

**“PROPUESTA CONCRETA DE ACTIVIDADES”**

**TUTORÍAS GRUPALES DE 3º ESO**

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

**3ºESO : 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.	La máquina registradora.	Analizar la influencia de las suposiciones personales.	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.	Valoración de tipos de delegados.	Motivar para una elección responsable.	19
	Acto de elección del delegado.	Elegir delegado y cumplimentar el acta.	20-21
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 compromiso de colaboración en la mejora del rendimiento y la disciplina.	22-24
TÉCNICAS DE ESTUDIO.	Repaso del subrayado y resumen.	El uso de las anotaciones y el estudio eficaz.	25-26
	Repaso del subrayado y resumen (continuación).	Conseguir un compromiso de estudio activo.	27-28
	Los esquemas.	Mostrar cómo se hacen y comprometerles en ellos.	29-31
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.	32-33
MEJORA DE LA IMAGEN PERSONAL.	Cuestionarios para la reflexión personal.	Aportar oportunidades de reflexión personal sobre algunos valores y modelos de conducta personales.	34-37
	Cuestionarios para la reflexión personal.		38-41

<b>SUBPROGRAMA DE... ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO</b>
--

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. 25 minutos.
- Entrega de fotocopias de horarios y de lista de materiales. 10 minutos.
- Actividad "Nos conocemos mejor". 15 minutos.
- Información sobre la E.S.O. y sobre normas de convivencia. 20 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. Nos conocemos mejor").

**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. NOS CONOCEMOS MEJOR.**

**\* OBJETIVO:**

- Ampliar las posibilidades de identificación y relación entre el alumnado del curso.

**\* MATERIALES:**

"La lista de quienes somos"

- |  |  |
|--|--|
| 1. Me gusta la música "Heavy".               | 2. Me gusta acostarme tarde.           |
| 3. Tengo un perro.                           | 4. He viajado en avión.                |
| 5. Soy el mayor de mis hermanos.             | 6. Soy el pequeño o pequeña.           |
| 7. Tengo un escondite secreto que nadie sabe | 8. Me encanta usar el "móvil"          |
| 9. Me gusta mi nombre.                       | 10. Me encantaría ser mayor.           |
| 11. A veces tengo pesadillas.                | 12. Me da miedo la oscuridad.          |
| 13. Tengo una habitación para mí solo-a.     | 14. Los adultos no nos comprenden.     |
| 15. Desearía encontrar un buen amigo-a.      | 16. El año próximo seguiré estudiando. |
15. Estoy dispuesto a hacer un esfuerzo de comprensión y de adaptación con tal de llevarme bien con todos y a tener buenos amigos en la clase.

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

El profesor lee en voz alta la lista (la puede ampliar, reducir, cambiar en todo aquello que considere mas adecuado; se trata de encontrar aspectos que sean útiles a los alumnos).

Los alumnos levantarán la mano cuando los elementos de la lista coincidan con ellos. (Con algunos elementos es conveniente abrir un pequeño diálogo, señalando coincidencias, deseos compartidos, o aspectos que son propios de la adolescencia).

Terminad señalando que hay muchos que quieren encontrar amigos dentro del grupo y que están dispuestos a esforzarse para ello; invítadles a compartir ese deseo de amistad.

*NOTA: Actividad adaptada del libro: BRUNET GUTIERREZ, J. J. y NEGRO FAILDE, J. L. (1984<sup>3</sup>) "Tutoría para adolescentes" Madrid. Ediciones San Pío X.*

<b>ACTIVIDADES DE ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO. HOJA INFORMATIVA SOBRE ESTUDIOS DE LA ESO.</b>
---

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).

<b>ACTIVIDADES DE ACOGIDA AL INICIO DEL CURSO.</b>
--

## **HOJA INFORMATIVA SOBRE EL REGLAMENTO DE DISCIPLINA.**

### **\* 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, recogándose 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.**

<b>Ponte una nota (entre 0 y 10) según te valores a ti mismo:</b>	<b>Puntuación.</b>
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 está 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 / Distraído.	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?		

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>MEJORA DE LA CONVIVENCIA</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>LA MÁQUINA REGISTRADORA (1)</b>

**\* OBJETIVO:**

- Comprobar el impacto que tienen las suposiciones en la toma de acuerdos en grupo.

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Se lee en voz alta y por una sola vez el documento.

**“LA MÁQUINA REGISTRADORA”**

Un comerciante acaba de encender la luz de su tienda de calzados cuando aparece un hombre pidiendo dinero. El propietario abre la máquina registradora. El contenido de la misma es retirado y el hombre sale corriendo. Inmediatamente se avisa a la policía.

Segundo paso. Cada alumno responderá al cuestionario, haciendo uso de lo que recuerda de la historia leída.

Tercer paso. Vuelve a leerse el documento, pero señalando a los alumnos que no deben tomar notas de lo escuchado sobre el papel, deben confiar todo lo oído a su memoria.

Cuarto paso. Se forman grupos de 3 a 5 alumnos que deben intentar llegar a un acuerdo sobre cada una de las respuestas del cuestionario.

Quinto paso. Se reservan los diez minutos finales para comentar la dinámica de la actividad, ¿cómo ha funcionado?. Hacer hincapié en la influencia de las suposiciones personales iniciales en la elaboración del acuerdo en grupo.

**CUESTIONARIO SOBRE “LA MÁQUINA REGISTRADORA”**

¿De qué afirmaciones estáis seguros que son ciertas, cuáles son falsas y cuáles no podéis afirmar que sean ciertas o falsas por que en la lectura no se dan datos suficientes?

<b>AFIRMACIONES.</b>	<b>Verdad</b>	<b>Falso</b>	<b>No es seguro</b>
Al encender el propietario la luz apareció una mujer.			
El ladrón fue un hombre.			
El hombre no pidió dinero.			
El comerciante era el propietario de la tienda.			
El que abrió la máquina registradora fue el propietario.			
El propietario de la tienda retiró el dinero y salió corriendo.			
La historia no dice qué cantidad de dinero había en la máquina.			
El ladrón pidió de malas maneras el dinero al propietario.			
La máquina registradora estaba cerrada cuando entró el hombre.			
El hombre salió corriendo después de abrir la puerta.			
Hay 3 personajes: un comerciante, el hombre y el policía.			
La policía fue avisada por teléfono.			
La historia transcurre cuando el propietario va a abrir la tienda.			

(1) Adaptado de FRITZEN, S. J. (1989) 70 ejercicios prácticos de dinámica de grupo. Santander: Salvaterrae.

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>MEJORA DE LA CONVIVENCIA</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>DESCUBRE LA CLAVE DEL NOMBRE DE TUS PROFESORES</b>

**\* 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.

**DESCUBRE LA CLAVE DEL NOMBRE DE TUS PROFESORES.**

Aquí tienes un mensaje que está escrito en clave; tu trabajo, contando con la ayuda de un compañero, será descifrar todo el mensaje en el mínimo tiempo posible.

CLAVE DEL MENSAJE

A=A / B=B / C=X / D=Δ / E=E / F=Φ / G=Γ / H=H / I=I / J=Θ / K=K / L=Λ

M=M / N=N / Ñ=∇ / O=O / P=Π / Q=Θ / R=P / S=Σ / T=T / U=Y / V=ζ / W=Ω /

X=Ξ / Y=Ψ / Z=Z

N O M B P E Δ Ε Λ Π Ρ Ο Φ Ε Σ Ο Ρ	A P E A



## 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.

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

- \* ¿Quieres decirnos algo más?.....
- .....

La Bañeza, a ..... de ..... de .....

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>ELECCION DE DELEGADOS</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>VALORACIÓN DE TIPOS DE DELEGADOS</b>

**\* OBJETIVOS:**

- Analizar algunas conductas de delegados de años anteriores.
- Motivar a los alumnos para una elección responsable y a colaborar con el delegado.

**\* MATERIALES:**

- Documento con los casos que se han de comentar en clase.

**\* PROCESO DE REALIZACION.**

Primer paso. leed el primer caso del documento y analizadlo a través de un debate abierto en clase (no utilizar ejemplos reales).

**Documento: "SITUACIONES Y REACCIONES DE DELEGADOS"**

**Primera situación:** Los compañeros de 4ºZ han pedido a su delegado que para la sesión de evaluación lleve al profesorado una petición del curso para poder utilizar la biblioteca los miércoles a partir de las 12.10 h. cuando ellos ya no tienen más clases ese día.

**Primer modelo de reacción de un delegado ante este caso:** El delegado escucha la propuesta y decide que esa petición la haga quien vaya a utilizar la biblioteca.

**Segundo modelo de reacción ante el mismo caso:** El delegado escucha la petición y sugiere al grupo que se redacte entre todos un escrito que él llevará a la sesión de evaluación.

**Tercer modelo de conducta del delegado:** El delegado se muestra remiso a hacer la petición, pues dice que no debe ser posible, si no ya estaría abierta la biblioteca en ese horario.

**Segunda situación:** El delegado del curso 4º Q tiene un conflicto con sus compañeros, pues aunque siempre intenta que en la clase haya disponibles tizas y borrador, se encuentra muchas veces con que las tizas las han quitado nada más traerlas a clase.

**Primer modelo de reacción de un delegado ante este caso:** El delegado se queja al tutor y le dice el nombre de los que se llevan las tizas para que les amoneste.

**Segundo modelo de reacción ante el mismo caso:** El delegado decide que como le quitan las tizas no va a volver a traer más, ya se apañarán cuando falten.

**Tercer modelo de conducta del delegado:** El delegado busca un momento para hablar particularmente con los compañeros y pedirles que no vuelvan a llevarse las tizas, pues de lo contrario se verá obligado a pedir al tutor que se hable en clase del tema.

Segundo paso: Intentad que lleguen en grupo a un acuerdo sobre qué características debe tener el delegado a elegir y qué están dispuestos a hacer para colaborar con el delegado.

Tercer paso: Pedid a un alumno que escriba en la pizarra las conclusiones del grupo.

**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).

<b>ACTA DE ELECCION DE DELEGADO</b>
-------------------------------------

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:

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>ACTIVIDADES ALREDEDOR DE LA EVALUACIÓN</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>ACTIVIDAD POSTERIOR A LA EVALUACIÓN "CERO"</b>

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:**

**REPASO DEL SUBRAYADO Y DEL RESUMEN**

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

**\* OBJETIVOS:**

- Realizar ejercicios sobre subrayados y resúmenes. Mostrarte cómo se hacen anotaciones en subrayados y resúmenes.
- Continuar trabajando en el compromiso de mejora de nuestro estudio.

**DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:**

**1. Lee y subraya los siguientes apuntes.**

**ANOTACIONES ¿PARA QUÉ?**

Muchas veces en tus temas tendrás que añadir otras informaciones que no están en el libro: apuntes que ha entregado el profesor, consultas que has hecho, informaciones de temas de años anteriores, esquemas de temas o de conceptos que te es necesario recordar.

Claro está, no conviene tener toda esta información en hojas sueltas, es mejor ponerlas en el libro. Si son cortas, bastará con escribirlas en los márgenes del libro y de ser largas, se pueden escribir en una hoja que, pegadas con un poquito de cinta adhesiva o sujetas con un clic, no se te perderán y las podrás apartar para leer el libro.

Unos ejemplos: a) En el tema hay una palabra que miras en el diccionario y escribes su significado al lado, b) sobre el tema que te toca estudiar ahora tienes un resumen del año pasado que es muy bueno, c) etc. Busca tú algún ejemplo más. \_\_\_\_\_

**2.** Estas técnicas de estudio son útiles para ampliar tus subrayados y resúmenes; por tanto, tal vez sea conveniente recordar cómo hacerlos. Estúdialas, después te harán preguntas sobre ellas para comprobar si las has aprendido.

- El subrayado nos permite destacar las ideas y conceptos principales del texto con la utilización de rayas hechas debajo o al lado de las palabras o párrafos. Facilita el estudio y los repasos y favorece la concentración.

¿Cómo subrayar? Primero lee el texto varias veces; segundo, haz una lectura más atenta, con el lápiz y la regla dispuesto a subrayar. Puedes usar varios colores o una o dos líneas para distinguir las ideas principales de las secundarias. Debes subrayar lo más importante, pero has de procurar que tu subrayado, aunque sintético, tenga sentido completo.

Tu subrayado ha de cumplir estas tres condiciones:

- a.- No se puede subrayar menos sin que se pierda parte del significado.

b.- Con lo subrayado es suficiente para responder a las cuestiones básicas.

c.- Si se lee sólo lo subrayado, mantiene un sentido pleno.

• El resumen consiste en escribir brevemente y con nuestras palabras el contenido de un texto. Facilita su comprensión y memorización.

¿Cómo resumir? Primero haz el subrayado y a partir de él haz tu resumen.

Un buen resumen ha de cumplir estas condiciones:

a.- Debe ser breve, pero completo y comprensible.

b.- Ha de incluir no sólo lo más importante del tema, sino incluso las explicaciones y datos aportados por el profesor o buscados por ti mismo y los apuntes de los temas o conceptos ya estudiados y relacionados con este tema.

c.- Debe formar parte de un archivo con páginas numeradas o estar pegados junto al tema del que forma parte.

**3.** Utiliza el tema que sigue para ponerle anotaciones a esta tabla:

<u>¿CÓMO REALIZAR UN ESTUDIO ACTIVO?</u>	<u>MIS ANOTACIONES</u>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Teniendo todo preparado antes de empezar, sin tener que hacer interrupciones sino es para descansos breves.</li><li>• Comenzando a estudiar con energía, con una postura decidida y convencido de que se va a aprender.</li><li>• Lo mejor es tener un horario fijo, un plan diario de trabajo. Es extremadamente útil que lleves todas tus tareas según un plan de trabajo sistemático y organizado de antemano, antes de comenzar a estudiar.</li><li>• Empezar el estudio revisando los ejercicios y actividades de clase, repasando lo que se ha hecho.</li><li>• Utilizando todos los medios y técnicas que te faciliten el aprendizaje (subrayado, consulta de otros libros, repaso de ejercicios, etc.) y usando un buen método de estudio.</li><li>• No dando por terminada la sesión de estudio sin hacer el repaso de los temas anteriores.</li><li>• Finaliza organizando los materiales para el día siguiente y haciendo el plan de trabajo.</li></ul>	

**¿Cómo funcionaron los compromisos de mejora que te hiciste el año pasado? Recuérdalos, revísalos y renuévalos para este curso.**

**SUBPROGRAMA:**

**TÉCNICAS DE ESTUDIO**

**ACTIVIDAD: REPASO DEL SUBRAYADO Y DEL RESUMEN (CONTINUACIÓN)**

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

**\* OBJETIVOS:**

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

**DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:**

**1.** 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.

**2.** Cuando hayas leído el texto anterior varias veces, trata de decírtelo a ti mismo (sin mirar el texto, claro está) y después comprueba de cuántos consejos te acuerdas. Vuelve a leer el texto y vuelve a repetirlo. Ahora podrás completar la última actividad del tema anterior.

**3.** Aquí tienes un texto de Miguel Salas Parrilla. Léelo, subráyalo y estúdialo siguiendo las orientaciones del estudio activo.

### **¿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.

**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?

**SUBPROGRAMA:** **TÉCNICAS DE ESTUDIO**

**ACTIVIDAD:** **LOS ESQUEMAS**

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

**\* OBJETIVOS:**

- Mostrarte qué es y cómo se hace un esquema. Presentar algunos modelos.
- Comprometernos a subrayar, resumir o hacer esquemas de nuestros temas.

**DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:**

**1.** Subraya este tema. Primero haz un subrayado de los conceptos principales y, posteriormente, un segundo subrayado con las palabras claves.

**LOS ESQUEMAS. IMPRESCINDIBLES EN LOS EXÁMENES.**

¿Qué es un esquema?

Es una técnica de estudio que consiste en plasmar gráficamente los conceptos principales del tema y su estructura lógica.

Los esquemas facilitan el estudio de un conjunto amplio de temas, son los instrumentos mas provechosos para el repaso rápido, para el aprendizaje de los exámenes.

¿Cómo hacer esquemas?

A partir del subrayado (principalmente de las palabras claves) se escriben los conceptos principales y secundarios siguiendo uno de los modelos que se os proponen.

\* Modelo de esquema de barras y puntos:

IDEA GENERAL. (título del tema)

\* Idea principal. (título del epígrafe o pregunta)

- idea secundaria. (concepto importante)
  - . detalle. (concepto secundario)
  - . detalle secundario. (dato)
  - . detalle.
- idea secundaria.

\* Idea principal.

- idea secundaria.
  - . detalle.
  - . detalle secundario. (dato)

\* Modelo de esquema de números, también llamado, modelo técnico.

IDEA GENERAL.

1. Idea principal.
  - 1.1. idea secundaria.
    - 1.1.1. detalle.
      - 1.1.1.1. detalle secundario.
    - 1.1.2. detalle
  - 1.2. idea secundaria.
2. Idea principal.
  - 2.1. idea secundaria.
    - 2.1.1. detalle.

\* Modelo de esquema de signos (guiones, estrellas, puntos, letras, números, etc., cualquier símbolo que se desee, siempre que se utilicen de forma sistemática):

IDEA GENERAL. (título del tema)

- A. Idea principal. (título del epígrafe o pregunta)
  - \* idea secundaria. (concepto importante)
    1. detalle. (concepto secundario)
      - detalle secundario. (dato)
    2. detalle.
  - \* idea secundaria.
- B. Idea principal.
  - \* idea secundaria
    1. detalle.

Condiciones que deben cumplir los esquemas.

a.- Claridad, limpieza, brevedad. Estructura lógica y completa. Primero se hacen en un borrador, que después pasamos a limpio.

b.- Sistematización, siempre el mismo modelo de esquema, los mismos signos, el mismo tipo de letra, los mismos colores de subrayado, el mismo formato de papel, etc.

c.- Ordenados, numerados y archivados.

d.- Estarán lo suficientemente espaciados (márgenes, separación de renglones) para permitir su revisión o ampliación

Una última advertencia: cada estudiante tiene su propio sistema de hacer esquemas, de subrayar, de resumir; todos son buenos (aunque puedan ser mejorables) si sirven para aprender más, mejor y en menos tiempo.

**2. Haz el esquema del tema "Repaso del subrayado y del resumen"**

**Realizar esquemas es estudiar activamente; constituyen por sí solos un elemento valioso de preparación de exámenes, facilitan los repasos repetidos de los temas del examen. Si haces esquemas de todas tus lecciones te será más fácil aprobar los exámenes.**

**3.** Sería interesante que volvieras a hacer una revisión y valoración de las mejoras que vas consiguiendo en tus hábitos y técnicas de estudio.

Hasta la fecha de hoy, he observado una mejora de mi estudio en los aspectos siguientes. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

De los compromisos que establecí en años anteriores y que he intentado cumplir me falta todavía por mejorar \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Establécete un nuevo compromiso de mejora y escríbelo aquí. Incluye en tu compromiso la realización de subrayados, resúmenes o esquemas de todas tus lecciones.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**SUBPROGRAMA: ACTIVIDADES ALREDEDOR DE LAS EVALUACIONES**

<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>SESION DE TUTORÍA PREVIA A LA EVALUACIÓN</b>
-------------------	---

**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.

<b>"FICHA DE EVALUACION"</b>
------------------------------



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 un buen estudiante?”, “Responsable o dejado”, “Constructivo o derrotista” Una fotocopia de cada uno de los cuestionarios por alumno.

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Repartir entre el alumnado las fotocopias de los cuestionarios.

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. En las filas pondremos la conducta objeto de los cuestionarios que se hayan hecho en el día, y en las columnas escribiremos : ¿Qué conductas caracterizan a ese rasgo de personalidad?, y ¿qué consejos le daríamos a estas personas? (Se apuntarán todas la sugerencias de los alumnos, sin valorar en exceso su idoneidad)

	¿Por qué se caracterizan?	¿Qué consejos le daríamos?
Buen estudiante.		
Estudiante mediocre.		
Responsable.		
Dejado.		
Constructivo.		
Derrotista.		

**¿ERES BUEN ESTUDIANTE?**

La pregunta del millón. Con lo importante que es y lo que cuesta serlo. Pero tú ¿eres un estudiante bueno, mediocre o malo? Compruébalo. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. El lunes te han puesto un examen para el viernes. A. Decides que ya lo estudiarás el jueves. B. El miércoles intentarás estudiar un poco del examen. C. Te haces un plan de trabajo para estudiar una parte el martes, otra el miércoles y dejar el jueves para repasar.

2. El profesor ha presentado unos temas para investigar entre todos en la enciclopedia. A. Piensas: ya lo buscará alguien, yo no me molesto. B. Me gustaría buscarlos, pero no tengo enciclopedia. C. En el recreo lo buscaré en la enciclopedia del instituto.

3. ¿Cómo suelen ser tus notas?. A. Obtengo notables e incluso algún sobresaliente. B. Aceptables, suficientes y bienes es lo que predomina. C. Bueno, tengo algún que otro insuficiente con cierta regularidad.

4. ¿Es frecuente que no hayas hecho las tareas de clase?. A. Sí, claro, a todos nos pasa. B. Nunca o casi nunca, de lo contrario no puedo seguir la clase. C. No es frecuente, aunque algunas veces me haya ocurrido.

5. ¿Cuántos años piensas continuar estudiando? A. En cuanto termine esto me pongo a trabajar. B. Unos años más hasta tener un título por lo menos. C. Bueno, me he hecho la cuenta que estaré estudiando más allá de los 20 años.

6. Los estudios son para ti... A. Una buena ocasión para aprender cosas nuevas. B. Una obligación ineludible. C. Son necesarios para obtener una buena titulación.

7. Entre varios compañeros tenéis que hacer un trabajo. A. Tú eres de los que más aporta y participa. B. Colaboras en la tarea como uno más. C. Procuras hacer lo mínimo, no le vas a hacer el trabajo a los demás.

8. Si hoy el profesor te pide el cuaderno. A. Que ni se le ocurra, me faltan cosas. B. Bueno, si me deja un tiempo para ordenarlo. C. No me preocupa, lo tengo al día y ordenado.

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

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

Puntuación de 8 a 13. ¿Has comprobado tus notas?, tal vez no sean muy buenas; si es así, ¿se te ha ocurrido pensar que a lo mejor tu actitud ante el estudio puede ser la razón de esa situación?.

Puntuación de 14 a 19. Parece que no seas mal estudiante; pero seguro que puedes mejorar en algún aspecto. ¿En cuál?

Puntuación de 20 a 24. Enhorabuena; si lo que has contestado es la verdad, tienes un buen futuro como estudiante y, además, debes tener un presente excelente.

### ¿RESPONSABLE O DEJADO?

En nuestra vida tenemos muchas responsabilidades frente a la familia, a los amigos, en el instituto, etc. Si cumplimos con esas responsabilidades nos alaban y reconocen; pero de lo contrario nos critican y regañan. ¿Y a ti te debemos alabar o regañar?. Compruébalo. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. Tus amigos te han pedido que compres la fruta para el picnic. A. Te ilusiona darles una sorpresa y compras la mejor del mercado. B. Piensas que te ha tocado lo más pesado, y ya cogerás algo del frigorífico de casa. C. Yo no sé comprar, así que rechazaría la propuesta.

2. Tu padre desea consultar un libro tuyo del año pasado. A. Imposible, los tiré. B. Bueno, si no se asusta de cómo está. C. Se lo doy inmediatamente, lo tengo guardado.

3. Te acaban de comprar una moto. A. El primer mes sólo te has puesto el casco unas cuantas veces. B. Siempre llevas casco cuando vas en la moto. C. No llevas a nadie en tu moto si no se pone él o ella también el casco.

4. ¿Están contentos tus padres de tu grado de responsabilidad? A. Depende de qué cosas. B. Sí, ellos confían en que sabré encargarme de mis cosas. C. Siempre me están criticando, no se dan cuenta de que los jóvenes somos así.

5. ¿Hasta qué punto confían en ti tus amigos cuando te encargan algo? A. De hecho me lo suelen encargar a mí, porque suelo cumplir siempre. B. Alguna vez les he fallado, pero ellos también lo han hecho. C. Que no se les ocurra; cada uno que se ocupe de lo suyo.

6. ¿En tu familia tienes alguna tarea de la casa que sea responsabilidad tuya?. A. La verdad es que sí, pero yo intento evitarla, es una pesadez. B. No, para eso están mis padres. C. Por supuesto, todos debemos colaborar y yo soy un miembro más de la familia.

7. ¿En tu grupo de trabajo del instituto tus opiniones y aportaciones son tenidas en cuenta? A. Claro, yo sé defender mis opiniones. B. Sí, aunque también acepto que las maticen y modifiquen según la visión de los demás. C. Sí, de hecho se aprovechan de ellas.

8. Algo de lo que tú te has responsabilizado, no ha funcionado bien. A. Seguramente alguien ha puesto alguna dificultad. B. Reconoces tus faltas, aunque haya otros culpables. C. Piensas en qué has fallado con la intención de evitar que vuelva a producirse el fallo.

<b>CUADRO DE VALORACIÓN</b>		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
	A.	3	1	1	2	3	2	1	1
	B.	2	2	2	3	2	1	3	2
	C.	1	3	3	1	1	3	2	3

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

Puntuación entre 8 y 14. Tiendes a ser un dejado de tus responsabilidades. Te gusta vivir tranquilo y sin demasiadas responsabilidades.

Puntuación entre 15 y 20. Vas por buen camino; un poco más de esfuerzo y llegarás a ser una persona con un gran nivel de responsabilidad.

Puntuación entre 21 y 24. Enhorabuena, eres responsable; seguro que cuentas con el aprecio de todos.

### ¿CONSTRUCTIVO O DERROTISTA?

Hay personas que ante un problema dicen: "es difícil, pero tengo que intentar solucionarlo", otras por el contrario piensan: "esto no voy a poder resolverlo, lo dejaré y ya veremos qué pasa" Hay quien cree que lo importante, a pesar de posibles errores, es avanzar y mejorar, mientras otros están convencidos de que si algo puede ir mal, con toda seguridad irá mal. Unos son constructivos, otros derrotistas. Y tú ¿qué eres?. Compruébalo. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. Tagore dijo: "No llores por la pérdida del sol o las lágrimas no te dejarán ver las estrellas": A. Una frase bonita, pero qué haces sin el sol. B. Claro, debemos ver el lado positivo de las cosas. C. Déjate de tonterías, una desgracia siempre es una desgracia.

2. Mañana jugáis un partido contra un equipo mejor que el vuestro ¿Qué va a pasar?. A. Menuda paliza nos van a dar. B. Vamos "a ir a muerte" y les ganaremos. C. Puede que perdamos, pero así son las cosas.

3. Tienes mal los ejercicios después de una hora de trabajo; ¿qué piensas?. A. Para qué voy a esforzarme si luego me salen mal. B. Creo que ya he aprendido a hacerlos para la próxima vez. C. Tendré que prestar más atención si quiero que me salgan bien.

4. Al día siguiente te ponen otros ejercicios iguales a los de la pregunta 3. A. Es el momento de comprobar si aprendí a hacerlos. B. Está claro que tendré que mirar dónde me equivoque en los ejercicios anteriores. C. Otra vez igual, pues tampoco me van a salir bien.

5. Has comprado una revista. A. ¡Qué estafa!, parecía otra cosa. B. No ha sido lo que esperaba, pero me ha entretenido. C. Las revistas ya se sabe, mucha portada y poca sustancia.

6. Tienes que cocinar tú. A. Buscaré alguna receta que me salga bien. B. Verás qué desastre. C. Que luego no se quejen si me sale mal, yo no sé preparar esta comida.

7. Van a comprar un regalo para una amiga con el dinero de todos. A. Verás que cosa más fea le compran. B. Me he librado de tener que ir a comprarlo yo. C. Seguro que es bonito.

8. Un amigo te pide que le ayudes en algo difícil, tú le dices... A. Seguro que entre los dos lo hacemos. B. No sé si podremos hacerlo. C. En menudo lío nos hemos metido.

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

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

Puntuación entre 8 y 15. Tiendes a ser constructivo, aprendes de las dificultades y disfrutas de las cosas, sin dejar que lo malo te abrume. Te gusta seguir intentándolo.

Puntuación entre 16 y 20. Tu objetivo es ser realista, ver las cosas como son. Para ti lo más importante es no dejarte llevar ni por el entusiasmo, ni por el pesimismo.

Puntuación entre 21 y 24. En ocasiones las situaciones que vives te hacen decaer tu ánimo, y ello te puede llevar a abandonar tus esfuerzos e ilusiones. Las frustraciones tienden a vencerte, a derrotarte.

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>MEJORA DE LA IMAGEN PERSONAL</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>CUESTIONARIOS PARA LA REFLEXIÓN PERSONAL</b>

**\* 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 idealista o materialista?”, “¿Cuidas tu entorno?” (Valores ecológicos); “¿Te adaptas a las exigencias del progreso?” (Valores tecnológicos).

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Repartir entre el alumnado las fotocopias de los cuestionarios.

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. En las filas pondremos la conducta objeto de los cuestionarios que se hayan hecho en el día, y en las columnas escribiremos : ¿Qué conductas caracterizan a ese rasgo de personalidad?, y ¿qué consejos le daríamos a estas personas? (Se apuntarán todas la sugerencias de los alumnos, sin valorar su idoneidad)

		¿Por qué se caracterizan?	¿Qué consejos le daríamos?
Valores Ecológicos	Altos		
	Bajos		
Valores Tecnológicos.	Altos		
	Bajos		
Idealistas			
Materialistas			

Se aconseja terminar la sesión leyendo o comentando noticias (sobre ecología o progresos científicos o tecnológicos) de reciente aparición en prensa o televisión.

## ¿CUIDAS TU ENTORNO?

Seguramente si te preguntarán si debemos cuidar la naturaleza, dirías que a ti como ecologista no te gana nadie; pero, ¿es verdad? ¿Es tu conducta la apropiada para respetar y cuidar la naturaleza, te preocupa y cuidas de tu entorno? Contesta estas preguntas y averígualo. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. ¿Qué haces con las pilas gastadas?. A. Las deposito en recipientes preparados para su recogida. B. Las tiro a la basura, ¿qué voy a hacer?. C. En ocasiones las tiro y otras las echo en los sitios adecuados.

2. Seguro que en tu instituto hay algún sitio reservado para tirar papeles y cartones. ¿Lo utilizas? A. Sí, siempre. B. No, qué va, cuesta mucho trabajo. C. Los tiro a la papelera, para eso está, el suelo no debe estar lleno de papeles.

3. ¿Te preocupa la sobreexplotación de los recursos del planeta?. A. Sinceramente, poco. B. Sí, creo que deberíamos consumir menos energía, por ejemplo. C. La verdad es que estamos destruyendo el mundo, no sé que le vamos a dejar a las futuras generaciones.

4. Con los incendios en los montes estamos perdiendo todos nuestros bosques. ¿Tú que opinas? A. La administración debería vigilar mejor. B. Siempre que voy al monte procuro dejarlo limpio y sin restos de basura. C. Bueno, no hay que exagerar, los bosque se regeneran.

5. Hay quien afirma que el humo del tabaco también contamina, ¿Qué opinas? A. Es verdad, de hecho yo no fumo. B. Tampoco contamina tanto. C. Sí, por eso debe haber normas que regulen su consumo en sitios públicos.

6. Existen muchas asociaciones ecologistas, ¿Te afiliarías a alguna?. A. ¿Para qué? No sirven para nada. B. Deben ser los gobiernos y las empresas quienes se preocupen del cuidado de la naturaleza, no los particulares. C. Sí, sin duda.

7. Tu entorno también es el suelo que pisas, los edificios en los que estás, las calles por las que pasas... ¿Cuidas de ese entorno? A. Sí, siempre procuro no mancharlo o estropearlo. B. Si no es mío, para qué lo voy a cuidar. C. De eso se deben encargar los ayuntamientos.

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

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

Puntuación entre 7 y 11. Eres un ecologista convencido y práctico. ¿Por qué no intentas contactar con otros compañeros que tengan los mismos sentimientos y valores que tú y formáis un grupo ecologista en el instituto?.

Puntuación entre 12 y 16. Tú y la ecología no os lleváis muy bien. Crees que el mundo está para hacer uso de él; pero no te das cuenta de que tú eres parte de ese mundo.

Puntuación entre 17 y 21. Dices valorar la ecología y puedes estar convencido de ello; pero tal vez sea cierto también que la practicas poco.

### ¿TE ADAPTAS A LOS AVANCES DEL PROGRESO?

Vivimos en un mundo en continuo progreso, continuamente nos anuncian nuevos avances tecnológicos o científicos. Una vez es la medicina, otra la genética, en ocasiones son avances en la informática o en otras máquinas... ¿Pero realmente estamos dispuestos a aceptar todas las implicaciones de dichos avances? Contesta estas preguntas y averígualo. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. Afirman que nuestro mundo está en "continuo cambio" ¿Estás de acuerdo?. A. Sí, por completo, creo que el mundo dentro de pocos años será diferente al actual. B. Hay progreso, pero no es tan rápido y continuo. C. Se exagera mucho, yo sigo igual que hace años.

2. Los cambios tecnológicos van a suponer grandes ventajas, pero, también, fuertes inconvenientes. A. Es verdad, pero a todo nos adaptaremos. B. Sí, de hecho hay progresos que no deberían llegar a generalizarse. C. Es verdad, pero todo tiene su pro y su contra.

3. Dicen que los avances técnicos nos obligarán a estudiar durante toda nuestra vida. ¿Estás dispuesto?. A. A mí que me den sólo avances fáciles, cómodos y atractivos. B. Sí, sé que toda la vida tendré que aprender nuevas cosas. C. Claro, de lo contrario me quedaré atrás.

4. Se ha descubierto un nuevo alimento extraído de las algas marinas, aunque su sabor es raro, es muy barato y alimenticio ¿Lo tomarías? A. Sí, ya lo prepararé para que sepa mejor. B. Nunca ¡Qué asco!, donde esté un buen filete... C. A falta de otra cosa, por qué no.

5. Los nuevos ordenadores, obligan a aprender nuevos programas más complejos ¿Estás dispuesto a ello? A. Sí, claro. B. Eso para los informáticos. C. Sólo si lo necesito.

6. El avance tecnológico nos hará cambiar de trabajo varias veces en nuestra vida. A. Una exageración más. B. Por supuesto, o por lo menos cambiará la forma de trabajar. C. Al contrario, nos facilitará nuestra forma de trabajar.

7. ¿Qué tipo de avances aceptarías? A. Una medicina que nos hará vivir 40 años más, pero que será cara y no todos podrán pagarla. B. La misma medicina, que aunque barata, obligará a una dieta muy exigente. C. La misma medicina, pero exigirá la modificación de nuestro actual modo de vida tecnificado.

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

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

Puntuación entre 7 y 10. Tu actitud se caracteriza más por preocuparte de mantener las ventajas que pueda tener el estilo de vida actual, que por aceptar un progreso que suponga fuertes modificaciones en tu estilo de vida.

Puntuación entre 11 y 16. Mantienes una actitud de aceptación ante el progreso, pero no te lanzas a aceptar cualquier novedad sin antes haber probado sus ventajas.

Puntuación entre 17 y 21. Estás convencido de que el progreso es uno de los ejes rectores del mundo actual, y además pareces dispuesto a ayudar a que así sea.



## ¿VES TU VIDA CON TENDENCIAS IDEALISTAS O MATERIALISTAS?

Las personas tendemos a inclinarnos en nuestra vida por ser más bien idealistas, o más bien materialistas. ¿Qué va a regir tu vida: la consecución de unos ideales, o el logro de una situación social y económica cómoda y desahogada? Si quieres saberlo, te puede ser de ayuda este cuestionario. (Rodea con un círculo la letra de la opción que elijas):

1. ¿Qué opinión te merece el dinero? A. Estupendo, cuanto más se tenga mejor. B. Es útil, pero en la vida hay otras cosas mucho más importantes. C. Es necesario.
2. ¿Qué piensas de los horóscopos? A. Son una superchería para incautos. B. Divertidos, aunque no creíbles. C. Es tan bonito pensar que van a ocurrir las cosas buenas que te dicen.
3. ¿Cuál de estas tres cosas preferirías para pasar un buen rato? A. Una buena comida. B. Un buen libro de aventuras. C. Una charla agradable con los amigos.
4. ¿Qué le regalarías a un amigo o amiga? A. Algo útil que pueda utilizar. B. Algo que le haga ilusión, aunque me cueste más dinero. C. Le buscaría algo bonito pero que estuviera dentro de mis posibilidades.
5. ¿Te sientes más emocionado ante...? A. Una canción bonita. B. Cuando tu equipo ha ganado. C. Me emociono cada vez que veo una gran alegría, felicidad o pena en otra persona.
6. Un compañero te pide que le aconsejes qué estudios debería hacer. A. Le aconsejarías que hiciera los que le van a garantizar cobrar más. B. Le dirías que eligiera según su vocación. C. Tratarías de buscar algo que se ajuste a sus gustos pero que también esté entre sus posibilidades.
7. ¿Con cuál de estas opiniones estás más de acuerdo? A. Es maravilloso contar con algo que te permita evadirte de este mundo cuando te apetezca. B. La vida es como es y hay que intentar vivirla lo mejor posible. C. Sí, la vida será como quiera, pero si quieres conseguir tus ambiciones tienes que luchar por ellas.

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

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

Puntuación de 7 a 9. El idealismo domina tu vida; para ti probablemente las cosas materiales no tienen sentido si no sirven a un ideal.

Puntuación de 10 a 18. Procuras ser realista en tu vida, aunque no siempre sea fácil. Eres capaz de tener tus propios ideales, pero sabes que la realidad se impone muchas veces a nuestros deseos.

Puntuación de 19 a 21. Tiendes a ser más bien materialista; la consecución de tu bienestar personal, de tus ambiciones, está por encima de ideales etéreos o lejanos.

**3º ESO : SESIONES PROPUESTAS PARA EL SEGUNDO TRIMESTRE.** *(Modificables según necesidades y demandas del alumnado)*

<b>SUBPROGRAMA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>Págs.</b>
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.	43-44
TÉCNICAS DE ESTUDIO.	Descubrimos cómo rendir más en nuestros estudios.	Realizar un autoanálisis y compromiso de mejora.	45-47
	¿Cómo sacarle provecho al estudio?	Mostrarles cómo rendir más con menos esfuerzo.	48-50
MEJORA DE LA CONVIVENCIA.	La subasta.	Reflexionar sobre algunos valores personales.	51
MEJORA DEL TRABAJO EN GRUPO.	Decálogo del “mal cooperador”	Reflexión de las características del mal cooperador.	52-53
	Problema de lógica.	Analizar experiencias de trabajo en grupo.	54-56
DEBATES.	¿Cómo te ves a ti mismo como estudiante?	Analizar las características de algunos estudiantes.	57-60
MEJORA DEL RAZONAMIENTO.	Clasificamos elementos.	Ejercitarse en la clasificación.	61

**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 \_\_\_\_\_.\_\_\_\_\_.

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>TÉCNICAS DE ESTUDIO</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>DESCUBRIMOS CÓMO RENDIR MÁS EN LOS ESTUDIOS</b>

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

**\* OBJETIVOS:**

- Presentarte un cuestionario para valorar tus técnicas y hábitos de estudio.
- Continuar trabajando en nuestro compromiso de mejora del estudio.

**DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:**

**1. Contesta sinceramente el siguiente cuestionario.**

Te propongo que contestes a estas preguntas, así podrás conocer mejor qué aspectos de tus hábitos y técnicas de estudio tienes que procurar perfeccionar. Lo más importante es que te sirva de base para tu reflexión y para que tomes una decisión de cara a mejorar tu estudio; y no es tan importante que tengas muchas o pocas cuestiones correctas.

**CUESTIONARIO "VALORO MI CAPACIDAD DE ESTUDIO"**

Pon una "X" donde mejor se indique lo que sueles hacer y agrega los comentarios que consideres conveniente.

	NUNCA	A VECES	FRECUENTEMENTE	COMENTARIOS Y OBSERVACIONES
<b>a.- Tus condiciones de estudio.</b>				
¿Tienes un lugar fijo de estudio?				
¿Tienes horas de estudio diario fijas?				
¿Programas tu sesión de estudio al empezar?				
¿Preparas al empezar lo que vas a necesitar?				
¿Preparas al terminar lo del día siguiente?				
<b>b.- Tu motivación para el estudio</b>				
¿Te pones a estudiar sin retrasos, ni abandonos?				
¿Crees que lo que aprendes te será útil en el futuro?				
¿Aunque la tarea sea difícil no te rindes?				
¿Siempre tienes las tareas hechas a tiempo?				
¿Valoras tu trabajo, cuando terminas tus tareas?				
<b>c.- En clase.</b>				
¿Atiendes a las explicaciones y correcciones?				
¿Procuras terminar los ejercicios en clase?				
¿Te llaman alguna vez la atención?				
¿Muestras interés por la clase?				
¿Tomas notas de lo que dice el profesor?				

	NUNCA	A VECES	FRECUENTEMENTE	COMENTARIOS Y OBSERVACIONES
<b>d.- Tu método de estudio.</b>				
¿Lees primero, antes de memorizar, todo el tema?				
¿Lo subrayas, haces resúmenes o esquemas?				
¿Compruebas que te sabes bien lo estudiado?				
¿Repasas tus temas repetidamente?				
¿Llevas al día las asignaturas y los ejercicios?				
<b>e.- Tus ejercicios.</b>				
¿Antes de hacerlos repasas la lección?				
¿Los haces de manera clara y ordenada?				
¿Te aseguras de corregirlos en clase?				
¿Te preocupa la limpieza de tus cuadernos?				
¿Si has faltado se los pides a un compañero?				
<b>f.- Tus exámenes.</b>				
¿Los estudias con varios días de antelación?				
¿Te da tiempo a repasarlos el día anterior?				
¿Los lees antes de empezarlos?				
¿Empiezas por las preguntas cortas y sencillas?				
¿Repasas el examen antes de entregarlo?				

**2.** Subraya de rojo las preguntas en las que hayas contestado “nunca o a veces”, esos son los aspectos que tienes deficitarios y que has de mejorar.

Revisa tus comentarios y observaciones, trata de buscar alguna conclusión, a partir de lo que has subrayado y de tus comentarios, que te sea útil, que te ayude en la reflexión sobre tu forma de estudiar.

**3.** Para que te sirva de guía te damos en la siguiente hoja unos consejos, que si los pones en práctica comprobarás cómo, de forma inmediata, mejora tu rendimiento.

Hazte con ellos un compromiso que revisarás en las próximas y sucesivas semanas.

**ME COMPROMETO A.**

### **10 CONSEJOS PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO ESCOLAR.**

1. Procura convencerte de que tú QUIERES Y PUEDES.
2. Estudia con INTERÉS Y CONCENTRACIÓN. Aprovecha tu tiempo.
3. Prepárate un AMBIENTE de estudio cómodo, relajado, personal, que te permita la concentración y el disponer de los materiales necesarios.
4. CUIDA TUS MATERIALES de estudio.
5. ORGANIZA bien tu tiempo, tus materiales y tu trabajo. Hazte un HORARIO de estudio, que te facilite la planificación de tu estudio personal.
6. Mejora continuamente tu PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN:
  - a) Estudia todos los días a la misma hora y durante un tiempo mínimo fijo.
  - b) Prepara todo lo necesario antes de ponerte a estudiar; distribuye tiempos y tareas; al terminar prepara los materiales para el día siguiente.
  - c) Comienza a estudiar por lo más difícil y ve alternándolo con tareas fáciles pero cortas; las fáciles y largas déjalas para el final.
7. Fíjate cada día unos OBJETIVOS de estudio.
8. RELACIONA lo estudiado con tus aprendizajes anteriores. Repasa los esquemas de los temas anteriores, relacionados con el que estás estudiando.
9. Sigue un buen METODO DE ESTUDIO y usa las TECNICAS DE ESTUDIO.
  - a) Haz una lectura rápida del tema, para tener una idea global del mismo, preparar los materiales y aclarar las dudas.
  - b) Haz varias lecturas comprensivas de los apartados del tema y comprueba después de cada lectura si ya te lo sabes.
  - c) Subraya el tema.
  - d) Revisa los ejercicios hechos en clase.
  - e) Haz un resumen o esquema del tema.
10. Cómo preparar EXAMENES:
  - a) Prepáralos con varios días de antelación.
  - b) Repasa varias veces los esquemas y revisa los ejercicios que tengas hechos.

**Haz un seguimiento diario de todos los compromisos que has hecho hasta el momento.**

**SUBPROGRAMA:**

**TÉCNICAS DE ESTUDIO**

**ACTIVIDAD:**

**¿CÓMO SACARLE PROVECHO AL ESTUDIO?**

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

**\* OBJETIVOS:**

- Mostrarte cómo conseguir mejores resultados en tus estudios con menos esfuerzo.
- Motivarte en el cumplimiento de tus compromisos.

**DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:**

**1.** Haz un resumen del texto, pero transformándolo para que los personajes sean dos estudiantes.

**NO BASTA CON TRABAJAR, HAY QUE SABER TRABAJAR.**

Dos albañiles tienen que levantar muros paralelos en una obra, por tanto las herramientas y materias primas que utilizan son las mismas, sin embargo uno de ellos ha logrado levantar en menos tiempo más cantidad de muro y, además, el muro está mejor hecho. ¿Qué puede haber pasado según tu opinión? \_\_\_\_\_

¿Quizá alguna de estas razones ha influido?. El albañil que era más eficaz:

- a. antes de ponerse a trabajar organizó todos sus materiales,
- b. se preocupó de no perder el tiempo en distracciones,
- c. hizo su trabajo siguiendo un método sistemático y organizado,
- d. se aseguró de que cada ladrillo que ponía estaba bien puesto, de que no cometía errores que pudieran obligarle a perder tiempo al tener que corregirlos posteriormente.
- e. procuró hacer su trabajo con interés, evitando el deseo de hacerlo lo antes posible aunque eso suponga hacerlo mal.
- f. cuando terminó su trabajo recogió todas sus herramientas y las preparó para poder encontrarlas al día siguiente en buenas condiciones de uso (ordenadas, limpias, sin roturas...)

**NO BASTA CON ESTUDIAR, HAY QUE SABER ESTUDIAR.**

Dos estudiantes tienen que hacer idéntico ejercicio, sin embargo uno lo hace mejor y en menos tiempo. Ello es debido a:

---

---

---

**2.** Lee lo que le pasó a estos compañeros y contesta a la pregunta que se te hace.



<b>EL PRESENTE</b>
Jesús no desea ir por el instituto, a él le gusta la naturaleza. Le gusta conocer de todo sobre bosques y animales
Juana prefiere dedicar las clases a hablar. No estudia en casa, se lo pasa mejor con los amigos, o con la tele.
Luisa sueña con pilotar aviones. Sueña y sueña, pero no estudia.

<b>DIEZ AÑOS DESPUES.</b>
Jesús tiene ahora 26 años. Desea ser guardia forestal; pero no tiene un título que le facilite el acceso a ese trabajo.
Con 25 años todavía no tiene un trabajo fijo y ahora piensa que si estuviera en el instituto aprovecharía mejor el tiempo.
Con 30 años, tiene la posibilidad de acceder a una academia para ser piloto; pero le piden física, matemáticas...

¿Cuál deseas que sea tu futuro dentro de 10 años y qué estás haciendo ahora para conseguirlo?

<b>CÓMO SERAS DENTRO DE 10 AÑOS</b>

<b>QUÉ HACES PARA CONSEGUIRLO</b>

**3.** Completa este cuadro y coméntalo con tus compañeros de clase.

<b>¿QUÉ NOS PREOCUPA A LOS JÓVENES AHORA?</b>	<b>¿QUÉ NOS PREOCUPARÁ DENTRO DE DIEZ AÑOS?</b>
<b>¿QUÉ HACEMOS AHORA PARA LABRAR NUESTRO FUTURO?</b>	<b>¿DE QUÉ NOS JACTAREMOS O ARREPENTIREMOS EN EL FUTURO?</b>
<b>¿EN QUÉ DEBO ESFORZARME AHORA SI QUIERO UN FUTURO PROMETEDOR?</b>	

**4.** Seguro que después de estas actividades eres capaz de escribir un resumen de la sesión usando unas breves frases. Te puede ayudar si piensas sobre cuál era la intención de la sesión, qué pretendíamos conseguir con estas actividades.

---

---

---

---

---

---

---

---

Alguna de las frases que has escrito en el resumen anterior podrían serte útiles, ¿Para qué, cómo? ¿Qué harías para convertir esas frases, esos consejos, en conductas diarias y concretas?

---

---

---

---

---

---

---

---

Haz un compromiso para intentar seguir las conclusiones a las que has llegado durante la próxima semana, después de lo cual lo revisarás y valorarás si te ha ayudado a mejorar tu sistema de trabajo.

**¿Cómo te ha funcionado el compromiso de la semana pasada?**

**Revisa tu sistema de estudio, valora tu rendimiento y trata de descubrir en qué aspectos puedes cambiar para mejorar el uno y el otro.**

**SUBPROGRAMA:** **MEJORA DE LA CONVIVENCIA**

**ACTIVIDAD:** **LA SUBASTA**

**\* OBJETIVO:**

- Analizar los valores personales del alumnado.

**\* MATERIALES:**

- La "Lista de subasta".

**"Lista de subasta"**

- |  |                                |
|--|--------------------------------|
| 1. Unas notas magníficas en todo el curso.   | 11. Un caballo.                |
| 2. Una salud de hierro.                      | 12. Una moto.                  |
| 3. Ser apreciado por todos.                  | 13. Una caja de chicles.       |
| 4. Una varita mágica que te dé lo que pidas. | 14. Una casa en la playa.      |
| 5. Un viaje de vacaciones.                   | 15. Hallar el amor de tu vida. |
| 6. Ganar mucho dinero en tu vida.            | 16. Un buen amigo.             |
| 7. 600 euros para repartir entre los amigos  | 17. Un físico muy atractivo.   |
| 8. Dirigir el instituto durante una semana.  | 18. Un trabajo que te guste.   |
| 9. Ser un gran inventor.                     | 19. Ser un gran deportista.    |
| 10. Tener una vida familiar feliz.           | 20. Ser famoso y rico.         |

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Se explica al alumnado las reglas del juego. Se trata de adquirir en una subasta unos bienes; cada alumno tendrá una cantidad fija de bonos (100.000 bonos). Pero podrán colaborar (compartir, ceder, etc.) entre ellos.

Se copia "La lista de subasta" y se dejan unos minutos para que se hagan una composición de lugar (¿Qué artículos quieren, a qué precio, etc.).

Segundo paso. Se realiza la subasta, cada alumno pujará según sus gustos y los bonos que tenga. Apuntar lo comprado, por quién y los precios de compra.

Tercer paso. Comentar la actividad. Si es preciso cortar la subasta para reservar unos minutos finales de diálogo y análisis. Aspectos a comentar: a. Valores (razones) de sus gastos, b. Artículos mas apreciados, d. Relación entre alumnos / artículos logrados / bonos gastados, d. dinámica de la puja (primeros pasos, luchas por un artículo, etc.) e. Beneficios de la cooperación / competición.

*NOTA: Actividad adaptada del libro: SARRAMONA, J. (Dirección) (1984) "Cómo fomentar valores individuales" Barcelona. Ediciones CEAC.*

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>MEJORA DEL TRABAJO EN GRUPO</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>DECÁLOGO DEL "MAL COOPERADOR"</b>

**\* OBJETIVO:**

- Analizar con humor las conductas típicas de un mal cooperador y proponer un decálogo apropiado para el buen cooperador.

**\* MATERIALES:**

- Fotocopias de la hoja en la que está el decálogo del "mal cooperador"

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. A los grupos se les entrega el documento "decálogo del mal cooperador". Dejándoles 30-35 minutos para organizarse y realizar la tarea (rellenar el cuadro).

Segundo paso. Se hace una puesta en común de los trabajos realizados por cada grupo y por último se comenta lo registrado por los grupos. Intentando escribir en la pizarra una síntesis que recoja el decálogo del "buen cooperador".

Conviene evitar la personalización al hacer los comentarios, pero sí se debe resaltar todos los aspectos que hayan favorecido la organización del trabajo del grupo más aún que los que hayan supuesto algún inconveniente.

Por último, se les invita a que en las sesiones en las que tengan que trabajar en grupo, intenten utilizar al máximo ese decálogo del buen cooperador que se ha establecido. Sería oportuno que se copiara en un folio que fotocopiado se repartiera a todos los alumnos en la próxima sesión.

**DECÁLOGO DEL "MAL COOPERADOR"**

<b>Decálogo del "mal cooperador"</b>	<b>Decálogo del "buen cooperador"</b>	<b>¿Cómo conseguir que en mi grupo todos sean "buenos cooperadores"?</b>
<p>1. No asistas a las reuniones de trabajo, pero si se te ocurre ir, llega tarde y márchate antes de que termine.</p> <p>2. No aportes tus ideas y esfuerzo al grupo, y critica las ideas y trabajos de los demás.</p> <p>3. Procura proyectar tus fracasos en los demás o en motivos ajenos de los que tú no tienes ninguna culpa.</p> <p>4. No participes en el trabajo común, ni aceptes responsabilidades; pero quéjate de que no se funciona porque tú no puedes organizar las cosas.</p> <p>5. Si te piden tu opinión di que no tienes nada que decir; pero luego al final explica todas las cosas que hubieras dicho si te hubieran dejado.</p> <p>6. Si no te han propuesto para hacer algo pon el grito en el cielo.</p> <p>7. No hagas lo que te corresponde; pero cuando intenten pedirte algo di que no estás a las ordenes de nadie.</p> <p>8. Si algo sale mal, asegura que tú ya lo habías predicho; pero si sale bien, critica algún aspecto o detalle.</p> <p>9. No alabes el trabajo del compañero, al contrario muestra siempre lo que le falta para ser perfecto.</p> <p>10. Ante extraños al grupo comenta lo mal que funciona el grupo y lo necesario que sería que te dejaran cambiar la forma de funcionar del grupo.</p>		

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>MEJORA DEL TRABAJO EN GRUPO</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>UN PROBLEMA DE LÓGICA</b>

**\* OBJETIVO:**

- Adquirir experiencias de organización del trabajo.

**\* MATERIALES:**

- Plantilla para cumplimentar los datos del problema y los datos necesarios y la "Guía de observación de la dinámica grupal" que se dan aparte para facilitar su fotocopiado.

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Dividid la clase en grupos de cinco o seis alumnos y repartidles los datos del problema. Explicadles que el ejercicio consiste en saberse organizar para ser capaz de descubrir la solución al problema lo antes posible.

Segundo paso. Dejad unos minutos para que intenten resolver el problema (unos 30 a 35 minutos suelen ser suficientes); mientras trabajan en el problema, el tutor debe ir anotando en una hoja las incidencias que vaya observando: ¿Cómo se organizaron, quién hacía propuestas, qué actitudes generaron conflictos, qué intervenciones favorecieron el trabajo y cuáles lo dificultaron?

Tercer paso. Comprobar que todos los grupos han llegado a la solución correcta; si no es así, iniciar un pequeño debate para aclararla y presentar las razones de la solución.

Cuarto paso. A partir de las observaciones del tutor iniciar un debate en clase sobre las conductas, actitudes, estrategias de trabajo que contribuyen a un buen rendimiento y sobre las que han provocado alguna distracción, interrupción, perturbación, etc. para ello se puede utilizar la "Guía de observación de la dinámica grupal"

Conviene evitar las personalizaciones, sólo se comentarán las conductas evitando mencionar en lo posible la persona o grupo que las hizo. Lo importante es que se den cuenta de las conductas favorecedoras y perturbadoras del trabajo en grupo.

**SOLUCIÓN AL PROBLEMA:**

LUGAR	PROFESIÓN	NACIONALD.	EDAD	COLOR DE OJOS	ESTATURA
1º	ARTISTA	SUECO	37	AZULES	1.64
2º	JOYERO	INGLES	51	MARRONES	1.79
3º	CAMIONERO	FRANCÉS	43	GRISES	1.71
4º	INGENIERA	ITALIANA	29	NEGROS	1.83

### HOJA CON LOS DATOS DEL PROBLEMA.

Con esta actividad pretendemos adquirir experiencias de organización de grupos de trabajo. La actividad consistirá en completar la plantilla del problema que se os presenta a partir de las pistas que tenéis escritas y contestad a estas preguntas.

Un aduanero está registrando uno tras otro los cuatro coches que están detenidos esperando para cruzar la frontera. Hay un sólo pasajero en cada coche y son de profesiones, nacionalidades, edades, color de ojos y estaturas diferentes. Tenéis que averiguar ¿Qué edad tiene el joyero?, ¿Qué profesión tiene el sueco?, ¿Cuál es la profesión de la única mujer del grupo? ¿En qué lugar, orden, se encuentran para cruzar la frontera?

LUGAR	PROFESIÓN	NACIONALID.	EDAD	COLOR DE OJOS	ESTATURA

Para resolverlo tenéis estas pistas que ordenar y relacionar con lógica:

La persona que lleva el primer vehículo de la fila tiene 37 años.

Uno de los cuatro personajes tiene 51 años y mide 1'79 m.

La señora italiana tiene 29 años y mide 1'83 m.

El francés precede en la fila a la que tiene los ojos negros.

El camionero es el tercero en cruzar la frontera.

El francés pasa después del de 51 años y antes de la de ojos negros.

El artista tiene ojos azules y es sueco.

La persona de más altura y la más joven es la mujer.

El conductor que tiene ojos grises mide 1'71 m.

El de más edad vive en Glasgow.

La mujer es ingeniera industrial.

El hombre de 43 años que mide 1'71 m. es conductor.

El conductor de ojos grises pasa la frontera inmediatamente después del inglés.

El artista que mide 1'64 cm. y que tiene los ojos azules cruza la aduana el primero.

El que tiene 43 años se llama François Ratisbone y viene conduciendo sin parar desde Burdeos.

La persona con ojos marrones está en la fila de espera para pasar la aduana entre el que tiene los ojos azules y el de ojos grises.

La persona que lleva un muestrario de joyas entre sus maletas es la de más edad.

<b>GUIA DE OBSERVACION DE LA DINAMICA GRUPAL.</b>
---

\* ¿Cómo se organiza el grupo, cómo se sientan, qué materiales usan al iniciar el trabajo, cómo se organizan esos materiales, etc.? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\* ¿Qué procesos han utilizado (turno de palabras / turno libre, división de tareas, ordenación de objetivos, etc.)? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\* ¿Ha habido algún moderador, quién lo nombró, cómo se eligió? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\* ¿Se nombró un secretario, cómo se hizo? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\* ¿Cuántas intervenciones de cada tipo ha habido? Pon una raya cada vez que observes una de ellas, no pongas nombres.

Propuestas de trabajo	
Aportes de datos e informaciones	
Frases de ánimo	
Bromas, juegos	
Valoraciones de las opiniones de otros	
Frases de crítica	
Debates ordenados y respetuosos	
Discusiones fuertes, enfrentamientos	
Suavización de los enfrentamientos	
Obstrucciones al trabajo del grupo	
Resúmenes de lo ya acordado	
Abandonos del grupo	
Escapadas para espiar a otros grupos	

¿Qué otras observaciones harías? \_\_\_\_\_



**SUBPROGRAMA:**

**DEBATES**

**ACTIVIDAD:**

**¿CÓMO TE VES A TI MISMO COMO ESTUDIANTE?**

**\* OBJETIVOS:**

- Debatar y reflexionar sobre algunos modelos-tipo de estudiante.
- Conseguir que a través de tu reflexión formules un compromiso de mejora.
- Usar la técnica de debates "de casa en casa".

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

Primer paso. Leed y comentad con los alumnos el texto que sigue a continuación.

**ALGUNOS MODELOS DE ESTUDIANTE.**

Los profesores hemos conocido muchos chicos y chicas que, aun siendo inteligentes, eran incapaces de superar las asignaturas porque estaban convencidos de que no podían o de que esa asignatura no iba con ellos, se comportaban como si el fracaso en sus estudios fuera algo inevitable; otros que creían que la mejor forma de aprobar era tener contento al profesor y, claro está, los que creían que el profesor era su enemigo.

Nuestra manera de actuar depende en gran medida de la **IMAGEN PERSONAL** que tenemos de nosotros mismos, por ello nos conviene tener una visión clara y realista de qué somos y de cómo nos vemos, para que así sea más fácil plantearnos el cómo queremos ser.

Tal vez te será más fácil comprender esta idea a partir de las siguientes anécdotas; además, estamos convencidos de que vosotros conoceréis muchas más tan válidas como éstas:

Marta es una chica realmente lista, con estudiar unos pocos minutos y atender en clase cree que va a tener bastante para aprobar y, tal vez, así ha sido hasta ahora, pero la verdad es que cada curso las cosas son más difíciles y últimamente está suspendiendo mucho por confiar en el esfuerzo de último momento. Confía en aprenderlo todo el día antes del examen. Se considera lista pero no ve la necesidad de esforzarse.

Por el contrario, su compañero Andrés está convencido que todo es difícil y se esfuerza en exceso, tanto que el estudio le agobia y le hace estar nervioso. No tiene confianza en su capacidad y siempre duda en las respuestas, las revisa una y otra vez, y muchas veces las corrige y no siempre lo hace bien. Afirma que saca menos nota de la que merece por su esfuerzo. Su falta de confianza en sí mismo le hace rendir menos.

Adela estaba convencida que ella era una nulidad con los idiomas hasta que cerca de su casa se trasladó una familia que era inglesa y empezó a practicarlos con sus hijas. ¡Qué fácil le resultaba el inglés! Ahora le veía sentido, tenía una utilidad para ella, lo estudiaba y lo practicaba, le servía para comunicarse con alguien.

Preguntas tipo para el debate: ¿Estáis de acuerdo con la idea del texto? ¿Conocéis alguna anécdota que sirva para apoyar esta idea? ¿Creéis que si alguien logra modificar su imagen de estudiante puede de esa forma mejorar en su rendimiento?

Segundo paso. Copiar en la pizarra los nombres de cada tipo de estudiante del texto siguiente y los que añadan después de su lectura los alumnos.

### **ALGUNOS MODELOS DE ESTUDIANTE.**

Aquí os proponemos algunos modelos de estudiante. Seguro que ninguno se ajusta plenamente a tu forma de actuar, pero a lo mejor encuentras en ellos rasgos que te ayudan a pensar y valorar tu forma de estudiar.

a) Modelo <Prisionero>. "¿Cuándo terminará esta pesadilla? ¿qué hora es? ¿cómo conseguiré despistar al vigilante (profesor o padres)? ¿cuándo nos marcharemos?"

b) Modelo <Paciente o abonado> "Aquí tengo mi sitio, mi mesa y mis libros, ¿qué tendré que hacer, no será mucho ni difícil? Yo con venir a clase y no portarme mal ya tengo bastante, ¿no querrán que además saque buenas notas?"

c) Modelo <Relaciones Públicas> "El instituto es un lugar para encontrarse con los amigos, para pasar buenos ratos en pasillos o recreos. Está claro que tiene unas normas, pero si no te las saltas en exceso no pasa nada."

d) Modelo <Empollón> "Mi máxima preocupación es sacar buenas notas, conseguir un buen nivel para poder pasar a estudios superiores y poder tener un mejor trabajo"

e) Modelo <Mínimo esfuerzo> "Me conformo con ir aprobando, con el mínimo esfuerzo. Mira, me han puesto un cuatro, voy a hablar con el profesor para conseguir que me suba a cinco, ¡me lo merezco, no doy mucho follón!"

f) Modelo <Enfrentamiento permanente> "Estoy a disgusto en el instituto, los profesores me caen mal y son injustos, por lo que suelen producirse enfrentamiento con ellos"

g) Modelo <Escaqueador> "El instituto no me gusta, se pasa mejor en la calle con los amigos, es por eso por lo que faltó a clase"

h) Modelo <Copieteo> "Soy un experto en hacer "Chuletas", en copiar en los exámenes, lo que interesa es aprobar, el cómo conseguirlo no importa"

Tercer paso. Iniciar una lluvia de ideas a partir de las siguientes preguntas: ¿Se os ocurre algún otro modelo?. Os proponemos algunos nombres que podrían definirlos: El modelo "matón", el modelo "sufridor", el modelo "yo lo sé, yo lo tengo bien"... ¿Cuál otro se os ocurre? ¿Qué frases tipo dirían esos alumnos? (Algunas posibles frases: para el "matón", soy el más fuerte, todos me temen; para el "sufridor", que mal lo paso, todos se meten conmigo, nada me sale bien; para el "yo lo sé", siempre tengo todo bien, soy el más listo y trabajador...)

Cuarto paso. Inicio de la técnica de debate "de casa en casa". Organizad grupos de cuatro a seis alumnos que han de rellenar la tabla siguiente (fotocopiada o en la pizarra) dando respuesta a estas preguntas: ¿Qué objetivos perseguirá, qué buscará cada uno de estos estudiantes según su modelo de conducta?, ¿qué conductas más frecuentes los definirán?, buscad entre todos para cada modelo dos consejos o alternativas que le ayuden a mejorar su rendimiento académico.

Aseguraos de que todos los alumnos del grupo recogen en una hoja los objetivos, conductas y consejos comentados en su grupo para poder trasladarlas al nuevo grupo.

<b>MODELOS DE ESTUDIANTE</b>			
	<b>OBJETIVOS</b>	<b>CONDUCTAS</b>	<b>CONSEJOS</b>
<b>PRISIONERO.</b>			
<b>PACIENTE O CLIENTE.</b>			
<b>RELACIONES PUBLICAS.</b>			
<b>EMPOLLÓN.</b>			
<b>MÍNIMO ESFUERZO.</b>			
<b>ENFRENTA- MIENTOS.</b>			
<b>ESCAQUEADOR.</b>			
<b>COPIETEO.</b>			

Quinto paso. Reestructurar los grupos de forma que en cada nuevo grupo haya un representante como mínimo de cada uno de los grupos iniciales; en cinco minutos tienen que intercambiar en este segundo grupo las aportaciones que cada grupo realizó en el paso segundo, para después volver a pasarlas a su grupo de origen en el siguiente paso.

Sexto paso. Volver a organizar los grupos iniciales para que cada alumno, que recogió la información de otro grupo, informe de ella a sus compañeros y de esta manera completen al máximo la tabla. Dejadles para hacer esta tarea otros pocos minutos.

Séptimo paso. Después de motivar a los alumnos para realizar esta actividad con afecto y buen humor. Aprovechar los grupos iniciales del paso segundo para que cada alumno escoja los objetivos, conductas y consejos de entre los registrados en la tabla que considera útiles para mejorar en sus estudios y que dirige a cada uno de sus compañeros de grupo.

A continuación se intercambiarán los consejos que cada uno da a los demás. El primer miembro del grupo oirá en silencio, sin poder discutirlos, apuntándolos en un folio los consejos que el resto de compañeros le hacen. Después será el segundo alumno y así sucesivamente.

Octavo paso. (Se puede suprimir si vamos cortos de tiempo) Abrir un debate general en la clase para tratar de establecer los diez consejos que más han abundado entre todos los que se han dado. Cada grupo nombra un portavoz que hará el resumen de los consejos aportados en su grupo (no debe mencionar en ningún caso nombres)

Noveno paso. Invitad a los alumnos a elegir un objetivo, una conducta y un consejo que él no suela tener o utilizar y a comprometerse a llevarlo a término durante esta semana. Se les puede pedir que los escriban en una hoja y se lo entreguen al profesor.

ALUMNO: .....	
DURANTE LA PRÓXIMA SEMANA	ME COMPROMETO A:
OBJETIVO QUE BUSCARÉ	
CONDUCTA QUE TENDRÉ	
CONSEJO QUE ACEPTO	

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>MEJORA DEL RAZONAMIENTO</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>CLASIFICAR ELEMENTOS</b>

**\* OBJETIVOS:**

- Ejercitar al alumno en la clasificación de elementos.

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

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

Se les pide a los alumnos que intenten recordar el máximo de elementos que cumplan la condición que en cada caso se señale; pero para hacerlo deberán seguir una de las estrategias de clasificación que se les propone en cada caso.

Segundo paso. Sucesivamente, una tras otra, se les van presentando las siguientes categorías y estrategias de trabajo, pueden copiarse en la pizarra.

Cada alumno deberá elegir previamente una estrategia diferente para cada categoría, escribir en su folio la estrategia elegida y la categoría (los modelos de estrategias elegidos han de ser diferentes para cada categoría, para así asegurar que todos los alumnos prueban los tres modelos de estrategia). Desde ese momento tienen cinco minutos para escribir el nombre de todos los elementos que cumplan la condición de la primera categoría propuesta según el criterio de clasificación elegido.

CATEGORÍA	1º CRITERIO	2º CRITERIO	3º CRITERIO
Animales.	Sin criterio, según nos vengan a la mente.	Por su modo de moverse: Volar, nadar, saltar...	Por el tipo: Insectos, peces, aves, reptiles, mamíferos...
Alimentos.	Sin criterio, según nos vengan a la mente.	Por su modo de tomarse: Bebidos, masticados, triturados...	Por el tipo: Carnes, peces, hortalizas, legumbres, frutas...
Programas de T.V.	Sin criterio, según nos vengan a la mente.	Por el horario: De mañana, tarde, noche...	Por su contenido: Concursos, películas, noticieros, documentales....

Se vuelve a repetir la tarea con una nueva categoría y después con la tercera.

Tercer paso. Pedir a los alumnos que valoren y comenten cuál creen que ha sido el criterio más eficaz en cada caso y por qué.

Cuarto paso. Pedirles que digan nombres de: deportes, ciudades, escritores... y que se inventen formas y criterios de clasificación. Cada alumno deberá apuntar en su folio el criterio que ha usado para recordar el máximo de elementos de cada categoría.

<b>3º ESO : SESIONES PROPUESTAS PARA EL <u>TERCER TRIMESTRE</u>.</b> <i>(Modificables según necesidades y demandas del alumnado)</i>			
<b>SUBPROGRAMA</b>	<b>ACTIVIDAD</b>	<b>OBJETIVOS</b>	<b>Págs.</b>
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.	Vamos a hacer chuletas.	Prevenir sobre su uso, motivar al estudio.	63-65
MEJORA DEL RAZONAMIENTO.	Tras las pistas. (No tienen la solución, pero pueden extraerse)	Desarrollar el razonamiento y tener experiencias de trabajo en grupo.	66-69
	Cóctel de palabras y la frase misteriosa.		70
ASESORIA VOCACIONAL.	Reflexión sobre la continuación de estudios para la elección de optativas.	Informar y hacerles reflexionar para un elección apropiada de la opcionalidad.	71-73
DEBATES.	¿Cómo os lo montáis con los amigos?	Debatir sobre el tema.	74-75
DESPEDIDA DEL CURSO.	Lo mejor que pasó y regalos amistosos.	Desarrollar actitudes positivas entre los alumnos.	76
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.	77-78

**SUBPROGRAMA:**

**TÉCNICAS DE ESTUDIO**

**ACTIVIDAD:**

**VAMOS A HACER "CHULETAS"**

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

**\* OBJETIVOS:**

- Proporcionarte unos cuantos trucos para hacer "chuletas".
- Prevenirte contra su uso indiscriminado y continuado.

**DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:**

**1.** Lee y comenta en clase. Para trabajar este tema es necesario utilizar el "buen humor", tenéis que encontrarle el sentido a esta broma y extraer alguna enseñanza útil. Sin una actitud lúdica el tema no funcionará. Leed el tema y comentadlo, explicad anécdotas que os hayan ocurrido y que puedan servir de ejemplos.

Aquí tenéis en una breve descripción algunas de las artes del "chuleteo"; os proponemos un reto: poned ejemplos a cada una y completadlas con otros trucos o técnicas.

**EL ARTE DEL "COPIETEO"**

1. El arte de la copia directa. Consistente en copiar directamente del libro o de los apuntes aprovechando los descuidos del profesor. Tiene la desventaja de ser incómoda; además, si no se cambia en algo lo copiado se nota mucho que no es de cosecha propia y luego nos lo pueden descubrir. Se necesita ser un buen malabarista y tener un ojo en el libro y otro en el profesor, con el riesgo evidente de quedarse bizco.

2. El arte del susurro chivateador. Se trata de preguntar al compañero lo que se desconoce y esperar de su buen corazón que nos lo explique. Hay que tener una oreja de indio de las praderas y siempre tener escondido el lápiz, para en caso de ser descubierto, excusarnos diciendo que se lo estábamos pidiendo al compañero. Conviene preguntar y escuchar mirando hacia otro lado distinto a la fuente del sonido; no hay que ponerse la mano en la boca, sino bajar la cabeza. Existe el riesgo de que el compañero se equivoque en su respuesta o de que provoquemos que le suspendan a él también, lo que, claro, es peor.

3. El arte del televistazo. Podremos copiar si contamos con la generosidad del compañero y si deja su examen en posición adecuada para echarle un vistazo a distancia. Inconvenientes idénticos al caso anterior. No conviene mostrar alargamientos de cuello o posaderas despegadas de la silla.

4. El uso de técnicas simples. Escribir las chuletas en rollos de papel, sobre la mesa, en el bolígrafo, en la piel... Útil para fórmulas, fechas y datos breves en general. Conviene utilizar un lenguaje secreto, así en caso de ser descubierto siempre se podrá decir que se trata de un juego. Incluso se puede utilizar la pizarra, mezclando adecuadamente las fórmulas entre todo lo escrito por la clase anterior. Se tiene el riesgo de que a veces ni te acuerdas de lo que dice en ese galimatías de pequeños signos raros.

5. Las técnicas mecánicas. Hay que construir artilugios que nos permitan disponer de las chuletas en el momento preciso, al mismo tiempo que la hacen desaparecer en caso de necesidad. Suelen ser laboriosas y siempre tienen algún pequeño fallo que las invalida.

6. La técnica friolera. Como vehículo chuletil utilizaremos la ropa, en los bolsillos, debajo de la manga, en un pliegue, dobladillo, etc. Poco aconsejable en verano, es algo sucia y hay que procurar no utilizar tintas indelebles.

7. La técnica del rincón secreto. Percheros, armarios, papelera, estuches, etc. en donde convenientemente situada y escondida de la vista del profesor ubicaremos la chuleta. Lo mejor es que dicho objeto informador podáis verlo sin necesidad de manipulación, al abrir el habitáculo o al mover el objeto que convenientemente situado esconde la chuleta.

8. La técnica del cambiazo. Intentaremos traer de casa escrita en un folio la pregunta que creemos que va a salir (una pregunta por folio) y al terminar el examen pondremos nuestro folio casero junto al del examen. Si los folios no son del mismo tamaño o color se nota mucho, pero siempre se puede volver a copiar explicando, si nos preguntan, que lo estamos pasando a limpio.

9. El arte de la duda sistemática. Levántate muchas veces a preguntar dudas al profesor y aprovecha para echar vistazos a los exámenes de los compañeros. Conviene plantear las dudas en voz alta para permitir a todos los compañeros enterarse de la información del profesor y ponerse delante de él para impedir ver a los compañeros que puedan estar copiándose en ese momento.

10. Las técnicas creativas. Son las que debéis inventar vosotros.

Habrás podido comprobar que todas las técnicas tienen inconvenientes y desventajas y no es la menor el tiempo que nos exige su elaboración.

Sí, sí, claro está, para un dato breve, para una ayuda siempre pueden ser útiles las chuletas, pero lo que se dice aprobar sólo gracias a ellas no es muy frecuente; algunos han mejorado su nota por la oportuna intervención de una información chuletil, pero son muy escasos los que aprueban un curso con el arte del plagio sistemático, y después de aprobar ¿quién es el guapo que intenta aprender y comprender los temas para el próximo examen sin haber aprendido bien los de éste?.

Seguro que en tu larga y fructífera experiencia de estudiante has tenido la ocasión de copiar algo del libro o del compañero, pero te fue difícil hacerlo por no conocer de qué iba aquello. ¿Cuántas veces te han dicho una fórmula para un problema y aun así no lo has podido resolver, cuántas veces te han dado una información pero no has sabido cómo utilizarla para responder a la pregunta?. Volvemos a lo mismo, la chuleta o el chivatazo te pudo ser una ayuda pero tú tenías que saber cómo utilizar esa información; en otras palabras, tenías que haber estudiado los temas del examen.

Si estudias los exámenes, ello te permitirá beneficiarte mucho más de las posibles pequeñas oportunidades de copia que te puedan surgir. ¿No lo crees así? ¿Por qué consideras que esta afirmación es cierta o falsa?

Permíteme que te cuente una anécdota: Hubo una vez un estudiante que se copió del compañero un precioso gráfico, como no sabía explicarlo, escribió "gracias al gráfico podemos obviar cualquier otro tipo de explicación", el profesor le puso un "rosco" seguido de la leyenda "este breve signo le muestra la puntuación obtenida en su examen".



Habrás oído a alguien decir que se hizo muchas chuletas pero que no las utilizó, a lo mejor por miedo, pero también puede ser que no las necesitara porque se sabía la pregunta; una buena sesión de estudio le permitió evitarse ser cazado, avergonzado y suspendido.

Seguro que si empleamos el tiempo y el ingenio dedicado a las chuletas en estudiar nos será más fácil conseguir el aprobado y con menos nervios y un mayor grado de satisfacción personal. ¿Estás de acuerdo? ¿Sacar una buena nota copiando me asegura buenas notas en exámenes posteriores?, ¿y si la saco por haber aprendido bien los temas?

Tal vez alguno de vosotros se ha encontrado con un suspenso por copiar un pequeño dato a última hora, cuando ya tenía el examen casi terminado; hasta incluso ha suspendido por tratar de ayudar a un compañero y a lo mejor sin ese desgraciado incidente habría aprobado. Resulta, por tanto, una tontería inmensa intentar copiar al final del examen para completar algún detalle insignificante que nos falte.

¿Con qué frase estás más de acuerdo?: 1. la mejor chuleta es una buena sesión de estudio o 2. la chuleta es, sin duda, una buena excusa para estudiar.

## 2. Haz un cuadro sinóptico con el documento anterior.

TÉCNICA PARA COPIAR	EN QUÉ CONSISTE	VENTAJAS	INCONVENIENTES

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>MEJORA DEL RAZONAMIENTO</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>TRAS LAS PISTAS</b>

**\* 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 ( Se puede utilizar la guía de observación de la actividad "Problema de lógica").

Primer paso. Organizad la clase en grupos de cuatro a seis alumnos y entregadles 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. "LA PITONISA TRAMPOSA"**

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).

### **TRAS LA PISTA. CASO 1. "LA PITONISA TRAMPOSA"**

Mientras esperaba la llegada de la pitonisa madame Volodya, charlaba amigablemente con su ayudante sobre mi marido, la persona con la que quería que esa famosa medium me pusiera en contacto, y le decía:

- Mi marido era realmente extraordinario, aunque algunos amigos le criticaban por su magro aspecto y porque siempre parecía estar enervado en todo momento. Era calvo pero con un ínfimo bigote continuamente erizado. De cuerpo magro y, hasta incluso puede que, su rostro recordara que procedemos de los primates; pero yo lo quería mucho, además necesito saber donde escondió sus documentos del seguro de vida.

El ayudante se removió inquieto y poniendo cara de oír un ruido lejano comentó que le parecía que ya se aproximaba madame Volodya. En efecto así era.

Inmediatamente la tal madame me pidió algún objeto que perteneciera a mi esposo, y con él en la mano comenzó a hacer pases y visajes, ya parecía estar entrando en trance, ya daba la impresión de estar dormida..., pero de pronto con una voz afectada y oscura dijo:

- Ya veo algo..., se aproxima una persona, sí, claro, es un hombre. Él la mira con cariño, se mesa los cabellos, quiere llorar... Está sentado y eso hace que su gordura se vea acentuada. Parece que al ser un hombre siempre enervado, tan lleno de fuerza y energía, se sienta ahora mal sin poder hacer nada allá donde se encuentra...

En ese momento me levante y salí convencida de que la medium no podría decirme lo que yo necesitaba.

### **TRAS LA PISTA. CASO 2. "MI TÍO A LAS PUERTAS DEL CIELO"**

Ayer tuve un sueño terrible, en él aparecía mi tío que se encontraba a las puertas cielo.

Al principio no lo reconocí, sólo veía la figura de un hombre vulgar y sencillo, en cuyo rostro resaltaban unos ojos vivarachos, alegres y que mostraban una gran perspicacia.

Después de un largo camino, que parecía no tener fin, se encontró con un cancerbero, que custodiaba dos puertas, la una herrumbrosa y la otra dorada y brillante. El guarda le dijo:

- Durante toda tu vida te las has dado de listo, por ello te propongo un juego: Una de estas puertas da directa al cielo, mientras la otra te llevará al infierno. Elige una de ellas.

- Hombre, así sin más datos...- dijo mi tío tratando de mostrarse tranquilo.

- Sólo te puedo decir esto: Sí eliges esta puerta vieja y con herrumbre, podrás oír hablar a Julio Cesar de su conquista de Inglaterra, a Marco Polo de sus viajes por Africa, a Fleming de como descubrió la aspirina..., en una palabra podrás saber y conocer toda la historia directamente de sus protagonistas; pero si eliges esta puerta nueva y dorada, nunca llegarás a conocer tan maravillosos hechos.

Mi tío no lo dudó y se encaminó hacia las puertas. En ese momento me desperté y no pude enterarme de qué puerta había elegido. ¿Qué puerta habría elegido?

### **TRAS LA PISTA. CASO 3. "EN LA OSCURA NOCHE"**

Ya se me ha escapado en tres ocasiones, pero esta noche, a pesar de la total oscuridad que reina en este tenebroso barrio, estoy seguro de alcanzarlo. Oigo el retumbar de sus zapatos en la acera. Cada vez corre más deprisa, debe saber que le sigo, así que el agotamiento me está rindiendo. Pienso que si gritara su nombre, tal vez se detendría; pero la verdad es que no lo sé, todos lo conocen como "Jack el Destripador", pero no es el verdadero Jack, estoy seguro de ello.

Hoy he podido ver cómo se ensañaba con una víctima; pero cuando descubrió que alguien se aproximaba huyó rápidamente sin que pudiera identificarle, mas hoy no se me escapa, llevo ya más de dos horas corriendo tras él. Estoy seguro que es él, pues oigo sus característicos pasos, debe ser algo cojo pues parece arrastrar un pie. De pronto todo queda en silencio, ya no se oye nada ni se le ve por ninguna parte.

Desesperado reviso los alrededores y por fin a unos ochenta metros encuentro un callejón oscuro, sucio y lleno de vagabundos y borrachos que duermen entre cajas y basuras. Entre ellos debe estar mi perseguido: hay una mujer con un niño pequeño durmiendo en un rincón, un borracho que parece dormir, un hombre descalzo que usa sus zapatos de almohada, un joven que oculta sus pies debajo de una manta, una chica a la que le falta una pierna.

Ya sé quién es mi hombre, me acerco a él con cuidado y sin mediar palabra le muestro mi propia forma de vaciar tripas. ¿Cómo lo averigüé? ¿Por qué lo hice?

### **TRAS LA PISTA. CASO 4. "EL ADMIRADOR SONRIENTE"**

Al poco rato de llegar el aviso a comisaría llegamos a la escena del crimen, donde nos informaron que el principal testigo era un joven llamado Víctor. Era un gran admirador de la actriz, y frecuentemente venía a saludarla a su camerino trayéndole flores.

Cuando pasé a interrogarle me vi frente a un muchacho sonriente, con cara de autosuficiencia, ojos de mirada afilada (salvaguardia de gestos poco claros), que llevaba las manos metidas en los bolsillos. Él nos informó de que no pudo ver mucho o, más bien, no vio nada; pues cuando se acercaba al camerino oyó unos gritos "al ladrón, al ladrón"..., el ruido de una pelea y un disparo, e inmediatamente el chirrido de los batientes de la ventana de la pared izquierda, por donde cree que debió huir el ladrón. Al abrir la puerta para entrar en la habitación sólo vio a la actriz en el suelo que señalaba la ventana con su último aliento de vida y al aproximar una silla para mirar por la ventana vio una figura oscura alejarse corriendo por el callejón.

Mientras me contaba su versión de lo acaecido yo miraba el escenario del crimen, y podía ver el cadáver de la actriz sentado en su silla y caído sobre su mesa de maquillaje frente al espejo, una taza llena de café al lado de su brazo, un collar de oro sobre su mesa, un ramo de flores caído cerca de la puerta y, como feo contraste con las flores, el oscuro agujero que atravesaba la mejilla izquierda de la actriz y el boquete en el que había quedado incrustada la bala. Así que sin más decidí pedir a Víctor que sacara las manos de sus bolsillos y me contara lo que había pasado en realidad. ¿Cómo descubrí que Víctor mentía?

### **HISTORIA CON ERRORES. "LOS VIAJES DE JAMES TRAVEL"**

James Travel es un conocido viajero, que además de haber recorrido el mundo entero (eso dice él) le gusta, cuando narra sus aventuras a sus amigos, exagerar un poco y hasta en ocasiones confunde fechas, lugares, monumentos, etc. Aquí tienes la primera historia que nos ha contado J. Travel. ¿En qué ocasiones comete algún error? Apúntalo en una hoja porque al final de la historia lo preguntaremos.

29 de febrero de 1999, era la primera vez que pasaba por Roma, bella ciudad situada en una isla de Grecia. Primero fui a visitar la plaza de San Pedro, el Coliseo y el Arco de Constantino. Lo que más me llamó la atención de Roma fue la Torre Inclinada de Pisa. Después de todo un día andando por las calles y plazas, me acerqué a pasear por las orillas del río, un hermoso y gran río que llaman Po. Por la noche fui a cenar un goulash, plato típico de la ciudad que preparan con carne y verduras.

Segunda historia: Aquel año sí que fue maravilloso; me pasé siete días de aventura por Londres, pero no vayas a creer, también visité museos y fui a conciertos. ¡Ah! Aquel gran museo, ¿Cómo se llama?, sí, el Louvre, en él conservan una obra de Leocadio da Vinci, una mujer con una sonrisa angelical, la Gioconda. También, disfrute mucho con la ópera que vi en el Scala de Milán y paseando por su Transtevere, un barrio cerca del río.

### **LA HISTORIA DE MIDAS ¿QUÉ HAY DE CIENCIA Y QUÉ DE FICCIÓN?**

Midas era un joven soltero, atractivo, algo calavera pero siempre simpático. Un día al poner en marcha el sistema de riego por goteo en su jardín oyó un tremendo golpe seco. Pronto descubrió con sorpresa una nave procedente del espacio, al menos eso parecía, de la que se abrió una ventana y apareció una mano membranosa y vacilante, detrás de la cual surgió un hombrecillo verde con aspecto lánguido y apagado. A Midas le pareció que a la nave le vendría bien un poco de agua y dirigió el chorro de su manguera hacia el cohete.

El alienígena inmediatamente recobró su color verde brillante y con una sonrisa en su extraño rostro le dijo telepáticamente a nuestro héroe: "Me has salvado la vida, agua es lo que necesitaba, me llamo Wlauk y vengo de la galaxia Alfa Centauro; en premio te haré un regalo" y dirigiendo hacia la mano de Midas su pistola le disparó un rayo de color amarillo. Nuestro joven de natural agradecido le dio como recuerdo a Wlauk el plato de aceitunas transgénicas que en ese momento estaba tomándose.

Midas no terminaba de comprender en que consistía su regalo; pensando en ello, cogió su refresco y para su sorpresa lo había convertido al instante en algo dorado, pesado y brillante. ¡Vaya gracia –pensó-, así no podré tomarlo!. Malhumorado se volvió al frigorífico a coger otro; según tocaba el manillar de la puerta, el interruptor de la luz, la puerta de su nevera y la botella de refresco, todo se volvía amarillo al tocarlo, dorado como su anillo o como su cadena de oro. De golpe comprendió; era capaz de convertir lo que tocaba en oro.

**SUBPROGRAMA:** **MEJORA DEL RAZONAMIENTO**

**ACTIVIDAD:** **CÓCTEL DE PALABRAS Y LA FRASE MISTERIOSA**

**\* OBJETIVO:**

- Desarrollar la expresión oral y escrita de razonamientos lógicos.

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

Primera actividad (Cóctel de palabras):

Se escribe en la pizarra una palabra polisílaba, pero poniendo una letra debajo de otra en vertical, y de forma sucesiva se les van mostrando las diferentes variantes del ejercicio.

Variante 1. Los alumnos deberán escribir una palabra a cada una de las letras del nombre puesto en la pizarra, las palabras deben empezar por la letra correspondiente del nombre.

Variante 2. Los alumnos escribirán una palabra por cada letra de la palabra modelo, pero esa nueva palabra debe cumplir una condición determinada (sólo valen verbos, animales, prendas de vestir, sentimientos, escritores, objetos de madera...)

Variante 3. Deberán escribir palabras con las que luego puedan formar una frase con sentido. Debe admitirse el estilo de escribir telegráfico (sin artículos).

**EJEMPLOS:**

Palabra	VARNT. 1	VARIANTE 2 (verbos)	VARIANTE 3.
E	Esperanza	Emocionarse	Envía
U	Universo	Unir	Urgentemente
R	Rusia	Rascar	Ropa
O	Oropel	Observar	Oscura
P	Parásito	Pudrir	Para
A	Alegría	Atar	Antonio

Segunda actividad (La frase misteriosa):

A cada alumno se le da una frase (refrán, sentencia, dicho) y se le pide que lo vuelva a escribir utilizando perífrasis. Conviene darles algunos modelos, por ejemplo: Unírsele a uno esa tela delgada que se pone en la cama (*Pegársele las sábanas*). Probar a hallar las tres extremidades de un animal comedor de ratones (*Buscar tres pies al gato*)

Cada alumno recibirá su sentencia y deberá escribir la correspondiente perífrasis encubridora. El profesor recoge todas las sentencias y sus frases encubridoras. Leerá en voz alta de una en una las frases y pedirá a los alumnos que descubran la sentencia original.

Ejemplos de sentencias: Hacer oídos sordos. Hombre prevenido vale por dos. Liarse la manta a la cabeza. Ir a pedir de boca. Ser un hueso duro de roer. Más vale pájaro en mano que ciento volando. Quién a buen árbol se arrima buena sombra le cobija. Matar dos pájaros de un tiro. Si se dispone de un libro que explique el origen y razón de las sentencias puede resultar un juego más motivador al extraer las sentencias de ese libro.

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>ASESORÍA VOCACIONAL</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>REFLEXIÓN SOBRE LA CONTINUACIÓN DE ESTUDIOS Y LA ELECCIÓN DE OPTATIVAS</b>

**\* OBJETIVOS:**

- Aportar información sobre el sistema educativo y sobre las optativas que podrá cursar en cuarto el alumnado que promocione desde tercero y de las implicaciones que para sus estudios pueda tener esa elección.
- Facilitar al alumnado la toma de decisión sobre la elección de optativas según intereses y necesidades personales, favoreciendo, al mismo tiempo, el desarrollo de su madurez vocacional.
- Motivar a los alumnos para que inicien su proceso de reflexión vocacional.

**\* MATERIALES:**

Para la primera sesión:

- Hoja informativa para el alumno con el esquema del sistema educativo y con las opciones de estudio de la zona (previamente se entregará actualizada por el D. Orientación).

Para la segunda sesión:

- Las hojas para los alumnos de "actividades de reflexión para la elección de optativas" y la hoja de "información sobre las optativas del centro".

**\* PROCESO DE REALIZACION:**

**Primera sesión: Información sobre el sistema educativo:**

Primer paso. Explicación y comentario de los contenidos del tema: El sistema educativo. Características y condiciones de cada etapa. Información sobre las posibilidades de continuar con estudios posteriores, oferta educativa de la zona.

Segundo paso. Aclaraciones a las dudas y preguntas del alumno. Invitarles a pasar por el Departamento de Orientación o Jefatura de Estudios si desean una información mayor.

Tercer paso. Ejemplificaciones de itinerarios educativos a partir de las opciones de los alumnos. (¿Qué han de hacer, dónde, con qué requisitos, para realizar la carrera que desean tener?)

Cuarto paso. Invitar a los alumnos mayores de 16 años que desean acceder al mundo laboral, sin continuar estudios, que se informen sobre los Programas de Garantía Social u otras opciones (preguntando al Orientador o al Jefe de Estudios).

**Segunda sesión: Reflexión sobre la oferta de opcionalidad.**

Primer paso. Explicaciones sobre la hoja "Actividades para la reflexión sobre la elección de optativas". Entrega de las mismas y realización individual por parte del alumnado de las actividades que en ella se proponen. Corrección en grupo y aclaración de dudas.

Segundo paso. Entrega de la hoja informativa sobre la oferta de optativas del centro. Explicaciones sobre los contenidos de cada optativa. Aclaración de las dudas del alumnado.

Ejemplificaciones de algunas posibles elecciones (preguntando al alumnado sobre su posible decisión) a partir de las diferentes alternativas de estudio futuro. ¿Qué optativas me pueden preparar mejor si deseo cursar el bachillerato de..., o el ciclo formativo de...?

## ACTIVIDADES DE REFLEXIÓN PARA LA ELECCIÓN DE OPTATIVAS

En tercero tuviste que elegir una optativa entre una oferta de varias; ahora cuando pases a cuarto tendrás que elegir cuatro optativas entre dos tipos (2 de 2 h. y 2 de 3 h.).

Para ayudarte a aclarar tus dudas, contesta estas preguntas, que después comentaremos.

\* ¿Crees que la optativa que has cursado en 3º podrá hacer que no puedas elegir la opción que desees en 4º? Si                  No

\* Cuando el año próximo quieras matricularte en un bachillerato o en uno de los estudios profesionales de grado medio ¿te podrán exigir que hayas cursado en cuarto una optativa determinada? Si                  No

\* No obstante, si miras con atención las optativas, te darás cuenta de que unas te pueden servir mejor que otras para los estudios que desees hacer el año que viene. ¿Es verdad esto?, ¿cuáles serán las que más te pueden ayudar en los estudios que tú desees hacer?

---

\* ¿Sería apropiado no elegir Física-Química si quieres cursar el Bachillerato de Ciencias de la Naturaleza y de la Salud, o no elegir la optativa de Cultura Clásica si pretendes hacer el Bachillerato Humanístico? \_\_\_\_\_

\* ¿Cuáles son las ventajas de elegir unas optativas sobre otras? \_\_\_\_\_

---

\* Recuerda que las optativas que elijas, aunque no te impedirán cursar los estudios que prefieras, sí te pueden servir para mejorar tu nivel de preparación y que no hacer alguna optativa de las de tres horas puede hacer que te resulten más difíciles.

Escribe el nombre de los estudios que piensas hacer después de la ESO, y al lado las optativas que mejor te van a preparar para ellos.

ESTUDIOS QUE DESEO HACER	OPTATIVAS MÁS APROPIADAS



## **INFORMACIÓN SOBRE LA OFERTA DE OPTATIVAS PARA 4º E.S.O.**

En cuarto de Educación Secundaria Obligatoria tendrás unas materias comunes, todos tendréis que cursarlas, materias optativas troncales (debéis cursar dos) y materias optativas de centro (se deben cursar, también, dos).

### LAS MATERIAS COMUNES PARA TODOS LOS CUARTOS DE E.S.O. SON:

Ciencias Sociales, Geografía e Historia. Educación Física. Lengua Castellana. Lengua Extranjera. Matemáticas. Religión o Estudio Asistido. Tutoría.

### LAS MATERIAS OPTATIVAS TRONCALES SON:

Biología-Geología, Física-Química, Música, Educación Plástica y Visual, Tecnología. Son materias de tres horas a la semana, entre las que hay que cursar dos. Aunque las optativas que elijas no te impedirán cursar el bachillerato o el ciclo que prefieras, para su elección es muy importante que tengas en cuenta su relación con los estudios que vas a cursar, según su utilidad y relación con ellos.

En nuestro Centro, estas materias se ofrecen en forma de 3 itinerarios, que:

- Física-Química y Biología-Geología (dirigido al Bachillerato de Ciencias de la Naturaleza y de la Salud)
- Tecnología y Educación Plástica-Visual (dirigido al Bachillerato Tecnológico)
- Educación Plástica-Visual y Música (dirigido al Bachillerato de Humanidades y Ciencias Sociales, y al Bachillerato Artístico)

Las optativas más recomendables para hacer un Ciclo formativo serán aquellas que tengan más relación con el ciclo formativo concreto que te interese.

### LAS MATERIAS OPTATIVAS DE CENTRO SON:

Además de uno de estos 3 itinerarios, deberás elegir dos de entre las optativas (de 2 horas semanales) que ofrece el centro. A saber:

(RELLENAR ESTE ESPACIO)

Son materias de dos horas que tratan aspectos diversos y complementarios a las materias comunes y troncales. Se han de cursar dos de ellas y no se pueden repetir las que se han cursado en tercero, excepto el Segundo Idioma Extranjero y la Cultura Clásica.

**SUBPROGRAMA:**

**DEBATES**

**ACTIVIDAD:**

**¿CÓMO OS LO MONTÁIS CON LOS AMIGOS?**

**\* OBJETIVOS:**

- Permitir a los alumnos reflexionar sobre el tema propuesto.
- Facilitar los hábitos propios de un debate, y la apertura y flexibilidad de ideas.
- Utilizar la técnica del "panel progresivo" para la elaboración de la síntesis.

**\* MATERIALES:**

- Cuestionario previo (uno por alumno y uno más por grupo para la síntesis).

**\* PROCESO DE REALIZACION:** (Puede suponer dos sesiones)

Primer paso. Motivar a los alumnos a participar y explicarles el tema del debate.

Segundo paso. Pedirles que rellenen individualmente el cuestionario.

Tercer paso. Formar grupos de cuatro alumnos, que deberán contabilizar sus respuestas, extrayendo conclusiones de ellas, y, además, deberán intentar establecer qué características se presentan con mayor frecuencia en sus pandillas.

Cuarto paso. Los grupos de cuatro alumnos se reúnen en grupos de ocho e intentan trabajar en las cuestiones siguientes:

- Resumen de conclusiones: Tamaño del grupo, horas, actividades, etc.
- Grado de satisfacción e identificación de los alumnos con sus amigos.

Consecuencias de esta situación (mayor predicamento de lo que dicen los amigos sobre lo que dicen los adultos)

- Actividades que se hacen en grupo. Funciones del grupo de amigos (Oportunidad de tener experiencias, de probar conductas o formas de ser, de intercambiar cuitas y deseos, de reafirmarse como personas, de aprender a convivir y relacionarse...)

- Estructura de las relaciones en un grupo (Presencia de la persona estrella, del rechazado, lucha por un estatus - prestigio dentro del grupo, enfrentamientos...)

- Normas y costumbres del grupo (Vestido, lenguaje...) Conductas de premio y sanción para el que respete o incumple esas normas (Rechazo, desprecio, expulsión)

Quinto paso. Pedir que cada grupo de ocho comente sus conclusiones al resto de la clase e ir apuntando en la pizarra la síntesis. (Evitar identificar nombres o situaciones)

Sexto paso. Una vez realizada la síntesis, abrir un debate para analizar entre todos las características propias de los grupos de jóvenes.

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

**CUESTIONARIO DEL DEBATE “¿CÓMO OS LÓ MONTÁIS CON LOS AMIGOS?”**

Este cuestionario nos servirá para después unir todas vuestras respuestas individuales e intentar hacer un estudio sobre las características y funcionamiento de los grupos de jóvenes. No pongas ningún nombre, ni el tuyo ni el de nadie.

- ¿De cuántos miembros se compone tu grupo de amigos?

2		3		4		5		6		>6	
---	--	---	--	---	--	---	--	---	--	----	--

- ¿Cuántas horas sueles pasar con tus amigos al día?

En un día de diario	1		2		3		4		5		>5	
En un sábado	1		2		3		4		5		>5	

- ¿Tus amigos en el instituto son los mismos que los de tu barrio? Si. \_\_\_ No. \_\_\_
- ¿Qué opinan tus padres de tus amigos? .....
- Señala las actividades que con más frecuencia hacéis en vuestro grupo de amigos.

Pasear.		Organizar fiestas entre amigos.	
Charlar de vuestras cosas.		Actividades físicas, deporte.	
Jugar.		Actividades culturales o hobbies.	
Ir a cafeterías, bares, pubs, al cine...		Voluntariado (Cruz Roja...)	
Ir de discotecas...			

- Señala por qué se caracteriza tu grupo de amigos.

Nos lo pasamos muy bien juntos.		Me gustaría que alguien deje el grupo.	
Tenemos muchos enfrentamientos.		Estoy bien considerado entre ellos.	
Hay alguien que quiere mandar siempre.		Tengo preferencias entre mis amigos.	
Solemos hacer bastantes trastadas.		Somos unos gamberros.	
Es una oportunidad de tener aventuras.		Nos apoyamos mucho entre todos.	

- ¿Tenéis en vuestro grupo de amigos unas normas, costumbres, signos externos (forma de vestir, hablar...) que os identifican? ¿Si es así, podrías señalar algunas de ellas?

.....

- ¿Qué le pasa al compañero que incumple una de esas normas? .....

.....

- ¿En tu pandilla hay alguien que...?

Tome drogas.		Pertenezca a un club, asociación...	
Se emborrache con frecuencia.		Tenga alguna afición interesante.	
Suela meterse en follones.			

- ¿Qué le cambiarías a tu grupo de amigos, en qué lo mejorarías? .....

.....

**SUBPROGRAMA:** **DESPEDIDA FINAL DE CURSO**

**ACTIVIDAD:** **LO MEJOR QUE PASÓ Y MENSAJES AMISTOSOS**

**\* OBJETIVOS:**

- 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 (Regalos amistosos). Cada alumno debe escribir en dos trozos de papel (un folio cortado en partes iguales) el nombre de dos regalos (uno por trozo de folio).

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

El segundo 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 regalos han de cumplir estas condiciones:

a. Deben ser regalos imaginarios que según ellos son lo mas apropiado para premiar al compañero: agradecimientos, deseos de mejora, cualidades o virtudes que deberían tener los agasajados, pero han de ser expresados para estimular la relación entre los dos.

b. Los regalos pueden referirse a rasgos, conductas, ventajas, etc. y siempre han de ser agradables y amables. Debe servir para mejorar o facilitar la vida al compañero.

c. Al regalo hay que ponerle el nombre y apellidos.

d. En el reverso del regalo 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 regalos (primero los lee para rechazar todos aquellos que no hayan respetado las condiciones del juego). Después los va leyendo en voz alta uno tras otro, pidiendo a la persona a la que se dirige el regalo que intente identificar al compañero que se lo envió.

**NOTA PARA EL TUTOR:** Conviene elegir primero a los más imaginativos para que motiven a los demás en la búsqueda de regalos maravillosos y llenos de cariño y amistad.

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

<b>SUBPROGRAMA:</b>	<b>VALORACION DE LA HORA DE TUTORIA</b>
<b>ACTIVIDAD:</b>	<b>DEBATE DE VALORACIÓN SOBRE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS</b>

**\* 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.

## HOJA DE VALORACION DE LAS ACTIVIDADES DE TUTORIA

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.				