

Unidad 5:

El itinerario formativo

IES Número 1

Curso: 2024/2025

Materia: Formación y Orientación Personal y Profesional

Profesor: Carlos Gómez Barge

Índice

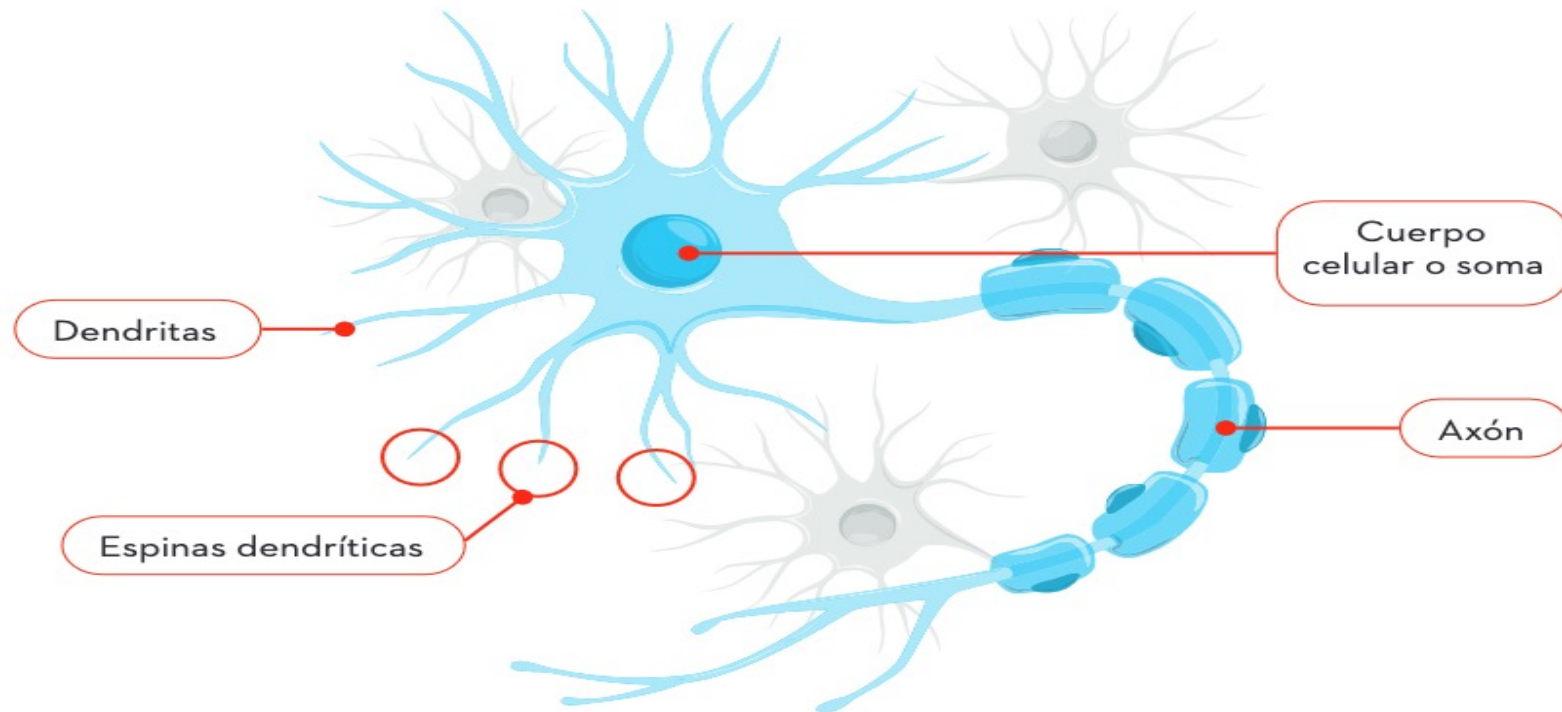
1. Las bases fisiológicas del aprendizaje
2. El aprendizaje
3. La educación formal
4. Becas y estudios en el extranjero

1. Las bases fisiológicas del aprendizaje

1.1. Neurona y patrones neuronales

Todos nuestros pensamientos, temores, deseos... está en nuestro cerebro.

La base de nuestro cerebro es un tipo de célula llamada **neurona**, descubierta por Santiago Ramón y Cajal (ganador del Premio Nobel por sus trabajos en el ámbito de la neurociencia).



1. Las bases fisiológicas del aprendizaje

1.1. Neurona y patrones neuronales

Las neuronas se conectan unas a otras. Reciben la información a través de las **dendritas** y la transmiten a la neurona siguiente a través de los **axones**, en un contacto denominado **sinapsis**.

Las sinapsis o conexiones entre las neuronas forman “circuitos” o **patrones neuronales** que constituyen la base del aprendizaje.

Cuando aprendemos y después dormimos, estos patrones se refuerzan.

1. Las bases fisiológicas del aprendizaje

1.2. La memoria de trabajo

El cerebro dispone de una memoria a corto plazo que guarda aquello a lo que le estamos prestando atención. Esto se denomina **memoria de trabajo**.

Es necesario recargar continuamente esta información para no olvidarla.

1. Las bases fisiológicas del aprendizaje

1.2. La memoria de trabajo

Barbara Oakley considera a la memoria de trabajo como un pulpo. Cada uno de sus tentáculos alberga un pensamiento, una información, que tiene el riesgo de perderse.

La memoria de trabajo trata de relacionar esta información con aquello que ya se sabe y está almacenado en la memoria a largo plazo.

Se trata, por tanto, de crear estructuras de información mayores (segmentos cognitivos) y que se puedan recordar más fácilmente.

1. Las bases fisiológicas del aprendizaje

1.3. El modo enfocado y el modo difuso

El neurocientífico francés Gilles-Éric S  ralini introdujo el concepto “**los modos del cerebro**”. Según él, el cerebro puede encontrarse en dos estados:

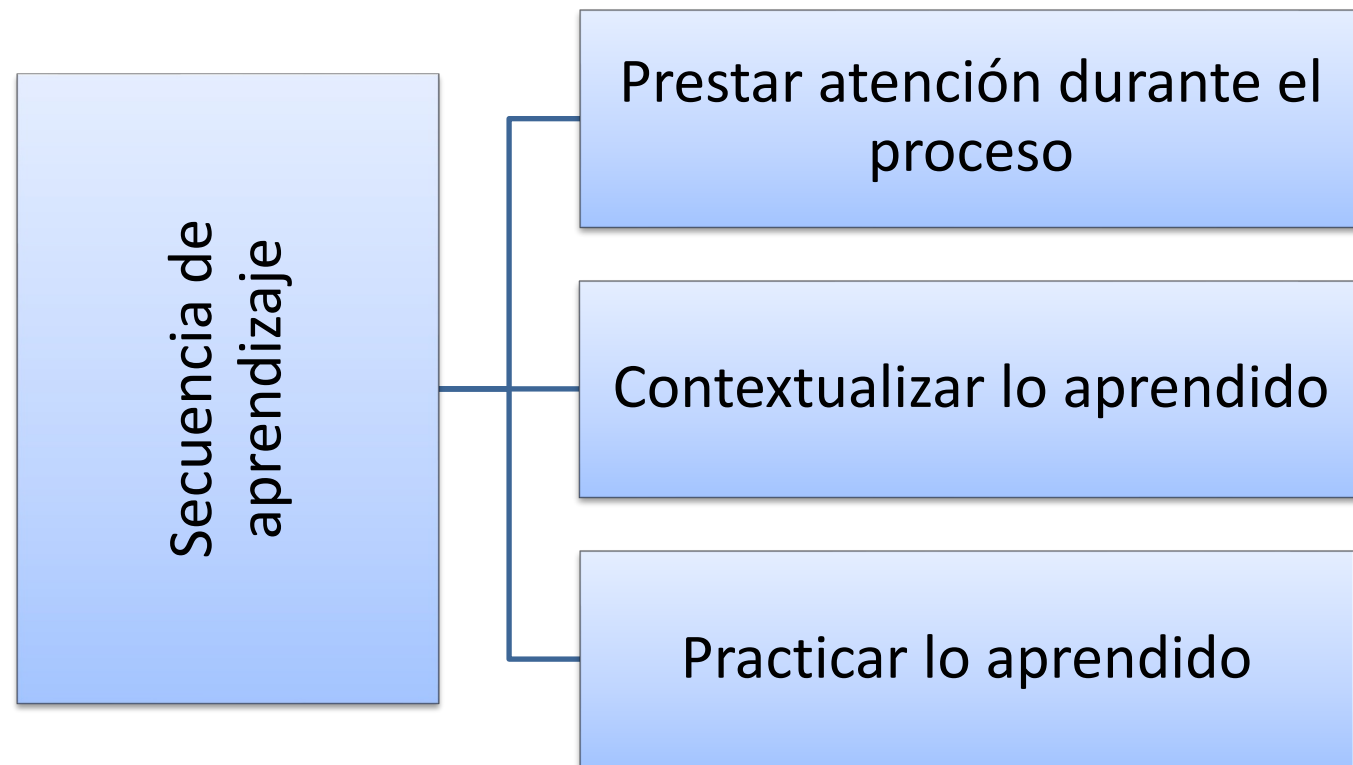
- Modo enfocado. Cuando estamos utilizando nuestra memoria de trabajo.
- Modo difuso. Cuando nos relajamos.

Durante el modo difuso nuestro cerebro sigue trabajando, pero lo hace de forma más creativa, tratando de encontrar analogías y relaciones entre los segmentos cognitivos que acabas de adquirir y otros aprendizajes presentes con anterioridad.

2. El aprendizaje

Aprender significa conectar lo nuevo con lo que ya sabemos. Se trata de crear hábitos.

Aprender de forma eficaz significa aprender forma significativa.



2. El aprendizaje

2.1. Secuencia de aprendizaje

- **Prestar atención durante el proceso de aprendizaje:** A la hora de ponerse con un nuevo aprendizaje, lo fundamental es la **atención**. Sin atención es casi imposible que el aprendizaje sea eficaz.
- **Contextualizar lo aprendido:** Entender no es suficiente para aprender, necesitas contextualizar la información y conectarla con las demás cosas que ya sabes. Importancia de la reflexión.
- **Practicar lo aprendido:** Necesitamos repasar y practicar. Al practicar se refuerzan las sinapsis (la conexión entre las neuronas) y facilitamos el trabajo de nuestro cerebro.

2. El aprendizaje

2.2. Hábitos que nos ayudan a aprender mejor



2. El aprendizaje

2.2. Hábitos que nos ayudan a aprender mejor

- **Distribuye tu práctica durante más tiempo:** No podemos aprender para un examen estudiando doce horas seguidas, reparte este trabajo durante varios días. Puede que lo memoricemos, pero lo olvidaremos rápido. Daremos más tiempo al modo difuso de nuestra mente para consolidar y relacionar lo aprendido con otros conceptos.
- **Evoca lo aprendido:** No te limites a leer y subrayar. Enseña a tu cabeza a recuperar la información que quieres memorizar tratando de apartar la mirada de los apuntes y escribiendo la idea principal. “Si no puedes explicarlo de forma sencilla, es que aún no lo entiendes suficientemente bien”.
- **Usa analogías y metáforas:** Para algunas materias, como las matemáticas, la física, etc., es recomendable emplear metáforas y analogías para facilitar el aprendizaje.

2. El aprendizaje

2.3. La importancia de la memoria

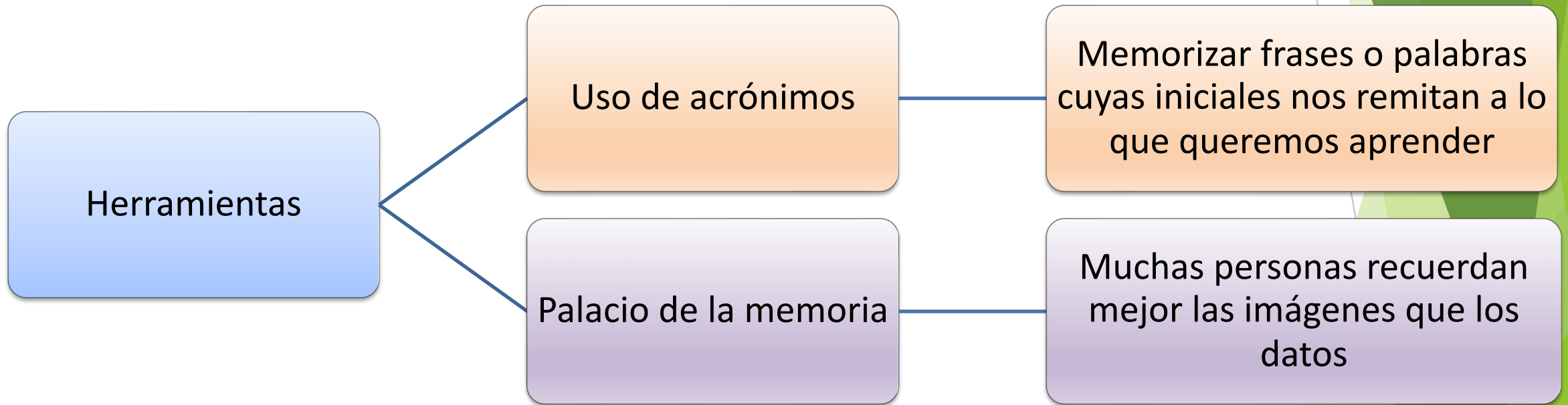
¿Sigue siendo importante memorizar ahora que casi todo está en internet?

La respuesta es que sí. Las nuevas tecnologías y la IA multiplican nuestras capacidades, pero estas **siempre dependen de lo que ya conocemos y sabemos hacer**. Si sabemos más, la IA nos llevará más lejos.

Cuanto más vinculemos lo que aprendemos con otros conocimientos y recuerdos, más fácil nos será recordarlo.

2. El aprendizaje

2.3. La importancia de la memoria



2. El aprendizaje

2.4. Factores físicos y emocionales de aprendizaje

Nuestras emociones y nuestro estado físico son cruciales y desempeñan un papel clave cuando estamos aprendiendo.



2. El aprendizaje

2.4. Factores físicos y emocionales de aprendizaje

- ❑ **Motivación:** Si no nos importa, no lo aprenderemos. Las emociones le indican al cerebro qué es importante y qué no lo es para nosotros. Si quieres aprender, consigue que te importe.
- ❑ **Sueño:** El aprendizaje se consolida durante el sueño. Si dormimos bien, aprenderemos mejor.
- ❑ **Ejercicio físico:** Al hacer ejercicio físico, producimos una proteína denominada BDNF que ayuda a mantener la salud de nuestras células nerviosas y a que nazcan nuevas células. A mayor ejercicio, tendremos un cerebro más sano.

3. La educación formal

En el aprendizaje de las personas existen diversas formas de aprender:

- Aprendizaje formal. Son contextos de aprendizaje que han sido elaborados por los sistemas educativos.
- Aprendizaje informal. Son contextos de aprendizaje en los que el individuo adquiere conocimientos sin necesidad de recurrir a un docente o a un plan de estudios oficial.

3. La educación formal

Aprendizaje Formal	Aprendizaje Informal
Ventajas	Ventajas
Contenidos planificados en un currículo	Aprendizaje más natural
Conocimientos a través de profesionales capacitados	Crecimiento personal y profesional
Proceso de aprendizaje estructurado	Implica actividades de investigación
Inconvenientes	Inconvenientes
Memorizar contenidos	Información puede ser falsa
Existen evaluación que hay que superar	Resultados impredecibles
Necesaria supervisión por el profesor	Ausencia de disciplina

3. La educación formal

Completa la siguiente ficha

Me gustaría estudiar:

Para ello tengo que:

Me gustaría trabajar de:

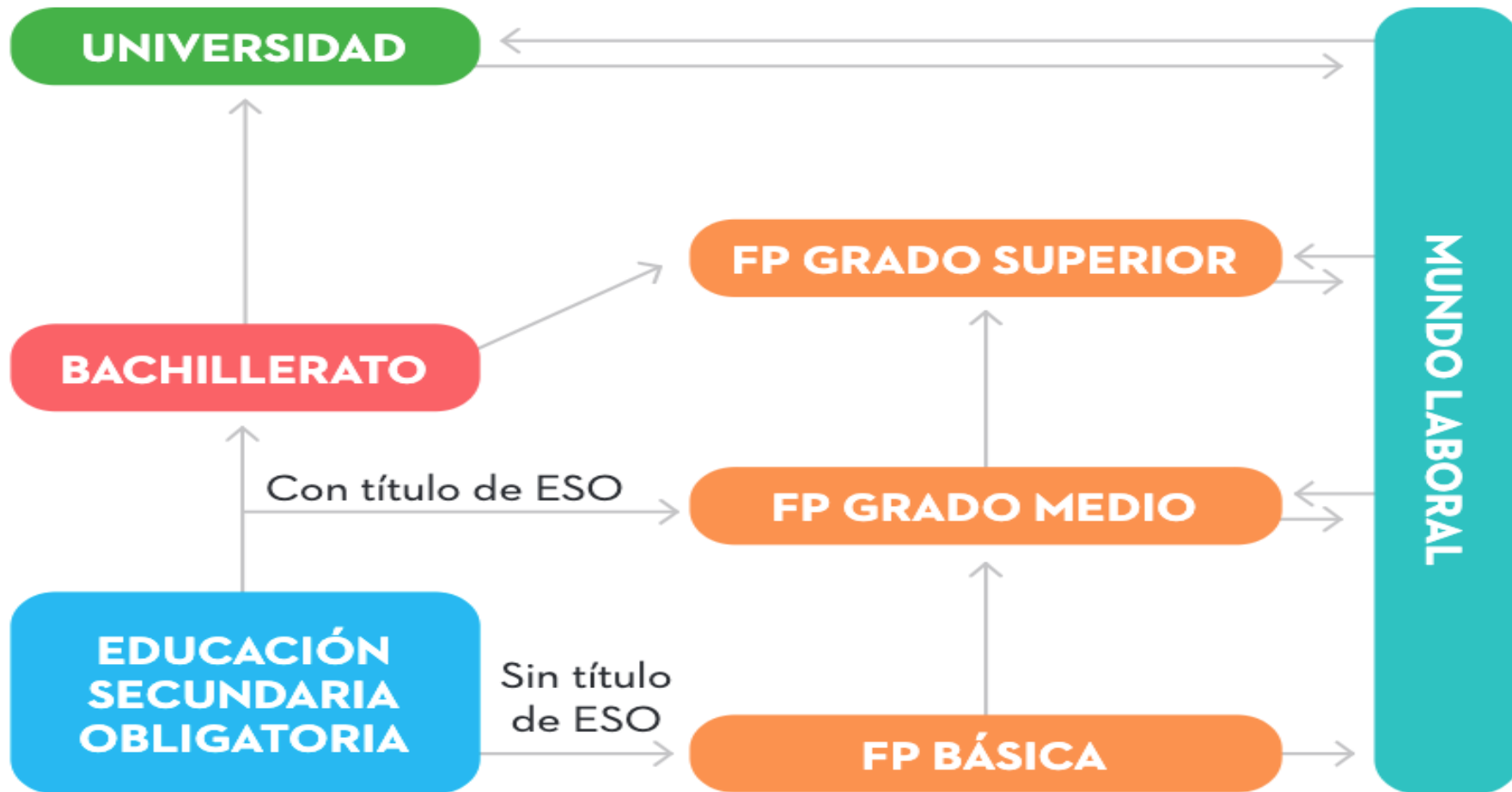
Las dificultades que tengo para conseguir mi propósito son:

En 10 años me veo:

3. La educación formal

3.1. Mapa de itinerarios formativos

¿Y una vez que terminemos la ESO? En el siguiente esquema se muestran las principales opciones que tenemos una vez que terminamos la enseñanza secundaria obligatoria (ESO).



3. La educación formal

3.2. ¿Estudiar por vocación o para encontrar trabajo?

¿Qué importancia tiene estudiar para encontrar un buen trabajo?

¿Estudiar te permitirá encontrar el trabajo deseado o simplemente lo haces porque es indispensable para acabar teniendo un trabajo?

3. La educación formal

3.3. La formación profesional

La **formación profesional** tiene un carácter más práctico y se orienta de manera más directa al mercado laboral.

Los diferentes ciclos formativos (comercio, marketing...) se agrupan en ámbitos denominados **familias profesionales** (económico/empresarial). Sus **materias se llaman módulos** e incluyen siempre **prácticas en empresas**.

3. La educación formal

3.3. La formación profesional

	FP Básica	FP Grado Medio	FP Grado Superior
Dirigido a	La Formación Profesional Básica está dirigida a alumnos que no han podido obtener el título de graduado en Educación Secundaria Obligatoria y han sido propuestos para esta formación por parte del equipo educativo.	Estudiantes que han obtenido Graduado en Educación Secundaria Obligatoria y desean tener una formación de carácter práctico con la posibilidad de una rápida salida al mercado laboral. También se puede acceder mediante pruebas de acceso.	Estudiantes que han finalizado bachillerato o un ciclo de grado medio y desean adquirir una formación profesional de carácter práctico más especializada.
Descripción	Dura dos años. Combina módulos generales, que aún recuerdan a las materias de la ESO, como inglés y matemáticas, y otros de carácter más práctico, que dependen de la especialidad o el perfil elegido.	Dura dos años. El segundo año comprende prácticas en empresa. También existen programas de Erasmus. Dispone de una oferta muy variada.	Dura dos años. Durante el segundo año, además de las prácticas profesionales, se realiza un proyecto final de ciclo en el que se demuestra lo aprendido durante la formación.
Al finalizar	Permite incorporarse al mercado laboral, así como obtener el título de la ESO para continuar los estudios en un ciclo de grado medio o iniciar los de bachillerato. Además, otorga un título de cualificación profesional.	Permite obtener un título profesional de técnico e incorporarse al mercado laboral, o bien continuar los estudios de ciclo de grado superior.	Permite obtener un título profesional de técnico superior e incorporarse al mercado laboral, o bien continuar los estudios de grado universitario.

3. La educación formal

3.4. Bachillerato y grados universitarios

3.4.1. Bachillerato

Bachillerato	
Dirigido a	Alumnado que ha obtenido el título de graduado en Educación Secundaria Obligatoria y quieren cursar una formación académica más prolongada.
Descripción	Dura dos años, tiene cuatro modalidades con cuatro materias comunes y tres materias de modalidad, además de materias optativas.
Al finalizar	Permite acceder a un grado universitario, a través de la selectividad, o a un ciclo formativo de grado superior.

3. La educación formal

3.4. Bachillerato y grados universitarios

3.4.1. Bachillerato

Ciencias y tecnología	Humanidades y ciencias sociales	Artes	General
Tiene las Matemáticas como materia obligatoria y conduce a estudios de carácter técnico, como las ingenierías, y científico, como la Física, las Matemáticas o la Biología.	Tiene como materias obligatorias las Matemáticas Aplicadas a las Ciencias Sociales o el Latín y conduce a estudios de ciencias sociales, como la Empresa y el Derecho, o de humanidades, como las filologías, la Historia o la Filosofía.	Se divide en dos itinerarios: Música y Artes Escénicas, y Artes Plásticas, Imagen y Diseño. Está dirigida principalmente al alumnado con inquietudes orientadas hacia las artes plásticas, el diseño, el cine, la fotografía o la gestión cultural, entre otras.	Combina materias de las demás ramas y resulta ideal para grados que requieren una formación polivalente, como Magisterio o Periodismo. También se espera que sea elegida por alumnos que se dirigen a ciclos formativos.

3. La educación formal

3.4. Bachillerato y grados universitarios

3.4.2. La selectividad y la universidad

¿Qué es la selectividad?		¿Cómo se accede a la universidad?	Los grados universitarios
Es una prueba, actualmente en proceso de transformación, que se realiza al finalizar el bachillerato.		Con el bachillerato y la selectividad. Si hay más demanda que plazas se ordena el acceso de acuerdo con una nota general que se calcula del siguiente modo:	<ul style="list-style-type: none">• Los estudios de grado tienen una duración de entre cuatro y seis años.• Al finalizar el grado hay que realizar un trabajo fin de grado.• Los estudios universitarios se pueden continuar, mediante especialización, realizando un curso de posgrado de un año, o un máster de uno o dos años.• Las personas con vocación académica e investigadora prosiguen su formación a través del doctorado y el posdoctorado.
FASE GENERAL <ul style="list-style-type: none">• Lengua Castellana• Lengua cooficial• Historia de España• Lengua Extranjera• Materia de modalidad	FASE ESPECÍFICA <p>Fase optativa para subir puntuación a través de exámenes de materias de modalidad.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Nota media de 1.º de Bachillerato: 30 %• Nota media de 2.º de Bachillerato: 30 %• Nota de selectividad: 40 %	

4. Becas y estudios en el extranjero

- Una **beca de estudios** es una ayuda financiera que se otorga a un estudiante para que pueda continuar sus estudios. Estas ayudas pueden ser concedidas por la universidad, una administración pública e, incluso, por organizaciones privadas.
- La beca puede cubrir los gastos de matrícula o libros, pero también otros como la manutención.
- Generalmente están vinculadas a cumplir ciertos requisitos, como el nivel académico, nivel de ingresos...

4. Becas y estudios en el extranjero

- Las posibilidades de estudiar en el extranjero son, a día de hoy, más frecuentes. Al mismo tiempo, existen becas que facilitan dichas estancias.
- Destaca el **Programa Erasmus**, orientado a estudiantes universitarios, pero también a los ciclos de grado superior y grado medio suscritos al programa Erasmus +.
- Estudiar en el extranjero puede aportar grandes ventajas: madurez personal, manejo de idiomas, conocimiento de otras culturas, mayor autonomía personal...