



PLA D'ACCIÓ TUTORIAL d'ESO



DATA DE REDACCIÓ: JUNY DEL 2024



ÍNDEX

- 1. Introducció**
- 2. Recull d'estratègies d'orientació que es poden dur a terme a primer d'ESO**
 - 1. Primer trimestre**
 - 2. Segon trimestre**
 - 3. Tercer trimestre**
- 3. Recull d'estratègies d'orientació que es poden dur a terme a segon d'ESO**
 - 1. Primer trimestre**
 - 2. Segon trimestre**
 - 3. Tercer trimestre**
- 4. Recull d'estratègies d'orientació que es poden dur a terme a tercer d'ESO**
 - 1. Primer trimestre**
 - 2. Segon trimestre**
 - 3. Tercer trimestre**
- 5. Recull d'estratègies d'orientació que es poden dur a terme a quart d'ESO**
 - 1. Primer trimestre**
 - 2. Segon trimestre**
 - 3. Tercer trimestre**
- 6. Xerrades externes**
- 7. Full de seguiment del PAT per trimestres**
- 8. Avaluació**



1. INTRODUCCIÓ

La tutoria, encaminada a l'acompanyament i el seguiment dels alumnes en el procés d'aprenentatge, constitueix una tasca pedagògica de tot el professorat, però d'una manera específica, és el docent tutor qui la desenvolupa amb el seu grup.

L'acció tutorial forma part de l'acció educativa i la figura tutor/a té una rellevància especial pel fet d'estar en contacte amb les famílies i amb la resta del professorat.

Entesa la tutoria com un recurs educatiu al servei de l'aprenentatge, aquí oferim una proposta didàctica que serveix com a pauta o suport al docent per planificar i dur a terme les sessions de tutoria al llarg del curs.

A les hores de tutoria, també es planificaran aquelles xerrades i/o tallers de caire educatiu i necessari pels joves que estan relacionats amb les inquietuds que es presenten en aquesta etapa vital.

Aquesta proposta es concreta en diverses sessions, que es reparteixen al llarg dels tres trimestres del curs escolar i s'organitzen al voltant de quatre grans blocs temàtics:

- Acollida a l'ESO
- Autoestima
- Convivència
- Preparem l'avaluació

A més, s'hi afegeixen les sessions d'avaluació, siguin de preavaluació (al final d'octubre) o d'avaluació (al final de cada trimestre).

Una de les finalitats del PAT és dotar al professorat tutor d'eines, activitats i estratègies encaminades a orientar a l'alumnat per tal de millorar la seva vida personal i acadèmica.

En aquest document també es recullen un seguit de propostes que s'hauran d'avaluar cada any per tal de que es puguin realitzar en funció de les necessitats de cada grup classe.

Aquestes propostes s'estructuren per trimestres per adaptar-les a les necessitats dels joves a cada moment del curs escolar i es troben al drive del PAT (a la proposta d'activitats per trimestre s'inclou la ruta corresponent). Cada activitat té detallada la durada, la temporalització, els sabers, els objectius i la metodologia a seguir.

Un dels objectius del PAT és dotar als tutors/tutores de grup de 1r d'ESO d'activitats encaminades cap a l'orientació de l'alumnat que fomentin la cohesió de grup, la resolució de conflictes i la millora de les necessitats individuals que afavoreixin un millor clima d'aula i d'estudi.



Totes les activitats proposades es troben al drive del centre més desenvolupades.

2. RECULL D'ESTRATÈGIES D'ORIENTACIÓ QUE ES PODEN DUR A TERME A PRIMER D'ESO

2.1 Primer Trimestre:

- Conèixer als membres del meu grup - knolling
- Presentació de l'ESO i tutoria i matèries (estrella - mite)
- Ús del Calendar com a agenda
- Elaboració de les normes de la classe
- La mà
- Anem coneixent els nostres companys
- El rumor
- Com ha de ser l'ambient d'estudi
- Planificar i organitzar el temps d'estudi
- L'esmorzar
- El respecte als professors i companys
- Preparem l'avaluació

2.2 Segon Trimestre:

- SMS O WHATS
- Els conflictes i jo
- Ús del *Calendar* part II
- Tècniques d'estudi
- Aprenent a comunicar-nos
- Mandales (moment per la reflexió)
- El regal
- Ets tolerant?
- L'avaluació (un moment per reflexionar)



2.3 Tercer Trimestre:

- Igualtat de gènere
- Conflictes a la cassola
- El circ de les papallones
- El subratllat, el resum i l'esquema
- L'ús del mòbil
- La televisió
- Alimentació saludable
- El final de la història depèn de tu
- El valor de l'amistat
- Ens acomiadem

3. RECULL D'ESTRATÈGIES D'ORIENTACIÓ QUE ES PODEN DUR A TERME A SEGON D'ESO

3.1 Primer Trimestre:

- Jocs de confiança
- Continuem coneixent-nos
- L'ús del calendar com a agenda
- Normes de la classe
- El bingo
- Com funciona el grup
- Les granotes dins la nata
- Concentració i motivació
- Son reparador
- La pressió del grup
- Preparem l'avaluació



3.2 Segon Trimestre:

- L'arbre de la meva vida
- Dinàmica de grups
- L'ús de l'agenda II
- Mira, mira com estudio...
- Planificació i condicions per l'estudi
- Com sóc jo, adolescent?
- La història de la Stacey. Ciberassetjament.
- L'avaluació: un moment per reflexionar
- El quadern de classe.
- Canvis físics i psicològics.
- L'alcohol.
- Resolució de conflictes.

3.3 Tercer Trimestre:

- Tècniques d'estudi: què és subratllar?
- La senyora esperava el tren
- Bellesa física i estereotips
- El cas de la Lluïsa
- La corba de l'oblit
- Seguir el rotllo és el millor?
- Ens acomiadem
- L'avaluació: un moment per reflexionar
- Elaborar treballs
- Els videojocs
- Les relacions afectives
- Autoestima i autoconcepte
- La solidaritat



4. RECULL D'ESTRATÈGIES D'ORIENTACIÓ QUE ES PODEN DUR A TERME A TERCER D'ESO

4.1 Primer Trimestre:

- Acollida de l'alumnat
- Elecció del delegat/da
- Carta a mi mateix
- Organització del temps d'estudi
- Cohesió de grup
- Xerrades Traca sobre riscos de l'alcohol
- Preparem l'avaluació

4.2 Segon Trimestre:

- Perduts a la selva
- Cartes creuades
- L'ús de l'agenda II
- Invictus
- Elecció de l'itinerari de 4t
- I tu, com ho faries?
- L'avaluació: un moment per reflexionar
- Com estudiar diferents matèries
- Els apunts
- Les xarxes socials: plataformes d'internet
- Dilemes morals
- Protocol de prevenció, detecció i intervenció enfront l'assetjament entre iguals

4.3 Tercer Trimestre:

- Perduts a la selva
- Cartes creuades
- L'ús de l'agenda II
- Invictus



- Elecció de l'itinerari de 4t
- I tu, com ho faries?
- L'avaluació: un moment per reflexionar
- El tutor ha de fer una valoració general de grup i una anàlisi del trimestre.
- Activitat: preparem l'avaluació.
- Com estudiar diferents matèries
- Els apunts
- Les xarxes socials: plataformes d'internet
- Dilemes morals
- Protocol de prevenció, detecció i intervenció enfront l'assetjament entre iguals

5. RECULL D'ESTRATÈGIES D'ORIENTACIÓ QUE ES PODEN DUR A TERME A QUART D'ESO

5.1 Primer Trimestre:

- Un grup nou
- Presentació de 4t d'ESO i la tutoria
- Presentació i objectius del grup
- Drets i deures dels alumnes. Normes de convivència.
- Elecció de delegats i altres càrrecs
- Exàmens
- Consum responsable
- Llibertat i tolerància
- Autoconeixement
- Entrevista per a pares i mares
- Qüestionari d'autoconeixement
- Projectes de futur
- Perduts a la lluna
- La vida canvia
- Preparem l'avaluació



5.2 Segon trimestre:

- Jugant a anticipar el meu itinerari professional
- Targeta de presentació
- El GR
- L'ús de l'agenda II
- American History X
- Què espera de mi la meva família?
- Descobreix els teus interessos professionals
- L'avaluació: un moment per reflexionar (des de coordinació s'indica el moment de fer-ho)
- El tutor ha de fer una valoració general de grup i una anàlisi del trimestre
- Activitat: preparem l'avaluació
- Estils d'aprenentatge
- Orientació sexual
- Malalties de transmissió sexual
- Sortides acadèmiques, professionals i laborals
- Protocol de prevenció, detecció i intervenció enfront l'assetjament entre iguals.

5.3 Tercer trimestre:

- Classifiquem ofertes de feina
- L'autobiografia acadèmica
- La motivació
- L'oportunitat de la meua vida
- Reflexions i decisions
- Ens acomiadem d'una etapa
- Valorem la tutoria
- Mapes conceptuals
- Consum de drogues
- Violència de gènere
- Tribus urbanes
- Projecte de vida
- L'avaluació: un moment per reflexionar (3r trimestre fins a l'inici del mes de juny, lliurament de



notes finals de juny). El tutor ha de fer una valoració general de grup i una anàlisi del trimestre i del curs.

Activitat: Preparem l'avaluació. Els tutors i tutores han d'omplir el full de seguiment per valorar també les activitats tutorial i lliurar-lo a la coordinadora pedagògica.

6. XERRADES EXTERNES

Es realitzen xerrades enfocades a alumnat de 12 a 16 anys que tractin sobre els temes següents:

- Sexualitat
- Afectivitat
- Igualtat de gènere
- Begudes energètiques
- Internet segura
- Autoestima

Exemples de xerrades que es porten a terme:

Mossos d'esquadra: Riscos de les xarxes socials (1r d'ESO)
Situacions de risc per a joves (2n d'ESO)
Violència masclista: com comença tot (3r d'ESO)
Drogues i lleis (4t d'ESO)

TRACA: Les begudes energètiques (1r d'ESO)
El tabaquisme (2n d'ESO)
L'alcohol (3r d'ESO)
Els porros (4t d'ESO)

Kidem: Els mil i un noms. I tu, com anomenes els genitals? (1r d'ESO)
Sexualitats, en parlem? (2n d'ESO)
El camí més hot... o no? 1a part (3r d'ESO)
El camí més hot... o no? 2a part (4t d'ESO)

Candela: Taller de prevenció de LGTBfòbia (tots els cursos d'ESO)

7. FULL DE SEGUIMENT DEL PAT PER TRIMESTRES

Amb l'objectiu de poder saber en tot moment quines activitats s'estan duent a terme a la tutoria de cada grup, s'estableixen uns fulls de seguiment trimestral a omplir pels tutors/tutores on s'especifiquen els següents conceptes:



- Sessió
- Activitat
- Objectius
- Link dels materials en cas de ser necessari i no trobar-se a la carpeta del trimestre corresponent
- Comentaris i propostes de millora
- Data de realització.

Aquests fulls de seguiment s'elaboren per trimestres i es troben al drive del centre.

8. AVALUACIÓ

Per la sessió d'avaluació de cada trimestre les tutores han de tenir preparat el document de seguiment del grup durant el trimestre i la documentació que el centre demana.

També el delegat/delegada del grup haurà de venir presencialment a la reunió d'avaluació per exposar els comentaris de l'alumnat sobre el grup i cadascuna de les matèries.