continuación vuelve a puntuarlas, también de 0 a 5.

1ª 4ª
 2ª 5ª
 3ª 6ª

Ejemplo:

	<u>Esc.difc.</u>	<u>Esc.import</u>	<u>Total</u>
Matemáticas	3	5	8
Leng/literat.	2	4	
6			
Inglés	4	4	8
*	1	2	
3			
*	5	2	7
<u>suma total</u>			32

Realiza un reparto directamente proporcional de las horas semanales de estudio al coeficiente que te resulta sumando las dos puntuaciones que les has dado a cada asignatura.

Ejemplo:

Reparto directamente proporcional sobre los índices de la tabla anterior:

$$\text{Matemáticas} = \frac{16 * 8}{32} = 4 \text{ horas semanales}$$

$$\text{Leng/literat} = \frac{16 * 6}{32} = 3 \text{ horas semanales}$$

Siguiendo con el mismo procedimiento, tendríamos:

- Inglés = 4 horas semanales
- = 1,5 horas semanales
- = 3,5 horas semanales

Compensa los restos para que resulten horas enteras o medias horas.

Si se llevan todas las asignaturas actualizadas, no importa que, ante un examen, se dedique un día entero a repasar esa materia.

Si en tu horario de estudio de un día, por ejemplo el miércoles, ocurre algo en lo que tienes mucho interés, por ejemplo, un partido de fútbol, puedes verlo, pero sabiendo que ese tiempo debes cambiarlo por otro de descanso.

Ahora, sólo tendrás que hacer la distribución diaria del tiempo dedicado a cada asignatura, pero teniendo en cuenta que es preferible trabajarlas todos los días, o, a lo sumo, en días alternos; esto te permitirá ir al día y hará que te resulte más ameno el tiempo de estudio.

También debes procurar dejar unos minutos entre asignatura y asignatura para tu descanso.

La fórmula expuesta para hacer un horario de estudio es simplemente orientativa; tampoco es necesario hacerlo así. Lo único imprescindible es dedicar tiempo para el estudio, y no dejar trabajo atrasado.

Una vez que hayas determinado cuánto tiempo vas a dedicar al estudio semanal, y hayas comprendido que debes trabajar todas las materias, especifica tu horario semanal, indicando las asignaturas y el tiempo diario que, de acuerdo con el horario de clases, vas a dedicar a cada una. Trabaja primero la asignatura que menos te guste y la que más trabajo te cueste; deja para el final las más fáciles.

Si cumples con tu horario pronto verás los resultados, además de la satisfacción que te dará el cumplir lo que te has propuesto.

EL COMPROMISO LO CONTRAES SÓLO CONTIGO; A NADIE LE INTERESA MÁS QUE A TI QUE NO PIERDAS EL TIEMPO. INTENTA SER SERIO CONTIGO MISMO. CUMPLIR TU HORARIO TE SERÁ MUY ÚTIL PARA ORGANIZARTE. PRUEBA Y VERÁS COMO TIENES TIEMPO PARA TODO.

Actividad 2

Ahora sólo te queda elaborar tu horario en la agenda, con la ayuda de tu tutor en clase y de tus padres en casa.

horas	LUNES	MARTES	MIÉRCO.	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

7-PARA ESTUDIAR MEJOR

Aprendizaje estratégico. Guía didáctica para el tutor.

Existen algunas estrategias de aprendizaje generales, que no se entrenan en ninguna asignatura en particular, y que pueden aprenderse en tutoría. Por ejemplo, la toma de apuntes o el hacerse preguntas al estudiar.

Sin embargo, el aprendizaje de las **técnicas de estudio específicas de cada asignatura** (esquema, memorización de fórmulas, abordaje de problemas...) debe realizarse por el profesor especialista y sobre los textos y exámenes de su materia.

En primer lugar, porque cuando es un tutor el que intenta hacerlo, no se siente cómodo con textos y técnicas que no domina, y teme interferir con las directrices que le haya dado el profesor especialista a los alumnos sobre esa técnica.

En segundo lugar, porque los alumnos se motivan mucho más hacia ese aprendizaje si ven que se lo exige el profesor que luego los va a evaluar.

Ejemplo de técnicas de estudio típicas de cada asignatura:

Ciencias Sociales: Esquemas. Interpretación de gráficos y mapas. Elaboración de ejes cronológicos.

Lengua y Literatura: Extracción de ideas principales. Resumen.

Ciencias: Aprendizaje de fórmulas. Estrategias para plantear problemas.

Lenguas extranjeras: Estudio de vocabulario. Cómo practicar para aprender estructuras gramaticales.

Lo lógico es discutir en el ETCP qué técnicas de estudio asume enseñar cada departamento. Para decidirlo puede consultarse la normativa sobre el currículum de cada área, donde se incluyen algunas de técnicas como un contenido más. Y los libros de texto incluyen también actividades para aprenderlas.

Algunos I.E.S. dedican las dos primeras semanas del curso, las de Septiembre, a entrenar a los alumnos en las estrategias necesarias para estudiar su asignatura, y ése parece ser el planteamiento más eficaz. Sobre todo si después se les exige aplicarlas en los primeros temas con una tarea más para casa y se les evalúa en los exámenes si saben ponerla en práctica.

En cuanto a las **actividades que aparecen en el cuaderno de tutoría**, su objetivo es hacer tomar conciencia a los alumnos de la necesidad de realizar una lectura comprensiva y una memorización con sentido, y de ser más estratégicos en el estudio, enfocándolo al tipo de examen que el profesor les va a plantear. Estas estrategias son útiles para todas las asignaturas y requisito previo para que apliquen adecuadamente las técnicas específicas de cada materia. Además, las hemos diseñado a partir de las quejas que repiten los profesores sobre sus alumnos de E.S.O.: *intentan memorizar "como un papagayo", sin entender; no se fijan en las instrucciones; adoptan una actitud totalmente pasiva mientras explico y no toman apuntes a menos que se lo pida explícitamente....*

Para 1º de E.S.O. hemos seleccionado las estrategias más elementales, que les ayudarán a realizar la transición desde una enseñanza mucho más guiada en el colegio hacia la exigencia de aprendizaje más autónomo que se les hace en los institutos.

1ª sesión: Comprender las instrucciones. Es cierto que muchos alumnos de primer ciclo de ESO. fallan al realizar tarea o exámenes porque responden irreflexivamente a las instrucciones, sin detenerse a interpretarlas correctamente. Esta actividad tiene el objetivo de focalizar su atención en los datos clave.

2ª sesión: Aprendo a adivinar de qué hablan los textos. Las investigaciones sobre comprensión lectora demuestran que ésta mejora cuando el lector se hace una idea previa del contenido de un texto y luego, durante la lectura en sí, va contrastando esas hipótesis previas. Así funcionamos los lectores adultos, y esta estrategia les ayudará luego a hacer mejores esquemas y resúmenes.

3ª sesión: Estudiar mediante preguntas. En Primaria es frecuente facilitarles una lista de preguntas para que se centren en lo que tienen que estudiar. Por eso, enseñarles a ellos a plantear por sí mismos esas preguntas los hace autónomos, pero les resulta más fácil que adoptar otras técnicas, porque están muy acostumbrados a estudiar así. Y además, esta estrategia les obliga a realizar un estudio más comprensivo.

En 2º de E.S.O. repasamos algunas de las estrategias de 1º y presentamos otras más complejas.

1ª sesión: Aprendo a tomar apuntes. No se trata de que sean capaces de tomar apuntes de una explicación oral, lo que sería demasiado exigente para este curso. Pero sí que anoten correctamente las aclaraciones que el profesor realiza cuando explica el libro o escribe algo en la pizarra. También empezar a tomar notas o apuntes de manera rápida para eso también los entrenaremos en el uso de abreviaturas.

a) Cuando el profesor dicta los apuntes.

Para practicar el uso de abreviaturas el tutor podría dictar el siguiente texto:

“Las abreviaturas te permiten escribir más rápido porque tendrás que escribir un menor número de letras. Así por ejemplo, en vez de escribir principal sólo tendrás que escribir pral. Al principio cuesta trabajo utilizarlas pero a medida que las prácticas te das cuenta que inviertes cada vez menos tiempo en esta tarea y puedes seguir mejor la explicación del profesor. Al igual que muchos alumnos tú también puedes aprender a tomar apuntes rápidamente.”

b) Cuando el profesor explica pero no dicta.

- El tutor elegirá ejemplos de su propia asignatura. Anotará alguna palabra en la pizarra y a continuación dará la explicación que aclara su significado. El profesor comprobará que los alumnos no sólo han escrito la palabra que ha anotado en la pizarra sino también la explicación.

- Para practicar la toma de ejemplos, aclaraciones, se puede utilizar este modelo. El tutor entregará una copia a cada alumno y dará la explicación. A continuación se comprobará en gran grupo si los alumnos han tomado nota de las aclaraciones y los ejemplos.

Texto del libro

Tema 1. Cómo se alimentan los animales.

1.1. Los animales rumiantes.

Entre los mamíferos hay algunos de ellos que rumian. Cuando están descansando, regurgitan los alimentos que han tomado previamente.

Su alimentación se compone fundamentalmente de distintas hierbas (cebada, trigo, avena...) aunque los que están domesticados también son alimentados por el hombre a base de piensos. Se trata de alimentos no especialmente nutritivos, y por ello se ven obligados a comer mucha cantidad, y además a masticarla especialmente bien. Pero no pueden permanecer demasiado tiempo a la intemperie, comiendo todo lo que necesitan y masticando la hierba lentamente. Por eso tienen que comer mucho en poco tiempo, sin masticar apenas y dejar esa labor para el momento en el que se encuentren a cubierto.

Para poder hacer esto necesitan un estómago muy voluminoso con cuatro compartimentos. Todo lo que ingieren mientras pastan se acumula en la panza, después los regurgitan, y los trituran con sus poderosos molares y los insalivan antes de volver a tragarla. Posteriormente pasa a la redécilla, luego al libro, de éste al cuajar y de aquí, finalmente al intestino.

(Ciencias de la Naturaleza 2º de Eso Guadiel)

Ejemplo de explicación del profesor Introducción.

Hoy vamos a hablar sobre la alimentación de los animales rumiantes. Quiero que entendáis muy bien cómo comen estos animales y por qué lo hacen así.

Primer párrafo:

Bien, lo primero que vamos a explicar es qué significa rumiar. Prestad atención a este concepto. Para saberlo, leemos el primer párrafo, porque allí habla de este tema. A ver... dice que cuando los animales rumiantes descansan "regurgitan" la comida. Eso es que la comida que ya tenían en el estómago la devuelven a la boca. Os puede parecer que no es de buena educación... pero es su manera de comer. Ahora veremos por qué. ¿Está claro lo que es rumiar? Perfecto.

Segundo párrafo:

¿A alguien se le ocurre de qué animales estamos hablando? Eso es: vacas, cabras y también animales más exóticos como el camello o el alce...

Ahora que ya sabemos quienes son estos animales y cómo se alimentan, vamos a investigar la razón por la que lo hacen así. Esto me interesa mucho que lo comprendáis: el porqué lo hacen. Que alguna razón tendrán ¿verdad?. En el segundo párrafo explica que la hierba no es un alimento muy nutritivo. Eso quiere decir que no alimenta mucho, y si no comen mucha cantidad se quedarían con hambre y muy delgaditos. Es como si nosotros nos quisiéramos alimentar nada más que de lechuga ¿Cuánta lechuga tendríamos que comer para estar gorditos y hartos?. O sea, que ya sabéis por qué tienen que comer tanto. Pero tienen un problema, que nos lo explica a continuación.

Dice que no pueden permanecer mucho tiempo a la intemperie... sabéis que a la intemperie significa al aire libre... pero no explica por qué. La razón es que pueden atacarle sus enemigos: lobos, zorros... Por eso sigue diciendo el texto que tienen que comer mucho sin masticar casi, para poder irse lo más rápido posible a sitios más seguros.

Tercer párrafo.

Lo último que nos explica el texto es las partes que tiene su estómago. No son como nosotros, que tenemos un estómago sólo, sino que tienen nada menos que ¡cuatro!. Quiero que se os quede claro el camino que sigue la hierba desde que la comen por primera vez hasta que va al intestino, que son las tripas. ¿Alguna duda? ¿Sabéis que los "molares" que trituran son las muelas, verdad?.

Bien, resumiendo, hoy hemos aprendido qué es un animal rumiante, cómo come y por qué come de esta forma tan rara que se llama rumiar. ¿Tenéis claras esas tres ideas?. Pues entonces ya las podéis estudiar, porque esto entra en el próximo examen.

Tema 1. Cómo se alimentan los animales. (Texto para fotocopiarle a los alumnos)

1.1. Los animales rumiantes.

Entre los mamíferos hay algunos de ellos que rumian. Cuando están descansando, regurgitan los alimentos que han tomado previamente.

Su alimentación se compone fundamentalmente de distintas hierbas (trigo, avena, cebada...) aunque los que están domesticados también son alimentados por el hombre a base de piensos. Se trata de alimentos no especialmente nutritivos, y por ello se ven obligados a comer mucha cantidad, y además a masticarla especialmente bien. Pero no pueden permanecer demasiado tiempo a la intemperie, comiendo todo lo que necesitan y masticando la hierba lentamente. Por eso tienen que comer mucho en poco tiempo, sin masticar apenas y dejar esa labor para el momento en el que se encuentren a cubierto.

Para poder hacer esto necesitan un estómago muy voluminoso con cuatro compartimentos. Todo lo que ingieren mientras pastan se acumula en la panza, después lo regurgitan, y lo trituran con sus poderosos molares y lo insalivan antes de volver a tragarlo. Posteriormente pasa a la reddecilla, luego al libro, de éste al cuajar y de aquí, finalmente al intestino.

2ª sesión: Trucos para estudiar comprendiendo. Esta actividad repasa la de estudiar mediante preguntas (cuya utilidad hemos justificado en la presentación de esa sesión en 1º de ESO), e inicia una nueva: la de traducir las palabras a imágenes, y por tanto a ideas, para obligarles a comprender lo que leen. Además de que está demostrado que el cerebro humano recuerda mejor las imágenes que las palabras.

3ª sesión: La mejor técnica para cada tipo de examen. Los alumnos tienen ideas previas erróneas pero muy arraigadas respecto al método de estudio para cada asignatura. Así, se empeñan en que para Sociales o Literatura lo que hay que hacer es memorizar, y para Física practicar. Respecto a inglés muchos creen que lo único que pueden hacer es repetir el vocabulario. Esta actividad intenta romper esos prejuicios.

DOCUMENTO PARA EL ALUMNO



UN MÉTODO EFICAZ PARA ESTUDIAR UNA LECCIÓN

<p>1º. LECTURA GENERAL DEL TEMA</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Primera lectura rápida y atenta. - <u>Sirve para:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Ver de qué trata el texto. - Ver cómo está organizado. De qué partes consta. - Ver con qué otros temas que conozco se relaciona.
<p>2º. ESTUDIO DETENIDO DE CADA PREGUNTA O PARTE DEL TEMA</p> <ul style="list-style-type: none"> • LECTURA COMPRENSIVA • SUBRAYADO • ESQUEMA • RESUMEN 	<p>2.1. LECTURA COMPRENSIVA DE CADA PREGUNTA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Segunda lectura lenta y reflexiva. - <u>Sirve para:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Comprender el texto. - Averiguar el significado de las palabras desconocidas. - Localizar las ideas principales y secundarias de cada párrafo. - Descubrir el armazón esencial del texto. <hr/> <p>2.2. SUBRAYADO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Poner una o más rayas debajo de las ideas principales, secundarias y de los detalles importantes. - <u>Cómo se hace:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Mete en un recuadro la palabra clave de cada párrafo. - Subraya las ideas principales de cada párrafo. - Subraya de forma distinta las ideas secundarias y los detalles importantes de cada párrafo. - No subrayes párrafos enteros. - <u>Comprueba que está bien:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Si al leer lo que has subrayado tiene sentido. - Si al hacerte preguntas sobre lo leído lo que has subrayado te ayuda a contestarlas. <hr/> <p>2.3. ESQUEMA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Armazón o esqueleto del texto. - <u>Se caracteriza porque:</u> <ul style="list-style-type: none"> - Recoge las ideas principales, secundarias y conceptos clave del texto. - Presenta las ideas de forma clara, ordenada y de manera que se ve la relación entre ellas. - Permite captar fácilmente la estructura y contenido del tema.

2º ESO.Material para el tutor

3º. PRIMER REPASO	<ul style="list-style-type: none">- Después de haber leído detenidamente el tema, tras haber subrayado las ideas principales y realizado el esquema llega la hora del REPASO.- <u>¿Cómo hacer el repaso del tema?:</u><ul style="list-style-type: none">- Trata de rehacer mentalmente el contenido de cada pregunta, sin libro ni apuntes. Puedes hacerlo en voz alta.- Trata de reproducir con tus propias palabras las ideas centrales en el orden en el que aparecen en el texto.- Si te “atascas” o te falta información, vuelve a leer la pregunta.
4º. REPASO GENERAL	<ul style="list-style-type: none">- Cuando termines de repasar todas las preguntas de la lección haz un SEGUNDO REPASO.- <u>¿Cómo hacer este segundo repaso?:</u><ul style="list-style-type: none">- Da un vistazo rápido a tus esquemas.- Repite luego, de memoria, y en voz alta lo que sepas del tema.- Cuando seas capaz de recitarte a ti mismo el esquema completo de la lección puedes darla por aprendida y concluir el estudio.

RECUERDA LOS PASOS:

<p>1º. LECTURA GENERAL DEL TEMA O LECCIÓN.</p> <p>2º. ESTUDIO DETENIDO DE CADA PREGUNTA O PARTE DEL TEMA</p> <p style="padding-left: 40px;">2.1. LECTURA COMPRENSIVA DE CADA PREGUNTA.</p> <p style="padding-left: 40px;">2.2. SUBRAYADO.</p> <p style="padding-left: 40px;">2.3. ESQUEMA</p> <p style="padding-left: 40px;">2.4. RESUMEN (Según la materia)</p> <p>3º. PRIMER REPASO.</p> <p>4º. REPASO GENERAL.</p>

2º ESO. Material para el tutor



LECTURA COMPRESIVA

Una vez realizada la **LECTURA GENERAL DEL TEMA**, la cual consiste en una primera **lectura rápida y exploratoria** que te proporciona una **visión global** del mismo, pasamos al siguiente peldaño ¡ANIMO!

Ahora debes leer nuevamente el texto, párrafo a párrafo, de manera atenta y reflexiva.

* La **LECTURA COMPRESIVA** te permite:

1. **Entender** mejor el tema a estudiar.
2. **Profundizar** en los puntos oscuros o difíciles.
3. **Asimilar** y **memorizar** mejor el contenido de la lección.

SIN ENTENDER ES DIFÍCIL APRENDER Y MUY FÁCIL OLVIDAR

* Para que puedas hacer una **lectura atenta y comprensiva** **DEBES:**

1. Leer detenidamente cada apartado del tema.
2. Buscar en el Diccionario el significado de todas las palabras que desconozcas. (El Diccionario debe estar siempre sobre tu mesa de estudio)
3. Localizar las ideas principales de cada párrafo, así como las secundarias que refuerzan, aclaran o complementan las ideas principales.
4. Descubrir la estructura lógica de cada párrafo.
5. Relacionar las ideas principales de los diversos párrafos.
6. Plantearte preguntas específicas sobre lo leído.



SUBRAYADO DE UN TEXTO

La técnica del **SUBRAYADO** es una exigencia del paso anterior. Consiste en **poner una o más rayas** debajo de las **ideas principales, secundarias** o todos aquellos **detalles** que nos interesan destacar. También pueden utilizarse otros signos convencionales o anotaciones marginales.

Con el **subrayado** pretendemos **llamar nuestra atención** hacia ideas por medio de **señales, anotaciones marginales** o **llamadas de atención**.

CÓMO SUBRAYAR UN TEXTO

1. Lee un párrafo atentamente.
2. Subraya las palabras claves.
3. Localiza las ideas principales y subráyalas de forma que destaquen.
4. Subraya también las ideas secundarias y los detalles

importantes.

5. Si quieres destacar todo el párrafo, utiliza mejor rayas verticales.
6. Haz aquellas llamadas de atención o anotaciones marginales que creas oportuno.

El **SUBRAYADO** será correcto si las palabras subrayadas en una oración tienen sentido por sí mismas.

Comprueba **QUE ES CORRECTO:**

- Escribiendo en una hoja aparte sólo las palabras subrayadas. ¿Tienen sentido?
- Haciendo una serie de preguntas sobre el texto. Las respuestas deben corresponder con lo subrayado.

VENTAJAS DEL SUBRAYADO

1. Hacer del estudio un proceso activo, donde el estudiante se enfrenta al tema a estudiar.
2. Llamar nuestra atención hacia lo subrayado; por tanto, hacia las ideas más importantes.
3. Evitar la pérdida de tiempo a la hora de estudiar: la atención se fija solamente en lo que interesa.
4. Nos obliga a analizar detenidamente cada uno de los párrafos de un texto.
5. Facilita la memorización, pues todo el esfuerzo y trabajo que exige el subrayado es ya un aprendizaje.



ESQUEMA

¿ Por qué hacer ESQUEMAS?

- Porque es uno de los **recursos más eficaces en el estudio**, sobre todo, cuando la dificultad de la materia es grande, ya que es la mejor manera de conseguir la **comprensión** del texto que se estudia.
- Realizar esquemas es **estudiar activamente**. La mejor manera de mantener despierta la atención es enfrentarse al texto armados de **papel y bolígrafo**.
- Esto favorece el estudio y el recuerdo de lo estudiado.
- Constituyen un elemento valiosísimo para el **reposo**. Los esquemas pueden resumirte en pocos folios el contenido de varios temas haciendo su repaso mucho más rápido.

FASES EN LA REALIZACIÓN DE UN ESQUEMA

1. Localizar las ideas centrales del texto y de cada párrafo.
2. Subrayar las palabras que destaquen esas ideas centrales. Pocas palabras. Sólo las palabras-clave para entender la

idea.

3. Anotar al margen la idea central del párrafo mediante alguna palabra-clave.
4. Pasar al papel el primer esquema del texto que sobre la margen del libro ha salido, ampliándolo y completándolo después, con frases breves y con algunas ideas secundarias pero importantes.

¿ Qué debe ofrecerte el ESQUEMA?

1. Las **ideas centrales del texto**, destacadas con claridad.
2. La **estructura lógica del texto**, con su debida interrelación y subordinación de ideas principales y secundarias, presentadas de manera intuitiva.
3. **Presentación limpia y clara**: por tanto, rápida comprensión del contenido.
4. **Términos concisos**. El esquema se escribe en lenguaje casi telegráfico.

¿ Dónde hacer los ESQUEMAS?

Puede utilizarse cualquier tipo de papel: folio, cuartilla, cuaderno, block, etc. Pero **IMPORTA:**

- Utilizar siempre el **mismo tipo de papel** y el mismo formato.
- **Ordenarlos y archivarlos**.

El sistema más práctico es utilizar para todos los esquemas, de todas las materias, el mismo estilo de papel: el que mejor permite archivarlos es el **block intercambiable tamaño folio**.

Modelos de ESQUEMAS:

Existen muchos modelos posibles de esquemas. Cada estudiante ha de llegar a utilizar el modelo y el estilo de confección que mejor cuadre con su forma de ser, y que le permita la **más rápida comprensión del texto** y el **mejor repaso posterior** del mismo.

INDICACIONES PRÁCTICAS PARA SU REDACCIÓN

Hay que escribir con frase corta, concisa, casi telegráfica y empleando signos convencionales para simplificar al máximo el texto y reducir el trabajo de transcripción.

El esquema ha de dar una idea completa del texto y su contenido.

2º ESO. Material para el tutor

Deben destacarse de forma clara los títulos de los apartados principales, de los párrafos secundarios, de las divisiones, subdivisiones, etc.; y cada una de estas clases de títulos ha de ir destacada de forma tipográficamente distinta. Para ello es preciso utilizar convenientemente:

- Las MAYÚSCULAS y las minúsculas.
- Los subrayados.
- Los distintos colores, sin abusar de colorines: dos colores son suficientes.
- El sangrado del texto.

A favor del orden, claridad y facilidad de comprensión de la lógica interna del texto, RECUERDA QUE:

- Los esquemas han de estar limpios y claros.
- Los signos de igual categoría, los que corresponden a ideas de igual valor en el esquema del texto, han de corresponderse verticalmente.
- Los títulos de igual importancia han de destacarse de la misma manera.
- Las divisiones y subdivisiones se indican sangrando el margen hacia la derecha.
- Conviene dejar siempre margen discreto a ambos lados, y arriba y debajo de la página, para posteriores anotaciones.



RESUMEN

RESUMIR UN TEXTO O UNA LECCIÓN ES EXPONER BREVEMENTE Y CON NUESTRAS PALABRAS EL CONTENIDO DEL TEXTO O DE LA LECCIÓN ESTUDIADA.

¿Cuándo hay que resumir?

En tu tiempo de estudio y trabajo intelectual deberás poner en práctica muchas veces la técnica del resumen. Al menos en las siguientes actividades de estudio:

- Para **sintetizar el contenido** de un **texto que luego hay que comentar** o que sirve de base a una actividad personal o de grupo.
- Para **sintetizar el contenido** de una **lección y estudiarla mejor**.

Acostumbrarse a hacer resúmenes de las lecciones que se estudian es una buena técnica de trabajo y presenta las siguientes VENTAJAS:

- Facilita** la mejor comprensión de la lección.
- Facilita la concentración** mientras se estudia.

c. El conjunto de los resúmenes de las lecciones estudiadas es una **buena ayuda para el repaso** de las mismas y la preparación de los controles. En el repaso puedes centrarte en los resúmenes y, a partir de ellos, recordará y repararás más fácilmente las lecciones.

- Para realizar muchas **actividades académicas** se te pedirá que resumas textos, artículos de prensa, capítulos de libros, etc.

¿Cómo hacer un buen resumen de un texto?

He aquí una técnica que te ayudará a mejorar tu manera de hacer resúmenes:

1º. Haz una **primera lectura del texto**. Una lectura de exploración. En ella deberás captar la idea general del mismo.

2º. **Formúlate preguntas**:

- ¿Qué dice?
- ¿Qué partes tiene?
- ¿De qué habla en cada parte?
- ¿Cuáles son las opiniones del autor del texto?
- ¿Qué piensas tú de los temas sobre los que opina el autor?, etc.

3º. Haz una **segunda lectura** detenida del texto, **subrayando lo importante**:

- Las respuestas a tus preguntas.
- Las ideas principales.
- Las ideas secundarias.
- Todos los detalles que te parezcan importantes para entender el contenido del texto.

4º. **Explicáte** a ti mismo, **en voz alta, el contenido del texto**.

5º. Ahora, **HAZ EL RESUMEN ESCRITO DEL TEXTO**, sin mirar al libro.

CARACTERÍSTICAS DE UN BUEN RESUMEN ESCRITO DE UN TEXTO

- Debe ser **BREVE**. En él deben aparecer sólo los detalles importantes, las ideas fundamentales y los datos técnicos más destacados.
- Debes exponerlo como un **TEXTO NORMAL**, a renglón seguido. En uno o varios párrafos, pero sin usar guiones ni sangrar el texto como en la técnica del esquema. El medio de enlace de las ideas es el punto y seguido.

c. Todas **LAS IDEAS DEBEN ESTAR RELACIONADAS ENTRE SÍ**, integradas en un conjunto que les dé unidad y sentido.

d. Debes resumir el contenido del texto **CON TUS PROPIAS PALABRAS**.

6º. **Repasa el resumen**. Complétalo, corrígelo, etc.

Una vez terminado este proceso, archiva tus resúmenes, si se trata de textos o lecciones de estudio. Hazlo ordenadamente, de modo que te sirvan para el repaso a su tiempo.



ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

1ª SESIÓN: TRUCOS PARA ESTUDIAR COMPRENDIENDO



Ya te explicaron tus profesores del curso pasado que en el instituto no se puede aprobar memorizando palabra por palabra los textos del libro. Los temas son más largos y difíciles, así que si no entiendes muy bien lo que estudias no podrás recordarlo todo. Por eso, las técnicas de estudio que utilizabas en el colegio (como repetir las palabras del libro muchas veces) ya no te van a servir. Tus profesores te están enseñando nuevas técnicas, como hacer esquemas o resúmenes, pero mientras que las dominas, te vamos a enseñar algunos trucos que te ayudarán.

Primer truco: Estudiar mediante PREGUNTAS.

Ya sabes que en el instituto los profesores normalmente no te dan una lista con las preguntas que entran en el examen, pero un buen truco para estudiar es aprender a *hacerla tú mismo*. Así que vamos a repasar esta técnica que aprendiste el curso pasado.

1º Piensa el tipo de preguntas que suele poner ese profesor en sus controles (*definiciones, nombrar los tipos de..., explicar por qué...*)

2º Lee comprendiendo cada párrafo del libro y escribe aparte (o mentalmente) una o varias preguntas de examen para cada epígrafe.

3º Piensa o redacta la respuesta. Puedes cambiar alguna palabra difícil por otra que signifique lo mismo y te sea más fácil.

4º Estudia la pregunta y la respuesta juntas, no de memoria, sino entendiendo lo que te piden.

5º Para comprobar si te lo sabes, tú mismo o alguien de tu familia te las puede preguntar.

Si no hicisteis el año pasado la actividad de “estudiar mediante preguntas” del Cuaderno de Tutoría de 1ºESO, será conveniente que antes de continuar este ejercicio la repaséis con vuestro tutor/a.

Segundo truco: IMAGINAR lo que lees para entenderlo mejor.

Consiste en convertir las palabras del libro en imágenes. Para ello puedes ayudarte de los dibujos del libro, o de las imágenes de televisión que recuerdes. Si no puedes imaginar claramente o dibujar lo que estudias, es que realmente no lo has entendido, y tienes que preguntar.

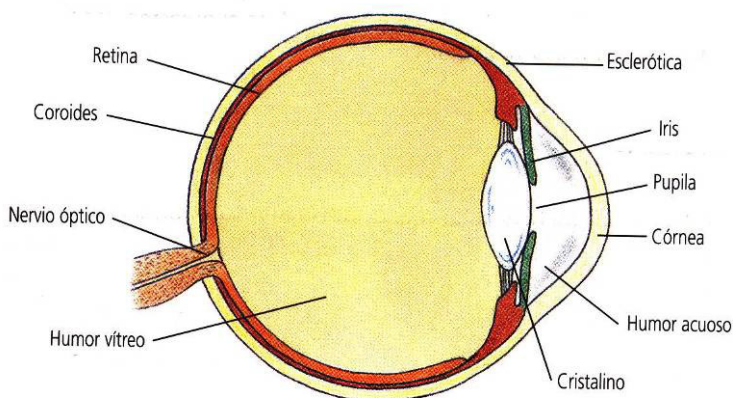
1º Lee el siguiente texto intentando aprendértelo (tiempo máximo: 2 minutos).

LA ESTRUCTURA DEL GLOBO OCULAR

*Los ojos tienen forma casi esférica, por lo que también se les conoce como **globos oculares**. En el globo ocular existen tres capas diferentes:*

- **La esclerótica.** Es la capa más externa. Mantiene la forma del ojo.
- **La coroides.** Es la capa intermedia. En su parte frontal forma el **iris**, que es una lámina responsable de los distintos colores de los ojos. En el centro del iris existe un orificio llamado **pupila**, a través del cual la luz pasa hacia el interior del ojo.
- **La retina.** Es la capa más interna

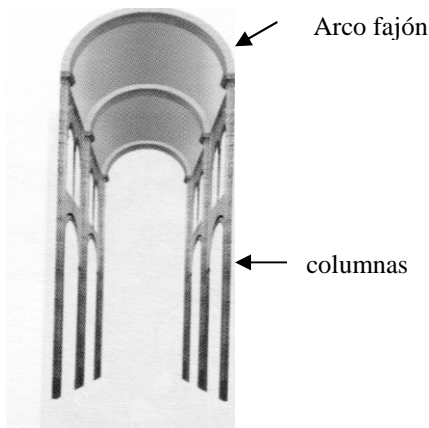
2º Ahora estúdialo de nuevo pero buscando cada parte del ojo en el gráfico que aparece a continuación. Finalmente, intenta dibujarlo sin mirar, en el espacio en blanco a la derecha.



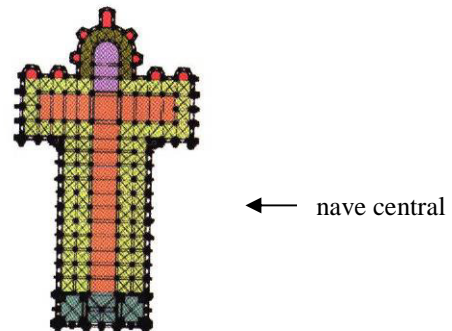
¿Te das cuenta de que así lo recuerdas mejor? Pues vamos a intentarlo con un texto diferente. Ahora prueba a imaginarlo primero, y luego a hacer preguntas.

LA ARQUITECTURA ROMÁNICA.

La **planta** de las iglesias suele ser de cruz latina, con una, tres o cinco naves: la nave central se cubre con bóvedas de medio cañón, y las laterales, con bóvedas de arista. La **bóveda de medio cañón** está reforzada tramo a tramo por **arcos fajones**, encargados de transmitir el peso de la cubierta abovedada de piedra a las columnas.



Bóveda de medio cañón



Planta de cruz latina

1ª pregunta: ¿Qué tipo de planta...

2ª pregunta: Define...

Pero no siempre podemos dibujar lo que estudiamos. Con frecuencia sólo podremos imaginarlo, como si fuera una película o un documental de televisión. Intenta hacerlo para estudiar el siguiente texto, y luego redacta preguntas y respuestas sobre él.

LA FORMACIÓN DE LOS CABALLEROS

La vida del **caballero medieval** giraba en torno a la actividad militar. Hasta los 10 años lo iniciaba su padre en la equitación, la caza y el manejo de las armas. Después continuaba su formación en el castillo de un noble o del Rey. Allí se integraba, junto con otros jóvenes nobles, en una especie de "escuela de caballería". Acompañaba a su maestro en los torneos y en las actividades de caza mayor o con halcón, se entrenaba cada día en las distintas técnicas de lucha...

2º ESO.Material para el tutor



PREGUNTAS:	RESPUESTAS:

2ª SESIÓN: APRENDO A TOMAR APUNTES

Muchos alumnos, cuando llegan nuevos al instituto dicen que no saben tomar apuntes. Están acostumbrados a que en el colegio sus maestros les dictaban, y se quejan de que no pueden escribir a la vez que el profesor habla rápido. Sin embargo, ya te habrás dado cuenta de que es necesario que aprendas esta técnica si quieres ir bien en el instituto.



A/ Cuando el profesor DICTA los apuntes.

Si te pierdes, no empieces a preguntarle al compañero de al lado, porque entonces os retrasaréis los dos. **Deja un hueco en blanco**, sigue escribiendo y cuando el profesor termine entonces le preguntas y completas lo que te falta.

Puedes utilizar algunas abreviaturas, pero no demasiadas, porque te puede ocurrir que luego no recuerdes lo que significaban. Y **no las utilices fuera de los apuntes**: ni en los exámenes, ni en las actividades... A continuación tienes algunos ejemplos.

q = que

x = por

xq = porque

tb = también

> = mayor que

< = menor que

p.e. = por ejemplo

= = igual

1. Tu tutor te dictará un texto para que puedas practicar la toma de apuntes rápida siguiendo estos consejos.

B/ Cuando el profesor EXPLICA pero no dicta.

Muchos alumnos nuevos sólo toman apuntes cuando el profesor les dicta o cuando escribe algo en la pizarra. Eso es un error, pero tampoco se trata de tomar nota de todo lo que dicen tus profesores, palabra por palabra.

Lo que te recomendamos es aprender a **escuchar con atención** y a **pensar** sobre lo que te está intentando explicar el profesor, para **decidir** qué es lo que te interesa apuntar.

Consejos sobre cómo tomar buenos apuntes de una explicación:

- **Si copias algo de la pizarra**, no apuntes palabras sueltas, porque luego no entenderás lo que has puesto. Escribe al lado la explicación que el profesor ha dado.

PRACTICA: Tu tutor/a va a escribir alguna palabra en la pizarra. Escribe en este espacio de lo que crees que deberías apuntar.

- **Subraya** en el libro todo lo que dice el profesor que es **importante**. (Es lo que puede caer en el examen).
- **Apunta** (en el margen del libro o en el cuaderno) **el significado de palabras nuevas** para ti (tanto palabras españolas como palabras extranjeras de la clase de idiomas) **y los ejemplos**. O alguna explicación corta que te da el profesor de otras cosas que no entendías.
- **Copia los esquemas o dibujos** que tu profesor pone en la pizarra.

PRACTICA: Tu tutor/a te va a explicar una página de tu libro de texto, como si estuvieras en una clase normal. Prueba las técnicas de toma de apuntes que te acabamos de explicar. Si necesitas hacer alguna anotación fuera del libro, utiliza este espacio.

VENTAJAS

Si tomas apuntes de esta forma encontrarás las siguientes ventajas:

- Te ayudará a fijarte **en lo más importante**, que es lo que luego preguntarán en el examen.
- Tendrás escritas las aclaraciones, y así podrás **entender** la lección y recordar lo que explicó el profesor cuando vayas a estudiarla dentro de algunas semanas.
- Te ayuda a estar más **atento** a la explicación. Y estás más entretenido, no te aburres.

3ª SESIÓN: LA MEJOR TÉCNICA DE ESTUDIO PARA CADA TIPO DE EXAMEN.



La mejor forma de estudiar una asignatura es **seguir los consejos que te da tu profesor sobre cómo estudiarla**. Pero además hay algunos trucos que puedes aprender hoy, aprendiendo a seleccionar la mejor técnica según el tipo de examen (si es más teórico, más práctico...):

PRIMER PASO: Imagina qué tipo de preguntas te puede hacer tu profesor sobre cada apartado del libro o sobre los apuntes y los ejercicios del cuaderno **y escríbelas en un papel**. ¿Cómo puedes averiguarlo? Te recordamos esta técnica, que hemos repasado en páginas anteriores:

- Tomando nota cuando tus profesores te explican el tipo de examen que van a poner.
- Atendiendo a las pistas que dan en clase, cuando dicen lo que consideran más importante.
- Apuntando las preguntas de los exámenes que ya has hecho.

Aprovechando estas pistas que te hemos dado, escribe en la tabla de abajo distintos tipos de preguntas que suele entrar en los exámenes que pone tu tutor. También puedes escribir los de otras asignaturas.

Asignatura:	Preguntas de examen:	Técnicas de estudio:

SEGUNDO PASO: Escribe a la derecha de las preguntas de examen la técnica para estudiarlas teniendo en cuenta si las preguntas son teóricas o prácticas. Si no los tienes muy claro, en la siguiente página de damos algunas pistas.

a) Si es una pregunta TEÓRICA, en la que tienes que memorizar un texto (ej. La vida y obra de Miguel de Cervantes), técnicas que puedes utilizar:

- IMAGINA lo que te cuentan o DIBÚJALO (repara la actividad de la página 11).
- Hazte PREGUNTAS (repasa la actividad de la página 13).
- RESUME.
- Haz un ESQUEMA...

b) Si es una pregunta PRÁCTICA (un ejercicio, un mapa...): **practica.**

Es importante que te des cuenta de que no sólo hay ejercicios prácticos en Matemáticas y Física, sino en otras muchas asignaturas:

- SOCIALES: interpretar una gráfica sobre la natalidad, localizar lugares en un mapa...
- LITERATURA: medir los versos, saber qué tipo de texto es y sus partes ...
- INGLÉS o FRANCÉS: traducir una frase, pasarla a forma interrogativa ...

Y todos pueden estudiarse de forma parecida, siguiendo estos pasos:

- 1. Repasa la teoría o la forma de hacer el ejercicio,** hasta entenderlo bien.
- 2. Intenta resolver el ejercicio sin mirar la solución.**
- 3. Comprueba en qué has fallado** (comparando tu ejercicio con el que tienes corregido en el cuaderno) y averigua a qué se debe. Si no entiendes por qué está mal, debes volver a consultar las explicaciones del libro o de los apuntes, o bien preguntarle a alguien.
- 4. Repite este ejercicio con otros datos, o uno parecido,** hasta que lo resuelvas bien sin ayuda.

Es aconsejable marcar con alguna señal (una cruz por ejemplo) los ejercicios que te han resultado difíciles, para volver a practicarlos más tarde. Piensa que es fácil resolverlo cuando acabas de ver la solución, pero quizá más tarde no sepas hacerlo solo/a.



8-HABILIDADES SOCIALES

1º SESIÓN: **CONOCIMIENTO E INFERENCIAS DE EMOCIONES Y AFECTOS**

Este trabajo sobre percepción y codificación de sentimientos puede hacerse con el grupo-clase,utilizando la relación de sentimientos que se adjunta.

Objetivos:

1. Reconocer los sentimientos y emociones asociados a situaciones cotidianas.
2. Valorar que los sentimientos, emociones y estados de ánimo ante diferentes acontecimientos pueden ser diferentes para cada persona.
3. Expresar sentimientos o deseos positivos y negativos de una forma eficaz sin negar o desconsiderar los de los demás.

Esquema-guía de desarrollo de la sesión.

- Facilitar una copia a cada alumno/a del **Documento 1: LISTA DE SENTIMIENTOS** o escribirla en la pizarra.
- A continuación se pide que cada alumno/a responda a las siguientes preguntas, con el objetivo de asociar diferentes sentimientos con situaciones o problemas que son cercanos a los alumnos:

"¿Qué hace que te sientas...?"

"¿Cuál es el problema/situación que hace que te sientas...?"

"¿Te has sentido alguna vez...? ¿Por qué fue?"

- Cuando todos los alumnos hayan dado sus respuestas se trabajará el tema de las DIFERENCIAS INTERINDIVIDUALES, preguntando a algún alumno/a sobre un sentimiento: *"¿Qué hace que te sientas...?"* y a continuación, una vez que el alumno/a emite una respuesta describiendo una situación en la que se siente así, preguntar: *"¿Alguno de vosotros tiene un sentimiento diferente a ...(nombre del alumno/a) en una situación así?"*

La idea principal es llegar mediante el diálogo y la participación de los alumnos a que:

"...personas distintas pueden tener sentimientos diferentes en una misma situación".

- Podemos continuar esta actividad con la exposición de algunas historias para que los alumnos averigüen qué sentimiento mostrará su protagonista.
- En estas historias se pide una atribución de sentimientos *inequívoca*, a partir de la información provista por la descripción del contexto. Más adelante veremos como esta fuente de información es solo parcial y puede ser insuficiente, pero ahora trabajemos este ejercicio como preparación para la actividad siguiente. Las historias se leen a todo el grupo clase, por el profesor o por un alumno, y a continuación, los alumnos levantan la mano y en forma ordenada pueden exponer sus respuestas, estimulando al profesor a que den respuestas diferentes más que repetir la misma. Cuando ya se agote el repertorio, pasar a la historia siguiente.

Material:

Documento 1: LISTA DE SENTIMIENTOS

Documento 2: Algunas HISTORIAS

2ª SESIÓN: COMUNICACIÓN ENTRE NOSOTROS

Objetivos:

1. Reflexionar sobre los estilos de comportamiento relacionados con la comunicación.
2. Aprender a actuar de forma asertiva en las situaciones y conflictos que así lo requieran.
3. Entrenar la manera más correcta de expresar una queja.

Esquema-guía de desarrollo de la sesión:

- o Comentar al grupo-clase los estilos de comportamiento.

“Es muy importante que aprendamos a distinguir entre un comportamiento agresivo, pasivo y asertivo porque cada uno de ellos tiene consecuencias diferentes en cómo nos sentimos después unos y otros.”

a) Estilo pasivo

Suelo actuar de manera tímida, apenas participo y me comunico muy poco con el grupo. No defiendo mis opiniones. Acepto lo que deciden los demás. No suelo participar en el grupo y no tomo iniciativas. Tengo muchas dificultades para expresar lo que siento.

b) Estilo asertivo

Siempre intento ser sincero. Sé expresar mi opinión y escucho a los demás sin descalificar a nadie. Respeto lo que piensan mis amigos. Trato de ayudar cuando surge un conflicto. Defiendo mis derechos, respetando a los demás.

c) Estilo agresivo

Siempre quiero tener la razón. No escucho a los amigos. Me enfado y ofendo a los demás con frecuencia. No suelo respetar las opiniones ajenas. En ocasiones, creo conflictos dentro del grupo.

- o Vamos a reflexionar sobre estas cuestiones. Que cada alumno/a conteste a las preguntas sobre la manera de relacionarse y las consecuencias de su comportamiento. (Documento 1)
- o Se puede comentar con todo el grupo las respuestas a las preguntas 3 y 4. Continuamos con la actividad, entrando en las consecuencias de los distintos comportamientos.

“¿Qué consecuencias os parece que tendría ser pasivo y no atreverse a decir lo que uno opina, cuando un niño/a es así siempre?” Aquí, el profesor debe procurar que entre las respuestas de los niños, se considere que cuando alguien actúa de forma pasiva (...), no se expresa a sí mismo, deja que los demás le manden, le digan lo que tiene que hacer, y no defiende sus derechos. Sus sentimientos son ignorados y puede que los demás se aprovechen de él además de que se sienta mal por ser así.

"¿Qué consecuencias os parece que tiene el ser agresivo y querer mandar siempre en los demás?" Aquí procurar que se introduzcan en el debate las siguientes ideas: los *agresivos* (...) son niños mandones, que critican a los demás y les humillan. Sólo se preocupan por lo que ellos mismos quieren y no tienen en cuenta los sentimientos de los demás. Se meten en peleas, se aprovechan de los demás y puede que, a la larga, se queden sin amigos.

"¿Qué consecuencias positivas os parecen que tiene el ser asertivo (...), es decir, cuando uno se comporta tal y como es, sin temor a decir lo que siente o piensa de forma que no ofenda a los demás, con buenas maneras?" Aquí los niños es probable que den todas las respuestas posibles, pero introducir, si no fuera así, las ideas de que te sientes bien contigo mismo, consigues tus objetivos, puedes dar a conocer a los demás tus sentimientos y opiniones sin ignorar los suyos, puedes conservar amigos aunque digas lo que piensas, puedes defenderte de que te manden hacer cosas que tú no quieres, etc.

- Gran parte del comportamiento asertivo se basa en la capacidad de expresar nuestros sentimientos sobre las personas y las cosas. Vamos a terminar esta sesión sobre comunicación, con una situación muy concreta que es la de saber expresar correctamente una queja. Trabajamos con el Documento 2.

Material:

Documento 1: . IDENTIFICACIÓN DE COMPORTAMIENTOS O CONDUCTAS

Documento 2: CÓMO HACER O RECHAZAR PETICIONES

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

1ª SESIÓN: CONOCIMIENTO E INFERENCIAS DE EMOCIONES Y AFECTOS

Para vivir en la Sociedad es necesario adquirir un mínimo de comportamientos o actitudes ante la presencia de los demás y es por esta razón por la que es bueno tener conocimiento de nosotros mismos y de nuestras reacciones y sentimientos.

Estas conductas de cara a los demás son los que se suelen denominar Habilidades Sociales. Para llegar al estudio de ellas tenemos que descubrir algunas de nuestras reacciones ante diversas situaciones.

Actividad 1 : LISTA DE SENTIMIENTOS

1. furioso/a, enloquecido/a
2. tranquilo/a, sosegado/a
3. envidioso/a, celoso/a
4. resentido/a, molesto/a
5. humillado/a, ofendido/a
6. irritado/a, enfadado/a
7. disgustado/a, crítico/a
8. desplazado/a
9. nervioso/a, desasosegado/a, intranquilo/a, inquieto/a
10. preocupado/a
11. asustado/a, temeroso/a
12. interesado/a, excitado/a
13. feliz, radiante
14. sorprendido/a, atónito/a
15. desanimado/a, triste
16.

Haced algunas interpretaciones de los diferentes sentimientos a modo de ejemplo para todos los compañeros de la clase.

Actividad 2: Algunas HISTORIAS

Con las historias que vienen a continuación vamos a mostrar algunos sentimientos o emociones. Léelas y escribe en tu cuaderno lo que te sugieren las diferentes preguntas que se ponen a continuación de las historias.

Historia 1ª

"Elena es una de las alumnas más trabajadoras de la clase, ha entregado un examen estando segura de haberlo hecho muy bien. Ahora el profesor les ha entregado corregido el examen y tiene una respuesta mal, pero Elena cree que ha contestado correctamente". "¿Cómo creéis que se siente Elena? ¿Por qué?"

Historia 2ª

Luis ha realizado en casa un excelente mural que había mandado la profesora y al traerlo a clase, dicha profesora se ha quedado admirada y ha asegurado que lo llevará a otros profesores para que lo vean." "¿Cómo creéis que se siente Luis? ¿Por qué?"

Historia 3ª

"Juan está preparado para hacer el examen, lo ve y se siente contento porque lo sabe resolver por completo, pero él escribe despacio, con mucho detalle, y cuando le faltan dos preguntas el profesor le recoge el examen". "¿Cómo se sentirá el?"

Historia 4ª

"Sara ha escrito una composición literaria que considera bien realizada y de su gusto personal.. El profesor le pide que la lea en voz alta y, entonces, algunos compañeros de la clase empiezan a reírse llamándola cursi. ¿Cómo se sentirá ella? ¿Por qué?"

Historia 5ª

"Susana ha preparado un precioso dibujo para regalárselo a su amiga por su cumpleaños. Lo ha realizado en secreto para darle una sorpresa. Hoy al llegar a clase se lo da a su amiga y esta no le hace mucho caso ni se lo agradece.. ¿Cómo se sentiría Susana? ¿Por qué?"

2ª SESIÓN: COMUNICACIÓN ENTRE NOSOTROS

Actividad 3: COMUNICACIÓN Y ESTILOS DE COMPORTAMIENTO

En esta segunda sesión nos vamos a dedicar a distinguir las diferentes actitudes que solemos tomar ante una situación individual o colectiva. Vamos a ver que es conveniente reaccionar de manera adecuada, vamos a aprender a realizar una queja de manera eficaz.

"Es muy importante que aprendamos a distinguir entre un comportamiento agresivo, pasivo y asertivo porque cada uno de ellos tiene consecuencias diferentes en cómo nos sentimos después unos y otros."

2º ESO. Material para el tutor

También es bueno dejar claro que cada uno de nosotros podemos reaccionar de manera agresiva, pasiva o asertiva, según el momento o situación y según ante quienes ocurren las situaciones.

A) COMPOR TAMIEN TOS o CONDUCTAS:

a) Estilo pasivo

Suelo actuar de manera tímida, apenas participo y me comunico muy poco con el grupo. No defiendo mis opiniones. Acepto lo que deciden los demás. No suelo participar en el grupo y no tomo iniciativas. Tengo muchas dificultades para expresar lo que siento.

b) Estilo asertivo

Siempre intento ser sincero. Sé expresar mi opinión y escucho a los demás sin descalificar a nadie. Respeto lo que piensan mis amigos. Trato de ayudar cuando surge un conflicto. Defiendo mis derechos respetando a los demás. Consigo aquello que deseo pero sin minusvalorar ni menospreciar a las demás personas.

c) Estilo agresivo

Siempre quiero tener la razón. No escucho a los amigos. Me enfado y ofendo a los demás con frecuencia. No suelo respetar las opiniones ajenas. En ocasiones, creo conflictos dentro del grupo.

B) IDENTIFICACIÓN DE COMPOR TAMIEN TOS o CONDUCTAS

Ante estas conductas o comportamientos has de poner las que consideres que son:

pasivas, asertivas o agresivas:

- Pretendes ganar a cualquier precio, lo quiera la gente o no.

- Si no pides lo que quieres: _____
- Te quejas a otras personas, no a las directamente implicadas:

- Gritas, intimidas, usas la violencia:

- Cuando no te gustan las conductas de otros, se lo dices, pero con buenos modales: _____
- Esperas que los otros adivinen lo que quieres:

- Actúas de forma positiva: _____
- Te comportas como si tú tuvieras derecho, pero el resto de la gente no:

Se pueden realizar actuaciones, ante las situaciones o comportamientos anteriores, mediante el rol-playing y hacerlo en las tres conductas posibles.

Actividad 2: CÓMO HACER O RECHAZAR PETICIONES

Al hacer o al rechazar una petición no siempre reaccionamos de forma que nos pueda asegurar el éxito.

- Ahora vamos a escenificar, en grupo, algunos de los ejemplos que se proponen a continuación:

Ejemplos de situaciones para practicar el hacer y rechazar peticiones:

- Intentar vender algo a otro compañero mientras él se resiste
 - Pedir a la cajera del supermercado que repase la cuenta porque crees que te ha cobrado de más.
 - Pedir al alguien del sexo opuesto que salga contigo.
 - Pedir a un profesor que te ha suspendido un examen, que lo revise.
 - Pedir a una amiga que te acompañe a una entrevista de trabajo.
 - Pedir a alguien que te preste una pequeña cantidad de dinero.
 - Pedirle a un médico que te atienda, aunque no tienes cita.
 - Pedir que te cambien un libro que has comprado y viene defectuoso.
 - Pedir a un compañero que te devuelva algo que le has prestado hace algún tiempo.
 - Pedir
-

- **Una vez representados en gran grupo vamos a leer este guión para HACER LAS PETICIONES de manera adecuada**

- a) Preparación: Analizar tus objetivos, la posible reacción del otro y las consecuencias a corto y largo plazo.
- b) Cuidar los pensamientos: eliminar exigencias.
- c) Lenguaje no verbal adecuado (no pasivo ni agresivo)
- d) Cuidar forma y contenido de la petición:
 - Mostrarse amable: pedir las cosas por favor...
 - Expresar la petición en forma clara y asegurarte de que te ha entendido
 - Poner de relieve lo importante que es para ti y el posible interés para el otro.
- e) Aumentar la probabilidad de que los demás accedan:
 - Ser persistente, ser flexible y predisponer a los demás a nuestro favor.
- f) Si no accede: aceptarlo y mostrarse con empatía, insistir pero no en exceso.
- g) Si accede: agradecerlo.
- h) Si no tiene claro qué respondernos: sugerirle que se tome un tiempo para pensarlo.

- **A continuación vamos a representar las situaciones descritas en los ejemplos anteriores pero esta vez lo haremos de la forma más adecuada posible, tal como se describe en este guión.**
- **Ahora leamos el siguiente guión para SABER RECHAZAR peticiones de manera asertiva**

- a) Preparación: Analizar tus objetivos, la posible reacción del otro y las consecuencias a corto y largo plazo.
- b) Cuidar los pensamientos: eliminar exigencias y catastrofismo.
- c) Lenguaje no verbal: tranquilo, coherente, firme, sereno... (no pasivo, ni agresivo).
- d) Mensajes verbales: expresar la negativa de forma clara, breve, amable y segura.
- e) Formas amables de decir no:
 - Sandwich: expresiones positivas, antes y después de rechazar la petición. Por ejemplo:
"Gracias por invitarme. Hoy no me viene bien, pero quedamos para otro día.
 - Comunicar sentimientos positivos: "Me alegra que hayas pensado en mi para eso, pero..."
 - Empatía: reformular su mensaje y coincidir con sus argumentos.
- f) Si el interlocutor insiste demasiado (formas menos amables)
 - Disco rayado: repetir una y otra vez que no quieres hacerlo.
 - Decirle: "No quiero hacerlo. Te agradeceré que no me lo vuelvas a pedir. Mi respuesta sería la misma".
 - Ignorarlo.

- Intentad representar nuevamente algunas de las situaciones propuestas con anterioridad, pero ahora siguiendo los pasos adecuados según se correspondan con hacer o rechazar peticiones.

Tambien podemos aprender: .¿qué es.....?

1-La técnica del Sánwich: es una técnica muy utilizada para conseguir rechazar peticiones y este procedimiento implica presentar una expresión positiva antes y/ o después de una expresión negativa. Esto se hace para suavizar la expresión negativa y para aumentar la probabilidad de que el receptor escuche claramente el mensaje negativo con una molestia mínima. A menudo la gente se vuelve hostil o se pone a la defensiva cuando se le niega algo que pide o cuando se le hace una crítica. Se puede suavizar todo haciendo la negación situada entre dos mensajes positivos:

Mensaje Positivo
Negación o crítica
Mensaje Positivo

2-La técnica del disco rayado: Esta técnica consiste en repetir un argumento una y otra vez, sin perder la calma. A través de ella podemos seguir diciendo lo que queremos sin ponernos nerviosos ni mostrarnos hostiles, pero sin dejarnos manipular por la persona que insiste en que hagamos algo que no deseamos hacer.

3-La empatía: La empatía es la capacidad de ponernos en el lugar de la otra persona y de considerar las cosas desde su punto de vista, comprendiendo también sus sentimientos.

9-RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS. SOLUCIÓN DE PROBLEMAS.

MÉTODO PARA ESTUDIAR UN PROBLEMA EN GRUPO

Objetivos

- Reconocer en un problema los distintos elementos
- Identificar metas y medios para alcanzar posibles soluciones
- Sustituir el acto impulsivo violento y la imposición de la fuerza por una metodología más racional y dialogante
- Aprender a interactuar con personas enfadadas, tristes, confundidas, etc.

Contenidos

- Diferenciar distintas actitudes frente a los conflictos
- Ayudar a resolver sin dirigir
- Crear y evaluar opciones
- Tomar decisiones y planificar su puesta en marcha.

Desarrollo de la sesión

Se va a trabajar la resolución de problemas y los diferentes pasos que se han de dar.

- Se les muestra el caso en forma de ejemplo. Se ven los diferentes momentos de la resolución.
- Una vez visto el ejemplo se les da el caso a trabajar. Para hacer este ejercicio se forman parejas o grupos para analizar el caso, decidir las diferentes opciones y valorar las posibles soluciones.
- Tras el trabajo en pareja, éste es revisado por el tutor o tutora haciendo una puesta en común y se reflexiona sobre las dificultades que hayan surgido.

Materiales

- 1.Documento de apoyo teórico para el profesorado (documento 1)
- 2.Documento ejemplo para trabajar con el alumnado (documento 2)
3. Documento "ayudando a resolver problemas" para el trabajo del alumnado (documento 3)

Temporalización

Una sesión dentro del horario de tutoría con su grupo de alumnos y alumnas.

DOCUMENTO 1 DE APOYO TEÓRICO AL TUTOR O TUTORA

ACTITUDES ANTE EL CONFLICTO

Todas las personas, según el motivo de la disputa, cómo estemos en ese momento o con quién tengamos el problema, tenemos distintas formas de reaccionar cuando nos surge un conflicto. Sintéticamente son:

- Confrontar: entendida como la forma violenta de responder, en la que tratamos de ganar y que el otro pierda.
- Evitar: es negar o no hacer frente al conflicto por miedo a la confrontación o al adversario.
- Colaborar: es intentar encontrar una solución de la que ambas partes salgan satisfechas.

Es importante que sean capaces de diferenciarlas ya que pueden encontrar a sus compañeros en cada una de estas posibles actitudes y no deben olvidar que la actitud de colaboración es la que tienen que promover para llegar a una solución que no sea impuesta y que sea constructiva, ya que las dos primeras son actitudes destructivas; en la primera "se va a por el otro" y en la segunda es posible que quien evite salga dañado. Tras detectar en qué actitud están las partes implicadas, deberemos hacerles reflexionar acerca de las ventajas e inconvenientes de esa actitud, con la intención de promover en ellos que adopten la que les resulte menos dañina, más constructiva y más satisfactoria para todos. Que les haga sentirse mejor consigo mismos. Si optan por una vía positiva, cooperante, pasaremos a RESOLVER EL CONFLICTO:

- 1) Tras identificar el problema vamos a
- 2) Crear opciones.

Se trata de que se propongan ideas de todo tipo para resolver el conflicto, desde las más realistas hasta las más idealistas, ya que en esta fase no utilizaremos el juicio o criterios para evaluarlas. Tiene que ser una creación libre.

- 3) Luego vamos a evaluarlas

En esta fase sí que se analizarán ventajas e inconvenientes de cada una. las más viables y las menos, las que mejor satisfacen las demandas de las partes, etc.

4) negociar las posibles soluciones

Aquí habremos de evaluar qué es lo más importante para cada parte, qué da y qué pide cada uno, cuál es el "terreno común", a qué pueden renunciar y a qué no, etc.

5) tomar decisiones.

Es decir, después de los dos filtros de evaluar y negociar habrá que escoger la mejor opción, para llegar a un acuerdo. También es muy importante que se les pregunte a los implicados qué se puede hacer para **evitar que esta situación se vuelva a repetir en el futuro**, ya que de esta manera se da la oportunidad a las partes de que ante una situación similar reaccionen de otra manera, fomentando de este modo la autonomía. Finalmente

6) planificar su puesta en marcha.

Donde se establece una agenda de compromisos.

7) En los casos que lo requieran habrá que acordar un seguimiento del problema. para evaluar si se cumplen los acuerdos y si funciona lo que se propuso, ya que en caso contrario habrá que realizar los oportunos ajustes para mejorar el acuerdo.

DOCUMENTO 2 EJEMPLO PARA TRABAJAR CON EL ALUMNADO

Estos pasos son fundamentales en la línea constructiva de resolución de conflictos, ya que el acento está en el futuro (¿qué hacemos para resolverlo), no en el pasado (¿qué pasó?. ¿cómo sucedió?), por lo tanto permite superar el "echarse las culpas" y no ahondar en recriminaciones, cambiando de este modo la dinámica y el contenido de la comunicación. Por lo tanto ayuda a salir de posturas defensivas o agresivas para ir a actitudes constructivas y cooperativas.

CASO: un compañero te cuenta que se ha peleado con su hermano porque ambos quieren utilizar la consola a la vez. Su hermano dice que es suya, pero ellos comparten muchos juegos. Luego para tu compañero eso no es excusa, ya que él también le deja muchas cosas.

1. PARAR, NO DEJARSE LLEVAR POR EL IMPULSO Y REFLEXIONAR

2. IDENTIFICAR EL PROBLEMA Compartir un juego. Decidir de quién es o

- ¿Cuál es el problema? quién tiene más derecho a usarlo.
 - ¿Qué le ha pasado?
 - ¿Quiénes están en el problema?
- Directamente / Indirectamente • ¿Cómo se sienten?
- ¿Hay algo más que debería saber?

3. GENERAR PROPUESTAS

- ¿Qué quieren? Quiere jugar con la consola y no puede hacerlo.
- ¿Para qué lo quieren? Le preocupa que se han enfadado mucho entre ellos y la madre le
- ¿Qué necesitan/les preocupa? ha regañado y le ha dejado a los dos sin jugar.

4. EVALUAR LAS DISTINTAS PROPUESTAS

Las propuestas a trabajar son:

- ¿Qué es lo mejor que me puede pasar?
 - A. Usarlo por turnos
- ¿Por qué?
 - B. Buscar un juego de equipo en el

que podáis

participar los dos

C. Vender la

consola

- Evaluar las posibles consecuencias cada una.

A. Ventajas

Inconvenientes

Se acaba la pelea
turnos

Se pueden pelear por los

Juegan los dos y el mismo tiempo

2º ESO. Material para el tutor

Los dos tienen que ceder

B. Ventajas

Inconvenientes

Juegan los dos tiempo

Si uno pierde, juega menos

Puede ser muy animado pelearse

Al competir, pueden

Se sigue compitiendo cosas

Tienen que seguir acordando

C. Ventajas

Inconvenientes

No hay más peleas jugar

Los dos pierden, ninguno puede

Los dos están tristes

5. ESCOGER LA MEJOR OPCIÓN, LA QUE SEA CAPAZ DE CUMPLIR Y LLEVAR A LA PRÁCTICA

Tomar una decisión

6. ACORDAR³: SI EL CONFLICTO ES CON OTRA PARTE, HABRÁ QUE CONSENSUAR CON ELLA LA "MEJOR SOLUCIÓN PARA AMBOS" Y LUEGO ELABORAR EL ACUERDO A QUE SE LLEGUE EN UN CONTRATO

7. PLANIFICAR LA PUESTA EN MARCHA DE LA OPCIÓN ESCOGIDA, DEFINIENDO QUIÉN decidís quién empieza a jugar ¿cuánto tiempo va a estar cada uno? HACE QUÉ, CÓMO Y CUÁNDO ¿Cuándo?

8. SEGUIMIENTO: PARA EVALUAR LOS
semanas os

Después de una o dos

RESULTADOS AJUSTES QUE FUERAN

juntáis y véis si:

Y HACER LOS CAMBIOS NECESARIOS
acordado (los

¿Se ha respetado lo

POR SI SURGIERAN NUEVOS PROBLEMAS

turnos)?

• ¿Cómo os ha ido? ¿Funcionó el acuerdo?
variación del

¿Ha habido alguna

• Si en el futuro se diera una situación similar:

plan inicial?

¿Qué podríamos hacer para

¿Ha habido algún problema?

que esto no se repitiera?
con el acuerdo?

¿Se puede continuar

• ¿Ha mejorado la situación?

• ¿Cómo ha cambiado?

INDICACIONES

**Deriva -si es un problema serio- con la aprobación de tu
compañero**

Pide consejo u orientación si estás dudoso o confundido

**Infórmate sobre las normas, para que no se incumplan derechos y
obligaciones.**



DOCUMENTO 3: AYUDANDO A RESOLVER CONFLICTOS

A menudo en el instituto surgen conflictos entre compañeros y no sabemos como ayudar a resolverlos. En ocasiones incluso agravamos más la situación a veces sin intención. A continuación te vamos a contar una historia que ha ocurrido realmente en un instituto de la provincia de Cádiz.

CASO: En una clase de 2º de ESO empezaron a faltar algunas cosas a los alumnos. Un día una chica no encontraba el rotulador que había comprado el día anterior, a los pocos días un compañero no encontraba su calculadora. El último incidente fue la pérdida de un reproductor de MP3. Todos sospechaban de Juan que era poco comunicativo y no se llevaba bien con algunos compañeros. En algún momento había gastado una broma cogiendo algo de toro compañero aunque al final lo devolvía.

En uno de los recreos, un grupo de compañeros se dirigieron hacia él acusándolo de robar en clase. Juan se puso nervioso y como podéis imaginar la cosa termino en pelea. El asunto llegó a oídos del jefe de estudios, que una vez escuchadas todas las partes decidió sancionar a los alumnos que agredieron a Juan.

Como no se pudo averiguar quien había robado, la tutora decidió permanecer en clase a la hora del recreo ya que en ese momento se producían los robos. Uno de esos días escucho la puerta y sorprendía a una alumna de 3º de Eso con la llave maestra que había conseguido . Finalmente la alumna confesó haber robado, por lo que tuvo que devolverlo todo y pedir disculpas a sus compañeros (y se le impuso alguna sanción).



MÉTODO PARA ESTUDIAR UN PROBLEMA EN GRUPO

1. PARAR NO DEJARSE LLEVAR POR EL IMPULSO Y REFLEXIONAR.

2. IDENTIFICAR EL PROBLEMA:

- ¿Cuál es el problema?
- ¿Qué ha pasado?
- ¿Quiénes están en el problema directa o indirectamente?
- ¿Cómo se sienten?

3. GENERAR PROPUESTAS:

- ¿Qué quieren?
- ¿Para que lo quieren?
- ¿Qué necesitan/les preocupan?

4. EVALUAR LAS DISTINTAS PROPUESTAS:

- ¿Qué es lo mejor que puede pasar?
- ¿Por qué?
- Evaluar las posibles consecuencias de cada una

VENTAJAS

INCONVENIENTES

5. ESCOGER LA MEJOR OPCIÓN. LA QUE SEA CAPAZ DE CUMPLIR Y LLEVAR A LA PRÁCTICA

6. ACORDAR. Si el conflicto es con otra parte habrá que consensuar con ella la "mejor solución para ambos" y luego elaborar el acuerdo a que se llegue en un contrato.

7. PLANIFICAR LA PUESTA EN MARCHA DE LA OPCIÓN ESCOGIDA, DEFINIENDO QUIÉN HACE QUÉ, CÓMO Y CÓANDO.

8. SEGUIMIENTO: para evaluar los resultados y hacer los ajustes que fueran necesarios o pro si surgieran nuevos problemas:

- ¿Cómo os ha ido? ¿Funcionó el acuerdo?
- Si en el futuro se diera una situación similar ¿qué podríamos hacer para que esto no se repita?
- ¿Ha mejorado la situación?
- ¿Cómo ha cambiado?

INDICACIONES: Deriva- si es un problema serio- con la aprobación de tu compañero.

Pide consejo y orientación si estás dudoso o confundido.

Infórmate sobre las normas, para que se cumplan derechos y obligaciones

Un grupo eficaz de trabajo debe utilizar un método que asegure la máxima productividad y un orden de tratamiento del tema.

He aquí, en síntesis, los pasos de un buen método de trabajo para solucionar en grupo un problema:

1. Investigar los hechos	<p>Es decir, analizar la realidad de la que se parte. Para ello la clave está en hacerse estas preguntas:</p> <p><i>¿Qué...? / ¿Quién...? / ¿Dónde...? / ¿Cuándo...? / ¿Cómo...?</i></p>
2. Delimitar el problema	<p>Llegar a un planteamiento común de la cuestión, a partir de los hechos analizados. Todo el grupo debe estar de acuerdo en el punto de vista desde el que se estudiará el problema.</p> <p>La pregunta que, como grupo, debe hacerse en esta fase del trabajo es la siguiente:</p> <p><i>¿En qué consiste exactamente el problema?</i></p> <p><i>¿Cuáles son sus términos?</i></p>
3. Analizar las causas	<p>El grupo procede luego a un análisis riguroso y exhaustivo de las causas del problema. Es una etapa ingrata, pero absolutamente necesaria para dar con las soluciones más acertadas posteriormente.</p> <p>La pregunta-clave en esta fase del método es:</p> <p><i>¿Por qué están así las cosas?</i></p> <p><i>¿Qué factores o qué causas influyen en la situación</i></p>
4. Buscar la mejor solución	<p>El proceso de búsqueda de soluciones implica los siguientes pasos:</p> <p>a) imaginar todas las posibles soluciones al problema, fomentando al máximo la creatividad del grupo;</p> <p>b) analizar pros y contras de cada una de ellas;</p> <p>e) determinar cuál o cuáles son las mejores soluciones, a juicio del grupo.</p> <p>La pregunta-clave en torno a la cual se organiza esta fase del trabajo es:</p> <p><i>¿Qué hacer?</i></p> <p><i>¿Qué solución tiene el problema?</i></p>
5. Preparar la acción	<p>Es decir, determinar qué acciones concretas hay que emprender y repartir las responsabilidades entre los miembros del grupo.</p> <p>Se trata, para terminar, de responder a la pregunta:</p> <p><i>¿Cómo hacer?, ¿Qué acciones hay que emprender?</i></p> <p><i>¿De qué se responsabiliza cada uno?</i></p>

Ejercicio práctico:

Estudiemos el siguiente problema:

Durante el transcurso de los dos primeros meses de curso, un grupo de secundaria está acumulando muchos partes de incidencias en cuanto a conductas contrarias a las normas de convivencia; como consecuencia de ello, los profesores no pueden dar clase con normalidad y los alumnos y alumnas no pueden trabajar de manera normalizada, por lo que, si todo sigue así, los resultados de esta primera evaluación serán poco satisfactorios.

1.- Analizarlo siguiendo los 5 pasos anteriores en grupos de 5-6 alumnos.

2.- Un portavoz de cada grupo expone el trabajo realizado por su grupo.

3.- Una vez oídos todos los portavoces de los diferentes grupos, el profesor haciendo de moderador, recoge las principales conclusiones que aporta el gran grupo de alumnos, refiriéndose siempre a los 5 puntos dados para analizar un problema.

4.- Se establecen acuerdos en el seno del grupo y se plasman por escrito de cara a su ejecución y valoración de los resultados obtenidos.

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

1ª SESIÓN

MÉTODO PARA ESTUDIAR UN PROBLEMA EN GRUPO

Un grupo eficaz de trabajo debe utilizar un método que asegure la máxima productividad y un orden de tratamiento del tema.

He aquí, en síntesis, los pasos de un buen método de trabajo para solucionar en grupo un problema:

<p>1. 1.Investigar los hechos</p>	<p>Es decir, analizar la realidad de la que se parte. Para ello la clave está en hacerse estas preguntas; <i>¿Qué...? / ¿Quién...? / ¿Dónde...? / ¿Cuándo...? / ¿Cómo...?</i></p>
<p>2. 2.Delimitar el problema</p>	<p>Llegar a un planteamiento común de la cuestión, a partir de los hechos analizados. Todo el grupo debe estar de acuerdo en el punto de vista desde el que se estudiará el problema. La pregunta que, como grupo, debe hacerse en esta fase del trabajo es la siguiente: <i>¿En qué consiste exactamente el problema?</i> <i>¿Cuáles son sus términos?</i></p>
<p>3. Analizar las causas</p>	<p>El grupo procede luego a un análisis riguroso y exhaustivo de las causas del problema. Es una etapa ingrata, pero absolutamente necesaria para dar con las soluciones más acertadas posteriormente. La pregunta-clave en esta fase del método es: <i>¿Por qué están así las cosas?</i> <i>¿Qué factores o qué causas influyen en la situación</i></p>
<p>4. Buscar la mejor solución</p>	<p>El proceso de búsqueda de soluciones implica los siguientes pasos: a) imaginar todas las posibles soluciones al problema, fomentando al máximo la creatividad del grupo; b) analizar pros y contras de cada una de ellas; e) determinar cuál o cuáles son las mejores soluciones, a juicio del grupo. La pregunta-clave en torno a la cual se organiza esta fase del trabajo es: <i>¿Qué hacer?</i> <i>¿Qué solución tiene el problema?</i></p>
<p>5. Preparar la acción</p>	<p>Es decir, determinar qué acciones concretas hay que emprender y repartir las responsabilidades entre los miembros del grupo. Se trata, para terminar, de responder a la pregunta: <i>¿Cómo hacer?, ¿Qué acciones hay que emprender?</i> <i>¿De qué se responsabiliza cada uno?</i></p>

Actividad 1 - Ejercicio práctico:

Estudiemos el siguiente problema:

Durante el transcurso de los dos primeros meses de curso, un grupo de secundaria está acumulando muchos partes de incidencias en cuanto a conductas contrarias a las normas de convivencia; como consecuencia de ello, los profesores no pueden dar clase con normalidad y los alumnos y alumnas no pueden trabajar de manera normalizada, por lo que, si todo sigue así, los resultados de esta primera evaluación serán poco satisfactorios.

1.- Analizarlo siguiendo los 5 pasos anteriores en grupos de 5-6 alumnos.

2.- Un portavoz de cada grupo expone el trabajo realizado por su grupo.

3.- Una vez oídos todos los portavoces de los diferentes grupos, el profesor haciendo de moderador, recoge las principales conclusiones que aporta el gran grupo de alumnos, refiriéndose siempre a los 5 puntos dados para analizar un problema.

4.- Se establecen acuerdos en el seno del grupo y se plasman por escrito de cara a su ejecución y valoración de los resultados obtenidos.

10-PREVENCIÓN DEL MALTRATO ¡TRATÉMONOS BIEN!

MALTRATO ENTRE IGUALES: ¡TE PUEDE PASAR A TI! (2º E.S.O.)

Objetivos:

- Conocer cómo nos relacionamos con los demás y detectar posibles casos de maltrato entre escolares.
- Clarificar la idea de maltrato y describir situaciones de violencia que se hayan observado.
- Aprender la Técnica de Resolución de problemas y analizar casos prácticos.
- Conocer nuestros derechos y responsabilidades.
- Aprender qué podemos hacer si nos encontramos en una situación de maltrato

Desarrollo de la actividad:

1º Sesión: ¿Cómo nos relacionamos?

1. En primer lugar los alumnos contestarán a un cuestionario con preguntas relativas a su modo de relacionarse. Los resultados del mismo se analizarán en la reunión con tutores/as de donde surgirán propuestas de actuación.
2. En segundo lugar trabajaremos la noción de maltrato con el material "*El maltrato entre iguales: ¡Te puede pasar a ti!*", Para ello se leerá de forma colectiva el documento y se irá comentando aquellos conceptos que no se comprendan.
3. De forma individual y anónima cada alumno/a en un folio describirá una situación de maltrato vivida o bien que haya observado en la calle, televisión, etc. El profesor/a recogerá todas las situaciones y se leerán en voz alta.

2º Sesión: *Tratémonos bien*

1. **El tutor/a explicará brevemente el desarrollo de la actividad. Para ello utilizará el material que se incluye en el CD donde se detalla los 5 pasos de la Técnica de Resolución de problemas y hay un caso práctico resuelto con el nombre: ¿Qué puede hacer Cristina?**
2. Siguiendo el modelo de resolución de conflicto de Cristina se aplicará a las situaciones de: **¿Qué puede hacer Sonia? y ¿Qué puede hacer Sergio?**
Puesta en común de lo realizado, donde trataremos que comprendan lo importante que es aplicar los 5 pasos descritos.

3º Sesión: *Y, a partir de ahora... ¿qué?*

3. El tutor/a seguirá los 4 apartados descritos en el material incluido en el CD. Actividades propuestas:
 - 1) ¿Conoces algún caso de maltrato entre compañeros? Escribe lo que pasa, por qué crees que pasa, qué consecuencias tiene para esos compañeros...
 - 2) ¿Qué personajes hay en estas historias de maltrato? Si conoces a algún-a agresor-a (víctima, espectador-a), intenta "ponerte en su piel", por qué actuará así, qué tipo de ayuda necesita...
 - 3) Realiza una lectura colectiva sobre "Nuestros Derechos y Nuestras Responsabilidades" y, a continuación se debatirá sobre una serie de cuestiones:
¿Cumplimos nuestras responsabilidades?, ¿Se respetan los derechos en clase?, ¿Podemos mejorar nuestras relaciones en el grupo?,...
 - 4) Se analizarán los cinco consejos que deben seguirse ante una situación de maltrato.
4. Por último se realizará una asamblea de clase, en la que se llegarán a algunos acuerdos en cuanto a ACTITUDES, GESTOS Y ACCIONES a poner en marcha en el grupo-clase y/o en el Centro para mejorar la convivencia.

Tiempo: -Tres sesiones.

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

1ª SESIÓN: ¿CÓMO NOS RELACIONAMOS?

✖ Vamos a comenzar esta actividad contestando a una serie de cuestiones, que te van a servir de reflexión acerca del modo en que nos relacionamos con los demás.



CUESTIONARIO PARA EL ALUMNO

Nombre:Curso:

Te presentamos una serie de preguntas en las que hay que elegir rodeando con un círculo una sola respuesta. Sé sincero en tus respuestas. Gracias

SI = Estás de acuerdo

¿? = No sé, tengo dudas

NO = En desacuerdo

Cuestiones	Respuesta
1. ¿Te consideras un buen compañer@?.....	SI ¿? NO
2. ¿Tienes muchos amig@s en clase?.....	SI ¿? NO
3. ¿A veces te sientes aislad@?.....	SI ¿? NO
4. ¿Sueles caer bien a tus compañeros?.....	SI ¿? NO
5. ¿Te gastan a menudo bromas pesadas?.....	SI ¿? NO
6. ¿Discutes frecuentemente con tus compañer@s?.....	SI ¿? NO
7. ¿Solucionáis vuestros problemas de forma pacífica con diálogo y respeto?.....	SI ¿? NO
8. ¿Te preocupas de que todos tus compañer@s estén integrados en clase y se sientan a gusto?.....	SI ¿? NO
9. ¿Sueles compartir tu tiempo libre con tus compañer@s?.....	SI ¿? NO
10. ¿En alguna ocasión has visto a algún compañer@ de tu misma clase o de otras que se haya "pasado" con alguien en los pasillos, en el recreo, etc.?.....	SI ¿? NO
11. ¿Sueles defender a un compañer@ cuando ves que lo están molestando?.....	SI ¿? NO
12. ¿Sueles tener problemas para formar parte en los grupos de trabajo?.....	SI ¿? NO
13. ¿En alguna ocasión te has sentido intimidado o amenazado?.....	SI ¿? NO
14. ¿Alguna vez has comentado con tus amig@s la injusticia que se está cometiendo con un compañero "débil"?.....	SI ¿? NO
15. ¿Alguna vez has presenciado que algunos chic@s de tu centro molestan (empujones, cogotazos, insultos, motes,...) a otr@s y sabes que no se trata de una broma?	SI ¿? NO

A continuación, vamos a leer de forma colectiva el documento "*El maltrato entre iguales: ¡Te puede pasar a ti!*", al mismo tiempo que iremos comentándolo.

¡TE PUEDE PASAR A TI!



Maltrato entre iguales

¡TE PUEDE PASAR A TI!

El material ¡TE PUEDE PASAR A TI! quiere ayudar a los alumnos y alumnas a pensar en el daño que nos podemos hacer los unos a los otros, queriendo o sin querer.

Las relaciones con los compañer@s pueden ser muy agradables; con ell@s estamos bien, compartimos y aprendemos muchas cosas importantes de la vida. Pero a veces, queriendo o sin querer, nos hacemos daño y esto genera infelicidad, malestar y sufrimiento.

Cuando nos peleamos y nos pegamos nos hacemos daño, pero también hacemos daño cuando insultamos a una persona o nos burlamos de ella y también cuando no la dejamos jugar, cuando la echamos del grupo y nadie quiere estar con ella y siempre se queda sola. También hacemos daño cuando hablamos mal de alguien a sus espaldas para que los demás no sean sus amig@s. **Todo esto es maltratar.**

Quizás en algún momento habéis sufrido o habéis hecho cosas de estas. A veces se empieza jugando, pero se trata de darse cuenta de que esto hace daño, que no debe hacerse y que entre todos podemos evitarlo. Así conseguiremos convivir tod@s mejor y ser más felices.

En los Centros Educativos aprendemos lengua, matemáticas y otras cosas importantes, pero sobre todo **debemos aprender a vivir y a trabajar juntos.**

Esperamos que esta lectura breve sobre qué es el maltrato os anime a trabajar en tutoría sobre este tema que nos afecta a tod@s.

La violencia no resuelve los problemas, sólo crea nuevos conflictos.

¿QUEREMOS UN MUNDO MEJOR?

¡HAGÁMOSLO!

- ✘ Para finalizar esta sesión, vas a describir en un folio (que recogerá el tutor/ora), de forma anónima, alguna situación de maltrato vivida u observada en el instituto, calle,...**

2ª SESIÓN: TRATÉMONOS BIEN

“Tratémonos bien” tiene por objetivo aprender a convivir en un contexto cercano como es la clase, el centro, sabiendo resolver los problemas con respeto y sin agresión.

Comenzaremos esta sesión comentando a nuestros alumnos y alumnas los resultados del cuestionario y exponiendo su forma de relacionarse. Posteriormente el tutor/a seleccionará 2 ó 3 casos de maltrato de los descritos por los alumnos y alumnas en la primera sesión para analizarlos a través de la técnica de resolución de problemas.

El tutor/a podrá comenzar introduciendo que cuando nos relacionamos entre nosotros/as solemos tener "problemas". Tenemos problemas con nuestros compañeros/as porque discutimos, nos peleamos, a veces nos metemos con alguien, o se meten con nosotros, se burlan o nos burlamos y ... un montón de problemas más.

Podemos aprender a evitarlos y a tomar decisiones cuando no sepamos qué hacer. Se trata de que mejoremos nuestras relaciones personales y sociales.

Para ello vamos a aprender los 5 pasos de la Técnica de Resolución de problemas:

- 1. Identificar el problema**
- 2. Buscar soluciones**
- 3. Anticipar consecuencias**
- 4. Elegir una solución**
- 5. Probar la solución**

1. IDENTIFICAR PROBLEMAS

Consiste en reconocer que existe una situación de conflicto. Para ello es necesario dar respuesta a las siguientes preguntas: **¿Cuál es el problema?, ¿qué ocurre?, ¿qué ha pasado?, ¿por qué pasó eso?, ¿cómo te sientes?, ¿cómo crees que se siente la otra persona?...**

2. BUSCAR SOLUCIONES

Consiste en generar y producir muchas alternativas de solución al problema planteado. Es necesario dar respuesta a las siguientes preguntas: **¿Qué se puede hacer y/o decir para solucionar el problema?, ¿qué harías tú para solucionar el problema?, ¿qué otra cosa se podría hacer?, ¿qué otra cosa se te ocurre hacer? y ¿qué otra cosa harías si no puedes hacer lo anterior?**

3. ANTICIPAR CONSECUENCIAS

Consiste en pensar las consecuencias de nuestros actos y de los actos de los demás y tenerlas en cuenta antes de actuar. Es preciso resaltar que:

1. Las consecuencias pueden ser positivas y negativas.
2. Hay que tener en cuenta las consecuencias para uno mismo y para las otras personas que intervienen en el conflicto.
3. Diferenciar cuando se es actor o actriz principal y cuando receptor de un conflicto iniciado por o tro/a.

Es necesario tener en cuenta cada posible solución y dar respuesta a las siguientes preguntas: **Si yo hago... ¿qué puede ocurrir después?. Si la otra persona hace...¿qué puede ocurrir después?.**

4. ELEGIR UNA SOLUCIÓN

Consiste en tomar una decisión después de evaluar cada alternativa llegando a elegir la solución que se pondrá en práctica.

Para elegir una solución cuando se tiene un problema, es necesario tener en cuenta cada posible solución y evaluarla tratando de dar respuesta a las siguientes preguntas: **Esta solución, ¿es buena idea?, ¿por qué?. ¿Es peligrosa?, ¿atenta a la seguridad física de alguno/ a de los implicados?, ¿esa solución es justa?, ¿cómo afecta a la otra persona?, ¿cómo se va a sentir?, ¿se tiene en cuenta sus derechos?, ¿cómo te hace sentir a ti esta solución?... De todo lo que puedes hacer, ¿cuál crees que dará mejor resultado?**

5. PROBAR LA SOLUCIÓN

Consiste en planificar paso a paso cómo se va a llevar a cabo la solución. Cuando se haya puesto en práctica la mejor solución se comprueba los resultados obtenidos. Si funciona problema resuelto y si no funciona habría que mejorar la solución elegida o bien buscar otra solución.

Veamos un ejemplo:

"En el recreo Rocío está insultando y ridiculizando a Cristina"

¿QUÉ PUEDE HACER CRISTINA?

1º.Identificar el problema.

¿Cuál es el problema?. La agresión verbal de Rocío a Cristina.

2º.Buscar soluciones

- Ⓜ Insultarle ella también.
- Ⓜ No hacer nada y callarse.
- Ⓜ Pegarle
- Ⓜ Decírselo al profesor/a.
- Ⓜ No hacerle caso.
- Ⓜ Preguntarle por qué le insulta y se burla.

3º Anticipar consecuencias

1. Si le insulto yo también....

Se enfadará ella más y seguirá insultándome.

Me pegará.

Se marchará y me dejará tranquila.

2. Si no hago nada y me callo...

Seguirá insultándome.

Pensará que soy cobarde.

Se cansará y se irá.

3. Pegarle...

Ella me pegará más.

Le demostraría que soy más valiente.

Se lo dirá a la profesora y me reñirá a mí...

4. Decírselo a mi profe...

El profesor/a hablará con ella.

Otro día me volverá a insultar.

Dirá que soy chivata.

Me cogerá manía y no será mi amiga.

5. No hacerle caso...

Se aburrirá y se irá.

Se cansará.

Me insultará más todavía.

6. Preguntarle porqué me insulta y se burla.

No hará caso y seguirá insultándome.

Me responderá y no lo volverá a hacer.

Me dará una excusa falsa.

4º Elegir una solución.

Hablar con ella.

5º Probar la solución.

Creo que lo mejor es esperar a mañana en la hora del recreo. Primero me acercaré a ella y le diré: "Rocío quiero hablar contigo; después le diré lo mal que me sentí cuando ayer en el recreo".

¿Qué puede ocurrir?

"Puede que Rocío no me haga caso y diga que no tiene tiempo de hablar conmigo; en ese caso le diré: "Es cosa de dos minutos o bien, ¡vale!, ¿hablamos luego a la salida?".

Al final del proceso se evaluarán los resultados obtenidos.

"¡Bravo!, lo he hecho fenomenal y he logrado lo que pretendía. Rocío ha hablado conmigo y ha dejado de insultarme.

¡No me ha salido bien!, ¡no importa!. Probaré otra de las soluciones. Voy a pensar bien cómo lo tengo que hacer."

A continuación vamos a trabajar en el entrenamiento de la técnica de resolución de problemas. Para ello comenzaremos con los problemas que tenemos en clase. Se seleccionará uno y aplicaremos los 5 pasos que hemos aprendido en el ejemplo anterior.

El tutor/ a leerá algunos de los casos descritos por los alumnos y alumnas en la primera sesión. En el caso de que no se hubiera comentado alguno, a continuación se describen algunas situaciones.

"Alberto y Sonia son compañeros de clase. Alberto molesta a Sonia durante la hora de música diciéndole que ella no sabe tocar la flauta. Un día, Alberto pasa por la mesa de Sonia y le dice: ¡qué dibujo más horrible has dibujado!". ¿Qué puede hacer Sonia?

"Sergio es algo tímido y tiene pocos amigos. Desde el año pasado una pandilla de otro curso lo busca en el recreo para quitarle el bocadillo. Otras veces lo insultan, le pegan empujones y le tiran todo su material escolar. Sergio tiene miedo de ir a clase y de encontrárselos por los pasillos. ¿Qué puede hacer Sergio?

HOJA DE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS

1º. IDENTIFICAR EL PROBLEMA:

2º BUSCAR SOLUCIONES:

3º ANTICIPAR CONSECUENCIAS:

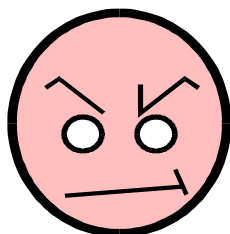
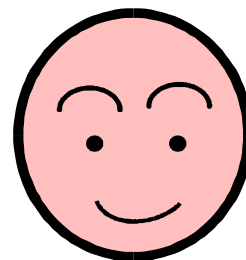
4º ELEGIR LA SOLUCIÓN:

5º PROBAR LA SOLUCIÓN:

3ª SESIÓN: Y A PARTIR DE AHORA... ¿QUÉ?

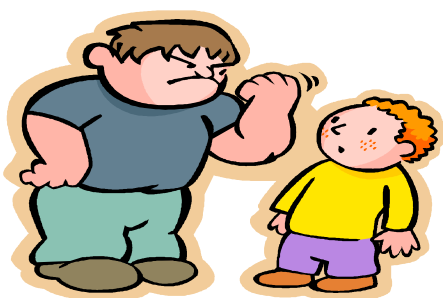
I. UN REPASO A NUESTRAS RELACIONES

En las sesiones anteriores, hemos trabajado sobre nuestras relaciones con los demás. Veíamos que las relaciones con los compañeros son en unas ocasiones muy agradables: compartimos, aprendemos juntos, aprendemos unos de otros, establecemos una relación de compañeros, o de amigos... Tener colegas, amigas, sentirse queridos-as, valorados y aceptados es una de las mejores cosas que nos puede ocurrir. Cuando nos relacionamos así es estupendo, aunque a veces haya roces, enfados o pequeños conflictos.



Pero también hemos reconocido que en otras ocasiones nos hacemos daño, ya sea porque no nos aceptamos, hay insultos de unos a otros, no respetamos a los demás ni sus cosas personales, nos gastamos bromas de mal gusto que hacen sufrir a aquella persona a la que se la hacemos, hablamos mal de otros o les ponemos motes... En fin, reconocemos que en las relaciones entre nosotros se dan problemas más serios.

Cuando una persona maltrata a otra pegándole o acosándole; cuando la insulta, la humilla, la pone en ridículo; cuando la amenaza o se burla... cuando alguien hace esto, y lo hace de forma repetida y con intención de hacerle daño, estamos hablando de MALTRATO ENTRE IGUALES.



¿Conoces algún caso de maltrato entre compañeros? Escribe lo que pasa, por qué crees que pasa, qué consecuencias tiene.

II. ¿QUÉ PERSONAJES HAY EN ESTAS HISTORIAS DE MALTRATO?

1. El/la **agresor-a** o intimidador-a, que provoca el maltrato



2. El/La **víctima**, que sufre el maltrato y está indefenso.

3. Los **espectadores**, compañeros y compañeras que observan, conocen y/o sospechan los actos de maltrato, pero no suelen hacer nada.



- Si conoces a algún-a agresor-a, intenta "ponerte en su piel", es decir intenta comprender qué le pasa, por qué actuará así, qué tipo de ayuda necesita.
- Haz lo mismo en el caso de la víctima y los espectadores. Ponte en su lugar, analiza por qué actúan como lo hacen y propón algunas respuestas de tu parte que pueda ayudarles a actuar de una manera distinta.
- ¿Con qué personaje te identificas tú? ¿Te comportas como agresor-a, como víctima o eres un espectador-a que no intervienes o te diviertes en las peleas?
- Recuerda situaciones que has vivido con tus compañeros en las que has sido agresor, víctima o espectador. ¿Qué ocurrió? ¿Por qué actuaste así? ¿Cómo te sentiste? ¿Cómo se sentían los otros?

III. PENSEMOS UN POCO

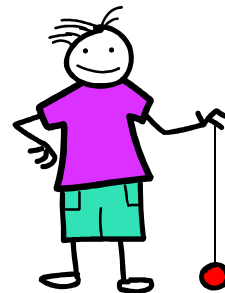
Sí, vamos a pensar que las situaciones de maltrato hacen daño a todos. Por supuesto a las víctimas, pero también a los agresores-as y a los espectadores. Porque unos privan a otros de sus derechos y no son responsables de sus actuaciones y de las consecuencias que tienen. ¡TRATÉMONOS BIEN...!, nos decíamos en la sesión de tutoría anterior. Muchas cosas nos pueden ayudar a ello, una en concreto es tener claro cuáles son nuestros derechos y nuestras responsabilidades.

Todas las personas tenemos DERECHO a ser bien tratadas

En este Instituto, y en todas partes, tengo derecho a ser bien tratado/a.

Esto significa que...

- . NADIE debe pegarme, ni darme empujones, ni hacerme daño físicamente.
- . NADIE debe amenazarme, ni atemorizarme.
- . NADIE debe quitarme ni estropear mis cosas.
- . NADIE debe insultarme, burlarse ni reírse de mí.
- . NADIE debe difundir rumores sobre mí.
- . NADIE debe excluirme del grupo, ni impedirme que me relacione con mis compañeros/as.



Todos estos DERECHOS deben ser respetados SIEMPRE

... y nuestras responsabilidades ↻

Todas las personas tenemos el DEBER de tratar bien a los demás

Esto significa que...

- . YO no debo pegar, ni dar empujones, ni hacer daño físicamente a nadie.
- . YO no debo amenazar, ni atemorizar a nadie.
- . YO no debo quitar, ni estropear las cosas de los demás.
- . YO no debo insultar, burlarme ni reírme de nadie.
- . YO no debo difundir rumores sobre las demás personas.
- . YO no debo excluir a nadie del grupo, ni impedir a nadie que se relacione con los compañeros/as.

Todos estos DEBERES deben cumplirse SIEMPRE

IV. ¿QUÉ PUEDES HACER SI TE ENCUENTRAS EN UNA SITUACIÓN DE MALTRATO?

A continuación vas a leer una serie de recomendaciones que te pueden ayudar en el caso de que te encuentres en una situación de maltrato. Léelos y comenta con tus compañeros/as cuál de ellos te resulta más difícil llevar a la práctica y por qué:

1.- Intenta mantener la calma. Si gritas o lloras puedes empeorar la situación. Si ven que te molestan lo pueden repetir para "divertirse".

2.- No respondas de la misma forma: pegar o responder con insultos empeora la situación. Dí algo como "No me hables así", o pregunta "¿No tienes nada mejor que hacer?". No respondas como él o ella espera. Utiliza la imaginación.

3.- Intenta hablar amistosamente: utiliza las respuestas asertivas que hayas practicado en casa o en clase.

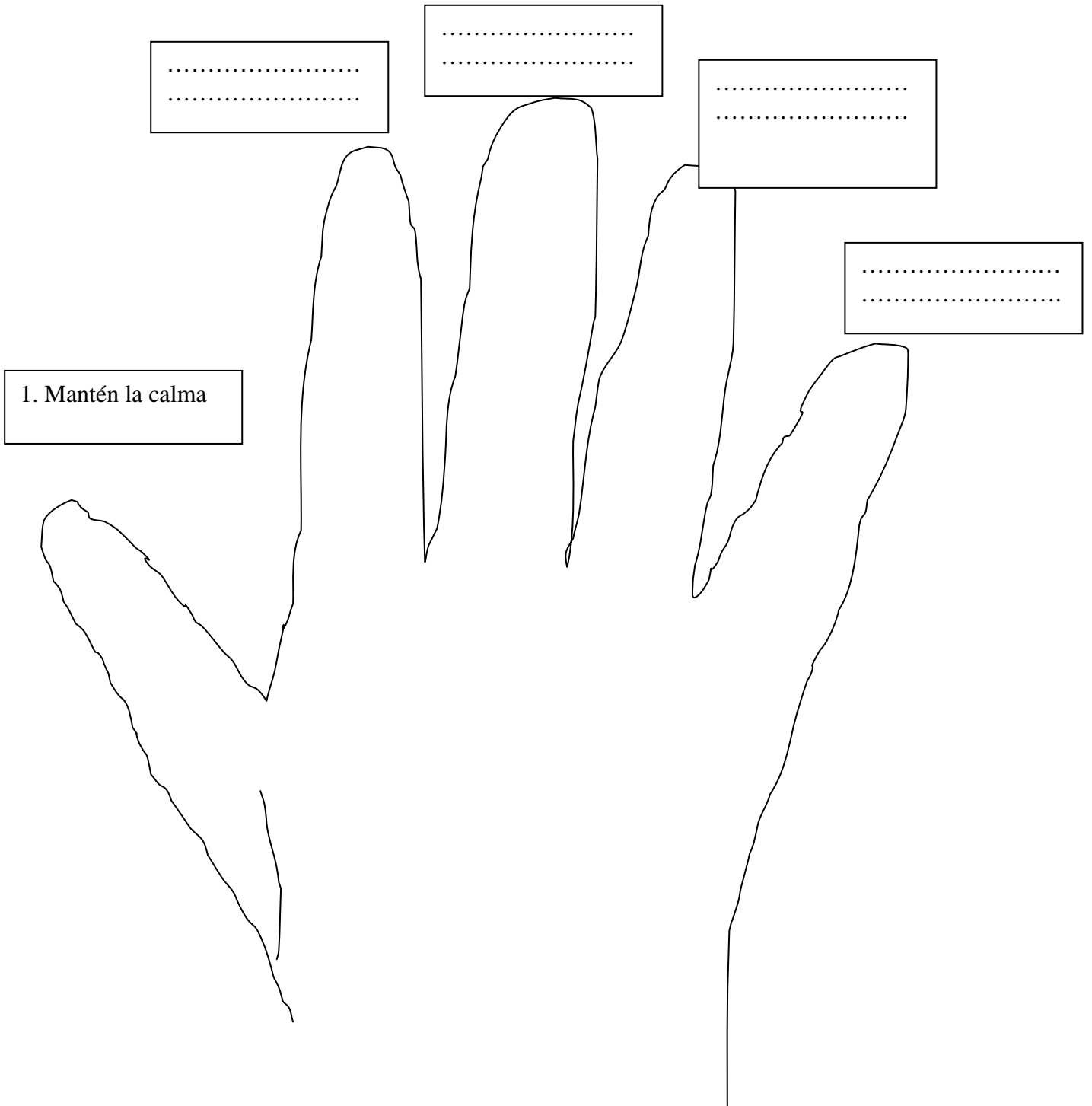
4.- Abandona el lugar. A menudo, la mejor solución es escapar de la situación y buscar la ayuda de un adulto. Esto no es cobardía, es actuar con inteligencia.

5.- Háblalo con alguien. Explícaselo a tu tutor/a o a un adulto. No tenemos que callar estas situaciones. Denunciar una situación de maltrato no es "chivarse". Es defender un derecho fundamental.

Estos pasos te pueden ayudar. Dialoga con tu compañero sobre ellos. Comparte cuál es el que te resulta más difícil y por qué. ¿Qué tipo de ayuda necesitas para no formar parte de ese trío (agresor-víctima-espectador)?

Para finalizar, estableceremos un diálogo en clase para llegar a acuerdos en cuanto a actitudes, gestos y acciones que debemos tener en el grupo clase y/o en el Centro para mejorar la convivencia.

Escribe las cinco recomendaciones



11-DESCUBRIENDO PROFESIONES

Objetivos:

1. Conocer el Sistema Educativo.
2. Conocer las materias y opciones en 3º y 4º de ESO
3. Analizar distintas profesiones por el lugar de trabajo, las herramientas que utilizan y cuál es el objeto de su trabajo (el profesiograma).
4. Investigar sobre profesiones que les interesen.

Desarrollo de la actividad:

Las actividades que se proponen para el cuaderno del alumno de 2º de ESO: Descubriendo Profesiones se realizarán en 2 sesiones ,:

1ª SESIÓN:

CONOCER EL SISTEMA EDUCATIVO. Con ayuda del tutor o la tutora el alumnado realizará un recorrido por el sistema educativo comprendiendo el gráfico y realizando las preguntas que les surjan.

CONOCER LAS MATERIAS DE 3º Y 4º DE ESO

CONOCER LAS PROFESIONES. El tutor o la tutora explicará en que consiste un profesiograma y las ventajas de su realización. Propondrá que se repitan lo menos posible las profesiones escogidas por el alumnado para conseguir un variado abanico de fichas profesiográficas entre todos.

Es importante iniciar esta actividad en la primera sesión para poder exponer lo trabajado en casa en la siguiente sesión.

2ª SESIÓN:

ADIVINA DE QUÉ PROFESIÓN HABLAMOS. Se inicia con un juego que les hace reflexionar sobre características de distintas profesiones.

PONEMOS EN COMÚN LOS PROFESIOGRAMAS QUE HEMOS REALIZADO

Cada alumno/a expondrá a la clase el Profesiograma que ha realizado durante la semana; los demás compañeros realizarán preguntas si lo desean o complementarán los datos con información que conozcan.

El tutor o tutora dirigirá el coloquio sobre las distintas profesiones que se expongan.

Se puede confeccionar un cuaderno con todos los profesiogramas y así tenerlo para consulta en clase.

MATERIALES.

Para realizar el Profesiograma se pueden utilizar libros de consulta y páginas de Internet sobre estudios, profesiones y carreras, así como entrevistas a profesionales que conozcan. Se debe realizar en casa para conseguir la información y para propiciar un diálogo sobre el tema con los padres.

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

Es hora de acercarnos al conocimiento del mundo de los estudios y las profesiones. El curso pasado en 1º de ESO ya comenzamos a interesarnos por profesiones, e investigamos sobre algunas para conocer mejor qué se realiza en ellas y cómo se trabaja. Vamos en este curso a continuar investigando sobre las profesiones con otras actividades que nos pueden ayudar a delimitar qué estudios y profesiones nos gustaría ejercer en el futuro y qué necesito para conseguirlo.

Saber qué es lo que queremos para nuestro futuro es un buen estímulo para movernos hacia conseguirlo, y para ello debemos dedicar nuestro tiempo y nuestro interés en informarnos. En cada curso las actividades de orientación vocacional nos encaminan a un objetivo que está ahí mismo: "Decidir que estudios vamos a realizar al terminar 4º de ESO", y más a medio plazo: "Decidir qué profesión ejerceremos cuando terminemos los estudios".

Bob Greene decía "El que no sabe lo que quiere acaba donde no quiere estar".

PRIMERA SESIÓN

CONOCER EL SISTEMA EDUCATIVO

Para que comprendáis el poco tiempo que os falta para realizar algunas elecciones importantes sobre vuestros estudios vamos a realizar un recorrido por el sistema educativo que aún os queda por cursar.



EN 3º DE ESO ESTUDIARÁS ESTAS MATERIAS

Áreas comunes:

- Ciencias de la Naturaleza (o "Física y Química" y "Biología y Geología).
- Educación Física.
- Ciencias Sociales, Geografía e Historia.
- Lengua castellana y Literatura.
- Primera lengua extranjera.
- Matemáticas.
- Tecnologías

Materias Optativas (elegir una)

- Cambios Sociales y Género.
- Cultura Clásica
- Segunda Lengua Extranjera
- Otras que tu centro oferte.

EN 4º DE ESO ESTUDIARÁS:

Áreas comunes:

- Educación Física
- Educación Ético-Cívica
- Ciencias Sociales, Geografía e Historia
- Lengua Castellana y Literatura
- Matemáticas (materia terminal o materia preparatoria para estudios posteriores)
- Primera Lengua Extranjera.

Además, deberás cursar tres materias, a elegir entre las siguientes:

- Biología y Geología
- Educación Plástica y Visual
- Física y Química
- Informática
- Latín
- Música
- Segunda Lengua Extranjera
- Tecnología.

CONOCER LAS PROFESIONES

Esta actividad consiste en conocer diversos aspectos de las profesiones que desempeñan personas de nuestro entorno. Podemos seleccionar algunas profesiones distintas para tener información de un mayor número de profesiones y poder comentarlas posteriormente a todo el grupo.

Cada alumno/a podrá hacer uno o varios profesiogramas (investigaciones sobre una o varias profesiones) y después exponerlos en clase para formar un *fichero* con todas las profesiones analizadas.

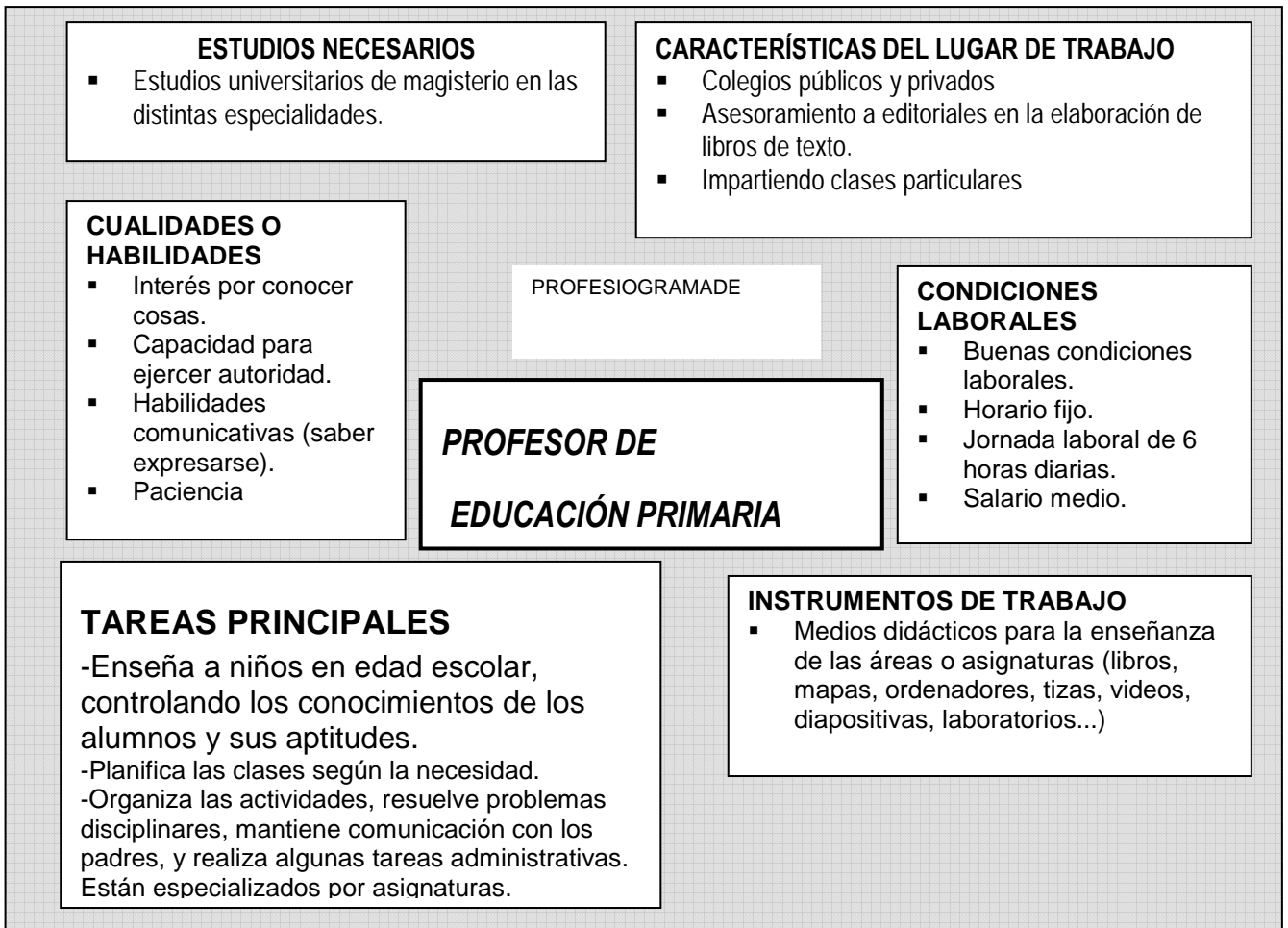
El **profesiograma** es un gráfico o ficha en el que se escriben las principales características de una profesión.

Apartados del Profesiograma:

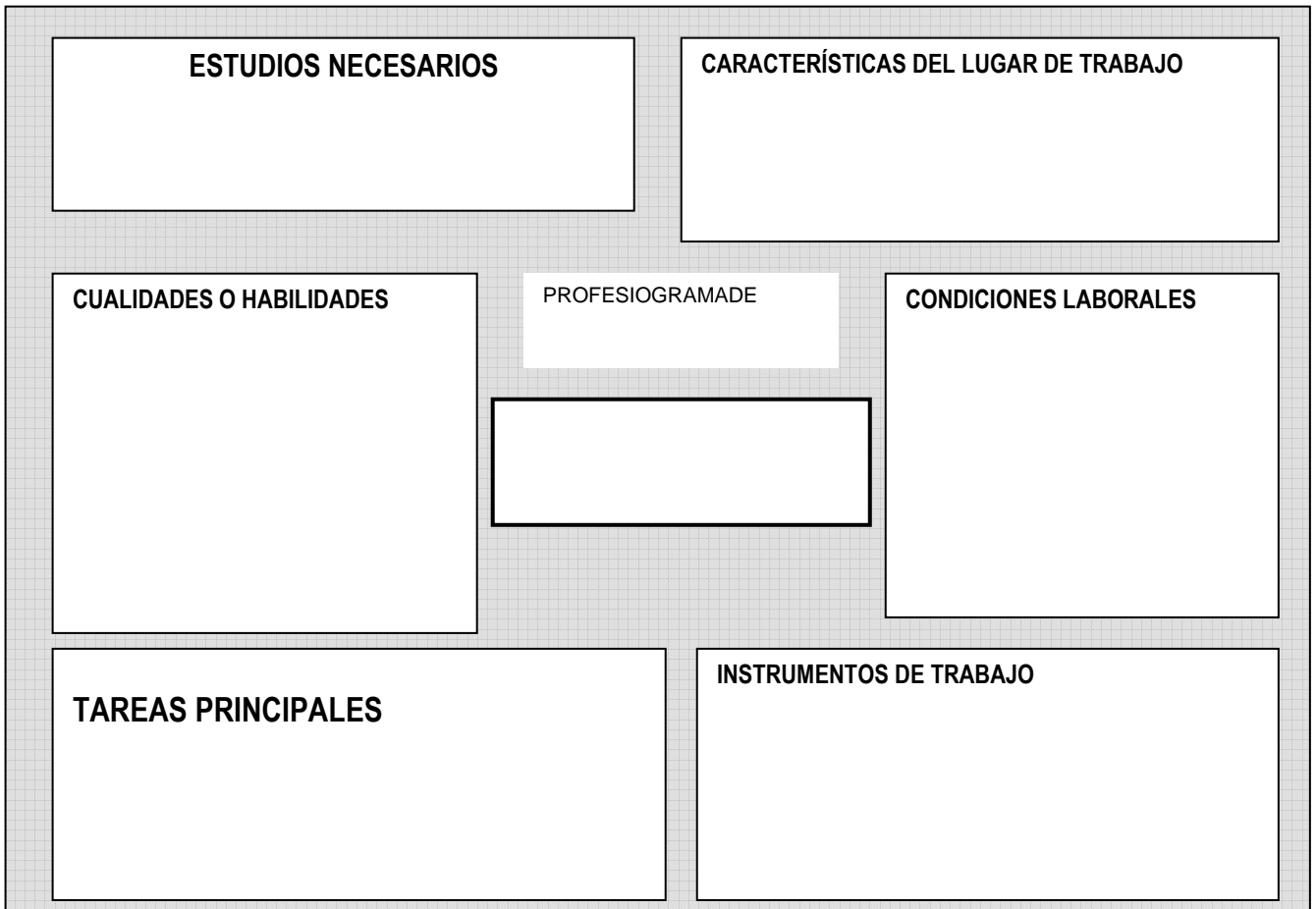
1. Nombre de la Profesión
2. Estudios necesarios
3. Características del lugar de trabajo: (al aire libre, recinto cerrado, ambiente agradable, en diversos lugares, ...)
4. Condiciones laborales: (horario, vacaciones, riesgos o peligros para la salud, sueldo aproximado, estabilidad laboral o tipo de contrato, ...)
5. Instrumentos de trabajo: (herramientas manuales, máquinas complejas, vehículos de transporte, ordenadores, teléfono, ...)
6. Principales tareas: (de tipo manual, intelectual, fuerza física, ...) Cualidades o habilidades que se requieren para desempeñar bien la profesión.



EJEMPLO DE PROFESIOGRAMA



HAZ TU AHORA UN PROFESIOGRAMA



SEGUNDA SESIÓN

ADIVINA DE QUÉ PROFESIÓN O ESTUDIO HABLAMOS.

En este juego te vamos a ofrecer 2 modelos, para que tú y tus compañeros los miréis y hagáis otros semejantes. Debes pensar en una profesión o estudio e inventar pistas, para que tus compañeros la puedan adivinar, todas deben ser ciertas, al principio las pistas pueden ser algo abstractas, para que tarden en adivinarlas y "sufran" un poco, a partir de la 7ª pista vas poniendo cosas más concretas.

El tutor/a puede irte dictando estos u otros ejemplos para que vayan jugando desde el principio.

MODELO A

- Estudié en la Universidad
- Mi carrera duró 3 años
- Hace años había muy pocos profesionales
- En el Instituto me encantaba la Biología.
- En la Universidad la signatura fuerte fue anatomía
- Al acabar hice un Master en Osteopatía
- Hoy trabajo en un Hospital.
- También trabajo en un club deportivo
- Mi campo profesional es la rehabilitación
- Tengo gran experiencia en dar masajes.

Habrás adivinado que soy:

MODELO B

- Dejé el Instituto al cumplir 16 años
- En mi trabajo empecé de aprendiz.
- Al principio llevaba la caja de las herramientas.
- Mis amigos me decían "el calambres"
- Trabajo en edificios en construcción.
- También voy por las casas haciendo "chapuzas".
- Mis alicates deben ir aislados
- El "mono" me sienta bien
- Meto cables por un tubo
- Para trabajar ya no quito la corriente
- Coloco enchufes, interruptores en las instalaciones eléctricas

Habrás adivinado que soy:

2º ESO.Material para el tutor

Ahora te toca a ti :

-
-
-
-
-
-
-

PONEMOS EN COMÚN LOS PROFESIOGRAMAS QUE HEMOS REALIZADO

Cada uno de vosotros contará a la clase el Profesiograma que ha realizado durante la semana; podréis realizar las cuestiones sobre las que tengáis dudas y compartir informaciones sobre los estudios o profesiones que más os interese. Vuestro tutor o tutora dirigirá el coloquio.

Podéis confeccionar un cuaderno con todos los profesiogramas y así consultarlo en otro momento.

OTRA ALTERNATIVA DE ACTIVIDADES EN TRES SESIONES

1ª SESIÓN RELACIONAR PROFESIONES

El Instituto, además de servir para aprender Lengua, Matemáticas, Música, ... te tiene que valer para conocer el mundo en el que vas a vivir y desempeñar un papel en beneficio propio y de la sociedad.

Sabes que tienes que aprender un oficio o profesión, que cada año surgen nuevas profesiones, y debes conocer qué se hace en cada una y cómo se pueden estudiar.

1. Te proponemos un juego. En la parte superior aparecerán desordenadas 32 profesiones, pertenecientes a 4 campos. Tu trabajo será relacionarlas correctamente.

(Si alguna profesión no la conoces, tendrás que usar el diccionario)

Recepcionista, Dentista, Jardinero, Camarero, fisioterapeuta, electricista, Ingeniero electrónico, guía turístico, ingeniero agrónomo, Auxiliar de Enfermería, cocinero, auxiliar farmacia, Instalador eléctrico, forestal, director hotel, cardiólogo, Técnico Instalaciones electrónicas, botones, pastor, Técnico Equipos Electrónicos, Técnico Viveros, Celador, Pinche, Conductor ambulancias, Técnico. Mantenimiento, Criador caballos, Dietista, Ingeniero Montes, Antenista, Enólogo, Agente viajes, Ingeniero

Sanidad	Electrónica	Agricultura Ganadería	Hostelería

2. Investigo qué se hace en estas profesiones.

Quizá debas consultar en un diccionario para saber qué realizan los siguientes profesionales:

Topógrafo	
Ebanista	
Piscicultor	
Carrocero	
Bisutero	
Protésico	
Fresador	
Alicatador	
Geólogo	
Charcutero	
Frigorista	
Esmaltador	
Maquetista	
Dietista	
Marroquiner	

3. Relacionamos profesiones con una de sus tareas. Aquí aparecen desordenadas, en dos columnas, diferentes profesiones y algunas de las tareas que se realizan en ellas. Tu labor consiste en relacionarlas de manera adecuada.

Profesiones

Tareas

- | | |
|------------------------------|---|
| a. Estética | 1. Cortador prendas en una fábrica |
| b. Animador deportivo | 2. Realizar análisis aguas residuales |
| c. Secretario | 3. Jefe de recepción de un hotel |
| d. Gestor comercial | 4. Organizar archivos de una oficina |
| e. Técnico de sonido | 5. Encargado de prevenir y extinguir incendios |
| f. Técnico alojamiento | 6. Peinar en salones de belleza |
| g. Informático | 7. Coordinador de actividades en un polideportivo |
| h. Carpintero | 8. Gestionar compra-venta de productos |
| i. Técnico laboratorio | 9. Encargado de realizar grabaciones en estudios |
| j. Auxiliar de enfermería | 10. Crea programas informáticos |
| k. Técnico confección | 11. Instala puertas y ventanas en edificios |
| l. Gestor recursos naturales | 12. Mide la presión arterial a enfermos |

SEGUNDA SESIÓN

CONOCER LAS PROFESIONES

Esta actividad consiste en conocer diversos aspectos de las profesiones que desempeñan personas de nuestro entorno. Podemos seleccionar algunas profesiones distintas para tener información de un mayor número de profesiones y poder comentarlas posteriormente a todo el grupo.

Cada alumno/a podrá hacer uno o varios profesiogramas (investigaciones sobre una o varias profesiones) y después exponerlos en clase para formar un *fichero* con todas las profesiones analizadas.

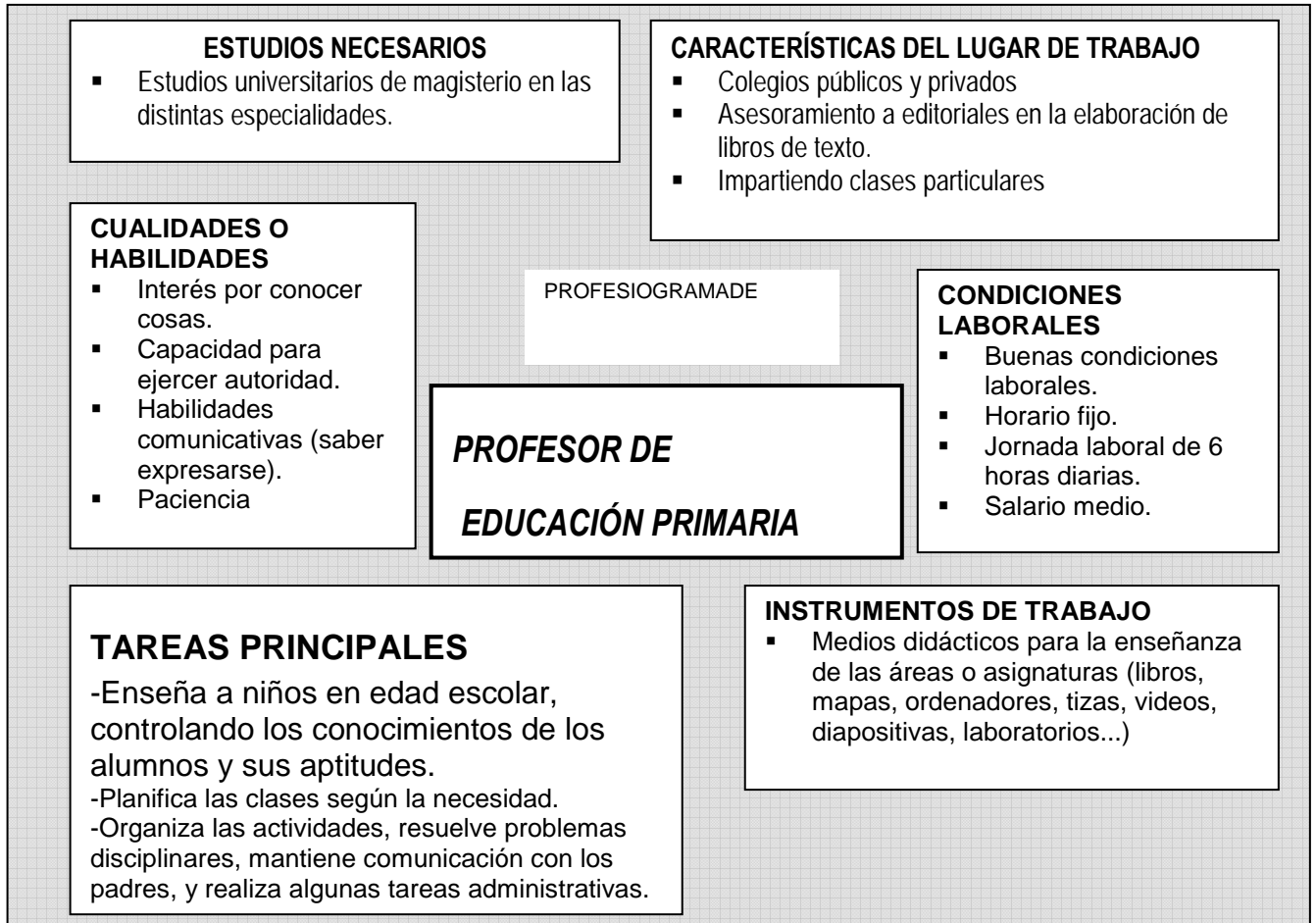
El **profesiograma** es un gráfico o ficha en el que se escriben las principales características de una profesión, como su título, estudios necesarios, dónde se desarrolla la actividad, las condiciones de trabajo, las herramientas, etc. El Profesiograma es un *modelo básico*, pero cada uno podrá añadir otras informaciones que considere también importantes.



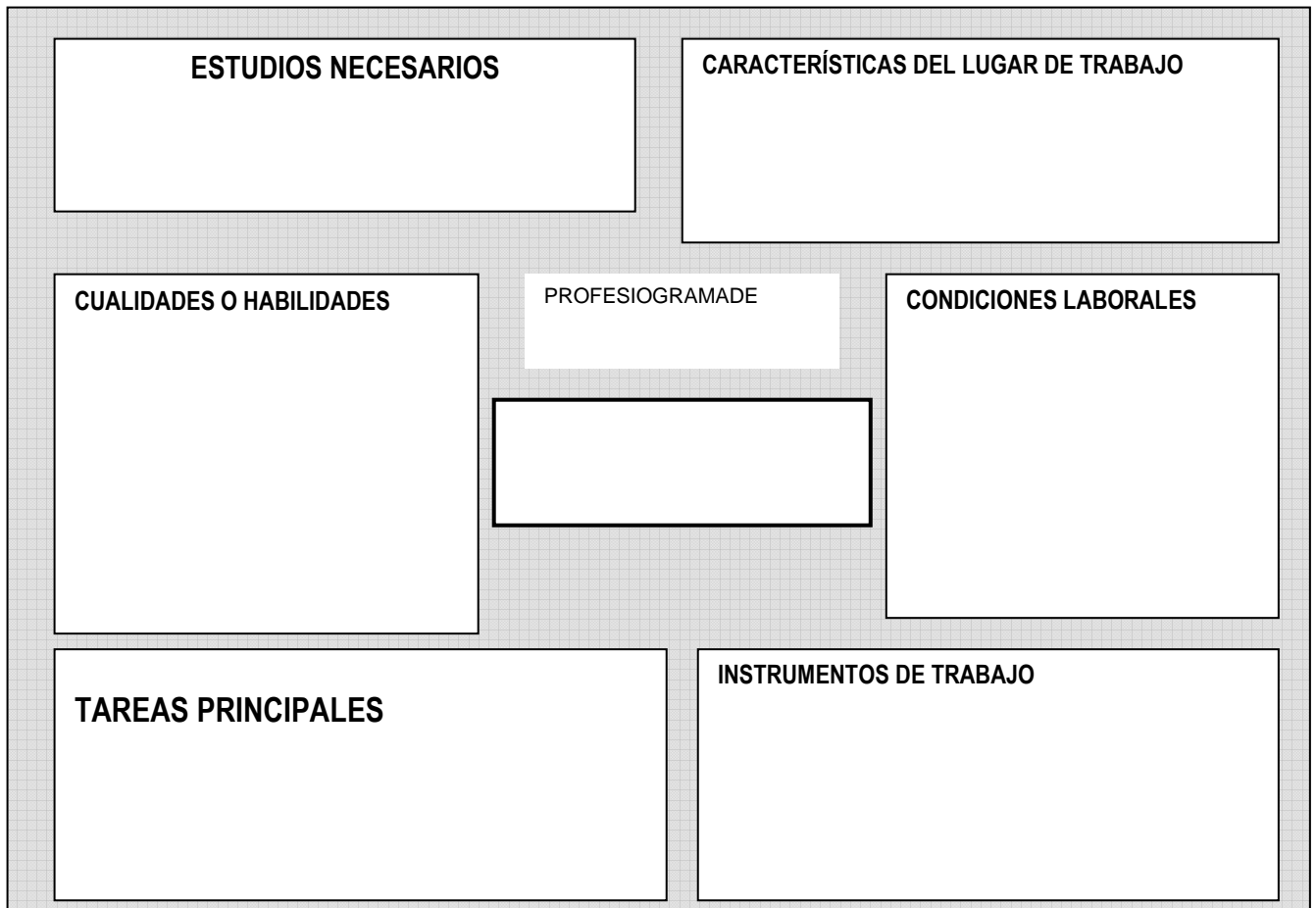
Apartados del Profesiograma:

1. Nombre de la Profesión
2. Estudios necesarios (títulos):
3. Características del lugar de trabajo:
(al aire libre, recinto cerrado, ambiente agradable, en diversos lugares, ...)
4. Condiciones laborales:
(horario fijo o flexible, número de horas de la jornada laboral, vacaciones, riesgos o peligros para la salud, sueldo aproximado, estabilidad laboral o tipo de contrato, ...)
5. Instrumentos de trabajo:
(herramientas manuales, máquinas complejas, vehículos de transporte, ordenadores, teléfono, ...)
6. Principales tareas:
(de tipo manual, intelectual, fuerza física, ...)
7. Cualidades o habilidades que se requieren para desempeñar bien la profesión.

EJEMPLO DE PROFESIOGRAMA



HAZ TU AHORA UN PROFESIOGRAMA



3ª SESIÓN

ADIVINA DE QUÉ PROFESIÓN HABLAMOS.

En este juego te vamos a ofrecer 2 modelos, para que tú y tus compañeros los miréis y hagáis otros semejantes. Debes pensar en una profesión e inventar pistas, para que tus compañeros la puedan adivinar, todas deben ser ciertas, al principio las pistas pueden ser algo abstractas, para que tarden en adivinarlas y "sufran" un poco, a partir de la 7ª pista vas poniendo cosas más concretas.

El tutor/a puede irte dictando estos u otros ejemplos para que vayan jugando desde el principio.

MODELO A

- Estudié en la Universidad
- Mi carrera duró 3 años
- Hace años había muy pocos profesionales
- En el Instituto me encantaba la Biología.
- En la Universidad la signatura fuerte fue anatomía
- Al acabar hice un Master en Osteopatía
- Hoy trabajo en un Hospital.
- También trabajo en un club deportivo
- Mi campo profesional es la rehabilitación
- Tengo gran experiencia en dar masajes.

Habrás adivinado que soy:

MODELO B

- Dejé el Instituto al cumplir 16 años
- En mi trabajo empecé de aprendiz.
- Al principio llevaba la caja de las herramientas.
- Mis amigos me decían "el calambres"
- Trabajo en edificios en construcción.
- También voy por las casas haciendo "chapuzas".
- Mis alicates deben ir aislados
- El "mono" me sienta bien
- Meto cables por un tubo
- Para trabajar ya no quito la corriente
- Coloco enchufes, interruptores en las instalaciones eléctricas

Habrás adivinado que soy:

2º ESO.Material para el tutor

Ahora te toca a ti :

-
-
-
-
-
-
-

MI PROFESIÓN PREFERIDA

Aunque todavía no estás preparado para ejercer una profesión, seguramente ya habrá alguna que te guste, sea de la que hemos visto en actividades anteriores, sea otra que tú conozcas.

Ya sabemos que puedes cambiar de opinión más adelante, pero si en estos momentos tuvieras que elegir **¿qué te gustaría ser?** Piensa tres profesiones en las que te gustaría trabajar, escríbelas aquí por orden de preferencia.

1.-

2.-

3.-

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

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

Escribe aquí su nombre:

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

1. Es la profesión de mi padre o de algún familiar al que aprecio mucho
2. Me gusta porque la he visto en la tele.
3. Dicen que en ella se gana mucho dinero.
4. Desde pequeño me gustaba y me sigue gustando.
5. Mis padres dicen que es una profesión excelente.
6. Creo que tengo las cualidades que se requieren para esa profesión.
7. Es una profesión que tiene poco paro.
8. Solo me gusta volar y estar con mi gato.
9. Me gusta porque hay que estudiar poco.
10. La he elegido porque no se da ni golpe.
11. Me gusta poco, pero las otras me gustan menos.
12. Porque la gente de esta profesión son famosos e importantes.
13. Porque disfruto con eso.

OTROS MOTIVOS:

No existen motivos buenos y motivos malos. ¡Cada uno puede tener los que quiera! Pero algunos motivos son más duraderos y nos dan más FUERZA INTERIOR para trabajar y conseguirlo que queremos.

En general, los motivos externos suelen ser engañosos y cambiantes mientras que los motivos internos (los que sólo dependen de nosotros) son más seguros y poderosos. Entre los que antes hemos expuesto, los señalados con los números 4, 6 y 13 serían los motivos más interesantes:

***Desde pequeño me gustaba y me sigue gustando
Creo que tengo las cualidades que se requieren para esa
profesión
Porque disfruto con eso***

RECUERDA QUE:

Conviene que te informes, pero debes saber que la decisión final sólo tú misma/o puedes tomarla. Hay algunos factores que nos influyen, como por ejemplo los siguientes:

- ✚ Los padres y la familia nos aconsejan
- ✚ La televisión, Las modas y Los amigos
- ✚ El conocimiento o desconocimiento de las profesiones
- ✚ Las posibilidades económicas de nuestra familia para pagarnos los estudios
- ✚ Nuestras cualidades y capacidad de esfuerzo
- ✚ El conocimiento o desconocimiento de las profesiones
- ✚ El prestigio social de las profesiones.



12-PRIMERA EVALUACIÓN

REFLEXIONANDO ANTES DE LA PRIMERA EVALUACIÓN

Objetivos:

1. Conseguir que los alumnos 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. Resolver los posibles problemas que puedan tener en las distintas asignaturas **antes** de la sesión de evaluación.
4. Proporcionar un medio para que el grupo-clase pueda analizar y elaborar conclusiones que puedan ser presentadas por los Delegados en las sesiones de evaluación.

Desarrollo de la actividad:

1º. Motivar a los alumnos haciéndoles reflexionar sobre la importancia de analizar con objetividad el trabajo realizado durante el primer trimestre, con objeto de reforzar los logros conseguidos y corregir los posibles errores.

Explicar a los alumnos/as las fases de la Evaluación.

2º. Trabajo personal (15 minutos):

Cada alumno completará la ficha "**Reflexionando sobre la Primera Evaluación**" de manera individual en casa.

3º. Trabajo en pequeño grupo: (15 minutos)

Se organiza la clase en **grupos de 4-5 alumnos**, cada grupo nombrará un secretario y un moderador. En la **ficha resumen** se recogen las cuestiones más relevantes de la ficha que han realizado a nivel individual, para que la trabajen en grupo. 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: (15 minutos)

- Los secretarios 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 puede actuar como moderador del grupo-clase.
- El delegado 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 lleva a la sesión de evaluación las propuestas de su grupo.

Materiales:

DOCUMENTO PARA EL ALUMNO:

- "Reflexionando ante la Primera Evaluación".

DOCUMENTO PARA LOS PEQUEÑOS GRUPOS y PARA EL DELEGADO:

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

Duración:

Esta actividad necesita varias sesiones de tutoría (al menos dos) para llevarse a cabo.

Metodología:

A partir de los cuestionarios del cuaderno de tutoría:

1º- Autoevaluación sobre su rendimiento en los estudios.

Es conveniente insistirles en esta idea: revisar lo que hemos hecho y las causas de nuestros fallos es la única forma de mejorar. "Estudiar *más*" seguro que les puede ayudar, pero también queremos que se den cuenta de que pueden "estudiar *mejor*".

Hacemos una puesta en común, para ver cuáles son los problemas y soluciones más repetidas, y el delegado toma nota para llevar las conclusiones a la sesión de evaluación. También toma nota de cambios positivos (si los hay) que ya se hayan producido colectivamente en la clase en cuanto a su actitud ante los estudios.

2º- El ambiente de clase. Si se encuentran a gusto con el grupo, si los compañeros se respetan unos a otros, si hay ambiente de ayuda y compañerismo o por el contrario hay alumnos que tratan mal a otros...

Después de que cada alumno rellena este apartado individualmente, hacemos una puesta en común. Si se detectan problemas, puede ser el momento de tratarlos, e incluso de fijar compromisos colectivos.

En cualquier caso, el delegado toma nota de las conclusiones (tanto de lo negativo como de lo positivo), para llevarlas a la sesión de evaluación.

3º- Reelaboración de sus críticas respecto a las asignaturas.

Es muy probable que a raíz de esta actividad empiecen a argumentar que la solución de sus dificultades en una determinada asignatura pasa por pedir al profesor/a correspondiente determinados apoyos o cambios. Pasos que podemos seguir:

- Sólo atender la demanda si es mayoritariamente compartida por la clase (lo que podemos comprobar realizando una votación a mano alzada). En ese caso:
- El tutor les ayuda a reelaborar sus quejas en una propuesta concreta, realista y que incluya también compromisos de mejora por parte de los alumnos. Se vota de nuevo para estar seguros de que toda la clase asume la propuesta.
- El delegado toma nota por escrito. Si tenemos dudas de que sea capaz de plantear el tema adecuadamente al profesor (porque preveamos que se puede mostrar exigente, irrespetuoso, o expresarlo mal) podemos pedirle que realice una simulación de cómo piensa enfocar el asunto con el profesor. El resto de los alumnos funcionan como observadores y luego comentamos juntos cómo lo han visto.
- En la siguiente sesión de tutoría, el delegado comentará a la clase los resultados de sus conversaciones con los profesores.

En ningún caso se permitirá que planteen sus quejas directamente en la sesión de evaluación. Allí sólo pueden presentar la valoración sobre los problemas de la clase y los compromisos asumidos a nivel general, que el delegado llevará por escrito.

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

REFLEXIONANDO ANTES DE LA PRIMERA EVALUACIÓN

La primera evaluación está cerca. Aún quedan varias semanas para que puedas mejorar tu rendimiento, para intentar esforzarte en aquellas áreas / materias que no van bien y para que el ambiente de trabajo de tu clase sea el más adecuado para el estudio. Al objeto de reflexionar sobre la marcha del curso y de obtener una visión lo más real posible de las dificultades, contesta con sinceridad a las siguientes preguntas:

1.- En general, ¿estás a gusto en el grupo en el que te ha tocado este curso?:
SI () NO (). Escribe **tu opinión** sobre:

¿Cómo se trabaja en clase? Explica tu respuesta:	
¿Cómo es la relación con los compañeros/as? Explica tu respuesta:	
¿Cómo es la relación con los profesores? Explica tu respuesta:	

2.- Consideras que globalmente el **rendimiento académico de la clase** en este primer trimestre ha sido:

() Bueno () Malo () Regular

3.- ¿Cuáles crees que son las **cuestiones que deberían cambiarse** para que el grupo mejorara su ambiente de trabajo y su rendimiento en los estudios?.
Escríbelas por orden de importancia:

1ª	
2ª	
3ª	

2º ESO. Material para el tutor

4.- ¿Encuentras **difícil** este curso?: SI () NO () ¿Por qué?:

5.- Por lo que a ti respecta piensas que **tu rendimiento general** en esta evaluación ha sido:

() Bueno () Malo () Regular

6.- Escribe las **materias** que te han resultado **más difíciles** y las posibles **causas**:

MATERIAS	CAUSAS A QUE LO ATRIBUYO

7.- Contesta las siguientes cuestiones marcando con una cruz la respuesta que más se ajuste a lo que piensas. **En general, a lo largo de este primer trimestre...**

	SI	A VECE S	NO
He atendido durante las explicaciones			
He tomado siempre apuntes durante las explicaciones			
He participado en clase con frecuencia			
He preguntado a los profesores cuando no entendía lo que me explicaban			
He realizado diariamente las tareas			
He estudiado con regularidad			
He recibido ayuda (profesores, amigos, profesor particular..) para reforzar o recuperar			
He preparado bien las clases			
Los resultados son negativos comparado con el tiempo que he dedicado			
Los resultados son positivos comparado con el tiempo que he dedicado			
He tenido problemas personales o familiares que me han perjudicado en el estudio			
Los profesores apenas me han llegado a conocer			
Algunos compañeros me distraen continuamente			

2º ESO.Material para el tutor

8.- Para **superar estas dificultades**, ¿qué tendrías que hacer tú?, ¿qué mejoras les pedirías a los profesores?

MATERIAS	QUE TENGO QUE HACER YO	QUE LES PIDO A LOS PROFESORES

9.- Anota las **calificaciones** que crees que deberías obtener en cada materia, teniendo en cuenta lo que has trabajado durante este primer trimestre:

Lengua y Literatura		Física y Química		Educación Física	
Inglés		Biología y Geología		Religión / Alternativa	
Matemáticas		Música		Vida Moral y Reflexión Ética	
Ciencias Sociales		Tecnología		Optativa 1	
Ciencias Naturales		Educación Plástica		Optativa 2	

10.- Contesta estas cuestiones sobre el funcionamiento de tu agenda:

- * ¿Anotas las tareas para casa? _____ ¿Y lo que tienes que estudiar? _____
- * ¿Cuántas veces se han comunicado los profesores/as con tus padres? _____
- * ¿Y tus padres con los profesores? _____

11.- Escribe lo que más te preocupa sobre la primera evaluación:

12.- Si yo fuera a la sesión de evaluación me gustaría decir:
(Propuestas para mejorar las clases, algunas áreas / materias, el Centro...)

- DOCUMENTO SÍNTESIS DE LAS OPINIONES DEL GRUPO -

GRUPO: _____ **TUTOR/A:** _____

1.- Nuestra opinión sobre la marcha del grupo a lo largo del primer trimestre es...

Ambiente de trabajo	
Convivencia y respeto entre los compañeros	
Aprovechamiento del tiempo de clase	
Relaciones profesores / alumnos	
Problemas concretos de la clase...	

2º ESO. Material para el tutor

2.- Las cosas que deberían mejorarse para que el grupo mejorase su ambiente de trabajo y su rendimiento en los estudios son, por orden de importancia:

1ª	
2ª	
3ª	

3.- Las materias que nos están resultando más difíciles y las posibles causas son:

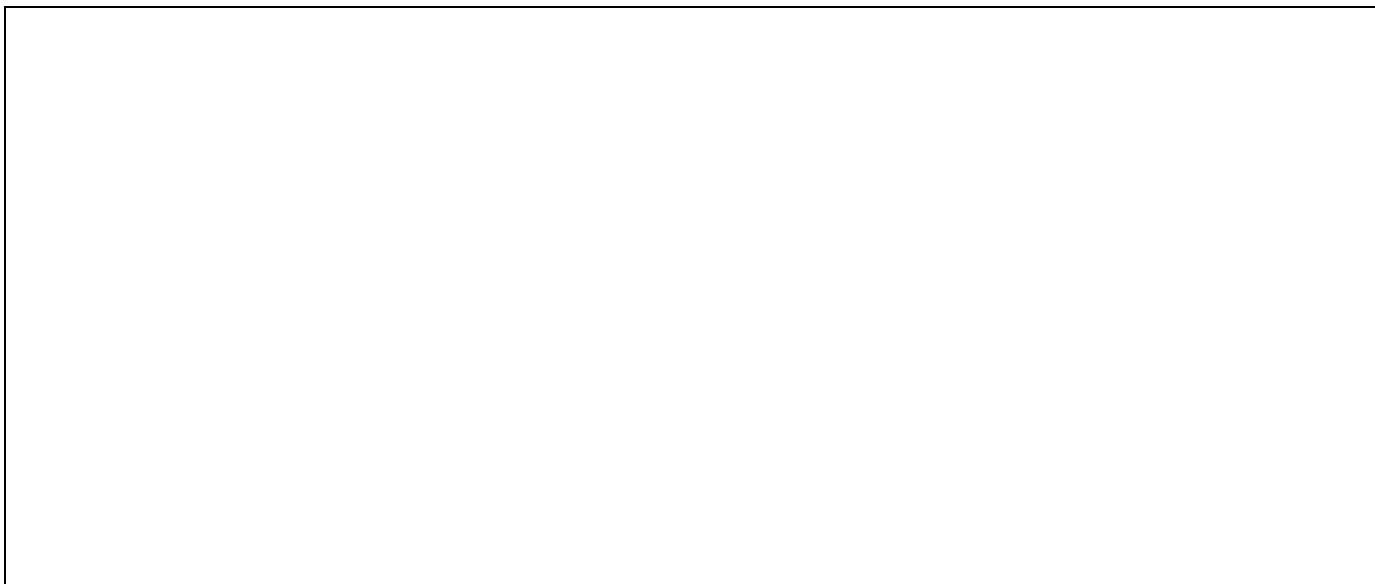
MATERIAS	CAUSAS

4.- Para superar estas dificultades, ¿qué tendríamos que hacer los alumnos?, ¿qué pedimos a los profesores?

MATERIAS	QUE TENEMOS QUE HACER NOSOTROS	QUE LES PEDIMOS A LOS PROFESORES

2º ESO.Material para el tutor

5.- En la sesión de evaluación queremos que se diga:
(Propuestas para mejorar las clases, algunas áreas / materias, el Centro...)

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for students to write their suggestions for improving classes, subjects, or the school center.

SESIÓN DE TUTORÍA POST-EVALUACIÓN

Tras haber celebrado la Junta de Evaluación y la entrega de calificaciones, es conveniente que en cada grupo se produzca una reflexión sobre los resultados obtenidos y las opiniones generadas en esa sesión de Evaluación, con el fin de reajustar los errores producidos y de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por ello vamos a llevar a cabo esta sesión de tutoría, que tendría el siguiente formato:

• **OBJETIVOS:**

1. Conseguir que los alumnos/as reflexionen sobre su propio trabajo analizando las causas que hayan influido en su rendimiento: clima de aula, dificultades en determinadas materias, etc...
2. Aprender a analizar con objetividad las cuestiones relacionadas con la evaluación.
3. Proporcionar un instrumento que permita al alumno/a tomar decisiones que puedan mejorar su rendimiento de modo individual y grupal.

• **MATERIALES:**

- 1.-DOCUMENTO PARA EL ALUMNO:
"Ficha sobre conclusiones sesión de postevaluación".
- 2.-DOCUMENTO PARA EL GRUPO -CLASE:
"Síntesis del documento que el delegado expone en la sesión de evaluación".

• **CONTENIDOS:**

- Analizar los resultados de la evaluación tanto a nivel individual como, sobre todo, a nivel grupal.
- Analizar los acuerdos tomados en la sesión de evaluación.
- Plantear compromisos que lleven a la mejora de los resultados obtenidos y a la eliminación de aspectos negativos en la dinámica de clase, así como afianzar aquellos aspectos positivos.

• **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

1. Exposición por parte del tutor/a de los resultados académicos.
2. Exposición del análisis hecho por el Equipo Educativo respecto al grupo, valorando el trabajo en clase, el trabajo en casa, el comportamiento y el respeto de normas.
3. Comunicación de las recomendaciones y acuerdos adoptados.
4. Información del Delegado del curso sobre la aportación de los alumnos en la Preevaluación, así como la valoración que sobre ella tuvieron los profesores.

2º ESO.Material para el tutor

5. Discusión en grupo sobre propuestas de mejora y puesta en común de compromisos adquiridos para el siguiente trimestre (deben ser acuerdos claros y concretos).
6. A partir de estos acuerdos, cada alumn@ escribe en su hoja de acuerdos (ficha de postevaluación) las conclusiones sobre los principales éxitos y fracasos, los motivos y los compromisos adquiridos.
7. Esta ficha será el punto de partida para la siguiente sesión de Preevaluación trimestral.

	Aspectos Positivos Aspectos Negativos	Compromisos personales	Compromisos del grupo
<p>En cuanto a trabajo en clase: <i>¿Haces los ejercicios que manda el profesor?, ¿traes el material?, ¿estás atento a las explicaciones?, ¿preguntas las dudas?,...</i></p>			
<p>En cuanto a trabajo y estudio en casa: <i>¿Haces las tareas que se le manda?, ¿con cuanto tiempo estudias para los controles?, ¿tienes organizado y planificado el estudio (horarios, seguimiento de la agenda),etc...</i></p>			
<p>En cuanto a comportamiento y normas : <i>¿respetas el turno de palabra?, ¿estás en silencio mientras el profesor/a explica?, ¿cuidas el material?...</i></p>			

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A**FICHA: CONCLUSIONES SESIÓN DE POST- EVALUACIÓN**

Tras las vacaciones afrontamos un nuevo trimestre y conviene recordar la sesión de tutoría que realizamos antes de la entrega de notas en la que reflexionamos sobre las dificultades que nos encontramos. Este debe ser el punto de partida para afrontar este nuevo trimestre modificando aquellos aspectos negativos que valoramos de manera personal y en grupo.

(Cada alumno/a escribe en esta ficha sus ideas, pensamientos y conclusiones sobre los puntos comentados)

	Aspectos Positivos Aspectos Negativos	Compromisos personales	Compromisos del grupo
<p>En cuanto a trabajo en clase: <i>¿Haces los ejercicios que manda el profesor?, ¿traes el material?, ¿estás atento a las explicaciones?, ¿preguntas las dudas?,...</i></p>			
<p>En cuanto a trabajo y estudio en casa: <i>¿Haces las tareas que se le manda?, ¿con cuanto tiempo estudias para los controles?, ¿ tienes organizado y planificado el estudio (horarios, seguimiento de la agenda),etc...</i></p>			
<p>En cuanto a comportamiento y normas : <i>¿respetas el turno de palabra?, ¿estás en silencio mientras el profesor/a explica?, ¿cuidas el material?...</i></p>			

13-SEGUNDA EVALUACIÓN

REFLEXIONANDO ANTES DE LA SEGUNDA EVALUACIÓN

Objetivos:

5. Conseguir que los alumnos evalúen su propio trabajo analizando las causas que hayan influido en su rendimiento.
6. Aprender a analizar con objetividad las cuestiones relacionadas con la evaluación.
7. Resolver los posibles problemas que puedan tener en las distintas asignaturas *antes* de la sesión de evaluación.
8. Proporcionar un medio para que el grupo-clase pueda analizar y elaborar conclusiones que puedan ser presentadas por los Delegados en las sesiones de evaluación.

Materiales:

- DOCUMENTO PARA EL ALUMNO:
- "Reflexionando ante la Segunda Evaluación".
- DOCUMENTO PARA LOS PEQUEÑOS GRUPOS y PARA EL DELEGADO:
- **Ficha resumen** para los secretarios de grupo y para la puesta en común.

Desarrollo de la actividad:

1º. Motivar a los alumnos haciéndoles reflexionar sobre la importancia de analizar con objetividad el trabajo realizado durante el segundo trimestre, con objeto de reforzar los logros conseguidos y corregir los posibles errores.

Explicar a los alumnos/as las fases de la Evaluación.

2º. Trabajo personal (15 minutos):

Cada alumno completará la ficha "**Reflexionando sobre la Segunda Evaluación**" de manera individual en casa.

3º. Trabajo en pequeño grupo: (15 minutos)

Se organiza la clase en **grupos de 4-5 alumnos**, cada grupo nombrará un secretario y un moderador. En la **ficha resumen** se recogen las cuestiones más relevantes de la ficha que han realizado a nivel individual, para que la trabajen en grupo. 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: (15 minutos)

- Los secretarios 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 puede actuar como moderador del grupo-clase.
- El delegado 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 lleva a la sesión de evaluación las propuestas de su grupo.

Duración:

Esta actividad necesita varias sesiones de tutoría (al menos dos) para llevarse a cabo.

Metodología:

A partir de los cuestionarios del cuaderno de tutoría:

1º- Autoevaluación sobre su rendimiento en los estudios.

Es conveniente insistirles en esta idea: revisar lo que hemos hecho y las causas de nuestros fallos es la única forma de mejorar. "Estudiar *más*" seguro que les puede ayudar, pero también queremos que se den cuenta de que pueden "estudiar *mejor*".

Hacemos una puesta en común, para ver cuáles son los problemas y soluciones más repetidas, y el delegado toma nota para llevar las conclusiones a la sesión de evaluación. También toma nota de cambios positivos (si los hay) que ya se hayan producido colectivamente en la clase en cuanto a su actitud ante los estudios.

2º- El ambiente de clase. Si se encuentran a gusto con el grupo, si los compañeros se respetan unos a otros, si hay ambiente de ayuda y compañerismo o por el contrario hay alumnos que tratan mal a otros...

Después de que cada alumno rellena este apartado individualmente, hacemos una puesta en común. Si se detectan problemas, puede ser el momento de tratarlos, e incluso de fijar compromisos colectivos.

En cualquier caso, el delegado toma nota de las conclusiones (tanto de lo negativo como de lo positivo), para llevarlas a la sesión de evaluación.

3º- Reelaboración de sus críticas respecto a las asignaturas.

Es muy probable que a raíz de esta actividad empiecen a argumentar que la solución de sus dificultades en una determinada asignatura pasa por pedir al profesor/a correspondiente determinados apoyos o cambios. Pasos que podemos seguir:

- Sólo atender la demanda si es mayoritariamente compartida por la clase (lo que podemos comprobar realizando una votación a mano alzada). En ese caso:
- El tutor les ayuda a reelaborar sus quejas en una propuesta concreta, realista y que incluya también compromisos de mejora por parte de los alumnos. Se vota de nuevo para estar seguros de que toda la clase asume la propuesta.
- El delegado toma nota por escrito. Si tenemos dudas de que sea capaz de plantear el tema adecuadamente al profesor (porque preveamos que se puede mostrar exigente, irrespetuoso, o expresarlo mal) podemos pedirle que realice una simulación de cómo piensa enfocar el asunto con el profesor. El resto de los alumnos funcionan como observadores y luego comentamos juntos cómo lo han visto.
- En la siguiente sesión de tutoría, el delegado comentará a la clase los resultados de sus conversaciones con los profesores.

En ningún caso se permitirá que planteen sus quejas directamente en la sesión de evaluación. Allí sólo pueden presentar la valoración sobre los problemas de la clase y los compromisos asumidos a nivel general, que el delegado llevará por escrito.

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

REFLEXIONAMOS ANTES DE LA SEGUNDA EVALUACIÓN. (Ficha individual)

Vamos a reflexionar sobre la segunda evaluación para observar cómo nos va el curso. Para ello contesta con sinceridad las cuestiones que se te plantean a continuación.

1.- En general, ¿estás a gusto en el grupo en el que te ha tocado este curso?:

_____ ¿Por qué?

2.- Recordamos nuestros compromisos de la primera evaluación:

COSAS QUE NOS PROPUSIMOS CAMBIAR (Ver en la 1ª Evalua.)	¿LAS HEMOS CAMBIADO? SI o NO	OBSERVACIONES

3.- Escribe tu opinión y tu propuesta de mejora sobre estos aspectos:

	¿Cómo está?	¿Cómo mejorarlo?
Ambiente de trabajo en clase.		
Aprovechamiento del tiempo de clases.		
Interés y actitud ante el estudio.		
Respeto entre los compañeros.		
Relaciones profesor-alumno.		
Problemas concretos del grupo.		
¿Cuánto tiempo dedicas diariamente a las tareas? ¿Y al estudio?	Tareas: Estudio:	Tareas: Estudio:

2º ESO.Material para el tutor

4.- Analizando el trabajo que has realizado en cada asignatura, completa este cuadro:

ÁREAS	NOTA ESPE RADA	NOTA OBTE NIDA	ASPECTOS A MEJORAR	PETICIONES AL PROFESORADO
C.NAT				
MAT.				
LENG				
TEC.				
EPV.				
E.F.				
MUS.				
FRA. OPT.				
REL.				
ING				
SOC				

6.- Contesta estas cuestiones sobre el funcionamiento de tu agenda:

- * ¿Anotas las tareas para casa? _____ ¿Y lo que tienes que estudiar? _____
- * ¿Cuántas veces se han comunicado los profesores/as con tus padres? _
- * ¿Y tus padres con los profesores? _____

7.- En la Sesión de Evaluación me gustaría que mi Delegado/a de clase dijera a los profesores....

REFLEXIONAMOS SOBRE LA SEGUNDA EVALUACIÓN.
(Síntesis del grupo)

1.- En general, ¿estáis a gusto en el grupo en el que te ha tocado este curso?:

_____ ¿Por qué?

2.- Escribid vuestra opinión y las propuestas de mejora sobre estos aspectos:

	¿Cómo está?	¿Cómo mejorarlo?
Ambiente de trabajo en clase.		
Aprovechamiento del Tiempo de clases.		
Interés y actitud Ante el estudio.		
Respeto entre los Compañeros.		
Relaciones Profesor-alumno.		
Problemas concretos del grupo.		
¿Cuánto tiempo dedican a las tareas? ¿Y al estudio?	Tareas: Estudio:	Tareas: Estudio:

2º ESO.Material para el tutor

3.- Aspectos a mejorar por áreas y peticiones al profesorado

ÁREAS	ASPECTOS A MEJORAR	PETICIONES AL PROFESORADO
C.NAT		
MAT.		
LENG		
TEC.		
EPV.		
E.F.		
MUS.		
FRA. OPT.		
REL.		
ING		
SOC		

4.- Sugerencias y opiniones que el grupo clase quiere plantear en la Sesión de Evaluación:

SESIÓN DE TUTORÍA POST-EVALUACIÓN

Tras haber celebrado la Junta de Evaluación y la entrega de calificaciones, es conveniente que en cada grupo se produzca una reflexión sobre los resultados obtenidos y las opiniones generadas en esa sesión de Evaluación, con el fin de reajustar los errores producidos y de mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por ello vamos a llevar a cabo esta sesión de tutoría, que tendría el siguiente formato:

• **OBJETIVOS:**

1. Conseguir que los alumnos/as reflexionen sobre su propio trabajo analizando las causas que hayan influido en su rendimiento: clima de aula, dificultades en determinadas materias, etc...
2. Aprender a analizar con objetividad las cuestiones relacionadas con la evaluación.
3. Proporcionar un instrumento que permita al alumno/a tomar decisiones que puedan mejorar su rendimiento de modo individual y grupal.

• **MATERIALES:**

- 1.-DOCUMENTO PARA EL ALUMNO:
"Ficha sobre conclusiones sesión de postevaluación".
- 2.-DOCUMENTO PARA EL GRUPO -CLASE:
"Síntesis del documento que el delegado expone en la sesión de evaluación".

• **CONTENIDOS:**

- Analizar los resultados de la evaluación tanto a nivel individual como, sobre todo, a nivel grupal.
- Analizar los acuerdos tomados en la sesión de evaluación.
- Plantear compromisos que lleven a la mejora de los resultados obtenidos y a la eliminación de aspectos negativos en la dinámica de clase, así como afianzar aquellos aspectos positivos.

• **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

1. Exposición por parte del tutor/a de los resultados académicos.
2. Exposición del análisis hecho por el Equipo Educativo respecto al grupo, valorando el trabajo en clase, el trabajo en casa, el comportamiento y el respeto de normas.
3. Comunicación de las recomendaciones y acuerdos adoptados.
4. Información del Delegado del curso sobre la aportación de los alumnos en la Preevaluación, así como la valoración que sobre ella tuvieron los profesores.

2º ESO.Material para el tutor

5. Discusión en grupo sobre propuestas de mejora y puesta en común de compromisos adquiridos para el siguiente trimestre (deben ser acuerdos claros y concretos).
6. A partir de estos acuerdos, cada alumn@ escribe en su hoja de acuerdos (ficha de postevaluación) las conclusiones sobre los principales éxitos y fracasos, los motivos y los compromisos adquiridos.
7. Esta ficha será el punto de partida para la siguiente sesión de Preevaluación trimestral.

	Aspectos Positivos Aspectos Negativos	Compromisos personales	Compromisos del grupo
<p>En cuanto a trabajo en clase: <i>¿Haces los ejercicios que manda el profesor?, ¿traes el material?, ¿estás atento a las explicaciones?, ¿preguntas las dudas?,...</i></p>			
<p>En cuanto a trabajo y estudio en casa: <i>¿Haces las tareas que se le manda?, ¿con cuanto tiempo estudias para los controles?, ¿tienes organizado y planificado el estudio (horarios, seguimiento de la agenda),etc...</i></p>			
<p>En cuanto a comportamiento y normas : <i>¿respetas el turno de palabra?, ¿estás en silencio mientras el profesor/a explica?, ¿cuidas el material?...</i></p>			

ACTIVIDADES DEL CUADERNO DEL ALUMNO/A

FICHA: CONCLUSIONES SESIÓN DE POST- EVALUACIÓN

Tras las vacaciones afrontamos un nuevo trimestre y conviene recordar la sesión de tutoría que realizamos antes de la entrega de notas en la que reflexionamos sobre las dificultades que nos encontramos. Este debe ser el punto de partida para afrontar este nuevo trimestre modificando aquellos aspectos negativos que valoramos de manera personal y en grupo.

(Cada alumno/a escribe en esta ficha sus ideas, pensamientos y conclusiones sobre los puntos comentados)

	Aspectos Positivos Aspectos Negativos	Compromisos personales	Compromisos del grupo
<p>En cuanto a trabajo en clase: <i>¿Haces los ejercicios que manda el profesor?, ¿traes el material?, ¿estás atento a las explicaciones?, ¿preguntas las dudas?,...</i></p>			
<p>En cuanto a trabajo y estudio en casa: <i>¿Haces las tareas que se le manda?, ¿con cuanto tiempo estudias para los controles?, ¿ tienes organizado y planificado el estudio (horarios, seguimiento de la agenda),etc...</i></p>			
<p>En cuanto a comportamiento y normas : <i>¿respetas el turno de palabra?, ¿estás en silencio mientras el profesor/a explica?, ¿cuidas el material?...</i></p>			

14-TERCERA EVALUACIÓN

EVALUACIÓN FINAL

Evaluación de la tutoría:

Rellena el siguiente cuestionario para recoger la información sobre las actividades de tutoría que hemos desarrollado durante este curso, con el objetivo de modificar aquello que veamos necesario para que resulten más útiles y más entretenidas.

Sesión de tutoría	Nota: 0-10
1-Acogida y presentación.	
2-Derechos y deberes. Normas de convivencia	
3-Cohesión e integración en el grupo	
4-Elección de Delegado/a	
5-¿Qué tal estudiante eres?	
6-Planificación del tiempo de estudio	
7-Para estudiar mejor	
8-Habilidades Sociales	
9-Resolución de conflictos. Solución de problemas	
10-Prevención del maltrato	
11-Descubriendo las profesiones	
12-Primera Evaluación: Pre-evaluación y Post-evaluación	
13-Segunda Evaluación: Pre-evaluación y Post-evaluación	
14-Tercera Evaluación: Evaluación Final	
15- Evaluación final del programa de tutoría	

Evaluación individual:

1.- Áreas con resultados positivos: _____
 Áreas con resultados negativos: _____
 Analiza responsablemente las causas: _____

2.- Reflexiona sobre las medidas que deberás tomar de cara al próximo curso:

Evaluación grupal:

1.- A nivel de grupo, ¿se han cumplido los acuerdos tomados en la 2ª Ev.?
¿Por qué?

2.- Aspectos positivos y negativos de tu clase en cuanto a comportamiento, relaciones con los compañeros, relaciones con los profesores, actitudes, etc.

3.- Opinión general del curso.

4.- Propuestas de mejora relacionadas con el grupo-clase para tenerlas en cuenta para el próximo curso.

OPINIÓN DEL GRUPO PARA LLEVARLA A LA SESIÓN DE EVALUACIÓN

1.- Aspectos positivos y negativos de la clase en cuanto a comportamiento, relaciones con los compañeros, relaciones con los profesores, actitudes, etc.

Aspectos positivos:

Aspectos negativos:

2.- Opinión general del curso.

3.- Propuestas de mejora relacionadas con el grupo-clase para tenerlas en cuenta el próximo curso.

15-EVALUACIÓN FINAL DEL PROGRAMA DE TUTORÍA

(Cuadro – resumen para el tutor/a)

El tutor o tutora anotará en cada casilla de valoración el número de alumnos/as que la ha elegido

EVALUACIÓN FINAL DE LA TUTORÍA

1.- LAS ACTIVIDADES LLEVADAS A CABO EN TUTORÍA ME HAN AYUDADO A:							
1.1.Conocerme mejor: saber como soy y como me ven los demás							
Muy poco	1	2	3	4	5	6	Mucho
1.2.Conocer mejor a mis compañeros							
Muy poco	1	2	3	4	5	6	Mucho
1.3.Comunicarme y relacionarme mejor							
Muy poco	1	2	3	4	5	6	Mucho
1.4.Aprender a planificar y organizarme en el estudio							
Muy poco	1	2	3	4	5	6	Mucho
1.5.Tomar decisiones sobre mi futuro: lo que quiero hacer como estudiante, en mi casa, con mis compañeros, cuando deje el instituto, etc.							
Muy poco	1	2	3	4	5	6	Mucho
1.6.Trabajar en equipo con mis compañeros de clase							
Muy poco	1	2	3	4	5	6	Mucho
1.7.Aprender a ser mas respetuoso y solidario con los demás							
Muy poco	1	2	3	4	5	6	Mucho
1.8. Las tutorías me han ayudado a solucionar problemas en el grupo							
Muy poco	1	2	3	4	5	6	Mucho
En relación a los aspectos anteriores me gustaría decir que:							
2.- GLOBALMENTE, LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN TUTORÍA HAN TENIDO UN INTERÉS:							
Escaso	1	2	3	4	5	6	Elevado
3.- LOS MATERIALES ENTREGADOS PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES CREO QUE HAN SIDO:							
Escasos	1	2	3	4	5	6	Muchos
4.- LA CALIDAD (forma en que están hechos) DE LOS MATERIALES ME HA PARECIDO:							
Baja	1	2	3	4	5	6	Alta
5.- A LO LARGO DE LAS SESIONES DE TUTORÍA ME HE SENTIDO:							
Mal, incomodo	1	2	3	4	5	6	Bien, a gusto
6.- EN LÍNEAS GENERALES, LA UTILIDAD DE LAS ACTIVIDADES (si me han servido para algo) ME HA PARECIDO:							
Poca	1	2	3	4	5	6	Mucha
7.- EN GENERAL, EL VOCABULARIO (las palabras, expresiones, dibujos... etc.) UTILIZADO EN LOS MATERIALES SE ENTENDÍA:							
Mal	1	2	3	4	5	6	Bien

En relación a los aspectos anteriores me gustaría decir que:

8.- LO QUE ME HA RESULTADO MÁS INTERESANTE Y POSITIVO DE LA TUTORÍA HA SIDO:

9.- LO QUE ME HA RESULTADO MENOS INTERESANTE HA SIDO:

10.- SUGERENCIAS QUE YO CREO QUE MEJORARÍAN LA TUTORÍA SON:

11.- LA RELACIÓN CON MI TUTOR o TUTORA HA SIDO: (¿QUÉ ME HA GUSTADO Y QUÉ ES LO QUE NO ME HA GUSTADO TANTO?)



CUADERNO DE TUTORÍA PARA ALUMNOS/AS DE SEGUNDO CURSO DE E.S.O.

Elaborado por Grupos de Trabajo de Orientadores/as de Cádiz

