

PLA D'ACCIÓ TUTORIAL (PAT) – Curs 2025-2026

1. Presentació i justificació

El document de planificació de l'acció tutorial té com a finalitat establir un **marc organitzat, coherent i sistemàtic** per al desenvolupament de les tutories al llarg del curs, alineat amb el projecte educatiu de centre. Té una funció estratègica i operativa, ja que defineix tant els objectius educatius i formatius de l'acció tutorial, com les activitats, els continguts, les dinàmiques i les responsabilitats del professorat tutor i de l'equip docent en relació amb l'acompanyament integral de l'alumnat.

Aquest document vol garantir que l'acció tutorial no es redueix a una acció puntual o aïllada, sinó que esdevingui un **procés continuat, estructurat i compartit**, orientat a afavorir el desenvolupament personal, social, emocional i acadèmic de l'alumnat. Així mateix, pretén assegurar la coherència en les actuacions dels diferents nivells educatius, adaptant-se a les característiques evolutives i les necessitats específiques de cada etapa de l'adolescència.

A més, aquest pla serveix com a eina de coordinació i comunicació entre docents, tutors/es, orientació, alumnat i famílies, amb l'objectiu de fomentar una intervenció educativa més personalitzada, preventiva i proactiva.

En definitiva, la intenció d'aquest document és fer de l'acció tutorial una peça clau del projecte educatiu, que contribueixi al benestar integral de l'alumnat, la cohesió del grup classe, la convivència positiva i la construcció d'un entorn d'aprenentatge saludable, segur i inclusiu.

2. Objectius del PAT

El Pla d'Acció Tutorial (PAT) té com a finalitat fomentar hàbits, comportaments i valors en l'alumnat del centre, amb l'objectiu d'acompanyar-lo en el seu desenvolupament personal, acadèmic i social.

Els objectius concrets que es volen assolir són:

- Construir la pròpia **identitat, mitjançant l'autoconeixement**, l'atenció a les necessitats personals i el reforç de l'autoestima.
- Promoure **hàbits de vida saludables**, relacionats amb el descans, l'alimentació, l'activitat física, la socialització, entre d'altres.
- Protegir la **salut mental i física**, prevenint conductes de risc i addiccions, especialment les vinculades a l'ús de les tecnologies digitals i al consum de substàncies nocives per la salut.

- Evidenciar la necessitat de la **coeducació** com a eix fonamental per a la construcció d'identitats diverses, així com per a la promoció de la salut sexual i reproductiva.
- Impulsar la **cultura de l'esforç**, la capacitat de planificació i organització acadèmica, i el desenvolupament de la metacognició.
- Fomentar una **convivència respectuosa**, basada en el reconeixement dels drets de totes les persones i en l'empatia cap a la diversitat. Oferir eines de gestió de conflictes mitjançant pràctiques restauratives. Prevenir accions o dinàmiques de grup que puguin esdevenir en casos de bullying mitjançant la detecció precoç i col·lectiva.
- Promoure una actitud crítica i responsable davant els **riscos ambientals**, així com capacitar l'alumnat per afrontar situacions d'emergència (DANA, incendis, contaminació per vessaments químics, etc.).
- Oferir orientació sobre els diferents **itineraris acadèmics i professionals**, les vies d'accés i les sortides laborals associades.
- Fomentar una ciutadania activa, crítica i compromesa, a través de coordinació d'accions de **servei comunitari** relacionades amb la cura i adopció d'animals de la protectora de Dosrius, i en la participació en altres entitats locals (com ara: banc d'aliments de la Creu Roja, La Marató de TV3, la xocolatada solidària per a l'Hospital Sant Joan de Déu, etc.).
- Donar a conèixer les **institucions locals que treballen amb l'adolescència**, com la infermera de salut i escola, l'espai jove, el servei local d'ocupació, entre d'altres.
- **Informar l'alumnat sobre les activitats** que es duen a terme al centre, per tal de fomentar-ne la participació activa dins la comunitat educativa.
- Potenciar dinàmiques de **participació democràtica dins del centre**, a través del rol dels/de les delegats/des i subdelegats/des i la seva participació en les juntes de delegats/des i d'avaluació, seguint actituds respectuoses, realistes i dialogants.

3. Gestió i execució del PAT

El PAT involucra a tota la comunitat docent, però que es canalitza especialment a través del tutor/a de cada grup. Aquests tutors/es mantenen reunions periòdiques amb l'alumnat i les seves famílies per tal d'acompanyar-los de manera personalitzada. La tasca dels tutors/es va més enllà de la transmissió de coneixements, i esdevé un referent proper i accessible per a l'alumnat i les seves famílies, així com un nexa de coordinació entre els diferents agents educatius que intervenen en el procés formatiu.

La coordinació entre els docents es realitza en les reunions dels equips docents, que tenen una periodicitat mensual (com a mínim), on es comparteix informació rellevant per assegurar un seguiment adequat de l'alumnat.

A més, la coordinadora pedagògica manté una reunió setmanal amb els tutors, organitzada per nivells educatius, per tal d'afavorir la coherència i la coordinació d'activitats que contribueixin al desenvolupament d'aquest PAT. Per garantir una comunicació fluida amb tota la comunitat educativa, la coordinadora facilita una presentació setmanal a tot el claustre on es detallen els continguts de la tutoria, els documents o material addicional per al seu desenvolupament i les activitats complementàries de l'agenda setmanal del centre.

El primer dia de curs s'aprofita per dedicar-lo a activitats d'acollida, autoconeixement i cohesió de grups, aplicant metodologies restauratives que afavoreixen la construcció d'un clima positiu des del primer moment. Durant aquesta jornada també es presenta l'horari, es defineixen els grups de suport, es donen a conèixer els equips docents i es revisen la normativa i els espais del centre, amb la finalitat de facilitar la integració i la bona organització del curs.

4. Dimensions de l'acció tutorial

El PAT està organitzat en diverses dimensions, les quals es treballen conjuntament per promoure un desenvolupament integral de l'alumnat, abordant tant aspectes acadèmics com personals i socials.

La **dimensió acadèmica** posa especial èmfasi en la millora dels resultats, fomentant la cultura de l'esforç i l'autonomia en l'aprenentatge. Aquesta dimensió inclou també la difusió d'informació orientativa sobre estudis postobligatoris amb l'objectiu que l'alumnat desenvolupi una competència personal i social adaptada al món laboral.

Dimensió interpersonal: integra el desenvolupament de les habilitats interpersonals, fomentant l'empatia i la capacitat de relacionar-se satisfactòriament amb els companys i amb el professorat, com a base de la convivència i la competència ciutadana. Aquesta última es veu reforçada per una dimensió específica de convivència, on es revisen i reflexionen les normes del centre, promovent una cultura democràtica i respectuosa amb la diversitat. A través de dinàmiques de comunicació no violenta, es pretén prevenir i gestionar els conflictes, així com erradicar qualsevol forma d'assetjament o violència psicològica, verbal o física.

Dimensió de coeducació: es centra en l'anàlisi crítica dels valors i comportaments arrelats en la cultura patriarcal, com ara l'amor romàntic, i en la promoció d'una cultura basada en l'equitat i el respecte. S'ofereixen eines per afrontar situacions de risc relacionades amb la violència masclista i es treballa la prevenció de conductes sexuals de risc, especialment durant l'adolescència. L'estratègia de coeducació de l'Institut planifica la intervenció coeducativa més detalladament.

Dimensió de salut mental: impulsa la identificació i acceptació de les emocions, així com l'adquisició d'estratègies per a la seva gestió, amb especial atenció a l'ansietat i l'estrès, i amb la consolidació de l'autoestima com a pilar essencial.

Dimensió d'hàbits saludables: aborda la prevenció de conductes de risc, com l'addicció a les pantalles i a les xarxes socials, així com al consum de drogues, i també proporciona coneixements

neurocientífics que expliquen el funcionament del cos i la importància d'un bon descans, una nutrició adequada, l'activitat física i la gestió de l'estrès.

Dimensió de prevenció i gestió de riscos ambientals: preveu com actuar davant situacions d'emergència com pluges torrencials, inundacions, sequeres amb talls d'aigua, o incendis, contribuint a la preparació de l'alumnat per a situacions inesperades en un món canviant.

5. Atenció a les diverses etapes educatives de l'adolescència

Les activitats del **PAT s'adapten a les necessitats específiques de cada nivell educatiu** i a les diverses etapes d'evolució de l'adolescència.

- A 1r d'ESO es treballen dinàmiques de cohesió i coneixement del funcionament acadèmic i social del centre. Es consolida l'ús de l'agenda i les competències digitals necessàries per a poder fer ús de les diverses eines de gestió acadèmica digital que posa a disposició el centre a l'alumnat.
- A 2n d'ESO es consolida l'autoconeixement i l'autoestima, així com les dinàmiques de grup positives, amb èmfasi en la prevenció del bullying. Es treballa la responsabilitat acadèmica, així com la cultura de l'esforç.
- A 3r d'ESO es posa en marxa el servei comunitari, que permet a l'alumnat implicar-se en projectes socials com la col·laboració amb la protectora d'animals de Dosrius, combinant l'aprenentatge amb l'acció social i la creació de campanyes de sensibilització. Aquest servei s'acompanya d'una reflexió pedagògica i d'un treball col·laboratiu en l'àmbit de la comunicació i la divulgació. L'orientació acadèmica es treballa de manera progressiva a partir de tercer d'ESO, amb l'objectiu d'ajudar a l'alumnat a fer una tria informada i adequada de les optatives i del seu itinerari formatiu.
- A 4t d'ESO, aquesta orientació s'intensifica amb activitats d'informació sobre les diferents modalitats formatives, sessions personalitzades amb els tutors i l'orientadora, tallers amb professionals del món laboral i visites a centres de formació postobligatòria. També s'inclouen activitats específiques de quart com ara l'organització del viatge de fi de curs i la graduació, que contribueixen a la cohesió i al desenvolupament personal i social.

A grans trets, pel que fa a la **distribució de les activitats al llarg del curs**, el primer trimestre es dedica principalment a la presentació del curs, el coneixement i cohesió del grup, la introducció de normes i procediments d'emergència, la salut mental i la prevenció del bullying, la celebració de la setmana de la ciència i activitats tradicionals com la castanyada o la celebració de Nadal. Durant el segon trimestre, s'enfoca en la revisió i millora d'hàbits d'estudi, la prevenció de conductes de risc, activitats solidàries i la reflexió sobre la convivència, juntament amb celebracions com el Carnestoltes i el Dia de la Dona. El tercer trimestre serveix per avaluar el curs, celebrar Sant Jordi, treballar en la prevenció del bullying, preparar la tria d'optatives i l'orientació acadèmica, i culminar el curs amb activitats de graduació i celebració.

El seguiment i l'avaluació del PAT es realitza de manera sistemàtica per part de la coordinació pedagògica i l'equip directiu, que recullen aportacions de tutors/es, alumnat, famílies i professorat del centre amb la finalitat de millorar el pla any rere any

Resum de principals activitats per trimestres

PRIMER TRIMESTRE

- 1 - Presentació del curs: tutor, alumnes i professors Grups classe i horaris.
- 2 - Revisió del material per assignatures. Agenda
- 3 - Elecció de càrrecs (delegat i subdelegat, delegats ambientals, altres)
- 4 - Dinàmiques de cohesió de grup.
- 5 - Integració dels cercles restauratius com a espai de gestió de grups.
- 6 - Presentació de criteris de promoció per al pas de curs.
- 7- Propostes per al Consell de delegats/es. (1 convocatòria al mes)
- 8 - Presentació i organització del servei comunitari (3r d'ESO), aprofundiment en l'orientació acadèmica (4t d'ESO).
- 9 - Com actuar en cas d'un risc ambiental (DANA, incendi, etc.)?
- 10 - Hàbits d'estudi. Estratègies i propostes que funcionen generals i per àmbits. Objectius acadèmics personals.
- 11 - Organització de castanyada (túnel del terror o escape room a 4t d'ESO)
- 12 - Acció reflexiva per al 25N, Dia per a l'eliminació de violència contra les dones. Desmuntant mites de l'amor romàntic.
- 13 - Presentació de la setmana de la ciència i concurs de sudokus i fotografia matemàtica.
- 14 - Preparació del concurs Neurotalent (1r d'ESO) (simulacre)
- 15 - Preparació del simulacre d'incendis i vies d'evacuació del centre.
- 16 - Xerrades La Marató TV3
- 17 - Preparació de la sessió de la junta avaluadora i autoavaluació de trimestre.
- 18 - Prevenció del bullying i cura de la salut mental.
- 19 - Preparem la celebració de Nadal: Lliurament notes/ Amic invisible

SEGON TRIMESTRE

- 1 - Avaluem el 1r trimestre. Formulari d'autoavaluació
- 2 - Revisió tècniques d'estudi/agenda/ horari escolar.
- 3 - Reflexió i accions per commemorar el Dia de la pau i la no violència.
- 4 - Preparació acadèmica (hàbits i tècniques d'estudi). Neurociència aplicada a l'aula.
- 5 - Prevenció de les addiccions i conductes sexuals de risc (programa Salut i Escola, Mossos d'Esquadra i Aplaer)
- 6 - Treballem el respecte a la diversitat (Espai Jove de l'ajuntament)
- 7 - Activitats d'ús responsable de les pantalles. Reflexió conjunta de diversos estudis de cas i estratègies per a la prevenció. Dinàmica d'anàlisi d'estudis de cas.
- 8- Preparació de la jornada de portes obertes: alumnat voluntari.
- 9 - Xocolatada solidària i jornada informativa sobre el càncer infantil (Hospital Sant Joan de Déu).
- 10 - Informació organitzativa de l'esquiada i la miniweek.
- 11 - Com ens afecta la pressió estètica? deconstrucció crítica del procés de socialització per relativitzar-la i reduir la seva influència.
- 12 Celebrem i organitzem el carnestoltes. Decidim peça musical, tema i disfressa.
- 13 - Dia de la dona (8 de març).
- 14 - Diferències entre igualtat, equitat i justícia. Necessitat d'atenció a la diversitat a l'aula.
- 15 - Propostes per al Consell de delegats/es. (1 convocatòria al mes)
- 16 - El descans necessari per a la salut i l'aprenentatge
- 17 - Com vas de salut mental? L'ansietat (detecció i estratègies)
- 18 - Preparem la sessió de la junta avaluadora.

TERCER TRIMESTRE

- 1 - Avaluem el 2n trimestre. Formulari autoavaluació.
- 2 - Celebrem Sant Jordi! (23 abril)
- 3 - Tastets del programa #proubullying
- 4 - Preparació acadèmica (hàbits i tècniques d'estudi). Neurociència aplicada a l'aula.
- 5 - Introducció i preparació organitzativa de les competències bàsiques a 2n i 4t.
- 6 - Propostes per al Consell de delegats/es. (1 convocatòria al mes)
- 7 - Orientació acadèmica i laboral.
- 8 - Tria d'optatives lligada a l'orientació acadèmica (professorat, alumnes de cursos superiors).
- 9 - Prevenció d'addició a les pantalles.
- 10 - Promoció de l'autoestima per enfrontar el món digital i les xarxes socials.
- 11 - Preparació i presentació dels projectes finals globalitzadors FAIG (crèdits de síntesi)
- 12 - El viatge de fi de curs i la graduació (4t)
- 13 - Preparem la sessió de la junta avaluadora
- 14 - Valoració del curs i la tutoria.
- 15 - Celebració final de curs.