

“PROPUESTA CONCRETA DE ACTIVIDADES”

TUTORÍAS GRUPALES DE 2º ESO

**(Plan de Acción Tutorial,
Departamento de Orientación
I.E.S. CLAUDIO MOYANO)**

2ºESO : SESIONES PROPUESTAS PARA EL PRIMER TRIMESTRE. (Modificables según necesidades y demandas del alumnado)

SUBPROGRAMA	ACTIVIDAD	OBJETIVOS	Págs.
ACOGIDA AL INICIO DE CURSO	Actividades de acogida al inicio del curso.	Dar una acogida cálida al alumnado. Informar del horario, características de la ESO., disciplina en el centro... Realizar una actividad de contacto y convivencia entre los alumnos	3-8
RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN EL GRUPO.	Debates para la reflexión y toma de compromisos dirigidos a la resolución de los conflictos del grupo. (A criterio del tutor o demanda del alumnado)	Facilitar al alumno la reflexión y toma de conciencia sobre sus conflictos grupales. Propiciar la toma de compromiso de colaboración.	9-13
MEJORA DE LA CONVIVENCIA.	El rumor.	Comprobar las ventajas de la cooperación.	14
	Descubre la clave y Cuestionario Inicial.	Identificar el nombre de sus profesores. Recoger los datos iniciales de interés del alumnado.	15-18
ELECCIÓN DE DELEGADOS.	Clarificar las funciones de un buen delegado.	Motivar para una elección responsable.	19-20
	Acto de elección del delegado.	Elegir el delegado y cumplimentar el acta.	21-22
ACTIVIDADES ALREDEDOR DE LAS EVALUACIONES.	Actividad posterior a la Evaluación Inicial (o “cero”).	Facilitar al alumno la reflexión y toma de conciencia sobre su funcionamiento y rendimiento como grupo. Propiciar la toma de compromisos de colaboración en la mejora del rendimiento y la disciplina.	23-25
TÉCNICAS DE ESTUDIO.	El subrayado.	Presentarles un modelo y practicarlo.	26-28
	Los resúmenes.	Presentarles un modelo y practicarlo.	29-30
ACTIVIDADES ALREDEDOR DE LAS EVALUACIONES.	Sesión de tutoría previa a la evaluación. (Válida para la 1ª y 2ª evaluación).	Motivarles al estudio, recoger sus propuestas para la sesión de evaluación.	31-32
MEJORA DE LA IMAGEN PERSONAL.	Cuestionarios para la reflexión personal.	Reflexionar sobre conductas y rasgos personales.	33-36
	Cuestionarios para la reflexión personal.		37-40

SUBPROGRAMA DE... **ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO**

Nota previa: Las jornadas de acogida se realizan el primer día de llegada a clase de los alumnos y son previas a cualquier otra actividad lectiva o de tutoría.

Esta jornada supone varias actividades diferentes; a continuación se encuentran las orientaciones y materiales que se precisarán.

* **OBJETIVOS:**

- Dar a todos los alumnos y alumnas una acogida cálida que favorezca el inicio de curso con una actitud positiva hacia el centro y hacia el trabajo.
- Presentarse el tutor, dar la bienvenida al alumnado y ofrecerles su colaboración como tutor para aquellas necesidades que se les presenten, explicándoles sus funciones y horario de atención a la tutoría.
- Darles a conocer su horario y la lista de materiales que precisarán en el curso.
- Informar al alumnado de las características de la E.S.O.
- Hacer tomar conciencia al alumnado de las normas de disciplina del centro y del beneficio que para la convivencia supone el que todos las cumplamos.
- Motivarles a colaborar en la buena marcha del curso.

* **MATERIALES:**

- Fotocopia para cada alumno de su horario de su curso y, si dispone de ella, de la lista de materiales (libros, cuadernos...) que el alumno precisa traer para las clases.

HORARIO APROXIMADO PARA LAS ACTIVIDADES:

- | | |
|--|-------------|
| • Presentación del tutor e información sobre tutoría. | 10 minutos. |
| • Entrega de horarios y lista de materiales. | 10 minutos. |
| • Actividad "La tarjeta de visita". | 20 minutos. |
| • Información sobre la E.S.O. y sobre normas de convivencia. | 15 minutos. |

ACTIVIDADES DE ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO.

GUION DE LAS ACTIVIDADES CON EL TUTOR

A. Bienvenida al alumnado, presentación del tutor y explicaciones sobre la tutoría. (Ver más abajo "Información sobre la tutoría").

B. Entrega de horarios y de lista de materiales a comprar.

- Entrega de una fotocopia de su horario y explicaciones sobre el mismo.
- Copiar en la pizarra la lista de materiales (si la hay) que tienen que comprar y recordarles que cada profesor añadirá a esa lista los materiales que considere necesarios.

C. Actividad grupal. (Ver la hoja explicativa adjunta: "Actividades de acogida al inicio del curso. La tarjeta de visita").

D. Información sobre las características de la E.S.O. y sobre las normas de funcionamiento en el centro. Ver las hojas explicativas adjuntas.

F. Nombrar a un alumno o alumna para que se responsabilice de las tareas del delegado hasta que se haya celebrado la elección.

INFORMACIÓN SOBRE LA TUTORIA

*** OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD.**

- Informarles de los contenidos y actividades de la tutoría.
- Motivarles para participar en las actividades de tutoría.

*** RESUMEN DE CONTENIDOS A PRESENTAR AL ALUMNADO**

PAPEL DEL TUTOR. Son funciones del tutor: A. Coordinar el equipo de profesores. B. Realizar el seguimiento académico del alumnado. C. Encargarse de la relación familia - centro educativo. D. Contribuir a mejorar la convivencia del grupo y a resolver sus conflictos. E. Asesorarles sobre sus dificultades y necesidades en sus estudios.

HORARIO DE LA TUTORIA

* Una hora semanal de actividades en grupo para: a. responder a las demandas y conflictos del grupo; b. hacer actividades de mejora de la convivencia y del rendimiento del alumnado; y c. posible asesoría individual con los alumnos que cite el tutor.

* Una hora semanal para atender a los padres.

ACTIVIDADES DE ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO. LA TARJETA DE VISITA.
--

*** OBJETIVO:**

Favorecer el primer contacto entre el alumnado, con la intención de propiciar su conocimiento y aceptación mutua.

*** MATERIALES:**

Lápiz o bolígrafo y un folio por alumno.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Se indica a cada alumno que escriba, con letras grandes, en un folio doblado por la mitad (de forma que se mantenga de pie sobre la mesa), el nombre por el que le gustaría que le llamaran y debajo de éste, sus aficiones, gustos, intereses, etc. (deportes favoritos, cantantes, modas). Por la parte de atrás del folio escribirán aquellas preguntas que le gustaría hacer a su tutor (sí no se les ocurre ninguna pregunta, también pueden servir las expectativas y deseos que tienen para este año).

El folio debe estar de tal forma puesto y escrito que resulte fácil de leer a sus compañeros.

Segundo paso. Se deja a los alumnos unos diez minutos para que traten de averiguar y memorizar el máximo de datos sobre sus compañeros más próximos.

Tercer paso. El tutor recoge las tarjetas y asegurándose que no las ven los alumnos, lee las aficiones, gustos, etc. (sin leer el nombre), los alumnos tendrán que averiguar de quién se trata en cada caso (conviene leer todas las tarjetas, pero si no hubiera tiempo se pueden leer solo unas cuantas).

Cuarto paso. Después de cada tarjeta, o bien, después de leer todas, el tutor contestará o comentará las preguntas que le hacen en la parte posterior del folio.

NOTA: Actividad adaptada del libro: BRUNET GUTIERREZ, J. J. y NEGRO FAILDE, J. L. (1984) "Tutoría para adolescentes" Madrid. Ediciones San Pío X.

ACTIVIDADES DE ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO. HOJA INFORMATIVA SOBRE ESTUDIOS DE LA ESO.

CARACTERÍSTICAS DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA.

- * Obligatoria hasta los 16: Lo que implica la asistencia obligada para poder aprobar.

- * Enseñanza general y comprensiva: Además de áreas comunes hay materias optativas. Las optativas que elijan no van a impedirles hacer el bachillerato o el ciclo formativo que quieran si obtienen el Graduado en Educación Secundaria.

- * La finalidad de la ESO es, muy resumidamente: aportar una formación cultural básica, adquirir una capacidad de trabajo y aprendizaje autónomo (destrezas y procedimientos), preparar para poder cursar estudios posteriores, formarlos en actitudes, conocimientos y destrezas que les permita su integración en la vida social y laboral.

- * Evaluación: En las evaluaciones son los equipos de profesores los que determinan si un alumno o alumna puede promocionar o no. Hay exámenes en septiembre para los que no aprueben en junio. Se repite curso con tres o más asignaturas suspensas. Al final de 4º (conviene saberlo ya desde ahora) si se suspende a la vez Matemáticas y Lengua, también se repite (no se necesita tener 3 suspensas).

- * La ESO son estudios de preparación hacia los Ciclos Formativos de Formación Profesional de Grado Medio y para los Bachilleratos (después de estos últimos se puede pasar a la Universidad o a los Ciclos Profesionales Superiores. De los ciclos medios a los superiores se puede pasar superando antes un examen).

- * Titulación que otorga: Graduado en Educación Secundaria, sin él no se puede pasar a ciclos formativos, ni a bachillerato (queda la posibilidad para mayores de 18 de hacer una prueba de acceso a ciclos formativos).

- * BACHILLERATOS DE NUESTRO INSTITUTO: Bachillerato de Humanidades y Ciencias Sociales, y Bachillerato Científico-Técnico.

- * CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO en LA BAÑEZA (IES "Vía de la Plata"): Gestión administrativa, Equipos e Instalaciones Electrotécnicas.

- * CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR en LA BAÑEZA (IES "Vía de la Plata"): Administración y Finanzas, Instalaciones Electrotécnicas.

<p>ACTIVIDADES DE ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO. HOJA INFORMATIVA SOBRE EL REGLAMENTO DE DISCIPLINA.</p>
--

*** OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD:**

- Informar al alumnado sobre las normas y costumbres de disciplina del centro.
- Contribuir a la toma de conciencia por parte del alumnado de la necesidad de colaborar en el mantenimiento de un clima de trabajo y de un ambiente de convivencia grato.
- Favorecer la toma de compromisos de colaboración por parte del alumnado con la convivencia y mejora del centro.

*** RESUMEN DE CONTENIDOS A PRESENTAR AL ALUMNADO**

EXPLICACIÓN DE NORMAS DE CONVIVENCIA Y DISCIPLINA.

Comentar de modo general los siguientes 4 aspectos generales de la convivencia y disciplina:

- * Respeto de los materiales y mobiliario de las aulas. Cuidado y orden en pasillos.
- * Respeto hacía el profesorado, los compañeros y todas las personas del centro.
- * Asistencia y puntualidad.
- * Cumplimiento de las tareas y deberes.

Tras el comentario de estas cuatro áreas generales, realizar la lectura y comentario de las normas específicas de los alumnos, recogidas en el Reglamento de Régimen Interno. (Hoja adjunta: "Actividades de Acogida al Inicio del Curso. Extracto del Reglamento de Régimen Interno").

PETICIÓN DE COLABORACIÓN.

Pedir el máximo de colaboración por parte de los alumnos para que:

- * Podamos hacer más grata nuestra estancia en el centro.
- * Las aulas y su mobiliario no se deteriore tan rápidamente.
- * Todos podamos sentirnos acogidos y respetados por los demás.

ACTIVIDADES DE ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO.
EXTRACTO DEL REGLAMENTO DE REGIMEN INTERNO.

ALUMNOS

6.1. Es obligación de los alumnos....

SUBPROGRAMA : RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN EL GRUPO

ACTIVIDAD: DEBATES EN TORNO A LOS CONFLICTOS DEL GRUPO

Nota previa:

En ocasiones los grupos presentan conflictos en su funcionamiento, en otras, son los alumnos los que solicitan hablar de un determinado tema. En ambos casos y, en el momento en el que el tutor lo considere, puede utilizar estas orientaciones para dar respuesta a esas demandas o necesidades de su grupo.

Esta actividad puede tener esencialmente dos tipos de desarrollo, uno más espontáneo, inmediato y menos dirigido, más adecuado a las demandas de los alumnos, y un segundo, más idóneo para situaciones detectadas por el tutor, en ese caso se busca conocer mejor al alumnado con unos cuestionarios previos para poderlo aconsejar de forma más adecuada.

El primero, a grandes rasgos consistiría en: 1. fase de exposición libre del tema por los alumnos (sin posibilidad de crítica o análisis), 2. valoraciones y comentarios respetuosos, 3. elaboración de propuestas y alternativas, 4. formulación de un compromiso de colaboración.

El segundo, dado que es más complejo, se explica a continuación. Los pasos de este modelo pueden ser utilizados, adaptándolos, al primer modelo.

*** OBJETIVOS:**

- Contribuir al proceso de diagnóstico y estudio de la situación inicial del grupo - clase y a determinar las conductas que en el grupo requieren de una intervención.
- Hacer tomar al grupo conciencia de sus necesidades, conflictos e intereses.
- Promover una actividad de reflexión con el fin de conseguir en ellos un compromiso de actuación tendente a mejorar la situación de partida.
- Facilitar la formación de los alumnos en procesos de reflexión, toma de compromisos y crecimiento personal de su responsabilidad ante el grupo.

*** MATERIALES PARA PROMOVER LA REFLEXIÓN DEL GRUPO:**

Papel y lápiz y algunos de los cuestionarios: "Nuestra clase piensa así", "Cuestionario sobre el funcionamiento del grupo - clase", "Mi vida en la clase en el día de ayer".

*** PROCESO DE REALIZACIÓN:**

Paso previo. Brevemente se motiva a los alumnos para la realización de la actividad, explicándoles el objeto de la misma "conocer mejor sus opiniones y sentimientos para intentar llegar a acuerdos de colaboración para mejorar nuestra convivencia y rendimiento".

Aclararles, además, que los datos que se obtengan serán tratados de forma confidencial y que con ellos sólo se pretende conocerles mejor. En ningún caso se buscará identificar a un alumno a través de su cuestionario, nunca se utilizarán los datos recogidos en contra o a favor de un alumno particular, se trata de recoger una impresión general del curso.

Primera sesión. Se les explica el objeto de los cuestionarios elegidos, se reparten y se deja tiempo para contestarlos, recogidos a continuación.

Posteriormente los alumnos deberán contestar individualmente a las preguntas indicadas en el recuadro posterior, pasados unos minutos se organiza la clase en grupos, cada grupo deberá escribir en un folio una síntesis consensuada entre las respuestas individuales.

Recordarles que no han de poner nombres en el folio de síntesis. Al final de la clase el profesor deberá recoger las aportaciones de los grupos, como medio de completar la información de los cuestionarios.

1. ¿Cómo os gustaría que funcionará la clase?
2. ¿Cuáles son las dificultades y problemas de nuestra clase?
3. ¿Qué podríamos hacer para mejorar nuestro trabajo y rendimiento?
4. ¿Qué estáis dispuestos a hacer vosotros personalmente?

Si queda tiempo se puede iniciar un debate abierto con ellas.

Segunda sesión. Se realiza el vaciado de los cuestionarios utilizados en la pizarra y se comentan sus resultados, procurando evitar que se identifique a la persona que ha contestado.

Aprovechando las propuestas del alumnado realizar un debate para hacerles tomar conciencia de sus dificultades de relación y de trabajo, y de algunas posibles alternativas de solución. Si fuera posible es aconsejable intentar llegar a un compromiso de colaboración.

Para conseguir ese compromiso se puede seguir la siguiente estrategia: Se forman parejas de alumnos que durante cinco minutos registrarán en un folio todas las propuestas que se les ocurren para conseguir una mejora en el grupo. Después de unos minutos cada tres parejas formarán un subgrupo de seis alumnos que tratará de consensuar una propuesta común entre las aportadas. Los subgrupos de seis nombrarán un portavoz.

Todos los portavoces se sentarán en un círculo en el centro de la clase e intentarán llegar a un consenso entre ellos. La tarea en este caso será consensuar una propuesta común. El resto de los alumnos se situarán detrás de sus portavoces y, si quieren intervenir, sólo lo podrán hacer por medio de una hoja escrita que pasen a su portavoz, sin que puedan hablar.

Se terminará escribiendo en la pizarra y en una hoja las conclusiones del grupo.

Por último pedir a los alumnos que en una hoja escriban individualmente su compromiso. Recogedlas y conservadlas para poder utilizarlas posteriormente como instrumento de seguimiento personal de los alumnos.

Nombre: _____

A la vista de las conclusiones y compromisos del grupo y de mis propias valoraciones relleno la siguiente HOJA DE COMPROMISO.

ME COMPROMETO PARA LAS PRÓXIMAS SEMANAS A:

CUESTIONARIO "NUESTRA CLASE PIENSA ASÍ"

- Para mí los profesores deberían tener estas tres cualidades _____

- Una forma de hacer que trabajáramos más en clase podría ser _____

- Mis amigos deberían tener estas tres cualidades principales _____

- Este curso tiene estas cualidades que a mí me gustan _____
- Este curso tiene estos detalles que me gustaría que cambiaran _____

- ¿Qué cosas crees que dificultan la convivencia del grupo? _____

- Me gustaría que en clase fuéramos más _____ y
evitáramos ser tan _____
- Yo estaría dispuesto a colaborar en mejorar nuestra convivencia de esta forma _____

- Para poder colaborar con todos mejor yo necesitaría que los demás me ayudarán en _____

- Felicitaría a _____ porque con su conducta y actitud
hacen que nuestra convivencia sea positiva.
- En próximas sesiones intentaré mejorar mi convivencia con los demás haciendo o siendo
- _____
- _____

CUESTIONARIO INDIVIDUAL DE PARTICIPACIÓN EN EL GRUPO.

Ponte una nota (entre 0 y 10) según te valores a ti mismo:	Puntuación.
Tu preocupación por respetar las normas de convivencia.	
Tu responsabilidad en tu trabajo.	
Tu interés porque el grupo vaya bien y la clase funcione y esté ordenada.	
Tu deseo de evitar conflictos con los compañeros y con profesores.	
Tu actitud de ayuda ante los demás, ante sus dificultades y defectos de otros.	
Tu esfuerzo de cooperación para con el grupo.	

CUESTIONARIO SOBRE FUNCIONAMIENTO DEL GRUPO - CLASE.

Contesta sinceramente, sin pensarlo mucho; se trata de poner lo que dirías a un amigo o amiga en una conversación informal. Por favor, no pongas nombres en ningún caso. Cuando lo termines se lo entregas a tu tutor o tutora para que pueda extraer algunas conclusiones.

- 1.- ¿Crees que el grupo esta satisfecho con su funcionamiento? _____
¿Hay enfrentamientos entre vosotros en clase? _____
¿Tenéis una comunicación franca y amistosa entre compañeros? _____
¿El ambiente en la clase favorece vuestro trabajo y aprendizaje? _____

2.- Mi grupo - clase se caracteriza por ser más bien. Subraya un adjetivo de cada par:

Cordial / Hostil.	Alegre / Triste.
Individualista / Cooperador.	Justo / Injusto.
Responsable / Poco responsable.	Muy trabajador / Poco trabajador.
Atento / Distráido.	Participativo / Pasivo.

- 3.- ¿Cómo se comporta el grupo cuando estáis solos sin profesor?
Se producen ruidos, peleas, estáis tranquilos, continuáis trabajando, _____
Y ¿cómo tiendes a comportarte tú? _____

¿Cómo se comporta el grupo cuando el profesor está explicando?

Atendemos todos, solemos distraernos, hay ruido de fondo, _____

Y ¿tú que sueles hacer? _____

¿Qué suele pasar cuando el profesor ha puesto una tarea a hacer en clase?

Y ¿Tú qué sueles hacer? _____

Si ponen una tarea para casa, a corregir en clase un próximo día ¿Suele traerse hecha?

_____ Y ¿tú qué sueles hacer? _____

4.- Dale a cada pregunta una puntuación entre 0 y 10.

Yo, en esta clase, me relaciono bien con todos.	
Me siento apreciado por los compañeros.	
Me siento apoyado en mi trabajo por los compañeros	
Puedo trabajar a gusto.	

- 5.- ¿Qué otros comentarios te gustaría agregar? _____

_____.

MI VIDA EN LA CLASE DURANTE EL DÍA DE AYER.

Curso: _____ Fecha: _____ Sexo: _____

CONDUCTAS QUE SE HAN DADO HOY EN CLASE	NÚMERO DE VECES (APROX)	
	LOS DEMÁS	TÚ
1. Han utilizado un mote para llamarte / lo has hecho tú.		
2. Te han insultado o molestado / lo has hecho tú.		
3. Te han llamado la atención por hablar en clase.		
4. Han sido amables contigo / has sido tú amable con alguien.		
5. Te han agredido físicamente / has agredido tú a otro.		
6. Se han burlado de ti o de algo tuyo / te has burlado tú.		
7. Te han amenazado / lo has hecho tú.		
8. Te han ridiculizado / has ridiculizado tú a un compañero.		
9. Te han quitado algo / has cogido tú algo que no era tuyo.		
10. Te han rechazado en el juego o en clase / lo has hecho tú.		
11. Se han movido del sitio sin necesidad / te has movido tú..		
12. Se han chivado al profesor de algo / te has chivado tú.		
13. Te han engañado o mentido / has mentido tú.		
14. Te han prestado algo que necesitabas / lo has prestado tú.		
15. Te has sentido aceptado, apreciado en clase.		
16. Has contribuido a que los demás se sientan a gusto		
17. Han sido descorteses con el profesor / lo has sido tú.		
18. Han contado contigo para algo agradable.		
19. Te han ayudado en tus tareas de clase / lo has hecho tú.		
20. Has atendido a todas las explicaciones del profesorado.		
21. Has traído todos los materiales que necesitabas.		
22. Corregiste tus tareas cuando se corrigieron en las clases.		
23. Terminaste las tareas que se mandaron en cada clase.		
24. Ordenaste los materiales de trabajo antes de salir de clase.		
25. Estudiaste en casa. ¿Durante cuánto tiempo?		

SUBPROGRAMA:

MEJORA DE LA CONVIVENCIA

ACTIVIDAD:

EL RUMOR

*** OBJETIVO:**

- Analizar las dificultades de la comunicación.

*** MATERIALES:**

- El siguiente cuento para leer en clase.

Historia del granjero.

Un granjero al sur de León colocó un tejado de chapa delgada sobre su granero. Poco después un viento huracanado se lo llevo, después de tres días de búsqueda, lo encontró a veinte kilómetros de su casa, doblado y deformado de tal forma que era imposible volver a utilizarlo como techo.

El médico del pueblo le dijo que la Compañía de coches SIAT le pagaría un buen precio por él como chatarra. Así que decidió enviar el tejado para ver cuánto podía sacar por él; lo puso en una caja y lo mando, poniendo su remite para que le enviaran el cheque.

Pasadas doce semanas, el granjero recibió una carta que decía: "No sabemos qué chocó contra su coche pero lo tendremos arreglado para el quince del próximo mes. Rogamos que nos envíe un cheque por 8.670,00 euros por el coste de la reparación del coche".

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Se piden cinco voluntarios que saldrán de la clase para no poder oír la historia, cuando se lee por primera vez.

Segundo paso. Se hace pasar al primero y se le lee la historia del granjero. El no podrá tomar notas, pero sus compañeros de la clase sí pueden y deben tomarlas.

Tercer paso. Se hace pasar al segundo voluntario, que escuchará la historia de labios del primero. Los compañeros en la clase tomarán nota de todo lo que se le olvida o deforma.

Cuarto paso. Se hace pasar al tercer voluntario, a quien le contará la historia el segundo. Los compañeros vuelven a tomar notas de los olvidos o deformaciones. Sucesivamente se repite el proceso con el cuarto y quinto compañero.

Ultimo paso. Se comentan las deformaciones y olvidos sucesivos. Se puede terminar con un comentario en contra del rumor como actividad social.

Otras variantes: Cinco voluntarios salen de clase, el primero hace un dibujo sencillo en un folio. Cuando pasa el segundo se le enseña el dibujo durante unos segundos y se le pide que lo repita con la máxima fidelidad en otro folio y así sucesivamente.

NOTA: Actividad adaptada del libro: BRUNET GUTIERREZ, J. J. y NEGRO FAILDE, J. L. (1984³) "Tutoría para adolescentes" Madrid. Ediciones San Pío X.

SUBPROGRAMA:

MEJORA DE LA CONVIVENCIA

ACTIVIDAD:

DESCUBRE LA CLAVE DEL NOMBRE DE TUS PROFESORES

*** OBJETIVOS:**

- Facilitar una actividad que permite al alumno trabajar sobre el nombre de sus profesores.
- Recoger el cuestionario inicial.

*** MATERIALES:**

• Lápiz o bolígrafo y las fotocopias de la actividad (de la hoja de claves y del cuestionario inicial). La tabla de la hoja de claves habrá de prepararla antes el tutor escribiendo con el ordenador en una tabla (primera columna = nombre de los profesores; segunda = área que imparte), después cambiarán el tipo de letra a "bookdings" (u otro tipo de letra) y ya podrán montar en la hoja de claves, fotocopiar y repartir.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primera actividad. Unos 20 a 30 minutos. "Descubre la clave"

Primer paso. Se les presenta la actividad como una prueba de perspicacia y rapidez. Con la clave han de descubrir lo que viene escrito en el mensaje que se les envía.

Segundo paso. Se reparten las fotocopias con la actividad y se les invita a que en cinco minutos traduzcan los mensajes que se les entrega en clave para que queden escritos en castellano. Previamente se les ha informado que la actividad se hará por parejas y como es un ejercicio de rapidez se les recomienda que organicen su trabajo, por ejemplo, uno puede empezar por la parte superior de la tabla (el inicio) y el segundo por las filas finales.

Tercer paso. Por parejas se intercambiarán lo que cada uno ha descifrado para completar entre los dos todo el mensaje.

Cuarto paso. Se les pregunta al azar a varios alumnos que lean lo que han descifrado en cada una de las filas.

Quinto paso. Si queda tiempo, se les pide a los alumnos que utilizando la espalda del folio y la misma clave de mensajes escriban un mensaje de bienvenida para el compañero con el que han colaborado en la primera parte de la sesión. Después se intercambiarán los mensajes y los descifrarán o se los llevarán para descifrarlos en casa.

Segunda actividad. (30 a 40 minutos) Reparto y recogida del cuestionario inicial.

El cuestionario inicial se conservará en la carpeta del curso, junto a los informes y documentos de cursos anteriores que se tengan de cada alumno. Su interés está en ser un primer documento para poder tener con los alumnos y con sus familias un primer contacto personal. Además puede ser útil para recoger más datos del alumno que nos permitan conocerlo mejor y con mayor profundidad.

CUESTIONARIO INICIAL PARA LA E. S. O.

Nombre y apellidos:
¿Cómo te gustaría que te llamáramos?
Fecha de nacimiento: - - Lugar:
Domicilio: Tfno:
Curso: Nombre de tu tutor-a:

* Contigo también viven (escribe sus datos).

Nombre	Parentesco	Edad	Profesión

* De estas personas, con las que convives, te entiendes mejor con
con la que estás más es, y con la que menos

* ¿Sueles hablar con tus padres de los temas que te interesan o te preocupan?
¿Con quién lo sueles hacer?

* Al volver del instituto a casa ¿qué cosas sueles hacer? Subráyalas: Estudiar, leer, ver la T.V.,
oír música, pasear, entrenar, ir a alguna clase particular, jugar en la calle, ayudar en casa, ir a algún
club o asociación, estar con los amigos, otra actividad ¿Cuál?

* ¿Tienes algún problema grave que pueda dificultar tu rendimiento en los estudios? ¿Cuál?
.....

* ¿Cuál es la actitud de tu familia ante tus problemas? (me ayudan, me comprenden, se
desentienden, me critican...)

* ¿Estuviste el año pasado en otro centro? ¿En cuál?

* ¿Por qué razones has venido a este instituto? (Está cerca de casa, me gusta el centro, aquí
estudian mis amigos)
.....

* ¿Te gusta venir al instituto? ¿por qué?
.....

* ¿Qué esperas, deseas, encontrar en este curso?
.....

- * ¿Te consideras bastante preparado para aprobar todas las materias del curso?
- * ¿De las asignaturas que estudiaste el año pasado cuáles se te dieron mejor?
.....
y ¿cuáles peor?
- ¿te queda alguna materia del año pasado por aprobar? ¿Cuál?
- ¿Has repetido algún curso, cuál?
- * ¿Tienes algún impedimento físico que te dificulte la realización de alguna materia?
¿cuál?
- * ¿Tu interés por los estudios es? (bueno, normal, flojo)
- ¿Cuántas horas dedicas por término medio al estudio diario en casa?
- * ¿Qué te gustaría hacer en la hora de tutoría?
-
- * Si pudieras participar en actividades deportivas o culturales, ¿en cuáles participarías?
-
- * ¿Estás contento con tu forma de ser?¿Qué es lo que más te gusta de ti mismo,
de ti misma? y ¿lo qué menos?

Coloca una "X" en el lugar que creas que más se aproxima a tu forma de ser. Si Pones la "X" próxima a la zona izquierda quiere decir que generalmente te muestras tímido, feliz, etc.; si la pones próxima a la derecha es que te consideras desenvuelto, desdichado, etc.; y se la pones por la zona central es que no muestras una tendencia clara hacia uno u otro de esos rasgos.

	<i>ASÍ SOY YO.</i>		
Tímido			Desenvuelto
Feliz			Desdichado
Solitario			Sociable
Nervioso			Tranquilo
Distraído			Atento
Responsable			Despreocupado por tus tareas.
Desobediente.			Obediente
Ordenado			Desordenado

- * ¿Quieres decirnos algo más?.....

SUBPROGRAMA:

ELECCION DE DELEGADOS

ACTIVIDAD:

CLARIFICACION DE LA FIGURA DEL DELEGADO

*** OBJETIVOS:**

- Favorecer la clarificación de la figura del delegado, funciones y atribuciones.

- Motivar al alumnado para una elección responsable y para colaborar, posteriormente, con el delegado.

*** MATERIALES:**

- Lápiz y papel, y el cuestionario "Un buen delegado"

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Entregar el cuestionario y dar al alumnado un tiempo para su contestación.

Segundo paso. Realizar un vaciado de resultados en la pizarra y debatir sobre los mismos.

Conclusiones a comentar en el debate:

- ¿Cuáles son las cualidades más importantes que debe tener el delegado o delegada que elijamos?

- ¿Cuáles son las funciones que debe cumplir?

- ¿Cómo podemos garantizar que la persona que elijamos como delegado pueda cumplir esas funciones y tenga esas cualidades?

- ¿Cómo podemos ayudar al delegado en el desarrollo de sus tareas?

- ¿Si un delegado o delegada no cumple podemos nombrar a otro que lo sustituya?

Cuestionario "UN BUEN DELEGADO"
--

Con este cuestionario pretendemos delimitar cuáles son las cualidades y funciones que a vuestro entender deberían tener los delegados o delegadas de la clase.

* **CUALIDADES.** Puntúa cada cualidad con una nota (entre 1 y 10) según la importancia que tú le das a esa cualidad. El delegado o delegada que elija ha de ser...:

Simpático-a.	_____	Comprensivo-a.	_____
Responsable.	_____	Constante.	_____
Buen-a estudiante.	_____	Buen amigo-a.	_____
Tolerante.	_____	Maduro-a.	_____
Colaborador-a.	_____	Activo-a.	_____
Otras:			

* **FUNCIONES: Señala** con una "X" las funciones que debe cumplir el delegado.

___ Cuidar que siempre haya tiza y borrador en la clase
___ Ayudar en el cuidado del material al profesor.
___ Comunicar al Jefe de Estudios el retraso o ausencia de un profesor.
___ Defender los intereses y derechos de los alumnos.
___ Participar en el Consejo de Delegados como portavoz de la clase.
___ Asistir a las sesiones de evaluación.
Otras:

* **POR TANTO YO ELEGIRÉ A ...** _____

(Mi mejor amigo o amiga, al más simpático, al que vea con más cualidades, quién sea el más querido por todos, al que mejores notas saca, etc.)

* **PERSONALMENTE ESTOY DISPUESTO A COLABORAR CON NUESTRO DELEGADO O DELEGADA EN:** _____

SUBPROGRAMA:

ELECCION DE DELEGADOS

ACTIVIDAD:

ACTO DE ELECCION DE DELEGADOS

*** OBJETIVO:**

- Elegir al delegado y subdelegado de la clase.

*** MATERIAL:**

- Papeletas (folios divididos) y acta de elección.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Presentación de candidaturas: Se puede hacer una presentación previa de candidatos. Aquellos alumnos que deseen poder ser elegidos tendrán unos minutos para presentar al curso su candidatura.

Segundo paso. Recordar por parte del profesor las conclusiones de la actividad anterior de preparación para la elección de delegado. Volviendo a escribir en la pizarra: cómo considera la clase que debe ser el delegado elegido.

Tercer paso. Acto de la votación.

Constituid la mesa electoral con el tutor como presidente, dos alumnos (primero y último de la lista o cualquiera otros dos) que actuarán como secretario y vocal.

El vocal reparte las papeletas y se inicia la realización del acto de votación por parte de los alumnos presentes; recogida de papeletas por el vocal.

Recuento por la mesa. El secretario levanta acta de la votación.

Proclamación de resultados por el presidente (tutor) y entrega del acta en Jefatura de Estudios.

En el acta se recogerán: Nombres de los miembros de la mesa, resultados de la votación, candidatos elegidos y firma de los miembros de la mesa (A continuación se adjunta un modelo de acta, pero no utilizar ésta, haced fotocopia y dejad el modelo de acta en éste dossier para próximos años; o bien, utilizar el modelo que proporcione Jefatura de Estudios).

ACTA DE ELECCION DE DELEGADO

CURSO: _____ TUTOR: _____

FECHA: ____ . ____ . ____

NÚMERO DE ALUMNOS EN LISTA: ____ NÚMERO DE ALUMNOS PRESENTES. ____

ALUMNO SECRETARIO: _____

ALUMNO VOCAL: _____

CANDIDATOS:

RESULTADO DE LA VOTACION.	NUMERO DE VOTOS.
---------------------------	------------------

- | | |
|----------|-------|
| 1) _____ | _____ |
| 2) _____ | _____ |
| 3) _____ | _____ |
| 4) _____ | _____ |

RESULTADO DE LA ELECCION:

DELEGADO: _____

SUBDELEGADO: _____

FIRMA DEL SECRETARIO

FIRMA DEL VOCAL.

FIRMA DEL TUTOR:

SUBPROGRAMA: ACTIVIDADES ALREDEDOR DE LA EVALUACIÓN

ACTIVIDAD: ACTIVIDAD POSTERIOR A LA EVALUACIÓN "CERO"

Nota previa: Esta actividad está aconsejada para realizarla con posterioridad a la primera sesión de coordinación del curso, lo que algunos llamamos "evaluación cero", por lo tanto hay que situarla en el calendario de actividades inmediatamente después a esa reunión del equipo educativo que se realiza antes de la 1ª evaluación.

*** OBJETIVOS:**

- Contribuir al proceso de diagnóstico y estudio de la situación inicial del grupo y a determinar las conductas que en el grupo requieren de una intervención.
- Promover una actividad de reflexión con el fin de conseguir en ellos un compromiso de actuación tendente a mejorar la situación de partida.
- Realizar una primera asamblea de clase para irles acostumbrando a la reflexión y toma de acuerdos para mejorar su funcionamiento como grupo.

MATERIALES:

- La información que el tutor ha recogido de la reunión de coordinación.

PROCESO DE REALIZACIÓN:

Paso previo.

Brevemente se motiva a los alumnos para la realización de la actividad, explicándoles el objeto de la misma: a. informarles de las valoraciones del profesorado sobre el grupo, b. conocer mejor sus opiniones y sentimientos sobre el funcionamiento del grupo y c. llegar a algunos acuerdos de colaboración para mejorar nuestra convivencia y rendimiento en clase.

Primer paso.

El tutor informa de las conclusiones y valoraciones que ha recogido en la primera (y previa) sesión de coordinación del equipo educativo.

Después, dejar un breve tiempo para que los alumnos manifiesten su opinión, en turno libre; pero procurando que no se utilice mucho tiempo en ello.

Segundo paso:

Pedirles que, para ordenar mejor sus opiniones y recogerlas todas, escriban en una hoja las respuestas a estas cuestiones.

1. Enumerad tres deseos a conseguir en este año dentro de la clase.
2. ¿Cuáles son las causas de las dificultades de la clase?
3. ¿Qué podríamos hacer como grupo para mejorar nuestro trabajo y rendimiento?
4. ¿Qué estáis dispuestos a hacer vosotros personalmente por conseguir esos deseos?

Tercer paso.

Poned en la pizarra el diagrama siguiente y pedidles que a partir de sus respuestas lo vayamos rellenando (por turnos pueden ir leyendo sus respuestas).

<u>"Nuestros deseos"</u>	<u>"Nuestras dificultades"</u>	<u>"Nuestros compromisos"</u>
...

El compromiso quedará escrito, y se expondrá en la clase o se dará a custodiar al delegado del curso.

Cuarto paso.

Pedid a los alumnos que contesten individualmente por escrito a estas cuestiones. Conviene prepararles fotocopias de ellas. Recogedlas y conservadlas para poder utilizarlas posteriormente como instrumento de seguimiento personal de los alumnos.

Nombre: _____

-¿Cuál es para mí la dificultad más importante de cara al desarrollo del trabajo en clase?

- ¿Qué estoy yo dispuesto a hacer para mejorar esta situación?

- ¿Qué le pido a los compañeros para que me ayuden a conseguirlo?

- ¿Qué me gustaría que hicieran los profesores para ayudarme?

- A la vista de las valoraciones y compromisos del grupo y de las mías propias,
**ME COMPROMETO, PARA MEJORAR MI RENDIMIENTO, A INTENTAR EN
LAS PRÓXIMAS SEMANAS:**

El día __.__.__ haré una valoración de lo que he hecho o conseguido hasta el momento y si es necesario me plantearé un nuevo compromiso.

SUBPROGRAMA:

TÉCNICAS DE ESTUDIO

ACTIVIDAD:

EL SUBRAYADO

(Nota previa: fotocopiar esta actividad para los alumnos tal como viene aquí)

*** OBJETIVOS:**

Mostrarte qué es y cómo se hace un subrayado. Presentarte un modelo de subrayado.

Comprometernos para realizar subrayados de las lecciones a estudiar.

*** DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:**

1. Primero lee este documento sobre la técnica del subrayado y después subráyalo.

LA TÉCNICA DEL SUBRAYADO. UN MEDIO PARA APRENDER MÁS.

¿Qué es un subrayado?

Es una técnica de estudio que por medio de rayas hechas debajo o al lado de las palabras o párrafos de la lección nos permite destacar sus ideas y conceptos principales. El subrayar facilita el estudio, fija la atención, favorece la concentración, facilita los repasos, incrementa el rendimiento.

¿Cómo subrayar?

Primero lee el texto varias veces, a continuación haz una lectura más atenta, con el lápiz (o rotulador) y la regla dispuesto ya a subrayar. Puedes utilizar varios colores o una o dos líneas para distinguir las ideas principales de las secundarias. Debes subrayar lo más importante, pero has de procurar siempre que tu subrayado, aunque sintético, tenga sentido completo.

Un buen subrayado cumplirá estas tres condiciones:

- a.- No se puede subrayar menos sin que haya una pérdida del significado.
- b.- Lo subrayado es suficiente para responder a las cuestiones básicas del tema.
- c.- Si se lee solo lo subrayado, se mantiene con sentido pleno. Esto último es muy importante para facilitar los repasos del tema, de esta forma nos bastará con leer solo lo subrayado.

2. Aquí tienes un texto repetido, extraído de un libro sobre técnicas de estudio, en el primer caso está mal subrayado, el segundo está mejor subrayado.

Lee los dos textos y compara sus subrayados.

"EL ENFOQUE REFLEXIVO EN EL ESTUDIO"

NISBET y SHUCKSMITH aconsejan seguir un conjunto de estrategias para cumplir eficazmente con las tareas escolares.

Al primer gran grupo de estrategias lo llaman "Hacerse preguntas" y consiste en preguntarse: ¿para qué, cómo, con qué objeto realizo la tarea?, ¿con qué conceptos previos que ya conozco puedo relacionarla, necesito repasarlos? ...

El segundo gran grupo sería el "Hacer planes": ¿cómo voy a trabajar? ¿cuándo, con qué (horarios y materiales), qué ayudas voy a necesitar?

El tercer grupo es la "Realización y control continuo" de la actividad: Es el más largo y laborioso; en él pondrás en práctica tus planes y te someterás a un autocontrol de tu trabajo.

El cuarto paso es la "Comprobación y verificación" de la tarea: ¿me ha sido útil, he aprendido lo que tenía que aprender, satisface mis exigencias de calidad y las del profesor?

"EL ENFOQUE REFLEXIVO EN EL ESTUDIO"

NISBET y SHUCKSMITH aconsejan seguir un conjunto de estrategias para cumplir eficazmente con las tareas escolares.

Al primer gran grupo de estrategias lo llaman "Hacerse preguntas" y consiste en preguntarse: ¿para qué, cómo, con qué objeto realizo la tarea?, ¿con qué conceptos previos que ya conozco puedo relacionarla, necesito repasarlos? ...

El segundo gran grupo sería el "Hacer planes": ¿cómo voy a trabajar? ¿cuándo, con qué (horarios y materiales), qué ayudas voy a necesitar?

El tercer grupo es la "Realización y control continuo" de la actividad: Es el más largo y laborioso; en él pondrás en práctica tus planes y te someterás a un autocontrol de tu trabajo.

El cuarto paso es la "Comprobación y verificación" de la tarea: ¿me ha sido útil, he aprendido lo que tenía que aprender, satisface mis exigencias de calidad y las del profesor?

¿Qué diferencias encuentras entre los dos? _____

¿Si lees sólo el subrayado del primer texto, tiene sentido completo por sí solo? _____

¿Están en el primer texto todas las ideas básicas subrayadas? _____

¿Cómo mejorarías el subrayado del primer texto? _____

¿Cumple el segundo texto las tres condiciones de un buen subrayado? _____ ¿Cómo podrías mejorarlo? _____

3. Deseamos sugerirte una estrategia que junto con tus subrayados te puede ser útil para comprender y estructurar tu aprendizaje; consiste en que al margen de cada párrafo coloques las preguntas que crees que le van mejor a ese texto, preguntas a las que el texto puede servir de respuesta, preguntas que sobre el texto te puede hacer el profesor.

4. Hazte las preguntas anteriores y luego subraya este texto.

TEXTO A SUBRAYAR	PREGUNTAS AL TEXTO
F. MARTON asegura que sus investigaciones le hacen afirmar que: "La idea de que aprender consiste en la mera reproducción de una serie inamovible de conocimientos dados por el maestro o por el libro, es claramente insuficiente", y defiende, que "no existe verdadero aprendizaje sin una reestructuración comprensiva del tema por parte del alumno; si el alumno no ha relacionado los nuevos aprendizajes con los que ya poseía, en definitiva, si no los ha hecho suyos"	

¿Cumple lo que has subrayado las tres condiciones de un buen subrayado?

A partir de hoy todas las lecciones que estudies has de subrayarlas y, aun más, buscarás las preguntas clave de cada párrafo.

Sólo aprenderás a subrayar si te acostumbras a hacerlo en todos tus temas; hazlo así y pronto verás los resultados.

Durante la próxima semana subrayarás todos los temas que tengas que estudiar.

SUBPROGRAMA:	TÉCNICAS DE ESTUDIO
ACTIVIDAD:	LOS RESÚMENES

(Nota previa: fotocopiar esta actividad para los alumnos tal como viene aquí)

*** OBJETIVOS:**

Mostrarte qué es y cómo se hace un resumen. Presentarte un modelo de resumen.
Comprometernos a hacer subrayados o resúmenes de los temas a estudiar.

*** DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:**

1. Subraya este documento sobre los resúmenes.

LA TÉCNICA DEL RESUMEN PARA APRENDER MEJOR Y MÁS RÁPIDO.

¿Qué es un resumen?

Es una técnica de estudio que consiste en redactar brevemente y con nuestras palabras el contenido (ideas y conceptos principales) de un texto. El resumir, igual que el subrayar, facilita la comprensión y memorización de un texto, favorece el aprendizaje de textos largos, permite los repases rápidos, incrementa el rendimiento.

¿Cómo hacer un buen resumen?

Primero haz una lectura de exploración del texto, te ayudará a captar la idea general del mismo y a aclarar las dudas que se te presenten, a hacerte preguntas sobre el mismo.

Segundo, lee atentamente el texto y subráyalo.

Tercero, a partir de ese subrayado escribe tu resumen (copiándolo con sentido).

Por último numéralo y archívalo o pégalo junto a su tema.

Un buen resumen ha de cumplir estas condiciones:

a.- Debe ser breve, pero completo y comprensible. Todos los conceptos y datos fundamentales han de estar mencionados.

b.- Ha de incluir no sólo lo más importante del tema, sino, también, las explicaciones del profesor o los datos aportados por ti mismo. Esta característica hace al resumen apropiado para aprender usando varias fuentes complementarias (varios libros, apuntes, etc.) Cuando tienes lo que has de aprender en varios libros, te será más difícil repasarlo en forma de un único resumen compendio de todo lo que dicen de interés esos libros.

c.- Debe formar parte de un archivo con páginas numeradas que facilite su utilización, revisión o ampliación cuantas veces sea necesario, o pegado junto al tema al que resume.

2. A continuación tienes un resumen de este tema.

TECNICAS DE ESTUDIO. LOS RESUMENES

- Resumen: Técnica de estudio consistente en una exposición breve, pero completa y comprensible de un texto.

- Facilita la comprensión y el aprendizaje. En él han de incluirse las explicaciones del profesor y las consultas y datos que busques, como ampliación del tema.

- Método de hacerlo: Una primera lectura de exploración y aclaración de dudas; segundo, un subrayado y a partir de éste se escribe el resumen, que después ordenamos y clasificamos. Una vez hecho lo archivaremos al objeto de facilitar su uso en los repasos.

¿Hay algún concepto en el tema que tú consideres importante y que no esté incluido en este resumen? Si es así, escríbelo a continuación: _____

3. Ahora haz tú un resumen de estos apuntes:

CAUSAS DEL FRACASO ESCOLAR.

Según investigaciones recientes una causa fundamental del fracaso escolar es que los alumnos no saben estudiar y no sólo que las materias sean más o menos difíciles.

Todo trabajo necesita un aprendizaje previo de técnicas: el albañil ha de saber poner ladrillos, el arquitecto hacer planos, el médico curar enfermos... Es obvio, que quien se dedica al trabajo de estudiante debe contar con un buen bagaje de técnicas y habilidades que le permitan conseguir mejores rendimientos en su estudio.

No se puede ya defender que estudiar es llenar la cabeza de conocimientos. Muy al contrario, estudiar supone un principio activo de comprensión, de estructuración de ideas, de resolución de problemas. Si no capacitamos a nuestra mente para comprender, para reflexionar, para aplicar nuestro aprendizaje, nunca podremos decir que estamos educándonos.

TÍTULO DE TU RESUMEN _____

4. Valora y compara tu resumen. ¿Cumple las condiciones del punto tercero?

Procura hacer resúmenes de tus lecciones. Después de subrayarlos.

SUBPROGRAMA:	ACTIVIDADES ALREDEDOR DE LAS EVALUACIONES
ACTIVIDAD:	SESION DE TUTORÍA PREVIA A LA EVALUACIÓN

OBJETIVOS:

- Informar al alumnado sobre criterios y fechas de Evaluación.
- Motivarles al estudio y a la preparación de exámenes.
- Analizar el conjunto de factores que intervienen en el proceso educativo y buscar alternativas de mejora del mismo.
- Recoger las propuestas de la clase para la próxima sesión de evaluación.

*** MATERIALES:**

Fichas de evaluación, 1 por alumno y otra por subgrupo.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Motivación. Destacar el interés de la actividad, primero para que cada alumno o alumna intente mejorar y, segundo, para facilitar la labor del delegado como portavoz del grupo en la sesión de evaluación (si se decidiera en el centro que el delegado participe en esas sesiones).

Primer paso. (10 min.) Explicación de los criterios de evaluación que se utilizarán en la sesión de evaluación, fechas de evaluación, de entrega de notas, etc.

Recordadles el interés y utilidad de preparar los exámenes con el tiempo suficiente y en sesiones de estudio sucesivas y planificadas. Insistiéndoles en la necesidad de no dejar para el ultimo día la elaboración de trabajos, la revisión de cuadernos, el repaso y la aclaración de dudas sobre temas anteriores, etc.

Segundo paso. (5 min.) Distribuir la "Ficha de evaluación" y pedirles que la contesten individualmente. Informadles que es anónima y que sólo se darán a conocer las valoraciones del grupo y nunca las individuales. Los alumnos deben conservar su ficha para utilizarla en la sesión de tutoría posterior a la evaluación.

Tercer paso. (15 m.) Dividir la clase en grupos de 5 o 6 alumnos para que contrasten sus evaluaciones y realicen una ficha de evaluación colectiva, resumen de sus opiniones. Se pretende que reflexionen y adopten compromisos para mejorar sus resultados académicos.

Cuarto paso. (10 min.) Exposición sucesiva de las aportaciones de cada grupo y recogida por parte del delegado de las fichas colectivas para llevarlas a la sesión de evaluación. Se le debe dejar aclarado al portavoz del grupo que nunca ha de decir nombre, solo debe explicar lo consensuado por el grupo y por tanto deja de ser opinión de una sola persona.

Nota: Evidentemente en este tipo de actividades lo mas importante es buscar la autorreflexión del alumnado, que les lleve a tomar conciencia de sus dificultades y necesidades y a iniciar un proceso de cambio en sus hábitos de estudio o en su conducta.

"FICHA DE EVALUACION"

Te pedimos que escribas tus opiniones sobre el quehacer del curso. La ficha que contestas es anónima. Con ella buscamos que en pequeños grupos nos deis vuestras sugerencias para mejorar nuestro trabajo y vuestro rendimiento en el próximo trimestre.

ESCRIBE TUS VALORACIONES PERSONALES SOBRE:

¿Qué aspectos tendrían que mejorarse, cuáles serían tus sugerencias para que funcionáramos mejor, para que trabajáramos mas, para que nos sintiéramos mejor en clase?

¿QUÉ MEJORARÍAS EN EL
FUNCIONAMIENTO DE LA CLASE?

(De las explicaciones, en las actividades, en la relación con el profesorado y los compañeros)

¿QUÉ ASPECTOS MERECE LA PENA
CAMBIAR EN TU TRABAJO DIARIO?

(En tu atención en clase, en tus actividades, en las tareas de casa, de tu cuaderno, de tus controles?)

¿QUÉ SUGIERES PARA MEJORAR EL
TRABAJO DENTRO DE TU GRUPO?

(Sobre el clima de respeto y colaboración entre vosotros, sobre tu trabajo individual en el grupo...)

¿QUÉ CAMBIARÍAS EN TU CONDUCTA?

(En tu colaboración con el profesor y los compañeros, en el orden y cuidado de tus cosas y de tu sitio, etc.)

¿Crees que lo hecho en este trimestre te ha servido para mejorar tus conocimientos y capacidades, te ha sido interesante y útil?

¿Cómo podríamos conseguir que te resultara más interesante, que lograras aprender más y mejor?

¿Cómo podrías tú conseguir que te resultara más interesante, que lograras aprender más y mejor?

SUBPROGRAMA:	MEJORA DE LA IMAGEN PERSONAL
ACTIVIDAD:	CUESTIONARIOS PARA LA REFLEXIÓN PERSONAL

*** OBJETIVO:**

• Facilitar, a través de una visión lúdica, instrumentos que permitan incrementar el conocimiento personal, la reflexión sobre su propia conducta y la formación de actitudes favorecedoras de la convivencia en grupo.

*** MATERIALES:**

• Cuestionarios: “¿Eres maniático?”, “¿Tienes un carácter firme?”, “¿Eres un egoísta?”. Una fotocopia de cada uno de los cuestionarios por alumno.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Repartir entre el alumnado las fotocopias de los cuestionarios. (Un único cuestionario por sesión es insuficiente).

Aclarar desde el principio que se trata de una actividad de entretenimiento, que no pretende definir cómo somos, ni establecer modelos de conducta. Lo más importante es que, al mismo tiempo que nos lo pasamos bien, podamos reflexionar sobre nosotros mismos y sobre los valores que sustentan nuestras conductas.

Segundo paso. Dejar que respondan individualmente a los cuestionarios. Explicar las dudas de comprensión que puedan presentar los alumnos. Si se producen intercambios de comentarios y opiniones entre ellos, permitirlo siempre que sean tranquilos y tengan una intención colaboradora; evitar las comparaciones, o bromas pesadas sobre otros compañeros.

Tercer paso. Pedir que formen grupos de cuatro a seis compañeros (es importante que se lleven bien) y que comenten entre ellos si les han gustado los cuestionarios del día, qué resultados han tenido, si están de acuerdo con ellos, etc.

Cuarto paso. Comentar primero entre todos los resultados del primer cuestionario y poned, después, en la pizarra el siguiente cuadro que se intentará rellenar por toda la clase en gran grupo. (Se deben recoger todas la sugerencias de los alumnos, sin valorar su idoneidad, u orden de presentación)

Se aconseja terminar la sesión comentando la importancia que tiene para ellos el que vayan pensando en estos temas, pues al terminar la E.S.O. tendrán que tomar una decisión vocacional importante para su futuro profesional.

		¿Qué conductas le caracterizan?	¿Qué consejos le daríamos?
Maniático.	Alta		
	Baja		
Firmeza de carácter.	Alta		
	Baja		
Egoísmo.	Alto		
	Bajo		

¿ERES MANIÁTICO?

De forma coloquial, por maniático entendemos la persona que tiene conductas raras, inútiles y repetidas, que manifiesta preocupaciones excesivas. En realidad todos somos algo maniáticos: por el orden, por una música determinada, por las personas de una determinada forma de ser o de una determinada "tribu urbana"... Pero y tú ¿Eres maniático?

1. Puedes nombrarme más de tres ejemplos de tipos de manías que hayas conocido.
2. ¿Tienes un número favorito?.
3. ¿Tienes alguna superstición? (Miedo al número trece, huyes de los gatos negros, evitas pasar por debajo de una escalera, etc.
4. ¿Hay personas que te caen mal a primera vista sin que te hayan hecho nada malo?.
5. ¿Suelen echarte en cara tus amigos alguna conducta u opinión tuya a la que tachen de maniática?.
6. ¿Tienes alguna rutina o conducta diaria (no necesaria, ni útil para otra cosa) que de no haberla hecho te hace sentir incompleto, preocupado, insatisfecho?
7. ¿Te resulta insoportable, hasta llevarte a estar de los nervios, alguna conducta de tus compañeros o familiares?.
8. ¿Te preocupas en exceso de tu ropa, de tu limpieza, de alguna de tus conductas, más allá de lo que es normal entre las personas que te rodean?
9. ¿Le das muchas vueltas en la cabeza a tus preocupaciones?
10. ¿Siempre deseas tener todas tus cosas de acuerdo a tu gusto y preferencias, sin admitir cambios o pequeñas modificaciones?

Cada respuesta afirmativa la contarás como un punto.

Puntuación entre 0 y 3: Pareces no tener manías. A ver si tu manía es no tener ninguna. Tener alguna manía hasta puede resultar a veces divertido; piensa bien tal vez te hayas olvidado de alguna.

Puntuación entre 4 y 8: Tal vez tengas algunas manías, pero si las controlas no tienen por qué ser negativas; acostúmbrate a ser tolerante con las manías de los demás y a reírte de las tuyas propias.

Puntuación entre 9 y 10: Lo tuyo puede ser preocupante; o puedes tener muchas manías o has contestado con un excesivo espíritu autocrítico. De todas formas no te obsesiones e intenta aplicarte el consejo que le hemos dado a tus compañeros del grupo anterior. El reírse de uno mismo es lo más saludable que existe; además de ayudarnos a hacer amigos, nos permite tener una salud mental envidiable y pasarlo "pipa" con nosotros mismos.

¿TIENES UN CARACTER FIRME?

De forma coloquial decimos que una persona tiene un carácter firme cuando es capaz de mantener sus ambiciones, aquello que debe conseguir o hacer, a pesar de las dificultades o avatares de la vida. En realidad todos somos firmes hasta un punto, nos resulta fácil mantener nuestra opinión, algo más costoso conseguir nuestros deseos, y, no siempre, nos es cómodo lograr nuestros propósitos o cumplir con nuestras obligaciones... ¿Hasta qué punto eres firme?

1. ¿Sientes que el grupo te apoya siempre como te mereces?
2. ¿Te afectan mucho los comentarios de los compañeros, te preocupan, irritan o hacen cambiar de opinión o actuación con frecuencia?
3. ¿Si te propones algo lo consigues a pesar de posibles fracasos anteriores?
4. ¿Sueles sentirte intranquilo, nervioso, cuando tienes que hacer algo en público?
5. Si discutes ¿nunca pierdes los nervios y siempre te muestras tranquilo y seguro?
6. ¿Te desaniman los fracasos y las dificultades?
7. ¿Hay alguna cuestión que te preocupe y que estás intentando superar?
8. ¿Es cierto que si algo puede ir mal, seguro que acaba mal?
9. ¿Dominas tus emociones (enfado, tristeza, abatimiento...) y no dejas que influyan en tu trabajo o en la relación con los demás?
10. ¿Tienes tendencia ante los fracasos a abandonar y no seguir intentándolo?
11. ¿Encuentras tu vida satisfactoria y gratificante?
12. ¿Es cierto: no merece intentar las cosas, además de suponer un trabajo siempre existe el riesgo de fracasar?

Cada respuesta impar afirmativa y cada par negativa la contarás como un punto.

Puntuación de 0 a 3. De entrada no parece ser una persona de carácter fuerte, aunque esto no sea totalmente cierto; en todo caso es conveniente que te cuestiones la imagen que tienes de ti mismo y tu planteamiento vital actual y futuro.

Puntuación de 4 a 9. Te encuentras en una posición intermedia, y quizá suficiente, aunque tu nivel de respuesta, como es lógico, variará según tu estado anímico y la situación ambiental.

Puntuación de 10 a 12. A mayor puntuación mayor firmeza de carácter. Pero creo que debes evitar que esa fortaleza se convierta en dureza de carácter, en falta de flexibilidad, de comprensión para tus compañeros, en falta de colaboración para sacar adelante las propuestas de los demás si no son coincidentes con las tuyas. Tener un carácter fuerte puede ser útil incluso para apoyar a las personas que aprecias; pero traspasar la delgada frontera de la firmeza hacia la zona de la dureza y rigidez puede resultar peligrosa.

¿ERES UN EGOISTA?

Todos somos algo egoístas; a veces resulta ventajoso poseer un amor desmesurado por uno mismo para evitar que los demás nos puedan perjudicar. Entendemos por egoísmo ese

amor por sí mismo que nos lleva a ver sólo nuestros propios intereses, sin preocuparnos por los demás o por el efecto que produce en ellos nuestras acciones. ¿Eres tú un egoísta?

1. ¿Sueles llegar tarde a tus citas?
2. ¿Harías el trabajo de un compañero que estuviera enfermo sólo por cubrirle ante el profesor aunque eso te supusiera un cierto riesgo de ser descubierto?
3. ¿En las relaciones con tus amigos buscas sobre todo conseguir tu propia satisfacción, gustos, deseos... y si no es así la amistad puede resentirse?
4. ¿En un cine cedes el mejor asiento a un amigo si te lo pide por alguna razón?
5. ¿A veces te acusan de interesado, codicioso, materialista, ingrato, personalista...?
6. ¿Si has de hacer un regalo buscas por encima de todo algo que le agrade a la persona que lo ha de recibir sin importarte el dinero o tus preferencias?
7. ¿No dejas que nadie se oponga a tus deseos sin que intentes vencerle?
8. ¿Participas con ganas en los planes que proponen tus amigos aunque no sean de tu agrado?
9. ¿Escures el bulto en el trabajo?
10. ¿Eres amigo de hacer favores aunque no te los hayan pedido?
11. Ante una bandeja de pasteles te apresuras a coger siempre el mejor.
12. ¿En muchas ocasiones pierdes el tiempo atendiendo las peticiones de otras personas, en vez de realizar tus propias actividades?

Cada respuesta impar afirmativa la contarás como un punto y cada respuesta negativa a una pregunta par te supondrá un punto más.

Puntuación entre 0 y 3. ¡Maravilloso! No eres nada egoísta, aunque eso no suponga que te dejes avasallar en tus deseos. Seguramente estarás disfrutando de los buenos efectos de tus conductas al contar con el aprecio de tus amigos

Puntuación entre 4 y 9. En ocasiones muestras algunas conductas egoístas; pero no te preocupes si no son frecuentes, a todas las personas les suele pasar algo así. No obstante procura descubrir en qué ocasiones o momentos tienes esas conductas y contrólalas, recuerda que "quién siembra, recoge".

Puntuación entre 10 y 12. Tu conducta puede resultar preocupante y producirte momentos de rechazo entre tus compañeros; puedes llegar a sentirte poco apreciado, y hasta aislado o rechazado por ellos. Debes intentar mostrarte más generoso, tolerante, amable, agradecido y simpático con tus amigos y conocidos si quieres contar con su estima y consideración.

SUBPROGRAMA:	MEJORA DE LA IMAGEN PERSONAL
ACTIVIDAD:	CUESTIONARIOS PARA LA REFLEXIÓN PERSONAL

*** OBJETIVO:**

• Facilitar, a través de una visión lúdica, instrumentos que permitan incrementar el conocimiento personal, la reflexión sobre su propia conducta y la formación de actitudes favorecedoras de la convivencia en grupo.

*** MATERIALES:**

• Cuestionarios: “¿Eres un amigo leal?” (Amistad) “¿Eres un metomentodo?” (Respetuoso con los demás), “¿Eres cooperador o competidor?” (Valores solidarios).

Una fotocopia de cada uno de los cuestionarios por alumno.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Repartir entre el alumnado las fotocopias de los cuestionarios (un único cuestionario por sesión es insuficiente).

Aclarar desde el principio que se trata de una actividad de entretenimiento, que no pretende definir cómo somos, ni establecer modelos de conducta. Lo más importante es que, al mismo tiempo que nos lo pasamos bien, podamos reflexionar sobre nosotros mismos y sobre los valores que sustentan nuestras conductas.

Segundo paso. Dejar que respondan individualmente a los cuestionarios. Explicar las dudas de comprensión que puedan presentar los alumnos. Si se producen intercambios de comentarios y opiniones entre ellos, permitirlo siempre que sean tranquilos y tengan una intención colaboradora; evitar las comparaciones, o bromas pesadas sobre otros compañeros.

Tercer paso. Pedir que formen grupos de cuatro a seis compañeros (es importante que se lleven bien) y que comenten entre ellos si les han gustado los cuestionarios del día, qué resultados han tenido, si están de acuerdo con ellos, etc.

Cuarto paso. Poned en la pizarra un cuadro de doble entrada que se intentará rellenar por toda la clase en gran grupo. Se deben apuntar todas la sugerencias de los alumnos, sin valorar en exceso su idoneidad, u orden de presentación.

	¿Qué conductas le caracterizan?	¿Qué consejos le daríamos?
Entregado a los amigos.		
Desleal con los amigos.		
Respetuoso con los demás.		
Metomentodo.		
Cooperador.		
Competidor.		

¿ERES UN AMIGO LEAL?

Amistad, difícil virtud. Es difícil encontrar amigos, pero es aún más complicado mantenerlos. Una buena manera de mantener a los amigos es ser leal con ellos.

Pero eres suficientemente leal con tus amigos. Compruébalo seleccionando una de las tres opciones de estas cuestiones. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. Si modificas ligeramente una cuestión acerca de un amigo puedes conseguir un beneficio, ¿lo harías?. A. Está claro, lo primero es mi propio beneficio. B. No soy un río y puedo cambiar de opinión. C. Tratándose de un amigo, siempre buscas no contrariarle.

2. ¿Defiendes a tus amigos aunque pueda acarrearle alguna mala consecuencia?. A. Sí, siempre. B. No, tampoco ellos harían eso por mí. C. Depende de los amigos.

3. ¿Cambias con facilidad de opinión? A. Depende de las consecuencias de cambiar o no cambiar. B. Siempre intento mantener mi criterio. C. Puede que alguna vez lo haya hecho.

4. ¿Es tu compromiso con los amigos un compromiso seguro? A. Siempre, incluso si ello me supone un esfuerzo extra. B. Lo es dentro de los límites de todo compromiso. C. No suelo establecer compromisos con nadie.

5. ¿Debe un jefe respaldar a sus subordinados? A. No, un jefe ha de mirar por los beneficios de la empresa. B. Sí, aunque lo hacen pocos jefes. C. Depende de a quién.

6. ¿Te consideras una persona fiel? A. Según con quién y cuándo. B. Puede que no siempre. C. Sí, sin ninguna duda.

7. ¿Has dejado a muchos amigos en la estacada? A. No. B. Puede que alguna vez. C. Sí, si las circunstancias lo obligaban o me beneficiaba en algo.

8. Un amigo te ha hecho una grave jugarreta, ¿lo perdonarías? A. Nunca, dejaría de ser mi amigo. B. Sí; pero después intentaría devolvérsela. C. Si se explica, sí lo perdonaría.

CUADRO DE VALORACIÓN		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
	A.	2	1	3	2	1	3	2	2
	B.	3	2	2	1	3	2	1	3
	C.	1	3	1	3	2	1	3	1

(Rodea en este cuadro los números que correspondan a tus contestaciones, y súmalos).

Puntuación entre 8 y 15. Los que te conocen pueden descansar tranquilos, eres fiel y no sueles abandonar a tus amigos. Valoras muy positivamente el ser leal, cumplidor y buen amigo. A todos nos gusta tener amigos como tú.

Puntuación entre 16 y 19. Las cuestiones de fidelidad y lealtad te resultan pasadas de moda y difíciles de cumplir. Deberías esforzarte más por cuidar a tus amigos, por mostrarte más entregado y comprensivo con ellos.

Puntuación entre 20 y 24. Dices valorar la lealtad, pero cuando llega el momento buscas excusas para evitarte complicaciones. Procura ser leal no sólo cuando te beneficias tú, sino también cuando suponga una ventaja para los amigos, aunque te exija un sacrificio.

¿ERES UN METOMENTODO?

Hay personas inoportunas, molestas, que siempre están metiéndose en donde no les llaman. Son personas curiosas, cotillas... ¿Eres tú una de esas personas? Compruébalo. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. ¿Sueles dar tu opinión sobre todo y sobre todos, aunque no te la pidan? A. No, cuanto menos diga, menos problema tendré. B. Sí, claro, necesito hacerlo. C. Sólo lo hago en raras ocasiones.

2. ¿Te suelen decir que te metes donde no te llaman? A. Sí, más de una vez, pero es que la gente es muy tonta. B. No, nunca. C. No es frecuente, aunque a veces haya pasado.

3. ¿Si oyes una conversación entre compañeros, qué sueles hacer? A. Cuando han terminado la charla, te acercas a uno de ellos y le preguntas de qué hablaban. B. Nada, sigues con lo tuyo. C. Te unes al grupo e intervienes en la conversación.

4. ¿Siempre tienes algo que decir a los demás? A. No, cada uno que haga lo que quiera. B. Sí, te preocupas mucho por los compañeros. C. No, sólo si te piden tú opinión.

5. ¿Procuras ser amable con los demás? A. No, me resulta muy difícil. B. Bueno, no, aunque es verdad que por lo menos no soy desagradable. C. Sí, cuesta tan poco ser amable.

6. ¿Crees que tus amigos tienen derecho a una parcela de intimidad, que no tienen por qué dártela a conocer? A. Sí, todos tenemos derecho a una cierta reserva. B. Puede haberla, pero tú intentas enterarte en todas las ocasiones. C. Sí, pero si veo que están preocupados intento preguntarles por el motivo e insisto aunque no me lo quieran decir.

7. ¿Te han acusado alguna vez de ser cotilla? A. Sí, en alguna ocasión. B. No, qué va. C. Bueno, en realidad es una queja de tus amigos; pero tú no lo haces con mala intención.

8. Si un compañero te preguntara un "secretillo" de otro: A. Uy sí, yo sé muchos "secretos" de mis amigos. B. Qué va, yo no conozco ningún secreto de nadie. C. Aunque lo supiera no lo contaría, la lealtad a mi amigo es más importante.

CUADRO DE VALORACIÓN		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
	A.	1	2	3	3	2	1	3	3
	B.	2	1	1	2	3	2	1	2
	C.	3	3	2	1	1	3	2	1

(Rodea en este cuadro los números que correspondan a tus contestaciones, y súmalos).

Puntuación entre 8 y 13. Pareces respetuoso con los demás y no intentas meterte en lo que no te llaman. Seguro que tus amigos te lo agradecen.

Puntuación entre 14 y 19. Puede que en algunos momentos te pases y resultes un poco pesado. Si insistes mucho en esa conducta tus amigos te la afearán y criticarán.

Puntuación entre 20 y 24. Bueno, algunas veces metes la pata, pero todos lo hemos hecho alguna vez. Procura ser algo más respetuoso con la intimidad de los demás.

¿ERES COOPERADOR O COMPETIDOR?

Si en tu grupo de amigos os encontráis ante un problema o una actividad compartida, ¿tú tiendes a cooperar con ellos o prefieres competir para demostrar que eres el mejor? Contesta estas preguntas y averígualo. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. Un compañero trae un juego de ordenador nuevo, ¿qué haces?. A. Le felicito y trato de hablar de otra cosa. B. Le invito a echar una partida juntos. C. Le hablo de otro juego que es "más chulo" que el que él se ha comprado.

2. Dispones de una calculadora muy buena; un compañero te pide que le enseñes a usarla ¿qué le contestas? A. Luego, ahora no tengo tiempo. B. Claro, mira, es muy fácil. C. Bueno, pero es muy complicada de usar y nos llevaría mucho tiempo explicártela.

3. Un amigo tuyo juega bastante mal al baloncesto. A. Aunque sabes que puede perder la canasta le pasas el balón. B. No se la pasas y encestas tú, pues lo importante es ganar. C. Le aconsejas cómo mejorar su juego para que en próximas ocasiones podáis contar con él.

4. Veis a un amigo preocupado, y otro te sugiere que vayáis a animarlo, ¿qué haces? A. Dejas al compañero ir solo si estás ocupado. B. Le dices: déjalo, siempre está igual, no hay nada que lo anime. C. Abandonas lo que estás haciendo y vas a animar a tu compañero.

5. En tu clase hay un compañero que suele ser rechazado por los demás. A. Intentas hacerte su amigo, para que se siente más acogido. B. Bueno, será rechazado por los demás; pero no por mí, yo nunca rechazo a nadie. C. Sí, pero es que a lo mejor se lo merece.

6. Un hermano o hermana necesita que le prestes algo de tu ropa nueva. A. Ni hablar, que me la estropea. B. Se la prestas sin dudar. C. Sólo se la prestas si recibes algo a cambio.

7. Un amigo dice que cuando cobre su primer sueldo, se hará socio de Cruz Roja, ¿qué opinas? A. Te parece bien, tú harás igual. B. Le dices que tú dinero es tuyo y no para gastar en otros. C. Le informas que tú ya colaboras con Cruz Roja (o en otra asociación similar).

8. El profesor pide voluntarios para decorar la clase: A. Intentas pasar del tema, que lo hagan otros. B. Te ofreces inmediatamente, y aportas ideas y materiales. C. Piensas que es otro rollo, pero que te ves obligado a participar.

CUADRO DE VALORACIÓN		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
	A.	2	3	1	3	1	2	3	2
	B.	1	1	2	2	3	1	2	1
	C.	3	2	3	1	2	3	1	3

(Rodea en este cuadro los números que correspondan a tus contestaciones, y súmalos).

Puntuación entre 8 y 14. Eres una persona solidaria con los demás, dispuesta a colaborar. Crees que competir con tus amigos no es el mejor medio de conservar la amistad.

Puntuación entre 15 y 17. La cooperación no es tu fuerte, tal vez le des más importancia a competir, a demostrar de lo que eres capaz, a conseguir tus objetivos...

Puntuación entre 18 y 24. Crees que la cooperación es importante; pero, tal vez, sea cierto también que la prácticas poco. Si quieres que colaboren contigo, colabora tú primero.

2º ESO : SESIONES PROPUESTAS PARA EL <u>SEGUNDO TRIMESTRE</u>. <i>(Modificables según necesidades y demandas del alumnado)</i>			
SUBPROGRAMA	ACTIVIDAD	OBJETIVOS	Págs.
RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN EL GRUPO.	Debates para la reflexión y toma de compromisos dirigidos a la resolución de los conflictos del grupo. <i>(A criterio del tutor o demanda del alumnado)</i>	Facilitar al alumno la reflexión y toma de conciencia sobre sus conflictos grupales. Propiciar la toma de compromiso de colaboración.	9-13
ACTIVIDADES ALREDEDOR DE LAS EVALUACIONES	Sesión de tutoría posterior a la evaluación. (Válida para la 1ª y 2ª evaluación).	Facilitar al alumno la reflexión y toma de conciencia sobre su rendimiento. Propiciar la toma de un compromiso de mejora del rendimiento y la disciplina.	42-43
TÉCNICAS DE ESTUDIO.	Un buen método de estudio	Mostrar un método de estudio eficaz.	44-45
	Planificamos nuestro estudio.	Comprometerse con la planificación sistemática.	46-49
MEJORA DE LA CONVIVENCIA.	Cuando..., me siento...	Facilitar la mejora de las relaciones de grupo.	50
	Estudio de casos de disciplina.	Reflexionar sobre algunos conflictos personales.	51-52
DEBATES.	La violencia entre compañeros.	Adquirir experiencias de debate organizado en grupo	53-56
MEJORA DEL TRABAJO EN GRUPO.	Perdidos en la Luna.	Adquirir experiencias de trabajo en grupo.	57-59
MEJORA DEL RAZONAMIENTO.	Buscamos respuestas.	Trabajar sobre la capacidad de consulta de datos.	60

SUBPROGRAMA:	ACTIVIDADES ALREDEDOR DE LAS EVALUACIONES
ACTIVIDAD:	SESION DE TUTORÍA POSTERIOR A LA EVALUACIÓN

*** OBJETIVOS:**

- Contribuir a la toma de conciencia por parte del alumnado sobre los resultados de la evaluación, analizar sus causas y los posibles medios que podrían contribuir a mejorarlos.
- Favorecer la toma de compromisos de mejora en sus estudios por los alumnos.

*** MATERIALES:**

- Resultados de la evaluación y acuerdos de la sesión de evaluación.
- "Ficha para la autoevaluación de tu trabajo".

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Motivación: Empezad reconociendo lo poco o mucho de positivo que tenga la clase y resaltad el interés de mejorar los resultados para la próxima evaluación.

Primer paso: (5 min.) El delegado puede informar de la sesión de evaluación.

Segundo paso: (5 min.) El tutor informa de la sesión de evaluación, valora los resultados (notas globales) y acuerdos de la misma.

Tercer paso: (10-15 min.) Los alumnos rellenan individualmente la ficha de autoevaluación.

Cuarto paso: (20-25 min.) Los alumnos hacen propuestas dirigidas a conseguir una mejora en los resultados de la próxima evaluación en un proceso de "torbellino de ideas" (todos son libres de sugerir propuestas, pero ninguna se discute o critica; una vez recogidas en la pizarra las sugerencias, se inicia el debate), se intentará llegar a un mínimo de propuestas consensuadas sobre el cual establecer el compromiso de mejora del grupo.

Es conveniente que ese compromiso quede registrado por escrito, señalándole fechas de revisión, que pueden utilizarse para la revisión de los compromisos individuales.

FICHA PARA LA AUTOEVALUACION DE TU TRABAJO

ALUMNO/A.: _____

¿ESTÁS SATISFECHO DE TU TRABAJO EN ESTE TRIMESTRE? ¿POR QUÉ?

DE LOS SIGUIENTES CUATRO AMBITOS	¿QUÉ HA SIDO LO QUE HAS HECHO MEJOR?	¿QUÉ ES LO QUE HAS DE REVISAR O MEJORAR?
DE MI MOTIVACIÓN E INTERÉS POR EL ESTUDIO.		
DE MI ATENCIÓN Y ESFUERZO EN LAS CLASES		
DE MI CONDUCTA EN LAS CLASES		
DE MI TRABAJO Y ESTUDIO DIARIO EN CASA.		

PARA REFORZAR LO QUE HAGO BIEN	PARA MEJORAR LO QUE PRECISA DE REVISIÓN
ME COMPROMETO A	

SI NECESITO AYUDA (profesores, familia, compañeros,...) LA PEDIRÉ EL DIA _____._____.

SUBPROGRAMA:	TÉCNICAS DE ESTUDIO
ACTIVIDAD:	UN BUEN MÉTODO DE ESTUDIO

(Fotocopiar esta actividad para los alumnos tal como se presenta aquí)

*** OBJETIVOS:**

- Reflexionar sobre tu estudio diario. Darte a conocer un buen método de estudio.
- Seguir con el esfuerzo en el compromiso por subrayar o resumir.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:

1. Reflexiona sobre la forma y procedimientos que usas habitualmente para estudiar. Contesta las preguntas que se te hacen.

¿Qué sistema de estudio sigues, por dónde comienzas, subrayas o haces resúmenes?

Resume paso a paso lo que hiciste la última vez que estudiaste.

ASI ESTUDIO YO.

2. Lee y subraya:

"UN BUEN METODO DE ESTUDIO"

Para estudiar cualquier tema lo primero que tendrás que hacer es una "Lectura General" del mismo, al objeto de formarte una idea global del tema, resolver las dudas que tengas, relacionarlo con temas ya estudiados (y si lo necesitas, repasar esos temas anteriores).

El segundo paso será un "Estudio Detenido. Lecturas Comprensivas Repetidas", de cada uno de los apartados del tema, para primero comprender y después memorizar.

El mejor sistema es el siguiente: Lee dos veces seguidas el apartado, cierra el libro y recítalo mentalmente, para comprobar si lo sabes; vuelve a abrir el libro y lee de nuevo el apartado fijándote en lo que no has aprendido bien; vuelve a recitar y a comprobar y así sucesivamente hasta que te lo sepas

Tercer paso: Haz el subrayado de lo que acabas de estudiar.

Repite el segundo y tercer paso con cada apartado.

Cuando termines el estudio de todos los apartados, harás el esquema, el resumen, o el cuadro sinóptico de toda la lección.

El penúltimo paso será hacer o repasar los Ejercicios.

El último paso. Repasar el esquema o resumen.

Antes de hacer los ejercicios tienes que estudiar la lección y no consideres terminado tu estudio si no has hecho o revisado los ejercicios.

3. Vamos a comprobar la utilidad de este método de estudio; para ello vas a estudiar este apartado siguiendo el método que te hemos propuesto.

¿CÓMO ENFRENTARSE A LAS PREGUNTAS DE UN EXAMEN?

Estás delante de la hoja del examen, ¿Qué haces, por dónde empiezas? Tal vez estos consejos te serán útiles:

- Paso previo: Prepara con antelación tu material: lápices, bolígrafos, gomas, reglas, folio con márgenes y renglones para debajo del examen y así evitar torcerte al escribir...
- Primero: Lee todas las preguntas del examen, hazte con una visión global del mismo, de su dificultad, del tiempo que te va a llevar, etc.
- Segundo: Haz un plan de trabajo, ¿en qué orden contestaras, cuánto tiempo puedes dedicar a cada pregunta, etc.? Empieza a contestar las preguntas más sencillas, es el camino más fácil para evitar los nervios iniciales.
- Tercero: Haz en una hoja aparte (o mentalmente) un esquema breve y lógico de tu respuesta. Así asegurarás una buena exposición y evitarás olvidarte de datos importantes.
- Cuarto: Intenta evitar las divagaciones, se trata de aportar el máximo de información con el lenguaje más correcto, técnico y preciso posible y en el menor tiempo.
- Quinto: Esfuérate por presentar la hoja del examen limpia y ordenada (deja márgenes, haz la letra clara, evita los tachones). Deja espacios en blanco entre pregunta y pregunta, puede que luego necesites introducir algún dato nuevo.
- Sexto: Revisa, repasa antes de entregarlo, tal vez precisas añadir o corregir algo.
- Séptimo: Comprueba tu ortografía, tu puntuación.

4. ¿Cómo te ha funcionado tu estudio con este método?

Recuerda que estamos intentando adquirir hábitos y éstos sólo se consiguen con la repetición diaria de los mismos.

¿Cómo vas en la mejora de tu estudio?

SUBPROGRAMA:

TÉCNICAS DE ESTUDIO

ACTIVIDAD:

PLANIFICAMOS NUESTRO ESTUDIO

(Fotocopiar esta actividad para los alumnos tal como se presenta aquí)

* **OBJETIVOS:**

- Describir los factores y condiciones del estudio que influyen en tu rendimiento.

- Comprometerte en la mejora de tu sistema de estudio.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:

1. Es el momento de que hagas una reflexión sobre tu sistema de estudio. Piensa en cómo organizaste tu trabajo en casa (sea el de ayer o el de otro día) y rellena el siguiente cuadro tratando de describir cómo fue tu estudio. Puedes ayudarte del cuestionario.

TAREAS QUE HICISTE. ¿Cuáles fueron?	DESCRIPCION DE TU TRABAJO
PREPARACIÓN PREVIA DE LA SESION. ¿Tenías todos los materiales que necesitabas preparados, el sitio y el ambiente de trabajo (ruido, luz, temperatura, mesa de trabajo), eran apropiados, etc.?	
MOTIVACIÓN. ¿Utilizaste algún medio para motivarte y centrarte en el trabajo, sin distracciones ni pérdidas de tiempo; tu estado físico (cansancio), y de ánimo (nervios, preocupaciones) eran los apropiados?	
PLAN DE TRABAJO. ¿Te hiciste un plan de trabajo: por dónde ibas a empezar, qué harías primero, cómo lo harías, te marcaste metas y tiempos, qué materiales ibas a precisar; etc.?	
MÉTODO DE ESTUDIO. ¿Utilizaste alguna técnica de estudio (subrayado, resumen, etc.); consultaste lo que no sabías, relacionaste lo que estabas aprendiendo con contenidos ya sabidos; señalaste tus dudas para preguntarlas al día siguiente en clase?	
REALIZACIÓN DE LOS EJERCICIOS. ¿Antes de hacerlos repasaste el tema; te aseguraste de terminarlos y de dejarlos bien presentados?	
REFLEXIÓN FINAL. ¿Te aseguraste de aprender bien el tema; valoraste tu trabajo; ordenaste tus materiales y pensaste en las actividades de la clase siguiente; etc.?	

2. Partiendo de la descripción que has hecho reflexiona un poco sobre los aspectos que has descrito y que consideras que podrías mejorar para asegurarte un mejor rendimiento, un trabajo más eficaz. Escríbelos a continuación:

3. Rellena el cuadro "Mi horario de ayer, hoy y mañana". Poniendo las horas dedicadas a cada una de tus actividades.

	Ayer	Hoy	Mañana.
Horas dedicadas a las clases			
Horas de estudio en casa			
Horas de tiempo libre. Tu ocio			
Horas para el deporte			
Horas de sueño			
Horas para tareas de la casa			

4. Observa detenidamente tu cuadro y valora tu distribución de horas. Dedicas las suficientes horas al estudio, colaboras con las tareas de la casa, descansas lo suficiente, practicas algún deporte, podrías mejorar la distribución de tu tiempo, cómo, etc.?

5. Aprendamos a planificar y organizar nuestro estudio. Lee, subraya y aprende.

PLANIFICAR PARA RENDIR MÁS.

La planificación nos permite sacar un mayor provecho del trabajo, obtener un mayor rendimiento, ahorrar tiempo y esfuerzo, facilita la concentración y mejora el rendimiento.

Empezaremos por aprender a planificar una sesión de estudio diario personal.

Es necesario realizar la distribución de tareas en función de: a) la dificultad de la tarea, b) la duración y c) el cansancio acumulado que ya tengas.

Por ello es aconsejable distribuir las tareas siguiendo estas pautas:

- Distribuye correctamente tus ejercicios y tu estudio y prepara los materiales que vayas a necesitar para hacer tus tareas.

- Ordena tus tareas: Primera tarea, la más difícil y larga. Segunda tarea, una fácil y corta. (Debes procurar que no te lleve excesivo tiempo y que te suponga un claro cambio de tipo de actividad). Tercera tarea, dificultad media, duración media.

- Ve intercalando tareas difíciles con fáciles, largas con cortas, tareas de estudio con ejercicios.

- Deja para el final las tareas largas y fáciles. Si no lo haces así esa tarea larga te quitará tiempo de dedicación para tareas más importantes.

- Después de la primera hora de estudio haz un breve descanso de 10 minutos, cada media hora posterior otro descanso de 5 minutos.

- Termina con un repaso de los esquemas de las lecciones estudiadas en el día y prepara los materiales para el día siguiente.

- Un buen horario de trabajo en casa será: Realista, adecuado a tus necesidades, sistemático. Debe incluir horario de estudio todos los días de la semana, ningún día menos de 1 ó 2 horas y por norma general no más de tres o cuatro horas diarias (excepción hecha de vísperas de exámenes, entrega de trabajos, etc.)

A veces la actividad a realizar te llevará varios días (un examen, un trabajo, etc.)
¿Cómo organizarnos en ese caso?

- Señala la fecha del examen o de entrega del trabajo. Deja el día anterior al examen para repaso; si es un trabajo a entregar, deja dos días antes de la entrega para imprevistos.

- Distribuye los temas (1 ó 2 temas de estudio diario) o las actividades del trabajo en varios días; procura darte siempre un margen de flexibilidad (alrededor de un 25% más de lo que vayas a necesitar y nunca menos de un día)

- Señala en tu horario las actividades a realizar y los días en que las harás; cuenta con que tendrás que hacer otras tareas también ese día.

3. Vuelve a la segunda cuestión. Escribe los dos o tres aspectos que te vas a comprometer a mejorar en los próximos días; recuerda que has de añadir el de cumplir un horario de estudio diario.

ME COMPROMETO A:

1. Estudiaré todos los días y seguiré el horario de trabajo diario que me haré.
- 2.
- 3.
- 4.

6. Aquí tienes un modelo de plan de trabajo semanal, pon en él tus horas de clase en el instituto, después lo podrás fotocopiar cuantas veces necesites y utilizar todas las semanas.

Haz un plan semanal de trabajo para todas tus actividades.

Cada día antes de ponerte a estudiar en casa plantéate: ¿Qué tareas han puesto para casa hoy, qué tareas no he terminado en clase? ¿Qué tareas tengo que hacer para mañana? ¿Qué actividades a largo plazo he de ir haciendo? ¿Qué lecciones ya dadas conviene que vaya repasando? ¿Puedo avanzar en algún tema, puedo completar alguna actividad o lección?

PLAN DE TRABAJO SEMANAL. Semana del _____ al _____ .

SUBPROGRAMA: **MEJORA DE LA CONVIVENCIA**

ACTIVIDAD: **CUANDO..., ME SIENTO...**

*** OBJETIVO:**

- Facilitar la mejora de las relaciones en el grupo.

*** MATERIALES:**

- Fotocopias del cuestionario individual y anónimo.

"Cuando ..., me siento ..."

1. Cuando maltratan a un compañero, me siento...
2. Cuando se ríen de mí, me siento...
3. Cuando alguien me acusa sin razón, me siento...
4. Si me dirijo a alguien y no me hace caso, esto me...
5. Cuando no me salgo con la mía, me siento...
6. Si necesito algo y alguien me lo presta, me siento...
7. Si un compañero me trata con afecto, me siento...
8. Si alguien me ayuda sin que se lo pida, me siento...
9. Lo que a mí más me hiera en clase es...
10. A los demás les caigo bien cuando...
11. Mejoraría mi conducta para con mis compañeros si...
12. Para mejorar mis relaciones con los compañeros yo podría ser...

*** PROCESO DE REALIZACIÓN.**

Primer paso. Se reparte el cuestionario (o se copia en la pizarra) y se explica su finalidad: En este cuestionario se recogen una serie de comportamientos y sentimientos que se pueden encontrar entre el alumnado de la clase. Han de contestar con sinceridad.

Segundo paso. Se dejan unos minutos para contestarlo y después en grupos hacen una síntesis de las aportaciones de cada miembro. No se trata de discutirlos (todas son válidas) solo hay que reseñarlas (resumirlas).

Tercer paso. En gran grupo se comentan los datos recogidos por los subgrupos. Resaltando los comportamientos positivos y aquellos que dificultan la relación.

Buscad que los alumnos establezcan un compromiso de mejora de sus relaciones.

NOTA: Actividad adaptada del libro: BRUNET GUTIERREZ, J. J. y NEGRO FAILDE, J. L. (1984³) "Tutoría para adolescentes" Madrid. Ediciones San Pío X.

SUBPROGRAMA: **MEJORA DE LA CONVIVENCIA**

ACTIVIDAD: **ESTUDIO DE CASOS (de disciplina)**

*** OBJETIVO:**

• Analizar una situación y sus consecuencias, valorar diferentes comportamientos y enfoques de resolución.

*** PROCESO DE TRABAJO PARA TODOS LOS CASOS:**

a) Elegir y presentar el caso, motivar la participación;

b) comentarlo, preguntando por experiencias similares;

c) buscar soluciones, analizar pros y contras, dificultades y posibles apoyos para cada solución propuesta;

d) valorar el trabajo del grupo (reservar unos minutos para esta tarea, aunque no se llegue a un acuerdo de solución)

Aquí como en otras dinámicas de grupo no importa tanto la solución ofrecida, como la interacción provocada y el refuerzo del dialogo y la solidaridad grupal.

En todos los casos centraremos la atención en la búsqueda de conductas concretas para ayudar a conseguir la integración, y en averiguar si alguna de esas conductas se podrían llevar a la práctica en el aula para mejorar nuestra convivencia.

Preguntas de interés: ¿cómo se siente el sujeto y los otros participantes? ¿cuáles pueden ser las causas de esa conducta? ¿cómo se debería actuar para conseguir en cada caso que el sujeto se sintiera mejor acogido, mejor tratado? ¿podemos tener con nuestros compañeros alguna de las conductas que hemos propuesto?

CASOS SOBRE PROBLEMAS PERSONALES.

INA Y CELI , UNAS VICTIMAS DE SUS COMPAÑEROS.

Ina es una chica que tiene dificultades para ver sin sus gruesas gafas; en la clase la llaman "cuatro ojos". Es una buena compañera y de trato agradable; pero siempre que se presenta la ocasión de jugar a baloncesto nadie la quiere en su equipo; afirman que pierde demasiados balones.

Claro que a veces nos ocurre como a Celi, la alumna mejor de la clase, que aunque no hace alarde de ello y se muestra simpática y buena compañera con todos, muchos la ridiculizan y la llaman "empollona" y "pelota". De hecho hay un grupo de compañeras que no quieren que vaya con ellas porque afirman que es una "pavisosa".

¿Se os ocurre cómo podríamos modificar o ampliar estas situaciones con casos similares? (disfunciones físicas que dificultan el desarrollo ordinario de la actividad diaria)
¿Cuál es nuestra conducta en estas situaciones? ¿Cómo debería ser? ¿Qué podríamos hacer?

EL CASO DE SINTRA.

Hoy estoy de un humor endiablado. Sólo estoy a gusto cuando me quedó sola. Estoy asqueada de todo y de todos.

Desde el mes de diciembre la cosa se puso seria, las notas fueron la causa de todo, suspendí la primera evaluación. Mis padres reaccionaron muy mal y me hicieron mucho daño, ni confiaban en mí, ni entendieron mis razones. Los padres son orgullosos, no quieren que maduremos, quieren controlarlo todo, la hora de llegar, los amigos que tengo, con quién salgo, si fumo o bebo, que sea prudente, que vaya con cuidado; me dicen: "no tengas prisas hija mía, ya tendrás tiempo de disfrutar de la vida; ahora estudia, sácate un título, viste de esta forma, habla así, no hagas eso". ¿Cuándo podré ser yo misma, sin que nadie me controle?

Estoy pensando en irme de casa a vivir sola; pero dónde ir, con quién, de qué viviré. Una amiga me ha ofrecido irme a su casa con ella, pero no estoy segura de que sus padres acepten la idea. De todas formas ya mi conducta no es la que era, antes era más amable y cariñosa, lo reconozco, confiaba más en mis padres; ahora no quiero saber nada de ellos, ni que entren en mi habitación, ni que pregunten nada, ni contarles nada.

Cada vez son más frecuentes en casa los enfados y gritos entre nosotros, ya nunca hablamos, ni nos contamos nuestras preocupaciones. Se ha creado una barrera infranqueable entre nosotros. Pero no es mi culpa, son mis padres los que no quieren darse cuenta de que yo necesito madurar, crecer, tener experiencias, conocer gente, salir,... y que no puedo ser la nena cariñosa que estaba siempre dispuesta a juegos y carantoñas.

¿Cómo describirías la situación que vive Sintra?, ¿Es frecuente?

¿Cuáles son las causas y los factores que hacen que se agrave o atenúe?

¿Te parecen las conductas de Sintra propias de una persona madura, cómo crees que se podría actuar en esta situación?

¿Es cierto que los padres lo quieren controlar todo, por qué?

EL CASO DE PANIANO. (Un caso de problemas familiares)

Paniano lleva insoportable varios días, se pelea con todo el mundo, no trabaja, viene a clase sucio, desaliñado, con sueño. Su compañero Alepo ha tratado de averiguar qué pasa; poco después, Paniano le explica que sus padres quieren separarse y él no quiere que lo hagan.

Su padre es violento y les grita y castiga mucho, es rígido y autoritario. Se preocupa mucho por ellos y les ayuda en sus estudios. La madre es comprensiva y esconde las travesuras de los hijos ante el padre. Lo que provoca que sean frecuentes las peleas entre ellos por culpa de alguna cosa que hemos hecho mis hermanos o yo?

¿Cómo le ayudaríamos? ¿Cómo pueden los hijos influir en las relaciones entre los padres para lo bueno y lo malo? ¿Cómo podemos conseguir con nuestros actos que sean más felices y se lleven mejor?

SUBPROGRAMA:

DEBATES

ACTIVIDAD:

LA VIOLENCIA ENTRE COMPAÑEROS

*** OBJETIVOS:**

- Permitir a los alumnos reflexionar sobre el tema propuesto.
- Facilitar los hábitos propios de un debate, y la apertura y flexibilidad de ideas.
- Trabajar el procedimiento de reflexión dialéctica: Análisis - síntesis. A través de la estrategia "trabajo en cascada".

*** MATERIALES:**

- Cuestionarios y documentos para el debate. La hoja de propuestas de los alumnos.

*** PROCESO DE REALIZACION:** (Puede suponer dos o más sesiones)

Primera sesión. Con la que pretendemos centrar y motivar el trabajo y dar tiempo a los alumnos a que cumplimenten los cuestionarios.

Primer paso. Informarles del tema del debate y pedirles que contesten estas preguntas.

1.¿Qué significan estas citas? ¿Cuál es su mensaje? ¿Qué razones pueden justificarlas?

a. Es una necesidad vital de nuestra civilización descubrir un sistema que evite la violencia. **Bertrand Russell.**

b. Los dos descubrimientos más importantes del siglo son la no-violencia y la bomba atómica. **Lanza del Vasto.**

c. Hemos aprendido a volar como las aves y a nadar como los peces, pero no hemos aprendido algo tan sencillo como es vivir juntos sin violencia. **Martin Luther King.**

d. La persona sabia sigue el sendero de la verdad, actúa sin violencia y acaba por vencer todos los obstáculos y consigue vivir feliz. **Lao Tse.**

Segundo paso.

a. Sintetizar los comentarios de las intervenciones sobre las citas en la idea de que es necesario controlar la violencia y utilizar siempre que sea posible vías de solución de los conflictos que no supongan el uso de actos violentos.

Explicarle a los alumnos que lo deseable sería centrar el debate sobre la realidad de nuestra aula y que para ello, se les entregan estos dos cuestionarios que rellenarán anónimamente ahora en clase, y que el profesor recogerá para así poder traer en una próxima sesión un resumen de conclusiones sobre los cuestionarios.

b. Una vez recogidos los cuestionarios, si queda tiempo, iniciar un debate abierto sobre las razones de la violencia, sus efectos y, en su caso, su justificación.

Segunda sesión. Actividad previa del profesor al debate con los alumnos.

Se deberá elaborar una síntesis, resumen de porcentajes o frecuencias más significativos que se dan en las respuestas de los alumnos. Cuidando de que en ningún caso se pueda identificar o personalizar los datos sobre un alumno concreto. Dicho resumen se fotocopiará para repartirlo entre los alumnos, pues sobre él deberán realizar la lista de propuestas de mejora.

Tercer paso. Uso de la estrategia del trabajo en cascada en clase.

c. Agrupar por parejas a los alumnos, repartirles una fotocopia del resumen de conclusiones de los cuestionarios y darles 15 minutos para que cada pareja trabaje la elaboración de propuestas de mejora a la situación que se ha detectado en los cuestionarios.

d. Pasados los 15 minutos pedir a cada pareja que pase lo elaborado a la pareja siguiente (la última lo pasará a la primera) y darles otros 10 minutos para que completen las propuestas de la anterior pareja.

e. Terminados los 10 minutos hacer rotar de nuevo las propuestas entre las diferentes parejas y darles cinco minutos para completar las propuestas que les han llegado. Si se observa interés en los alumnos y hay tiempo se puede realizar una nueva vuelta, de lo contrario se puede pasar al cuarto paso.

Cuarto paso. Pedir a los alumnos que vayan leyendo sus propuestas, que se escribirán en la pizarra. Una vez recogidas todas las propuestas se podrá iniciar otro debate para tomar acuerdos, seleccionar entre todas las propuestas las más interesantes, y solicitar de los alumnos un compromiso de colaboración con los acuerdos que se hayan tomado.

Quinto paso. Reservar los diez minutos finales para la elaboración de la síntesis y para valorar la marcha del debate, cómo ha funcionado y cómo podremos hacer que en una próxima sesión nos salga mejor.

Otra propuesta para continuar con el debate: 1. Tipos de violencia: la violencia física y la encubierta. Cómo reaccionar ante ella. 2. El diálogo y la negociación como medio de resolver conflictos, cómo hacerlo.

Propuesta de investigación: 1. Buscar en libros otros contenidos sobre el tema, resumirlos y aportarlos a la clase. 2. Utilizar en clase alguna estrategia de resolución de conflictos y comprobar su eficacia.

LA CONDUCTA EN CLASE EN EL DÍA DE HOY.

CONDUCTAS QUE SE HAN PRODUCIDO EN CLASE	¿LA HAS SUFRIDO?	¿LA HAS PROVOCADO?
1. Han utilizado un mote para llamar a un compañero.		
2. Han dicho algo desagradable o han insultado a alguien.		
3. Han pedido alguna cosa usando el por favor.		
4. Han sido amables contigo.		
5. Le han pegado o agredido físicamente a alguien.		
6. Se han burlado de alguien o de algo suyo.		
7. Han pedido disculpas por un daño hecho y no deseado.		
8. Han ridiculizado las opiniones o forma de ser de otro.		
9. Le han quitado a alguien algo o le han obligado a dar dinero.		
10. Antes de enfadarse se han explicado y pedido perdón.		
11. Han hecho un chiste a costa de otro para herirle.		
12. Han delatado al profesor algo que ha ocurrido en clase.		
13. Le han engañado o mentido.		
14. Le han prestado algo que necesitaba.		
15. Se ha sentido aceptado, apreciado, por los compañeros.		
16. Han contado una mentira o bulo sobre él.		
17. Han intentado que se peleen dos compañeros.		
18. Ante una agresión no se han peleado con el compañero.		
19. Le han ayudado en sus tareas de clase.		
20. Un compañero se ha visto apoyado o ayudado por otro.		
21. Han llegado tarde a alguna clase.		
22. Le han castigado pero no ha cumplido el castigo.		
23. No ha ordenado su sitio y materiales al terminar la clase.		
24. No ha hecho ni la mitad de las tareas de clase.		
25. Añade alguna si lo consideras de interés		

¿CUÁNDO CONSIDERAS QUE UN ALUMNO ES AGRESIVO?

Para un mejor análisis de esta cuestión vamos a establecer cuatro tipos de actitudes y conductas: El alumno pasivo, el alumno indisciplinado, el alumno agresivo y el respetuoso.

¿Qué conductas son más propias de un alumno?	Pasivo	Indisciplin.	Agresivo	Respetuoso
Una compañera cuando pasa al lado de otra le tira del pelo.				
Al ir a la papelera le han dado una patada a los libros de P.				
Un alumno trae a clase todos los días las tareas de casa hechas.				
Un alumno se "chiva" al profesor de otro.				
X. si no entiende algo le pide al profesor que lo explique				
Alguien amenaza a otro para conseguir algo.				
X. no se distrae durante las explicaciones en clase.				
Varios compañeros se burlan de otro que es muy alto y delgado.				
A X. todos los días le llaman varias veces la atención por hablar				
Un alumno suele llenar de pintadas su mesa y su silla.				
X. siempre anda inventándose historias faltas sobre los demás.				
A X. le suelen imitar en sus andares para ridiculizarle.				
Tres amigas esperan a la salida a X. para pegarle.				
X. está contando a sus amigas cosas de Y., para vengarse de él.				
X. le ha dicho a Y. que su dibujo parece un cerdo cojo.				
Los libros y cuadernos de X. están siempre desordenados.				
Un alumno contesta "agriamente" al compañero, o al profesor.				
He pedido un favor y me lo han negado groseramente.				
X. no suele terminar las tareas de clase.				
X. lleva acumuladas muchas faltas de asistencia sin justificar.				
En 5 minutos X. se ha levantado de su sitio sin razón 4 veces.				
X. nunca trae el material para la clase.				
Dos alumnos juegan al "ahorcado" en vez de hacer la tarea.				
Es la 3ª vez que a X. se le cae la mesa al suelo al jugar con ella.				
X. lleva su cuaderno al día, ordenado y con las tareas hechas.				
X. está siempre de risas y bromas con su compañero.				
A X. nunca le falta el material que va a necesitar en clase.				
Añade alguna más. _____				

SUBPROGRAMA:

MEJORA DEL TRABAJO EN GRUPO

ACTIVIDAD:

PERDIDOS EN LA LUNA

***OBJETIVOS:**

- Tomar conciencia de las ventajas que aporta la colaboración y la participación de todos a la resolución de los problemas.
- Desarrollar algunas estrategias para llegar a acuerdos de grupo

*** MATERIALES:**

- "Perdidos en la Luna. Hoja de Respuestas".

***DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

La actividad consiste en comparar los resultados de la resolución de una situación conflictiva de manera individual y su resolución de manera cooperativa. (Pueden necesitarse 2 sesiones).

1ª Parte: Cada alumno realiza de manera individual el ejercicio después de recibir las instrucciones siguientes respondiendo en la columna orden personal.

Los miembros del grupo se convierten en la tripulación de una nave espacial que va a reunirse con la nave nodriza en la cara iluminada de la luna. Debido a problemas mecánicos tienen que alunizar en un lugar que queda a unos 300 km del lugar de encuentro. Durante el alunizaje gran parte del equipo de la nave quedó dañado y, puesto que la supervivencia de la tripulación depende de que puedan llegar a la nave nodriza, los artículos más críticos deben ser escogidos para llevárselos. La tarea consiste en ordenar todos estos artículos de acuerdo con su importancia y utilidad para ayudarles a llegar al punto de encuentro con la nave nodriza. Hay que poner un 1 para el artículo más importante, un 2 para el que sigue en importancia, etc . Así hasta llegar a ordenar todos los artículos.

2º Parte: Ahora se trata de resolver el ejercicio en grupo (4-6 miembros) por consenso. Esto significa que la ordenación debe realizarse de común acuerdo.

3º Parte: El tutor proporciona las soluciones al ejercicio comunicando cuál es la ordenación más correcta (a juicio de la NASA). Después de anotar estos datos en la hoja de respuestas los alumnos comprueban la eficacia del trabajo realizado calculando la desviación de cada respuesta y sumando el total en las columnas desviación personal y desviación de grupo. Con estas puntuaciones ya se puede comparar la ejecución individual con la eficacia del trabajo en grupo

4º Parte: Reflexión grupal:

- ¿Ha dado mejor resultado de la decisión grupal o la individual?
- ¿Ha sido difícil llegar a un consenso dentro de los grupos?
- ¿Cómo se ha tomado la decisión grupal?
- ¿Alguien imponía su criterio personal?
- ¿Había conformismo y para evitar conflictos se evitaba la discusión?
- ¿Ha habido decisiones por mayoría o por consenso?
- ¿Ha habido negociación y pacto? ¿Cómo se ha hecho?
- ¿Ha habido alguna idea discrepante de la mayoría que después haya resultado realmente más acertada?
- ¿Qué conclusiones podemos sacar de esta actividad para nuestro funcionamiento como grupo?

CLAVES DE SOLUCIÓN

- 13 Caja de cerillas. (no se pueden utilizar porque no hay oxígeno)
- 4 Comestible concentrado
- 6 20 m de cuerda (útil en caso de vendaje y para trepar)
- 8 Tela de paracaídas (proteje contra el sol y puede abrigar)
- 9 Hornillo portátil para calentar alimentos (útil sólo en la cara oscura de la luna)
- 10 Una caja de leche en polvo
- 1 Dos tanques de oxígeno de 50 k cada uno (es lo más vital)
- 3 Un mapa estelar (el medio más importante que van a tener para orientarse)
- 12 Una brújula magnética (no sirve en la luna puesto que no hay polos magnéticos)
- 2 25 lts de agua. (Muy importante)
- 11 Luces de bengala (llamada de socorro, si hay contacto visual)
- 7 Botiquín de primeros auxilios (valioso en caso de accidente)
- 5 Radio transmisor de FM (necesitarán comunicarse con la nave nodriza)

PERDIDOS EN LA LUNA. HOJA DE RESPUESTAS.					
Artículo	Orden personal	Orden grupo	Orden NASA	Desviación personal	Desviación de grupo
Caja de cerillas					
Comestible concentrado					
20 metros de cuerda de nylon					
Tela de paracaídas					
Hornillo portátil para calentar alimentos					
Una caja de leche en polvo					
Dos tanques de oxígeno de 50 k cada uno					
Un mapa estelar (de la superficie de la luna)					
Una brújula magnética					
25 litros de agua					
Luces de bengala					
Botiquín de primeros auxilios					
Radio transmisor de FM (de energía solar)					
TOTAL					

SUBPROGRAMA: **MEJORA DEL RAZONAMIENTO**

ACTIVIDAD: **BUSCAMOS RESPUESTAS**

*** OBJETIVOS:**

- Facilitar la capacidad de búsqueda y consulta de datos.

*** MATERIALES DE TRABAJO:**

- Un libro de texto por alumno del área que sea.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Motivar a los alumnos a participar y explicarles en qué consiste el juego.

Cada alumno deberá elaborar en un folio tres preguntas breves (que se contesten con una frase de un máximo de seis palabras) extraídas del libro (deben incluir varios temas). Puede resultar interesante como técnica de refuerzo de los temas de una evaluación.

Segundo paso. El profesor recoge los folios de las preguntas y las reparte al azar, asegurándose de que a nadie le toquen las preguntas que ha elaborado. En los folios ha de constar el nombre del que hace las preguntas y el del que las contesta.

Tercer paso. Cada alumno deberá encontrar las respuestas a las tres preguntas en el menor tiempo posible, pero podrá utilizar el mismo libro que usó el compañero que las hizo.

Cuarto paso. Preguntarles cuáles pueden ser las estrategias útiles para una búsqueda rápida (consultar los títulos de los temas, los epígrafes de las preguntas, buscar el tema general de cada pregunta, hacer una lectura rápida, buscar la palabra clave...).

Quinto paso. Repetir la actividad, pero pidiéndoles que usen alguna de las estrategias comentadas, tendrán que elaborar tres preguntas, en las que para dar las respuestas haya que unir con flechas unos datos con otros (unir autores con obras, países con ciudades, productos químicos con su fórmula...) Cada pregunta tendrá cinco o seis posibles pares de relaciones.

Ejemplo. ¿Qué capital le corresponde a cada país?

París	Italia.
Londres	Alemania
Oslo	Inglaterra
Moscú	Noruega
Roma	Rusia
Berlín	Francia

2º ESO : SESIONES PROPUESTAS PARA EL TERCER TRIMESTRE. <i>(Modificables según necesidades y demandas del alumnado)</i>			
SUBPROGRAMA	ACTIVIDAD	OBJETIVOS	Págs.
RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN EL GRUPO.	Debates para la reflexión y toma de compromisos dirigidos a la resolución de los conflictos del grupo. <i>(A criterio del tutor o demanda del alumnado)</i>	Facilitar al alumno la reflexión y toma de conciencia sobre sus conflictos grupales. Propiciar la toma de compromiso de colaboración.	9-13
TÉCNICAS DE ESTUDIO.	Proceso activo de aprendizaje.	Comprometerse con un estudio activo.	62-64
	¿Cómo preparar exámenes?	Comprometerse en su preparación sistemática.	65-66
	Comparación estudiante - atleta.	Comprometerse en la mejora del sistema de estudio.	67-68
DEBATES.	¿Qué piensas de las personas mayores?	Adquirir experiencias de debate organizado en grupo	69-71
MEJORA DEL RAZONAMIENTO.	Refranes, dichos y frases hechas.	Desarrollo de la expresión de razonamientos.	72
	Tras las pistas.	Ejercitar el razonamiento lógico.	73-77
DESPEDIDA.	Lo mejor que pasó y mensajes amistosos.	Desarrollar sentimientos positivos ante la despedida.	78
VALORACIÓN DE LA TUTORÍA.	Debate de valoración sobre las actividades realizadas.	Valorar la utilidad de la tutoría y motivar a participar en ella para años posteriores.	79-80

SUBPROGRAMA:

TÉCNICAS DE ESTUDIO

ACTIVIDAD:

PROCESO ACTIVO DE APRENDIZAJE

(Fotocopiar esta actividad para los alumnos tal como se presenta aquí)

*** OBJETIVOS:**

- Hacerte tomar conciencia de la importancia de la organización.
- Conseguir tu compromiso para hacer un estudio activo.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:

1. En los estudios que estás haciendo esperamos de ti una mayor responsabilidad y capacidad para organizar tu estudio personal. El éxito en el instituto, e incluso después, en tu trabajo, dependerá en gran parte de tu capacidad para adquirir nuevos aprendizajes.

Muchas dificultades en el estudio son provocadas por un enfoque pasivo, es decir sin un propósito claro, sin interés, sin concentración, sin organización o planificación, etc.

Por el contrario ¿Cómo crees tú que debería ser un estudio activo? _____

2. Si deseas obtener un aprendizaje duradero, es preciso que hagas un estudio activo; para ello te aconsejamos que utilices el siguiente proceso:

PROCESO PARA REALIZAR UN ESTUDIO ACTIVO Y EFICAZ.

- Cuando tengas que empezar tu estudio, comienza preparando tus materiales.
- Si estás muy cansado, es mejor que descanses un poco (dos o tres minutos) o hagas un ejercicio de relajación e inmediatamente a trabajar.
- No te pongas a estudiar nada más salir del instituto, descansa unos minutos; pero nunca retrases demasiado el empezar a estudiar, debes impedir la sensación de agobio que te produciría el pensar que no vas a tener suficiente tiempo.
- Antes de empezar el estudio distribuye las tareas y organízate. (¿Qué harás primero y después, que necesitarás para hacerlo, necesitas alguna ayuda?)
- Cuando te enfrentes a una tarea plantéate primero ¿cuál es la finalidad de la tarea, para qué la tienes que hacer, cómo la harás?
- Ponte a trabajar con el máximo de interés y concentración, no tengas pereza para utilizar lápiz y papel. Todo lo que escribas (resumas o contestes) se te quedará mejor grabado en tu memoria.
- Utiliza técnicas de estudio que te faciliten el aprendizaje: subrayado, resumen, esquema o cualquier otra.
- Revisa los ejercicios que ya tienes hechos y relaciónalos con lo estudiado, ¿de qué forma te pueden ayudar para afianzar los aprendizajes que tienes que adquirir?

- Antes de ponerte a hacer ejercicios nuevos echa un vistazo al tema al que se refieren, ¿en qué parte del tema puedes encontrar alguna ayuda u orientación para responderlos?
- Repasa al final de tu sesión de estudio los esquemas que has hecho.
- Valora lo que has hecho: ¿has logrado los objetivos que te planteaste?, ¿qué dificultades se te han planteado?, ¿puedes pedir ayuda mañana a algún profesor o compañero para resolver esas dificultades?
- Prepara los materiales para las clases de mañana.

3. Cuando hayas leído el texto anterior varias veces, trata de decírtelo a ti mismo o a un compañero (sin mirar el texto, claro está) y después comprueba de cuántos consejos te acuerdas. Vuelve a leer el texto y vuelve a repetirlo ¿te acuerdas de más cosas? _____

4. Cuando te pongas a estudiar en casa hoy, sigue las instrucciones que te hemos dado y valora por ti mismo la utilidad de las mismas. ¿Se te facilita así el rendimiento?

5. Aquí tienes un texto de Miguel Salas Parrilla. Léelo, subráyalo y estúdialo.

¿PARA QUÉ PLANIFICAR EL ESTUDIO?

La mayoría de estudiantes realizan sus tareas sin someterse a un plan de trabajo, se les hace "muy cuesta arriba" planificar su propio estudio, les parece que es una pérdida de tiempo, y aunque sepan a "ciencia cierta" que de hacerlo mejorarían substancialmente su rendimiento, siguen fiándose más de que van a poder hacer todo sobre la marcha sin necesidad de pensar antes en el qué, cómo, para qué... de su trabajo.

Aunque al principio te parezca que no es necesario ningún plan, que basta con ponerte a estudiar y "ya irá saliendo"; te aseguro que el planificar el estudio supone grandes ventajas:

- Ahorrarás tiempo y energías, pues dosificarás esfuerzos y evitarás pérdidas de tiempo o actividades inútiles.
- Te crearás un hábito de estudio, te será más fácil ponerte a trabajar, concentrarte en el estudio. Serás un "profesional entrenado" no un "aficionado apurado por un examen".
- Controlarás mejor tus esfuerzos y rendimientos, lo que te permitirá racionalizar tu tiempo; conseguir más por menos, o sea, mejores resultados con menos esfuerzo.
- Podrás buscar las ayudas, refuerzos, materiales, etc. que puedas necesitar para realizar tu trabajo.
- Te sentirás más satisfecho de ti y de tu rendimiento.
- Podrás prever repasos y buscar ayudas y refuerzos.

6. En una fábrica que se encontraba en crisis y en la que los obreros llevaban varias semanas en huelga sin negociar, la dirección de la empresa les planteó el siguiente dilema:

“La empresa se comprometía a volver a sacarla a flote en menos de seis meses, sólo si los obreros aceptaban un único compromiso.

Los trabajadores preguntaron en qué consistía dicho compromiso y se les dijo que se trataba del “**TRABAJO CON CERO DEFECTOS**”. Ni que decir tiene que aceptaron el compromiso y que la empresa comenzó a superar el bache unos tres meses después”

¿Qué será eso de “trabajo con cero defectos”? _____

¿De qué forma lo puedes relacionar con tu estudio? _____

¿Si intentarás estudiar procurando tener “cero errores” crees que tus estudios podrían mejorar sus resultados de una manera inmediata y eficaz? _____

7. Ha llegado el momento de realizar una valoración de las mejoras conseguidas hasta aquí en tu estudio desde el inicio de curso.

Vuelve a plantearte ¿Cómo estudiaba, cómo estudio, cómo debo estudiar?

Plantéate a partir de tus reflexiones nuevas mejoras para los próximos días.

ME COMPROMETO A:

1. Ser más organizado en mis estudios.

2. Planificar el trabajo antes de empezarlo.

3. Intentar hacerlo con el máximo interés para conseguir “cero defectos”

4. _____

_____ (otro aspecto que tú consideres)

Una mejora en tus estudios solo la conseguirás si lo intentas de forma planificada y de manera reiterada.

SUBPROGRAMA:

TÉCNICAS DE ESTUDIO

ACTIVIDAD:

¿CÓMO PREPARAR LOS EXÁMENES?

(Fotocopiar esta actividad para los alumnos tal como se presenta aquí)

*** OBJETIVOS:**

- Darte unos consejos para obtener mejores notas con menos esfuerzo.
- Establecer un compromiso para la preparación de los exámenes.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:

1. Lee, subraya, haz un esquema y estudia estos apartados:

¿CÓMO VOY A PREPARAR MI PRÓXIMO EXAMEN?

Cuatro consejos previos:

- Debes conocer el tipo de examen que vas a hacer (prueba objetiva, ejercicio práctico, problemas, etc.) y los criterios y gustos del profesor.
- Confía en ti mismo, en tus conocimientos y capacidades.
- Ve al examen descansado y lo más relajado posible, no estudies excesivas horas el día anterior, duerme y come bien.
- No intentes repasar en los minutos previos al examen, en todo caso, si fuese necesario, consulta los esquemas (para las ideas) o los subrayados (para datos concretos y fórmulas).

¿Cómo estudiar un examen?

- Lo importante es no intentar memorizar todo de una vez (el día anterior al examen); la mejor forma de estudiar un examen es hacerlo en varios días. Cada día se estudian unos temas y se repasan los esquemas de los temas anteriores y el día anterior al examen se reserva únicamente para repasar.
- El primer día de preparación del examen (varios días antes de la víspera del examen) distribuiremos los temas, días y horas de estudio, procurando dejarnos el día antes del examen sólo para el repaso de todos los temas, y el primer día de estudio de cada tema para resolver dudas, buscar ayudas, completar ejercicios, etc. siempre con anterioridad al día del examen.
- Todos los temas han de estar subrayados y han de tener su esquema o resumen; así podremos hacer los repasos de forma rápida y eficaz.
- Revisa los ejercicios hechos en clase, no te contentes con estudiar sólo el libro o los apuntes; también tienes que contar con tu libreta, con las actividades de clase.

• Busca alguna idea, concepto, dato no explicado en clase para ponerlo en tu examen. Consulta la enciclopedia u otro libro si puedes. Eso te ayudará a subir la nota. (El dato no tiene que ser rebuscado o complejo de entender, solamente algo no comentado en clase)

Llegó el examen, ¿cómo hacerlo?

• Comienza leyendo detenidamente todas las preguntas para conocer lo que se te pide (si es una prueba objetiva, al mismo tiempo que lees ve contestando, pero sin detenerte en las preguntas que tengas dudas, ya las responderás al final).

• Distribuye tu tiempo entre las preguntas a contestar.

• Empieza por las preguntas que mejor te sepas.

• Es bueno hacerse un esquema previo de la respuesta.

• Sé claro, preciso y metódico en tu exposición. No divagues o te extiendas en exceso, si sobra tiempo puedes volver sobre alguna pregunta para extenderte más.

• Presenta un examen limpio, con márgenes, con letra clara, sin tachones, bien distribuido y espaciado, etc.

• Deja mucho espacio entre pregunta y pregunta, así podrás volver a ampliarlas si lo necesitas.

• Antes de entregar el examen, revísalo. Procura no dejar tachones. Comprueba que todas tus hojas llevan tu nombre.

• Si se trata de una prueba objetiva, pregunta si los errores descuentan puntos. Presta atención al redactado de la pregunta, a veces puede llevarte a error.

• Si se trata de pruebas orales, recuerda que tu presencia y gestos cuentan; habla despacio, procura no utilizar frases hechas, expón tus ideas de forma ordenada y lógica (hazte un esquema previo, que tenga una introducción, un desarrollo y una conclusión), realiza una síntesis final de lo que has expuesto, muéstrate seguro y distendido.

2. ¿La última vez que preparaste un examen utilizaste alguna de estas sugerencias? Marca con una cruz en el lateral del folio aquellas que usaste en la preparación o realización de tu examen. Subraya de rojo todas las que no seguiste.

¿Serás capaz de utilizarlas la próxima vez? Comprométete en ello. Escribe tu compromiso para tus próximos exámenes aquí.

Establece nuevos compromisos para mejorar tu estudio.
¿Cómo van tus compromisos de trabajo diario?

SUBPROGRAMA:

TÉCNICAS DE ESTUDIO

ACTIVIDAD: COMPARACIÓN ESTUDIANTE / ATLETA

(Fotocopiar esta actividad para los alumnos tal como se presenta aquí)

*** OBJETIVOS:**

- Convencerte de la necesidad de entrenarte en el estudio.
- Establecer un compromiso de mejora de nuestro sistema de estudio.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:

1. Lee, subraya y responde al texto:

Un estudiante es como un deportista: el deportista pasa muchos días de esfuerzo y entrenamiento duro y continuado, para al final jugárselo todo en un solo partido o carrera; el estudiante tiene muchos días de estudio duro y continuado para al final jugarse el aprobado en unas pocas notas. Por eso las técnicas del deportista nos pueden servir a los estudiantes.

Un deportista se entrena para conseguir una meta, tiene un motivo que le hace esforzarse sin descanso. Tú, como estudiante, debes tener un motivo por el que estudiar.

¿Cuál es el motivo y la meta de tu estudio? _____

Muchos deportistas se ponen metas muy elevadas para sus posibilidades y caen en el sobreentrenamiento o dejan de intentarlo al no conseguirlo; del mismo modo hay estudiantes que al ver que no lo consiguen se desaniman y abandonan. Es, pues, necesario buscar objetivos fáciles que se puedan alcanzar en un periodo de tiempo próximo.

Señala dos objetivos de tu meta de estudio que cumplan esa condición; después, cuando consigas éstos, te pondrás otros y así poco a poco te irás aproximando a tus metas.

1. _____

2. _____

Para evitar ese desánimo el atleta procura subdividir su objetivo final en objetivos más inmediatos. Tú puedes hacer lo mismo, tu meta puede estar lejana y te será necesario plantearte objetivos más próximos: mejorar la presentación de tu cuaderno, aprovechar tu tiempo de estudio, hacer esquemas de tus temas de estudio, etc.

A cada uno de los objetivos anteriores, señálale una submeta para esta semana.

1. _____

2. _____

La gran mayoría de los deportistas disfrutan con su entrenamiento. Tú debes intentar encontrar alicientes a tu estudio: la satisfacción personal de ir alcanzando pequeñas marcas, de ir ampliando tu preparación, de demostrarte a ti mismo que vales, darte una pequeña satisfacción o recompensa cuando termines de estudiar, etc. pueden servirte.

Busca un aliciente para tus dos submetas de la semana. ¿Cuál será? _____

El atleta siente una gran alegría cuando mejora sus marcas, se siente orgulloso de sí mismo, analiza sus progresos y dificultades, y se responsabiliza de cumplir con su

entrenamiento. Asimismo, tú debes ser tu propio juez y director en tu proceso de aprendizaje, debes ponerte metas que te permitan ir superando tus marcas, ir mejorando tu rendimiento.

Haz tú lo mismo con las metas que te has propuesto, autovalórate y revísalas cada día de la semana.

	LOGROS CONSEGUIDOS.	DIFICULTADES ENCONTRADAS
LUNES		
MARTES		
MIERCOLES		
JUEVES		
VIERNES		
SÁBADO		
DOMINGO		

El atleta sabe que no puede realizar un esfuerzo máximo el día de la prueba si no se ha preocupado de esforzarse un poco cada día, si no se ha entrenado de forma sistemática todos los días; en cada entrenamiento se propondrá superar su marca anterior, revisará su técnica procurando mejorar no sólo la fuerza o la agilidad, sino también la destreza y la precisión.

¿Cómo trasladarías estas premisas al caso del estudiante? _____

El atleta sabe que ha de entrenarse todos los días y no solo el día de la competición. El estudiante sabe _____

Un atleta se entrena sistemáticamente y con método. Un estudiante debe estudiar _____.

El atleta intenta mejorar su fuerza, pero también su técnica. El estudiante ha de mejorar su rendimiento, pero también sus _____ de estudio.

Las reflexiones que has hecho con estos ejercicios esperamos que te sirvan para convencerte de la necesidad de cumplir el compromiso que te propongas.

2. Escribe un compromiso de mejora de tus sistema de estudio que puedas extraer de lo trabajado con estos apuntes.

Mejorar en el estudio, sólo se consigue con un entrenamiento, estudio, diario.

SUBPROGRAMA:	DEBATES
ACTIVIDAD:	¿QUÉ PIENSAS DE LAS PERSONAS MAYORES?

*** OBJETIVOS:**

- Permitir a los alumnos reflexionar sobre el tema propuesto.
- Facilitar los hábitos propios de un debate, y la apertura y flexibilidad de ideas.
- Usando en una primera fase el panel regresivo y en una segunda sesión el panel progresivo trabajar la reflexión dialéctica: tesis - antítesis - síntesis,.

*** MATERIALES:**

- Cuestionarios para el alumno y para los padres. Lápices y papeles.

*** PROCESO DE REALIZACION:** (Puede suponer dos o más sesiones)

Primer paso. Entregar a los alumnos fotocopias los dos cuestionarios (para el alumno y para los padres) y explicarles su uso y objeto.

Segundo paso: Dejar unos minutos para que contesten el cuestionario del alumno. Recoger en la pizarra los resultado. (Una transferencia del cuestionario facilita este registro).

Tercer paso: Dividir la clase en dos grupos, que en diez minutos (ser rígidos en los tiempos) extraerán conclusiones a partir de los datos recogidos entre todos los alumnos.

Pasados los diez minutos volver a dividir la clase, ahora en cuatro grupos, para trabajar con el mismo objetivo. Después de otros diez minutos repartir la clase en grupos, en esta ocasión ocho grupos para trabajar con el mismo objetivo. (Usamos el panel regresivo)

Cuarto paso: Pedir a los alumnos que individualmente redacten su síntesis personal sobre el tema "¿Qué piensa el grupo de las personas mayores y que piensas tú?". Recoger esas síntesis individuales y pedirles que en casa pasen el segundo cuestionario a sus padres.

Quinto paso: (En una segunda sesión) Recoger de los alumnos sus cuestionarios y realizar su tabulación de resultados mientras los alumnos proceden con los siguientes pasos.

Sexto paso: Devolverles sus síntesis personales y organizarlos en grupos de cuatro. Cada alumno deberá leer y razonar a su compañero su síntesis. Diez minutos de tiempo.

Séptimo paso: Organizarlos en grupos de ocho alumnos para que intenten llegar a una síntesis, darles diez minutos para esta tarea. (Pasos 6, 7 y 8 uso del panel progresivo)

Octavo paso: En un debate general trabajar sobre un documento síntesis de la clase, que se escribirá en una mitad de la pizarra.

Noveno paso: Después de escribir en la otra mitad de la pizarra los datos recogidos por el profesor del cuestionario de los padres que los alumnos han traído, iniciar un debate en el que se contrasten las dos posturas (la de los alumnos y la de sus padres)

Décimo paso. Reservar unos minutos finales para valorar el funcionamiento del trabajo, cómo ha funcionado y cómo podremos hacer que la próxima sesión nos salga mejor.

PRIMER CUESTIONARIO: "¿QUÉ PIENSAS DE LAS PERSONAS MAYORES?"

A veces habrás comprobado que tus opiniones y las de tus compañeros coinciden bastante. Los jóvenes tenéis opiniones similares sobre vuestros mayores, padres y abuelos.

En el debate de hoy intentaremos precisar cuáles de estas opiniones compartimos y en qué diferimos. Señala con un círculo tu respuesta en este cuestionario.

- a) Tus padres han decidido pedirte que este sábado salgas con ellos y no con tus amigos; quieren celebrar algo o desean hablar contigo de algún asunto.
1. Te parece bien y te muestras contento.
 2. Aceptas, porque no hay más remedio.
 3. Te enfadas y decides no ir.
 4. Buscas una excusa para no ir.
- b) Si vas sentado en el autobús y una persona mayor cargada de paquetes sube a él.
1. Simulas que no lo has visto.
 2. Le dejas poner los paquetes a tu lado.
 3. Le cedés el sitio sólo si te lo pide.
 4. Le cedés el sitio inmediatamente.
- c) Tus padres tienen que dejarte al cuidado de un niño (hermano, primo) pequeño.
1. Lo cuidas con todo el cariño.
 2. Rehuyes encargarte de él.
 3. Pides una compensación a cambio.
 4. Lo haces pero de mala gana.
- d) Los vecinos de tu edificio protestan porque dicen que tu grupo de amigos ensucia mucho las escaleras cuando os reunís en ella.
1. Tienen razón, somos algo descuidados.
 2. Exageran y mucho.
 3. Es natural, no se puede evitar.
 3. Les pedirás que sean más cuidadosos.
- e) Las personas mayores no nos entienden, no están adaptados a estos tiempos.
1. No comparto esa opinión en absoluto.
 2. Sí que es verdad.
 3. Deberían dejarnos vivir nuestras vidas.
 4. Sí, pero debemos convivir juntos.
- f) Alguno de tus abuelos decide venir a pasar unos días con vosotros, lo que obliga a una reestructuración de los dormitorios y habitaciones familiares, entre otras cosas.
1. Aceptas, pero te fastidia bastante.
 2. Te parece bien y te muestras contento.
 3. Te muestras enfadado con tus padres.
 4. Evitas compartir tu habitación.
- g) Tus padres te dejan muchas veces en casa solo para salir, ir de baile o al cine.
1. Te parece estupendo.
 2. No te agrada, pero lo aceptas por ellos.
 2. Deberían hacer otras cosas.
 4. Ya no es propio de su edad.

Antes de pasar al debate trata de comparar tus resultados con las respuestas generales de la clase. Busca razones que te permitan defender tus opiniones ante los compañeros.

Después del debate deberás escribir una síntesis que resuma tu opinión, las diferencias y coincidencias que hay entre ella y la de los compañeros, y las razones que justifican que tu opinión es la más apropiada. Ponle nombre a tu síntesis, pues el profesor te la recogerá.

Habrás observado que hay un segundo cuestionario; debes hacérselo a tus padres antes de la próxima sesión, pues también lo utilizaremos para debatir sobre él, contrastando vuestras síntesis con la que surja de todos los cuestionarios que traigáis de vuestros padres.

SEGUNDO CUESTIONARIO: "¿QUÉ PIENSAN LOS MAYORES DE NOSOTROS?"

Haz las siguientes preguntas en una entrevista a tus padres y señala su respuesta.

a) Cuando me pedís que salga con vosotros. ¿Cómo suele ser mi respuesta?

	Madre	Padre
"Lo aceptas de mala gana"		
"Buscas excusas para no acompañarnos"		

"La idea te entusiasma"		
-------------------------	--	--

b) ¿Creéis que soy una persona considerada con las personas mayores?

	Madre	Padre
"Siempre te comportas con amabilidad con los mayores"		
"No eres descortés, pero tampoco te muestras muy amable"		
"Al contrario, sueles mostrar conductas poco atentas"		

c) ¿Me preocupo y cuido bien mis cosas y a mis hermanos?

	Madre	Padre
"Sí, eres muy responsable y cariñoso con tus hermanos"		
"Bueno, eres bastante descuidado y despreocupado"		
"Depende de las ocasiones y de las personas"		

d) Cuando estamos en la calle o en la urbanización... ¿mis amigos y yo solemos tener una conducta tranquila y respetuosa, sin molestar a los vecinos, ni ensuciar o estropear cosas?

	Madre	Padre
"Sí, sois algo descuidados"		
"Lo normal, igual que todos los grupos de jóvenes"		
"La verdad es que da gusto cómo os comportáis fuera de casa"		

e) ¿Creéis que entendéis a los jóvenes, sus preocupaciones y conductas?

	Madre	Padre
"Claro que sí; otra cosa es que nos parezca bien lo que hacéis"		
"En muchas ocasiones nos cuesta entenderos a los hijos"		
"Por supuesto; nosotros también fuimos jóvenes"		

f) ¿Consideráis que estoy dispuesto a sacrificarme por el bienestar de los demás?

	Madre	Padre
"Bien, no se te puede pedir más"		
"Eres una maravilla"		
"Te cuesta algo hacer pequeños esfuerzos por los demás"		

g) ¿Soy responsable y de confianza cuando me quedo solo en casa?

	Madre	Padre
"Claro que sí, plenamente"		
"Lo suficiente, aunque alguna vez haya habido algún incidente"		
"La verdad es que no nos fiamos mucho"		

SUBPROGRAMA:

MEJORA DEL RAZONAMIENTO

ACTIVIDAD:

REFRANES, DICHOS Y FRASES HECHAS

*** OBJETIVOS:**

- Desarrollar la creatividad y expresividad de los alumnos.
- Facilitar a los alumnos una actividad que les permita conocerse mejor.

*** PROCESO DE REALIZACION:** (Actividades alternativas, se pueden no hacer todas)

• Actividad 1. Refranes y dichos.

Primer paso. Explicar a los alumnos qué es un refrán y un dicho popular (ponerles ejemplos de ellos). Pedirles que piensen en un refrán o un dicho que les guste mucho, deben ponerlo en una hoja, y escribir qué significa para él ese refrán y por qué lo ha elegido.

Segundo paso. Cada alumno deberá pasar su hoja al compañero y éste después de leerla le hará cuantas preguntas estime oportuno. Pues luego habrá de explicar oralmente a los compañeros el significado del refrán y el porqué le gusta al compañero, además de inventar una anécdota o historia a la que se pueda aplicar el refrán que le ha correspondido.

Tercer paso. Cada alumno por turno explica oralmente a sus compañeros el refrán elegido por el compañero, y la historia inventada por él.

• Actividad 2. Frases hechas.

Primer paso. Explicar a los alumnos qué es una frase hecha o dicho familiar (forma peculiar de dar consejos, avisos, refranes... que se repiten con frecuencia dentro de la familia. Ponerles ejemplos: "Este niño siempre está en Babia. Antes de salir ordena tu habitación. Tranquilo, hombre, tranquilo. Si estudiaras más. No te retrases..."). Igual que en la actividad anterior. Pedirles que piensen en un dicho de su familia, que deben escribir y explicar cuándo se utiliza y por qué.

Segundo paso y tercer paso. Idénticos a la actividad 1.

• Actividad 3. Recogida de refranes y dichos en la familia.

Pedir a los alumnos que para una próxima sesión traigan en una hoja los refranes y dichos que sus padres solían oír cuando eran niños y que ahora no se utilizan.

Es posible que algún alumno se anime a aportar un ejemplo de esos refranes, permitid que lo haga como un ejercicio de motivación, registrarlos en un folio y retarles a ver si entre todos somos capaces de llenar el folio de refranes y dichos.

SUBPROGRAMA:	MEJORA DEL RAZONAMIENTO
ACTIVIDAD:	TRAS LAS PISTAS

*** OBJETIVO:**

- Ejercitar el razonamiento lógico y adquirir experiencias de organización del trabajo.

*** MATERIALES:**

- Una hoja y un bolígrafo por alumno y una copia de las historietas que siguen por grupo de alumnos.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Paso previo. Se explica la actividad. Se trata de simular que somos un equipo de detectives que tiene que descubrir unos asesinatos. Lo que vamos a hacer es formar diferentes equipos. Cada equipo debe intentar resolver los casos que le toquen, aquel equipo que más casos resuelva será el ganador. Dejarles claro que la actividad es una excusa para poder observarles en su trabajo en grupo y así poder buscar medidas encaminadas a mejorarlo.

Primer paso. Organiza la clase en grupos de cuatro a seis alumnos y entregales fotocopias de las historias. Explicadles que tienen 30 minutos para intentar resolverla.

Otra posibilidad es entregar un caso diferente a cada grupo e irlos cambiando de grupo en grupo cada 6 min. Permite ahorrar fotocopias y crea un mayor ambiente de emoción y competencia entre grupos.

Segundo paso. Se dibuja en la pizarra un cuadro de doble entrada (como el que sigue) para cada caso. En sus casillas se escribirá la solución que propone cada grupo para cada caso y las razones que se aducen para ello. No se deben aceptar debates en este punto.

CASO 1. "PARTE DE GUERRA"

GRUPOS	SOLUCIÓN	RAZONES
1		
2		
3		
4		

Tercer paso. A la vista de lo apuntado en la pizarra se abre un debate general para tomar un acuerdo sobre la solución del caso. Se procede de igual forma con los otros casos.

Cuarto paso. Se analiza el funcionamiento de los grupos pequeños (su nivel de eficacia, su organización, la colaboración e implicación de todos sus miembros) y se compara con lo ocurrido en la fase de debate general (eficacia, organización, participación).

SOLUCIONES A LOS CASOS PROPUESTOS:

Caso 1. "PARTE DE GUERRA"

Si el vigía se hubiera arrastrado o movido, la sangre mancharía su cuerpo desde el pecho hacia los pies. Al tener sólo sangre en el rostro, el cuerpo estaba en la posición (con los pies en alto y la boca abajo) en que había caído después del disparo que le mató. Probablemente el soldado lo vio en la oscuridad y dominado por el miedo, al creer que era un enemigo, le disparó y mató. Es decir, pudo ser un desgraciado accidente y no un asesinato premeditado.

Caso 2. "UN TUNEL DE CRISTAL"

Evidentemente los cristales en el abrigo del intruso le hacen sospechar que entre Eva y él ha debido haber una pelea (los cristales de la jeringa están diseminados por la habitación). El intruso buscaba la droga que habían comprado para utilizarla para él.

Caso 3. "UNA LARGA AMENAZA"

Al ver que los puntos de luz que iluminan el ascensor han pasado del lado derecho al izquierdo, piensa que el intruso se coló en la casa y al oír sus pasos por el pasillo decidió esconderse en el techo del ascensor, hacía donde apuntan los disparos del Sr. Zez.

Caso 4. "EL FANTASMA DE LA BIBLIOTECA"

El personaje se da cuenta que la vía de acceso se oculta tras el espejo. Al inicio de la historia es él quien se ve reflejado en el espejo, pero al final son los libros, y eso sólo se ha podido producir si el espejo ha sido desplazado para dar paso al mencionado acceso.

Caso 5. "CONTRAESPIONAJE"

No se puede entender que una persona herida de muerte vaya a llamar por el teléfono de una habitación interior cuando nada más entrar en la casa hay otro a su disposición; el reguero de sangre lo demuestra. Probablemente el espía muerto había descubierto que su compañero era un agente doble, y éste, para evitar ser descubierto, lo había asesinado para robarle las pruebas; después había montado toda esa historia de la llamada para encubrirse.

Caso 6. "VAGÓN HACIA LA MUERTE"

Todos los objetos que se extrajeron de la mochila estaban secos, menos algunos billetes que tenían manchas de sangre. Si nada se manchó, ¿cómo había billetes con manchas?; solo se explica si fueron introducidos en la mochila después de la muerte. El vagabundo, al verse descubierto, debió meter los billetes en la mochila para que no le acusarán de robo; así él podía afirmar que había sido un accidente.

TRAS LA PISTA. CASO 1. "PARTE DE GUERRA"

Por fin, se hizo el silencio; después de más de 5 horas de zumbidos, siseos y explosiones de los fuegos cruzados, ya no se oía el retumbar de las bombas, la calma llegó. Los gritos de los heridos y moribundos aún tardó un largo rato en acallarse. A mi lado un hombre con el rostro cubierto de sangre que debía estar muerto o no le gustaba fumar, pues no hizo ningún gesto a mi oferta de tabaco; me incorporé y vi a mis camaradas con el mismo gesto de angustia y malestar buscando una razón que les evitara entrar en la locura. Y al otro lado de las líneas el mismo ritual se repetía; eran otras las personas, pero el mismo argumento.

Un oficial me ordenó que me internarse en terreno abierto a la búsqueda de uno de nuestros vigías de avanzadilla que no había vuelto. Así que fui entrando en los diferentes conos que habían dejado las bombas, buscando entre los cadáveres. Después del quinto hoyo observé a uno de nuestros soldados que, agazapado, miraba el cadáver de nuestro vigía; me explicó que encontró al hombre en el hoyo; según creía él, debía haber sido descubierto por los enemigos, que le dispararon; una vez herido debió arrastrarse a ese hoyo. Observé el cuerpo de nuestro vigía: estaba echado en un desnivel, por el que no terminaba de caer; las piernas en alto y la cabeza en el barro del hoyo; en el corazón, un agujero de bala. Desde él hacia su cabeza todo era sangre y barro, mientras que el resto de su cuerpo estaba limpio.

No tuve más remedio que sentarme con él e intentar hacerle ver que su historia no se podría mantener ante los oficiales. ¿Cuáles eran los fallos de su historia? ¿Por qué aún así decide no acusarle de asesinato?

TRAS LA PISTA. CASO 2. "UN TUNEL DE CRISTAL"

El frío viento de otoño seguía abofeteando nuestras ventanas sin cristales; las hojas caían de los árboles como lágrimas silenciosas e inútiles; la niebla había logrado penetrar por todas las rendijas de la casa y ahora se quedaba pegada a las manos. Me sentía mal, asqueado y con náuseas, y trate de levantarme pero no lo conseguí. Nadie se pone de pie mientras vuela.

Eva, mi compañera, se giró y me miró con ojos vacuos desde su lejano túnel producto de la droga. Esa misma tarde alguien le había pagado una vieja deuda, que aprovechamos para comprar droga. Por una semana no teníamos que depender de la suerte; allí en aquel viejo caserón, derruido y abandonado, podíamos abandonarnos a los efectos de las drogas.

Después de un tiempo, cuando los efectos del primer pinchazo aún persistían, entre nieblas y como en una escena lejana, oí ruidos y vi moverse a un sujeto por la habitación, que me sonrió con el gesto de aquellos que viven malditos y me pidió permiso para quedarse; como nosotros, sólo había venido a pincharse. No le hice caso y preparé un segundo pinchazo.

Al despertar de este segundo viaje por las alucinaciones producidas por la droga entreví a Eva, acurrucada en un rincón. Mientras, nuestro visitante me decía: "no debemos hacer ruido, debe estar dormida por efecto de las drogas". No dijimos más, pero yo no tenía ojos más que para la jeringa rota caída en el suelo; vi los trozos de cristal diseminados a lo largo del suelo de la habitación e incluso agarrados al abrigo del intruso como pequeños insectos luminosos. Ya era noche cerrada, tan cerrada como mi certeza de que Eva estaba muerta y de que faltaba poco para que el siguiente cadáver fuera el mío. No me importó, ya todo me daba igual. ¿Qué le llevó a convencerse de que el intruso quería asesinarle?

TRAS LA PISTA. CASO 3. "UNA LARGA AMENAZA"

Las tres de la madrugada, en una vieja mansión victoriana, años atrás, en un tiempo intermedio entre el calendario y la fantasía. El señor Zez acaba de entrar en el ascensor de su majestuosa casa. Pulcro por naturaleza (si es que la naturaleza puede generar tales cosas), espera a que las puertas se cierren antes de tocar el botón de subida. Le gusta que todo se haga con el orden correcto. La trampilla del techo proyecta su iluminación sobre la pared derecha del ascensor. Sólo pretende deambular por la casa; desde que ella murió no puede hacer otra cosa; ni siquiera tiene testigos, hace meses despidió a la servidumbre; necesita estar solo para enfrentarse al hombre que ha de venir a retarle a un duelo. El Sr. Zez espera cada minuto de su vida encontrarse con él, a sus 80 años sólo le queda esperar.

Cuando eran jóvenes le robó a su socio la patente que le ha hecho millonario, y lo que es más horrible, le quitó su prometida; por ello había tenido que oír de su socio estas terribles palabras: "Por amor a la que ahora es tu esposa y antes fue mi amante, mientras ella viva, no te haré ningún daño; pero en el momento que ella muera, date por muerto"

El ascensor se detiene y el Sr. Zez se pasea por las habitaciones en las que ella estuvo, acaricia los sillones donde ella se sentó, recuerda los momentos felices vividos, y por fin regresa para ir a hacer su ronda por otro piso. Al entrar en el ascensor vuelve a ver el reflejo de la luz en el lado izquierdo; parecen un centenar de puntos de luz adheridos a la pared como una lluvia de diamantes, quiere tocarlos; pero de pronto decide que ha llegado la hora y saca su arma y dispara dispuesto a defender su vida. ¿Qué le ha llevado a tomar esa decisión?

TRAS LA PISTA. CASO 4. "EL FANTASMA DE LA BIBLIOTECA"

Compré la vieja casa llamada "La lejana colina" para retirarme a escribir mi novela y porque la casa poseía una gran biblioteca. No me importó ni su enorme precio, ni la oscura leyenda de asesinatos y fantasmas que pesaba sobre la mansión.

La verdad es que todas las mañanas al levantarme veía pequeñas irregularidades, libros cambiados de sitio, comida que faltaba de la cocina, y lo que es peor, la seguridad de que una presencia recorría por las noches las habitaciones de la casa. Decidí averiguar qué pasaba y esperé noches enteras en la silla frente al espejo de la sala; era como si esperara que mi doble de cristal fuera el remedio para mis sospechas. Una noche oí un ruido de libros caídos en la biblioteca, acumulé todo mi valor y corrí hacia allí; unos libros se habían caído al suelo y una nube de polvo y olor me hizo sospechar por dónde se había dio el evanescente intruso; aunque di vueltas y vueltas por la casa no encontré ninguna ventana abierta, ni ningún hueco por el que pudiera haber entrado o salido mi visitante; de todas formas el olor me llevaba a la sala donde, rendido, me desplome en mi silla, sintiéndome derrotado y viendo reflejado en el espejo hileras de libros como si fueran un anaquel nunca visto en la biblioteca. En ese instante comencé a sentir una desazón que me hizo ponerme de pie de un salto; acababa de darme cuenta que la entrada utilizada por el visitante la había tenido siempre delante de mí sin que me diera cuenta de ello. Por fin pude averiguar quién era el fantasma, que no era otro que un chico del pueblo cercano que venía por las noches a sacar los libros de mi biblioteca para leerlos. ¿Por dónde entraba y salía ese chico?

TRAS LA PISTA. CASO 5. "CONTRAESPIONAJE"

Como jefe de cierta sección inmencionable de los servicios de contraespionaje me tocaba intervenir en el caso de la muerte violenta de uno de nuestros espías.

Las primeras manchas de sangre estaban sobre el rellano de la entrada, al lado de la cual había un horrible jarrón chino junto a un enorme teléfono; seguían por el pasillo y llevaban a una lejana habitación. Me dejé acompañar por los goterones de sangre hasta donde se encontraba el cadáver; en el centro, una columna de luz se incrustaba en el suelo, dotada de una inexplicable corporeidad; al lado un negro y fantasmal paragüero y al fondo un teléfono al que se agarraba el cadáver. Allí estaba mi compañero de espionaje que me explicaba: "Él me llamó, no pudo decir ni una palabra, pero logramos descubrir la procedencia de la llamada. Por supuesto no se trata de un robo, nada ha desaparecido". De hecho, todo está en orden, incluso el cuerpo de la víctima con el auricular por el que había hecho su última llamada; allí estaba también el valioso maletín con las pruebas de contraespionaje que esperábamos, pero obviamente él no estaba en orden, se veía roto, abierto y con papeles tirados por el suelo.

Sentí un incómodo presentimiento y llamé por mi línea privada en petición de refuerzos, debía detener allí mismo a un asesino y no quería que se me escapara. ¿A quién quería detener? ¿Por qué? ¿Cómo se dio cuenta de esa situación?

TRAS LA PISTA. CASO 6. "VAGÓN HACIA LA MUERTE"

De lejos, entreví un puñado de gigantescas luciérnagas, que luego se revelaron como simples policías con sus linternas encendidas. El inspector Ríos me saludó con la mano mientras me decía: ¿Cómo van tus heridas?. "Bueno, ya sólo me duelen 23 horas al día", le dije. Al mismo tiempo me ofreció un cigarro que cogí con la celeridad que se da un beso furtivo.

Al hacer la inspección del vagón vimos un larga fila de cajas apiladas que dejaban un pequeño pasillo en el que se encontraba el cadáver; detrás de las cajas estaba una manta sobre la que supuestamente había estado durmiendo el vagabundo y al final de ellas la mochila perteneciente al joven. Cuando extrajimos los objetos de la mochila nos encontramos con las cosas usuales: ropa, comida, mapas... y un fajo de billetes cogidos con un clic. Todo ello milagrosamente seco a pesar de la lluvia gracias a la impermeabilización de la mochila; bueno todo no, unos pocos billetes estaban manchados de sangre.

Ríos me explicó qué había pasado: en la estación, el vigilante había oído ruido en un vagón y cuando logró averiguar de dónde procedía, se encontró con un vagabundo dentro de este vagón que con las manos manchadas de sangre decía acabar de despertarse al oír cómo un cuerpo caía pesadamente sobre el suelo. Según parece, un joven, para guarecerse de la lluvia, había subido al vagón con tan mala suerte que al subir se resbaló y se golpeó en la cabeza, lo que le produjo la muerte. El cuerpo del joven estaba completamente manchado por la lluvia, el barro y la sangre que se había producido con la herida.

Fue mi compañero quien, al terminar su narración, llamó a comisaría, donde estaba prestando declaración el vagabundo, para ordenar que lo retuvieran acusándole de asesinato. ¿Por qué cree que el vagabundo es un asesino? ¿Qué pruebas tiene?

SUBPROGRAMA:

DESPEDIDA FINAL DE CURSO

ACTIVIDAD:

LO MEJOR QUE PASÓ Y MENSAJES AMISTOSOS

*** OBJETIVO:**

- Hacer tomar al grupo conciencia de las experiencias vividas.
- Desarrollar actitudes positivas entre los miembros del grupo.

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso (Lo mejor que pasó). Los alumnos sentados en círculo por turno comentan lo que mejor les ha pasado durante este año de convivencia con sus compañeros. (Es conveniente facilitar la formulación de sentimientos de reconocimiento y agradecimiento ante los compañeros por lo que han hecho).

Primero se recordarán experiencias de los primeros días, posteriormente de los primeros trabajos en grupo, después los primeros conflictos, etc. Se trata de ir valorando la evolución de la clase como grupo, sus imágenes y sentimientos.

Segundo paso (Mensajes amistosos). Cada alumno debe escribir en dos trozos de papel (un folio cortado en partes iguales) dos mensajes (uno por trozo de folio).

El primer mensaje lo dirigirá a un compañero o compañera por la que tenga simpatía.

El segundo mensaje será para otra persona con la que no tenga mucha confianza, con la que se haya relacionado menos en el curso o con la que le gustaría relacionarse más.

Los mensajes han de cumplir estas condiciones:

- a. Deben estar expresados en términos positivos y referirse a aspectos agradables, han de estimular la relación entre el que lo emite y quien lo recibe.
- b. Los mensajes pueden referirse a rasgos, conductas, opiniones, etc. positivos del receptor, a invitaciones a la amistad, y siempre han de ser agradables y amables.
- c. Al mensaje hay que ponerle el nombre y apellidos.
- d. En el reverso del mensaje se pondrá alguna pista (nunca el nombre) que permita identificar al autor. Las pistas pueden referirse a rasgos, conductas, opiniones del emisor.

Tercer paso. El tutor recoge todos los mensajes (primero los lee para rechazar todos aquellos que no hayan respetado las condiciones del mensaje). Después los va leyendo en voz alta uno tras otro, pidiendo a la persona a la que se dirige el mensaje que intente identificar al compañero que le envió el mensaje.

NOTA PARA EL TUTOR: Es conveniente asegurarse que todos los alumnos puedan haber escuchado uno de los mensajes que se les envía y relegar, si no hay tiempo, los mensajes que se dirijan a una persona que ya haya recibido otros.

Leer primero los mensajes más positivos y que favorezcan una actitud de buen humor y de aceptación de los mensajes.

SUBPROGRAMA:	VALORACION DE LA HORA DE TUTORIA
ACTIVIDAD:	DEBATE DE VALORACIÓN SOBRE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS

*** OBJETIVOS:**

- Recabar la valoración del alumnado sobre las actividades de tutoría realizadas.
- Recoger información útil para replantear el próximo Plan de Acción Tutorial.
- Motivar la participación del alumnado en las actividades a fin de favorecer la labor tutorial del año próximo.

*** MATERIAL:**

- La "hoja de evaluación de las actividades de tutoría".

*** PROCESO DE REALIZACION:**

Se puede hacer un debate abierto utilizando como guión la "hoja de evaluación de las actividades de tutoría". Se les leen las preguntas y se recogen sus opiniones y sugerencias.

O bien, se reproduce fotocopiada la hoja y se deja unos minutos a los alumnos para contestarla, después de lo cual se hará el debate abierto. En este caso podremos disponer de una información mas objetiva y detallada sobre la valoración del alumnado, que evidentemente nos puede ser de gran utilidad; además, para motivar el debate podemos leer de vez en cuando algunas de las valoraciones de los alumnos.

En ambos casos conviene ir dirigiendo el debate hacia la obtención de conclusiones sobre la utilidad de la tutoría y sobre cómo mejorarla. La primera de nuestras intenciones pretende aumentar la motivación e interés del alumnado hacía la tutoría, mientras que la segunda busca enriquecer nuestro programa y actividades como tutores.

Nota: Recordar incluir en las valoraciones del debate todas las actividades de tutoría: las que se han realizado en grupo y las individuales.

Con el fin de facilitar la ocasión para aportar vuestras propuestas y valoraciones sobre la tutoría, te pedimos que contestes este cuestionario anónimo (no pongas en él tu nombre).

1.- Las actividades realizadas dentro de la tutoría te han resultado: (pon una X)

	Nada	Poco	Bastante	Mucho
Interesantes.				
Comprensibles.				
Fáciles.				
Útiles.				
Han respondido a lo que esperabas de ellas.				
Te ha gustado tener entrevistas personales con tu tutor.				

2.- ¿Cuál fue la actividad más...?

interesante _____

aburrida _____

útil _____

innecesaria _____

difícil _____

3.- ¿Qué actividades suprimirías? _____

¿Qué actividades añadiríais? _____

4.- Gracias a estas actividades he mejorado.....: (pon una X)

	Nada	Poco	Bastante	Mucho
Mis técnicas de trabajo y rendimiento en los estudios.				
Las relaciones entre compañeros.				
Mi información sobre otros estudios.				
Han hecho que el curso me sea más agradable.				
Me han ayudado a conocerme mejor.				
Tengo mas claro mi futuro profesional.				
Me han aportado ayuda personal en lo que precisaba.				