

I ARA QUÈ?

Guia d'orientació 4t d'ESO



Coordinació equip tutoria nivell 4t d'ESO:

Esther González, Sergio Miñano i Daniela Rodríguez

[Institut El Sui](#)

Curs 22-23

Exemplar per a l'alumnat i tutor/a



Atribució-NoComercial-Sense Derivades 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0):

No es permet un ús comercial de l'obra original ni la generació d'obres derivades

ÍNDIX DE CONTINGUT

1. PRESENTACIÓ	2
2. CONSELLS	4
3. TEMPORITZACIÓ I MARC HORARI	4
4. DOCUMENTACIÓ	4
5. PRODUCTE FINAL	5
6. ACTIVITAT INTRODUCTÒRIA	6
7. ACTIVITATS POSTERiors ORDENADES TEMPORALMENT	8
7.1 ACTIVITAT 1	8
7.2 ACTIVITAT 2	11
7.3 ACTIVITAT 3	13
7.4 ACTIVITAT 4	14
7.5 ACTIVITAT 5	16
7.6 ACTIVITAT 6	17
7.7 ACTIVITAT 7	18

1. PRESENTACIÓ

L'orientació personal, acadèmica i professional de l'alumnat de 4^t d'ESO és fonamental per tal de començar aquesta nova etapa d'una manera reflexiva i organitzada. L'alumnat ha de tenir al seu abast les eines necessàries que li permetin plantejar-se reptes individuals a mig i llarg termini.

Com a centre i des de la coordinació de nivell, l'equip de tutoria i el servei d'orientació, creiem que la intervenció i planificació d'aquesta orientació en aquest curs és primordial per informar i ajudar l'alumnat en la futura presa de decisions. Per aquest motiu, la guia està adreçada a l'alumnat per ser treballada des de tutoria i dinamitzada pel propi tutor o tutora.

Una peça clau en aquesta orientació és l'autoconeixement i, amb aquest objectiu, treballarem a través d'activitats diverses les competències personal i social, fonamentalment la 1 i la 3 (1: Prendre consciència d'un mateix i implicar-se en el procés de creixement personal. 3: Desenvolupar habilitats i actituds que permetin afrontar els reptes de l'aprenentatge al llarg de la vida).

D'altra banda i també peça clau és la competència digital, fonamental per trobar informació de fonts fidedignes, així com per utilitzar entorns virtuals (4: Cercar, contrastar i seleccionar informació digital adequada per al treball a realitzar, tot considerant diverses fonts i mitjans digitals. 8: Realitzar activitats individuals o en grup tot utilitzant eines i entorns virtuals de treball.

Per últim però no menys important, cal que vosaltres, l'alumnat, sabeu que us podeu equivocar i no passa res. El sistema educatiu a Catalunya preveu reorientacions en la presa de decisions acadèmiques, de les quals us informarem i la vida, en general, també et va donant al llarg del temps oportunitats de canvi, tant personals com laborals. L'important és que no esteu sols en aquesta nova aventura.

2. CONSELLS

De forma paral·lela a l'orientació des de l'institut, us animem a que **PARLEU**: amb el vostre entorn familiar, el vostre cercle d'amics i coneguts, professionals del sector o sectors que us interessin, professorat d'aquest centre o d'altres... . En definitiva, us instem a que sigueu proactius i us impliqueu cent per cent. I en aquest camí, no només l'equip docent de 4t del centre, sinó qualsevol que formi part d'aquesta comunitat educativa està, des d'ara, a la vostra disposició.

3. TEMPORITZACIÓ I MARC HORARI

L'orientació comença el 2n trimestre, després de les vacances del Nadal, amb una dotació horària de 1 a 2 hores setmanals (1 orientació + 1 tutoria de grup, en cas necessari) i s'allargarà el que sigui necessari dins del 3r trimestre (mitjans o finals de maig com a molt).

Les dates de preinscripcions són diferents cada curs, però les que acostumen a ser primeres són les dels cicles mitjà, a principis de maig. Això implica que haureu de tenir tota la informació, activitats fetes i xerrades, com a màxim, a finals d'abril, tenint en compte les vacances de Setmana Santa.

Per consultar aquesta informació actualitzada cada curs cliqueu [AQUÍ](#).
Per exemple i per aquest curs 22-23 consulteu [DATES PREINSCRIPCIONS](#).

4. DOCUMENTACIÓ

Aquí teniu el link per consultar la documentació que us cal per fer la preinscripció, depenent de la tria educativa: [DOCUMENTACIÓ](#).

5. PRODUCTE FINAL

És important tenir tot allò que anem produint en el procés d'orientació (resultats de tests, documents de reflexió, preguntes que ens fem...) en un mateix lloc, fàcilment accessible, ben ordenat, i que es pugui compartir ràpidament amb qui creiem oportú perquè ens ajudi.

Amb aquest objectiu us proposem dues modalitats perquè escolliu la que millor se us adapta:

- Cada alumne/a crearà una carpeta al Drive amb el seu compte de l'institut (@ieselsui.cat) que tingui com a títol "NOM_COGNOM_ORIENTACIÓ_CURS_22-23".

Tot allò que anem creant en un futur anirà dins d'aquesta carpeta i serà fàcilment localitzable. Compartiu aquesta carpeta amb el vostre tutor/a (amb els pares també si ho creieu oportú i/o amb algun professor que vulgueu).

El tutor/a ha de vetllar perquè, abans de començar l'activitat introductòria, tothom hagi fet el pas de la creació de la seva carpeta compartida: aquest serà el producte final de cadascú de vosaltres.

- Cada alumne/a crea un document indexat on afegir tota la informació que vagi obtenint de la seva recerca. Clicar en el següent enllaç per obtenir un possible model de document recull a mode de [Memòria](#).

6. ACTIVITAT INTRODUCTÒRIA

LA CAPSA O ARBRE DELS DESITJOS

Aquesta activitat s'emmarca després de les vacances de Nadal, un cop acabat el 1r trimestre i amb els resultats del 1r butlletí i després de les entrevistes amb les famílies i tutors/es i amb un nou any per endavant.

Dimensió	Autoconeixement i introspecció personal
Nom Activitat	Capsa o Arbre dels desitjos
Temps estimat	45-55 min
A qui va dirigit	Grup
Material	Targetes de cartolina de 4 colors diferents de 10 cm x 6 cm per cada alumne/a.
Descripció i Indicacions	L'activitat consisteix en construir un arbre dels desitjos on penjar-hi el desig més important de cadascú en referència a 4 àmbits brúixola: 1. Àmbit personal (desig o propòsit individual): Què espero per a mi? Què m'agradaria? Què puc fer o millorar? 2. Àmbit relacional o social (desig o propòsit en relació als altres, als iguals). 3. Àmbit professional o formatiu/laboral 4. Àmbit familiar. També es pot realitzar la mateixa activitat en format capsa i guardar les targetes de diferents colors en capsas del color corresponent o bé en bosses del mateix color. És necessari que el tutor/a es guanyi la confiança del grup i

	expliqui que en cap cas mirarà els desitjos i el grup, doncs, ha de dipositar aquesta confiança en l'adult que guiarà l'activitat. A la darrera tutoria de grup s'obriran les capses o es despenjarà l'arbre per tal que cadascú descobreixi si els desitjos que es va plantejar els ha portat a terme. Caldrà fer una reflexió conjunta: no ha de ser necessàriament negatiu no haver complert un desig ja que aquest ha pogut canviar al llarg del temps i adaptar-se a una nova situació.
Reflexió conjunta	1^a sessió: - Què esperem quan esperem? En quina mesura em responsabilitzo dels meus desitjos? Què puc fer per a què es compleixin? Última sessió (de descoberta): - S'han complert? - Què podia haver fet per a fer-los possible? - Com m'he sentit en descobrir-los? - Quins desitjos han canviat i ara són diferents i per què?

7. ACTIVITATS POSTERIORES ORDENADES TEMPORALMENT

7.1 ACTIVITAT 1

DEBAT: ESTUDIAR PER TENIR UNA FEINA BEN PAGADA O UNA FEINA QUE M'AGRADI

Dimensió	Autoconeixement i introspecció personal a través de la reflexió individual i també àmbit relacional gràcies a la posada en comú de diferents punts de vista entre iguals
Nom Activitat	Debat: Estudiar per tenir una feina ben pagada o una feina que m'agradi
Temps estimat	Dues o tres sessions de 45-55 min cadascuna
A qui va dirigit	Grup
Recursos i Material	Per aprendre el bàsic sobre l'art de debatre: https://aprenderadebatir.es/ https://es.slideshare.net/danymillenium/la-argumentacin-y-debate-20439166 Generación perdida? Documentos TV (52'): Documental sobre la realitat del jovent que deixa els estudis en busca d'uns ingressos immediats i molts cops amb precàries condicions finals: http://bit.ly/pncAcl Ordinador i connexió a internet.
Descripció i Indicacions	L'activitat consisteix en dues parts: 1. Aprendre les regles bàsiques del debat

	2. Visualització del vídeo “Generación perdida” com a punt de partida del debat i ús de les regles del debat apreses per reflexionar en grup sobre “Estudiar per tenir una feina ben pagada o una feina que m’agradi”. Les dues parts fan referència als següents àmbits: a. Àmbit personal: Què penso abans de començar el debat? He canviat de parer després de sentir les opinions del grup? Quina és la meva postura final? Em cal més informació? Cal que segueixi reflexionant? b. Àmbit relacional o social: Escolto als altres i els que diuen em serveix per refermar les meves opinions, per canviar-les o variar certs aspectes. c. Àmbit professional o formatiu/laboral: La resposta a la pregunta que em planteja el debat és fonamental en les meves decisions posteriors sobre el meu futur acadèmic/laboral. El tutor/a ha de fer de guia en la primera sessió, facilitant que tothom pugui accedir als links facilitats i, posteriorment, resumint a la pissarra els punts bàsics que l'alumnat cregui són imprescindibles per un bon debat. Aquest resum pot quedar reflexat en un mural a la classe de forma que sigui sempre visible i pugui ajudar al debat en altres matèries i/o àmbits.. A la segona sessió, el tutor/a ha de fer de moderador del debat i fer, al final, un resum de totes les postures del grup.
Reflexió conjunta	1^a sessió: - Quines regles i actituds bàsiques cal tenir per debate? Quin és l'objectiu d'un debat? Com s'argumenten les opinions? 2^a sessió: - Què m'ha aportat el vídeo vist a classe? Quina opinió

	inicial tenia abans de començar el debat? Opinions ben argumentades de membres del grup han fet que em qüestionï la meua postura inicial? Cal que segueixi pensant en el tema? Em cal més informació? Em cal parlar amb la família, els meus professors, els meus amics sobre el tema?
--	---

7.2 ACTIVITAT 2

DESCOBREIX LA TEVA VOCACIÓ

Dimensió	Autoconeixement i introspecció personal
Nom Activitat	Descobreix la teva vocació
Temps estimat	Una sessió de 45-55 min
A qui va dirigit	Grup
Recursos i Material	Per visionar: https://www.youtube.com/watch?v=YLvwXQxYXSw Ordinador i connexió a internet.
Descripció i Indicacions	L'activitat consisteix en reflexionar sobre quines coses t'agraden que et puguin donar pautes per escollir què estudiar i de què treballar en un futur. I tutor/a ha de fer una introducció en aquest sentit. Després visualitzarem el missatge del vídeo i, posteriorment i de forma individual, farem la reflexió a la que ens convida la noia del vídeo. Obre un document al Drive, dins la carpeta NOM_COGNOM_ORIENTACIÓ_CURS_22-23, amb el títol d'aquesta activitat i divideix-lo en 5 parts: - En una part apunta quines coses t'agraden en un color determinat (esports, música, veure pel·lícules.....). Et pot ajudar escriure els dies de la setmana i apuntar TOT el que fas cada dia i posar al costat amb un codi que tu entenguis el que t'agrada molt, el que t'agrada poc i què no t'agrada gens.

- En una 2a part i en un color diferent escriu les professions a les que t'agradaria dedicar-te (ves amb compte, distingeix hobby de professió). En una altra sessió, buscaràs informació sobre elles.
- En una 3a part del document i en un altre color apunta quines matèries són les que més t'agraden. T'informarem en sessions posteriors com s'agrupen a Catalunya en modalitats (Batxillerat) o en famílies (Cicles) segons els estudis futurs que vulguis cursar.
- En una 4a part i en un altre color assigna un VERB a les activitats que t'agraden i que has apuntat en la 1a part. Després pensa quines professions poden estar relacionades amb aquest verb i escriu-les.
- En la 5a i última part escriu totes les preguntes que tens. les aniràs responent poc a poc en sessions posteriors.

El tutor/a ha de fer de guia, solucionant dubtes, aclarint els passos, explicant missatges del vídeo....

Cal informar l'alumnat que aquest document formarà part d'un producte final fruit de tota la reflexió i recerca de cada alumne/a en tot el procés d'orientació.

7.3 ACTIVITAT 3

LA TEVA TRIA EDUCATIVA: TEST D'ORIENTACIÓ ACADÈMICA I PROFESSIONAL

Dimensió	Autoconeixement i introspecció personal
Nom Activitat	La teva tria educativa: test d'orientació acadèmica i professional
Temps estimat	Una sessió de 45-55 min
A qui va dirigit	Grup
Recursos i Material	Test: https://triaeducativa.gencat.cat/ca/orientacio/ Ordinador i connexió a internet.
Descripció i Indicacions	En l'anterior activitat vas reflexionar sobre què t'agrada i com això es pot relacionar amb estudis futurs i professions. En aquesta activitat i a través d'un test, es posen de manifest les teves capacitats, les teves aptituds, així com els teus interessos. Les preguntes que es plantegen en el test t'ajudaran a prendre decisions pels pròxims anys. El tutor/a és facilitador/a en aquesta activitat i ha d'informar que cal que l'alumnat guardi els resultats dins la carpeta del Dive NOM_COGNOM_ORIENTACIÓ_CURS_22-23 posant com a nom del document el mateix que el de l'activitat.

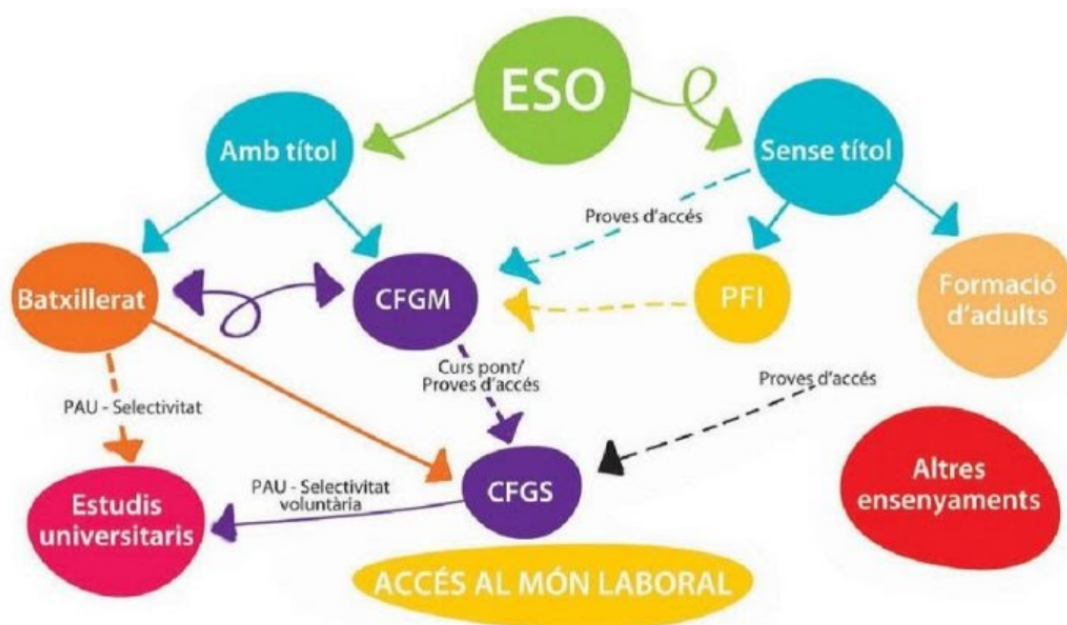
7.4 ACTIVITAT 4

QUINS CAMINS ACADÈMICS M'OFEREIX L'ENSENYAMENT A CATALUNYA DESPRÉS DE 4^t D'ESO?

Dimensió	Acadèmica/professional/Laboral
Nom Activitat	Quins camins acadèmics m'ofereix l'ensenyament a Catalunya després de 4t d'ESO?
Temps estimat	Una sessió de 45-55 min
A qui va dirigit	Grup
Recursos i Material	Links http://queestudiar.gencat.cat/ca/index.html https://jovecat.gencat.cat/ca/temes/educacio_i_formacio/que_pots_fer_quan_acabis_l_eso/ https://universitats.gencat.cat/ca/inici/ Esquemes adjunts a l'activitat ** Ordinador i connexió a internet.
Descripció i Indicacions	Aquesta activitat té un caràcter més magistral de part del tutor/a del grup: es tracta d'explicar les diferents vies que ofereix l'ensenyament en el nostre país. Ens podem ajudar dels dos esquemes que s'adjunten en l'activitat, així com de dos links del Departament d'Educació. <i>Indicació 1:</i> cal que el tutor/a comentí que les lleis d'educació van canviant, per exemple, el moment actual està canviant pel que respecta al Batxillerat, encara que no sembla quan ni com

pot (o no) canviar Selectivitat.

Indicació 2: entrar a explicar com, actualment, es calcula la nota d'accés a la universitat no sembla necessari; sí, en canvi, explicar que certes modalitats de Batxillerat (així com certs Cicles Superiors, et permeten accedir a uns graus i no a uns altres (comentar per sobre la ponderació de matèries i el % de places reservades a alumnat de Cicles Superiors i la diferència en la nota d'accés: <https://universitats.gencat.cat/ca/inici/>



Esquema: De caire menys formal, però amb colors segons el “tema” i amb fletxes relacionals per construir camins diversos, Font: Escola Vedruna

7.5 ACTIVITAT 5

EL MEU MAPA EDUCATIU

Dimensió	Acadèmica/professional/Laboral Autoconeixement i introspecció personal
Nom Activitat	El meu mapa educatiu
Temps estimat	Dues sessions de 45-55 min cadascuna
A qui va dirigit	Grup
Recursos i Material	Link: EL MEU MAPA EDUCATIU Ordinador i connexió a internet.
Descripció i Indicacions	Arribats a aquest punt, és ja hora de que comencis a respondre preguntes més concretes. Obre el document que es linka en aquesta activitat i copia'l en un document amb el mateix títol en la carpeta del Drive NOM_COGNOM_ORIENTACIÓ_CURS_22-23. Respon les parts que consideris segons què hagi triat tenint en compte tot el que has treballat en les sessions anteriors d'orientació. Pots distingir-ho en un altre color i tamany perquè sigui més visuals, fins i tot, pots esborrar ja les parts del document que no t'interessin. Pren-te el teu temps, el tutor/a et guiarà si encara tens dubtes o no entens algunes coses.

7.6 ACTIVITAT 6

COMPARTIM EXPERIÈNCIES ENTRE IGUALS

Dimensió	Acadèmica/Professional/Laboral
Nom Activitat	Compartim experiències entre iguals
Temps estimat	Una sessió de 55 min
A qui va dirigit	Grup
Recursos i Material	Exalumnes del Suí que han tingut diferents experiències formatives (BTX, CFGM, Proves accés, PFI, etc) i venen a l'aula a compartir-la. Esquema: - Breu presentació del propi trajecte acadèmic. - Valoració subjectiva de la seva orientació acadèmica i professional (com va ser). - Factors que van tenir en compte per escollir i prendre una decisió. - Preguntes de l'alumnat actual de 4t d'ESO - Consells i recomanacions
Descripció i Indicacions	- Exposició oral. - Ponència en format rotllana si el nombre d'alumnat ho permet. - Si hi ha prou temps al final, permetre que l'alumnat faci petits grups amb els i les exalumnes d'interessos similars per compartir informacions més concretes i en petit comitè.

7.7 ACTIVITAT 7

ELS ADULTS ENS COMPARTeixEN LA SEVA EXPERIÈNCIA

Dimensió	Acadèmica/Professional/Laboral
Nom Activitat	Els adults comparteixen la seva experiència
Temps estimat	Una sessió de 55 min
A qui va dirigit	Grup
Recursos i Material	Mares i pares voluntaris de l'AFA venen a compartir la seva experiència a mode de xerrada vivencial i amb el següent esquema: - Què pensaven, com es sentien i què volien fer quan tenien la seva edat. - Què els va fer triar cap un camí o cap un altre, quina va ser la seva orientació: actors que van tenir en compte per escollir i prendre una decisió. - Quina ha estat la seva trajectòria acadèmica. - Quina ha estat la seva trajectòria professional. - Què canviarien (o no). - Preguntes de l'alumnat de 4^t d'ESO - Consells i recomanacions
Descripció i Indicacions	- Exposició oral. - Ponència en format rotllana si el nombre d'alumnat ho permet. - Si hi ha prou temps al final, permetre que l'alumnat faci petits grups amb els pares i les mares d'interessos similars per compartir informacions més concretes i en petit comitè.

I ARA, TU TRIES!



Atribució-NoComercial-Sense Derivades 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 4.0):

No es permet un ús comercial de l'obra original ni la generació d'obres derivades