

Autores: Juan José Álvarez Castro (Orientador do IES de Arzúa) e Carlos Iglesias Ramos (Profesor da FP de Agraria e Titor)

“A FP Básica: un ano despois”:

PROGRAMA VISOVERBAL na suba da autoestima: “POSA. IMPORTAS” .

PROGRAMA: “BICIS + HHSS: MÓVEAS”.

Introdución.

Os nosos maiores adoitaban dicir “*a educación está aí. Só hai que collela*”... Pero as sociedades cedo mudan, quizáis moi rápido: engaden confort, mais tamén complicacións derivadas das présas. Semella común dabondo, non dispór de tempo e cercanía para cultiva-las relacións humanas, tal como se viña facendo ao longo do pasado século.



Nembargantes témo-la **adolescencia**: ese “lugar” que comunica tan graficamente un déficit que non é só dela, pero que seguramente expresa con máis chamativa urxencia ca o resto da poboación.

E se as **máquinas** seguen baleiras neste eido, nós propuxemos humildes movementos para a nosa **FP Básica**. Só algo máis ca **portas e mans pechadas**, e sen conformarnos con “entrar en **S.O.S.**”



PROGRAMA VISOVERBAL na suba da autoestima: “POSA. IMPORTAS” .



OBXECTIVOS ESPECÍFICOS:

1. Ofrecerlles oportunidades nas que sintan orgullo pola súa **singularidade**.
2. Xerar condicións favorabeis á formación de **vencellos de calidade entre iguais**.
3. Situalos en contextos nos que poidan localizar **modelos de identificación positivos**.

CONTIDOS:

- o Autoobservación: 1º paso da **autoconfianza**.
- o **Autocoñecemento** ao abeiro do autorretrato.
- o Observación: a **confianza** nos demais.

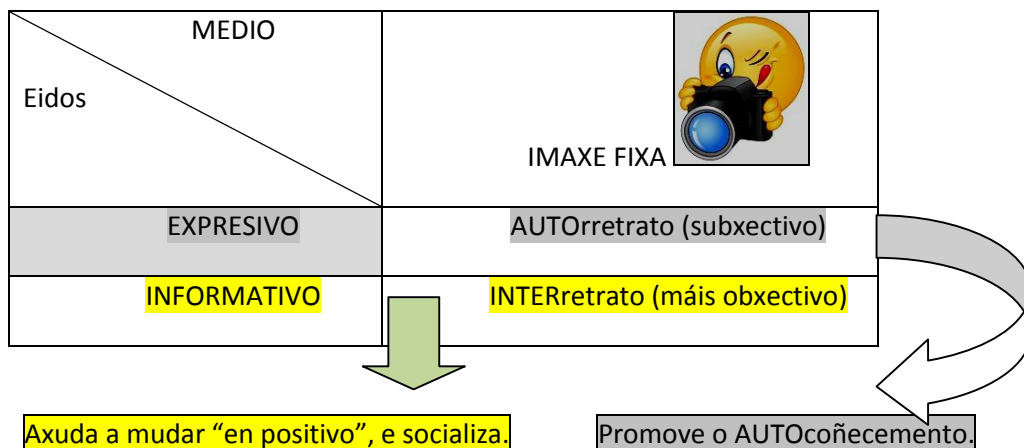
COMPETENCIAS:

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia social e cívica.
- Competencia na toma de conciencia das expresións culturais.
- Competencia no senso da iniciativa e espírito emprendedor.
- Competencia dixital.

TEMPORALIZACIÓN: 2/3 sesións de titorías.

METODOLOXÍA:

- Práctica e dinámica.
- Atenta á linguaxe xestual e espontánea do alumnado.





Logo das imaxes, escollerás , das “**táboas dos estados de ánimo**”, as emocións e actitudes que describan eses retratos.

TIPO I 	TIPO II 	TIPO III 
• Xenreira • Indignación • Enfado • Violencia • Ira • Desconfianza • Intolerancia	▪ Felicidade ▪ Lecer ▪ Acougo ▪ Optimismo ▪ Euforia ▪ Amabilidade ▪ Tolerancia	○ Medo ○ Tristura ○ Desacougo ○ Desconsolo ○ Preocupación ○ Pesimismo ○ Indefensión

1. Asigna a verba máis axeitada a cada faciana nos seguintes recadros:

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24				

Agora : Autorretratádevos!! Logo fotografaredevos en grupos de 4, para producirvos benestar. Despois escolleredes as fotos que máis vos gusten

Ficha de autoavaliación:

Autorretrato



Retrato A:

Gústome porque:

Gústome porque:



Retrato B:

Gústome porque:

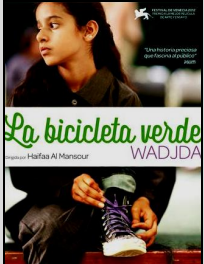
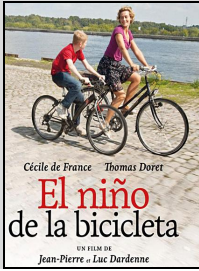
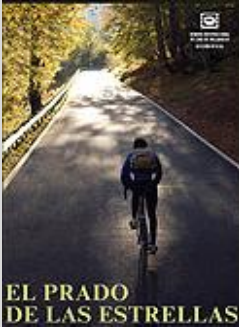
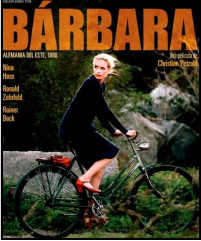
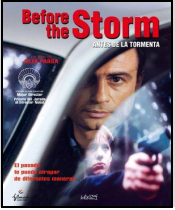
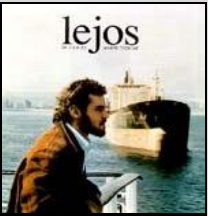
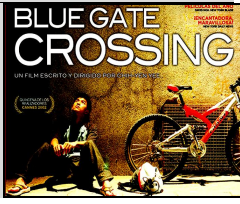
Risca a puntuación que das a actividade :

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

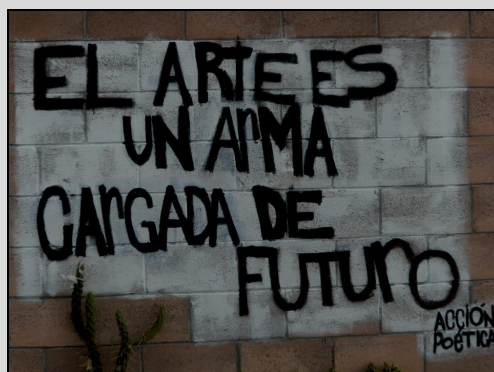


*Autores: Juan José Álvarez Castro (Orientador do IES de Arzúa) e Carlos Iglesias Ramos (Profesor da FP Agraria e Titor).
* De seguido figuran as achegas e valoracións dos/as participantes:*

2. PROGRAMA “BICIS + HHSS: MÓVEAS” ... CARTACES

1. EMPATÍA SEN PREXUIZOS (C. 2º) LADRÓN DE BICICLETAS E STICK IT: (Cap. 1º) 	2 H.H. de DÍALOGO : ... Presentarse. escoitar, Iniciar e Manter Conversas. Formular preguntas. Da-las grazas... “HAPPY: Un conto sobre a felicidade” (Cap. 1º)  	3. Habelencias S.S. avanzadas : Participar, seguir instrucións, desculparse ... 	4. Facer cumpridos  “As bicicletas son para o verán” (Cap. 2º) 	5 HHSS e <u>sentimentos</u>. Expresa-lo afecto, amaña-lo medo, autorrecompensarse ... Como me vexo, como me ven. 	6. HHSS e <u>sentimentos</u>. Coñecelos, expresalos, comprendelos ... 
7. Pedir permiso. O valor educativo do silencio. Evitar problemas : 10´ 	8. Aceptar críticas, responder ao fracaso, reaccionar se te deixan “de lado”: “<u>A Bicicleta Verde</u>”. (Do Cap.2º até o final).   “Antes da Treboada” (Cap. 1º.)	9. Habelencias <u>alternativas</u> á agresión: autocontrol, evitar liortas: “Lonxe”: (Cap.9º) “Día de Festa”  	10. Enfrontarse ás mensaxes contraditorias, responder ás acusacións, prepararse para conversas difíciles. HHSS para afrontar-lo estrés (Do Cap. 2º até final.) 	11. “O ESCOCÉS VOADOR” Habelencias de <u>planificación</u> : Iniciativa, fixarse un obxectivo, localiza-las propias habelencias, recoller información, priorizar , decidir, concentrarse nun plan. Atreverse a (Cap.2º até o final) 	12 Busca do intre Axeitado; 3 minutos da metraxe: do 56´ao 59´.  RESILIENCIA Iniciativa, fixarse un obxectivo, priorizar , decidir, concentrarse nun plan ...

Autores: Juan José Álvarez Castro (Orientador do IES de Arzúa) e Carlos Iglesias Ramos (Profesor da FP Agraria e Titor).



1. Introducción

Asistimos á conversión da **BICICLETA** nun valor social positivo: cáseque está a ser un coxente do cambio persoal, pois axuda a instaurar nos seus usuarios/as hábitos saudabeis, ecoloxistas e até altermundistas. Este feito é dobremente benvido por nós, pois se a **bici** sube de “status” é probábel que lle aconteza iso ás súas pasaxeiros: as **HABELENCIAS SOCIAIS (HHSS)**, **prestixiadas** a lomos dela. Ademais viñamos de comprobar que parte de rapazada “obxectora do traballo escolar” lideraba esta querenza, até tela como elemento insustituíbel na súa **IMAXE**.

Visitarémolas en paseos pola cinemateca breve: só curtas viaxes ás secuencias que poñan en valor as condutas prosociais, e non sexistas. E se as bicicletas calman o tráfico, e volven as cidades máis amabeis, será porque xa antes acougaron e adozaaron ás persoas.

2. Obxectivos:

- Ofrecerlles pautas e modelos de autocontrol PROSOCIAL nos seus contextos de relación.
- Favorece-la súa integración na vida do centro.

3. Metodoloxía:

- Basearase na **manipulación técnico-dixital** da escolma por parte do alumnado (en parellas).
 - No visionado compartido de secuencias (aprendizaxe por **modelado**): coloquios subseguintes, achegas razoadas (aprendizaxe entre iguais; favorecen a imitación).
 - Na aprendizaxe por **moldeamento**. Se da incorporado cada feixe de “habeleacias” ao seu repertorio de condutas: o achegamento sucesivo ás oportunidades que favorecen a acción, e a interacción.
 - **Vantaxe**: o visionado colectivo volve máis amena esta aprendizaxe; a mensaxe audiovisual cedo prende a atención do público: o cinema usa **códigos directos e con ritmo**, sabe asociarse ao espectador/a, e pode chegar a moita xente.
4. **Temporalización**: **3 sesións de titoría**, malia que poidan xurdir outras ocasións co gallo de celebracións escolares: o 25 de novembro (prevención da violencia de xénero), o 30 de xaneiro (día escolar da paz...)
5. Cada sesión será **avaliada** pola nosa “audiencia” nun rexistro breve e mixto (cualitativo e cuantitativo), centrado no grupo de HHSS que se estea a traballar en cada ocasión:
- Gustouche? () SI () NON / Por que? _____
 - Puntuación que das a actividade : cun 1 a penas con valor; cun 10: o contrario.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Autores: Juan José Álvarez Castro (Orientador do IES de Arzúa) e Carlos Iglesias Ramos (Profesor da FP Agraria e Titor).

** De seguido figuran as achegas e valoracións dos/as participantes nas sesións do **PROGRAMA VISOVERBAL** na suba da autoestima: “**POSA. IMPORTAS**” .*

1 Preocupación	2 leer	3 Felicidad	4 Acaruja	5 leer	6 Medo	7 Tristeza
8 Felicidad	9 Medo	10 Optimismo	11 Indiferencia	12 Medo	13 Acaruja	14 Tristeza
15 leer	16 Violencia	17 Medo	18 Amabilidad	19 Felicidad	20 Preocupación	21 Felicidad
22 Preocupación	23 Preocupación	24 Felicidad				

Agora : Autorretratádevos!! Logo fotografaredevos en grupos de 4, para producirvos bienestar. Despois escolleredes as fotos que máis vos gusten

Ficha de autoavaliación:

Autorretrato



Gústome porque:



Retrato A: A do Grego

Gústome porque: Estamos
toda



Retrato B: Con Carlitos

Gústome porque: Es la orden

Risca a puntuación que das a actividade :

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Autor: Juan José Álvarez Castro (Orientador do IES de Arzúa)

1 Preocupación	2 Lecer	3 Felicidade	4 Desconfianza	5 Lecer	6 Violencia	7 Felicidade
8 Optimismo	9 Tristeza	10 Optimismo	11 Tristeza	12 Indefensión	13 Tristeza	14 Medo
15 Optimismo	16 Enfado	17 Preocupación	18 Amabilidade	19 Felicidade	20 Desconfianza	21 Felicidade
22 Preocupación	23 Desconfianza	24 Felicidade				

Agora : Autorretratádevos!! Logo fotografaredevos en grupos de 4, para producirvos benestar. Despois escolleredes as fotos que máis vos gusten

Ficha de autoavaliación:

Autorretrato



Retrato A:

Gústome porque: *Estou sonrido.*

Gústome porque: *A de grupo, estamos todos xuntos*



Retrato B:

Gústome porque: *Con Felix, salimos bien.*

Risca a puntuación que das a actividade : *juntos*

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 X
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---------

Autor : Juan José Álvarez Castro (Orientador do IES de Arzúa)

1 preocupación	2 lecer	3 felicidade	4 desconfianza	5 lecer	6 enfado	7 preocupación
8 Acooso	9 Preocupación	10 Amabilidade	11 Indefensión	12 Tristura	13 Desconsolo	14 Xenxeira
15 Optimismo	16 Enfado	17 Desconfianza	18 Tolerancia	19 lecer	20 Desconfianza	21 felicidade
22 Desacougo	23 Tristura	24 Optimismo				

Agora : Autorretratádevos!! Logo fotografaredevos en grupos de 4, para producirvos benestar. Despois escolleredes as fotos que máis vos gusten

Ficha de autoavaliación:

Autorretrato



Retrato A: con Jelix

Gústome porque: *salgo con barba*



Retrato B: con carlos (o titor)

Gústome porque: *estou con un amigo* Gústome porque: *saímos top.*

Risca a puntuación que das a actividade :

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
								X	

Autor: Juan José Álvarez Castro (Orientador do IES de Arzúa)

1 Presunción	2 Felicidade	3 Quimura	4 Ina	5 Felicidade	6 Desconfianza	7 Amabilidade
8 Amabilidade	9 Indignación	10 Desconfianza	11 Lacra	12 Meda	13 Desconfianza	14 Meda
15 Felicidade	16 Enxada	17 Asesura	18 Felicidade	19 Felicidade	20 Desconfianza	21 Felicidade
22 Enxada	23 Desconfianza	24 Felicidade				

Agora : Autorretratádevos!! Logo fotografaredevos en grupos de 4, para producirvos benestar. Despois escolleredes as fotos que máis vos gusten

Ficha de autoavaliación:

Autorretrato

Gústame porque nada moi moi ben.



Retrato A:

Gústome porque:

Gústome porque: A de clare



Retrato B:

Gústome porque:

A foto con zación
Porque salimos ben

Risca a puntuación que das a actividade :

Porque estamos todos.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Autor : Juan José Álvarez Castro (Orientador do IES de Arzúa)