

Titoría

3 ESO



Titoría

BIBLIOTECA DO PROFESORADO



3 ESO

Titoría

- Proposta de 22 sesións de traballo repartidas en trimestres
- As sesións organízanse arredor de cinco grandes bloques temáticos:
 - O grupo
 - Mellorar o estudo
 - Hábitos saudables
 - A convivencia
 - A toma de decisións

Titoría

3

ESO



Presentación	4
---------------------------	---

SESIONS DE TITORÍAS

1. Outro ano xuntos	6
2. Presentación de 3.º de ESO e a titoría	8
3. Presentación e obxectivos do grupo	10
4. Dereitos e deberes dos alumnos. Normas de convivencia	12
5. Elección de delegado e doutros cargos	14
6. A exposición oral	16
7. A imaxe persoal	18
8. A comunicación non verbal	20
9. Como estudar diferentes materias	22
10. Os apuntamentos	24
11. As redes sociais: plataformas de Internet	26
12. Adolescentes e contorno. Videofórum I. Antes de ver <i>Os nenos salvaxes</i>	28
13. Adolescentes e contorno. Videofórum II. Despois de ver <i>Os nenos salvaxes</i>	30
14. Dilemas morais	32
15. O repaso	34
16. O tabaco	36
17. Cuestións sobre sexualidade	38
18. A empatía	40
19. Respostas asertivas	42
20. Promoción a 4.º de ESO	44
Sesión Preavaliación	46
Sesión Postavaliación	48
 Axenda de titoría	 51

A titoría, encamiñada ao acompañamento e seguimento dos alumnos no seu proceso de aprendizaxe, constitúe unha tarefa pedagóxica de todo o profesorado, pero, de maneira específica, é o profesor-titor quen a desenvolve co seu grupo. A acción titorial forma parte da acción educativa e a figura do profesor-titor ten especial relevancia por estar en contacto coas familias e co resto do profesorado.

Entendida a titoría coma un recurso educativo ao servizo da aprendizaxe, ofrecemos aquí unha proposta didáctica que sirva como pauta ou apoio ao docente non orientador para planificar e desenvolver as súas sesións de titoría ao longo do curso. Esta proposta concrétese en vinte sesións, que se reparten nos tres trimestres do curso escolar e se organizan arredor de cinco grandes bloques temáticos: O grupo, Mellorar o estudo, Hábitos saudables, A convivencia e A toma de decisións; a elas engádense as sesións de Avaliación, xa sexan de Preavaliación (ao final de cada trimestre) ou de Postavaliación (ao comezo do segundo e do terceiro trimestres). A organización que se propón é a seguinte:

Primeiro trimestre

Bloques	Sesións
O grupo	1. Outro ano xuntos
	2. Presentación de 3.º de ESO e da titoría
	3. Presentación e obxectivos do grupo
	4. Dereitos e deberes dos alumnos. Normas de convivencia
	5. Elección de delegado e doutros cargos
Mellorar o estudo	6. A exposición oral
Hábitos saudables	7. A imaxe persoal
A convivencia	8. A comunicación non verbal
Avaliación	Preavaliación primeira

Segundo trimestre

Bloques	Sesións
Avaliación	Postavaliación primeira
Mellorar o estudo	9. Como estudar diferentes materias
	10. Os apuntamentos
Hábitos saudables	11. As redes sociais: plataformas de Internet
A convivencia	12. Adolescentes e contorno. Videofórum I. Antes de ver <i>Os nenos salvaxes</i>
	13. Adolescentes e contorno. Videofórum II. Despois de ver <i>Os nenos salvaxes</i>
A toma de decisións	14. Dilemas morais
Avaliación	Preavaliación segunda

Terceiro trimestre

Bloques	Sesións
Avaliación	Postavaliación segunda
Mellorar o estudo	15. O repaso
Hábitos saudables	16. O tabaco
	17. Cuestións sobre sexualidade
A convivencia	18. A empatía
	19. Respostas asertivas
A toma de decisións	20. Promoción a 4.º de ESO
Avaliación	Preavaliación terceira

Este material ten como obxectivo traballar técnicas de estudo, desenvolver habilidades e reflexionar sobre cuestións importantes acordes co desenvolvemento persoal e formativo dos alumnos de 3.º de ESO. As sesións secuenciáronse tendo en conta as características específicas deste nivel, así como a progresión na aprendizaxe e nas vivencias dos alumnos, desde que se inician no novo curso e no grupo ata a reflexión sobre o seu futuro escolar e a autoavaliación final. Pero a orde que aquí se propón pode ser alterada de acordo coas necesidades e os tempos do grupo. Ninguén mellor que o profesor-titor coñece as circunstancias e posibilidades do seu grupo e é el quen, desde o seu coñecemento e a súa experiencia, dará todo o seu sentido a este material de apoio.

Así mesmo, o material que aquí se presenta responde a unha formulación eminentemente práctica. Cada sesión consta de dúas páxinas:

- A primeira páxina está destinada ao profesor. Inclúe propostas didácticas xunto con indicacións e suxestións sobre a documentación e os materiais que se poden utilizar, ademais dalgunhas pautas para a valoración da sesión.
- A segunda páxina é material fotocopiable, dirixido ao alumno. Consta dunha ou varias fichas de traballo, segundo como se desenvolvese o tema da sesión, e en ocasións inclúe tamén cadros informativos ou de resumo.

Suxestións para o profesor

- Obxectivos da sesión.
- Proposta de actividades.
- Suxestións didácticas: documentación, materiais complementarios...

4 Dereitos e deberes dos alumnos. Normas de convivencia	
OBJECTIVOS • Colocar e aceptar os dereitos e deberes que teñen os alumnos. • Reflexionar sobre a eficacia das normas compartidas para o funcionamento da aula e do curso. • Traballar en grupo as normas de convivencia que deben rexer na clase durante o presente curso escolar. CONTIDO / DESENVOLVEMENTO • O titor pide aos alumnos que, individualmente, noticen as normas que lles gustaría que rexisen na clase e que compoñan un frase proposta na ficha de traballo as normas que lles gustaría ter. (Duración aproximada: 10 minutos). • A continuación, o titor divide ao alumno en pequenos grupos para responder as preguntas formuladas no apartado «As novas normas» e para escribir e discutir as súas ideas sobre as normas que deben establecerse. (Duración aproximada: 10 minutos). • Posteriormente, pódense en común as ideas dos grupos pequenos e aquelas que son aceptadas por todos escribíseas no último apartado da ficha «As novas normas». Despois, esas ideas coméntaselles abertamente a unha cartolina e pódense expor na parede da aula. (Duración total: 10 minutos). • A modo de motivación, o titor presentará aos alumnos o seguinte vídeo: www.youtube.com/watch?v=WTN5M7M5. Trácese dun fragmento da película <i>Barbie</i> entre as mans do titor, como a súa clase, do director Francis Lawler (Canal 2008). • O titor pide aos alumnos que comencen as normas de convivencia que se reflicten no fragmento visto. (Duración aproximada: 5 minutos). • Despois, o titor presenta aos alumnos os dereitos e deberes que reñen a convivencia escolar e recóllense as normas de reñe reñe do curso educativo. (Duración aproximada: 10 minutos). OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS • É conveniente que o titor recorde na clase o Regulamento de Reñe Interior no referente aos dereitos e deberes dos alumnos, e as sancións que se derivan do incumprimento das normas. MATERIAIS • Ficha de traballo «As normas que me gustaría ter» e «As novas normas». • Vídeo da película «Barbie». • Píxel e lapis. • Cartolina, fotografa e rotuladores de cores.	Nome: _____ Curso: _____ Data: _____ Ficha de traballo 1 As normas que me gustaría ter Escrebe tres normas que che gustaría que reñen na túa clase. 1. _____ 2. _____ 3. _____ Completa as seguintes frases sobre as normas. • As normas axudárame canto: _____ • Incumprir as normas canto: _____ • O motivo de ter normas é: _____ • O peor de ter normas é: _____ Ficha de traballo 2 As novas normas Rele as compañaes do teu grupo sobre as seguintes cuestións. • Que pode facer o grupo para dar a coñecer as normas? • Que se pode facer para que as normas se respecten? • Que pasa cando as normas se incumpran? Cal debería ser a actuación das persoas implicadas? • Que pasaría se non existían normas no grupo? • Como sería un curso educativo sen normas de convivencia? Despois de compartir cos teus compañaes as ideas do teu grupo, decide entre todos calas serán as normas do curso. Despois, escribelle as teus normas aceptadas por todos que che parecen máis importantes. 1. _____ 2. _____ 3. _____

Material para o alumno

- Fichas de traballo con dinámicas diferentes: individuais ou en grupo.
- Información relevante sobre o tema da sesión.
- Cadro-resumo das cuestións tratadas.

OBXECTIVOS

- Facilitar o coñecemento persoal entre os alumnos.
- Mellorar a comunicación e aumentar a confianza entre os membros da clase.
- Facer conscientes aos membros da clase de que son un grupo con obxectivos comúns.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión presentando os alumnos novos do centro e os que repetisen. Lémbrese a importancia de coñecerse para conseguir unha convivencia adecuada. (Duración aproximada: 5 minutos).
- O titor explica en que consiste a actividade de dinámica de grupo que se vai realizar: reparte a ficha «As miñas expectativas», que contén unha listaxe de posibles expectativas para o presente curso escolar, relativas tanto á vida persoal coma á académica dos alumnos. A continuación, divide a clase en grupos pequenos e pide a cada grupo que elixa as cinco expectativas máis votadas polos membros que o integran. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Tras finalizar este proceso, realízase unha posta en común dos resultados no encerado e valóranse as expectativas máis elixidas polos alumnos. (Duración aproximada: 15 minutos).
- A continuación, o titor divide a clase por parellas formadas aleatoriamente e pide a cada alumno que entreviste o seu compañeiro utilizando a ficha de traballo «Eu son...». (Duración aproximada: 10 minutos).
- Despois das entrevistas, o titor solicita ás parellas unha posta en común das respostas obtidas, para o cal cada alumno debe presentar o compañeiro asignado como parella. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- É importante que o titor recorde que, aínda que algúns alumnos xa se coñezan de anos anteriores, para conformar o grupo da clase é necesaria a participación de todos os seus membros, incluído o titor como elemento das dinámicas.
- Pódese elaborar un cadro que recolla as expectativas máis representativas do grupo, así como un cadro coas características que máis se repitan entre os alumnos da clase.

MATERIAIS

- Fichas de traballo «As miñas expectativas» e «Eu son...».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data: **Ficha de traballo 1** As miñas expectativas

Reflexiona sobre o que esperas conseguir no presente curso escolar. A continuación, da seguinte lista de posibles expectativas, elixe as seis que che parezan máis importantes e ordénalas segundo as túas prioridades. Para finalizar, fai unha posta en común cos teus compañeiros.

1.	Destacar no meu grupo.		11.	Ser o delegado.	
2.	Adquirir novos coñecementos.		12.	Pasalo ben na clase.	
3.	Mellorar as miñas cualificacións.		13.	Conseguir unha boa relación cos meus pais e cos meus profesores.	
4.	Facer novos amigos.		14.	Levar os estudos ao día.	
5.	Non ter partes de incidencias.		15.	Ter poucos deberes para a casa.	
6.	Caer ben aos meus compañeiros.		16.	Pasar desapercibido.	
7.	Estar preparado para o seguinte curso.		17.	Ser máis constante.	
8.	Ter bos profesores.		18.	Ser feliz.	
9.	Xerar bo clima na aula.		19.	Conseguir máis recursos para traballar na aula.	
10.	Gozar de clases dinámicas.		20.	Non espero nada en concreto.	

Ficha de traballo 2 Eu son...

Fala co teu compañeiro sobre ti mesmo. Responde o seguinte cuestionario.

- 1** Cales son o teu nome e os teus apelidos?
- 2** Que materias che gustan máis? E cales che gustan menos?
- 3** Que fas no teu tempo libre?
(Practicar algún deporte, escoitar música, ver a televisión, xogar a videoxogos, saír con amigos, ler...).
- 4** Como es? Cales son os trazos fundamentais do teu carácter?
(Introvertido/extravertido, fiel, tímido, alegre, sincero, con moito carácter...).
- 5** Que cousas che resultan máis difíciles?
(O estudo, as relacións cos amigos, a saúde, a familia...).
- 6** Cal é a túa actitude na clase?
(Gústame: pasar desapercibido, participar, axudar os compañeiros...).

Presentación de 3.º de ESO e a tutoría

OBXECTIVOS

- Expoñer o plan de estudos de 3.º de ESO.
- Explicar as características deste curso.
- Expoñer os cambios académicos que se producen en 3.º de ESO.
- Reflexionar sobre a importancia do traballo da tutoría neste curso.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión pedindo aos alumnos que reflexionen a partir das seguintes preguntas (duración aproximada: 10 minutos):
 - Que cambios notaches en 3.º de ESO?
 - Como son as materias deste curso?
 - Que diferenzas observas entre este curso e os dous anteriores?
 - Que esperas do novo curso escolar?
 - Vas pensando a que queres dedicarte no futuro?
- A continuación, o titor recorda aos alumnos as materias que conforman o plan de estudos e as características propias do curso. Pódelles presentar tamén o índice das sesións que se van traballar durante as horas de tutoría. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Despois, o titor proponlles aos alumnos un debate sobre os cambios que cren que hai que realizar para ter un adecuado rendemento no novo curso escolar. O titor pide a dous alumnos que vaian escribindo no encerado os progresos e as dificultades que supón o estudo de 3.º de ESO. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Para concluír, o titor preséntalles aos alumnos un resumo das características de 3.º de ESO e algunhas recomendacións básicas para afrontar este curso. (Duración aproximada: 15 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- É conveniente que o titor recorde aos alumnos o horario das materias e o de atención a pais e alumnos.
- Para completar a actividade, o titor poderá preguntar aos alumnos en que temas dos que se presentan para as tutorías lles gustaría afondar: técnicas de estudo, educación sexual, uso do tempo libre, problemas da adolescencia, prevención contra as drogas, familia...
- É fundamental que o titor intente motivar os alumnos facéndolles ver posibilidades de éxito e inculcándolles actitudes positivas de traballo, como o esforzo e a responsabilidade.

MATERIAIS

- Información sobre as características de 3.º de ESO: retos que se formulan, cambios nos alumnos e algunhas recomendacións básicas para afrontar o curso.

Nome: Curso: Data:

Características de 3.º de ESO

- Hai maior profundidade nos contidos das materias.
- Mellora a planificación do tempo e aumenta o número de horas de estudo.
- Utilízase a tutoría para afondar nas relacións interpersoais, coñecernos a nós mesmos e descubrir os nosos valores e intereses.
- Reflexiónase sobre os intereses profesionais e vaise creando un esquema mental de proxecto de futuro. Ao final do curso dispoñeráse dun **consello orientador**.

PLAN DE ESTUDOS DE 3.º DE ESO

	Troncais (5) Mínimo 50% do horario	Troncais de opción (cursar 1)	Específicas (mínimo 3-máximo 6)
3.º ESO	• Bioloxía e Xeoloxía • Física e Química • Xeografía e Historia • Lingua Galega e Literatura* • Lingua Castelá e Literatura • Primeira lingua estranxeira *No currículo considérase materia de libre configuración, pero recibe o mesmo tratamento ca Lingua Castelá e Literatura.	• Matemáticas orientadas ás ensinanzas académicas • Matemáticas orientadas ás ensinanzas aplicadas	Sempre: • Educación Física • Relixión ou Valores Éticos
			Entre 1 e 4: • Cultura Clásica • Educación Plástica, Visual e Audiovisual • Iniciación á Actividade Emprendedora e Empresarial • Música • Segunda lingua estranxeira • Tecnoloxía • Relixión (se non se elixiu antes) • Valores Éticos (se non se elixiu antes)

OS ALUMNOS DE 3.º DE ESO. ALGUNHAS RECOMENDACIÓNS BÁSICAS

- Empezamos a ser **distintos**: experimentamos cambios físicos e aumentamos o noso potencial psicolóxico; comezamos a coñecernos a nós mesmos e a configurar ideas propias.
- Incrementábase o noso potencial de intelixencia: desenvolvemos o pensamento abstracto, que nos permite **inventar, investigar e crear**.
- Cambian os nosos papeis e centrámonos no **grupo**: temos os mesmos problemas e sentímonos identificados e comprendidos. Xuntos podemos facer cousas que sós non fariamos e, por tanto, dispérsase a responsabilidade. Aprende a elixir as túas **amizades** e recorda a importancia de ter **compañeiros** interesados no estudo.
- Xórdennos dúbidas persoais, académicas, familiares e imos aprendendo a **tomar decisións**. Reflexiona para tomar decisións sensatas. Neste curso vas preparando o camiño para 4.º de ESO.
- Comezas un curso intenso con maiores retos.
 - Fai un horario desde o principio, elixe as **técnicas de estudo** que vas utilizar, pon interese na clase e non quedes con dúbidas; esfórzate e demostra que con organización podes dispoñer de tempo de ocio.
 - Aprende a tomar apuntamentos e utiliza a técnica do **repaso**.
 - Practica as **exposicións orais** e fai os teus **traballos escritos**. Non te limites a «facer os deberes» e planifica o teu estudo cada día.

Presentación e obxectivos do grupo

OBXECTIVOS

- Fomentar a formación de obxectivos comúns de grupo.
- Potenciar o autogoberno da clase.
- Favorecer a inclusión de todos os membros do grupo da clase.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a actividade mostrando aos alumnos o seguinte vídeo: www.youtube.com/watch?v=qvF3jfSWq8A. Trátase dun anuncio publicitario da empresa pública de transporte da rexión belga de Flandres, que xoga coa idea do traballo en equipo. (Duración aproximada: 3 minutos).
- Despois de ver o vídeo, o titor pide aos alumnos que reflexionen en voz alta sobre o que lles suxire o anuncio, subliñando a importancia de crear obxectivos de grupo e un bo ambiente de convivencia e traballo. Proponse anotar no encerado ideas que permitan mellorar o funcionamento do grupo da clase para despois escribilas nunha cartolina que se expoñerá na parede da aula. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Finalizada esta tarefa, o titor pide aos alumnos que realicen, individualmente, a actividade «Frases inacabadas». (Duración aproximada: 10 minutos).
- A continuación, o titor divide a clase en pequenos grupos en que os alumnos compartirán e consensuarán as súas ideas. Cada grupo elixe un alumno para que escriba as ideas comúns dos compañeiros que o integran. Os alumnos anotan as principais no cadro «Obxectivos e compromisos comúns». (Duración aproximada: 10 minutos).
- Despois, o titor solicita unha posta en común da actividade en gran grupo. Nesta ocasión, todos os membros do pequeno grupo interveñen expresando a súa opinión sobre a frase inacabada que lles corresponda, de modo que todos os alumnos participen. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Finalmente, o titor formula un debate co fin de delimitar os obxectivos que a clase busca como grupo e as responsabilidades que asumir eses obxectivos leva asociadas. (Duración aproximada: 7 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- Pode que haxa alumnos novos no grupo e é fundamental que o titor fomente en todo momento a participación e implicación de todos. O obxectivo é potenciar a integración dos alumnos no grupo e a autonomía deste.

MATERIAIS

- Vídeo sobre o traballo en equipo: www.youtube.com/watch?v=qvF3jfSWq8A.
- Ficha de traballo «Frases inacabadas» e cadro-resumo «Obxectivos e compromisos comúns».
- Papel e lapis.

Nome: _____

Curso: _____

Data: _____

Ficha de traballo 1**Frases inacabadas**

Completa as seguintes frases sobre ti mesmo para que os teus compañeiros te coñezan mellor e, así, poidades crear obxectivos e compromisos comúns.

- 1** Defínome como
- 2** A calidade que máis me gusta é
- 3** O defecto que detesto é
- 4** O que máis aprecio nos meus amigos é
- 5** A profesión que máis me atrae é
- 6** O que me gustaría conseguir na vida é
- 7** Síntome só cando
- 8** Angústiame se
- 9** Síntome útil cando
- 10** Adoito fiarme
- 11** Cando entro nun grupo novo
- 12** Dun grupo espero
- 13** Eu podo achegar ao grupo
- 14** Cando todos calan, síntome
- 15** Cando todos falan e non se respectan, síntome
- 16** O que máis me custa nun grupo
- 17** Os principais problemas dos grupos son
- 18** Podo colaborar e implicarme nun grupo se

Obxectivos e compromisos comúns

Despois de debater as túas ideas cos teus compañeiros, escribe os tres obxectivos comúns que che parecen máis importantes para a túa clase e especifica as responsabilidades que leva asociadas cada un.

- 1**
- 2**
- 3**

Dereitos e deberes dos alumnos.

Normas de convivencia

OBXECTIVOS

- Coñecer e aceptar os dereitos e deberes que teñen os alumnos.
- Reflexionar sobre a eficacia das normas compartidas para o bo funcionamento da aula e do centro.
- Elaborar en grupo as normas de convivencia que deben rexer na clase durante o presente curso escolar.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor pide aos alumnos que, individualmente, redacten as normas que lles gustaría que rexesen na clase e que completen as frases propostas na ficha de traballo «As normas que me gustaría ter». (Duración aproximada: 10 minutos).
- A continuación, o titor divide os alumnos en pequenos grupos para responder as preguntas formuladas no apartado «As nosas normas» e para expoñer e discutir as súas ideas sobre as normas que deben establecerse. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Posteriormente, póñense en común as ideas dos grupos pequenos e aquelas que son aceptadas por todos escríbense no último apartado da ficha «As nosas normas». Despois, esas ideas consensuadas pásanse a unha cartolina e quedan expostas na parede da aula durante todo o curso escolar. (Duración aproximada: 10 minutos).
- A modo de motivación, o titor preséntalles aos alumnos o seguinte vídeo: www.youtube.com/watch?v=W97XRLnM5IU. Trátase dun fragmento da película francesa *Entre les murs* (dobrada como *A clase*), do director francés Laurent Cantet (2008). O titor pide aos alumnos que comenten as normas de convivencia que se reflicten no fragmento visto. (Duración aproximada: 5 minutos).
- Despois, o titor presenta aos alumnos os dereitos e deberes que rexen a convivencia escolar e recórdalles as normas de réxime interno do centro educativo. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- É conveniente que o titor recorde na clase o Regulamento de Réxime Interior no referente aos dereitos e deberes dos alumnos, e ás sancións que se deriven do incumprimento das normas.

MATERIAIS

- Fichas de traballo «As normas que me gustaría ter» e «As nosas normas».
- Vídeo da película *A clase*: www.youtube.com/watch?v=W97XRLnM5IU.
- Papel e lapis.
- Cartolina, bolígrafos e rotuladores de cores.

Nome: _____

Curso: _____

Data: _____

Ficha de traballo 1

As normas que me gustaría ter

Escribe tres normas que che gustaría que rexesen na túa clase.

- 1**
- 2**
- 3**

Completa as seguintes frases sobre as normas.

- As normas axúdanme cando
- Incumpro as normas cando
- O mellor de ter normas é
- O peor de ter normas é

Ficha de traballo 2

As nosas normas

Fala cos compañeiros do teu grupo sobre as seguintes cuestións.

- Que pode facer o grupo para dar a coñecer as normas?
- Que se pode facer para que as normas se respecten?
- Que pasa cando as normas se incumpren? Cal debería ser a actuación das partes implicadas?
- Que pasaría se non existisen normas no grupo?
- Como sería un centro educativo sen normas de convivencia?

Despois de compartir cos teus compañeiros as ideas do teu grupo, decide entre todos cales serían as normas da clase. Despois, escribe as tres normas aceptadas por todos que che parecen máis importantes.

- 1**
.....
- 2**
.....
- 3**
.....



Elección de delegado e doutros cargos

OBXECTIVOS

- Analizar a importancia e a necesidade de contar con representantes do alumnado no centro escolar.
- Participar de forma democrática e responsable na elección do delegado e dos demais cargos necesarios na dinámica do grupo da clase.
- Identificar as normas que deben rexer unha elección de delegado.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- Nesta sesión o titor comeza recordando aos alumnos cales son as principais funcións do delegado e do subdelegado da clase apoiándose no Regulamento Orgánico de Centro (cadro «Funcións do delegado e do subdelegado»). (Duración aproximada: 5 minutos).
- O titor entrega aos alumnos as «Normas para a elección do delegado e do subdelegado de grupo», polas que se rexerá a sesión de votación, para que reflexionen sobre a importancia de seguir un procedemento adecuado e as implicacións que ten unha elección democrática. (Duración aproximada: 5 minutos).
- A continuación, o titor pide que se presenten candidatos ao cargo de delegado. Se non se presentase ningún voluntario, procederase a realizar unha rolda de votación secreta. Se os compañeiros máis votados non quixesen ser candidatos, o titor poderá propoñer os alumnos que considere adecuados para exercer estes cargos. (Duración aproximada: 10 minutos).
- O titor pide aos alumnos que lembren entre todos as calidades que deben ter o delegado e o subdelegado. As respostas anótanse no encerado. Os candidatos procederán a argumentar por que son eles as persoas idóneas para desempeñar estas funcións. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Despois, procédese a constituír a mesa de votación; nela inclúese o titor, que actuará como presidente, e a dous alumnos da aula elixidos por sorteo, que exercerán de secretario –o de menor idade– e de vogal –o de maior idade–. (Duración aproximada: 5 minutos).
- Unha vez constituída a mesa, cada alumno introduce a súa papeleta co voto nunha urna. Ao terminar, realízase o escrutinio, comunícase quen son o delegado e o subdelegado e procédese a levantar acta da sesión, que se entregará ao xefe de estudos do centro. (Duración aproximada: 15 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- Real Decreto 83/1996, de 26 de xaneiro, polo que se aproba o Regulamento Orgánico dos Institutos de Educación Secundaria Obrigatoria (BOE de 21 de febreiro de 1996).

MATERIAIS

- Información sobre as «Funcións do delegado e do subdelegado» e as «Normas para a elección do delegado e do subdelegado de grupo».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data:

Funcións do delegado e do subdelegado

O **delegado** debe representar os compañeiros, expoñendo ao titor os problemas e suxestións do conxunto da clase. O **subdelegado** representa os alumnos do seu grupo substituindo o delegado na súa ausencia.

FUNCÍONS DOS DELEGADOS DE GRUPO

(segundo o Regulamento Orgánico dos Centros Educativos de Secundaria)

- a) Asistir ás reunións da xunta de delegados e participar nas súas deliberacións.
- b) Expoñer aos órganos de goberno e de coordinación didáctica as suxestións e reclamacións do grupo ao que representan.
- c) Fomentar a convivencia entre os alumnos do seu grupo.
- d) Colaborar co titor e coa xunta de profesores nos temas que afecten o funcionamento do grupo.
- e) Colaborar cos profesores e cos órganos de goberno do instituto para o seu bo funcionamento.
- f) Velar polo uso adecuado do material e das instalacións do instituto.
- g) Todas as funcións que estableza o regulamento de réxime interior.

Normas para a elección do delegado e do subdelegado de grupo

1. Cada clase debe ter un representante; neste caso, un delegado e un subdelegado.
2. Todos os membros da clase terán dereito a presentarse como candidatos, así como a votar.
3. Para realizar a votación é necesario constituír a mesa electoral, que estará presidida polo titor e formada por dous alumnos elixidos por sorteo de entre os que non se presenten como candidatos; deles, actuará como secretario o de menor idade e o maior, como vogal. O quórum debe ser do 50%.
4. Déixase un tempo para que se presenten os candidatos ao cargo. En caso de que non existan voluntarios para desempeñar o cargo, realizarase unha votación e elixirase, de entre todos os membros da clase, os que obteñan como mínimo tres votos á candidatura. Se aínda así non hai candidatos, o titor poderá propoñelos segundo o seu criterio.
5. A votación será secreta e na papeleta indicárase o nome do candidato polo que se vota. Serán anuladas as papeletas en que se escribise máis dun nome ou en que o nome non estea claro.
6. Para realizar a votación, o titor irá nomeando un a un os alumnos do grupo por orde de lista para que depositen o seu voto na urna.
7. Pasará a converterse en delegado a persoa que conseguise máis votos, sendo necesario que supere o 50% dos votos emitidos.
8. Será subdelegado o candidato que obteña o maior número de votos despois do delegado.
9. Finalmente, levantarase acta da sesión e entregáraselle ao xefe de estudos do centro.

OBXECTIVOS

- Reflexionar sobre a importancia de saber expresarse en público e recoñecer a utilidade das exposicións orais.
- Mostrar aos alumnos os pasos necesarios para realizar unha boa exposición oral.
- Dotar os alumnos de estratexias para mellorar as súas exposicións orais.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión mostrando aos alumnos o tráiler da película *O discurso do rei* (*The King's Speech*), dirixida polo británico Tom Hooper en 2010 (o tráiler pode verse en www.youtube.com/watch?v=jCOXcNRWuBM). O titor formula unha reflexión sobre o valor da palabra, a importancia que saber comunicarse cos demais ten para a autoestima e a imaxe pública, a relevancia desta capacidade á hora de afrontar responsabilidades laborais ou sociais... Tras a proxección do vídeo, o titor pide aos alumnos que, de acordo coas escenas vistas, enuncien tres factores necesarios para poder falar en público con éxito: técnicas, confianza, control do medo, seguridade nun mesmo... (Duración aproximada: 10 minutos).
- Tras a reflexión xeral, a atención céntrase nas exposicións orais. O titor reparte o cuestionario «O meu comportamento ante as exposicións orais» co fin de indagar sobre os coñecementos previos e a experiencia dos alumnos, así como sobre a utilidade da exposición oral na práctica estudantil. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Despois, a modo de síntese, o titor realiza unha exposición de forma maxistral sobre as exposicións orais como ferramenta de traballo (preparación e actuación durante a mesma) e a súa influencia na mellora do rendemento escolar. O titor repasa cos alumnos o cadro «Consellos para realizar unha boa exposición oral». (Duración aproximada: 15 minutos).
- Para terminar, o titor propón aos alumnos elixir un tema de interese e practicar esta técnica noutra sesión de tutoría. Como preparación para a práctica, o titor pode dividir a clase en grupos de tres alumnos e suxerirlles un tema para que desenvolvan todo o proceso analizado durante esta sesión. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- É importante que o alumno entenda que traballando adecuadamente os pasos para preparar unha exposición oral conseguirá mellores resultados.
- O titor pode suxerir aos alumnos un tema ou unha lista de temas de interese tanto para a dinámica final coma para a sesión especialmente dedicada a realizar exposicións orais.
- O titor pode dar recomendacións aos alumnos sobre a propia realización da exposición: fala amodo; busca a maneira máis clara de explicar as cousas dentro dun rexistro formal; mira sempre os teus compañeiros e busca unha «mirada amiga» entre o público para sentirse máis cómodo e tranquilo; non sexas monótono nin aburrido, nin cos teus contidos nin co teu ton de voz; busca a forma de conectar co teu público e cos seus intereses, etc.

MATERIAIS

- Tráiler da película *O discurso do rei*: www.youtube.com/watch?v=jCOXcNRWuBM.
- Ficha de traballo «O meu comportamento ante as exposicións orais» e táboa-resumo «Consellos para realizar unha boa exposición oral».
- Papel e lapis.

Nome: _____

Curso: _____

Data: _____

Ficha de traballo 1

O meu comportamento ante as exposicións orais

Puntúa estas afirmacións segundo estean máis ou menos próximas ao teu comportamento:

5 = sempre; 4 = case sempre; 3 = ás veces; 2 = case nunca; 1 = nunca.

CAL É O MEU COMPORTAMENTO?	5	4	3	2	1
Cando teño que facer unha exposición oral, teño moi en conta o tempo de que dispoñerei para organizar ben os contidos.					
Aínda que coñeza o tema da exposición, sempre preparo moi ben a miña intervención para sentirme máis seguro.					
Busco información sobre o tema da exposición, selecciono con coidado as fontes e anoto cales utilizo finalmente.					
Elaboro un guión que levarei o día da miña exposición, no cal inclúo, ademais dun esquema dos contidos, os detalles que quero recordar.					
Selecciono moi ben a información e preparo un material complementario para apoiar a miña presentación.					
Para a mellor comprensión do tema, comezo a miña exposición cunha introdución, despois expoño o contido e remato coas conclusións.					
Antes do día da exposición, ensaio en voz alta, se é posible con público que poida valorar a miña actuación (un familiar, un amigo...).					
Procuro dominar os meus nervios, falar alto e claro, e, aínda que teña un guión, intento non ler durante a exposición.					

SUMA TOTAL DE PUNTOS:

Resultados

- **Entre 30 e 40:** Traballas correctamente e estás no camiño de realizar unha boa exposición oral.
- **Entre 20 e 30:** Debes mellorar algunhas prácticas para conseguir mellores resultados.
- **Entre 10 e 20:** Terás dificultades para conseguir unha boa exposición oral se non cambias algunhas das túas dinámicas de traballo.
- **Menos de 10:** Debes revisar a fondo as túas dinámicas de traballo para as exposicións orais.

Consellos para realizar unha boa exposición oral

ANTES	DURANTE
• Coñecer as condicións da exposición. • Buscar fontes de información e elaborar un guión. • Preparar material de apoio. • Ensaiar e calcular os tempos.	• Material preparado e organizado. Orixinal e creativo. • Entoación, ritmo, nin bordóns nin ler o guión. • Decisión, seguridade e tranquilidade. • Mirada ao público, manter a súa atención, exposición de pé e controlar o tempo.

A imaxe persoal

OBXECTIVOS

- Valorar a importancia dunha adecuada imaxe persoal nos ámbitos físico, intelectual e social.
- Recoñecer e analizar os alumnos os seus puntos fortes e débiles.
- Coñecer enfermidades relacionadas coa imaxe persoal, como a anorexia e a bulimia.
- Relacionar o concepto de *imaxe persoal* con *autoestima* e *autoconcepto*.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión propoñendo unha chuvia de ideas sobre o concepto de *imaxe persoal*, que elementos asocian os alumnos con esta idea e que importancia cren que ten. O titor pode ir organizando no encerado as ideas dos alumnos. (Duración aproximada: 10 minutos).
- A continuación, o titor pide aos alumnos que respondan o cuestionario «A miña imaxe persoal», referente á imaxe que cada un ten de si mesmo, incluídos os seus puntos fortes e débiles. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Tras responder o cuestionario, o titor propón facer unha posta en común e un debate para analizar as consideracións dos alumnos sobre a súa imaxe persoal e a importancia que lle conceden. (Duración aproximada: 15 minutos). Algunhas preguntas para o debate poden ser as seguintes:
 - Consideras importante coidar a túa imaxe? Pareceche preocupante obsesionarse con ela?
 - Coñeces os problemas que se derivan dunha distorsión da imaxe? Tes a alguén achegado que o padece? Como cres que se lle pode axudar? Onde buscarías axuda?
 - Que sucesos cotiáns da escola inflúen de forma positiva ou negativa no teu estado de ánimo e na túa valoración de ti mesmo? Como podes axudar os teus compañeiros a mellorar a súa autoestima?
- Tras o debate e como conclusión, o titor pode repartir a cada alumno un círculo de cartolina para que escriba, xunto ao seu nome, a súa «mellor característica» que pode achegar á clase. A continuación, os alumnos comparten o que escribiron cos seus compañeiros. Cos círculos de cartolina pode elaborarse un gran mural, titulado, por exemplo, «Valemos moito», que se expoña na parede da clase durante todo o curso. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- O aspecto de cada un comeza a cobrar importancia na adolescencia, por iso cómpre que os alumnos teñan unha axustada imaxe persoal para previr posibles problemas relacionados con ela, como a ansiedade, os trastornos alimentarios e outros relacionados coa autoestima. Nese sentido, é conveniente conducir todas as reflexións dos alumnos cara aos aspectos positivos e fomentar a comunicación.
- A imaxe corporal, como parte fundamental da imaxe persoal na adolescencia, é o coñecemento e a representación do propio corpo (como un se percibe a si mesmo) e inclúe compoñentes afectivos, cognitivos e condutuais. É fundamental axudar os alumnos a que forxen unha imaxe positiva do seu propio corpo.

MATERIAIS

- Ficha de traballo «A miña imaxe persoal».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data:

Ficha de traballo 1

A miña imaxe persoal

Di se estás de acordo ou non coas seguintes afirmacións. Escribe un X na columna correspondente.

COMO SON?	SI	NON
Coñezo ben as miñas virtudes e os meus defectos.		
Gústame sentirme útil cos demais.		
Gústame falar coa xente e teño facilidade para relacionarme cos demais.		
Moléstame que me gasten bromas e enfádome con facilidade.		
Gústame como son en todos os aspectos da miña vida.		
Os demais acéptanme facilmente.		
Intégrome axiña nos grupos novos.		
Trato de mellorar o meu contorno e gústame axudar os demais.		
Teño moitos amigos.		
Cústame relacionarme e facer novas amizades.		
Síntome respectado polos meus amigos.		
Gustárame cambiar a miña forma de ser.		
O meu corpo gústame tal como é, non cambiaría nada.		
Gustárame estar máis delgado ou máis forte.		
Practico moito exercicio e coido a miña alimentación porque quero ter un bo físico.		
A miña cara resúltame agradable.		
Creo que son importante para a miña familia.		
Son feliz co que teño.		

Reflexiona sobre as seguintes cuestións. Escribe as respostas no teu caderno.

- 1 Que é o que máis che gusta de ti mesmo? Escribe polo menos tres trazos positivos, do teu aspecto físico ou do teu carácter, que te definan.
- 2 En xeral, estás satisfeito contigo mesmo? Gustaríache ser diferente? Que aspectos che gustaría ou cres que debes cambiar?
- 3 Que cousas ou sucesos cotiáns (relacionados contigo, coa túa familia ou coa escola) fan que te sintas mal ou insatisfeito contigo mesmo? E cales fan que te sintas ben? Escribe polo menos tres de cada grupo.

A comunicación non verbal

OBXECTIVOS

- Valorar a importancia dunha adecuada comunicación non verbal nas relacións interpersoais.
- Identificar diferentes emocións e sentimentos a través da linguaxe corporal.
- Analizar os diferentes elementos que nos serven para comunicar e comunicarnos.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión preguntando aos alumnos que coñecen da chamada *comunicación non verbal* ou que ideas lles suxire este termo. A continuación, recollendo as intervencións dos alumnos, realiza unha exposición sobre a comunicación non verbal. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Despois, o titor divide a clase en grupos de tres alumnos. Un dos membros do grupo ten que transmitir unha mensaxe unicamente mediante acenos e os outros dous teñen que adiviñala. Os papeis van rotando dentro do grupo. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Tras realizar a dinámica anterior, os alumnos responden, individualmente, as preguntas da ficha de traballo «Sen palabras». A continuación, o titor establece un debate para compartir como se sentiron ao intentar comunicarse só con xestos e analizar se a mensaxe se transmitiu correctamente. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Despois, o titor mostra o seguinte vídeo: www.youtube.com/watch?v=orZXwp-GIR4, que corresponde a unha breve presentación titulada «Como utilizar a linguaxe non verbal?». O titor pode pedir aos seus alumnos que anoten polo menos tres xestos ou posturas que se mencionan na reportaxe e cal é o seu significado. (Duración aproximada: 5 minutos).
- Para finalizar, o titor expón algunhas «Recomendacións para unha adecuada comunicación non verbal». É conveniente que o titor pregunte aos alumnos se coñecen exemplos que ilustren esas recomendacións e proponlles que imaxinen situacións en que serían útiles; incluso pode pedirllas que, por parellas, representen situacións en que as leven á práctica. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- O titor pode repartir entre os alumnos algunhas mensaxes como as seguintes para ser transmitidas na dinámica dos grupos pequenos:
 - Estou enfadado/a cos meus pais porque non me deixan ir á festa do sábado.
 - Estou preocupado/a porque suspendín o exame.
 - O meu mozo/a deixoume e estou triste.
 - Non entendo nada do que me está dicindo o meu interlocutor.
 - O meu compañeiro está falando dunha persoa que se achega por detrás del e quero dicirllo.
 - Quero preguntar algo ao profesor na metade da clase.

MATERIAIS

- Presentación sobre a linguaxe non verbal: www.youtube.com/watch?v=orZXwp-GIR4.
- Ficha de traballo «Sen palabras» e cadro «Recomendacións para unha adecuada comunicación non verbal».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data:

Ficha de traballo 1

Sen palabras

Tras realizar a actividade proposta no teu pequeno grupo, reflexiona sobre as seguintes cuestións.

- 1** Como te sentiches durante a dinámica?
- 2** Conseguiestes entendervos en ausencia da comunicación verbal?
- 3** Cres que a comunicación foi plena?
- 4** Que matices da mensaxe cres que se perderon ao non poder utilizar todos os modos de comunicación?
- 5** Que papel cres que desempeña a linguaxe non verbal no teu día a día?

Recomendacións para unha adecuada comunicación non verbal

1. **Coida a túa mirada.** Se miras aos ollos ao teu interlocutor, facilítas a comunicación. Non manteñas demasiado a mirada porque pode resultar asoballante; non obstante, non mirar directamente aos ollos pode denotar timidez, vergoña, inseguridade, etc.
2. **Controla os movementos da cabeza.** É importante que coides os movementos e inclinación da cabeza xa que indican ao teu interlocutor se o estás escoitando, se lle prestas atención, se non o comprendes, etc.
3. **Mantén unha distancia adecuada co teu interlocutor.** É moi importante respectar a distancia corporal respecto ao outro, xa que diferenciamos entre un espazo social, que corresponde á distancia natural que gardamos nas nosas relacións cotiás non persoais (na escola, no traballo, etc.) e un espazo persoal ou íntimo, que está reservado para as nosas relacións persoais (familia, amigos, relacións afectivas), que non nos gusta que ninguén invada. Se isto se produce, sentímonos incómodos.
4. **A postura do corpo.** Recorda que transmitimos información con todo o noso corpo e que a nosa postura, tanto cando estamos parados coma cando camiñamos ou cando estamos sentados, transmite moita información. Ten coidado con posturas cerradas, como as pernas ou os brazos cruzados: poden significar actitude defensiva.
5. **Os xestos.** Debemos coidar os xestos, xa que tanto por exceso coma por defecto dificultan a comunicación.
6. **O sorriso.** Sempre que sexa posible e sen forzalo, sorrí, xa que facilita a comunicación.
7. **A cara.** Evita tocar a cara porque pode denotar que mentes, que estás incómodo, etc.
8. **A boca.** É importante que coides os movementos que realizas coa boca, xa que denotan a túa comodidade ou incomodidade coa situación (por exemplo, morder os beizos ou sorrir sarcasticamente son xestos que revelan con frecuencia sentimentos de incomodidade ou enfado).
9. **Se tes que falar en público:** recorda coidar a túa situación no espazo, mirar o público, controlar os xestos, a postura, non manipular obxectos coas mans mentres falas, etc.
10. **Coida os posibles tics corporais** que poidas ter; por exemplo, fretar as mans, tocar o pelo, mover os pés constantemente, etc.

LEMBRA: Sen que medie unha palabra, unha persoa pódenos transmitir boas ou malas sensacións, polo que é necesario coñecer e controlar a comunicación non verbal.



Como estudar diferentes materias

OBXECTIVOS

- Coñecer estratexias xerais para estudar ben.
- Axudar os alumnos a detectar posibles erros e planificar o estudo.
- Comprender a importancia das diferentes técnicas de estudo para obter maior rendemento.
- Ensinar estratexias para afrontar o estudo tanto de materias de ciencias coma de letras.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión preguntando aos alumnos que significa e en que consiste «aprender a estudar» (realmente apréndese a estudar ou simplemente hai que «sentarse a estudar»?), que se aprende cando se aprende a estudar?... Pregúntalles tamén polos recursos e as ferramentas que eles utilizan para estudar cada día. O titor vai escribindo no encerado as ideas fundamentais que lle van servir para explicar os consellos posteriores. (Duración aproximada: 10 minutos).
- O titor presenta aos alumnos algúns consellos xerais para sacar o máximo rendemento ao estudo mediante o seguinte vídeo: www.youtube.com/watch?v=BVJGrdihYl0, titulado «Como aprender a estudar?». Pídelles que se fixen ben nos distintos factores que contribúen a mellorar o estudo e que, das recomendacións dadas no vídeo, anoten tres que lles chamasen especialmente a atención. Tras a proxección, pide aos alumnos que compartan coa clase o que anotaron e despois repasa con eles a ficha «Recomendacións para mellorar o estudo». (Duración aproximada: 12 minutos).
- O titor divide a clase en pequenos grupos para reflexionar sobre as técnicas que se poñen en funcionamento para estudar máis especificamente materias de ciencias, como as Matemáticas ou a Física, fronte a outras de letras, como a Literatura ou a Historia. Pide aos alumnos que escriban as ideas do grupo. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Despois, o titor propón facer unha posta en común das ideas dos grupos pequenos en gran grupo. Cada grupo elixe un portavoz que se ocupa de expoñelas. O titor pode pedir a un alumno que vaia anotando no encerado as ideas en dúas columnas. Para finalizar, os alumnos co titor contrastan as ideas anotadas coas da táboa «O estudo segundo as materias». (Duración aproximada: 13 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- Convén que o titor deixe claro que cada materia ten a súa dificultade e que o importante para a obtención de bos resultados é o esforzo e a planificación.
- Estes artigos de prensa sobre «aprender a estudar» poden ser interesantes para o titor:
 - www.elmundo.es/ciencia/2014/02/09/52f53ffb22601db4708b4583.html.
 - www.lavanguardia.com/vida/20140117/54398217787/para-estudiar-primero-aprender-como-hacerlo.html.

MATERIAIS

- Vídeo «Como aprender a estudar?»: www.youtube.com/watch?v=BVJGrdihYl0.
- Cadros resumo «Recomendacións para mellorar o estudo» e «O estudo segundo as materias».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data:

Recomendacións para mellorar o estudo

1. Hixiene persoal, boa alimentación e sono reparador.
2. Lugar de estudo adecuado (tranquilo, ben iluminado, limpo e ordenado, con mesa e cadeiras apropiadas...) e sempre o mesmo.
3. Motivación.
4. Atención e concentración.
5. Asistencia á clase e estudo cada día.
6. Organización.
7. Planificación (horario fixo, planificación das tarefas, preparación con suficiente antelación...).
8. Bos apuntamentos da clase e consulta doutras fontes.
9. Lectura comprensiva.
10. Realización de actividades e exercicios prácticos.
11. Utilización de técnicas como o subliñado, o resumo, o esquema, etc.
12. Memorización.
13. Repaso.
14. Probas: autoavaliación.

O estudo segundo as materias

Materias de ciencias	Materias de letras
1. Apuntamentos completos e claros. Exercicios corrixidos e pasados a limpo. 2. Lectura dinámica. Comprender e memorizar a teoría. 3. Preguntar as dúbidas e solucionar as lagoas de coñecementos anteriores. 4. Dispoñer dunha variedade de exercicios e exames de cursos anteriores. 5. Practicar con exercicios resoltos. Facer moitos exercicios ata resolvelos sen mirar as solucións.	1. Apuntes completos e claros. 2. Prelectura e lectura comprensiva. 3. Consultar outras fontes. 4. Síntese: subliñados, resumo, esquemas, mapas conceptuais. 5. Memorizar. 6. Repasar. 7. Construír un discurso, oral ou escrito, coherente e completo.



OBXECTIVOS

- Reflexionar sobre a importancia que ten tomar adecuadamente os apuntamentos e a súa relación coa atención na clase.
- Orientar os alumnos sobre a técnica de tomar apuntamentos.
- Facilitar aos alumnos algunhas claves para tomar correctamente os apuntamentos.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión formulando aos alumnos un breve coloquio previo para ver o que coñecen sobre a técnica de tomar apuntamentos e como a realizan. Vai anotando no encerado as ideas fundamentais. O titor pregúntalles cales cren que son os beneficios de tomar apuntamentos e fai unha pequena lista con eles. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Enlazando coas ideas obtidas na dinámica anterior, o titor analiza cos seus alumnos as «Recomendacións para tomar os apuntamentos de clase». (Duración aproximada: 15 minutos).
- A continuación, o titor realiza un simulacro de clase da materia que imparta para que os alumnos realicen unha práctica da técnica de tomar apuntamentos. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Finalmente, o titor explica cales son as ideas claves que deberían ter recollido os alumnos nos seus apuntamentos. Así mesmo, é conveniente que lles recorde que as abreviaturas que adoitan usar para tomar apuntamentos non deben ser utilizadas nos exames escritos. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- É fundamental que o titor transmita aos alumnos as principais vantaxes que ten a práctica de tomar apuntamentos:
 - Aumenta a atención.
 - Facilita a concentración.
 - Mellora a memorización.
 - Exercítanse outras capacidades intelectuais, como a análise e a síntese.
 - Os alumnos aprenden a ser máis organizados.
- É importante que os alumnos entendan que tomar ben apuntamentos non significa copiar ao pé da letra o que di o profesor, senón entender e sintetizar o que está explicando, seleccionando e estruturando os contidos da materia exposta. As características principais dos bos apuntamentos son: exactitude, brevidade, claridade, orde e organización.

MATERIAIS

- Cadro «Recomendacións para tomar os apuntamentos da clase».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data:

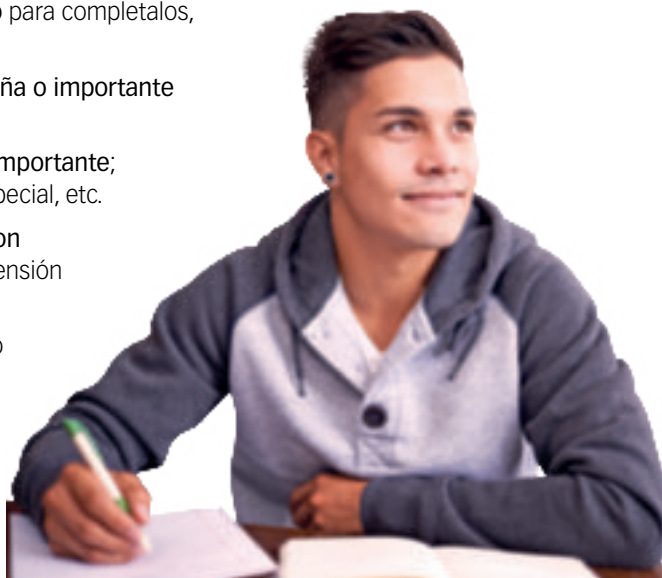
Recomendacións para tomar os apuntamentos da clase

1. Antes de comezar a tomar apuntamentos, pon a **data e o título do tema**.
2. Elixe as **palabras clave para delimitar os contidos principais** do tema.
3. **É moi importante o comezo da clase**, xa que o profesor adoita recapitular e relacionar o tema cos anteriores, así como especificar os principais contidos que vai explicar.
4. **Non intentes transcribir ao pé da letra o que di o profesor**. Se perdes algún aspecto, pregunta a algún compañeiro ao finalizar a clase, xa que se preguntas durante a explicación, resultarache difícil volver a ela.
5. **Utiliza as túas propias palabras**.
6. Para coller os apuntamentos correctamente é necesario **escoitar, entender, seleccionar a información e escribir rápido**, pero utiliza **letra lexible**.
7. Ao tomar apuntamentos, tamén cómpre **prestar especial interese á sintaxe e á ortografía**.
8. Debes **deixar marxes amplas para poder complementar os teus apuntamentos**. É bo tamén deixar **un espazo ao final da folla** para aclaracións posteriores ou para unha síntese a modo de recapitulación.
9. Utiliza **abreviaturas ou símbolos para substituír palabras de uso frecuente**. Crea o teu propio sistema de abreviaturas ou símbolos.

EXEMPLOS DE ABREVIATURAS OU SÍMBOLOS PARA TOMAR APUNTAMENTOS

tm	<i>tamén</i>	≠	<i>distinto</i>
q	<i>que</i>	≈	<i>aproximadamente</i>
pq / xq	<i>porque</i>	<	<i>menor que</i>
×	<i>por</i>	>	<i>maior que</i>
+	<i>máis</i>	ex.	<i>exemplo</i>
–	<i>menos</i>	p. e.	<i>por exemplo</i>
=	<i>igual</i>	–	<i>-mente (en igualmente, por exemplo)</i>

10. É necesario **revisar os apuntamentos na casa a diario** para completalos, pero iso non supón pasalos a limpo.
11. Cando revises os teus apuntamentos, aproveita e **subliña o importante para o repaso**.
12. **Crea o teu propio código para marcar o que é máis importante**; por exemplo, utiliza letras maiúsculas, un subliñado especial, etc.
13. Nalgúns casos axudarache **copiar os exemplos que pon o profesor**, xa que che servirán para mellorar a comprensión do tema.
14. **Organiza os apuntamentos**. Debes reservar un espazo do teu archivador para cada materia e non mesturar nunha mesma folla apuntamentos de diferentes materias.



OBXECTIVOS

- Axudar os alumnos a identificar condutas de risco relacionadas co mal uso de Internet e das redes sociais.
- Coñecer as normas básicas de actuación segura ante as redes sociais.
- Concienciar os alumnos sobre a confidencialidade dos datos persoais e as precaucións que hai que ter ao facer uso de Internet.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión reflexionando cos alumnos sobre o uso de Internet e das redes sociais. Pregunta quen utiliza Internet, quen manexa as redes sociais, en que rede social participa, con que frecuencia... Pregúntalles tamén se coñecen os delitos máis frecuentes neste ámbito; para este tema dispoñen do «Cuestionario de infraccións frecuentes en Internet», co que poden traballar en gran grupo. O titor pode ir anotando no encerado os aspectos fundamentais relacionados coas infraccións en Internet: **datos persoais, fotos, contrasinais, vida persoal**... (Duración aproximada: 15 minutos).
- O titor mostra ao grupo o seguinte vídeo sobre o **uso seguro** de Internet e das redes sociais: www.youtube.com/watch?v=t-x73w1N1os. Pide aos alumnos que anoten nos seus cadernos os consellos que se dan no vídeo: non abras mensaxes nin ficheiros de estraños; protexe a túa información persoal, etc. Ao final da titoría, volverán sobre estes consellos para elaborar un decálogo. (Duración aproximada: 5 minutos).
- O titor conduce a reflexión cara ao tema da **confidencialidade** nas redes sociais a través deste vídeo: www.youtube.com/watch?v=_VAgYuNjnoY, que trata da protección dos datos persoais e das imaxes privadas. Os alumnos comparten coa clase as súas opinións e conclusións despois de ver o vídeo. (Duración aproximada: 7 minutos).
- O titor presenta aos alumnos o «Caso práctico» da ficha de traballo e pídelles que, entre todos, decidan que consellos lle darían a un menor. A continuación, móstralles o vídeo «Redes sociais e menores»: www.intypedia.com (Lección 15), realizado por Emilio Aced Félez, da Axencia de Protección de Datos da Comunidade de Madrid, para o proxecto *Intypedia (Information Security Encyclopedia)* da Universidade Politécnica de Madrid. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Para finalizar, os alumnos volven sobre os consellos para un uso seguro de Internet e o titor explica o «Decálogo sobre o uso de Internet e das redes sociais». (Duración aproximada: 8 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- O titor pode facer unha consulta nos ordenadores do centro á organización Protégelos (www.protegeles.com), destacando o tema do *ciberbullying*.
- Pódense encontrar outros vídeos interesantes na *Enciclopedia da Seguridade da Información*: www.intypedia.com.

MATERIAIS

- Vídeos sobre distintos aspectos relacionados co uso seguro de Internet e das redes sociais.
- Ficha de traballo «Infraccións frecuentes en Internet» e cadro «Decálogo sobre o uso de Internet e das redes sociais».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data: **Ficha de traballo 1** Infraccións frecuentes en Internet

Cuestionario

Responde estas preguntas. Comparte as túas respostas cos teus compañeiros.

- 1** Dás os teus datos persoais cando cho solicitan en Internet?
- 2** Colgas fotos nas diferentes plataformas e etiquetas os teus amigos?
- 3** Roubáronche o teu contrasinal ou fixéronse pasar por ti nalgunha rede social?
- 4** Molestáronte nas redes sociais con insultos ou humillacións? Que fixeches?
- 5** Fixeron comentarios desagradables sobre fotos que colgaches en Internet?
- 6** Participaches nalgún chat e alguén descoñecido intentou contactar contigo?

Caso práctico

Diego ten 15 anos e gústalle navegar por Internet. Chatea cos seus amigos a través de Tuenti e adoita colgar as súas fotos en Facebook. Cando encontra unha páxina interesante, colócaa en Favoritos e visítala habitualmente. Unha das páxinas que visitou recentemente invítalo a responder unha enquisa en que lle preguntan datos persoais.

Como debe actuar? Debe responder poñendo outros datos? Cres que así non hai problema? Reflexiona cos teus compañeiros e responde estas preguntas. Que consellos lle darías a Diego? Escríbeos.

Decálogo sobre o uso de Internet e das redes sociais

1. Non achegues datos persoais nin deas información confidencial a quen non coñezas.
2. Usa contrasinais secretos e seguros.
3. Non abras arquivos adxuntos de procedencia descoñecida.
4. Non utilices a cámara web con persoas que non coñeces.
5. Non colgues fotografías ou vídeos doutras persoas sen o seu permiso.
6. Acepta como amigos só a quen coñezas en persoa.
7. Non creas todo o que se publica en Internet.
8. Non aceptes citas ás cegas por Internet.
9. Ten precaución co que publicas en Internet, xa que permanece para sempre.
10. Recorda que Internet non é un medio anónimo.



Adolescentes e contorno

VIDEOFÓRUM I. Antes de ver *Os nenos salvaxes*



Título: *Os nenos salvaxes*

País: España

Ano: 2012

Enderezo: Patricia Ferreira

Duración: 100 minutos

OBXECTIVOS

- Comprender as necesidades das novas xeracións e o seu proceso cara á madurez.
- Identificar os puntos de conflito entre xeracións, así como os puntos de encontro.
- Aprender a valorar cada etapa da vida e crear vías de comprensión e comunicación.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- Esta sesión céntrase na recollida de información e nas actividades previstas para antes de ver a película.
- O titor realiza as actividades previas utilizando a ficha de traballo en que os alumnos deben responder individualmente unhas preguntas e obter información para realizar unha posta en común no encerado. (Duración aproximada: 25 minutos).
- Tras isto, o titor explica brevemente os aspectos sobre os que versa a película, así como os puntos de conflito xeracional e as súas vías de solución. (Duración aproximada: 25 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- É importante ter en conta que esta película pode reflectir situacións ou xerar sentimentos que os alumnos non se atreven a contar en voz alta, pero que lles preocupan ou, incluso, que poden estar vivindo. Por iso, é fundamental crear na clase un clima cálido onde poidan falar da súa vida e das relacións que establecen coas súas familias e coas persoas da súa xeración.
- É interesante tomar conciencia de que ás veces nos encontramos con comportamentos «salvaxes» nos adolescentes que nos sorprenden e esquecemos preguntarnos como se chegou a esa situación e que ocorreu para non darnos conta antes do que estaba pasando. Esas actitudes poden deberse a que os adolescentes non cren en si mesmos, xa que ven o futuro como algo moi afastado.

MATERIAIS

- Película *Os nenos salvaxes*.
- Fichas de traballo para antes de ver a película: «Que sabes de...?» e «A xeración *nini* e os conflitos xeracionais».

Nome: Curso: Data: **SINOPSE**

A película *Os nenos salvaxes* trata de tres adolescentes, Álex, Gabi e Oky, que están estudando 3.º e 4.º de ESO. Aínda que pertencen a clases sociais diferentes, ao compartir sentimentos e marcarse un obxectivo común, constrúen unha amizade.

As inquietudes, desexos, emocións e frustracións dos tres protagonistas, xunto con determinadas situacións, lévanos a actuar dunha maneira que lles traerá consecuencias negativas no futuro. Teñen relacións conflitivas coas súas familias e profesores e manifestan unha falta de interese e respecto cara á autoridade e cara aos seus propios sentimentos, xa que moitas veces non saben o que queren.

Temas que aborda a película

- Falta de comunicación entre xeracións e falta de intelixencia emocional.
- Cambios bruscos e comportamentos inadecuados nos adolescentes.
- Xeración *nini*.

Ficha de traballo 1**Que sabes de...?**

- 1 Cales cres que son os principais problemas dos adolescentes hoxe en día?
- 2 Que temas lles adoitan interesar? E a ti?
- 3 Por quen se deixan influír? Quen inflúe en ti?
- 4 Que puntos tes en común coa xeración dos teus pais e coa dos teus avós? En que aspectos chocas máis con eles?
- 5 Que entendes por xeración *nini*?

Ficha de traballo 2**A xeración *nini* e os conflitos xeracionais****A XERACIÓN NINI**

Xeración nini é un termo utilizado para referirse aos mozos que **nin** estudian **nin** traballan. Son mozos desmotivados, desorientados, ou desencantados aos que parece non importarlles nada: non hai ningún proxecto de futuro que pareza interesarlles e son, por conseguinte, economicamente dependentes da súa familia.

Estes mozos creceron nun sistema de benestar, sen privacións. As principais causas da súa situación son, entre outras, a falta de oportunidades de emprego, o abandono escolar e, ás veces, a desestruturación familiar.

Por que cres que chegan algúns mozos a esta situación? Que se pode facer para resolver este problema?

OS CONFLICTOS XERACIONAIS

Son os conflitos que se dan entre diferentes xeracións, principalmente entre pais e fillos. Teñen que ver coa diferenza de idade, as experiencias e visións de futuro, e coa necesidade que teñen os adolescentes de reafirmarse negando as opinións, os valores e as normas dos adultos.

Tes conflitos xeracionais coa túa familia e cos teus profesores? Cales?



Adolescentes e contorno

VIDEOFÓRUM II. Despois de ver *Os nenos salvaxes*

OBXECTIVOS

- Coñecer as características da chamada xeración *nini* e as súas necesidades.
- Formular solucións para crear unha xeración madura, participativa e comprometida.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- Esta sesión consta de actividades previstas para despois de ver a película. Tras a proxección de *Os nenos salvaxes*, o titor reparte a cada alumno a ficha de traballo para realizar unha reflexión individual sobre os aspectos claves da película e elaborar, así, unha folla de conclusións. (Duración aproximada: 25 minutos).
- Despois, o titor divide a clase por parellas e pídelle que describan os tres personaxes adolescentes e as relacións co seu mundo: persoal, familiar e escolar. Cal dos tres personaxes desenvolveu máis ferramentas emocionais? Propónselles aos alumnos recoller as súas conclusións e presentar a súa análise nunha táboa:

	Persoal	Familiar	Escolar
Álex			
Laura			
Gaby			

O titor pídelle que propoñan solucións e alternativas para mellorar as súas relacións interpersoais e manexar adecuadamente as súas emocións. (Duración aproximada: 25 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- Artigos de prensa en Internet sobre a xeración *nini*:
 - elpais.com/diario/2009/06/22/sociedad/1245621601_850215.html.
 - elpais.com/tag/generacion_ni_ni/a/.
 - www.elpais.com.co/elpais/entretenimiento/noticias/generacion-nini-ni-ni-otro.
 - mensalus.es/psicologos/estudias-o-trabajas-la-generacion-nini/.
- Sobre intelixencia emocional:
 - Unha páxina web: www.inteligencia-emocional.org.
 - Un test: www.helios3000.net/tests/eq.shtml.
 - Un vídeo: www.inteligenciaemocionalysocial.com/?s=inteligencia+emocional.
(Duración aproximada: 3 minutos).

MATERIAIS

- Película *Os nenos salvaxes*.
- Ficha de traballo para despois de ver a película: «Análises de secuencias de *Os nenos salvaxes* e reflexións persoais».

Nome: Curso: Data:

Ficha de traballo 3

Análise de secuencias de *Os nenos salvaxes* e reflexións persoais

Pelexa durante o botellón	1 Por que xorde o conflito? 2 Como reacciona cada un dos personaxes ante o conflito? 3 Poderíase evitar? Cal sería a túa reacción?
Álex, no bar, intenta contar aos seus pais a súa ilusión por estudar en Ámsterdam	4 Os seus pais escóitanos 5 Decatáronse de que leva unha semana faltando ao instituto, cal é a súa reacción? 6 Que decisións tomaron os pais de Álex para a familia?
Laura chega á casa e encontra os seus pais cuns amigos: «Que, xa non te acordas de darlle un bico a teu pai?»	7 Que imaxe dan os pais ante os amigos? 8 Que presión exercen socialmente ante Laura? 9 Como se comporta Laura nesta secuencia?
A nai de Laura imponse a esta a comida vexetariana	10 Por que motivo cres que a nai de Laura «lle controla» a comida? 11 Como reacciona Laura ante este feito? 12 Que se podería facer para manexar mellor este conflito encuberto?
A orientadora ofrece unha bolsa a Álex	13 Pensas que Álex cumprirá a súa palabra? 14 Cres que o merece? Temos dereito ás segundas oportunidades?
A Gabi auméntanlle a cantidade de horas de adestramento de <i>kick boxing</i>	15 Cal é a reacción de Gabi? Realmente está contento? 16 Que ocorre finalmente?
A Laura, os seus pais regálanlle unha moto a pesar de non aprobar todas as materias	17 Por que actúan así os pais de Laura? 18 Como reacciona Laura? Por que?
O pai de Gabi engana a súa nai	19 Gabi atopou máis dunha vez a súa nai chorando, cres que Gabi sabe por que chora a súa nai? 20 Por que se mostra Gabi tan distante coa súa nai?
Canallada no centro comercial	21 Que buscan con esta canallada? 22 Por que necesitan traspasar os límites e arriscarse?
Adestramento de Álex co «profesor Bacterio»	23 Consideras a reacción de Álex un acto de lealdade? 24 Que che parece o comportamento do profesor? 25 Que historia persoal hai detrás?
O pai de Gabi mófase do seu amigo Álex cando lle piden axuda	26 Como cres que se sente Gabi? 27 Por que reacciona así o pai de Gabi?
Os tres amigos fan un pacto para escapar e vivir a súa vida	28 Que é o que pasa para chegar a facer este pacto? 29 Como reacciona cada un dos personaxes? 30 Por que non chega a cumprirse o plan?
Laura préndelle lume ao cuarto dos seus pais	31 Por que se chega a este final? Cales son as causas deste acto? 32 Como se sente Laura despois do que fixo?

OBXECTIVOS

- Identificar os diferentes valores éticos que se poden presentar nunha situación determinada.
- Tomar conciencia e reflexionar sobre os propios valores morais e a xerarquía entre eles.
- Favorecer o intercambio de opinións desde puntos de vista distintos e fomentar a tolerancia ante principios e valores diferentes ou contrarios aos nosos.
- Facilitar aos alumnos, ante un conflito, estratexias para a busca de solucións alternativas e xustas para todas as partes implicadas.
- Formar o criterio ético e o xuízo moral nos alumnos.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión explicando o concepto de «dilema moral» e a súa importancia respecto á toma de decisións. Como exemplo e exercicio para os alumnos, fórmalles un dilema moral concreto: o que se propón no apartado seguinte ou calquera outro que ao titor lle pareza adecuado para a clase. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Divídese a clase en pequenos grupos e pídeselles que analicen o dilema moral presentado e xustifiquen como deberían actuar, segundo o seu xuízo, os dous rapaces protagonistas. A continuación, realízase unha posta en común en gran grupo para debater sobre as cuestións formuladas. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Despois, o titor pide aos alumnos que, de forma individual, analicen os dous dilemas que se lles propón na ficha de traballo e respondan as cuestións que se formulan. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Finalmente, establécese un debate en gran grupo para analizar e razoar as respostas dos alumnos aos dilemas formulados. (Duración aproximada: 15 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- Un **dilema moral** é unha situación real ou imaxinaria en que entran en conflito dous valores contrapostos, entre os que se debe elixir.
- **Dilema «Amizade ou honestidade?»**
Antonio e Luís estudan na mesma clase. Son, ademais, bos amigos. Antonio é moi estudoso e saca sempre boas notas, pero este trimestre non traballou o suficiente e debe mellorar as súas cualificacións para conservar a súa bolsa. Luís non estuda e adoita suspender moitas materias, por iso está a punto de ter que abandonar a escola. Proximamente teñen un exame de Matemáticas; é un exame difícil e moi importante para ambos. A Luís pasáronlle unha copia do exame. El non sabe responder as preguntas, pero pensa que Antonio si saberá facelo e ofrécello para que o resolva e lle diga as respostas; desa maneira, Antonio asegurárase unha boa nota e Luís podería aprobar e continuar na escola. Antonio quere axudar o seu amigo e, claro, tamén quere sacar unha boa nota no exame, pero sabe que o que lle propón Luís non é correcto; teme que o profesor se dea de conta, pero, ao mesmo tempo, preocúpalle o exame e téntao a idea de poder obter a cualificación que necesita. Que debe facer? Debe axudar o seu amigo? Debe denunciálo? Debe aproveitar a situación para sacar proveito?

MATERIAIS

- Ficha de traballo «Exemplos de dilemas morais».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data:

Ficha de traballo 1

Exemplos de dilemas morais

Reflexiona sobre os seguintes dilemas morais, respondendo de maneira razoada as cuestións que se formulan.

Dilema «Falta de asistencia á clase»

Laura é alumna de 4.º de ESO. Hoxe tiña un exame difícil e non estudara o suficiente, así que decidiu faltar ao instituto sen dicirlles nada aos seus pais. Foi ver a súa amiga Silvia, que estuda Bacharelato, e preguntoulle se podía quedar alí ata a hora da saída da clase. Aínda que non lle gusta o que fixo Laura, Silvia acepta: entende que a súa amiga necesita axuda. De alí a un anaco soa o teléfono e Silvia responde: é a nai de Laura, decatouse de que a súa filla non foi á escola e, preocupada, preguntalle se sabe algo dela.

Reflexión individual

- Como cres que se sente Silvia nese momento?
- Que debería facer Silvia neste caso? Que pasaría se dixese a verdade? E se mentise?
- Que pensas da forma de actuar de Laura?

Dilema «O acosador»

Xurxo é un alumno de 3.º de ESO que saca moi boas notas. É o líder da súa clase e os profesores téñenlle moita estima. Pablo é un alumno tímido, reservado, que pasa desapercibido, pero que ultimamente non quere ir á clase, xa que está sufrindo acoso escolar por parte de Xurxo. Álvaro é amigo de Xurxo e coñece á perfección o que está ocorrendo con Pablo. Ten traballado con el e parécelle un bo rapaz. Un día Álvaro fala con Xurxo para que deixe de acosar a Pablo, pero este non lle fai caso e ameázao a el tamén se se entremete ou se llo conta a alguén.

Reflexión individual

- Que cres que debería facer Álvaro? Tería que falar con algún profesor?
- Como reaccionarías ti se estiveses no lugar de Álvaro?
- Que valores cres que entran en contradición neste caso?
- Propón solucións.

Dilema «O roubo»

No instituto estanse cometendo roubos de maneira continuada entre os alumnos de 1.º de ESO. Aínda que se pensa que algún alumno pode saber quen son, ninguén di nada sobre os ladróns por temor ás represalias. Os pais e os profesores están indignados con estes acontecementos e queren encontrar unha solución. No centro falouse de medidas drásticas: rexistrar a todos os alumnos; incluso, pechar o instituto. Raquel, unha alumna de 3.º de ESO coñece os alumnos que están efectuando os roubos, que son de Bacharelato; o que actúa como xefe da banda chámase Luís e é amigo seu. Raquel falou co seu amigo para tentar acabar con esa situación de roubos e ameazas no instituto, pero Luís non só non lle fixo caso, senón que a ameazou con romper a súa amizade. Se os denuncia, Luís, que está considerado un bo alumno, será expulsado.

Reflexión individual

- Como cres que se sente Raquel?
- Raquel debe calar ou debería denunciar o seu amigo? Que pasaría se non o denunciase? Sería xusto?
- O ben xeral é superior a calquera outro ben?
- Que valores se enfrontan neste caso?

OBXECTIVOS

- Identificar as técnicas de traballo intelectual que utilizan os alumnos.
- Dotar os alumnos de estratexias para utilizar o repaso como técnica de traballo intelectual.
- Especificar as vantaxes do repaso.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- Para empezar a clase, o titor pide aos alumnos que, de maneira individual, reflexionen sobre cales son as técnicas de traballo intelectual que utilizan e se estas lles resultan eficaces. A continuación, o titor formula á clase unha serie de cuestións relacionadas coas técnicas de traballo intelectual e cos hábitos de estudo dos alumnos: cantos alumnos toman apuntamentos?, cal é a utilidade principal dos apuntamentos?; cantos subliñan?, para que serve subliñar?; cantos fan resumos?, cantos fan esquemas?, como os utilizan no estudo?; cantos estudan de memoria?, comprenden ben o que memorizan?; quen utiliza o repaso como parte do estudo?, como repasan?... O titor pode escribir no encerado o título de cada técnica e unha idea fundamental de cada unha. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Tras a reflexión conxunta, o titor realiza unha exposición de forma maxistral sobre técnicas de estudo, facendo fincapé na necesidade de ter uns bos hábitos de estudo, entre eles o repaso. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Despois, o titor céntrase no repaso e pide aos alumnos que reflexionen sobre esta técnica. Para isto formúlalles as seguintes cuestións: cando repasas?, repasas ao día seguinte do estudo?, repasas ou volves estudar?, cantos repasos realizas antes do exame?... (Duración aproximada: 10 minutos).
- Finalmente, realízase unha posta en común das reflexións dos alumnos e do titor, apoiándose nas fichas «Por que esquecemos» e «A técnica do repaso», explica en que consiste esta técnica de estudo, cal é a forma correcta de realizalo, cales son os principais erros que se cometen no repaso, etc. (Duración aproximada: 15 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- Cómpre insistir en que o repaso é fundamental porque nos permite recordar o aprendido, xa que o tempo fai que esquezamos as cousas. Como norma xeral, deberíase repasar dentro das vinte e catro horas seguintes ao estudo; máis concretamente, recoméndase realizar o primeiro repaso aos dez minutos do estudo; un segundo repaso, ao día seguinte; un terceiro repaso, á semana; outro repaso, ao mes; e un, aos seis meses (pode verse a páxina web: www.tecnicas-de-estudio.org/memoria/memoria37.htm).
- É importante recordar aos alumnos a importancia dunha adecuada planificación do estudo, que inclúa o repaso e, nese sentido, a necesidade de planificar a frecuencia dos repasos cando se achega a data do exame.

MATERIAIS

- Cadros «Por que esquecemos» e «A técnica do repaso».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data:

Por que esquecemos

O esquecemento é un proceso natural no ser humano. En relación coa aprendizaxe, supón a deterioración ou a perda de coñecementos adquiridos e pode ter varias causas:

1. Memorizar sen comprender.
2. Erros na atención ou na concentración.
3. Non utilizar o aprendido anteriormente.
4. Bloqueos.
5. Falta de interese.
6. Interferencias con outros coñecementos novos.
7. Non repasar.

A técnica do repaso

Fases do repaso

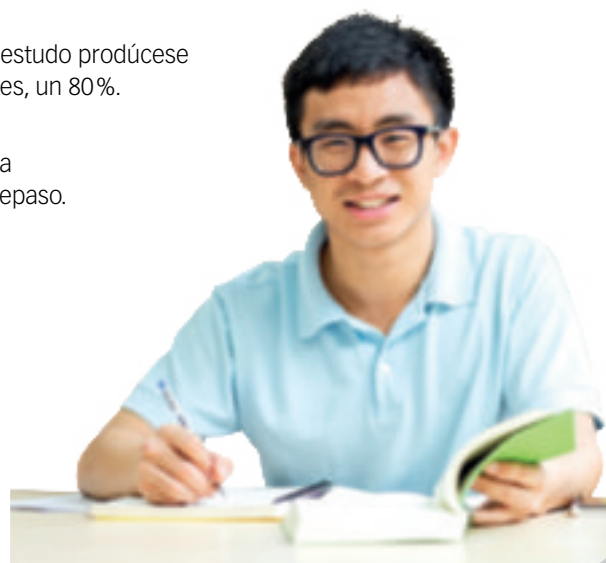
1. Debes elaborar por escrito un resumo ou un esquema cos contidos básicos do tema estudado.
2. Fai unha repetición, ben oral ou ben escrita, do que recordas do tema estudado mirando o esquema.
3. Revisa os teus resumos ou esquemas para ver as posibles lagoas que tiveses ao facelos.
4. Repite o tema, pero esta vez mentalmente.
5. Podes pensar algunhas preguntas de exame e respondelas.

Lembra...

- Repasar oralmente ou por escrito depende das túas preferencias; ambos os métodos teñen vantaxes: oíndote é máis rápido e por escrito favorécese unha mellor aprendizaxe, moi útil na memorización.
- De acordo con importantes investigacións, unha hora despois do estudo prodúcese unha perda do 50% do aprendido; ás nove horas, un 60%; e ao mes, un 80%. Se se repasa periodicamente, estas perdas son menores.
- O repaso antes do exame non serve; cómpre, ou ben repasar o día seguinte ao do estudo, ou ben planificar un día á semana para o repaso.

O repaso durante o estudo

- O repaso podes facelo mentres estudas; realiza unha pausa para valorar o que estás lendo, resúmeo coas túas palabras e úneo aos temas que xa coñeces.
- O repaso non leva moito tempo, é suficiente con que empregues dous ou tres minutos por tema; se require máis tempo, é que non estudaches o suficiente ou que non comprendiches o estudado.



OBXECTIVOS

- Sensibilizar os alumnos sobre as causas do inicio no consumo de tabaco e facerlles comprender que é unha adicción.
- Coñecer as consecuencias do consumo de tabaco para a saúde.
- Desmontar as falsas crenzas que existen arredor do tabaco.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión facendo algunhas preguntas sobre o tabaco á clase: que é o tabaco?; que asociades á idea de fumar?; credes que o tabaco crea adicción?; considerádelo unha droga?; a que idade pensades que se adoita comezar a fumar e por que se fai?; consumides tabaco actualmente?; por que credes que a xente non deixa de fumar?; que pensades sobre o cigarro electrónico?... (Duración aproximada: 10 minutos).
 - A continuación, o titor explica o que é o tabaco e as causas polas que se inicia e se mantén o seu consumo. Pode consultar a guía para profesores incluída no apartado de observacións e suxestións. (Duración aproximada: 10 minutos).
 - Despois, o titor divide a clase en pequenos grupos co obxectivo de reflexionar sobre os mitos e falsas crenzas que existen arredor do tabaco, os cales contribúen moitas veces a que unha persoa non deixe de fumar. Para isto entrégalles aos alumnos a ficha de traballo «Falsas crenzas sobre o tabaco». Cada grupo debe elixir un portavoz. (Duración aproximada: 10 minutos).
 - Tras o traballo nos grupos pequenos, o titor pide a cada portavoz que explique as ideas do seu grupo ao resto da clase. El mesmo vai escribindo e ordenando no encerado esas ideas e vai explicando, tendo en conta as achegas dos alumnos, por que son falsas esas crenzas. (Duración aproximada: 10 minutos).
 - A continuación, o titor formula unha reflexión sobre as consecuencias do consumo de tabaco e sobre a influencia do cine e outros medios de comunicación na súa valoración. Para isto recorre á ficha «Consecuencias do tabaco na saúde» e pode proxectar dous vídeos:
 - O tráiler da película estadounidense *Grazas por fumar* (2005), do cineasta canadense Jason Reitman: www.youtube.com/watch?v=FKu-V_dU94g.
 - O anuncio dunha campaña francesa antitabaco de 2010: www.youtube.com/watch?v=TV2IQvf7Wkk.
- Para finalizar, o titor preguntará aos seus alumnos sobre as vantaxes que encontran en ser non fumadores fronte aos fumadores. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- É recomendable que o titor escoite e non xulgue as opinións e actuacións dos seus alumnos.
- Guía para o profesorado *A non fumar, apúntome!* da Xunta de Andalucía (edición 2011): www.anofumarmeapunto.es/file.php?file=%2F1%2FMateriales%2FGUIAANOFUMAR2011.pdf.

MATERIAIS

- Ficha «Falsas crenzas sobre o tabaco» e cadro «Consecuencias do tabaco na saúde».
- Tráiler da película *Grazas por fumar*: www.youtube.com/watch?v=FKu-V_dU94g; e o anuncio antitabaco: www.youtube.com/watch?v=TV2IQvf7Wkk.
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data: **Ficha de traballo 1****Falsas crenzas sobre o tabaco**

Le as seguintes falsas crenzas que favorecen o inicio no consumo de tabaco ou dificultan deixar de fumar. Na columna da esquerda tes as crenzas e na da dereita, a explicación de por que son falsas.

FALSAS CRENZAS	EXPLICACIÓN
«Podo deixar de fumar cando queira».	Deixar o tabaco require moito tempo e esforzo. Implica unha serie de etapas.
«Non é un bo momento para deixar de fumar».	Precísase vontade para deixalo.
«Cando fumo, consigo relaxarme».	Existen métodos menos daniños para relaxarse.
«Deixar de fumar provoca ansiedade e cómese máis, e eu non quero engordar».	Non todas as persoas que deixan de fumar engordan, cunha dieta equilibrada soluciónase.
«De algo hai que morrer».	Non é só unha frase. Fumar produce enfermidades e acurta a vida.

Escrebe tres crenzas erróneas máis sobre o tabaco e explica por que son erróneas; faino coma no punto anterior.

CONSECUENCIAS DO TABACO NA SAÚDE

- Cáncer de pulmón, de gorxa, de páncreas e de vexiga.
- Anxina de peito e infarto de miocardio.
- Enfermidades das arterias, arteríolas e capilares.
- Bronquite crónica e enfisema.
- Úlceras de estómago e úlcera duodenal.
- Alteracións na muller e no feto en caso de embarazo.



OBXECTIVOS

- Detectar os coñecementos previos e as actitudes dos alumnos en relación coa sexualidade.
- Identificar mitos e realidades referentes á sexualidade na adolescencia.
- Dar a coñecer aos alumnos aspectos diversos da sexualidade, así como as posibles consecuencias de manter relacións sexuais sen protección (embarazo, enfermidades venéreas, etc.).

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- Para comezar a sesión, o titor reparte aos alumnos a ficha de traballo «Mitos e realidades sobre sexo e sexualidade» para que respondan ás afirmacións que inclúe sobre aspectos relacionados coa sexualidade de acordo cos seus coñecementos previos. O profesor pídelles que completen a ficha individualmente. (Duración aproximada: 10 minutos).
- A partir da ficha de traballo dos alumnos, o titor vai explicando falsas crenzas e verdades sobre a sexualidade, facendo fincapé nos erros máis comúns. Convén falar con naturalidade e liberdade para propiciar que os alumnos interveñan, formulen as súas dúbidas, etc. (Duración aproximada: 15 minutos).
- A continuación, o titor presenta o seguinte tráiler da película canadense *Juno*: www.youtube.com/watch?v=1U9iQD1Xk5I, dirixida por Jason Reitman en 2007, e coméntao cos alumnos. Pídelles que contan a historia da película e detéñense nalgúns aspectos, como a relación entre os adolescentes, o embarazo non desexado, a actitude dos pais, o papel dos amigos, a influencia do contorno, o futuro dos pais e do meniño... (Duración aproximada: 10 minutos).
- Para concluír, o titor establece unha charla-coloquio cos alumnos en que se debate sobre as relacións sexuais responsables e as consecuencias de ter relacións sen protección. Pode preguntarlles se cren que o embarazo é a única consecuencia, que situacións leva consigo un embarazo precoz, como cren que lles afectaría ser pais na adolescencia a eles, á súa familia, ao seu futuro fillo... (Duración aproximada: 15 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- O titor podería explicar algunhas enfermidades de transmisión sexual (ETS), como a sida ou a infección polo virus do papiloma humano.

MATERIAIS

- Ficha de traballo «Mitos e realidades sobre sexo e sexualidade».
- Tráiler da película *Juno*: www.youtube.com/watch?v=1U9iQD1Xk5I.
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data:

Ficha de traballo 1

Mitos e realidades sobre sexo e sexualidade

A sexualidade non se refire unicamente ao sexo, senón que é un medio de relación en que interveñen aspectos afectivos e de comunicación de grande importancia no noso desenvolvemento como persoas. Non obstante, é tamén un ámbito onde abundan a desinformación e as falsas crenzas.

Marca cun X no cadro correspondente se cres que as seguintes afirmacións son mitos ou realidades sobre sexo e sexualidade.

IDEAS SOBRE SEXO e SEXUALIDADE	MITO	REALIDADE
A primeira vez que unha rapaza mantén relacións sexuais non pode quedar embarazada.		
Se tes a regra, podes quedar embarazada.		
O preservativo é o método máis eficaz contra as enfermidades de transmisión sexual.		
O alcohol e as drogas son estimulantes do sexo.		
Antes había menos homosexuais que agora.		
Se realmente estás namorado/a da túa parella, tes que manter relacións sexuais con ela.		
A masturbación é prexudicial para a saúde.		
Non se pode gozar do sexo se non hai coito.		
A sida e as enfermidades de transmisión sexual só as contaxian prostitutas ou persoas procedentes de ambientes marxinais.		
Unha rapaza coñece perfectamente os seus ciclos menstruais e deste xeito pódese previr o embarazo.		
Os abusos sexuais prodúcense por descoñecidos.		
Unha rapaza pode quedar embarazada aínda que non haxa exculación dentro da vaxina.		
Cando se perde a virxindade non hai por que ter un sangrado.		
O lavado vaxinal evita o embarazo.		
A píldora do día despois é o mellor método anticonceptivo.		

OBXECTIVOS

- Coñecer a importancia da empatía e saber como desenvolver esta habilidade.
- Favorecer nos alumnos o desenvolvemento da capacidade de poñerse no lugar do outro.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión preguntando aos alumnos que cren eles que é a empatía. Pídelles que digan termos que relacionen coa palabra *empatía* (ou el mesmo escribe algúns no encerado para axudalos na súa reflexión: *proximidade, sintonía, compaixón, afinidade, comprensión, afecto...*). Pregúntalles tamén con que calidades e comportamentos relacionan a empatía (xenerosidade, altruísmo, respecto, tolerancia...) e que achega ás relacións interpersoais. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Recollendo as ideas dos alumnos, o titor realiza unha exposición maxistral sobre o concepto de empatía e a súa relación coa convivencia e unhas relacións interpersoais sas. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Para ilustrar a súa exposición, o titor presenta a curtametraxe *A lenda do espantallo*: www.youtube.com/watch?v=_bHwgRz6IdM, do director español Marco Besas (2005). Tras a proxección, pode preguntar aos alumnos onde aparece reflectida a empatía, que valores resaltan na historia e que mensaxe se quere transmitir. (Duración aproximada: 10 minutos).
- A continuación, o titor pide aos alumnos que formen un círculo para que todos se poidan ver. Proponlles o xogo «Ponte no seu lugar», para o cal entrega a cada alumno unha ficha de cartolina. Nela o alumno debe contar un problema ou conflito que ten ou tivo con outra persoa: alguén da súa familia, un amigo, na escola... Ao terminar, xúntanse todas as cartolinas; cada alumno colle unha (diferente da súa) e explica ao grupo a situación coma se fose propia, dicindo como se sente cada unha das persoas implicadas no conflito. Despois, o titor pide aos alumnos que compartan as súas reflexións coa clase. (Duración aproximada: 18 minutos).
- Como conclusión da sesión, o titor presenta unha escena da película de animación *Os Incríveis* (2004), do director estadounidense Brad Bird, que os pode axudar a comprender como se pode actuar de forma empática: www.youtube.com/watch?v=CMiA19kTh6w. (Duración aproximada: 2 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- A empatía é a capacidade cognitiva de sentir, nun contexto común, o que outro individuo sente. É tamén a habilidade de entender os sentimentos e necesidades dos demais, poñéndose no seu lugar, e de responder correctamente ás súas reaccións emocionais. É unha capacidade fundamental para relacionarnos cos demais: é unha habilidade social. Howard Gardner, na súa teoría das intelixencias múltiples, chámalle *intelixencia interpersoal*. Un dos valores da empatía é o respecto cara aos demais.

MATERIAIS

- Ficha de traballo «Ponte no seu lugar» e cadro «Como desenvolver a empatía».
- Curtametraxe *A lenda do espantallo*: www.youtube.com/watch?v=_bHwgRz6IdM.
- Vídeo da película de animación *Os Incríveis*: www.youtube.com/watch?v=CMiA19kTh6w.
- Papel e lapis, bolígrafo e cartolina.

Nome: Curso: Data: **Ficha de traballo 1****Ponte no seu lugar****O teu conflito**

Pensa nalgún problema ou conflito que tiveches ou tes con outra persoa: unha discusión co teu pai ou coa túa nai, unha pelexa co teu irmán, un desacordo cun compañeiro ou co profesor, un malentendido nunha tenda ou no autobús, etc. Explica o conflito na ficha de cartolina que che deu o profesor e entrégalla á clase.

Como te sentirías se...?

Colle unha ficha ao chou, le o conflito que explicou o teu compañeiro e reflexiona: como te sentirías ti?, que farías?, que cres que pode sentir e pensar esa persoa?, e a outra persoa implicada no conflito? Preséntalle á clase o conflito do teu compañeiro como se fose teu, dando resposta ás preguntas anteriores.

Reflexión final

Reflexiona e responde as seguintes cuestións:

- Cando temos un problema cunha persoa, paramos a pensar que sente a outra persoa?
- Como te sentiches poñéndote no lugar do teu compañeiro? E no lugar da outra persoa do conflito?
- Pareceche difícil poñerte no lugar doutra persoa? Que che achegou este exercicio?
- Que sentiches ao oír o teu compañeiro explicando o teu conflito como se fose seu? Que aprendiches?

Como desenvolver a empatía

A empatía é unha calidade e unha habilidade interpersoal fundamental que todos posuímos en maior ou menor medida e que se pode desenvolver e potenciar. Pódense aprender e desenvolver habilidades empáticas.

Actitudes empáticas

- Ter un pensamento aberto, flexible e sen prexuízos.
- Interesarse polos demais, descubrir os seus puntos fortes, recoñecer as súas calidades e compensar os seus defectos.
- Ser tolerantes e respectuosos cos demais, ter unha boa predisposición para aceptar as diferenzas.

Claves para desenvolver a empatía cos demais

- Escoita con atención, sen interromper e mostrando interese.
- Evita xulgar.
- Non ofrezas consellos como se foses un «experto». Sobre todo, intenta comprender e fai que o outro se sinta comprendido, sen mostrar sentimentos de compaixón.
- Non relativices o problema do outro.
- Comprende aínda que non compartas o que che explica.
- Evita mostrarte como un exemplo positivo e falar continuamente de ti mesmo.



OBXECTIVOS

- Identificar os distintos tipos de resposta que se dan ante diferentes contextos: asertivo, pasivo e agresivo.
- Analizar diferentes situacións e adecuar o tipo de resposta a elas.
- Recoñecer nun mesmo os diferentes tipos de resposta que executa en cada situación.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor realiza unha exposición maxistral sobre as diferentes modalidades de resposta nunha relación interpersoal. (Duración aproximada: 10 minutos).
- O titor propón aos alumnos que analicen a súa forma de relacionarse cos demais a través da ficha de traballo «O meu estilo persoal». Mentres os alumnos realizan a actividade, o titor atende posibles dúbidas e asegúrase de que entenden ben os distintos estilos. (Duración aproximada: 5 minutos).
- Despois, o titor pode escribir no encerado algunhas das actitudes que determinan unha comunicación asertiva (duración aproximada: 10 minutos):
 - a. Falar en primeira persoa.
 - b. Explicar a situación sen cualificar nin xulgar.
 - c. Expresar o que sentimos nesa situación.
 - d. Pedir o que queremos ou o que nos gustaría cambiar.
 - e. Expresar a nosa opinión, aínda que sexa impopular.
 - f. Preguntarlle á outra persoa a súa opinión e aceptar as críticas.
 - g. Felicitar e gabar as actitudes dos demais.
 - h. Saber dicir que non.
 - i. Saber negociar as nosas propostas.
- A continuación, o titor divide a clase en grupos de tres para representar as situacións da ficha de traballo «Ensaio». Pídelles que representen os tres tipos de respostas posibles en cada situación. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Por último, o titor establece unha charla-coloquio para analizar as situacións anteriormente propostas desde o punto de vista da asertividade. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- Para fomentar a participación de todos os membros da clase, é necesario que o titor dea exemplo formando parte da dinámica.
- É importante relacionar o concepto de asertividade coa empatía e diferencialo de egoísmo, manipulación, etc.

MATERIAIS

- Fichas de traballo «O meu estilo persoal» e «Ensaio».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data: **Ficha de traballo 1****O meu estilo persoal**

As seguintes características responden a tres estilos diferentes á hora de relacionarse cos demais.

Con cal destas persoas te identificas máis?

- A. Son unha persoa tímida. Gústame pasar desapercibido/a e por iso participo pouco en grupo. Cústame expresar o que sinto ou tomar a iniciativa nas relacións. Acepto o que din os demais.
- B. Intento ser sincero/a. Expreso a miña opinión francamente e deféndoa, pero sei escoitar a opinión dos demais sen descualificalos e respectándoos. Se hai conflito, trato de resolvelo axudando. Consigo o que quero, sen desprezar os demais, pedindo de maneira adecuada ou «negociando» con eles.
- C. Gústame ter razón. Non escoito os demais. Enfádome frecuentemente e ofendo os demais. Non respecto as opinións dos demais. Con frecuencia síntome superior a eles. Ás veces, creo conflitos.

Resultados

- Se a túa resposta se axusta máis á **opción A**, es unha **persoa pasiva**: exprésaste deixando de lado os teus propios dereitos e antepoñendo os dos demais.
- Se te identificas máis coa **opción B**, es unha **persoa asertiva**: es capaz de expresar os teus desexos de maneira aberta, directa e adecuada, respectando tamén os dos demais.
- Se as túas relacións cos demais se axustan máis á **opción C**, es unha **persoa agresiva**: defendes e antepós os teus dereitos sen respectar os dereitos dos demais.

É **importante** ter presente que o noso estilo persoal pode variar dependendo de cada situación, pero o recomendable é mostrar sempre un estilo asertivo.

Ficha de traballo 2**Ensaio**

Representa cos teus compañeiros de grupo as seguintes situacións tendo en conta os tres tipos de resposta posible: asertivo, pasivo e agresivo.

- 1** Levas horas facendo cola: queres comprar unhas entradas para un concerto moi importante e cando vai chegar a túa vez, achégase un rapaz ao grupo que está diante do teu e pídelles que lle saquen unha entrada.
- 2** Os teus pais acábanche de comprar unha moto e Xoán, o teu mellor amigo, pídeche que lla prestes para ir ao cine coa súa noiva, pero a ti non che apetece deixarlle.
- 3** Estás na clase de Matemáticas e o profesor chámache a atención por algo que ti non fixeches.
- 4** Ao repartir un traballo entre todos os membros do teu grupo, dáste de conta de que a túa parte é maior ca a dos demais.
- 5** Estás nunha festa e alguén ofréceche unha copa; ti contestas que non che apetece e esa persoa insiste.
- 6** Queres comprar unha camiseta e ao ir a pagala, cóbrancha un prezo diferente do que tiña marcado.
- 7** No teu grupo de amigos, algún fai un comentario xenófobo.
- 8** O teu mellor amigo, Diego, sempre ordena o que debes facer en cada momento.
- 9** Chámante por teléfono para ofrecerche uns produtos que non desexas.
- 10** No teu grupo de amigos, cada vez que tentas dar a túa opinión, non che deixan falar.

OBXECTIVOS

- Explicar aos alumnos o plan de estudos de 4.º de ESO.
- Expoñer o proceso de avaliación das aprendizaxes e os retos escolares que deben afrontar.
- Coñecer os propios medos cara a un novo curso e potenciar o valor do esforzo e da responsabilidade.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor explica ao gran grupo en que van consistir as actividades, tendo en conta que o obxectivo é que os alumnos coñezan os retos escolares de 4.º de ESO. (Duración aproximada: 5 minutos).
- A continuación, o titor propón aos alumnos un breve coloquio sobre o que esperan encontrar en 4.º de ESO, cales son as súas expectativas e os seus medos. Vai anotando no encerado as ideas máis compartidas. (Duración aproximada: 10 minutos).
- O titor presenta aos alumnos o plan de estudos de 4.º de ESO: as materias e o proceso de avaliación. (Duración aproximada: 20 minutos).
- Posteriormente, o titor divide a clase en pequenos grupos para realizar un mural ou un díptico onde se expoñan os consellos que darían a un compañeiro que vai promocionar a 4.º de ESO. (Duración aproximada: 15 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

Lexislación

- Proxecto de Lei Orgánica para a Mellora da Calidade Educativa (LOMCE), 17 de maio de 2013.
- Real Decreto 1631/2006, de 29 de decembro, polo que se establecen as ensinanzas mínimas correspondentes á Educación Secundaria Obrigatoria.
- Decreto 86/2015, do 25 de xuño, polo que se establece o currículo da Educación Secundaria Obrigatoria e do bacharelato na Comunidade Autónoma de Galicia.
- Orde pola que se regula a avaliación na Comunidade Autónoma de Galicia.

Características

- Carácter propedéutico.
- Dúas opcións para elixir: **Ensinanzas académicas** para a iniciación ao Bacharelato e **Ensinanzas aplicadas** para a iniciación á Formación Profesional.

Avaliación

- Continua e diferenciada.
- **Promoción:** os alumnos promocionarán de curso cando superasen todas as materias ou teñan avaliación negativa en dúas como máximo.
- **Repetición:** o alumno poderá repetir o mesmo curso unha soa vez e dúas veces como máximo dentro da etapa.
- **Consello orientador:** entrégase aos pais ou titores ao final de curso e inclúe un informe sobre o grao de logro dos obxectivos e de adquisición das competencias, así como unha proposta do itinerario máis adecuado que debe seguir.

MATERIAIS

- Plan de estudos de 4.º de ESO (2014-2015).

Nome: Curso: Data:

Plan de estudos de 4.º de ESO (2014-2015)

Tras a explicación do titor sobre o plan de estudos de 4.º de ESO, pódennche xurdir dúbidas ou medos. Nesta sesión podes expresalos para que desaparezan, deixando espazo, sobre todo, á ilusión, ao esforzo e á responsabilidade ante un novo curso académico.

	ENSINANZAS ACADÉMICAS	ENSINANZAS APLICADAS
4.º ESO	Materias troncais	
	Troncais xerais (4) • Lingua Castelá e Literatura • Matemáticas orientadas ás ensinanzas académicas • Primeira lingua estranxeira • Xeografía e Historia	Troncais xerais (4) • Xeografía e Historia • Lingua Castelá e Literatura • Matemáticas orientadas ás ensinanzas aplicadas • Primeira lingua estranxeira
	Troncais de opción (2) • Física e Química • Bioloxía e Xeoloxía • Latín • Economía	Troncais de opción (2) • Ciencias Aplicadas á Actividade Profesional • Tecnoloxía • Iniciación á Actividade Emprendedora e Empresarial
	Materias específicas	
	Sempre: • Educación Física • Relixión ou Valores Éticos (a elección dos pais ou titores legais ou, no seu caso, do alumno)	
	Elixir entre 1 e 4: • Segunda lingua estranxeira • Tecnoloxías da Información e da Comunicación • Artes Escénicas e Danza • Educación Plástica, Visual e Audiovisual • Relixión (se non se escolleu en «Sempre») • Valores Éticos (se non se escolleu en «Sempre») • Música • Cultura Clásica • Filosofía • Cultura Científica • Unha materia do bloque de troncais non cursada	
	Materias de libre configuración autonómica	
	• Sempre: • Lingua Galega e Literatura • Unha materia do bloque de específicas non cursada • Ampliación de materia do bloque de troncais ou específicas	

OBXECTIVOS

- Avaliar de forma individual os factores relacionados co rendemento académico obtido no presente trimestre.
- Analizar de forma grupal o clima de convivencia na aula e os resultados do proceso de ensinanza-aprendizaxe levado a cabo durante o trimestre.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor comeza a sesión explicando a necesidade de realizar unha análise dos factores que influíron na dinámica da aula e que están relacionados co rendemento dos alumnos no presente trimestre. (Duración aproximada: 5 minutos).
- O titor reparte entre os alumnos o cuestionario «Preavaliación» e pídelle que realicen a primeira parte de maneira individual. (Duración aproximada: 10 minutos).
- A continuación, realízase en gran grupo unha posta en común sobre as respostas dadas polos alumnos na súa reflexión individual. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Despois, o titor divide a clase en grupos de tres e pídelle que contesten as preguntas sobre a clase que se formulan na segunda parte do cuestionario. Finalizada a tarefa, realízase unha posta en común en gran grupo. (Duración aproximada: 15 minutos).
- Para concluír, o titor solicita ao delegado e ao subdelegado que anoten as achegas realizadas polo grupo para transmitilas á Xunta de Avaliación, incluíndo unha valoración das relacións persoais entre os alumnos, así como dos alumnos co profesor e co contorno. (Duración aproximada: 10 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- Pódese pedir ao grupo, nunha sesión previa, que analice co resto do profesorado cal foi o rendemento do grupo en xeral e en que aspectos habería que propoñerse mellorar, de cara á próxima avaliación, en cada unha das materias.
- O titor pode recordar aos alumnos algunhas das estratexias que facilitan un adecuado proceso de ensinanza-aprendizaxe: estar atento na clase, preguntar as dúbidas, corrixir os exercicios propostos, estudar a diario, contribuír a manter un bo clima na aula...
- Así mesmo, o titor pode recordar aos alumnos algúns dos motivos para obter uns bos resultados: poder axudar á sociedade, obter beneficios económicos, obter recoñecemento social...

MATERIAIS

- Ficha de traballo «Preavaliación».
- Papel e lapis.

Nome: Curso: Data: **Ficha de traballo 1****Preavaliación****Individualmente**

Responde individualmente e con sinceridade o seguinte cuestionario. Escribe as respostas no teu caderno.

- 1** Que resultados esperas obter neste trimestre?
- 2** Con que relacionas eses resultados, con factores persoais ou vinculados ao teu contorno?
- 3** Sénteste satisfeito co traballo que realizaches durante o trimestre?
- 4** Cres que o teu esforzo se verá recompensado?
- 5** Estudas todos os días ou só antes dos exames? Cantas horas diarias dedicas ao estudo?
- 6** Fas todos os días os deberes que che mandan para a casa? Corrixes na clase os exercicios propostos?
- 7** Estás atento na clase ou adoitas estar pensando noutras cousas e pérdeste con frecuencia?
- 8** En que materias te sentes máis conforme co teu traballo e esperas obter mellores resultados?
En cales esperas que os resultados sexan peores?
- 9** Cres que necesitas reforzo nalgunha materia?
- 10** Sabes a quen recorrer se necesitas axuda para superar o curso?

En grupo

Reflexiona primeiro no teu grupo e despois con toda a clase sobre as seguintes cuestións.

- 1** Cal foi o ambiente de traballo na aula?
- 2** Respectáronse as normas de convivencia, atendendo aos dereitos e deberes que tedes como alumnos?
- 3** Como credes que foi o rendemento xeral da clase nas diferentes materias?
- 4** En que materias esperades obter mellores resultados? En cales peores?
- 5** Estadades satisfeitos coa vosa conduta neste trimestre?
- 6** En que aspectos credes que debedes mellorar como grupo?
- 7** Que aspectos vos parecen máis positivos no presente trimestre?
- 8** Cales son os principais problemas que xurdiron no grupo?
- 9** Que medidas tomastes para resolver os problemas que foron xurdindo durante o trimestre?
- 10** Que suxestións vos gustaría transmitir á Xunta de Avaliación?

OBXECTIVOS

- Reflexionar sobre a relación entre o esforzo realizado e os resultados obtidos no presente trimestre.
- Analizar as posibles motivacións individuais e grupais para mellorar o rendemento académico.
- Achegar información aos alumnos sobre os criterios de avaliación e de promoción extraídos da Xunta de Avaliación.

CONTIDO / DESENVOLVEMENTO

- O titor expón aos alumnos os resultados obtidos polo grupo de acordo coa Xunta de Avaliación, así como as achegas desta respecto ao clima xeral da aula, aspectos negativos e propostas de mellora. A continuación, recórdase aos alumnos os criterios de avaliación e de promoción establecidos. (Duración aproximada: 10 minutos).
- Tras dar a coñecer os resultados, o titor pide aos alumnos que fagan balance do trimestre ao tempo que, individualmente, completan a ficha «Os meus resultados neste trimestre». (Duración aproximada: 5 minutos).
- Tras a reflexión individual dos alumnos, o titor propón un debate na clase para analizar o esforzo e o rendemento materia por materia e achegar medidas que poden tomarse no grupo para obter mellores resultados. (Duración aproximada: 15 minutos).
- A continuación, cada alumno debe reflexionar sobre as súas motivacións individuais para seguir estudando e mellorar os seus resultados académicos. Para isto, utilizan a ficha «A miñas motivacións para estudar». (Duración aproximada: 5 minutos).
- Despois, o titor expón a necesidade de ter metas persoais e un proxecto de futuro. Propón aos alumnos realizar unha posta en común sobre as motivacións para estudar. Delas, vai escribindo no encerado as que comparten como grupo e poden axudar a conseguir un mellor clima de estudo e a mellorar a convivencia. (Duración aproximada: 15 minutos).

OBSERVACIÓNS / SUXESTIÓNS

- O titor pode pedir a colaboración do delegado do grupo para comentar os resultados e as achegas da Xunta de Avaliación.
- O titor pode recordar aos alumnos conceptos como *motivación intrínseca* (a que ten que ver co propio pracer de realizar unha actividade) e *motivación extrínseca* (a que se relaciona non coa actividade en si, senón con algo que se recibe por realizar esta actividade: algunha forma de recompensa).
- É conveniente que os alumnos adquiran un **compromiso global** como grupo, que sirva de guía para a preavaliación do seguinte trimestre.

MATERIAIS

- Fichas de traballo «Os meus resultados neste trimestre» e «As miñas motivacións para estudar».

Nome: _____

Curso: _____

Data: _____

Ficha de traballo 1

Os meus resultados neste trimestre

Analiza os resultados que obtiveches neste trimestre completando esta ficha. Dos factores mencionados na táboa, cales influíron nos teus resultados deste trimestre en cada materia? Marca no recadro e escribe o nome da materia que corresponda en cada caso.

- Obtiven mellores resultados dos que esperaba en
- Obtiven peores resultados dos que esperaba en

Os motivos que me levaron a obter eses resultados nas distintas materias estiveron relacionados cos seguintes aspectos:

☐ Esfuerzo e traballo	☐ Profesores	☐ Atención, concentración
☐ Boa planificación	☐ Bos hábitos de estudo	☐ Exceso de material para estudar
☐ Falta de comprensión	☐ Ambiente na clase	☐ Outros:

Ficha de traballo 2

As miñas motivacións para estudar

De entre os motivos que se especifican a continuación, elixe os teus para completar a seguinte frase.

Estudo porque

.....

- | | |
|--|---|
| a) Quero ter un bo traballo. | e) Meus pais premiaranme se obtivo bos resultados. |
| b) Obríganme por lei a permanecer na clase ata os 16 anos. | f) Satisfaime sacar boas notas. |
| c) Gústame ampliar os meus coñecementos. | g) Gústame obter mellores notas ca os meus compañeiros. |
| d) Obríganme meus pais. | h) Quero superarme. |

Axenda de tutoría

Horarios e planificación

Grupo de tutoría

Rexistro de reunións e entrevistas

Actas de avaliación

HORARIOS E PLANIFICACIÓN

Calendarios	54
Horario do profesor	55
Información para o alumno	56
Planificador de actividades	57
Rexistro das actividades de titoría	61

GRUPO DE TITORÍA

Grupo de titoría	66
Fotografías do grupo	67
Modelo de ficha de titoría	68
Control de asistencia ás sesións de titoría	72

REXISTRO DE REUNIÓN E ENTREVISTAS

Reunións co Departamento de Orientación	78
Rexistro de información dos profesores. Modelo de ficha	83
Rexistro de entrevista individual. Modelo de ficha	84
Rexistro de entrevistas trimestrais. Modelo de ficha	85
Orientacións para a primeira entrevista coa familia	86

ACTAS DE AVALIACIÓN

Acta de avaliación inicial	88
Acta da primeira avaliación	90
Acta da segunda avaliación	92
Acta da terceira avaliación	94
Acta da avaliación extraordinaria	96
Contactos	98
Notas	100

CALENDARIOS

2015

XANEIRO	FEBREIRO	MARZO	ABRIL	MAIO	XUÑO
L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D
1 2 3 4	1	1	1 2 3 4 5	1 2 3	1 2 3 4 5 6 7
5 6 7 8 9 10 11	2 3 4 5 6 7 8	2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	4 5 6 7 8 9 10	8 9 10 11 12 13 14
12 13 14 15 16 17 18	9 10 11 12 13 14 15	9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	11 12 13 14 15 16 17	15 16 17 18 19 20 21
19 20 21 22 23 24 25	16 17 18 19 20 21 22	16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26	18 19 20 21 22 23 24	22 23 24 25 26 27 28
26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28	23 24 25 26 27 28 29 30 31	27 28 29 30	25 26 27 28 29 30 31	29 30
XULLO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DECEMBRO
L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D
1 2 3 4 5	1 2	1 2 3 4 5 6	1 2 3 4	1	1 2 3 4 5 6
6 7 8 9 10 11 12	3 4 5 6 7 8 9	7 8 9 10 11 12 13	5 6 7 8 9 10 11	2 3 4 5 6 7 8	7 8 9 10 11 12 13
13 14 15 16 17 18 19	10 11 12 13 14 15 16	14 15 16 17 18 19 20	12 13 14 15 16 17 18	9 10 11 12 13 14 15	14 15 16 17 18 19 20
20 21 22 23 24 25 26	17 18 19 20 21 22 23	21 22 23 24 25 26 27	19 20 21 22 23 24 25	16 17 18 19 20 21 22	21 22 23 24 25 26 27
27 28 29 30 31	24 25 26 27 28 29 30 31	28 29 30	26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30	28 29 30 31

2016

XANEIRO	FEBREIRO	MARZO	ABRIL	MAIO	XUÑO
L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D
1 2 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4 5 6	1 2 3	1	1 2 3 4 5
4 5 6 7 8 9 10	8 9 10 11 12 13 14	7 8 9 10 11 12 13	4 5 6 7 8 9 10	2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12
11 12 13 14 15 16 17	15 16 17 18 19 20 21	14 15 16 17 18 19 20	11 12 13 14 15 16 17	9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19
18 19 20 21 22 23 24	22 23 24 25 26 27 28	21 22 23 24 25 26 27	18 19 20 21 22 23 24	16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26
25 26 27 28 29 30 31	29	28 29 30 31	25 26 27 28 29 30	23 24 25 26 27 28 29 30 31	27 28 29 30
XULLO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DECEMBRO
L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D
1 2 3	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4	1 2	1 2 3 4 5 6	1 2 3 4
4 5 6 7 8 9 10	8 9 10 11 12 13 14	5 6 7 8 9 10 11	3 4 5 6 7 8 9	7 8 9 10 11 12 13	5 6 7 8 9 10 11
11 12 13 14 15 16 17	15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18	10 11 12 13 14 15 16	14 15 16 17 18 19 20	12 13 14 15 16 17 18
18 19 20 21 22 23 24	22 23 24 25 26 27 28	19 20 21 22 23 24 25	17 18 19 20 21 22 23	21 22 23 24 25 26 27	19 20 21 22 23 24 25
25 26 27 28 29 30 31	29 30 31	26 27 28 29 30	24 25 26 27 28 29 30 31	28 29 30	26 27 28 29 30 31

2017

XANEIRO	FEBREIRO	MARZO	ABRIL	MAIO	XUÑO
L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D
1	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5	1 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4
2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	6 7 8 9 10 11 12	3 4 5 6 7 8 9	8 9 10 11 12 13 14	5 6 7 8 9 10 11
9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	13 14 15 16 17 18 19	10 11 12 13 14 15 16	15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18
16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26	20 21 22 23 24 25 26	17 18 19 20 21 22 23	22 23 24 25 26 27 28	19 20 21 22 23 24 25
23 24 25 26 27 28 29 30 31	27 28	27 28 29 30 31	24 25 26 27 28 29 30	29 30 31	26 27 28 29 30
XULLO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DECEMBRO
L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D
1 2	1 2 3 4 5 6	1 2 3	1	1 2 3 4 5	1 2 3
3 4 5 6 7 8 9	7 8 9 10 11 12 13	4 5 6 7 8 9 10	2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	4 5 6 7 8 9 10
10 11 12 13 14 15 16	14 15 16 17 18 19 20	11 12 13 14 15 16 17	9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	11 12 13 14 15 16 17
17 18 19 20 21 22 23	21 22 23 24 25 26 27	18 19 20 21 22 23 24	16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26	18 19 20 21 22 23 24
24 25 26 27 28 29 30 31	28 29 30 31	25 26 27 28 29 30	23 24 25 26 27 28 29 30 31	27 28 29 30	25 26 27 28 29 30 31

2018

XANEIRO	FEBREIRO	MARZO	ABRIL	MAIO	XUÑO
L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D
1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4	1 2 3 4	1	1 2 3 4 5 6	1 2 3
8 9 10 11 12 13 14	5 6 7 8 9 10 11	5 6 7 8 9 10 11	2 3 4 5 6 7 8	7 8 9 10 11 12 13	4 5 6 7 8 9 10
15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18	12 13 14 15 16 17 18	9 10 11 12 13 14 15	14 15 16 17 18 19 20	11 12 13 14 15 16 17
22 23 24 25 26 27 28	19 20 21 22 23 24 25	19 20 21 22 23 24 25	16 17 18 19 20 21 22	21 22 23 24 25 26 27	18 19 20 21 22 23 24
29 30 31	26 27 28	26 27 28 29 30 31	23 24 25 26 27 28 29 30	28 29 30 31	25 26 27 28 29 30
XULLO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DECEMBRO
L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D	L M M X V S D
1	1 2 3 4 5	1 2	1 2 3 4 5 6 7	1 2 3 4	1 2
2 3 4 5 6 7 8	6 7 8 9 10 11 12	3 4 5 6 7 8 9	8 9 10 11 12 13 14	5 6 7 8 9 10 11	3 4 5 6 7 8 9
9 10 11 12 13 14 15	13 14 15 16 17 18 19	10 11 12 13 14 15 16	15 16 17 18 19 20 21	12 13 14 15 16 17 18	10 11 12 13 14 15 16
16 17 18 19 20 21 22	20 21 22 23 24 25 26	17 18 19 20 21 22 23	22 23 24 25 26 27 28	19 20 21 22 23 24 25	17 18 19 20 21 22 23
23 24 25 26 27 28 29 30 31	27 28 29 30 31	24 25 26 27 28 29 30	29 30 31	26 27 28 29 30	24 25 26 27 28 29 30 31

HORARIO DO PROFESOR

Horario do profesor (de setembro a xuño)

H	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES

Horario do grupo de titoría

Curso: Grupo:

H	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES

INFORMACIÓN PARA O ALUMNO

DATOS DO CENTRO

Enderezo:	
Nome do centro educativo:	
Poboación:	Código postal:
Telf.:	e-mail:
Web:	

DATOS DO TITOR

Nome:	
Especialidade:	
Telf.:	e-mail:

EQUIPO EDUCATIVO

Materia	Profesor/a	Horario de visita

PLANIFICADOR DE ACTIVIDADES

IX SETEMBRO X OUTUBRO XI NOVEMBRO		
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9
10	10	10
11	11	11
12	12	12
13	13	13
14	14	14
15	15	15
16	16	16
17	17	17
18	18	18
19	19	19
20	20	20
21	21	21
22	22	22
23	23	23
24	24	24
25	25	25
26	26	26
27	27	27
28	28	28
29	29	29
30	30	30
	31	

PLANIFICADOR DE ACTIVIDADES

XII DECEMBRO	I XANEIRO	II FEBREIRO
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9
10	10	10
11	11	11
12	12	12
13	13	13
14	14	14
15	15	15
16	16	16
17	17	17
18	18	18
19	19	19
20	20	20
21	21	21
22	22	22
23	23	23
24	24	24
25	25	25
26	26	26
27	27	27
28	28	28
29	29	29
30	30	
31	31	



MARZO



ABRIL



MAIO

1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9
10	10	10
11	11	11
12	12	12
13	13	13
14	14	14
15	15	15
16	16	16
17	17	17
18	18	18
19	19	19
20	20	20
21	21	21
22	22	22
23	23	23
24	24	24
25	25	25
26	26	26
27	27	27
28	28	28
29	29	29
30	30	30
31		31

PLANIFICADOR DE ACTIVIDADES

VI XUÑO	VII XULLO	VIII AGOSTO
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9
10	10	10
11	11	11
12	12	12
13	13	13
14	14	14
15	15	15
16	16	16
17	17	17
18	18	18
19	19	19
20	20	20
21	21	21
22	22	22
23	23	23
24	24	24
25	25	25
26	26	26
27	27	27
28	28	28
29	29	29
30	30	30
	31	31

REXISTRO DAS ACTIVIDADES DE TITORÍA

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

REXISTRO DAS ACTIVIDADES DE TITORÍA

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

REXISTRO DAS ACTIVIDADES DE TITORÍA

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

Data:	Actividade:
Valoración:	

GRUPO DE TITORÍA

Curso:

Grupo:

Alumno/a	Código
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	
15.	
16.	
17.	
18.	
19.	
20.	
21.	
22.	
23.	
24.	
25.	
26.	
27.	
28.	
29.	
30.	

FOTOGRAFÍAS DO GRUPO

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

MODELO DE FICHA DE TITORÍA

N.º EXP.

DATOS PERSOAIS

Apelidos: Nome:
 Data de nacemento:
 Lugar de nacemento:
 Enderezo:
 Localidade: Provincia:
 CP.: Teléfono familiar:

FOTO

DATOS FAMILIARES

Nome do pai: Idade:
 Profesión: Teléfono:
 Enderezo:
 Nome da nai: Idade:
 Profesión: Teléfono:
 Enderezo:
 N.º de irmáns: Idade: Outras persoas que viven na casa:

DATOS ACADÉMICOS

Centros anteriores:
 Cursos repetidos: Pendentes:
 Optativas deste curso:
 Materias que máis lle gustan:
 Estudos que lle gustaría realizar (bacharelato, universidade):
 Profesión á que lle gustaría dedicarse:

OUTROS DATOS

Problemas de saúde (enfermidades, alerxias):
 Tratamentos:
 Outros datos de interese:

ENTREVISTAS CO ALUMNO E COA FAMILIA		
Data	Asistentes	Anotacións (motivo, temas tratados, necesidades detectadas, acordos, compromisos...)

CONSULTAS E ACTUACIÓNS DO DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN		
Data	Motivo da consulta	Asesoramento e orientación

MODELO DE FICHA DE TITORÍA

ENTREVISTAS COS OUTROS PROFESORES		
Data	Profesor/a e materia	Observacións

ACORDOS DAS SESIÓNS DE AVALIACIÓN			
Área	Primeira avaliación	Segunda avaliación	Terceira avaliación

ABSENTISMO ESCOLAR

DIFICULTADES PARA ASIMILAR OS CONTIDOS			
Área	Primeira avaliación	Segunda avaliación	Terceira avaliación

ATENCIÓN Á DIVERSIDADE
☐ Necesidades educativas especiais:
☐ Dificultades específicas de aprendizaxe:
☐ Situacións de desvantaxe educativa derivada de condicións persoais ou de historia escolar:
☐ Incorporación tardía:
☐ Altas capacidades:
Aspectos relevantes sobre o proceso de aprendizaxe e socialización:
Medidas educativas adoptadas, ordinarias e específicas:

CONTROL DE ASISTENCIA ÁS SESIÓNS DE TITORÍA

PRIMEIRO TRIMESTRE

Alumno/a	Sesión 1 (páx. 6) Data:	Sesión 2 (páx. 8) Data:	Sesión 3 (páx. 10) Data:	Sesión 4 (páx. 12) Data:	Sesión 5 (páx. 14) Data:	Sesión 6 (páx. 16) Data:	Sesión 7 (páx. 18) Data:	Sesión 8 (páx. 20) Data:	Preaval. 1.ª (páx. 46) Data:
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									

X = xustificada I = inxustificada

PRIMEIRO TRIMESTRE

Alumno/a	Sesión 1 (páx. 6)	Sesión 2 (páx. 8)	Sesión 3 (páx. 10)	Sesión 4 (páx. 12)	Sesión 5 (páx. 14)	Sesión 6 (páx. 16)	Sesión 7 (páx. 18)	Sesión 8 (páx. 20)	Preaval. 1.ª (páx. 46)
	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:
16.									
17.									
18.									
19.									
20.									
21.									
22.									
23.									
24.									
25.									
26.									
27.									
28.									
29.									
30.									

X = xustificada I = inxustificada

CONTROL DE ASISTENCIA ÁS SESIÓNS DE TITORÍA

SEGUNDO TRIMESTRE

Alumno/a	Postaval. 1. ^a (páx. 48)	Sesión 9 (páx. 22)	Sesión 10 (páx. 24)	Sesión 11 (páx. 26)	Sesión 12 (páx. 28)	Sesión 13 (páx. 30)	Sesión 14 (páx. 32)	Preaval. 2. ^a (páx. 46)
	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								
11.								
12.								
13.								
14.								
15.								

X = xustificada I = inxustificada

SEGUNDO TRIMESTRE

Alumno/a	Postaval. 1. ^a (páx. 48)	Sesión 9 (páx. 22)	Sesión 10 (páx. 24)	Sesión 11 (páx. 26)	Sesión 12 (páx. 28)	Sesión 13 (páx. 30)	Sesión 14 (páx. 32)	Preaval. 2. ^a (páx. 46)
	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:
16.								
17.								
18.								
19.								
20.								
21.								
22.								
23.								
24.								
25.								
26.								
27.								
28.								
29.								
30.								

X = xustificada I = inxustificada

CONTROL DE ASISTENCIA ÁS SESIÓNS DE TITORÍA

TERCEIRO TRIMESTRE

Alumno/a	Postaval. 2. ^a (páx. 48)	Sesión 15 (páx. 34)	Sesión 16 (páx. 36)	Sesión 17 (páx. 38)	Sesión 18 (páx. 40)	Sesión 19 (páx. 42)	Sesión 20 (páx. 44)	Preaval. 3. ^a (páx. 46)
	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
9.								
10.								
11.								
12.								
13.								
14.								
15.								

X = xustificada I = inxustificada

TERCEIRO TRIMESTRE

Alumno/a	Postaval. 2. ^a (páx. 48)	Sesión 15 (páx. 34)	Sesión 16 (páx. 36)	Sesión 17 (páx. 38)	Sesión 18 (páx. 40)	Sesión 19 (páx. 42)	Sesión 20 (páx. 44)	Preaval. 3. ^a (páx. 46)
	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:	Data:
16.								
17.								
18.								
19.								
20.								
21.								
22.								
23.								
24.								
25.								
26.								
27.								
28.								
29.								
30.								

X = xustificada I = inxustificada

REUNIÓN CO DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

REUNIÓN CO DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:
Asunto:
Proposta:

Alumno/a: Data:
Asunto:
Proposta:

Alumno/a: Data:
Asunto:
Proposta:

Alumno/a: Data:
Asunto:
Proposta:

Alumno/a: Data:
Asunto:
Proposta:

Alumno/a: Data:
Asunto:
Proposta:

REUNIÓN CO DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

Alumno/a: Data:

Asunto:

Proposta:

REXISTRO DE INFORMACIÓN DOS PROFESORES. MODELO DE FICHA

Alumno:

Curso:

Grupo:

Data:

Materia:

Profesor/a:

Asistencia:

Actitude na clase:

.....

Traballo na casa:

.....

Progreso/notas:

.....

Materia:

Profesor/a:

Asistencia:

Actitude na clase:

.....

Traballo na casa:

.....

Progreso/notas:

.....

Materia:

Profesor/a:

Asistencia:

Actitude na clase:

.....

Traballo na casa:

.....

Progreso/notas:

.....

Materia:

Profesor/a:

Asistencia:

Actitude na clase:

.....

Traballo na casa:

.....

Progreso/notas:

.....

Materia:

Profesor/a:

Asistencia:

Actitude na clase:

.....

Traballo na casa:

.....

Progreso/notas:

.....

Materia:

Profesor/a:

Asistencia:

Actitude na clase:

.....

Traballo na casa:

.....

Progreso/notas:

.....

REXISTRO DE ENTREVISTA INDIVIDUAL. MODELO DE FICHA

Alumno:

Curso:

Grupo:

Data:

Motivo:

☐ Asistencia irregular

☐ Absentismo

☐ Baixo interese

☐ Hábitos de estudo

☐ Rendemento

☐ Comportamento

☐ Amoestación

☐ Expulsión

☐ Orientación académica

☐ Abandono escolar

☐ Outros:

.....

Persoas que asisten á entrevista:

.....

Temas formulados:

.....

DESENVOLVEMENTO DA ENTREVISTA

Observacións sobre o desenvolvemento da entrevista:

Conclusións:

Acordos e compromisos. Accións que se deben realizar:

Outros datos de interese:

[illegible]

ORIENTACIÓNS PARA A PRIMEIRA ENTREVISTA COA FAMILIA

Nome do alumno/a:

Nome do familiar entrevistado:

CUESTIÓNS ACADÉMICAS

1. Historia escolar.

- Centros anteriores:
- Rendemento escolar durante os seus estudos de Primaria:
- Repeticións:
- Evolución e resultados do curso anterior. Materias pendentes:

2. Resultados académicos.

- Ten dificultades ou problemas cos estudos? Cales? Posibles causas: non sabe estudar, falta de interese, mala organización, distráese, dificultades desde a infancia...
- Medidas educativas adoptadas:

3. Intereses académicos.

- Estudos que quere realizar:
- Profesións polas que se inclina:

HÁBITOS E CONDICIÓNNS PARA O ESTUDO

4. Lugar de estudo.

- Ten na casa un ambiente propicio para o estudo? Como é o seu lugar de estudo? (Cuarto, mesa, material; lugar permanente, sen ruídos molestos, suficientemente amplo, luz adecuada).

5. Tempo de estudo.

- Estuda con regularidade na casa? É constante, responsable, despreocupado, irregular, preocúpase excesivamente...?
- Normalmente, canto tempo dedica cada día ao estudo e ás tarefas escolares?
- Está concentrado e motivado para o estudo? Traballa e esfórzase todo o que pode?

6. Método de traballo.

- Planificación:
- Técnicas de estudo (apuntamentos, esquemas, resumos, outros materiais...):
- Preparación de exames:

7. Axuda no estudo.

- Axuda da familia (control, revisión das tarefas, interese, apoio...):
- Outras axudas: compañeiros, clases particulares, academia...

OUTROS DATOS RELEVANTES SOBRE O ALUMNO

8. Aspectos médicos de interese (enfermidades, alerxias, tratamentos...):

9. Personalidade (virtudes, defectos, autoestima...):

10. Sociabilidade.

- Relación cos compañeiros do colexio:
- Amigos, actividades sociais, cantidade e horario:

11. Ocio.

- Gustos, afeccións, intereses. Tempo que lle dedica:
- Participa en actividades de ocio organizadas? En cales?

A FAMILIA

12. Estrutura familiar (membros, persoas que conviven na casa, lugar que ocupa entre os irmáns, traballo e horario dos pais...):

13. Relacións familiares (cos pais, cos irmáns, actividades conxuntas, conflitos...):

14. Outras circunstancias (separacións, adopcións, falecementos, enfermidades, problemas familiares, cambio de domicilio, inmigración, contorno social...):

15. Expectativas académicas.

- Preocúpanlle as súas notas? Está satisfeito cos seus resultados?
- Que estudos lle gustaría que realizase?

ACTA DE AVALIACIÓN INICIAL

Alumno:

Curso:

Grupo:

Data:

CARACTERÍSTICAS DO GRUPO

Resultados das probas de avaliación inicial:

Motivación e ambiente de traballo na clase:

Convivencia e clima (relacións, intereses, grupos, líderes...):

Outras observacións:

Problemas:

Medidas propostas ou acordadas
(propostas do titor ou dos profesores,
acordos tomados cos alumnos, normas
de funcionamento da aula...):

ASPECTOS INDIVIDUAIS

Na páxina seguinte valoraranse individualmente as seguintes cuestións:

- Repetición de curso ou materias pendentes doutros cursos.
- Atención á diversidade:
 - Alumnado con necesidades educativas especiais.
 - Alumnado con dificultades específicas de aprendizaxe.
 - Situacións de desvantaxe educativa derivadas de condicións persoais ou de historia escolar.
 - Alumnado de incorporación tardía.
 - Alumnado con altas capacidades.
- Resultados das probas iniciais.
- Propostas de medidas educativas: programas de reforzo, cambio de optativa ou grupo, clases de apoio, logopedia, seguimento individualizado...
- Outros datos de interese: enfermidades, circunstancias familiares, intereses...

Alumno/a	Observacións

ACTA DA PRIMEIRA AVALIACIÓN

Alumno:

Curso:

Grupo:

Data:

INFORME DE DELEGADOS

Peticións e suxestións dos alumnos:

Propostas de mellora (incluír as propostas dos alumnos para a Xunta de Avaliación traballadas en sesión de tutoría):

Compromisos do grupo:

CONVIVENCIA DO GRUPO

Cohesión do grupo e clima da clase:

Problemas:

Sancións:

RENDEMENTO ACADÉMICO

Motivación e ambiente de traballo:

Valoración global dos resultados. Causas:

PROBLEMAS E MEDIDAS QUE DEBEN ADOPTARSE

Problemas:

Medidas propostas o acordadas (propostas do titor ou dos profesores, acordos tomados cos alumnos, normas de funcionamento da aula...):

Alumno/a	Observacións

ACTA DA SEGUNDA AVALIACIÓN

Alumno:

Curso:

Grupo:

Data:

INFORME DE DELEGADOS

Peticións e suxestións dos alumnos:

Propostas de mellora (incluír as propostas dos alumnos para a Xunta de Avaliación traballadas en sesión de titoría):

Compromisos do grupo:

CONVIVENCIA DO GRUPO

Cohesión do grupo e clima da clase:

Problemas:

Sancións:

RENDEMENTO ACADÉMICO

Motivación e ambiente de traballo:

Valoración global dos resultados. Causas:

PROBLEMAS E MEDIDAS QUE DEBEN ADOPTARSE

Problemas:

Medidas propostas o acordadas (propostas do titor ou dos profesores, acordos tomados cos alumnos, normas de funcionamento da aula...):

Alumno/a	Observacións

ACTA DA TERCEIRA AVALIACIÓN

Alumno:

Curso:

Grupo:

Data:

INFORME DE DELEGADOS

Peticións e suxestións dos alumnos:

Propostas de mellora (incluír as propostas dos alumnos para a Xunta de Avaliación traballadas en sesión de titoría):

Compromisos do grupo:

CONVIVENCIA DO GRUPO

Cohesión do grupo e clima da clase:

Problemas:

Sancións:

RENDEMENTO ACADÉMICO

Motivación e ambiente de traballo:

Valoración global dos resultados. Causas:

PROBLEMAS E MEDIDAS QUE DEBEN ADOPTARSE

Problemas:

Medidas propostas o acordadas (propostas do titor ou dos profesores, acordos tomados cos alumnos, normas de funcionamento da aula...):

Alumno/a	Observacións

ACTA DA AVALIACIÓN EXTRAORDINARIA

Alumno:

Curso:

Grupo:

Data:

RENDEMENTO ACADÉMICO

Valoración global dos resultados do grupo:

Alumno/a	Observacións

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

O material Titoría 3.º ESO é unha obra colectiva concibida, deseñada e creada no Departamento de Edicións Educativas de Santillana Educación, S. L. / Edicións Obradoiro, S. L., dirixido por **Teresa Grence Ruiz** e **Ana M.^a Guerra Cañizo**.

Na súa elaboración participou o seguinte equipo:

Texto: María Isabel Paz Alonso e Raquel Valenciano Roldán.

Edición: Belén Saiz Noeda.

Dirección do proxecto: Mercedes Rubio Cordovés.

Dirección de arte: Xosé Crespo González.

Proxecto gráfico: Estudio Pep Carrió.

Xefa de proxecto: Rosa Marín González.

Xefe de desenvolvemento de proxecto: Javier Tejeda de la Calle.

Desenvolvemento gráfico: Raúl de Andrés González e Jorge Gómez Tovar.

Dirección técnica: Jorge Mira Fernández.

Subdirección técnica: José Luis Verdasco Romero.

Coordinación técnica: Fran Ameixeiras e Jesús Muela.

Confección e montaxe: Jorge Borrego Luque e Luis González Prieto.

Asesoramento lingüístico: Antonio F. Guiadanes e Xoán L. Bendaña.

Documentación e selección fotográfica: Marina de León-Sotelo Barberá.

Fotografía: A. G. E. FOTOSTOCK/Piotr Marcinski; ALBUM/DISTINTO FILMS;
GETTY IMAGES SALES SPAIN/Thinkstock; ISTOCKPHOTO/Getty Images Sales Spain;
ARQUIVO SANTILLANA.