

TUTORÍA PARA 4º DE LA E.S.O.



**I.E.S. EL BOHÍO. CURSO 2022-2023
DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN.**

ÍNDICE

1. ACTIVIDADES PARA EL INICIO DE CURSO.

- 1.1. LA TUTORÍA EN 4º DE LA E.S.O.
- 1.2. DERECHOS Y DEBERES DEL ALUMNADO.
- 1.3. LA ELECCIÓN DE DELEGAD@
- 1.4. ¡NACIDOS PARA TRIUNFAR!
- 1.5. CÓMO UTILIZAR TU TIEMPO DE ESTUDIO.

2. PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICO Y PROFESIONAL.

- 2.1. ¿ME CONOZCO?
- 2.2. INFORMACIÓN SOBRE LAS OPCIONES ACADÉMICAS.
- 2.3. TOMA DE DECISIONES.
CHARLA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA.
- 2.4. FICHA RESUMEN Nº 0.

3. EDUCACIÓN PARA LA SALUD.

- 3.1. PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS: ¡ÓRDAGO!
 - 3.1.1. ¿YO CONTROLO?
 - 3.1.2. ¡TODO EL MUNDO CONSUME DROGAS!...¿NO?
 - 3.1.3. ¿REALMENTE ME APETECE?
 - 3.1.4. PREVENCIÓN DE ADICCIÓN A LAS APUESTAS
(CHARLA)
 - 3.1.5. ¡TU MISM@!
 - 3.1.6. ¿Y TU QUÉ HARÍAS?
 - 3.1.7. EN MI GRUPO...
 - 3.1.8. ¿A QUÉ SE DEDICA LA GENTE?
- 3.2. EDUCACIÓN SEXUAL(I).
- 3.3. EDUCACIÓN SEXUAL (II): LA PREVENCIÓN, TU SOLUCIÓN.

4. LOS VALORES Y EL CINE.

PROPUESTA DE PELÍCULAS PARA VER Y DEBATIR.

ANEXOS.

BLOQUE 1.ACTIVIDADES PARA EL INICIO DE CURSO.

1.1. LA TUTORÍA EN CUARTO DE LA ESO

SESION 2

*4º de la ESO:
Un curso muy importante.*



¡Ya estás en cuarto de la ESO!.

Llegar a cuarto supone un punto importante para la reflexión. Por una parte estás ante le final de una etapa de tu vida, la de la educación obligatoria. Por otra parte, este curso te obliga a plantearte seriamente qué es lo que quieres hacer con tu vida.

Vayamos por partes.

Este curso finalizas la etapa de enseñanza obligatoria y esto supone que vas a conseguir (o no) el TÍTULO DE GRADUADO EN ENSEÑANZA SECUNDARIA OBLIGATORIA. Este es el menor de los títulos académicos posibles, no hay otra titulación de rango menor.

Conseguirlo te va a abrir las puertas a la continuación de tus estudios, tanto de bachiller como de formación profesional, pero también te va a resultar necesario para obtener el carné de conducir, poder prepararte para determinadas oposiciones.

El Título de “graduado” es lo mínimo que debes aspirar a conseguir, porque supone que tendrás la preparación básica e imprescindible para ser un ciudadano consciente de tus derechos... y tus deberes.

Pero desde aquí te aconsejamos que no debes quedarte ahí. Tienes que seguir estudiando, tienes que seguir formándote porque, en una sociedad tan compleja y cambiante como la actual la formación continua es imprescindible y el mercado laboral así lo demanda.

Es decir, cuanto mayor sea tu grado de formación mayores expectativas de vida podrás alcanzar.

Para ayudaros en este momento tan importante para vosotros es para lo que programamos la tutoría, especialmente importante en 4º de la ESO. En ella os daremos información sobre los caminos a seguir a partir de ahora y, también abordaremos otros temas que creemos son trascendentes para vosotros en este momento: la sexualidad, las drogas, las relaciones con los demás y el propio conocimiento.

Vuestro tutor o tutora es la persona más cercana para que podáis acudir a ella en busca de consejo y orientación en cualquiera de los temas que os preocupen y tratará de ayudaros dentro de sus posibilidades. Cuando lo considere adecuado, podrá poner os en contacto con el Departamento de Orientación o la Jefatura de Estudios si el tema así lo requiere. No dudéis en acudir a los tutores, al orientador o la Jefa de Estudios cuando tengáis algún problema o duda que os agobie. Nosotros estamos aquí para ayudaros.

Recuerda que el horario de tutoría para atención a padres y madres es el _____ a las _____ horas.

Y que para que hablen con el orientador o la jefa de estudios es conveniente pedir cita previa en el teléfono 968519753.

1.2. DERECHOS Y DEBERES DE LOS ALUMNOS

Decreto n.º 16/2016, de 9 de marzo, por el que se establecen las normas de convivencia en los centros docentes no universitarios sostenidos con fondos públicos de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

Artículo 14. Derechos de los alumnos

1. Todos los alumnos disfrutarán de los derechos básicos recogidos en el artículo 6.3 de la Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, sin más distinciones que las derivadas de su edad y del nivel que estén cursando, conforme a las normas de convivencia y conducta establecidas por el centro. Los centros favorecerán igualmente el ejercicio del derecho de asociación de los alumnos y facilitarán el derecho de reunión de los mismos reconocidos por los artículos 7 y 8 de la citada ley.

2. Cuando no se respeten los derechos de los alumnos o cuando cualquier miembro de la comunidad educativa impida el efectivo ejercicio de los mismos y, sin perjuicio de la aplicación de los mecanismos de reacción que frente a su vulneración arbitra el presente decreto, el director adoptará las medidas que procedan conforme a lo dispuesto en la legislación vigente, previa audiencia de los interesados y consulta, en su caso, a otros órganos del centro, dando posterior comunicación al consejo escolar.

Artículo 15. Deberes de los alumnos

1. Conforme a lo dispuesto en el artículo 6.4 de la Ley Orgánica 8/1985, de 3 de julio, son deberes básicos de los alumnos:

- a) Estudiar y esforzarse para conseguir el máximo desarrollo según sus capacidades.
- b) Participar en las actividades formativas y, especialmente, en las escolares y complementarias.
- c) Seguir las directrices del profesorado.
- d) Asistir a clase con puntualidad.
- e) Participar y colaborar en la mejora de la convivencia escolar y en la consecución de un adecuado clima de estudio en el centro, respetando el derecho de sus compañeros a la educación y la autoridad y orientaciones del profesorado.
- f) Respetar la libertad de conciencia, las convicciones religiosas y morales, y la dignidad, integridad e intimidad de todos los miembros de la comunidad educativa.
- g) Respetar las normas de organización, de conducta y convivencia del centro educativo.
- h) Conservar y hacer un buen uso de las instalaciones del centro y materiales didácticos.

2. Todos los alumnos están obligados a respetar al profesor en el ejercicio de sus funciones, a respetar su autoridad, a cumplir las normas y seguir las pautas establecidas por el profesor para hacer posible la organización del aula, el trabajo sistemático y la mejora del rendimiento



TITULO III

FALTAS Y MEDIDAS CORRECTORAS. PROCEDIMIENTO DE APLICACIÓN

Capítulo I

Clasificación de las conductas contrarias a las normas de convivencia

Artículo 28. Conductas contrarias a las normas de convivencia.

Clasificación

Las conductas contrarias a las normas de convivencia se clasifican en faltas leves, graves y muy graves. La tipificación de las mismas, así como de las medidas correctoras correspondientes, deberá figurar en las normas de convivencia y

conducta del centro y se atenderán a lo dispuesto en el presente decreto.

Capítulo II

Faltas Leves. Tipificación y medidas correctoras Artículo 29.

Tipificación de las faltas leves contra las normas de convivencia escolar

Se consideran faltas leves contra las normas de convivencia en el centro las siguientes conductas, cuando por su entidad no llegaran a tener la consideración de faltas graves o muy graves:

- a) Las faltas injustificadas de puntualidad o de asistencia a clase.
- b) Las conductas que puedan impedir o dificultar a sus compañeros el ejercicio del derecho o el cumplimiento del deber del estudio, el comportamiento disruptivo y los actos que perturben el desarrollo normal de las actividades del centro.
- c) La asistencia reiterada a clase sin el material necesario.
- d) No esforzarse por realizar las actividades de aprendizaje indicadas por el profesor.
- e) No trasladar a sus padres o representantes legales la información del centro dirigida a ellos.
- f) El uso, sin autorización, de teléfonos móviles y otros dispositivos electrónicos en las aulas u otras dependencias del centro.
- g) Los actos de indisciplina, desobediencia, incorrección o desconsideración hacia el profesor o demás personal del centro, cuando por su entidad no sean considerados graves.
- h) La desconsideración, insultos o agresiones entre compañeros, cuando por su entidad no sean consideradas graves.
- i) Los daños leves causados en las instalaciones o el material del centro, así como el deterioro de las condiciones de limpieza e higiene del mismo.

j) Los daños leves causados en los bienes o pertenencias de los miembros de la comunidad educativa, así como la apropiación indebida de material escolar de escaso valor.

k) La incitación o estímulo a la comisión de una falta leve contra las normas de convivencia del centro.

l) El incumplimiento de las normas establecidas por el centro en cuanto a indumentaria, higiene, alimentación, horarios y uso de instalaciones y recursos, así como aquellas otras establecidas en sus normas de convivencia y conducta.

Artículo 30. Medidas correctoras por la comisión de faltas leves

contra las normas de convivencia escolar

1. Las faltas leves contra las normas de convivencia en el centro podrán ser corregidas con hasta dos de las siguientes medidas educativas:

a) Situar temporalmente al alumno en un lugar determinado dentro del aula o enviarlo al espacio, que, en su caso, pueda tener habilitado el centro en su plan de convivencia.

b) Realización de actividades de aprendizaje e interiorización de pautas de conductas correctas.

c) Amonestación por escrito, con posterior comunicación a los representantes legales, en caso de los menores de edad.

d) Comparecencia inmediata ante la jefatura de estudios o el director del centro.

e) Retirada del teléfono móvil o del dispositivo electrónico que haya sido utilizado por el alumno, de forma no autorizada, que será custodiado en las condiciones establecidas en las normas de funcionamiento del centro

hasta que sus padres o representantes legales lo recojan en el mismo.

f) Privación del tiempo de recreo por un periodo máximo de cinco días lectivos. Durante ese tiempo el alumno permanecerá debidamente atendido.

g) Realización en casa de tareas educativas o actividades de carácter académico para el alumno.

h) Realización, dentro de la jornada escolar y durante un máximo de cinco días lectivos, de tareas específicas dirigidas a mejorar las condiciones de limpieza e higiene del centro como fórmula de reparación del daño causado a las dependencias o material del centro, o de cualquier miembro de la comunidad educativa.

i) Realización de un curso o taller de habilidades sociales programado por el centro para aquellos alumnos que requieran esta medida reeducativa.

j) Suspensión del derecho a participar en alguna actividad extraescolar o complementaria que tenga programada el centro, previo informe del profesor encargado de su desarrollo y una vez oído el alumno y sus padres o representantes legales, si es menor de edad.

k) Cambio de grupo por un periodo máximo de cinco días lectivos.

l) Realización de tareas educativas en el aula de convivencia, o en el lugar determinado por el centro en su plan de convivencia, durante un máximo de cinco días lectivos.

m) Realización, fuera del horario lectivo y durante un máximo de cinco días, de una tarea o un servicio a la comunidad educativa como fórmula de reparación del daño causado. Esta medida deberá comunicarse previamente a

los padres o representantes legales en el caso del alumnado menor de edad.

2. Conforme a lo dispuesto en el artículo 132 f) de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, las faltas leves contra las normas de convivencia serán corregidas por el director que, de acuerdo con lo dispuesto en las normas de convivencia y conducta del centro, podrá delegar en las personas que se indican a continuación:

a) Los profesores, oído el alumno, y dando cuenta al tutor y a jefatura de estudios, para la imposición de las medidas previstas en las letras a), b), c), d), e) y f) del número anterior.

b) El tutor, tras oír al alumno, a la persona que, en su caso, haya presenciado los hechos, y dando cuenta a jefatura de estudios, para la imposición de las mismas medidas que el profesor, y además, para las previstas en las letras g) y h) del número anterior.

c) El jefe de estudios, tras oír al alumno y su profesor o tutor, para la imposición de las mismas medidas que el profesor y el tutor, y además, para las previstas en las letras i), j), k), l) y m) del número anterior.

Artículo 31. Ejecutividad y comunicación de las medidas correctoras

1. Las decisiones de adoptar medidas correctoras por la comisión de faltas leves contra las normas de convivencia, conforme a lo dispuesto en el artículo 124.2 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, serán inmediatamente ejecutivas.

2. La imposición de las medidas correctoras previstas en el artículo anterior deberá ser comunicada por escrito al alumno, y en caso que este sea menor de edad, también a

sus padres o representantes legales. El traslado a los padres o representantes legales de la comunicación se podrá realizar mediante la entrega

personal al alumno de la misma, que deberá firmar un recibí y devolverla firmada por sus padres o representantes legales el día lectivo siguiente al de su entrega.

Cuando en función de las características o la edad del alumno se considere necesario, se podrá contactar, además, con los padres o representantes legales por cualquier otro medio con el fin de asegurar la recepción de la comunicación por los mismos.

Capítulo II

Faltas Graves. Tipificación y medidas correctoras

Artículo 32. Tipificación de las faltas graves contra las normas de convivencia escolar

1. Se consideran faltas graves contra las normas de convivencia en el centro las siguientes conductas, cuando por su entidad no llegaran a tener la consideración de faltas muy graves:

a) La comisión de una falta leve tras haber sido corregido el alumno durante el curso por la comisión de tres faltas leves.

b) El incumplimiento de la medida correctora adoptada ante la comisión de faltas leves contra las normas de convivencia, salvo que el incumplimiento se deba a causas ajenas al propio alumno, o, en su caso, la negativa a cumplir los acuerdos alcanzados en el proceso de mediación escolar o en los contratos de convivencia.

c) La grabación o difusión, sin autorización, a través de teléfonos móviles o de cualquier otro medio, soporte o

dispositivo electrónico o telemático, de imágenes o comentarios que guarden relación con la vida escolar.

d) Los actos graves de indisciplina, incorrección o desconsideración, injuria u ofensa contra el personal del centro o encargado de las actividades extraescolares o servicios complementarios.

e) Las amenazas, insultos o actos violentos entre compañeros que no causen un daño grave.

f) Los actos de falta de respeto, amenazas, insultos, coacciones o agresión cometidos contra el profesorado, cuando por su entidad y circunstancias no sean considerados como muy graves, así como aquellos que pudieran causar grave perjuicio a la integridad, dignidad o a la salud personal de cualquier miembro de la comunidad educativa.

g) Copiar en los exámenes, trabajos o pruebas de evaluación, consultando o plagiando los trabajos o ejercicios de otros alumnos, u obteniendo, en el caso de los exámenes y pruebas de evaluación, información de libros de texto, apuntes o dispositivos electrónicos o telemáticos.

h) La suplantación de personalidad en actos de la vida académica y la falsificación o sustracción de pruebas de evaluación, documentos académicos, boletines de calificaciones o cualquier otro documento de notificación a los padres o representantes legales, en el caso de alumnos menores de edad.

i) El acceso indebido o sin autorización a ficheros, documentación y dependencias del centro.

j) Los daños graves causados en los documentos, locales o materiales del centro, transporte escolar, instalaciones donde se desarrollen actividades complementarias o

extraescolares, o en los bienes de otros miembros de la comunidad educativa, así como la sustracción de los mismos.

k) Las actuaciones perjudiciales para la salud y la integridad personal de los miembros de la comunidad educativa, así como la introducción en el centro de objetos peligrosos.

l) El consumo dentro del recinto del centro, en los alrededores o en el desarrollo de actividades complementarias o extraescolares de alcohol, drogas y de cualquier tipo de sustancias perjudiciales para la salud.

m) Las conductas tipificadas como leves contra las normas de convivencia del centro, recogidas en el artículo 29, si concurren circunstancias de colectividad o publicidad intencionada por cualquier medio.

n) La incitación o el estímulo a la comisión de una falta grave contra las normas de convivencia.

2. En el supuesto previsto en la letra c) y g) del apartado anterior se procederá a la retirada del teléfono móvil, o dispositivo electrónico o similar que haya sido utilizado por el alumno para grabar, difundir las imágenes o copiar, que le será devuelto según el procedimiento establecido en el plan de convivencia del centro.

3. En el supuesto de lo previsto en la letra g) del apartado 1 de este artículo el alumno que copie o plagie podrá ser corregido con alguna de las medidas previstas para las faltas leves o graves previstas en este decreto, sin perjuicio de las consecuencias académicas que, conforme a la normativa correspondiente en materia de evaluación, puedan derivarse de la anulación, total o parcial, del trabajo, examen o prueba de evaluación en que haya sido sorprendido copiando.

Artículo 33. Medidas correctoras por la comisión de faltas graves contra las normas de convivencia escolar

1. Las faltas graves contra las normas de convivencia en el centro podrán ser corregidas, con alguna de las medidas previstas para las faltas leves, o con una de las siguientes medidas educativas:

a) Cambio de grupo por un periodo máximo de quince días lectivos.

b) Realización de tareas educativas en el aula de convivencia del centro, o en su defecto en el lugar que se determine, durante un máximo de quince días lectivos.

c) Realización, fuera del horario lectivo y durante un máximo de quince días, de una tarea o un servicio a la comunidad educativa como fórmula de reparación del daño causado. Esta medida deberá comunicarse previamente a los padres o representantes legales en el caso del alumnado menor de edad.

d) Suspensión del derecho a participar en determinadas actividades extraescolares o complementarias que tenga programada el centro en los tres meses siguientes a la comisión de la falta grave contra las normas de convivencia.

e) Suspensión del derecho a la utilización del transporte escolar del centro durante un periodo máximo de quince días lectivos, cuando la conducta contraria haya sido cometida en el transporte escolar, siempre que en función de la edad o de la existencia de transporte público alternativo el alumno no se viera imposibilitado de acudir al centro.

f) Suspensión del derecho de asistencia a determinadas clases por un periodo máximo de quince días lectivos.

Durante la impartición de estas clases el alumno deberá permanecer en el centro efectuando los trabajos académicos que se le encomienden, por parte del profesorado responsable del área, materia o módulo afectado, para evitar la interrupción en el proceso formativo. El jefe de estudios organizará la atención al alumno al que le haya sido impuesta esta medida correctora, según lo dispuesto en las normas de funcionamiento.

g) Suspensión del derecho de asistencia al centro durante un periodo comprendido entre uno y quince días lectivos. Durante el tiempo que dure la suspensión, el alumno deberá realizar los trabajos académicos que determine el equipo docente de su grupo de referencia, para evitar la interrupción en el proceso formativo. Las normas de convivencia y conducta del centro determinarán los mecanismos que posibiliten un adecuado seguimiento de dicho proceso, especificando el horario de visitas al centro del alumno y garantizando siempre el derecho del alumno a realizar las pruebas de evaluación o exámenes que se lleven a cabo durante los días que dure la suspensión.

2. El director impondrá las medidas correctoras previstas en el apartado anterior, amparado en la competencia que le atribuye el artículo 132.f) de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, pudiendo delegar en el jefe de estudios la imposición de las medidas correctoras previstas en las letras a), b), c) y d) del mismo.

3. Para la aplicación de las medidas correctoras por faltas graves contra las normas de convivencia se seguirá el procedimiento establecido en el capítulo IV del título III.

Capítulo III

Faltas muy graves. Tipificación y medidas correctoras

Artículo 34. Tipificación de las faltas muy graves contra las normas de convivencia escolar

Se consideran faltas muy graves contra las normas de convivencia en el centro las siguientes conductas:

a) La comisión de una falta grave tras haber sido corregido el alumno durante el curso por la comisión de dos faltas graves.

b) El incumplimiento de la medida correctora adoptada ante la comisión de faltas graves contra las normas de convivencia, salvo que el incumplimiento se deba a causas ajenas al propio alumno.

c) Las amenazas, insultos y agresiones o actos violentos entre compañeros que causen un daño grave, así como los actos que atenten gravemente contra la integridad, intimidad o dignidad de los compañeros o demás miembros de la comunidad educativa.

d) Los actos graves de agresión, insultos, amenazas o actitudes desafiantes cometidos hacia los profesores y demás personal del centro, así como el acoso físico o moral, realizado por cualquier vía o medio, contra los miembros de la comunidad educativa.

e) Las vejaciones, humillaciones, discriminaciones u ofensas muy graves contra cualquier miembro de la comunidad educativa, que tengan como origen o consecuencia una discriminación o acoso basado en el sexo, orientación o identidad sexual, o un origen racial, étnico, religioso, de creencias o de discapacidad, o que se realicen contra el alumnado más vulnerable por sus características personales, sociales o educativas

f) La grabación, publicidad o difusión, a través de teléfono móvil o de cualquier otro medio, soporte o dispositivo electrónico o telemático, de agresiones, actos que tengan un componente sexual, humillaciones o actos violentos, que guarden relación con la vida escolar o que atenten contra la intimidad, el honor, la integridad o dignidad de algún miembro de la comunidad educativa.

g) Los daños muy graves causados en los documentos, locales o materiales del centro, transporte escolar, instalaciones donde se desarrollen actividades complementarias o extraescolares, o en los bienes de otros miembros de la comunidad educativa.

h) La venta en el centro de sustancias perjudiciales para la salud, o la incitación de su consumo a otros alumnos, así como la incitación al uso de objetos peligrosos para la integridad personal de los miembros de la comunidad educativa.

i) La posesión o venta de sustancias estupefacientes.

Artículo 35. Medidas correctoras por la comisión de faltas muy graves contra las normas de convivencia escolar

1. Las faltas muy graves contra las normas de convivencia y conducta en el centro podrán ser corregidas, con alguna de las medidas previstas para las faltas leves y graves, o con una de las siguientes medidas correctoras:

a) Suspensión del derecho de asistencia al centro durante un periodo comprendido entre dieciséis y treinta días lectivos. Durante el tiempo que dure la suspensión, el alumno deberá realizar los trabajos académicos que determine el profesorado que le imparte docencia, para

evitar la interrupción en el proceso formativo. Las normas de convivencia y conducta del centro determinarán los mecanismos que posibiliten un adecuado seguimiento de dicho proceso, especificando el horario de visitas al centro del alumno y garantizando siempre el derecho del alumno a realizar las pruebas de evaluación o exámenes que se lleven a cabo durante los días que dure la suspensión.

b) Suspensión del derecho a la utilización del transporte escolar del centro durante todo el curso académico, cuando la conducta contraria haya sido cometida en el transporte escolar, siempre que en función de la edad o de la existencia de transporte público alternativo el alumno no se viera imposibilitado

de acudir al centro.

c) Suspensión del derecho a participar en actividades extraescolares o complementarias durante todo el curso académico.

d) Cambio de centro, cuando se trate de un alumno de enseñanza obligatoria.

e) Expulsión del centro.

2. De conformidad con lo establecido en el artículo 124.2, tercer párrafo de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, la conducta tipificada en el artículo

34, letra e) llevará asociada, como medida correctora la expulsión, temporal o definitiva, del centro.

3. La medida correctora de expulsión o cambio de centro, se acordará con carácter excepcional, una vez agotadas todas las medidas adoptadas para el alumno en aplicación del plan de convivencia del centro, o cuando concurren circunstancias que la hagan necesaria. El director del centro deberá exponer las razones que, a su juicio, justifican o

exigen que el alumno sea trasladado o expulsado del mismo y motivar, en su resolución, la necesidad de la medida.

4. Cuando se imponga la medida de expulsión o cambio de centro a un alumno de enseñanza obligatoria, la comisión de escolarización correspondiente procurará al mismo un puesto escolar en otro centro docente. En el supuesto de que un alumno haya sido corregido con la medida de cambio o expulsión del centro, no se volverá a escolarizar en el mismo centro o centros en los que se le aplicó esta medida en el plazo de los doce meses siguientes a su aplicación.

5. Cuando el alumno cambie voluntariamente de centro antes del cumplimiento de la medida correctora que le haya sido impuesta, deberá terminar de cumplir la misma en el nuevo centro, salvo que la medida correctora impuesta fuera el cambio de centro. A tal fin se acompañará, con los documentos básicos de evaluación, un informe con las medidas educativas que estén pendientes de cumplir, salvaguardando los datos del alumno que exijan confidencialidad o sean objeto de privacidad o protección.

Capítulo IV

Procedimiento por faltas graves y muy graves

Artículo 36. Procedimiento por hechos constatados por un profesor

1. Para la imposición de las medidas correctoras por faltas graves y muy graves contra las normas de convivencia, cuando el profesor que haya estado presente durante su comisión constate en su informe la autoría y veracidad de los hechos, el director, o el jefe de estudios cuando tenga delegada esta competencia, impondrá la medida correctora

correspondiente con arreglo al procedimiento establecido en el presente artículo.

2. El profesor que haya estado presente durante la comisión de conductas contrarias a las normas de convivencia, en el plazo de los dos días lectivos siguientes entregará en la jefatura de estudios un informe en el que describirá detalladamente los hechos, las personas que hayan intervenido en su realización, el lugar y las circunstancias en que se han producido, así como los testigos, que en su caso, los hayan presenciado.

3. El director designará como instructor a un profesor, preferentemente un jefe de estudios, y lo comunicará al alumno y a sus padres o representantes legales, cuando sea menor de edad, a efectos de lo dispuesto en el artículo 46.

4. El instructor designado, a la vista del informe del profesor, elaborado conforme a lo dispuesto en el apartado 2, y en caso de estimarse necesario, de las nuevas pruebas practicadas, redactará la propuesta de resolución, que se comunicará al alumno, y si es menor de edad también a sus padres o representantes legales, conteniendo los hechos que se le imputan, la tipificación de los mismos con arreglo a lo establecido en este decreto, las circunstancias paliativas o acentuantes, si las hubiere y las medidas correctoras que se podrían imponer, concediéndoles un plazo de dos días lectivos para formular alegaciones y proponer aquellos medios de prueba que en el ejercicio de su derecho de defensa considere oportuno para tratar de desvirtuar la presunción de veracidad de los hechos que impugna. Dichas alegaciones podrán formularse por escrito o mediante comparecencia personal en el centro, de la que se levantará acta, en su caso.

Cuando el alumno autor de los hechos reconozca su responsabilidad se hará constar y firmará su conformidad, debiendo realizarse, dicho reconocimiento para que tenga valor probatorio, en presencia de sus padres o representantes legales, cuando sea menor de edad

5. El director, o el jefe de estudios cuando tenga delegada la competencia para imponer las medidas previstas en las letras a), b), c) y d) del artículo 33, a la vista del informe del profesor y de las alegaciones presentadas, en su caso, por el alumno o sus padres o representantes legales, tomará la decisión, detallando en su resolución los hechos probados, la calificación de los mismos, las circunstancias paliativas o acentuantes, si las hubiere, y la medida correctora que proceda aplicar.

Artículo 37. Procedimiento por faltas graves y muy graves ante hechos no constatados por un profesor

1. Cuando los hechos no se puedan constatar con el informe de un profesor que haya estado presente durante su comisión, para la imposición de las medidas correctoras por faltas graves o muy graves contra las normas de convivencia el director ordenará la incoación de un expediente y designará un instructor, que en el caso de faltas graves será preferentemente el tutor. La incoación del expediente y la designación del instructor se comunicará al alumno, y a sus padres o representantes legales cuando sea menor de edad, a efectos de lo dispuesto en el artículo 46.

2. El tutor, o el profesor designado, iniciará las actuaciones conducentes al esclarecimiento de los hechos mediante la declaración de testigos y la práctica de cuantas diligencias se estimen oportunas. Cuando el alumno autor de los

hechos reconozca su responsabilidad se hará constar y firmará su conformidad, debiendo realizarse, dicho reconocimiento para que tenga valor probatorio, en presencia de sus padres o representantes legales, cuando sea menor de edad.

3. Concluida la instrucción del expediente, cuyo plazo, en función de las pruebas practicadas no podrá exceder de diez días lectivos, el instructor formulará la propuesta de resolución, que deberá contener una descripción detallada de los hechos o conductas probadas que se imputan al alumno; la tipificación de los mismos con arreglo a lo establecido en este decreto; las circunstancias paliativas o acentuantes, si las hubiere, y la medida correctora que se propone.

4. Cuando se trate de faltas graves o muy graves el instructor concederá el trámite de audiencia al alumno y, si es menor, también a sus padres o representantes legales, para comunicarles la propuesta de resolución y el plazo de diez días lectivos de que dispone para alegar y proponer aquellos medios de prueba que considere oportuno. Dichas alegaciones y pruebas propuestas se podrán formular por escrito o mediante comparecencia personal en el centro, de la que se levantará acta, en su caso.

5. La conformidad y renuncia a dichos plazos, deberá formalizarse por escrito.

6. Transcurrido el plazo de alegaciones el instructor elevará al director el expediente completo, incluyendo la propuesta de resolución y todas las alegaciones que se hubieran formulado. El director, o el jefe de estudios cuando tenga delegada la competencia para imponer las medidas previstas para las faltas graves en las letras a), b), c) y d) del

artículo 33 adoptará la resolución y notificará la misma de acuerdo con lo previsto en el artículo 42.

7. La resolución contendrá los hechos o conductas probados que se imputan al alumno; la calificación de los mismos con arreglo a lo establecido en este decreto; las circunstancias paliativas o acentuantes, si las hubiere; los fundamentos jurídicos en que se base la medida correctora impuesta; el contenido de la misma, y su fecha de efectos.

Actividad práctica: Realizar un rol-playing sobre un supuesto en el que :

- Un alumno ha sido sorprendido fumando oculto en el patio.
- Una alumna está recibiendo insultos y amenazas en su móvil por parte de un grupo de compañeras.
- Un grupo de alumnos están pasando por el móvil imágenes en las que se ridiculiza a un alumno con necesidades educativas especiales.

1.3. LA ELECCIÓN DE DELEGAD@



Objetivos:

- 1.- *Habituara a los alumnos a participar de forma democrática y responsable.*
- 2.- *Que el grupo valore las funciones básicas que debe cumplir el Delegado.*
- 3.- *Reconocer la importancia de elegir un Delegado responsable y competente.*

Esquema - guía para el desarrollo de la sesión:

1º Una vez introducido el tema los alumnos intervendrán individualmente explicando las funciones que consideran tiene que realizar el Delegado de la clase. Esas funciones serán recogidas en la pizarra por parte del tutor/a realizando un listado de las mismas.

2º Leer y debatir el documento: "Elegir delegado/a. Piensa....reflexiona...elige bien..."

3º Presentación de candidatos y, si se quiere, defensa de sus candidaturas.

4º Constitución de la mesa: será presidida por el tutor y actuarán como Secretario el alumno más joven y como Vocal, el mayor.

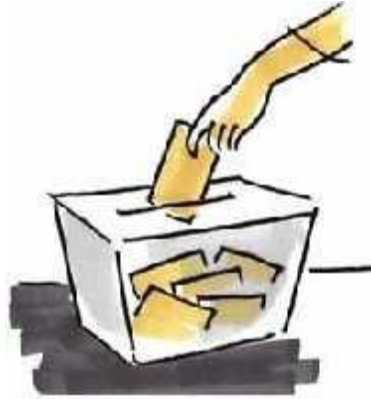
5º Votación:

- En la papeleta se escribe un solo nombre.*
- El secretario de la mesa irá citando a cada alumno por orden alfabético para que deposite su voto.*
- Terminada la votación y escrutinio de votos, el alumno que alcance el número de votos superior al 50% de los votos emitidos, será nombrado Delegado y el que le siga en número será designado Subdelegado.*
- Si en la primera votación ningún alumno alcanza dicho porcentaje se efectuará una segunda votación entre los cinco alumnos más votados. Tras ésta, se procederá a la designación de Delegado y Subdelegado.*
- Complimentar el acta (modelo que se adjunta) para entregarla al Jefe de Estudios.*

Material que se adjunta:

- Documento: "Elegir delegado/a. Piensa....reflexiona...elige bien..."*
- Modelo de acta.*

Piensa...reflexiona...elige bien



EL DELEGADO DE GRUPO DEBE:

Funciones:

- a. Asistir a las reuniones de la Junta de Delegados y participar en sus deliberaciones.
 - b. Exponer a los órganos de gobierno y de coordinación docente las sugerencias y reclamaciones del grupo al que representan.
 - c. Fomentar la convivencia entre los alumnos y alumnas del grupo.
 - d. Colaborar con el Tutor y con el Equipo Educativo en los temas que afecten al funcionamiento del grupo de alumnos.
 - e. Colaborar con el profesorado y con los órganos de gobierno del instituto para el buen funcionamiento del mismo.
 - f. Fomentar la adecuada utilización del material y de las instalaciones del instituto.
 - g. Participar en las sesiones de evaluación en la forma que establezca el Reglamento de organización y Funcionamiento.
 - h. Todas aquellas funciones que establezca el Reglamento de Organización y Funcionamiento.
- Parte de asistencia: El Delegado es el responsable del parte de asistencia (libro de clase) de los alumnos y alumnas del grupo. El parte será recogido

a comienzo de la mañana en la Conserjería del Instituto y entregado en el mismo lugar al final de la mañana.

EL DELEGADO DEBE SER.

- Una persona seria y responsable.
- Una persona que sea aceptada por todo el grupo.
- Una persona que respeta a todos y se haga respetar.
- Una persona con iniciativas.
- Una persona firme en la defensa de los intereses de los compañeros.

EL DELEGADO TIENE DERECHO A :

- Ser oído por los Órganos de Gobierno del Centro en los asuntos que así lo requieran.
- Recibir información de lo acordado en las sesiones de evaluación, reuniones de Junta de Delegados, Consejo Escolar, etc...
- No ser sancionados por el ejercicio de sus funciones.
- Revocados, previo informe razonado dirigido al tutor, la mayoría absoluta.
- Derecho a dimitir por razones justificadas.

1.4. Nacidos para triunfar

Nacidos para triunfar

Las claves del éxito personal



Se ha dicho que

Albert Einstein no habló hasta los 4 años de edad y aprendió a leer a los 7. Su maestra lo calificó como "mentalmente lerdo". Fue expulsado de la escuela y luego no fue admitido en el Politécnico de Zurich.

La superestrella del básquet, Michael Jordan, fue expulsado del equipo escolar.

A los 46 años, después de perder progresivamente la audición, Ludwig van Beethoven quedó completamente sordo y así compuso buena parte de su obra, incluidas 3 sinfonías en los 6 últimos años.

Al rechazar a un grupo de rock inglés llamado *The Beatles*, un ejecutivo de Decca Recording Company dijo: "No me gusta ese grupo".

¿Dónde estuvieron las claves del éxito de esas grandes figuras históricas?

Probablemente ni tú ni yo vayamos a integrar ese selecto grupo de personalidades que han logrado con sus hechos alcanzar la inmortalidad. Sin embargo, resulta interesante analizar qué han tenido en común todas esas personas, y hasta puede resultarnos de utilidad para lograr los objetivos que nos propongamos en nuestras vidas.

Haciendo un estudio de las biografías de estas personas cuyas obras les han hecho famosos en todo el mundo, podemos extraer un conjunto de **cualidades** que se repiten en todas ellas en mayor o menor cantidad

PASIÓN

Los triunfadores son personas que siempre han puesto **pasión** en lo que han hecho.

NO se alcanza la grandeza sin la pasión por hacer algo grande.

FE

Todos Han demostrado tener **fe en lo que eran y en lo que podían llegar a ser.**

Una **fe** inquebrantable en el propio valer y en el propio destino. Tú también podrás conseguir tus objetivos si estás convencido de que puedes hacerlo.

ESTRATEGIAS

Consiste En saber utilizar los medios y los recursos adecuados para conseguir los objetivos propuestos. Piensa en las mejores **estrategias** para llegar a ser quien quieres ser.

CLARIDAD DE VALORES

Para mantener una constancia en la acción es muy importante tener claro qué es lo importante para uno mismo, qué es lo que vale la pena. Los **valores** son sistemas de creencias que nos permiten juzgar lo que está bien o mal

ENERGÍA

Voluntad firme y constante para pasar de las buenas intenciones a los hechos.

SABER TRABAJAR EN EQUIPO

No se puede considerar un éxito completo el de una persona solitaria. El verdadero triunfador sabe aunar otras voluntades a la suya y hacer que el triunfo sea de muchos

CAPACIDAD DE COMUNICACIÓN

La comunicación adecuada consigo mismo es fundamental para persistir en la acción, y la comunicación con otras personas permite lograr el apoyo de las mismas para nuestros fines.

DEBATE ABIERTO.**Posibles interrogantes para el debate.**

1º ¿Conocías los hechos recogidos en la presentación de esta sesión?. Si conoces datos parecidos de otros personajes famosos coméntalos con la clase.

2º De las cualidades que han tenido en común todas esas grandes personas ¿cuál o cuáles os parecen más importantes para obtener éxito en vuestros proyectos?

3º A lo largo de tu proceso educativo, sobre todo en secundaria, se ha insistido mucho en una serie de cualidades y valores necesarios para obtener un rendimiento académico positivo:

Estudio diario		Motivación
Confianza en el éxito		
Disciplina	Esfuerzo	Fuerza
de voluntad		
Constancia		Desarrollo de capacidades
Responsabilidad		
Ayuda		Saber estudiar
Seguridad en sí mismo.		

Asociad cada una de estas actitudes y valores a las cualidades de los grandes personajes. Escribidlas en los recuadros correspondientes.

PASIÓN

CAPACIDAD DE COMUNICACIÓN

ESTRATEGIAS

FÉ

ENERGÍA

CLARIDAD DE VALORES

SABER TRABAJAR EN EQUIPO.

Si te lo propones...¡ Tú también puedes llegar a ser una gran persona ¡

1.5.¿CÓMO UTILIZAS TU TIEMPO DE ESTUDIO?

¿Tienes algo en común con lo que dice nuestro amigo Crispulo?

“Lunes estoy agotado.
Martes sigo cansado.
Miércoles estudio un poco.
Jueves para descansar
y para un día que queda
¿quién se pone a estudiar?”



Cada día los profesores te explican en las clases, te mandan ejercicios, trabajos... a veces tienes que hacer controles, exámenes. Todo esto no puede hacer que pierdas los nervios ni arrastrarte al abandono.

La planificación del tiempo es muy personal. Se debe hacer en función de las necesidades y posibilidades de cada uno.

Es cierto que el estudio exige esfuerzo. Sin tu trabajo personal no hay rendimiento. Las ideas que te proponemos no van a suprimir tu esfuerzo, pero sí lo van a hacer más rentable y eficaz. Si las pones en práctica con perseverancia comprobarás que una buena organización del tiempo te servirá para:

- * Dedicar menos tiempo al estudio y aprovecharlo mejor.
- * Evitar el conflicto obligación/diversión.
- * Tener confianza y seguridad en ti mismo como estudiante.

Ejemplo

Juan-Fran es un alumno de 4º de ESO que se considera un profesional del estudio. Habitualmente lleva preparadas todas sus tareas y clases aunque le cuesta esfuerzo. Reconoce que no es muy inteligente pero tiene claro que trabajando logrará su propósito, terminar con éxito la ESO. Juan-Fran ha hecho esta planificación de su tiempo a lo largo de la semana, que, más o menos, sigue durante todo el curso.

	Lunes	Martes	Miércol.	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
7,00– 7'30	Levantarse, aseo ...						
8'00 – 14'15	Clases del Instituto					Libre	Libre
14'30 – 16'30	Comida, descanso ...					Estudio-Repaso 2 h.	
16'30 – 19'00	Estudio: tareas, preparación clases, repaso ...						
19'00 - 21'00	Entrenamiento, tiempo libre				Tiemp Libre o Estudio 2 h.		
21'00 – 23'00	Lectura personal, TV, cena, descanso ...						

SEGÚN LA EXPERIENCIA DE OTROS ESTUDIANTES DE TU EDAD TE CONVIENE TENER EN CUENTA

* Que suelen dedicar al estudio unas

16-18 horas/semana y dejar unas 24 h. seguidas para relajarse.

0 Unos estudiantes rinden más a una hora del día, otros a otra... pero todos coinciden en que aumenta el rendimiento cuando se habitúan a estudiar regularmente a la misma hora.

0 El rendimiento disminuye inmediatamente después de las principales comidas.

0 El estudiante profesional sabe estudiar y sabe descansar. Cada actividad tiene su momento. Es fundamental respetar las horas de sueño.

0 Se suele dejar los fines de semana para las aficiones personales, para la vida social, para repasos, para recuperar alguna parte de la

materia que por imprevistos no se haya estudiado en su día ...

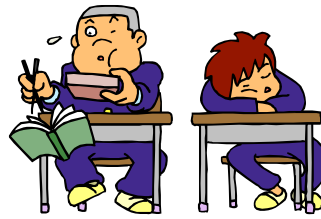
0 Conviene tomar buena nota durante las clases de las actividades que tengas que realizar en cada asignatura, las fechas de entrega de los trabajos, las fechas de los controles, el material necesario...

0 Suele resultar útil acordar con los amigos y con la familia esta planificación para que coincidan los tiempos de ocio, para que no nos interrumpan cuando estudiamos, para que nos ayuden a cumplirla .

* Haz tu planificación semanal del tiempo.

* Esfuérzate en cumplirla, sé más constante y realista. Si después de algunas semanas compruebas que hay demasiados fallos, revísala

¿QUIERES APRENDER A ORGANIZAR UNA SESIÓN DE ESTUDIO?



- * Algunos alumnos estudian a saltos, ahora un poco, más tarde otro poco... pierden mucho tiempo, tienen dificultad para concentrarse y no descansan.
- * Juan-Fran, el estudiante de nuestro ejemplo, hace una sesión diaria de dos-dos horas y media seguidas. Desde luego en estas sesiones introduce uno o dos descansos breves.

*

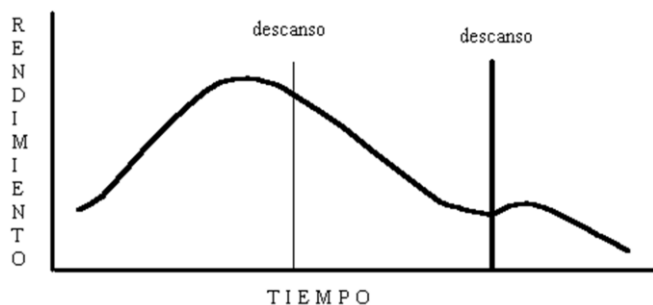
¿Qué te parece esta distribución del tiempo para una sesión de 2,5 horas?

<u>Minutos</u>	<u>Actividad</u>
20-25	Repasar y completar los apuntes del tema 6 de Naturales.
30-35	Sociales. Subrayado y resumen del Tema 5. Memorización.
5	Descanso
45-50	Matemáticas. Repasar el tema 4 y hacer los ejercicios
8-10	Descanso
30-35	Terminar el ejercicio de la clase de Plástica.

En tu planificación diaria del estudio te conviene tener en cuenta:

- * *En primer lugar tener claro qué vas a hacer en la sesión de estudio (ejercicios, repasos, trabajos, etc.).*
- * *También hay que preparar y colocar a mano todo el material necesario (libros, diccionario, cuaderno, boli, papel ...), de forma que evites levantarte hasta el próximo descanso.*
 - * *Decidir en qué orden vas a realizar las distintas actividades*

Cada persona tiene su curva de rendimiento. El máximo rendimiento se suele alcanzar gradualmente en la primera fase del estudio después de un tiempo de adaptación, o precalentamiento. Después poco a poco disminuye el rendimiento.



Hay que asignar los tiempos mejores a las asignaturas más difíciles y abordar las tareas que requieren menos concentración cuando comienza a aparecer la fatiga.

**¡Controlarse el tiempo no es una obligación
es una forma de ayudarse a sí mismo!**

Piensa también cuando te es más favorable hacer los descansos.

Se suele hacer el primero, breve, cuando aparecen los primeros síntomas de fatiga, y el segundo, más largo, cuando la concentración decae sensiblemente. Después de este segundo descanso se hacen actividades fáciles, que gusten o exijan menos esfuerzo.

Aprovecha estos tiempos para pasear por la casa, beber, respirar profundamente, mirar por la ventana...

No es conveniente ver la tele, llamar por teléfono, ni hacer otras actividades que puedan "enganchar" o dispersar excesivamente la atención.

¡Controla desde hoy!

Por último, si has cumplido con tu plan de trabajo y logrado los objetivos previstos te puedes sentir satisfecho. Coméntalo con tu entorno familiar y concédete un premio: escuchar esa canción que te gusta, ver tu programa favorito de la TV ... Esto te animará a cumplir tu plan el próximo día

1. Intenta observar cómo te comportas durante una sesión de estudio
2. ¿Cuándo logras el máximo rendimiento y cuándo te sobreviene la fatiga? .
3. Traza tu curva de rendimiento a lo largo de una sesión de estudio.
4. ¿Cómo utilizas los descansos?

PLANIFICACIÓN PERSONAL DEL TIEMPO DE ESTUDIO Y TRABAJO

Vamos a intentar desarrollar tus actitudes de método, disciplina y compromiso necesarios para un óptimo rendimiento escolar.

Planificarás tus sesiones de estudio en casa e intentarás llevarlas a cabo

DESARROLLO:

- ◆ Individualmente analiza el tiempo real que actualmente dedicas en casa al estudio, desglosando éste en actividades tipo, recogidas en la tabla nº 1.
- ◆ En grupos pequeños elaborad una tabla con valores medios .
- ◆ A través de los portavoces de cada grupo construid una tabla con los resultados medios de toda clase.
- ◆ Elaborad personalmente una planificación del tiempo (tabla nº 2) acorde con nuestras necesidades, comprometiéndoos a llevarla a cabo y evaluarla una vez al mes.
- ◆ Presentadla a vuestros padres para que la firmen y enterados, devolveréis al tutor.



TABLA Nº 1.

<i>DÍA</i>	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES	
	Dedico	Debo dedicar	Dedico	Debo dedicar	Dedico	Debo dedicar	Dedico	Debo dedicar	Dedico	Debo dedicar

Estudio de lecciones o temas.										
Repaso de cuestiones vistas en clase.										
Elaboración de esquemas, resúmenes, mapas conceptuales, etc.										
Preparación de controles o exámenes.										
Realización de actividades de tipo práctico, tales como, ejercicios, problemas, Dibujos, trabajos, etc.										

TABLA Nº 2

- Escribe una planificación realista de lo que estás dispuesto a hacer. Te ofrecemos un ejemplo.

HOR A	LUNES	MARTES	MIÉRCOLE S	JUEVES	VIERNES	¿REALIZAD O?
------------------	--------------	---------------	-----------------------	---------------	----------------	-------------------------

5-6	Repaso y estudio.	Repaso y estudio.	Repaso y estudio.	Repaso y estudio.	Repaso y estudio.	Sí, excepto el viernes.
6-7	Ejercicios	Ejercicios	Ejercicios	Ejercicios	Ejercicios	Tardé más de una hora
7-8	Consultas en Internet	Biblioteca	Preparación de exámenes	Buscar material	Mapas, esquemas.	Sí, todo.

Don/Doña.....como padre, madre o tutor deme doy por ENTERADO del presente plan de trabajo y ayudaré en su cumplimiento.

Fecha y firmas del padre y del alumno

BLOQUE 2: ORIENTACIÓN

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICO Y PROFESIONAL PARA 4º DE LA ESO.



POR FIN HE TERMINADO LA ESO. ¿QUÉ HAGO AHORA?

Es posible que hasta ahora no te hayas planteado muy en serio qué quieres hacer con tu vida. Sin embargo, dentro de pocos meses vas a terminar la etapa de enseñanza obligatoria y las perspectivas que se abren ante ti son nuevas e importantes. ¿Seguir estudiando o ponerte a trabajar?. ¿Estudiar bachiller o un Ciclo Formativo?...

¿Cómo te imaginas a ti mismo/a dentro de 10 o 15 años?. ¿Qué quieres ser? O, mejor dicho, ¿Quién quieres ser?.

Para ayudarte a reflexionar sobre este tema que va a ser tan importante para ti, entre el Departamento de Orientación y tu tutor/a te proponemos realizar una serie de actividades que te ayudarán a conocerte mejor y a conocer cuáles son tus posibilidades de estudio o trabajo. Tómatelas muy en serio, pues dentro de poco tendrás que tomar una de las decisiones más importantes de tu vida.

Nosotros estamos aquí para ayudarte.

2.1.¿ME CONOZCO?

Ficha nº 1 ¿CÓMO TE VES?



Nadie sabe mejor que tú cómo eres. Así que vas a trabajar sola/o. Para ayudarte en esa tarea te presentaremos un formulario-guía en el que puedes ver reflejados diferentes aspectos de tu personalidad (intereses, gustos, aficiones, forma de ser,...)

Vas a trabajar de la siguiente manera:

Debes elegir en cada uno de los bloques que vienen a continuación aquellos rasgos que consideres más cercanos a tu realidad personal o que mejor te definan. Si no encuentras rasgos importantes con los que puedas identificarte, añádelo tú misma/o.

* Haz una cruz (x) en aquellas cosas que son importantes para ti.

1 .INTERESES VITALES: ¿Qué es lo que más te interesa en la vida?

Me interesa, orden de preferencia (1º,2º,3º....)

- | | | |
|--------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> | - | Dinero. |
| <input type="checkbox"/> | - | Fama y Prestigio. |
| <input type="checkbox"/> | - | Seguridad (tener un trabajo seguro)/ Confortabilidad (vivir desahogado/a y cómodamente). |
| <input type="checkbox"/> | - | Independencia. |
| <input type="checkbox"/> | - | Creatividad. Hacer cosas por una/o misma/o. Buscar situaciones nuevas. |
| <input type="checkbox"/> | - | Relaciones personales: tener amigas y amigos, ser querida/o, aceptada/o por las/os demás. |
| <input type="checkbox"/> | - | Calidad de vida: poder educarme, adquirir cultura,... |

De todos los que has señalado indica la que más te interesa en primer lugar y la que menos te interesa de todas:

La que más me interesa es: _____

La que menos me interesa es: _____

2. CUÁLES SON TUS GUSTOS: Me gusta más...

- | | | | | | |
|--------------------------|---|--|--------------------------|---|--|
| <input type="checkbox"/> | - | Relacionarme con mucha gente. | <input type="checkbox"/> | - | Relacionarme con poca gente |
| <input type="checkbox"/> | - | Orden: saber siempre lo que tengo que hacer. | <input type="checkbox"/> | - | Improvisación: no planear las cosas, hacerlas como vienen. |
| <input type="checkbox"/> | - | Medio ambiente rural: vivir en | <input type="checkbox"/> | - | Medio urbano: vivir en la ciudad. |

contacto con la naturaleza.
 - Generalmente sigo la moda y suelo seguir la corriente.

Paso de moda: no me importa mucho lo que hagan las/os demás.

De todos los que has señalado indica lo que más te gusta en primer lugar y lo que menos de todas:

Lo que más me gusta es: _____

Lo que menos me gusta es: _____

3. QUÉ AFICIONES TIENES: lo que haces en tu tiempo libre.

- Actividades ecológicas: excursiones, montañismo, campamentos.
- Deporte.
- Ir al cine, exposiciones, teatro,...
- Manualidades
- Actividades musicales: escuchar música, ir a conciertos, componer....
- Actividades artísticas: pintura, dibujo, escultura.
- Salir de Pubs, cafeterías y discotecas.
- Coleccionismo (sellos, minerales, monedas...)
- Salir con las amigas y los amigos a pasear, charlar, hacer cosas...
- Estar en casa, ver la TV, jugar con el ordenador, consolas...
- Leer.

De todas las que has señalado indica qué actividad haces más en tu tiempo libre y lo que menos de todas:

La que más: _____ la que menos:

4. RASGOS DE PERSONALIDAD. ¿Te reconoces en algunas de estas formas de ser?

- Introversa/o: no puedo comentar - Extroversa/o me gusta

a las demás personas lo que me pasa.	comentar con las demás personas mis cosas.
- Tímida/o.	- Decidida/o.
- Tranquila/o.	- Inquieta/o.
- Responsable.	- Irresponsable.
- Juiciosa/o: pienso bien las cosas antes de hacerlas.	- Espontánea/o: hago lo que pienso en cada momento.
- Acomodaticia/o: me suelo conformar con lo que dicen las personas mayores.	- Crítica/o: no me conformo y analizo lo que me dicen.
- Imaginativa/o: busco cosas nuevas.	- Normativa/o: me adapto a lo que hay.
- Activa/o.	- Pasiva/o.
- Fuerte.	- Débil.
- Segura/o.	- Insegura/o.
- Sociable: me gusta relacionarme con gente.	- Poco sociable: prefiero estar en casa o con pocos amigos o pocas amigas.
- Afable: me enfado poco.	- Nerviosa/o: me enfado con facilidad, no me gusta que me contradigan.
- Vitalista: me entusiasmo fácilmente con cosas y Proyectos.	- Egocéntrica/o: hay pocas cosas que me entusiasman.

De todos los que has señalado indica el rasgo que más te caracteriza y el que menos:

El que más me caracteriza es: _____

El que menos me caracteriza es: _____

5. CREO QUE SIRVO PARA....

- | | |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | - Inventar cosas, arreglarlas. |
| <input type="checkbox"/> | - Diseñar dibujos, planos. |
| <input type="checkbox"/> | - El trabajo manual (carpintería, mecánica). |
| <input type="checkbox"/> | - Relaciones públicas (comprar, vender, informar). |
| <input type="checkbox"/> | - Dirigir un negocio, una empresa. |
| <input type="checkbox"/> | - Estudiar |
| <input type="checkbox"/> | - Realizar tareas sencillas, sin responsabilidad. |
| <input type="checkbox"/> | - Ayudar a las demás personas. |
| <input type="checkbox"/> | - Trabajo intelectual. |
| <input type="checkbox"/> | - Realizar trabajos por cuenta propia, que nadie me mande. |
| <input type="checkbox"/> | - Trabajar en una empresa en la que me dirijan. |

De todos los que has señalado indica la actividad para la que crees que eres más apta/o y la que menos:

La que más es: _____ La que menos es: _____

Ahora ya sabes algo más de ti. Vas a intentar hacer una descripción de cómo eres tú. Echa una ojeada a lo que has señalado y completa con estas frases la descripción de ti misma/o:

SOY UNA PERSONA:

1. Que tengo interés por:

.....
.....

2. Que me gusta:

.....
.....

3. Que mis aficiones son

.....
.....

4. Que mis rasgos de personalidad son

.....
.....
.....

5. Que creo que sirvo para

.....
.....
.....

Finalmente, revisa las definiciones que has señalado y escribe en la **Hoja-Resumen N°0**, en el cuadro nº 1, lo que más te interesa de cada uno de los apartados que acabas de indicar más arriba, (lo que pusiste en primer lugar). Si tienes tiempo puedes escribir en el otro cuadro lo que menos te interesa.

FICHA N° 2A

¿QUÈ SON LAS APTITUDES?

Seguro que entre tus asignaturas, hay alguna que te resulta más fácil, o que te gusta más. Es posible que se te den bien las matemáticas, y sin embargo, tengas más facilidad para la historia y para el dibujo.

Lo mismo te pasará con los deportes. Quizá no te gusten las carreras de atletismo, y en cambio se te dé muy bien el baloncesto.

E igual con tus aficiones. Es posible que no te guste el ajedrez y en cambio seas muy aficionada/o a las motos.

Es normal que tengas unas preferencias y que haya tareas en las que te desenvuelvas mejor. Cada persona tiene unas habilidades o actitudes que la caracterizan y la diferencian de las demás. Así, por ejemplo, es lógico pensar que no necesita tener las mismas aptitudes un pintor o una pintora de cuadros que una secretaria o secretario, ni una persona especializada en mecánica de coches que un/a modelo.

Ahora vamos a describir algunas aptitudes fundamentales, para que puedas después contestar unas cuestiones sencillas, que te ayudarán a comprender lo que son las aptitudes.

--	--

APTITUDES	DESCRIPCIÓN
ARTÍSTICAS.....	Habilidad para manejar, combinar, representar colores, dibujos, materiales, diseños. En el campo de la música habilidad para tocar instrumentos, componer, danzar, etc.
CIENTÍFICAS.....	Habilidad para observar, experimentar, extraer conclusiones, yendo más allá de lo que captamos a simple vista.
CREATIVAS.....	Habilidad para inventar, realizar cosas nuevas, ser original, crear objetos, proponer ideas.
ESPACIALES.....	Habilidad para representar y entender dibujos en dos o tres dimensiones, para orientarse en la ciudad, en el campo, etc.
LIDERAZGO.....	Habilidad para influir en los pensamientos y acciones de los demás, ya sea hablando o con el ejemplo. Capacidad para organizar grupos, actividades...
MANUALES.....	Habilidad para realizar toda clase de trabajos en los que se utilizan los dedos y las manos y que requieran precisión en los movimientos o actividad manual en general.
MECÁNICAS.....	Habilidad para utilizar herramientas, comprender y reparar útiles mecánicos, así como cualquier actividad técnica.
MEMORIA.....	Habilidad para recordar y repetir hechos, imágenes, sonidos, y datos en general.
MUMÉRICAS.....	Habilidad para operar con números, realizar operaciones numéricas, mentales, con ayuda de otros materiales, etc.
SOCIALES.....	Habilidad para asistir, ayudar, colaborar con otros a resolver problemas sociales y personales, preocuparse por las demás personas, relacionarse, con otras personas.
VERBALES.....	Habilidad para expresarse oralmente, por escrito, comprensión de textos, etc.
RAZONAMIENTO.....	Habilidad para comprender y descubrir la lógica de los hechos, situaciones problemáticas, resolución de

	problemas abstractos.
--	-----------------------

INVESTIGANDO SOBRE MÍ
FICHA Nº 2.B



Ahora vas a analizar tu aptitudes. Como resultaría muy largo estudiar en profundidad todas las aptitudes, vamos a centrarnos en tres, la verbal, la numérica y el razonamiento.

Para ello vas a contestar a una serie de cuestiones. Tú misma/o corregirás y extraerás conclusiones. Es conveniente que te concentres y contestes con rapidez.

COMPRENSIÓN VERBAL

1. ¿Qué palabra sobra en esta serie? : TENEDOR - PASTELES – UVAS – ARROZ – SALSA – ENTREMESSES.

- a) Tenedor
- b) Pasteles
- c) Uvas
- d) Arroz
- e) Entremeses
- f) Salsa

2. Ordena estas palabras sueltas en una frase correcta y contéstala:

FRANCIA – NACIONES – DEL – Y – CONTINENTE – ESPAÑA – SON.

- A) Distinta lengua
- B) Colindantes
- C) Europeo
- D) Vecinos
- E) Pirenaicas
- F) De lengua romance

3. ¿ Qué palabra significa lo contrario de **RÍGIDO**?

- A) Soluble
- B) Tieso
- C) Flexible
- D) Suave
- E) Demócrata

4. ¿ Qué expresa mejor lo que es una **VENTANA**?

A) Sirve para ver a la gente que pasa B) Tiene cristales C) Sirve para ventilar e iluminar la casa

- D) Es un elemento necesario en una construcción
- E) Algo cuadrado

5. Una **PROBABILIDAD** de **ACERTAR** siempre presupone...

- A) Seguridad
- B) Confianza
- C) Posibilidad
- D) Acertar o no
- E) Suerte

6. ¿Qué expresa mejor lo que es la **LONGITUD**?

- A) Una dimensión de las cosas
- B) Es la línea recta
- C) Va a lo largo
- D) Unión entre las cosas
- E) Algo muy largo

7. **BUENO** es a **MEJOR** como **MEJOR** a...

- A) Primero
- B) Soberbio
- C) Alto
- D) Inmejorable
- E) Óptimo

8. ¿Qué palabra significa lo mismo que **TENUE**?

- A) Estrecho
- B) Tenaz
- C) Suave
- D) Delgado
- E) Desleído

RAZONAMIENTO: ¿Qué figura sigue a cada serie de cuatro?

1 Series 1: Four figures with vertical lines and a horizontal bar, followed by an arrow and five options (A-E).

2 Series 2: Four figures with horizontal and vertical lines, followed by an arrow and five options (A-E).

3 Series 3: Four 4x4 grids with black squares, followed by an arrow and five options (A-E).

4 Series 4: Four squares with a hexagon and diagonal lines, followed by an arrow and five options (A-E).

5 Series 5: Four figures with vertical lines and horizontal bars, followed by an arrow and five options (A-E).

6 Series 6: Four squares with a circle and a dot, followed by an arrow and five options (A-E).

7 Series 7: Four figures with overlapping octagons, followed by an arrow and five options (A-E).

8 Series 8: Four figures with horizontal and vertical lines, followed by an arrow and five options (A-E).

Ahora que ya conoces los resultados y antes de que extraigas unas conclusiones definitivas es necesario que Consideres lo siguiente: estos “mini-test” no son totalmente fiables,

Estos ejercicios_sirven solo a modo de pequeña orientación para que tú llegues a reflexionar sobre qué tipos de problemas te son más fácil de resolver.

¿Coinciden los resultados con la idea que anteriormente tenías de ti misma/o?.

Ahora escribe en **la Hoja-Resumen Nº 0, en el cuadro nº 2B**, las aptitudes que tienes más desarrolladas y las que te vienen dadas por la puntuación obtenida en cada una de las pruebas.

NOTA: Las soluciones a estos cuestionarios las puedes encontrar a continuación.

RESPUESTAS A LAS PRUEBAS DE APTITUDES

*COMPRESIÓN VERBAL: 1=A; 2=C; 3=C; 4=C; 5=C; 6=A; 7=E; 8=C.

* RAZONAMIENTO: 1=D; 2=C; 3=B; 4=B; 5=A; 6=E; 7=A; 8=B.

* APTITUD NUMÉRICA: 1=A; 2=E; 3=D; 4=A; 5=C; 6=A; 7=B; 8=E.

ESTOY MUY INTERESADO

FICHA Nº 3

¿Qué tienes que hacer?

Redondear el "1" cuando esa actividad TE GUSTE MUCHO.

Redondear la "x" cuando esa actividad TE SEA INDIFERENTE.

Redondear el "0" cuando esa actividad TE DESAGRADA.

1. Trabajar en un banco o caja de ahorros: ADMINISTRATIVO, 1 X 0
COMERCIAL.
2. Hacer programas de ordenador y corregir errores en programas 1 X 0
elaborados:
INFORMATICA/O
3. Realizar ventas en tiendas, almacenes, supermercados, al por 1 X 0
mayor:
VENDEDOR/A
4. Realizar proyectos en los que se utilice la informática (diseño, 1 X 0
plano,...)
5. Transportar mercancías en camiones: CAMIONERA/O. 1 X 0
6. Investigar para formular soluciones a enfermedades, epidemias: 1 X 0
DOCTOR/A-BIOLOGO/A
7. Viajar para visitar a clientes para la compra o venta de productos: 1 X 0
REPRESENTANTE
8. Realizar investigaciones sobre agricultura productos agrícolas. 1 X 0
INGENIERO/A – AGRONOMO
9. Diagnosticar y prescribir tratamiento medico a animales. 1 X 0
VETERINARIA/O.
- 10 Realizar trabajos en la agricultura y ganadería: AGRICULTOR/A 1 X 0
. GANADERO/A.
- 11 Trabajar en la construcción o reparación de casa o edificios. 1 X 0
. ALBAÑILERIA.
- 12 Dirigir la construcción de obras e instalaciones: ARQUITECTA/O. 1 X 0
.
- 13 Dibujar los proyectos y planos utilizados para la construcción: 1 X 0
. DELINEANTE.
- 14 Proyectar maquinarias, diseñar su construcción: INGENIERA/O 1 X 0

. TECNICA/O.			
15 Impartir clases: MAESTRO/A.	1	X	0
.			
16 Reparar electrodomésticos. ELECTRONICA/O.	1	X	0
.			
17 Poner instalaciones eléctricas: ELECTRICISTA.	1	X	0
.			
18 Cuidar de la salud de las personas enfermas: ENFERMERIA	1	X	0
.			
19 Realizar estudios sobre el manejo de la economía de una . empresa, bancos: ECONOMISTA	1	X	0
20 Impartir clases a alumnos/as con deficiencias; problemas en el . lenguaje: MAESTRO/A DE EDUCACION ESPECIALIDAD/LOGOPEDA.	1	X	0
21 Hacer reportajes para un periódico, T.V. o radio: PERIODISTA.	1	X	0
.			
22 Vigilar y cuidar de la seguridad de las personas y sus bienes: . POLICIA, GUARDIA CIVIL, P. MUNICIPAL.	1	X	0
23 Pertenecer al ejercito: MILITAR DE TROPA, OFICIAL....	1	X	0
.			
24 Diagnosticar, realizar operaciones para curar enfermedades: . DOCTOR/A.	1	X	0
25 Pasar modelos de prendas de vestir, de calzado, peinados: . MODELO.	1	X	0
26 Acompañar a grupos de personas en visitas turísticas, . excursiones: GUIA TURISTICA/O	1	X	0
27 Cocinar, preparar platos, comidas, etc.: COCINERO/A.	1	X	0
.			
28 Servir en bares, cafeterías, restaurantes: CAMARERO/A.	1	X	0
.			
29 Cuidar del mantenimiento físico, entrenar deportes: MONITOR/A . DEPORTIVO/A.	1	X	0
30 Participar en competiciones deportivas: ATLETA, DEPORTITAS . PROFESIONAL	1	X	0
31 Aplicar técnicas de recuperación de traumatología, rehabilitación . física: FISIOTERAPEUTA.	1	X	0
32 Escribir novelas, poesías: ESCRITOR/A.	1	X	0
.			
33 Componer música y tocarla: MUSICA/O.	1	X	0

.				
34	Instalar tendidos telefónicos de telecomunicaciones: TECNICO/A DE TELECOMUNICACION.	1	X	0
35	Asistir a partos y ayudar en la atención de recién nacidos/as: COMADRON/A.	1	X	0
36	Realizar fotografías: FOTOGRAFA/O.	1	X	0
.				
37	Dirigir grúas y maquinas pesadas. CONDUCTOR/A DE MAQUINARIA.	1	X	0
38	Investigar sobre procedimientos químicos: QUIMICA/O.	1	X	0
.				
39	Cuidar del mantenimiento de las instalaciones mecánicas: MANTENEDOR/A.	1	X	0
40	Estudiar, traducir, enseñar idiomas: PROFESOR/A DE IDIOMAS.	1	X	0
.				
41	Realizar muebles y objetos de madera: CARPINTERA/O.	1	X	0
.				
42	Atender y enseñar a niñas y niños pequeños: PUERICULTURA.	1	X	0
.				
43	Estudiar y enseñar Lengua literatura Española: PROFESOR/A DE LENGUA.	1	X	0
44	Estudiar y conocer la historia y la geografía de los países, de otras culturas: HISTORIADOR/A.	1	X	0
45	Cuidar de la belleza, de la piel...: ESTETICA.	1	X	0
.				
46	Peinar, cortar, moldear el pelo: PELUQUERO/A.	1	X	0
.				
47	Pintar cuadros, realizar dibujos: PINTOR/A.	1	X	0
.				
48	Cantar, bailar ,actuar el publico o cine: ARTISTA.	1	X	0
.				
49	Trabajar en un Ayuntamiento o un Ministerio: ADMINISTRATIVO/A.	1	X	0
50	Realizar prótesis dentales, reparar dientes: PROTESICO/A DENTAL.	1	X	0
51	Cuidar del medio ambiente: TECNICA/O EN MEDIO-AMBIENTE.	1	X	0
.				
52	Cuidar el monte, ríos, naturaleza: GUARDA FORESTAL.	1	X	0
.				
53	Estudiar matemáticas y enseñarlas: PROFESOR/A DE	1	X	0

- . MATEMATICAS.
- 54 Clasificar y archivar documentos y libros: BIBLIOTECARIO/A. 1 X 0
- .
- 55 Trabajar en una empresa llevando la contabilidad: AUXILIAR ADMINISTRATIVO/A. 1 X 0
- . ADMINISTRATIVO/A.
- 56 Defender a personas acusadas por un delito o impartir justicia: ABOGADO/A, JUEZ/A, FISCAL. 1 X 0
- . ABOGADO/A, JUEZ/A, FISCAL.
- 57 Reparar y arreglar coches: MECANICA/O. 1 X 0
- .

Escribe ahora por orden de preferencia las 6 actividades profesionales que más te agradan (que has señalado con un 1)

-
-
-

Escribe 6 actividades profesionales que te son indiferentes (que has señalado con una x)

-
-
-
-
-
-

Escribe las 6 actividades profesionales que más te desagradan.

-
-
-
-

Copia en la **Hoja – Resumen Nº 0, en el apartado nº 3** , las 6 profesiones que más te agradan.

MERECE MI INTERES:

FICHA Nº 4

Te habrás dado cuenta de que todas las cosas no te gustan por igual. Hay algunas de ellas que prefieres sobre otras. Esas preferencias que tú tienes a la hora de actuar, elegir de qué trabajar son tus intereses.

Rodea con un círculo la respuesta que esté más próxima a tus intereses, la que para ti merece o no la pena.

Después contabiliza el total de respuestas **SI, NO, A VECES** y escríbelas en el recuadro correspondiente.

AIRE LIBRE

1 ¿Te gusta contemplar la naturaleza?.....	SI	NO	A VECES
.			
2 En vacaciones ¿Te gusta ir de camping, hacer . montañismo, conocer la Naturaleza?.....	SI	NO	A VECES
3 Te interesan temas sobre el cultivo, plantaciones, . recolección, agricultura?.....	SI	NO	A VECES
4 ¿Te gustan los animales? ¿Te gustaría tener una granja y . criar animales?.....	SI	NO	A VECES
5 ¿Sueles ayudar en tareas del campo: plantación, riego, . recolección..?.....	SI	NO	A VECES
6 ¿Te gustaría conocer los tipos de plantas, árboles, . insectos y animales que viven en el campo?.....	SI	NO	A VECES
7 ¿Te preocupas cuando sales al campo o el monte, de no . tirar basuras, de cuidar los árboles y respetar el medio ambiente?.....	SI	NO	A VECES
8 ¿Practicar algún deporte con . frecuencia?.....	SI	NO	A VECES

9 ¿Has participado en competiciones de algún tipo?.....	SI	NO	A VECES
10 ¿Te gustaría dedicarte a entrenador/a deportivo/a, preparador/a físico/a o monitor/a de Educación física?.....	SI	NO	A VECES

AIRE LIBRE:			
TOTAL SI:		
TOTAL NO:		
TOTAL A VECES:	A	

PRÁCTICA-MECÁNICA

1. ¿Te gusta ayudar en casa en reparaciones de pintura o de albañilería?.....	SI	NO	A VECES
2. ¿Alguna vez has intentado arreglar pequeños electrodomésticos?.....	SI	NO	A VECES
3. ¿Te gustaría ser técnico/o de mantenimiento de una empresa?..	SI	NO	A VECES
4. ¿Te gusta hacer maquetas, trabajos de marquetería?.....	SI	NO	A VECES
5. Si tuvieses la oportunidad de trabajar en un taller de mecánica durante las vacaciones ¿lo aceptarías?.....	SI	NO	A VECES
6. ¿Te interesa conocer cómo se dibuja y diseña el plano de una casa?.....	SI	NO	VECES
7. ¿Te gustaría trabajar en la construcción de casas o edificios?.....	SI	NO	A VECES
8. ¿Te divierte construir pequeños instrumentos o juguetes mecánicos?.....	SI	NO	A VECES

- | | | | | |
|----|--|----|----|---------|
| 9. | ¿Te gustaría conducir camiones, transportes de viajeros, manejar grúas o maquinaria pesada?..... | SI | NO | A VECES |
|----|--|----|----|---------|

PRÁCTICA -MECÁNICA:			
	TOTAL SI:	
	TOTAL NO:	
	TOTAL VECES:	A	

CIENCIA-TÉCNICA

- | | | | | |
|----|--|----|----|---------|
| 1. | ¿Te parecen interesantes los laboratorios y los experimentos químicos?..... | SI | NO | A VECES |
| 2. | ¿Te gustan las revistas y programas de T.V. sobre investigaciones científicas y tecnológicas?..... | SI | NO | A VECES |
| 3. | ¿Te interesa conocer nuevas técnicas industriales y las nuevas tecnologías?..... | SI | NO | A VECES |
| 4. | ¿Te gustaría investigar en productos o instrumentos para mejorar la industria?..... | SI | NO | A VECES |
| 5. | ¿Te gustaría trabajar en una Central Solar?..... | SI | NO | A VECES |
| 6. | ¿Te interesa la mecánica de barcos, aviones, etc. ?..... | SI | NO | A VECES |
| 7. | ¿Quisieras saber diseñar planos para la construcción de casas y edificios?..... | SI | NO | A VECES |
| 8. | ¿Te interesan los nuevos métodos de instalación eléctrica, telefónica o de T.V.?..... | SI | NO | A VECES |
| 9. | ¿Quisieras diseñar o inventar algún tipo de máquina o | | | |

	instrumento mecánico?.....	SI	NO	A VECES
10.	¿Te interesa conocer cómo se construyen puentes, carreteras, etc.?.....	SI	NO	A VECES

CIENCIA-TÉCNICA:

TOTAL SI:

TOTAL NO:

TOTAL A VECES:

ADMINISTRATIVO -COMERCIAL

1.	¿Te gusta participar en rifas y venta de objetos, para el viaje de fin de curso?.....	SI	NO	A VECES
2.	Cuando haces planes de fin de semana con tus amigos, ¿ eres tú quien los convence?.....	SI	NO	A VECES
3.	¿Te gustaría ser dependiente/a de una tienda?.....	SI	NO	A VECES
4.	¿Te brindarías para colaborar en una campaña de recogida de juguetes usados a domicilio ?.....	SI	NO	A VECES
5.	¿Crees interesante trabajar en atención al público informando?.....	SI	NO	A VECES
6.	¿Te sientes capaz de convencer a la gente para venderles algo?.....	SI	NO	A VECES
7.	¿Te gusta el ambiente de las oficinas?.....	SI	NO	A VECES
8.	¿Quisieras ser administrativo/a o cajero/a de un banco ?.....	SI	NO	A VECES
9.	¿Te gustaría trabajar metiendo datos de una empresa en el ordenador?.....	SI	NO	A VECES

- | | | | | |
|-----|--|----|----|---------|
| 10. | ¿Te gustaría servir copas, tapas o comidas en un bar o restaurante?..... | SI | NO | A VECES |
| 11. | ¿Quisieras dedicarte a preparar platos o cocinar para los demás?..... | SI | NO | A VECES |

**ADMINISTRATIVO-
COMERCIAL:**

TOTAL SI:
TOTAL NO:
TOTAL A
VECES:

ECONÓMICA-EMPRESARIAL

- | | | | | |
|----|--|----|----|---------|
| 1. | Se programa el viaje de fin de curso ¿Te brindarías voluntariamente para ser la/el tesorera/o ?..... | SI | NO | A VECES |
| 2. | ¿En tu Instituto se realiza el periódico escolar ¿sabrías calcular los gastos que ello comporta ?..... | SI | NO | A VECES |
| 3. | ¿Te gustaría encargarte de llevar la contabilidad de gastos, ingresos, pagos de personal de una empresa o fábrica ?..... | SI | NO | A VECES |
| 4. | ¿Te gusta hacer gráficas estadísticas sobre temas de población, economía, etc.? | SI | NO | A VECES |
| 5. | ¿Has pensado alguna vez se profesor/a de matemáticas ? | SI | NO | A VECES |
| 6. | ¿Has ayudado en casa a hacer la Declaración de la Renta ?..... | SI | NO | A VECES |
| 7. | ¿Te gustaría ser propietaria/o de una empresa o negocio ?..... | SI | NO | A VECES |
| 8. | ¿Te gusta manejara el ordenador, meter datos sobre cálculo y contabilidad ?... | SI | NO | A VECES |

- | | | | | |
|-----|---|----|----|---------|
| 9. | ¿Te divierte y entretiene descubrir el uso y manejo de nuevos programas de ordenador ?..... | SI | NO | A VECES |
| 10. | ¿Piensas que es interesante regentar un hotel, ser recepcionista o encargada/o ? | SI | NO | A VECES |

ECONÓMICA-EMPRESARIAL:
<p>TOTAL SI: </p> <p>TOTAL NO: </p> <p>TOTAL A </p> <p>VECES:</p>

¿CÓMO TE HA IDO?

Ficha Nº 5

Hablemos ahora de tus estudios.

Si tu intención, en principio, es seguir estudiando no estaría mal que echaras un vistazo a tu pasado académico; en él pueden estar algunas claves de tu futuro.

Recuerda:

EN CURSOS ANTERIORES:

¿Cómo te fueron tus estudios en los dos primeros cursos de la ESO?

.....
.....
.....

¿y el curso pasado en 3º?

.....
.....
.....
.....

¿Estás satisfecha/o de tus resultados?.....

..
.....
.....

Te consideras un/a estudiante:

Excelente
Malo

Buena/o

Regular

Desmotivada/o

¿Qué asignaturas te gustan más?

.....
.....
.....

¿Crees que tienes especiales capacidades para determinadas áreas?: ciencias, tecnología, artes, letras.

.....
.....
.....
.....

¿Estas satisfecha/o de estudiar ESO? ¿Por qué?

.....
.....
.....

¿Tenías especial dificultad con algunas asignaturas? ¿Por qué?.....

.....
.....

EN EL CURSO ACTUAL.

Mis calificaciones:

Mis calificaciones en MATEMÁTICAS están por SI NO

encima de 6.

Las calificaciones de PLÁSTICA son bajas. SI NO

En IDIOMA consigo calificaciones medias. SI NO

Mis calificaciones en HISTORIA Y GEOGRAFÍA son bajas. SI NO

En LENGUA Y LITERATURA obtengo notas superiores a 6. SI NO

Las calificaciones de FÍSICA Y QUÍMICA por debajo de 5. SI NO

En BIOLOGÍA Y GEOLOGÍA tengo calificaciones medias SI NO

Las calificaciones que tengo en INFORMÁTICA son buenas. SI NO

Obtengo en TECNOLOGÍA buenas calificaciones. SI NO

En EDUCACIÓN FÍSICA tengo calificaciones medias. SI NO

¿Qué asignaturas te gustan más? ¿Por qué?.....

.....
.....

¿Qué asignaturas te gustan menos? ¿Por qué?.....

.....
.....

¿Coincide que en las asignaturas que más te gustan obtienes mejores notas?.....

.....
.....
.....
.....

Anota en la **Hoja-Resumen nº 0**, en el **cuadro nº 5**, el nombre de las asignaturas que obtienes mejores notas y las tres que menos te gustan.

2.2. INFORMACIÓN SOBRE LAS OPCIONES ACADÉMICAS

BACHILLERATO

Existen TRES MODALIDADES de bachillerato:

- **ARTES**
- **CIENCIAS Y TECNOLOGÍA**
- **HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES**
- **GENERAL**

MATERIAS COMUNES

PRIMER CURSO:

Educación Física

Filosofía

Lengua Castellana y Literatura I.

Lengua Extranjera I

SEGUNDO CURSO:

Historia de España

Historia de la Filosofía

Lengua castellana y Literatura II

Lengua Extranjera II

BACHILLERATO DE ARTES

Se organizará en dos vías:

A) Vía de Artes plásticas y Diseño:

PRIMER CURSO:

Dibújo Artístico I y dos materias a elegir entre Cultura audiovisual, Dibujo Técnico Aplicado a las Artes Plásticas y al Diseño, Proyectos Artísticos y Volumen.

SEGUNDO CURSO:

Dibujo Artístico II y dos materias a elegir entre Dibujo Técnico Aplicado II, Diseño, Fundamentos Artísticos y Técnicas de Expresión Gráfico-plástica.

BACHILLERATO DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍA

PRIMER CURSO

Matemáticas I y dos materia a elegir entre Biología, Geología y Ciencias Ambientales; Dibujo Técnico I, Física y Química y Tecnología e Ingeniería I

SEGUNDO CURSO

Elegir entre Matemáticas II o Matemáticas aplicadas a las Ciencias Sociales II y escoger dos entre Biología, Dibujo Técnico II, Física, Geología y Ciencias Ambientales, Química y Tecnología e Ingeniería II

BACHILLERATO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

PRIMER CURSO:

LATÍN O MATEMÁTICAS APLICADAS A LAS CIENCIAS SOCIALES I y dos materias a elegir entre Economía, Griego I, Historia del mundo contemporáneo, Latín I, Literatura Universal y Matemáticas aplicada a las ciencias sociales I.

SEGUNDO CURSO

LATÍN II O MATEMÁTICAS APLICADAS A LAS CIENCIAS SOCIALES II y dos materias a elegir entre Empresa y diseño de modelos de negocios, Geografía, Griego II, Historia del Arte, Latín II y matemáticas aplicadas a las ciencias sociales II

BACHILLERATO GENERAL

El alumnado que estudie este bachillerato cursará en primero MATEMÁTICAS GENERALES y otras dos materias a elegir entre las materias de modalidad de primer curso que oferte el centro. Dicha oferta incluirá obligatoriamente ECONOMÍA, EMPRENDIMIENTO Y ACTIVIDAD EMPRESARIAL.

En segundo curso estudiará CIENCIAS GENERALES y otras dos materias de la oferta general del centro. Dicha oferta incluirá obligatoriamente MOVIMIENTOS CULTURALES Y ARTÍSTICOS.

CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO

La **FORMACIÓN PROFESIONAL ESPECÍFICA DE GRADO MEDIO** se estructura en torno a CICLOS FORMATIVOS, organizados por MODULOS, con una duración variable. Los ciclos formativos de grado medio incluyen un módulo de FORMACIÓN EN CENTROS DE TRABAJO.

Acceso directo:

- **Titulo de Graduado en Educación Secundaria**

Si no

- **Superar una prueba si tienes como mínimo 17 años, cumplidos durante este año.**
- **Acceso desde los Ciclos Formativos de Grado Básico.**

Esta prueba tomará como referencia los contenidos de las áreas que has cursado en la ESO, y constará de dos partes: una socio-cultural y otra científico-tecnológica.

La superación de las enseñanzas de formación profesional específica de Grado Medio te da derecho a obtener el título de **TÉCNICO** de la correspondiente profesión.

¿QUÉ PUEDO HACER DESPUES DE UN CICLO FORMATIVO DE GRADO MEDIO?

1. Comenzar a trabajar
2. Continuar estudiando:
 - **FORMACIÓN PROFESIONAL DE GRADO SUPERIOR**, puedes acceder después de un ciclo Formativo de Grado Medio, siempre que hayas cumplido los 19 años y superes la prueba de acceso que se determine.
 - Para **acceder directamente** a un **CICLO FORMATIVO DE GRADO SUPERIOR NECESITAS EL TITULO DE BACHILLERATO.**

OFERTA DE CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO EN EL ENTORNO

<u>CENTROS PUBLICOS</u>	<u>CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO</u>
C.I.F.P. nº 3. (ANTES IES A. BASTARRECHE) Tfn: 968507800	Pesca y Transporte Marítimo
	Instalaciones frigoríficas y de climatización
	Peluquería
	Estética Personal Decorativa
	Sistemas microinformáticos y Redes
IES POLITECNICO Tfn: 968120909	Planta Química
	Laboratorio
	Instal. Y Mant. Electrónico de Maquinaria y Conducción de líneas.
	Instalaciones de Telecomunicaciones
	Instalaciones eléctricas y automáticas
	Soldadura y Calderería
	Mecanizado.
	Carrocería
Electromecánica de vehículos automóviles	
CENTRO INTEGRADO DE F.P. DE HOSTELERÍA Y TURISMO Tfn: 968 52 97 11	Servicios de restauración.
	Panadería, repostería y confitería
	Cocina y Gastronomía
IES EL BOHIO Tfn: 968519753	Cuidados Auxiliares de Enfermería
	Emergencias Sanitarias
	Sistemas Microinformáticos y Redes
IES CARTHAGO ESPARTARIA La Palma Tf:968554180	Sistemas Microinformáticos y Redes

IES GERARDO MOLINA (TORRE PACHECO) Tfn: 968165172	Carrocería
	Instalaciones Eléctricas y Automáticas
	Comercio
	Gestión Administrativa
IES CARLOS III Tfn: 968321301	Comercio
	Gestión Administrativa (presencial y a distancia)
	Sistemas Microinformáticos y Redes
CENTRO INTEGRADO DE FORMACIÓN Y EXP. AGRAR. Tfn: 968 578200 Torre Pacheco	Producción Agropecuaria.
	Jardinería y Floristería.
IES SIERRA MINERA (LA UNION) Tfn:968507800	Instalaciones eléctricas y Automáticas.
	Gestión Administrativas
<u>CENTROS PRIVADOS /CONCERTADOS</u>	<u>CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO</u>
ISEN Formación Tfn: 968505313	Farmacia y Parafarmacia (2 grupos)
	Cuidados Auxiliares de Enfermería
	Gestión Administrativa (2 grupos)
CES STA MARIA MICAELA Tfn: 968520686	Cuidados Auxiliares de Enfermería
	Gestión administrativa
COLEGIO SALESIANOS “SAN JUAN BOSCO” Tfn: 968511150 (Los Dolores)	Electromecánica de Vehículos Automóviles.
	Soldadura y Calderería
	Instalaciones eléctricas y Automáticas.
	Instalaciones de Telecomunicaciones
	Gestión Administrativa

CES LA VAGUADA Tfn: 968 126542 (Canteras)	Gestión Administrativa
--	-------------------------------

CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR

***Impartido:** Institutos Públicos, o Centros Privados/Concertados

***Certificación:** Emitida por el IES que imparte el ciclo

- **Te capacita para desarrollar una profesión**
- **Formación Intensiva que incluye un módulo de Formación en Centros de trabajo**
- **La duración es:**
 - ✓ **1 curso + FCT**
 - ✓ **2 cursos + FCT**

-Acceso directo : TITULO DE BACHILLERATO.

-Acceso: Después de Ciclo Formativo de Grado Medio, siempre que tengas como mínimo 19 años cumplidos en el año 2010 y superes la prueba de acceso.

OFERTA DE CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR EN EL ENTORNO

<u>CENTROS PUBLICOS</u>	<u>CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR</u>
CENTRO INTEGRADO DE F.P.HESPÉRIDES (ANTES IES BASTARRECHE) Tfn: 968507800	Sistemas de Telecomunicación e Informáticos
	Navegación, pesca y transporte marítimo.
	Supervisión y control de Máquinas e instalaciones del buque.
	Estética
	Eficiencia Energética y Energía Solar Térmica.
IES POLITECNICO Tfn: 968120909	Desarrollo de Proyectos Urbanísticos y Operaciones Topográficas
	Proyectos de Edificación.
	Desarrollo de Productos electrónicos
	Sistemas Electrotécnicos Automatizados.
	Óptica de Anteojeria
	Programación de la Producción en Fabricación Mecánica.
	Automoción
	Mantenimiento de Equipo Industrial
	Prevención de Riesgos Profesionales
Química Industrial	
CENTRO INTEGRADO DE F.P. DE HOSTELERÍA Y TURISMO Tfn: 968 52 97 11	Dirección de Cocina
	Dirección de Servicios de Restauración
	Guía, Información y Asistencia Turísticas
IES MEDITERRANEO	Acondicionamiento Físico
	Animación Sociocultural

Tfn: 968535400	Educación Infantil (2 Grupos)
	Integración Social
IES EL BOHIO Tfn: 968519753	Administración de Sistemas Informáticos en Red
	Laboratorio de Diagnostico Clínico
	Salud Ambiental
CENTRO INTEGRADO DE F.P. CARLOS III Tfn: 968321301	Administración y Finanzas (Presencial y A Distancia)
	Administración y Finanzas
	Secretariado
	Comercio Internacional (Bilingüe)
	Gestión y Transporte
	Servicios al Consumidor
	Gestión Comercial y Marketing
	Administración de Sistemas informáticos en Red
	Desarrollo de Aplicaciones Web (Presencial y A Distancia)
Gestión Comercial y Marketing	
CENTRO INTEGRADO DE FORMACIÓN Y EXP. AGRAR. Tfn: 968 578200 Torre Pacheco	Gestión y Organización de los Recursos Naturales y Paisajísticos
I.E.S. MANUEL TÁRRAGA ESCRIBANO (SAN JAVIER)	Producción Acuícola
<u>CENTROS PRIVADOS /CONCERTADOS</u>	<u>CICLOS FORMATIVOS DE GRADO SUPERIOR</u>
COLEGIO	Sistemas de Regulación y Control

SALESIANOS “SAN JUAN BOSCO” Tfn: 968511150	Automáticos
	Sistemas de Telecomunicación e Informáticos

ESCUELA DE ARTE Y SUPERIOR DE DISEÑO MURCIA Tf: 968234353	Ciclo Formativo de Grado Superior de Ilustración
	Cerámica Artística
	Fotografía Artística
	Modelismo y Maquetismo
	Joyería Artística
	Ciclo F. Grado Superior de las Artes Aplicadas de la Escultura

SI NO TENGO EL TITULO DE GRADUADO EN ESO

- Ciclos Formativos de Grado Básico. (Antes Formación Profesional Básica)
- Educación Secundaria para Adultos (mayores de 18 años)

F.P.Básica

DURACIÓN	La duración de los ciclos formativos será de dos cursos académicos (2000 horas) a tiempo completo. Los alumnos podrán permanecer un máximo de 4 años, cursando un mismo Ciclo de Formación Profesional Básica.
ORGANIZACIÓN	La organización de estas enseñanzas tendrá carácter flexible para adaptarse a las distintas situaciones presentadas por el alumnado.
REQUISITOS DE ACCESO	<ul style="list-style-type: none">- Tener cumplidos quince años, o cumplirlos durante el año natural en curso, y no superar los diecisiete años de edad.<ul style="list-style-type: none">- Haber cursado el primer ciclo de Educación Secundaria Obligatoria o, excepcionalmente, el segundo curso de Educación Secundaria Obligatoria.- Haber sido propuesto por el equipo docente a los padres, madres o tutores legales para la incorporación a un ciclo de Formación Profesional Básica.
ACCESO A LA TITULACIÓN DE GRADUADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA	Las personas que se encuentren en posesión de un título profesional básico podrán obtener el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria

OFERTA EDUCATIVA CARTAGENA:

IES JUAN SEBASTIAN ELCANO: Servicios Comerciales

IES POLITECNICO:

Mantenimiento de Vehículos

Fabricación y Montaje

IES SAN ISIDORO: Informática de Oficina

CPFP ISEN FORMACIÓN:

Informática y Comunicaciones

Servicios Administrativos

CARTAGENA (EL ALGAR):

IES PEDRO PEÑALVER: Servicios Administrativos

CARTAGENA (LA PALMA)

IES CARTHAGO SPARTARIA: Informática y Comunicaciones

CARTAGENA (LOS DOLORES):

CPR INF-PRI-SEC SAN JUAN BOSCO:

Electricidad y Electrónica

Informática y Comunicaciones

Fabricación y Montaje

Mantenimiento de Vehículos

CARTAGENA (SAN ANTÓN)

IES MEDITERRANEO:

Servicios Administrativos

Actividades Domésticas y Limpieza de Edificios

CARTAGENA (SANTA LUCÍA):

IES SANTA LUCÍA:

Electricidad y Electrónica

Peluquería y Estética

SAN VICENTE DE PAUL (LA RAMBLA)

Artes Gráficas

2.3. TOMA DE DECISIONES

Es el momento de ponerte manos a la obra. Ahora tienes que manejar toda la información que tienes sobre ti, sobre los estudios de F.P y sobre profesiones. Vamos a hacer varios ejemplos, para así asegurarte de lo que tienes que saber y conocer antes de decidirte. Elige la TERCERA actividad profesional de las que señalaste que más te agradaban y que recogiste en la Hoja- Resumen en el cuadro nº 3, y realiza el siguiente ejercicio a modo de práctica.

Nombre de la actividad o campo de trabajo profesional

.....
.....
.....

1. Piensa en las aptitudes que requiere esa profesión:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

¿Corresponden las aptitudes requeridas con las tuyas? ¿Por qué?

.....
.....
.....
.....
.....

2. Analiza los estudios que requiere: Formación Profesional, Bachillerato, Universidad, otro tipo de formación :

.....
.....
.....
.....

3 ¿ Crees que podrás alcanzar la formación necesaria que exige esa profesión?

.....
.....
.....
.....

4. Las condiciones de esa profesión: Horario, lugar donde se realiza, salario, especialización, responsabilidad ¿Responde a tus valores profesionales?

.....
.....
.....
.....

5. Suponiendo que esta fuese tu actividad profesional elegida definitivamente, indica los pasos que has de seguir en tu formación:

1º.....
.....

2º.....
.....

3º.....
.....

4º.....
.....

TAREAS QUE HE DE INCLUIR

- Información y discusión con la familia sobre lo que me gustaría hacer.
- Previsión de estudios o tareas que has de desarrollar en los próximos dos años.
- Especialización o profesión que piensas adquirir.
- Si esa requiere de práctica profesional.
- Información que te pueda faltar para perfilar definitivamente el plan.
- Centro en que puedes estudiar o en los que podrías iniciar la actividad profesional.
- Adquisición de conocimientos complementarios (idiomas, informática ...).

La actividad profesional elegida en PRIMER lugar es:

.....
.....

Para ello tengo que:

A) Estudiar el ciclo formativo:

.....
.....
.....
.....

En.....
.....

B) Estudiar Bachillerato de:

.....
.....

En.....
.....

Después:.....
.....

C Realizar estas otras actividades

.....
.....
.....
.....

1. Las aptitudes que requiere esa profesión son:

.....
.....
.....
.....

2. ¿Estas aptitudes coinciden con las mías?
¿Cuáles sí y cuáles no?

.....
.....
.....
.....

4. Mi interés por esta actividad está en

.....
.....
.....
.....
.....
.....

5. El tiempo que he de dedicar a mi formación en esa actividad es:

.....
.....
.....
.....
.....

6. Mis padres piensan que:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

FICHA RESUMEN Nº 0

NOMBRE _____ **Y** _____ **APELLIDOS:** _____
FECHA DE NACIMIENTO _____ **EDAD:** _____
CURSO: _____

1. CÓMO TE VES (mis intereses vitales).

Ficha nº 1

Lo que más me interesa:

Lo que menos me interesa

- 1º.....
- 1º.....
- 2º.....
- 2º.....
- 3º.....
- 3º.....
- 4º.....
- 4º.....
- 5º.....
- 5º.....

2. INVESTIGANDO SOBRE MI (mis aptitudes)

Aptitudes que poseo en mayor grado.

Ficha 2ª
2B

Ficha

- 1º.....
- 1º.....
- 2º.....
- 2º.....
- 3º.....
- 3º.....

3. ESTOY MUY INTERESAD@ (intereses profesionales)

Ficha 3

Las actividades que más me gustan

- 1º.....
-
- 2º.....
-
- 3º.....
-
- 4º.....
-
- 5º.....
-

4. ¿MERECE MI INTERÉS? (intereses profesionales por campos)

Ficha 4

Los campos profesionales que más me interesan son:

- 1º.....
-

2º.....
.....
3º.....
.....

5.¿CÓMO TE HA IDO? (mi rendimiento académico)

Ficha 5

Asignaturas que me van mejor
van peor

Asignaturas que me

1º.....
1º.....
2º.....
2º.....
3º.....
3º.....

6. TOMA DE DECISIONES

Ficha 6.

Las actividades profesionales que creo que más se ajustan a mis intereses,
aptitudes, rendimiento académico y posibilidades son:

1º.....
.....
2º.....
.....
3º.....
.....

4º.....
.....

5º.....
.....

Para conseguir la formación o profesión que, provisionalmente, he decidido debería:

- A) Estudiar un Ciclo Formativo de Grado Medio:
- B) Estudiar bachillerato de :
- C) Realizar otros estudios o actividades:

Subraya o señala con marcador la decisión adoptada.

BLOQUE 3. EDUCACIÓN PARA LA SALUD



3.1. PREVENCIÓN DE ADICCIÓN A LAS APUESTAS

Actividad de tutoría compartida con el PMADdel Ayto. de Cartagena con una charla informativa sobre adicción a las apuestas.

3.2.Educación Sexual I



LA SEXUALIDAD forma parte de nuestro cuerpo, de nuestra persona y en último término, de nuestra existencia.

Las personas somos como un puzle, en el que una ficha no tiene sentido sin el resto. Porque, aunque podemos imaginar aquello que falta, cada una de ellas nos presenta un detalle único que enriquece la imagen.

Las fichas que forman nuestro puzle se refieren a diferentes dimensiones de la persona: biológico-fisiológica, psicológica-intelectual y social. Ahora bien, nos

podemos preguntar: ¿y todo esto qué tiene que ver con la educación sexual? ¿por qué y para qué este documento?

La sexualidad es una condición que nos acompaña a lo largo de nuestra vida y, como tal, de ella parten emociones, sentimientos, creencias, acciones, preguntas (con o sin respuesta)... que **te afectan a ti** directa, o indirectamente, **y de las que tú, y nadie más que tú, puedes disfrutar** y ser responsable.

La Educación Sexual es la educación de los sexos y como tal su objeto es el Hecho Sexual Humano, las sexualidades... Es curiosa la cantidad de veces que, a diario, utilizamos la palabra sexo... ¿no crees?

_ *“Rellena este cuestionario e indica tu sexo”.*

_ *“Me gusta practicar el sexo”.*

_ *“Creo que estoy obsesionada con el sexo.*

¿Seré un/a adicto/a?”

_ *“Muy bien, me siento a gusto perteneciendo al sexo masculino”*

Todas las frases las entendemos y en todas aparece la palabra “sexo” pero, ¿tiene el mismo significado en cada una de ellas? Si te parece, podrías comentar con tus compañeros/as éstas y otras frases similares e intentar agruparlas según creas a qué hacen referencia:

a.) Lo que se es (hombre o mujer)

b.) Lo que se tiene: ¿qué se siente? ¿cómo se vive?

c.) Lo que se hace: ¿cómo se actúa?

A partir de aquí podemos diferenciar los siguientes aspectos a incluir en el Hecho Sexual Humano:

a. La **sexuación**

Proceso en el que se conectan toda una serie de niveles o estructuras que, desde la fecundación hasta la muerte y de forma progresiva, hacen sexuada a cada persona; es decir, la convierten en hombre o mujer.

Pero todos y cada uno de nosotros somos seres únicos e irrepetibles y, por ello, hay muchas maneras de estructurarse como hombre y muchas de hacerlo

como mujer. Es más, posiblemente no existen hombres ni mujeres completamente puros.

b. La sexualidad

Manera en que cada persona se ve a sí misma, se siente y vive como ser sexuado, como uno de los dos sexos.

c. La erótica

Es la forma concreta y personal de expresar lo que somos y lo que vivimos a través de nuestros deseos y gestos.

ES PRECISO RECORDAR QUE...

Cada persona es única, irrepetible e inigualable.

Por lo tanto, nadie puede asemejarse a otra persona en lo que se refiere a:

_ la forma de ser

_ la forma de sentir

_ la forma de expresarse

No hay sexualidad de primer o segundo grado.

Se trata de que cada persona aprenda a ser protagonista de su propia vida sexual, a sabiendas de que es única e irrepetible.

Análisis conceptual

Sin ánimo de convertir este documento en un diccionario, debemos plantearnos la claridad de otros conceptos comúnmente utilizados a la hora de hablar de sexo...

Te animamos a que, primeramente, busques en esta sopa de letras términos relacionados con la temática tratada y, por último, los asocies a las siguientes definiciones.

A F R T Y U V I N F O P V E Q W E R T Y B N G H
S N M B Q W I O N B Z M N H E T Y V H J B A T B
A S D I D E N T I D A D S E X U A L P P W E R T
Z D E S X C R E R O T I C A H I N B G O E Y A P
V B R E I L J H B C A S E U O P L K J M H G V S
I K B X X S E R T Y N J I F G Y O M D R T Y E L
Z C D U E R T B Y U A U T O E R O T I S M O S N
T Y H A B H L A U X E S N O I C A L E R M B T X
Y V B L A D H E T E R O S E X U A L I D A D I L
T Y N I D E T Y B N H J K A E S F T N B V F D X
E C F D S T U M N B C O R E N E G A S E R T O B
P T R A N S E X U A L N F R U I O P M V D D S V
D E T D A D I L A U X E S O M O H A D F R T Y B
C E T U I O P J H F V B O U J M K I L Ñ P A E R

Orientación del deseo hacia personas de diferente sexo.

Es aquello que la persona se considera a sí misma como resultado del proceso de sexuación.

Orientación del deseo hacia personas del mismo sexo.

Término empleado para referirse al hombre al que le gusta y satisface vestirse de mujer; y a la mujer a la que le gusta y satisface vestirse de hombre. Esta conducta es independiente de la orientación del deseo y no tiene nada que ver con problemas respecto a la identidad.

Constructo social, variable en función de las culturas y de las etapas, que establece las conductas, ropas, gestos, juegos, características,... propias (o socialmente consideradas) de cada uno de los sexos.

Conjunto de emociones y conductas que expresan lo que somos y lo que sentimos. Este tipo de relaciones, también denominadas eróticas, hacen referencia a las miradas, caricias, etc., y no sólo al coito.

Es aquella persona en la que su identidad sexual, como hombre o como mujer no coincide con la que marcan sus genitales, ni otras estructuras sexuales, ni con la identidad que los demás le suponen. Esta identificación con uno u otro sexo es independiente de la orientación del deseo.

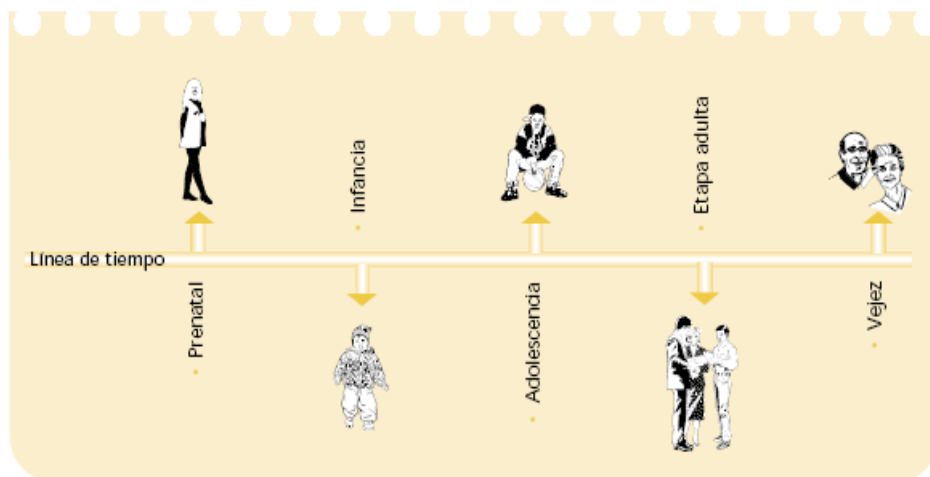
La persona alcanza el placer y la satisfacción sexual estimulándose a sí misma. También denominado masturbación.

Orientación del deseo hacia personas de ambos sexos.

¿Se te ocurre alguno más? Plántaselo a tus compañeros/as e intercambia tus pareceres en torno al mismo. No se trata de un examen, sino de **ponerle nombre a nuestra realidad, a las piezas de nuestro puzle.**

Rasgos generales de la evolución sexual

En cada etapa de la vida las manifestaciones y formas de expresión de la sexualidad son diferentes a nivel biológico, endocrino, psicológico, social..., pero los intereses y comportamientos sexuales siempre están ahí.



Es evidente que a lo largo de nuestra vida sufrimos cambios cuerpo, nuestra forma de pensar, nuestras amistades..., incluyendo nuestra sexualidad.

¿Te atreverías a asociar estas cartas a cada una de las imágenes de la línea del tiempo?



- Evolución personal: actitudes, experiencias, formación de pareja o parejas...
- La sexualidad en pareja: en los hombres, mayor valoración de la sexualidad y más centrada en la actividad coital. En la mujer, menor valoración de la sexualidad y menos centrada en la actividad coital.
- Entre los 40 y 60 años se produce una evolución y una nueva redefinición de la identidad sexual.

- Mantenimiento del deseo sexual.

- Desarrollo físico: crecimiento general, desarrollo genital, desarrollo de los caracteres sexuales.
- Desarrollo intelectual y social: redefinición del sexo. Orientación del deseo.
- Sentimientos psicosexuales: deseo, atracción, enamoramiento...

- Formación del sexo.
- Formación de los genitales internos y externos.
- Diferenciación cerebral.

- Curiosidad sexual.
- Interiorización de las normas y reglas sexuales.
- Aprendizaje sexual: basado en la identificación con los padres y la imitación de otros modelos sexuales.
- Identidad sexual: percepción de las diferencias genitales.
- Conocimiento, autclasificación y crítica de los roles sociales.
- Percepción de los privilegios masculinos.

5

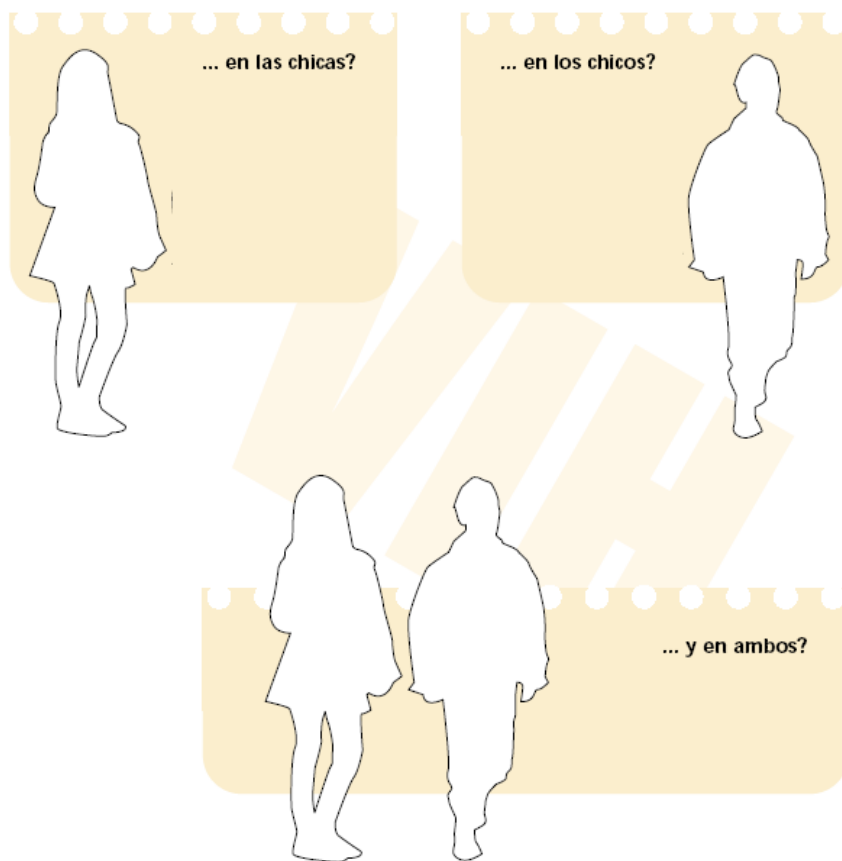
La **adolescencia** es considerada una etapa “crítica”, es decir, llena de cambios, que pone fin a la infancia y da paso a la vida adulta. Pero, dejando de lado la teoría, nadie mejor que tú conoce lo que te ocurre, lo que sientes y lo que vives en tu etapa adolescente... Los **cambios**, unidos a los presentados en la carta anterior, hacen referencia a:

_ Desarrollo corporal.

- _ Importancia de la amistad.
- _ Importancia del amor y de las relaciones sexuales.
- _ Preocupación por la imagen.
- _ etc.

Si nos detenemos en el desarrollo corporal, como consecuencia de las hormonas corporales (testosterona y estrógenos), ¿qué cambios sustanciales observas...?

vas...



7

Estos cambios corporales afectarán a todos los chicos y chicas, por ello se ha de tener en cuenta que:

_ Nadie se queda sin madurar y, sea cual sea el resultado, nuestro cuerpo estará preparado para el placer y para las relaciones personales. **Para la sexualidad nadie está más preparado que el prójimo.**

_ Los cambios no confirman la identidad sexual: **ser hombre o mujer no depende de los tamaños ni de las formas.**

La riqueza de la diferencia

El objetivo de la educación sexual es que cada persona se conozca, se acepte, aprenda a expresar y disfrutar de su erótica, de modo que se sienta feliz, y satisfecha.

EL REENCUENTRO...

Cristina y Juan crecieron juntos, eran vecinos... puerta con puerta. Más que vecinos, se comportaban como hermanos, siempre juntos a todos lados.

Por motivos familiares Juan tuvo que irse a vivir a otra ciudad. Hace 15 años que no se ven, desde que ambos tenían tan sólo 5, y al reencontrarse de pronto en el portal, aparte de la sorpresa y de “haber cambiado un poco”, decidieron quedar a tomar café en el bar de enfrente aquella misma tarde...

A continuación, te invito a que un compañero/a y tú asumáis los papeles de Cristina y Juan, y los suplantéis (es decir, rellenéis los huecos) en un momento determinado de la larga e intensa conversación que ambos están manteniendo.

Podéis continuar la conversación si os apetece.

Cristina: Bueno... y de amores ¿qué tal andamos? Me imagino que habrás tenido más de una pareja a lo largo de estos años ¿no?

Juan: He estado con _____ pero hasta ahora no he encontrado

a ninguna persona con la que dure más de 2 meses. ¿Y tú?

C: Llevo 1 año con _____ ¿te acuerdas?, ¡Sí hombre, que venía con nosotros al colegio y siempre nos estábamos pegando!

J: ¡Ah sí, ya me acuerdo! ¿Qué te dijeron tus padres?

C: Al principio fue un poco difícil, ya sabes, son muy mayores y no _____ . Pero un día, mientras que paseábamos cerca de casa, nos encontramos con mis padres y estuvimos hablando con ellos, nos fuimos a tomar algo... Creo que les cayó bien.

J: Y con la gente del barrio, ¿qué tal?

C: ¿Cómo que qué tal? Pues bien: salimos todos juntos y punto. Pero ya está bien de hablar de mí, entonces... ¿ahora no estás con nadie?

J: Sí... bueno... desde que regresé a Madrid he conocido a un montón de _____ , pero llevo un par de semanas saliendo con _____ .

C: Bueno, y ¿qué tal estás? ¿cómo lo lleváis?

J: _____

✓ ¿Cuál es la orientación sexual de...

... Cristina? _____

... Juan? _____

✓ ¿Ha mantenido algún tipo de relación sexual de acuerdo a su orientación...

... Cristina? _____

... Juan? _____

✓ ¿Los familiares y amigos aceptan la orientación sexual (o a la pareja) de...

... Cristina?

... Juan?

La libertad de cada persona queda reflejada en sus actos

¿Eres dueño o dueña de tus propias decisiones? A continuación te proponemos varias situaciones, ¿cuál crees que sería la mejor solución? ¿tú qué harías?, ¿por qué?

SITUACIÓN 1

Ana y Juan, que tienen 22 y 23 años respectivamente, llevan juntos 5 años. Son uña y carne, nunca se aburren y la confianza entre ambos es plena. Sus relaciones sexuales, satisfactorias para ambos, se basan en las caricias mutuas, besos, etc., pero no en el coito. Ana prefiere esperar, como

consecuencia de sus creencias religiosas, a pesar de que sus amigas ridiculizan la situación, y Juan acepta la decisión de Ana.

No obstante, Ana se está planteando la posibilidad de dar un paso más en dichas relaciones sexuales.

SITUACIÓN 2

Pedro está preocupado por su relación con Alicia. Ayer, ésta le comentó que le gustaría probar cosas nuevas (caricias, roces...) con él. Alicia, según le explicó a Pedro, las había puesto en práctica consigo misma y aseguraba que le proporcionaban mucho placer.

Pedro se pregunta por qué Alicia se masturba cuando no está con él... ¿Es porque se aburre en sus relaciones sexuales?, ¿porque ya no le quiere?...

Todas las orientaciones sexuales pueden ser igualmente satisfactorias y saludables, la clave no está en la orientación en sí misma sino en cómo se vive.

Y, como ya hemos comentado anteriormente, cada persona desarrolla su forma de comportarse y vive su sexualidad de una manera propia e intransferible.

Una vivencia positiva de la sexualidad es resultado de la vivencia igualmente positiva del hecho de ser uno mismo, y para ello es necesario tener cubiertas otras necesidades fundamentales como la seguridad afectiva, querer y sentirse querido, sentirse útil, tener seguridad en la propia valía, encontrar un sentido a la propia existencia, etc.

RECUERDA:

Una **vivencia positiva y sana de la sexualidad** necesita de:

_ **Sentirse bien y a gusto con uno mismo.** Tanto en lo que se refiere al propio cuerpo, con independencia de si se acerca a los modelos de belleza que se nos imponen, como a la propia forma de ser y estar en el mundo.

_ **Aceptar el hecho de ser hombre o mujer.** Encontrar las formas de expresión y realización personal que resulten más positivas y satisfactorias, sin imponernos ni aceptar las limitaciones marcadas por los estereotipos de lo masculino y lo femenino.

_ Adquirir un sentido lúdico de la sexualidad. Entendiéndola como una forma de relación y comunicación compartida, en la que cada persona debe reivindicar sus propios gustos y formas de expresión y respetar los de las demás personas.

Material procedente de:

Edita: CRUZ ROJA JUVENTUD • **Oficina Central:** C/ Rafael Villa, s/n, El Plantío • 28023 Madrid • www.cruzrojajuventud.es • **Diseño:** CYAN

ISBN: 84-7899-189-1 • **Depósito legal:** M-XXXXX

3.3. Educación Sexual II: La prevención tu solución



Unas **relaciones satisfactorias**, en el marco de una sexualidad sana y vivida **positivamente**, son uno de los hábitos más saludables que podemos mantener y que más contribuye a nuestra calidad de vida.

Pero a esta vivencia positiva ha de unirse a la **responsabilidad** de nuestras acciones, a la hora de **evitar** situaciones de riesgo que desemboquen en **embarazos no deseados y en infecciones de transmisión sexual (ITS)**.

¿Qué ITS conoces? ¿Qué sabes de ellas?

ITS	¿Cómo se transmite?	¿Cuáles son sus síntomas?	¿Tiene cura?

RECUERDA:

Ante cualquier **sospecha de sufrir una ITS**, debes:





- _ Buscar lo antes posible atención médica especializada (en tu centro de salud, hospital, etc.).
- _ Contactar con las personas con las que hayas mantenido relaciones sexuales.

Posiblemente hayas hablado de ITS como la gonorrea, sífilis, herpes simple, chlamydia, vaginitis, SIDA, etc.

Pero a la hora de **prevenir estas ITS y los embarazos no deseados...**

- _ ¿Qué métodos conoces?
- _ ¿Qué sabes sobre ellos?
- _ ¿Conoces algún otro?

EDUCACIÓN SEXUAL 2

¿Qué es?	¿Dónde conseguirlo?	Uso	Evita embarazo	Protege de las ITS
 Preservativo Masculino				
 Preservativo femenino				
Barrera bucal				
 Diafragma				
 DIU				
 Anillo vaginal				
 Píldora anticonceptiva				
 Vasectomía				
 Ligadura de trompas				

¿Qué diferencia hay entre...

- a. ... los métodos naturales, mecánicos y quirúrgicos
- b. ... los métodos de barrera y los hormonales
- c. ... los métodos reversibles e irreversibles

Teniendo en cuenta todo lo dicho anteriormente, ¿te atreverías a poner un ejemplo de cada uno de ellos?

Ahora bien... **¿qué método anticonceptivo previene el embarazo y las ITS al mismo tiempo?** Como has podido comprobar...

El PRESERVATIVO, en cualquiera de sus modalidades, es el **ÚNICO** método eficaz para **prevenir** la transmisión de **las ITS y los embarazos no deseados** en las relaciones sexuales con penetración.

¿Qué es?:

Una funda fina, elástica y resistente que sirve para evitar el intercambio de fluidos durante las relaciones sexuales con penetración (oral, anal o vaginal).

¿Para qué sirve?:

Evita la fecundación y el contagio de infecciones de transmisión sexual.

¿En qué consiste?:

El preservativo evita que se produzca intercambio de fluidos: impide que el semen o el flujo vaginal entren en contacto con una vía de entrada o entre sí. Los preservativos pertenecen a los llamados “métodos anticonceptivos de barrera”.

¿Hay varios tipos?

- _ preservativo femenino,
- _ preservativo masculino,
- _ y la barrera bucal o también llamado pañuelo de látex.

Teniendo en cuenta la **seguridad** que nos puede proporcionar el preservativo en nuestras relaciones sexuales y, como consecuencia de ello, nuestro **disfrute** sin preocupaciones... Es importante **CONOCERLO BIEN Y NO OLVIDAR:**

- _ Comprarlos en **farmacias**, o en otros lugares que ofrezcan garantía.

_ Comprobar que estén en **buen estado**, la fecha de caducidad y que estén homologados por la autoridad sanitaria y con marcado CE.

_ **Protegerlo** del calor, la luz y la humedad excesiva (ojo con las carteras y las guanteras de los coches, los cambios de temperatura los pueden deteriorar): debe guardarse con cuidado y sin doblarlo.

_ Podemos proporcionarle **lubricación adicional** a través de lubricantes de base acuosa, que se venden en las farmacias, evitando aquellos que contengan aceites, como en el caso de la vaselina, porque pueden dañar el material del preservativo y disminuir su eficacia. Es aconsejable la lubricación en la penetración anal.

_ Se usa **UNA SOLA VEZ** es decir, usar uno nuevo cada vez que se mantenga una relación sexual y si se cambia de práctica sexual (penetración vaginal, anal u oral).

_ Debe utilizarse en toda **relación sexual que implique penetración** (vaginal, oral o anal).

_ **No** se deben **utilizar a la vez dos** preservativos (masculino-femenino, masculino-masculino, ni femenino-femenino).

El fallo de este método, en la mayoría de los casos, es consecuencia del uso **incorrecto** del mismo. Por ello, es importante tener en cuenta las instrucciones de uso reflejadas en su envoltorio.

De tal manera que, si vas a tener relaciones con una persona de la que no estés **TOTALMENTE** seguro/a, debes usarlo **SIEMPRE** o bien optar por prácticas que no conlleven riesgo de contagio.

El preservativo masculino es una funda de latex lubricada y apretada que se coloca recubriendo el pene cuando éste se encuentra erecto.

Por supuesto, no se debe tener contacto previo con los genitales de la otra persona y hay que retirar el pene inmediatamente después de la eyaculación.

¿Cómo se pone?

1. Ver fecha de caducidad y abrir el envoltorio con cuidado para no rasgarlo.

¡Ojo! con las uñas, dientes, anillos, pulseras...

2. Comprobar si el preservativo está al derecho o al revés (esto se puede hacer soplando un poco dentro del preservativo para ver hacia que lado lo tenemos que desenrollar).
3. Colocararlo cuando el pene está en erección, antes de cualquier tipo de penetración.
4. Sacar el aire de la punta, apretando el extremo del preservativo, y dejar un espacio más o menos de 1 cm, para que al eyacular quede sitio para el semen.
5. Coloca el preservativo de manera que: con una mano, se sujeta el depósito para el esperma (la punta del preservativo), y con la otra, se desenrolla el preservativo hasta la base del pene.
6. Usarlo durante toda la penetración. Es aconsejable lubricar el preservativo una vez puesto para facilitar la penetración.
7. Después de eyacular, antes de que la erección disminuya, hay que retirar el pene sujetando el preservativo por la base para que no caiga semen.
8. Comprobar que no se ha roto (llenándolo de agua o presionando el depósito), anudarlo y tirarlo a la basura, nunca al WC ni a la calle.

El preservativo femenino es una funda transparente de poliuretano, con dos anillos flexibles en ambos extremos, uno en el interior que permite su colocación dentro de la vagina y otro, de un diámetro más grande, que permanecerá en el exterior de la vagina cubriendo los genitales externos y la base del pene durante la relación sexual.

Su textura es similar al preservativo masculino y ofrece igual seguridad y protección frente a las ITS, incluido el VIH, que frente a los embarazos no deseados.

Las mujeres pueden utilizar otros medios anticonceptivos pero solamente los preservativos les protegen contra las ITS.

El preservativo femenino es mucho menos utilizado que el masculino, sin embargo es muy importante para las mujeres porque es un medio de protección que ellas pueden controlar. Gracias a ellos, las mujeres no tienen que depender de la voluntad de su compañero sexual en lo que se refiere al uso del preservativo.

¿Cómo se pone?

1. Puede insertarse hasta 8 horas antes de la relación sexual.
2. Abrir el envoltorio cuidadosamente para no dañarlo.
3. El anillo de la parte cerrada del preservativo sirve de guía para colocarlo en el fondo de la vagina mientras que el otro extremo termina en un aro más grande que queda fuera de la vagina. Aplicar lubricante adicional en el interior del preservativo en caso de que así se desee.
4. Elegir una posición cómoda para la colocación del preservativo: de pie con el otro pie encima de una silla, sentada con las rodillas separadas, agachada, acostada...
5. Sostener el preservativo con el anillo externo colgado hacia abajo. Coger el anillo de la parte cerrada del preservativo (interno) y apretarlo entre los dedos pulgar e índice o corazón de forma que quede largo y estrecho.
6. Introducir el aro interno en la vagina.
7. Empujar el aro interno (metiendo el dedo índice en el condón) lo más profundamente posible de forma que quede en el fondo.
8. Guiar el pene con la mano hacia el centro del preservativo femenino evitando que se introduzca entre la pared de la vagina y la parte exterior del preservativo.
9. El preservativo femenino no necesita retirarse inmediatamente después de la eyaculación. Una vez terminado el coito y retirado el pene, quitar el preservativo apretando el anillo externo, retorciéndolo para mantener el semen en el interior del preservativo. Tirar hacia fuera delicadamente.
10. Después de usarlo hay que tirarlo a la basura, no al WC.
11. Usar uno nuevo cada vez que se mantenga una relación sexual.

Algunas personas pretenden justificar que no usan preservativos recurriendo al precio, a que se pierde el romanticismo o la espontaneidad o a que ya no es divertido:

- _ Si piensas que lo que está en juego es tu salud, te parecerá una buena inversión.
- _ Una vez que te acostumbras, usarlo se convertirá en un hábito más que no supondrá ningún esfuerzo.

- _ ¡La diversión no tiene por qué estar reñida con la precaución!
- _ ¡Disfrutarás mucho más si no tienes que preocuparte de las consecuencias!.

La información es necesaria para la prevención, pero no es suficiente. Algunas cosas nos parecen fáciles sobre el papel y nos resultan mucho más difíciles a **la hora de la verdad**.

La voluntad de prevenir puede encontrarse muchos obstáculos, que pueden tener que ver con las **habilidades personales** necesarias para relacionarnos y resolver situaciones de la vida cotidiana. Cada persona es distinta y debe saber cuáles son sus debilidades. Pero para eso hay que conocerse y aceptarse.

Una buena forma de pensar en qué debilidades pueden hacer que te resulte difícil prevenir, es que te imagines posibles situaciones para analizar cuál crees que sería tu reacción, cómo te sentirías o qué dificultades y dudas te podrían surgir.

IMAGINA QUE...

Respóndete a ti mismo CON SINCERIDAD. Intenta no contestar “lo que sabes que debes contestar”.

Sólo ponte en situación e imagina cuál crees que sería tu respuesta o cuál fue si ya la has vivido. Aunque no lo comentes todo, este cuaderno es sólo para ti, sé sincero con lo que escribas.

SITUACIÓN 1

Tienes que ir a una farmacia a comprar preservativos. Puede que no haya nadie en ese momento o que esté llena de gente. El farmacéutico puede ser una persona joven o mayor, una mujer o un hombre, en todo caso...

¿Te daría vergüenza comprar preservativos?, ¿sólo si hay más gente esperando o de qué depende?, ¿los comprarías o te irías sin ellos?

SITUACIÓN 2

Supongamos que has tenido relaciones sexuales de riesgo pero siempre te has protegido porque eres muy consciente de los riesgos. Un día surge una

relación con una persona que te gusta mucho y por la razón que sea, no usáis preservativo. Al día siguiente, o después de unos días, o durante un tiempo... ¿Te agobiarías pensando si puedes haberte contagiado con alguna ITS? Si es que sí, ¿crees que lo pasarías tan mal como para que pienses que no merece la pena correr ese riesgo?

SITUACIÓN 3

Estás con una persona que te gusta muchísimo y planeáis veros en su casa el sábado. Os ponéis de acuerdo para llevar comida, para alquilar una peli. Hablais de lo bien que lo vais a pasar, de lo que os gusta hacer y de lo que os da placer... pero no habláis de los preservativos. Crees que la otra persona se habrá encargado de comprar, pero quieres asegurarte para hacerlo tú si no. ¿Te resultaría fácil sacar el tema?, ¿te resultaría difícil pero preguntarías de todos modos?

SITUACIÓN 4

En la situación anterior, llegado el momento de ponerse el preservativo tu pareja se niega a usarlo. ¿Intentarías que cambiase de idea?. Y si no lo conseguieras, ¿qué harías?....

SITUACIÓN 5

Tienes pareja desde hace ocho meses, habéis tenido relaciones sexuales pero nunca de riesgo. No sabes si ha podido estar expuesto al VIH. Le hablas de usar protección y le sienta fatal. Te dice que os conocéis de sobra, que no confías en él o ella, que no le quieres lo suficiente, que si no te gusta,... y se niega rotundamente a usarlo.

¿Cuál sería tu reacción?, ¿dudarías?, ¿cederías?, ¿mantendrías tu criterio?... ¿Se te ocurren situaciones que podrían acabar en una práctica de riesgo por hacerte dudar o resultarte costoso resolverlas? ¿Quieres comentarlas con tus compañeros y compañeras?

En esta actividad no hay respuestas acertadas. Podéis hacerla en grupo, sobre todo es interesante que comentéis las situaciones que cuestan más a cada uno y cada una y por qué. Juntos podéis pensar en posibles soluciones o alternativas.

Estas situaciones en que nos sentimos presionados y que nos pueden llevar a tomar una decisión que nos ponga en riesgo, se pueden dar en cualquier ámbito de la vida. **Se trata evitar ceder ante otra persona por miedo, vergüenza, inseguridad o por quedar bien.** Ninguna de ellas es una buena razón para tomar una decisión y menos si esa decisión te pone en riesgo.

Seguro que entre todo lo que hayáis hablado a raíz de la actividad han surgido dos temas muy importantes y relacionados entre sí:

_ **La libertad**

_ **El derecho a decir “NO”**

En este caso, la **libertad** de decidir si quieres o no tener relaciones sexuales, qué tipo de relaciones, cuándo, con quién o cómo. Se trata de opciones personales que deben tomarse con total libertad, sin ningún tipo de presión física, psicológica, ni social y, que deben ser siempre respetadas, **sin excepción.**

Por eso, **siempre se está a tiempo de decir “NO”**, sea cual sea el motivo o el momento. Pero a veces cuesta hacerlo. Más si se entremezclan sentimientos hacia esa persona o si te sientes presionado por otros jóvenes. Te encontrarás en situaciones que te harán dudar o en las que te costará mucho decir “NO” aunque lo tengas muy claro, sobre todo: no aceptes chantajes emocionales, ni te avergüences, ni te sientas culpable ante presiones del tipo:

_ “no puedes decir primero que sí y ahora que no”

_ “si hacemos esto no entiendo por qué no quieres hacer lo otro”

_ “no te gusto lo suficiente”

_ “no me puedes dejar así”

_ “si te gustara de verdad no estarías tan preocupado/a por usar preservativo”

_ “qué decepción, pensaba que eras más divertido/a”...

Otras veces, las apariencias hacen que no digamos lo que de verdad pensamos, como en este último caso, pero querer protegerse frente al VIH tiene poco que ver con **“no ser una persona enrollada”, atractiva, atrevida, divertida**. No obstante, nos podemos sentir presionados.

Casi a diario se nos plantean situaciones en las que nos puede costar mantener nuestra opinión o decir que “NO”. Muchas veces se trata de temas sin importancia, pero son una buena ocasión para ponerse a prueba y para ejercitarse.

No se puede hablar de este tema, sin pensar un momento en los efectos que tienen las drogas, entre ellas el alcohol, sobre nuestro comportamiento. Se trata de sustancias que alteran nuestro estado de conciencia, distorsionando nuestra percepción de los riesgos. El **consumo de drogas** aumenta las posibilidades de que participemos en relaciones de alto riesgo que habríamos evitado siendo conscientes.

Si realmente quieres protegerte y no lo haces por no ser capaz de **mantener tu criterio**, luego te sentirás doblemente mal:

_ por haberte puesto en peligro

_ y por haberte dejado manipular o convencer.

El peligro aumenta si estás con una persona que en vez de frenarte, tampoco es consciente del peligro, sea por la razón que sea.

Ante situaciones en que sepas que puede darse el contacto sexual, si piensas que podrías ponerte en riesgo, ponte límites: no tomes sustancias que puedan alterar tus decisiones. **Hay cosas de las que podemos permitirnos arrepentirnos al día siguiente... ésta no es una de ellas.**

Mejorar tus habilidades personales no sólo hará más fácil la prevención, además mejorará tu vida, te sentirás más feliz y te querrás más.

LAS PERSONAS que se valoran y se quieren cuidan su salud, y establecen relaciones sexuales seguras.

Edita: CRUZ ROJA JUVENTUD • **Oficina Central:** C/ Rafael Villa, s/n, El plantío • 28023 Madrid • www.cruzrojajuventud.es • **Diseño:** CYAN • **ISBN:** 84-7899-189-1

BLOQUE 4. LOS VALORES Y EL CINE.

Hay una teoría en medicina que dice que “somos lo que comemos”. Desde el punto de vista de la Psicología, también podemos pensar que somos como somos por las influencias que recibimos.

Así, somos lo que leemos, la música que escuchamos y...las películas que vemos, entre otras influencias.

No todo el cine es igual. Hay buenas y malas películas. Las hay románticas, de risa, del oeste, de superhéroes...

Y también hay películas que nos transmiten algunos mensajes relacionados con los valores



A continuación os sugerimos algunos títulos para que decidáis en clase qué película o películas queréis ver en tutoría con el fin de que, después realicéis un cuestionario y un debate sobre su contenido. Ahí van algunas posibilidades.

- **La Clase (2008)**, de Laurent Cantet. Trata la problemática de un curso de la ESO en un barrio conflictivo de París.

- **Cadena de Favores (2001)** , de Mimi Leder. Imagina que haces un favor para ayudar a una persona y ésta, a su vez, debe hacer favores a otras tres persona iniciando una cadena infinita...
- **La Ola (2008)**, de Dennis Gansel. Un profesor decide iniciar un experimento sociológico con sus alumnos para explicarles el fascismo, pero a veces las consecuencias no se pueden prever.
- **Gran Torino (2008)**, de Clint Eastwood. Un veterano de la guerra de Corea, al que no le gustan los inmigrantes en su barrio, se ve obligado a defender a sus vecinos frente a una banda local.
- **14 kilómetros (2007)**, de Gerardo Olivares. La odisea de unos chicos subsaharianos que quieren llegar a España huyendo de la miseria y la guerra.
- **Juno (2007)** de Jason Reitman. Juno es una adolescente que se queda embarazada...y decide tener a su bebé y darlo en adopción.
- **En el mundo a cada rato (2005)** de varios autores. Se trata de un documental que refleja las condiciones de vida de niños en distintos países del mundo.
- **Pequeña Miss Sunshine (2006)** de Jonathan Dayton y Valerie Faris. Olive es una niña de 7 años aspirante a reina de la belleza. Su familia deberá pasar una serie interminable de vicisitudes para que pueda presentarse al concurso que tanto le ilusiona, pero al final...

Estas son sólo algunas sugerencias de películas que pueden servir al debate y la discusión y para plantearnos cuales son nuestros valores y tener en cuenta el punto de vista de otros.

También podéis proponer otras para que, en la reunión de los tutores y orientación, podamos estimar si son adecuadas para este propósito, buscarlas y proyectarlas.

Ya sabéis que lo más importante es la reflexión posterior.

EVALUACIÓN DE LA TUTORÍA

Hemos llegado al final de este camino. Ahora toca sacar conclusiones de las cosas que hemos hecho bien y mal a lo largo del curso. Las primeras para mantenerlas y mejorarlas, las segundas para cambiarlas. Pero para eso necesitamos saber tu opinión.

Contesta al siguiente cuestionario de la forma más sincera posible.

1. ¿Crees que la tutoría te ha servido como ayuda en tu proceso de maduración durante este curso?

2. ¿Cómo definirías el papel desempeñado por el tutor o tutora?

3. ¿Te ha resultado una persona accesible para consultarle cosas que te preocupaban?

4. ¿Cuáles han sido los temas que más te han interesado?

5. ¿Cuáles son los que menos interés han tenido para ti?

6. ¿Qué otros temas te hubiese gustado tratar?

7. ¿Crees que a lo largo del curso se ha logrado cohesionar el grupo?

8. Analizando las tutorías de los cuatro cursos, ¿crees que son de utilidad para el alumnado?

¿Por qué?

9. ¿Qué sugerencias de mejora tienes para otros años?

10. Puntúa de 1 a 10 la tutoría de este año.

PLAN DE EVACUACIÓN

EXTRACTO DE INSTRUCCIONES A SEGUIR PARA UNA EVACUACIÓN ORDENADA

* ALARMA: Timbrazos o sonidos de bocina intermitentes.

* ORDEN DE EVACUACIÓN

* EDIFICIO PRINCIPAL: desalojarán en primer lugar los ocupantes de la planta baja, a continuación planta primera y en último lugar la planta segunda.

☒ PLANTA BAJA: todas las personas que se encuentren en el ala del Salón de Actos

(Salas de profesores, Salón de actos, Biblioteca, Secretaría, despachos), desalojarán

el centro por la “puerta de cantina” y se dirigirán hacia las áreas de concentración en

las pistas deportivas.

☒ CAFETERÍA Y ASEOS DE ALUMNOS Y ALUMNAS: El personal que se encuentre en estas dependencias abandonará el centro por la “puerta de cafetería”.

Dirigiéndose a las pistas deportivas. El personal de Conserjería comprobará que no

queda alumnado en los aseos y abandonará el edificio por la puerta principal, dirigiéndose al lugar de concentración en el jardín exterior.

Coordinarán la evacuación de la planta baja los miembros del equipo directivo que

se encuentren en esta planta, o en su defecto los profesores que se encuentren en las

Salas de Profesores en el momento de la evacuación. Se prestará particular atención

a los alumnos discapacitados que se encuentren en estas dependencias que, en cualquier caso, serán desalojados en último lugar.

☒ PLANTA PRIMERA: aulas 4 a 9 abandonarán el edificio por la escalera que queda a su derecha, en el orden de proximidad a la escalera, es decir: aulas 4, 9, 5, 8, 6, 7.

Igualmente lo harán las personas que estén en los Departamentos de Lengua, Idioma y Ciencias. Todas ellas saldrán por la “puerta del ascensor” y se dirigirán a las pistas deportivas.

☒ De igual forma, se evacuarán los alumnos/as de las aulas 3, 2 y 1 así como Laboratorios. Todos se dirigirán por la escalera que queda a su derecha y saldrán por la puerta principal dirigiéndose al jardín exterior. Desalojarán en último lugar los grupos de las aulas y laboratorios más alejados de la escalera.

☒ Coordinadores de Planta: Profesores de las aulas o laboratorios situados más al fondo del pasillo

☒ PLANTA SEGUNDA: aulas 14 a 21, abandonarán el edificio por la escalera que queda a su derecha, en el orden de proximidad a la escalera, es decir 14, 21, 15, 16,

17, 18 y 19. Igualmente lo harán las personas que se encuentren en los Departamentos de Orientación, Matemáticas, Geografía e Historia. Todas ellas saldrán por la “puerta del ascensor” y se dirigirán a las pistas deportivas.

☒ De igual forma, aula 13, aula 12, Laboratorio de Ciencias Naturales, aula 11, aula 10, Laboratorio de Física y Química, bajarán en el orden señalado por la escalera que

queda a su derecha, y saldrán por la puerta principal dirigiéndose al jardín exterior.

☒ **Coordinadores de Planta:** Profesores de las aulas o laboratorios situados más al fondo del pasillo.

☒ **IMPORTANTE:** El profesor que en el momento de la evacuación atienda grupos en los que haya alumnado con deficiencia motórica o psíquica, será el responsable de la evacuación de los mismos. Se realizará con ayuda de otros alumnos y en último lugar.

☒ **CLASES DE APOYO A LA INTEGRACIÓN.** Las profesoras/es que en el momento de la evacuación se encuentren impartiendo clases de apoyo a alumnos/as discapacitados, serán los responsables de la evacuación de estos. Si alguno de estos alumnos/as presentase dificultades motóricas, el profesor de apoyo demandará ayuda del profesorado de la misma planta. Estos alumnos/as serán evacuados en último lugar.

☒ **NOTA IMPORTANTE:** Bloqueada una de las dos escaleras de bajada, se utilizará exclusivamente la otra, haciéndose todo el desalojo con el mayor orden posible y siguiendo las observaciones indicadas anteriormente. En este caso el orden de evacuación será:

☒ **PRIMERO:** Ala de la escalera útil de la primera planta en el orden establecido anteriormente. Alumnos con dificultades motóricas de este ala.

☒ **SEGUNDO:** El otro ala de la primera planta en el orden establecido

anteriormente. Alumnos con dificultades motóricas de este ala.

☒ TERCERO: Ala de la escalera útil de la segunda planta en el orden establecido anteriormente. Alumnos con dificultades motóricas de este ala.

☒ CUARTO: El otro ala de la segunda planta en el orden establecido anteriormente. Alumnos con dificultades motóricas o psíquicas de este ala.

☒ RECORDAD: Rápido, pero sin correr, sin atropellar y sin empujar y sin gritar

* AULARIO SUR: desalojarán en primer lugar los ocupantes de la planta baja y a continuación los de la planta primera.

☒ PLANTA BAJA: evacuarán la planta por la puerta principal del aulario en el orden de proximidad a la puerta. Se dirigirán al jardín exterior situado junto al aparcamiento. Coordinadores de Planta: Profesores de las dos aulas más alejadas de la puerta principal, aulas de Plástica 1 y 2.

☒ PRIMERA PLANTA: El alumnado de la planta superior abandonará el edificio por la puerta trasera del aulario, dirigiéndose al jardín exterior situado junto al aparcamiento. Desalojarán en primer lugar los grupos que ocupen las aulas más próximas a la escalera.

☒ **IMPORTANTE:** El profesor que en el momento de la evacuación atienda grupos en los que haya alumnado con deficiencia motórica será el responsable de la evacuación de este alumnado que se realizará con ayuda de otros alumnos y en último lugar. Coordinadores de Planta: Profesores de las aulas situadas al fondo de la planta, es decir 29 y 30. Los profesores comprobarán igualmente que no queda alumnado en

los aseos.

☒ GIMNASIO: El alumnado saldrá ordenadamente hacia las Pistas Deportivas. El profesor comprobará que no quede alumnado en aseos y vestuarios.

☒ BIBLIOTECA: El profesor o profesora de Biblioteca, o en su defecto el de guardia, guiará al alumnado que se encuentre en la Sala de Lectura hacia el lugar de concentración. Se quedará acompañando a este grupo

☒ SECRETARÍA: El personal que en el momento del desalojo se encuentre en Secretaría se dirigirá al lugar de concentración señalado (pistas deportivas). Coordinará el desalojo la Jefa de Secretaría.

* **NUEVO AULARIO:** desalojarán en primer lugar los ocupantes de la planta baja y los de la primera planta, a continuación los de la planta segunda.

☒ PLANTA BAJA: Los ocupantes de las aulas de la planta baja abandonarán el edificio por la “Puerta de acceso” y se dirigirán hacia las áreas de concentración en las pistas deportivas.

☒ El orden de evacuación será el de proximidad a la puerta: aula 32, 35, 33 y 34.

☒ Coordinarán la evacuación de la planta baja, los profesores que impartan clase en estas aulas en el momento de la evacuación. Comprobarán que no queda nadie en los aseos de la planta baja.

☒ PLANTA PRIMERA: Los ocupantes de las aulas de la planta primera abandonarán el edificio por la “Puerta de emergencia” de su planta y se dirigirán hacia las áreas

de concentración en las pistas deportivas.

☒ El orden de evacuación será el de proximidad a la puerta: aula 36, 38, 37, Departamentos de Música y Tecnología.

☒ Coordinarán la evacuación de la planta primera, los profesores que se encuentren en ese momento en los departamentos de Música y Tecnología. Y en su defecto los profesores que en el momento de la evacuación estén impartiendo clase en las aulas de la planta.

☒ PLANTA SEGUNDA: Los ocupantes de las aulas de la planta segunda abandonarán el edificio por la “Puerta de emergencia” de su planta y se dirigirán hacia las áreas de concentración en las pistas deportivas.

☒ El orden de evacuación será el de proximidad a la puerta: aula 39, 41 y 40.

☒ Coordinarán la evacuación de la planta segunda, los profesores que impartan clase en estas aulas en el momento de la evacuación. Comprobarán que no queda nadie en los aseos de la planta.

☒ **IMPORTANTE:** El profesor que en el momento de la evacuación atienda grupos en los que haya alumnado con deficiencia motórica o psíquica, será el responsable de la evacuación de los mismos. Se realizará con ayuda de otros alumnos y en último lugar.

☒ CLASES DE APOYO A LA INTEGRACIÓN. Las profesoras/es que en el momento de la evacuación se encuentren impartiendo clases de apoyo a alumnos/as discapacitados, serán los responsables de la evacuación de estos. Si alguno de

estos

alumnos/as presentase dificultades motóricas, el profesor de apoyo demandará ayuda

del profesorado de la misma planta. Estos alumnos/as serán evacuados en último

lugar.

⚠ NOTA IMPORTANTE: Bloqueada una de las dos escaleras de bajada, se utilizará

exclusivamente la otra, haciéndose todo el desalojo con el mayor orden posible y

siguiendo las observaciones indicadas anteriormente. En este caso el orden de

evacuación será: Planta baja, planta primera y finalmente planta segunda.

NORMAS GENERALES

⚠ Que no cunda el pánico. Se saldrá ordenadamente y sin mezclarse los grupos.

⚠ El profesor/a del aula será el responsable de conducir al grupo por la escalera y salida

establecida en su caso y dirigirse con ellos hacia el lugar de concentración.

⚠ Una vez desalojados los distintos edificios, los alumnos/as se concentrarán en los lugares designados al efecto. El grupo permanecerá unido y acompañado en todo momento por el profesor/a de aula.

NORMAS PARA LOS PROFESORES/AS

⚠ Los alumnos y alumnas no se llevarán objetos personales en el desalojo de las instalaciones.

⚠ Apagará luces, cerrará las puertas (sin echar la llave), ventanas y persianas.

⚠ Cuando hayan abandonado todos los alumnos/as su aula, cada profesor/a comprobará que el

aula y recintos que tenga asignados quedan vacíos, comprobando, de igual forma, que

ningún alumno/a queda en los aseos o en otros locales.

⚠ Pasará lista en el lugar de concentración asignado.

☒ Se hace necesario que en los grupos en los que hay alumnado con algún tipo de discapacidad, se realice algún ensayo de simulacro de evacuación antes de que se realice el simulacro colectivo.

NORMAS PARA LOS ALUMNOS/AS

☒ Cada grupo de alumnos/as debe actuar según las indicaciones de su profesor.

☒ Los alumnos/as no recogerán sus objetos personales con el fin de evitar obstáculos y demoras.

☒ Los alumnos/as, que al sonar la alarma se encuentren en los aseos u otros locales, deberán abandonar el recinto por la escalera más próxima e incorporarse a su grupo en el lugar de la concentración. Si se encontraran en distinta planta que su aula, se incorporarán al grupo más próximo en la evacuación, pero se incorporarán a su grupo en el lugar de concentración.

☒ Todos los desplazamientos deberán realizarse con rapidez, aunque en todo caso sin correr, sin atropellar y sin empujar a los demás.

☒ Ningún alumno/a se detendrá bajo ningún concepto junto a las puertas de salida.

☒ En ningún caso el alumno/a deberá volver atrás, con el pretexto de buscar a hermanos menores, amigos u objetos personales.

☒ En todo momento los grupos permanecerán siempre unidos, sin disgregarse ni adelantar a otros grupos, incluso cuando se encuentren en el exterior, con el objeto de facilitar el control al profesor/a.

☒ El alumnado que en el momento de la evacuación se encuentren en la Biblioteca, los aseos, la cafetería, en un despacho o cualquier otra dependencia, se unirán a su grupo en el lugar de concentración establecido.

PRESTA PARTICULAR ATENCIÓN A LOS ASUNTOS QUE SE RELACIONAN:

- ☒ Evacuación de alumnos discapacitados.
- ☒ Ten en cuenta, que dependiendo del aula en que te encuentres dando clase en el momento de la evacuación, TÚ PUEDES SER EL COORDINADOR DE PLANTA. Repasa los aspectos relacionados con este asunto.
- ☒ Memoriza las NORMAS PARA LOS PROFESORES/AS.
- ☒ La referencia para saber el área de concentración es el aula que se ocupa en el momento de la evacuación.

ACTUACIONES PREVIAS AL SIMULACRO DE EVACUACIÓN

- ☒ Ensayo Individual de evacuación de cada uno de los alumnos y alumnas con dificultades motóricas que precisen ayuda de terceros para ser evacuados.
- ☒ Simulacro de evacuación de cada una de las alas y dependencias con los alumnos discapacitados incluidos, así como con los alumnos que en un momento dado estén recibiendo clases de apoyo fuera del aula. Este ensayo se realizará sin toques de timbre.
- ☒ Comprobar funcionamiento del megáfono y comprar pilas o baterías de repuesto.
- ☒ Sería conveniente que cada curso se realizase con los bomberos o con la empresa mantenedora de los extintores un simulacro de extinción de incendios en los que participasen los miembros de la Comisión de Coordinación Pedagógica y los delegados de curso.

RECOMENDACIONES PARA CENTROS EDUCATIVOS EN CASO DE TERREMOTO

Un terremoto, es un fenómeno natural, el cual consiste en un movimiento brusco de la tierra acompañado de vibraciones. La magnitud del mismo viene determinada por la Escala de Richter, no es un movimiento aislado, sino que suele estar acompañado de réplicas, las cuales son movimientos de tierra de menor intensidad que el primero.

Las consecuencias dependerán no solo de la intensidad del mismo, sino por un desconocimiento de la población de las acciones a emprender antes, durante y después de un terremoto.

Las actuaciones a emprender **antes de un terremoto** consisten en la identificación de los puntos de seguridad dentro y fuera del centro escolar.

☒ En el centro escolar se consideran puntos de seguridad (son los mismos puntos que en cualquier edificio):

☒ Muros de carga.

☒ Columnas

☒ Marcos de puertas.

☒ Mesas y escritorios.

☒ Lejos de: ventanas, estanterías, lámparas o cualquier objeto que pueda caer.

☒ En un espacio abierto:

☒ Lejos de tendidos eléctricos.

☒ Lejos de edificios de grandes ventanales, cornisas, persianas, etc.

Por tanto una primera medida de autoprotección es tener perfectamente identificados y definidos los puntos de seguridad.

Las acciones a emprender **en caso de un terremoto**, distinguiremos durante y después del terremoto.

Durante un terremoto:

Si se produce un terremoto de cierta intensidad, intente concentrar la atención en evitar riesgos y tenga en cuenta las siguientes recomendaciones:

Si esta en el **interior de un edificio** es importante:

☒ Conservar la calma. La actitud y comportamiento de los adultos será interpretada por los niños.

☒ No obstaculizar las salidas. Evitar precipitarse a las salidas pueden estar colapsadas.

- ☒ Ubicarse en los puntos de seguridad. Buscar refugio debajo de los dinteles de las puertas o de muebles sólidos, como mesas y escritorios, o bien junto a un pilar o pared maestra. ☒ Protegerse la cabeza.
 - ☒ Mantenerse alejado de ventanas, cristalerías, vitrinas, tabiques y objetos que pueden caerse y llegar a golpearse.
 - ☒ No utilizar el ascensor, ya que los efectos del terremoto podrían provocar su desplome o quedar atrapado en su interior. Tras el terremoto, no volver a utilizarlo hasta que sea revisado y autorizado el uso por técnico competente.
 - ☒ Utilizar linternas para el alumbrado y evitar el uso de velas, cerillas, o cualquier tipo de llama durante o inmediatamente después del temblor, que puedan provocar una explosión o incendio.
 - ☒ Recordar que un terremoto dura tan solo unos segundos.
 - ☒ Si es posible cortar la corriente eléctrica, gas, agua.
- Si la sacudida le sorprende **en el exterior** es conveniente:
- ☒ Ir hacia un área abierta, alejándose de los edificios dañados. Recuerde que después de un gran terremoto, siguen otros más pequeños denominados réplicas que pueden ser lo suficientemente fuertes como para causar destrozos adicionales.
 - ☒ Procurar no acercarse ni penetrar en edificios dañados.
 - ☒ Lo primero que se puede desprender de un edificio son los aleros, balcones, tejas... Aléjate. El peligro mayor por caída de escombros, revestimientos, cristales..., está en la vertical de las fachadas.
 - ☒ Si viaja en un transporte escolar, haga detener el vehículo, es aconsejable permanecer en su interior, así como tener la precaución de alejarse de puentes, postes eléctricos, edificios degradados o zonas de desprendimiento.
- Después de un terremoto** las acciones a emprender serían las siguientes:
- ☒ Comprobar que no se tienen heridas.
 - ☒ Ver si hay lesionados y no movilizarlos si con ello agravamos más la situación.
 - ☒ En caso de incendio u olor a gas, aviso a los bomberos y proceder a la evacuación.
 - ☒ Recordar de que a pesar de haber terminado pueden venir réplicas, pero recordar que son de intensidad menor.
 - ☒ No bloquear las líneas telefónicas.

☒ Seguir las instrucciones de los equipos. No propagar ni hacer caso de rumores infundados

☒ Alejarse de las zonas de peligro.

☒ Valoración de daños producidos.

☒ Intente responder a las llamadas de ayuda y colaborar con las ayudas externas, pero no acuda a las zonas afectadas sin que lo soliciten las autoridades.

Nota importante:

El Ministerio del interior, a través de su Dirección General de Protección Civil y Emergencias, tiene publicado una Guía Didáctica para profesores relativa al Riesgos Sísmico. Para ir a la página (ctrl + click sobre la imagen).