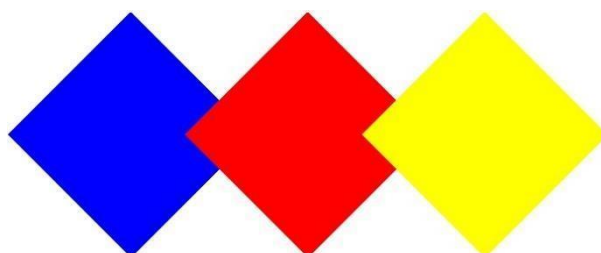


# CRÈDIT DE TUTORIA 1º ESO

Activitats i sessions tutoria a desenvolupar durant el curs



**Institut Cirviànum de Torelló**



## Índex

|      |                                                                       |    |
|------|-----------------------------------------------------------------------|----|
| 1    | Pla d'acció tutorial per l'ESO                                        | 2  |
| 2    | Estructura Organitzativa                                              | 2  |
| 3    | Criteris d'assignació de Tutories                                     | 3  |
| 4    | Coordinació de Tutors                                                 | 3  |
| 5    | Responsabilitat de la coordinació de tutors/es                        | 3  |
| 6    | Àmbits d'actuació del tutor de grup                                   | 3  |
| 7    | Eixos de la programació dels continguts del crèdit de tutoria a l'ESO | 6  |
| 8    | Programa tutories 1r ESO                                              | 7  |
| 9    | Activitats de les sessions                                            | 9  |
| 9.1  | Organització de la classe. Normes de convivència i funcionament.      | 9  |
| 9.2  | Ús de l'agenda.                                                       | 10 |
| 9.3  | Som un grup                                                           | 11 |
| 9.4  | Elecció de delegats                                                   | 14 |
| 9.5  | Normes de convivència de grup                                         | 20 |
| 9.6  | Hàbits d'estudis I: Autoavaluació hàbits d'estudi                     | 27 |
| 9.7  | Hàbits d'estudi II: Condicions per l'estudi.                          | 32 |
| 9.8  | Hàbits d'estudi III: Planificació i organització de l'estudi.         | 35 |
| 9.9  | Reflexió sobre l'etapa de l'ESO                                       | 38 |
| 9.10 | Com anem                                                              | 42 |
| 9.11 | Autoconcepte                                                          | 49 |
| 9.12 | El temps de lleure                                                    | 53 |



## 1 Pla d'acció tutorial per l'ESO

La tutoria és un element fonamental en l'estructura de l'etapa de secundària obligatòria. Hi ha, però, un canvi força important en la concepció de la tutoria i el paper del tutor. Tot i que la figura del tutor és fonamental i juga un paper clau, s'insisteix en el caràcter col·legiat de la tutoria i del seguiment de l'alumnat. L'existència dels equips docents fa que el tutor no actuï de forma individual i, de vegades, en la més absoluta solitud, sinó que qui pren les decisions és el conjunt del professorat de l'equip.

Per tot això, el per l'ESO té com a base la idea d'acció tutorial compartida dintre d'un mateix Equip Docent. Quant més alt sigui el grau d'implicació dels professors d'un mateix equip en l'activitat tutorial més eficaç serà aquesta.

Per tant, el PAT és un conjunt d'activitats que compromet l'actuació de tots i cadascun dels professors del centre, en tant que exerceixen la seva funció com a docents.

En aquest sentit ampli, el PAT es refereix a activitats adreçades a:

- El coneixement personal de l'alumne.
- La dinamització del grup-classe.
- La facilitació d'estratègies i tècniques d'estudi i d'aprenentatge entesos com a continguts propis del currículum.
- La facilitació de la tria dels diferents itineraris del currículum per part de cada alumne o alumna.
- La facilitació de l'elecció per part dels alumnes de les diferents opcions professionals.
- La implicació de l'alumnat en el seu procés d'aprenentatge.
- La participació dels pares en el procés educatiu dels alumnes.

## 2 Estructura Organitzativa

S'assigna un tutor de grup per a cada grup-classe. El tutor de grup s'encarregarà de:



- Presidir les reunions d'avaluacions.
- Realitzar l'hora de tutoria setmanal.
- Reunions amb pares.
- Seguiment del rendiment acadèmic de l'alumne i totes aquelles tasques que habitualment fa un tutor.
- L'atenció individualitzada del grup, atenent els aspectes de: orientació personal, acadèmica i professional dels alumnes i de l'atenció als pares.
- La tutoria dels alumnes de diversitat estarà reforçada pel departament de psicopedagogia durant tot el curs.

### 3 Criteris d'assignació de Tutories

- S'ha donat prioritat a l'assignació de tutors abans que d'altres càrrecs.
- El tutor és el professor/a que més hores de classe fa amb el grup.

### 4 Coordinació de Tutors

La coordinació d'equips docents estableix que aquesta serà amb una periodicitat setmanal i donat que els tutors ja formen part d'aquests equips, les reunions de tutors es podrien fixar amb una periodicitat trimestral, però deixant oberta la possibilitat de poder convocar als tutors quan es cregui necessari.

### 5 Responsabilitat de la coordinació de tutors/es

La coordinació de tutors es portarà a terme pel Cap d'Estudis, la Coordinadora Pedagògica i pels coordinadors de nivell.

**El Departament d'orientació donarà el suport pedagògic necessari tant pels continguts com pel desenvolupament general del PAT.**

### 6 Àmbits d'actuació del tutor de grup

Les actuacions dels professors com a tutors de grup s'adrecen a tres àmbits d'intervenció alumnes, professors i pares.



A continuació, per a cada un d'aquests àmbits s'enuncien uns objectius, unes actuacions i uns procediments per dur a terme aquesta tasca.

## 6.1 Alumnes

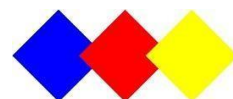
| Objectius tutoria de grup                                                                                                                                                  | Actuacions                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Ajudar l'alumne en la elecció de l'itinerari curricular més convenient a les seves necessitats, capacitats i interessos.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Conèixer a cada alumne del grup.</li><li>• Conèixer les programacions de cada matèria que l'alumne pot o ha de seguir.</li><li>• Conèixer acuradament les diferents opcions educatives i professionals posteriors.</li></ul>                                                                                                          |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Fomentar la participació activa dels alumnes a la vida del centre.</li></ul>                                                       | <ul style="list-style-type: none"><li>• Facilitar la participació activa crítica i responsable dels alumnes del grup en:<ul style="list-style-type: none"><li>• La dinàmica del grup-classe: sessions d'avaluació, elecció de representants.</li><li>• La dinàmica del centre: consell escolar, junta de delegats, comissions, activitats de lleure, etc.</li></ul></li></ul> |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Fer el seguiment del progrés individual dels alumnes.</li></ul>                                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Ajudar a cada alumne del grup a planificar i portar a terme les tasques escolars, referides a cada matèria en col·laboració amb els altres professors: procediments i hàbits d'estudi.</li><li>• Col·laborar amb els professors de cada matèria en l'adaptació del currículum d'aquells alumnes que ho necessitin.</li></ul>          |

## 6.2 Altres professors

| Objectius de la tutoria de grup                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Actuacions                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Col·laborar amb els altres professors que intervenen en el grup d'alumnes, per tal que cadascun d'ells incorpori a la seva tasca aquells elements que facilitin l'aprenentatge i l'estudi per part dels alumnes en les diferents àrees i matèries.</li><li>• Aportar a cadascun dels professors del grup aquella informació en relació a les característiques i necessitats de cada alumne o grup d'alumnes per tal que els professors puguin adequar la seva informació convenientment a aquestes característiques i necessitats.</li></ul> | <p>El tutor de grup ha de desenvolupar estratègies per a:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aportar a cada professor la informació relativa als alumnes del grup que els serveixi per facilitar-los l'aprenentatge i estudi de cada matèria.</li><li>• Facilitar la col·laboració entre els professors - sobretot els de les matèries afins - amb la finalitat d'aplicar metodologies, criteris d'avaluació, etc.</li><li>• Col·laborar amb els altres professors per tal que a cada matèria tinguin present i incideixin en la facilitació de procediments referents als hàbits d'estudi i de treball.</li><li>• Identificar les necessitats educatives dels alumnes en relació a cada matèria en col·laboració amb cada professor per tal de poder prioritzar determinats itineraris curriculars, metodologies d'ensenyament i</li></ul> |



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
Institut Cirviànum de  
Torelló  
**Coordinació  
d'ESO-BATXILLERAT**



Institut Cirviànum de Torelló



|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>proporcionar ensenyament sobre els aspectes més bàsics del currículum.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Transmetre a cada professor la informació relativa a les necessitats educatives dels alumnes per a facilitar els acords per part dels professors, en relació a enfocaments metodològics concrets.</li><li>• Facilitar la col·laboració entre els professors per tal que arribin a formular les seves programacions i ajustar la seva intervenció de forma que quedi el màxim de garantit en cada àrea o matèria l'assoliment dels continguts bàsics per part dels alumnes.</li></ul> |
|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### 6.3 Pares

| Objectius de la tutoria de grup                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Activitats                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Vehicular l'intercanvi d'informació entre els pares i el centre, tot afavorint-ne la seva col·laboració i participació</li><li>• Afavorir que els pares participin en les decisions de l'alumne en relació al seu itinerari curricular i d'elecció de professió.</li></ul> | <p>El tutor de grup ha de desenvolupar estratègies per a:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Donar a conèixer als pares:<ul style="list-style-type: none"><li>o Les característiques funcionament dels centres i dels serveis educatius que hi incideixen.</li><li>o Les activitats relacionades amb l'acció tutorial en el context del PEC.</li><li>o L'evolució de l'aprenentatge dels alumnes.</li></ul></li><li>• Transmetre les opinions, peticions, etc. dels pares, segons la naturalesa de les mateixes a:<ul style="list-style-type: none"><li>o Professors del grup.</li><li>o Òrgans directius.</li><li>o Consell escolar.</li></ul></li></ul> <p>Sempre tenint presents les atribucions pròpies d'aquestes instàncies.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Proporcionar als pares informació sobre les particularitats dels diferents itineraris i la seva relació amb opcions educatives o professionals posteriors.</li><li>• Valorar conjuntament amb els pares la conveniència que l'alumne determinats itineraris curriculars tal de fonamentar amb el màxim d'objectivitat aquesta elecció.</li></ul> |



## 7 Eixos de la programació dels continguts del crèdit de tutoria a l'ESO

|        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1r ESO | <ul style="list-style-type: none"><li>• Coneixement del grup-classe.</li><li>• Coneixement del propi centre. Implicació i participació.</li><li>• Coneixement i reflexió sobre l'etapa que han iniciat.</li><li>• Hàbits i tècniques d'estudi.</li><li>• Autoconeixements de les pròpies aptituds i capacitats. Autoconcepte.</li><li>• Propiciar que els alumnes descobreixin les possibilitats que ofereix el temps de lleure.</li><li>• Afavorir que els alumnes adquireixin aficions.</li><li>• Hàbits alimentaris i de salut.</li><li>• Prevenció drogodependències: Tabaquisme.</li><li>• Reflexió sobre el propi aprenentatge.</li><li>• Afavorir la dinàmica de grups.</li></ul>                                                                                        |
| 2n ESO | <ul style="list-style-type: none"><li>• Coneixement del grup-classe.</li><li>• Implicació i participació al centre.</li><li>• Hàbits d'estudi.</li><li>• Coneixement de les pròpies aptituds i capacitats. Autoconcepte.</li><li>• Prevenció drogodependències: (Pressió de grup pel consum).</li><li>• Higiene personal.</li><li>• Afectivitat-sexualitat.</li><li>• Reflexió sobre el propi aprenentatge.</li><li>• Orientació acadèmica de final de cicle: Reflexions sobre els resultats i perspectives.</li><li>• Afavorir la dinàmica de grups.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                 |
| 3r ESO | <ul style="list-style-type: none"><li>• Coneixement del grup-classe.</li><li>• Coneixement del propi centre. Implicació i participació.</li><li>• Cohesió de grup (decoració nadalenca de les aules).</li><li>• Hàbits d'estudi.</li><li>• Coneixement de les pròpies aptituds i capacitats. Autoconcepte.</li><li>• Prevenció drogodependències: Cànnabis i altres drogues.</li><li>• Planificació familiar.</li><li>• Coneixement i reflexió sobre l'etapa que han iniciat.</li><li>• Reflexió sobre el propi aprenentatge.</li><li>• Debats per fomentar la tolerància, l'actitud crítica i el respecte dels altres.</li><li>• Racisme: Nouvinguts.</li><li>• Anàlisi i resolució de conflictes.</li><li>• Educació Vial.</li><li>• Afavorir la dinàmica de grups.</li></ul> |
| 4t ESO | <ul style="list-style-type: none"><li>• Coneixement del grup-classe.</li><li>• Implicació i participació al centre.</li><li>• Prevenció drogodependències: Addiccions.</li><li>• Prevenció de la SIDA.</li><li>• Hàbits d'estudi.</li><li>• Coneixement de les pròpies aptituds i capacitats. Autoconcepte.</li><li>• Coneixement de les possibilitats d'estudis i professions futures.</li><li>• Interessos acadèmics i professionals.</li><li>• Orientació i tria d'una opció adequada a les seves aptituds i capacitats.</li><li>• Presa de decisions.</li></ul>                                                                                                                                                                                                             |



- |                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>● Reflexió sobre el propi aprenentatge.</li><li>● Afavorir la dinàmica de grups.</li></ul> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 8 Programa tutories 1r ESO

### 1r trimestre:

- Organització de la classe. Normes de convivència i funcionament.
- Ús de l'agenda.
- Som un grup.
- Elecció de delegats.
- Normes de convivència del grup.

### 2n trimestre:

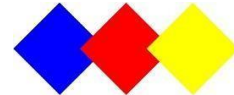
- Tallers d'hàbits alimentaris, salut i tabaquisme.
- Hàbits d'estudi I: Autoavaluació dels hàbits d'estudi.
- Hàbits d'estudi II: Condicions per a l'estudi.
- Hàbits d'estudi III: Planificació i organització de l'estudi.
- Reflexió sobre l'etapa de l'ESO.
- Com anem.

### 3r trimestre:

- Autoconcepte.
- Temps de lleure.

Les sessions de tutoria destinades a l'elecció de crèdits variables, la preparació de sortides extraescolars i les del crèdit de síntesi es lliuraran mitjançant l'equip docent en el moment oportú.

La resta de sessions es poden dedicar a fer "assemblees" o "debats" proposats tant pels alumnes com pel tutor/a.



Totes les sessions tenen material de suport.

**Durant el curs, es realitzaran xerrades i tallers sobre:**

- Alimentació i nutrició.
- Drogues i drogodependència.
- Higiene íntima i menstruació.
- ...

En acabar cada trimestre, l'alumne haurà de lliurar al tutor/a un dossier amb totes les sessions treballades.



## 9 Activitats de les sessions

### 9.1 Organització de la classe. Normes de convivència i funcionament.

#### **Material:**

“Document de Benvinguda” (l’han de tenir els alumnes)

#### **Objectius:**

- Conèixer les normes de convivència i funcionament del centre.
- Reflexionar sobre la necessitat d'aquestes normes per conviure.
- Utilitzar la tècnica del debat per treballar el tema.
- Adquirir l'hàbit de parlar en públic.
- Respectar les diferents opinions.

#### **Guió**

- Començar la sessió treballant el document "Benvingut a l'Esteve". Cada alumne amb el seu.
- Fer una lectura conjunta tutor/alumnes apartat per apartat.
- El tutor anirà aclarint els dubtes o ampliant aquells aspectes que consideri oportú.
- Incidir amb els alumnes en temes com:
  - Assistència.
  - Recordar les funcions del responsable de llista
  - Puntualitat.
  - La necessitat de portar sempre l'agenda.
  - Portar el material necessari per a cada classe.
  - Els criteris adoptats en la presentació de dossiers.
  - La neteja de l'aula i de l'escola en general.
  - Controlar l'adjudicació i horari dels crèdits variables.



## 9.2 Ús de l'agenda.

### Material:

Agenda de l'alumne

### Objectius:

Fer una reflexió sobre la utilitat de l'agenda.

Donar orientacions per treure el major profit d'aquesta eina.

### Guió:

- \* Podeu començar la sessió sobre l'agenda seguint els passos següents:
  - Omplir dades personals: pagina 1.
  - Omplir l'horari escolar del primer trimestre en el full corresponent.
  - Omplir la pagina destinada als crèdits variables.
  - La utilització dels justificants "Retards i absències", "Felicitacions", "Baix rendiment", "Sol·licituds d'entrevista personal", "Manca de material", "Autoritzacions de sortides individuals" es troben a les pàgines de color i en aquest ordre.
  - Comentar la necessitat d'utilitzar l'agenda diàriament, anotant els deures, treballs, etc.



### 9.3 Som un grup.

#### **Material:**

Full "Som un grup"

#### **Objectius:**

Aprofundir en el coneixement de les persones que formen el grup.

Afavorir una bona dinàmica de grup.

Adquirir l'hàbit de parlar en públic.

Utilitzar la tècnica del debat per treballar el tema.

Respectar les diferents opinions.

#### **Guió:**

Lliurar a cada alumne una còpia del full "Som un grup".

Fer una lectura conjunta tutor/alumne del full. Després d'aclarir els dubtes que surtin podeu començar a desenvolupar les activitats plantejades.



## **Som un Grup**

Un grup és un col·lectiu de persones que intenten aconseguir un objectiu comú. Per això s'inscriuen en un procés dinàmic de comunicació interacció. Aquest procés només es pot donar si es desenvolupa un sentiment de solidaritat dins del grup.

Potser et preguntes si els nois i les noies de la classe formeu un grup. Ho pots esbrinar fent les activitats següents:

### **Canviar de punt de vista:**

L'objectiu d'aquesta activitat és aprofundir el coneixement de les persones que formeu el grup. Ho fareu aprenent a percebre una situació des del punt de vista d'altri. Si ho feu bé, aconseguireu crear un clima afectiu a la classe.

### **Activitats:**

1.- Fareu dos grups amb les persones de la classe. Cada grup respondrà el següent qüestionari dues vegades. Primer ho fareu com cregueu que contestarien les persones de l'altre grup. Després contestareu segons el vostre punt de vista. No trigueu més de 15 minuts a donar les 2 respostes, que han de ser breus.

- a) Fins ara, el que m'ha agradat més de la classe és:
- b) Fins ara, el que m'ha agradat menys de la classe és:
- c) Les relacions amb la resta de companyes i companys són:
- d) Les relacions amb el professorat són
- e) Hem trobat moltes dificultats en
- f) Ens ha ajudat molt a superar certes dificultats
- g) Hauríem de millorar
- h) Ens agradaria que les activitats lúdiques i complementàries que organitza el centre fossin

2.- La primera llista de respostes, la que heu fet com si fóssiu un altre grup, l'envieu a l'altre grup i, a l'inrevés, l'altre grup us passa la seva llista de respostes. Es contrasta amb el que havíeu contestat vosaltres. Cada grup té un portaveu que expliqui les



diferències i semblances entre les respostes. Podeu trigar uns 15 minuts en aquesta part.

3.- Després feu un debat:

- a) Ha estat difícil posar-se en el lloc de l'altre grup? Per què?
- b) Hi ha molta diferència entre les respostes previstes i les reals?
- c) Quin tipus de diferències es donen?
- d) A què són deguts els prejudicis que tenim de les altres persones?
- e) Com veiem ara el grup?
- f) Quins canvis hem tingut a partir d'aquesta activitat?
- g) Aquesta activitat, millorarà la interacció del grup? En quin sentit?



## 9.4 Elecció de delegats

### Material:

Full "escollim delegat-da"

Funcions dels delegats

Acta d'elecció de delegats.

### Objectius:

Fer una reflexió sobre la importància i les funcions dels delegats en un grup-classe.

L'elecció dels delegats de curs.

Respectar les diferents opinions

### Guió:

Formar grups de quatre alumnes .

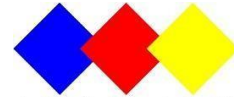
Lliurar a cada alumne el full "Elegim delegat -da".

Seguir les pautes del qüestionari.

La votació serà nominal i secreta. En la papereta figurarà, únicament, el nom d'un alumne/a, anul·lant-se totes les que no reuneixin aquesta condició.

El delegat nº 1 serà el noi o la noia amb major número de vots. El delegat nº 2 serà, si ha sortit una noia primer, el noi més votat i a la inversa si hagués sortit un noi com a delegat nº 1. Això vol dir que cada grup estarà representat per un noi i per una noia. Pensem que això afavoreix la coeducació entre nois i noies.

En els casos d'empat en les votacions, aquest es resoldrà amb una nova elecció de desempat.



El nomenament dels representants tindrà la durada de l'any acadèmic i el

cessament només podrà produir-se amb anterioritat al dit període per:

- o Baixa de l'interessat/da.
- o Sanció ratificada pel Consell Escolar.
- o Renúncia.



En qualsevol d'aquests casos, el tutor organitzarà una nova elecció per escollir un substitut/a.

Cal lliurar als nous delegats/des una còpia de les "Funcions del delegat".

En acabar el procés d'elecció, el tutor omplirà l' Acta d'Elecció de Delegats, farà una còpia i la lliurarà a Coordinació el més aviat possible.



## **Escollim delegat-da**

L'escola, com la resta de la societat, ha de viure en democràcia. I democràcia vol dir participació. Tothom té veu i vot i ningú se'n pot desentendre olímpicament. El delegat d'un curs ha de fer d'enllaç entre els nois/es i el Centre. Alhora serà una mena de coordinador de les inquietuds del grup. Per això, és molt important que elegim un bon delegat.

### **Com ho farem?**

Primer ens reunirem per grups per parlar una mica de com ens agradaria que fos el delegat. Intentarem arribar a una definició consensuada, o sigui, acceptada per tots. Per aconseguir-ho, escollirem quatre –només quatre- de totes les característiques següents:

#### **1.- Com et sembla que ha de ser el delegat?**

- |                                  |                                                         |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------|
| a) Una bona persona.             | g) Serios i responsable.                                |
| b) El més simpàtic i agradable.  | h) Una persona sense iniciatives.                       |
| c) Una mica agressiu.            | i) Una persona que respecti i<br>que es faci respectar. |
| d) El més intel·ligent.          | j) Un noi/a dinàmic/a.                                  |
| e) El més passota..              |                                                         |
| f) El més acceptat de la classe. |                                                         |

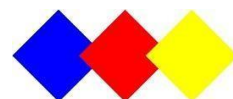
#### **2.- Com et sembla que ha d'actuar el delegat?**

- a) S'expressa sense tenir en compte si els altres l'entenen.
- b) Deixa que es creïn tensions i propicia les oposicions i rivalitats.
- c) Passa per alt punts importants que s'han dit sense seguir el raonament que s'està fent.
- d) Està sempre amb una actitud d'interès, atenció i activitat.
- e) Li sembla normal que els altres pensin de forma diferent.
- f) No accepta les idees i solucions que els altres proposen si aquestes li causen



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
Institut Cirviànum de  
Torelló  
**Coordinació**  
**d'ESO BATXILLERAT**

molesties.



Institut Cirviànum de Torelló



### **3.- I la llei, què hi diu?**

Les funcions dels delegats segons la llei són:

- o Responsabilitzar-se del full de control d'assistència a les classes.
- o Ser portaveu de la classe a les sessions d'avaluació i dels conflictes del grup davant dels professors.
- o Assistir a les reunions de delegats.
- o Avisar els qui molesten.
- o Solucionar amb els tutors els problemes del grup.
- o Responsabilitzar-se de la neteja i de l'ordre a la classe

El dret a la participació. Els alumnes tenen dret a:

- o Participar en el funcionament i la vida del centre.
- o Es regularà el funcionament del Consell de delegats, òrgan col·legiat de participació integrat pels delegats dels cursos i els representants dels alumnes en el Consell Escolar.
- o La seva funció serà la transmissió d'informació i l'elaboració de propostes.
- o Ser informats pels seus delegats.
- o Associar-se i reunir-se en el Centre. Per la qual cosa, es facilitaran els locals necessaris, tot respectant la normal realització de les activitats del Centre.
- o Responsabilitzar-se de la neteja i de l'ordre a la classe

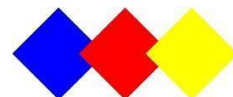
**Fem tutoria:**

**Votació per l'elecció de delegats.**

Es posaran en comú –i es consensuaran- les característiques i funcions que cada grup ha considerat importants en la figura del delegat. Cada grup podria proposar algun candidat. Quan s'arribi a un acord es proposaran les candidatures i es passarà a la votació.



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
Institut Cirviànum de  
Torelló  
**Coordinació  
d'ESO-BATXILLERAT**  
**Funcions del delegat-da**



Institut Cirviànum de Torelló



Exposar al tutor en primer lloc, i al coordinador si és necessari, els suggeriments

i les reclamacions que motivin el grup al qual representen.

En els casos de sancions col·lectives seran informats i escoltats.

Coordinar l'organització dels alumnes i presidir llur reunions.

Les reunions dels alumnes d'un grup seran convocades de forma autònoma, per majoria, pel delegat o pel tutor.

Les reunions de delegats podran ser convocades per ells mateixos, els seus representants al Consell Escolar o pel Cap d'Estudis. Es procurarà al màxim possible que aquestes reunions no afectin l'horari lectiu. A aquestes reunions hi assistirà un representant per tutoria.

Col·laborar amb el manteniment de l'ordre en absència d'un professor.

Vetllar per l'adequada utilització del material i les instal·lacions de l'Institut per part de tot l'alumnat.

Fer propicia la convivència dels alumnes del grup, evitant els actes que puguin redundar en el seu perjudici.



## Acta d'elecció de delegats

Grup tutoria: .....

Tutor: .....

Data: .....

Per la present es notifica que, realitzada l'elecció de Delegats, els resultats són els següents:

Candidats:

vots

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Per tant, queda nomenat com a Delegat nº 1:

.....

Com a Delegat nº 2:

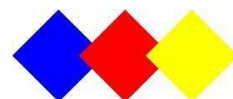
.....

Observacions derivades del procés electoral:



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
Institut Cirviànum de  
Torelló  
**Coordinació**  
**D'ESO BATXILLERAT**

El/la tutor/a.



Institut Cirviànum de Torelló



## 9.5 Normes de convivència de grup

### Justificació d'aquestes sessions:

Donat que a la realitat quotidiana de les aules i de l'institut es produeixen conflictes, en major o menor grau, hem considerat oportú dissenyar aquestes sessions de tutoria per desenvolupar com estratègia per a la prevenció de conflictes el **“Contracte de Convivència”**.

Aquest contracte ha de contemplar aspectes referits al comportament i a les relacions que s'haurien d'establir de mutu acord entre professor i alumnes, i entre els propis alumnes.

Per tant, el **“Contracte de Convivència”** cal que estigui estructurat al voltant d'unes normes que permetin un funcionament adequat de la classe i de les conseqüències del seu incompliment. D'aquesta manera els alumnes assumeixen el compromís de regular el seu propi comportament a través de normes que ells mateixos proposen.

Tot **“Contracte de Convivència”** suposa un previ consens de les parts que intervenen, en la formulació de les pautes i normes que conté. Això implica una participació activa tant del professor com dels alumnes, sustentada en una convicció envers la importància i la necessitat de trobar i establir pautes i normes per conviure.

Durant el període d'aplicació d'un contracte, és necessari **l'avaluació** de la seva eficàcia tenint en compte les normes incomplides més habitualment i considerar el seu grau de validesa. Per tant el contracte no ha de tenir un caràcter inamovible sinó que s'ha d'anar adequant a la dinàmica del grup, a les seves necessitats i a les dels subjectes que el conformen.

**És molt important treballar aquestes sessions partint d'un conflicte, perquè d'aquesta manera els alumnes veuen la necessitat d'establir unes normes de convivència.**

### Material:

- Quadre per l'elaboració de les normes de convivència.



- Quadre definitiu de "Normes per l'aula".
- Quadre definitiu de "Normes per l'Institut"
- Quadre definitiu de "Normes per les sortides"
- Full resum del NOFC.

### **Objectius:**

- Reflexionar sobre la necessitat de les normes de convivència pel bon funcionament d'un grup-classe.
- Elaborar conjuntament tutor/alumnes unes normes de convivència pel grup-classe.
- Consensuar entre tots les normes de convivència que regularan el comportament dels alumnes dins del grup-classe, és a dir, establir un "contracte de convivència".
- Comparar el "contracte de convivència" establert amb el Reglament de Règim Intern i fer veure les seves diferències (lleí/norma).

### **Guió:**

Aquest tema es treballarà al llarg de quatre sessions.

### **Primera sessió:**

- Formar grups de quatre o cinc alumnes. Anomenar un portaveu que serà l'encarregat d'anar omplint el quadre i de transmetre el treball fet pel grup quan es faci la posada comú.
- Lliurar una còpia, a cada grup, del "quadre per l'elaboració de les normes de convivència".
- Cada grup anirà omplint la columna de les normes i, a la vegada, posarà a la columna següent la justificació, és a dir, perquè és necessària aquella norma.
- És molt important que les normes no se enuncien amb un "No s'ha de...", sinó en positiu, per exemple: "Respectar-se mútuament".



- Cal que tingueu en compte, també, que quan parlem de normes de convivència no ens referim a aspectes com presentació de treballs, deures, etc. ja que aquests aspectes estan recollits a l'avaluació de les diferents matèries.

### **Segona sessió**

- Els diferents grups acabaran d'omplir l'última columna de mesures.
- Tot seguit, iniciar la posada en comú de tots els grups.
- D'aquesta posada en comú ha de sortir, per consens alumnes i professor, les normes i les mesures que regularan el funcionament del grup a l'aula, a l'Institut i a les sortides. Per arribar al consens es pot fer una votació.

### **Tercera sessió**

- Després d'haver fet la posada en comú i haver arribat a un consens, s'han d'omplir els quadres grans per penjar-los a classe. Un grup omplirà el quadre de normes per l'aula, un altre grup el quadre de normes per l'Institut, i un tercer grup el quadre de normes per les sortides. La resta de grups poden fer alguns murals relacionats amb el tema.

### **Quarta sessió**

- Aquesta última sessió estarà dedicada a fer un treball comparatiu entre el NOFC i les normes de convivència que han elaborat.
- Per treballar aquesta sessió lliurar a cada grup una còpia del full resum del NOFC, que el llegeixin i escriguin les diferències que trobin entre el NOFC i el contracte de convivència que han fet.



## QUADRE PER L'ELABORACIÓ DE LES NORMES DE CONVIVÈNCIA

| NORMES PER L'ÀULA       |              |         |  |  |
|-------------------------|--------------|---------|--|--|
| NORMES                  | JUSTIFICACIÓ | MESURES |  |  |
| 1.                      | 1.           | 1.      |  |  |
| 2.                      | 2.           | 2.      |  |  |
| 3.                      | 3.           | 3.      |  |  |
| 4.                      | 4.           | 4.      |  |  |
| 5.                      | 5.           | 5.      |  |  |
| NORMES PER L'INSTITUT   |              |         |  |  |
| NORMES                  | JUSTIFICACIÓ | MESURES |  |  |
| 1.                      | 1.           | 1.      |  |  |
| 2.                      | 2.           | 2.      |  |  |
| 3.                      | 3.           | 3.      |  |  |
| 4.                      | 4.           | 4.      |  |  |
| 5.                      | 5.           | 5.      |  |  |
| NORMES PER LES SORTIDES |              |         |  |  |
| NORMES                  | JUSTIFICACIÓ | MESURES |  |  |
| 1.                      | 1.           | 1.      |  |  |
| 2.                      | 2.           | 2.      |  |  |
| 3.                      | 3.           | 3.      |  |  |
| 4.                      | 4.           | 4.      |  |  |
| 5.                      | 5.           | 5.      |  |  |



## Contracte de convivència del grup

Data:.....

| Normes per l'aula |              |         |
|-------------------|--------------|---------|
| Normes            | Justificació | Mesures |
| 1                 | 1            | 1       |
| 2                 | 2            | 2       |
| 3                 | 3            | 3       |
| 4                 | 4            | 4       |
| 5                 | 5            | 5       |

Aquestes normes de convivència són revisables i modificables.



## Contracte de convivència del grup

Data:

| Normes per l'institut |              |         |
|-----------------------|--------------|---------|
| Normes                | Justificació | Mesures |
| 1                     | 1            | 1       |
| 2                     | 2            | 2       |
| 3                     | 3            | 3       |
| 4                     | 4            | 4       |
| 5                     | 5            | 5       |

Aquestes normes de convivència són revisables i modificables.



## Contracte de convivència del grup

Data:

| Normes per les sortides |              |         |
|-------------------------|--------------|---------|
| Normes                  | Justificació | Mesures |
| 1                       | 1            | 1       |
| 2                       | 2            | 2       |
| 3                       | 3            | 3       |
| 4                       | 4            | 4       |
| 5                       | 5            | 5       |

**Aquestes normes de convivència són revisables i modificables.**



## 9.6 Hàbits d'estudis I: Autoavaluació hàbits d'estudi

### Material:

Qüestionari d'hàbits d'estudi.

### Objectius:

Reflexionar sobre la importància dels hàbits d'estudi en el rendiment acadèmic.

Fer que els alumnes realitzin una autoavaluació dels seus propis hàbits d'estudi.

Aplicar les normes de correcció del qüestionari.

Interpretar els resultats obtinguts.

### Guió:

Fer una introducció del tema. Comenteu que n'hi haurà **tres sessions dedicades**

**al tema: la primera de "Autoavaluació dels hàbits d'estudi"**, la segona sobre "Les condicions idònies per a l'estudi" i la tercera sobre "La planificació i organització de l'estudi".

Lliurar a cada alumne una còpia del qüestionari.

En acabar, els alumnes autocorregiran les seves respostes utilitzant les pautes de correcció.

Tot seguit, cada alumne contestarà les qüestions plantejades al final del qüestionari.

Per finalitzar la sessió, els tutors podeu fer un sondeig al grup sobre els resultats obtinguts.



## **Auto-test sobre tècniques d'estudi**

Estudiar és un ofici. No tothom en sap, malgrat les moltes hores perdudes davant dels llibres, dels apunts o assegut en un pupitre.

Vols aprendre a estudiar? Practica cada dia. Recorda que els bons atletes no neixen, es fan dia a dia.

Dedicarem 4 sessions a les tècniques d'estudi. Començarem per un auto-test:

Marca amb un cercle el que tu fas habitualment.

Pots marcar més de dos cercles en una mateixa tècnica.

Si cap de les qüestions correspon al que tu fas, no posis cap cercle en aquella tècnica:

### **Lloc d'estudi:**

1. Al lloc on estudio hi ha un ambient apropiat: disposa de taula, cadira i llum.
2. És un lloc sense interferències: de sorolls, el televisor, música, video-jocs.
3. És un lloc reservat per a mi i hi disposo dels llibres de consulta que necessito.
4. Tinc tot el necessari per fer els treballs: ordinador, estris, etc.

### **Temps dedicat a l'estudi:**

1. Cada dia tinc un temps reservat per tal d'estudiar (de les ..... a les ).
2. Porto un control escrit del que he d'estudiar i dels treballs que he de fer.
3. Tinc cura que, en el moment en què em posi a estudiar, estigui en les millors condicions, és a dir, no faig exercicis físics que m'esgotin, i sé com m'he d'alimentar per tal de no patir pesadesa ni defalliment.
4. Disposo d'una persona que supervisa el meu estudi, a qui puc consultar si ho necessito.

### **Els apunts:**

1. Tinc una carpeta amb separadors i apartats per a cada una de les assignatures que estudio.



2. Els fulls en que prenc apunts de les classes estan numerats i separats per assignatures.
3. I encara més, cada full té el nom o codi de l'assignatura i el tema a què correspon. Els títols de cada apartat estan remarcats i el contingut està dividit i subdividit en apartats.
4. Acostumo a sintetitzar cada tema amb un esquema o dibuix.

#### **Lectura comprensiva:**

1. Quan llegeixo alguna cosa que he d'estudiar, em faig un esquema en què apareixen les idees principals i els apartats fonamentals.
2. En cada paràgraf hi destaco la paraula o idea principal, que respondria a la pregunta "de què parla aquest paràgraf?".
3. Destaco amb un subratllat el que diu de més important i que crec que és la idea principal.
4. Tinc com a costum definir els conceptes o termes clau de cada tema per tal de fer després un esquema resum.

#### **Esquemes:**

1. De cada tema que he d'estudiar, em faig un esquema en què apareixen les idees principals i els apartats fonamentals.
2. Amb aquests esquemes estudio amb facilitat perquè ho veig tot d'un cop d'ull.
3. A més, dibuixo el que pugui ésser representat gràficament: mapes, màquines, figures geomètriques...
4. De cada tema, dispo de d'un vocabulari -elaborat per mi mateix- dels conceptes clau.

#### **L'estudi-repàs per als exàmens:**

1. Tinc anotats en la meua agenda: els dies d'examen, el que hi entra i com seran les preguntes.
2. Començo a estudiar abans de la vigília de l'examen.





### **Interpretació dels resultats:**

En totes les tècniques del test d'auto-control els ítems estan en ordre creixent. El seu valor és el següent:

**Nivell 1 correspon a: mínims.**

**Nivell 2: acceptable.**

**Nivell 3: bé.**

**Nivell 4: excel·lent.**

Si en alguna tècnica no hi has marcat res ha de considerar-se que en aquesta tècnica d'estudi estàs per sota dels mínims.

### **Anàlisi de la gràfica (estrictament personal)**

Quin perfil d'estudiant ha sortit en la gràfica?

Estàs satisfet dels resultats?

Creus que tens problemes greus? Superables o insuperables?

Quins aspectes cal millorar?

Creus que t'aniria bé repetir aquest auto-test en cada avaluació?



## 9.7 Hàbits d'estudi II: Condicions per l'estudi.

### Material:

Qüestionari sobre l'ambient d'estudi.

Full resum de les condicions idònies per l'estudi.

### Objectius:

Comprendre la importància del lloc d'estudi en el rendiment acadèmic.

Fer una reflexió individual sobre el propi ambient d'estudi.

Prendre mesures per millorar-lo.

### Guió:

Lliurar a cada alumne un qüestionari.

Els alumnes autocorregiran les seves respostes utilitzant les normes de correcció (part inferior del qüestionari).

Tot seguit, el tutor donarà a cada alumne un "Full resum de les condicions idònies per a l'estudi".

Els alumnes llegiran individualment i detingudament el full de síntesi.

Cada alumne en un full farà una descripció del seu lloc de treball.

A continuació, cada alumne farà un llistat de les coses que hauria de canviar, amb l'ajut del full de síntesi, per millorar el seu ambient d'estudi.



## Autoavaluació de l'ambient d'estudi:

Com és el teu ambient d'estudi? Per conèixer-lo bé, respon amb sinceritat:

|        |                |           |             |     |
|--------|----------------|-----------|-------------|-----|
| S      | GS             | AV        | GM          | M   |
| Sempre | Gairebé Sempre | A Vegades | Gairebé Mai | Mai |

### Preguntes:

| Preguntes                                                                                | S | GS | AV | GM | M |
|------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|----|----|---|
| 1. A casa estudio en una habitació tranquil·la, sense cap soroll.                        |   |    |    |    |   |
| 2. Utilitzo massa temps veient la tele, o llegint còmics o escoltant música              |   |    |    |    |   |
| 3. A casa em molesten o distreuen quan estudio                                           |   |    |    |    |   |
| 4. Tinc cada cosa al seu lloc i no perdo temps buscant els materials d'estudi.           |   |    |    |    |   |
| 5. A casa, normalment, estudio sol, sense ningú que em molesti.                          |   |    |    |    |   |
| 6. Dedico massa temps a entreteniments o ocupacions que fan descuidar l'estudi.          |   |    |    |    |   |
| 7. Estudio estirat al llit, o còmodament assegut al sofà                                 |   |    |    |    |   |
| 8. A casa, estudio, generalment en el mateix lloc.                                       |   |    |    |    |   |
| 9. El meu racó d'estudi, sol estar ordenat.                                              |   |    |    |    |   |
| 10. Tinc aprop meu, quan estudio, objectes que em distreuen                              |   |    |    |    |   |
| 11. A casa, és impossible estudiar, sovint estant entrant o sortint de la meua habitació |   |    |    |    |   |
| 12. Només encerto a posar-me a estudiar si estic escoltant música o la ràdio.            |   |    |    |    |   |

### Qualifica el teu ambient d'estudi.

Les preguntes 1,4,5,8,9 puntuen amb:

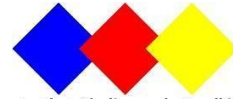
|         |         |         |        |         |
|---------|---------|---------|--------|---------|
| S       | GS      | AV      | GM     | M       |
| 4 punts | 3 punts | 2 punts | 1 punt | 0 punts |

Les preguntes 2,3,6,7,10,11,12 puntuen amb:

|   |    |    |    |   |
|---|----|----|----|---|
| S | GS | AV | GM | M |
|---|----|----|----|---|



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
Institut Cirviànum de  
Torelló  
Coordinació  
**d'ESO-BATXILLERAT**



Institut Cirviànum de Torelló

|         |        |         |         |         |
|---------|--------|---------|---------|---------|
| 0 punts | 1 punt | 2 punts | 3 punts | 4 punts |
|---------|--------|---------|---------|---------|



## Suma els punts i qualifica't

Entre 36 i 48 punts: Ambient d'estudi bo o molt bo. Mantingues aquest bon ambient i t'ajudarà a concentrar-te millor.

Entre 28 i 35 punts: Ambient d'estudi regular. Millora allò que tinguis desorganitzat (llibres, lloc d'estudi, etc).

Entre 0 i 27 punts: Ambient d'estudi fluix o molt fluix: Has d'organitzar totes les coses del teu lloc d'estudi per estudiar millor.

## Síntesi de les condicions ambientals prèvies a l'estudi:

Sempre que et sigui possible, has d'estudiar en un lloc fixe de la casa. És important que aquest lloc tingui les següents condicions:

- o Que et permeti concentrar-te.
- o Que et permeti treballar còmodament.
- o Has de procurar que el material (llibres, apunts, llàpissos, etc) estigui ordenat en el seu lloc per poder-los utilitzar quan ho necessitis.
- o Quan t'asseguis a estudiar, has de tenir-ho tot preparat perquè no hakis d'aixecar-te cada moment i no perdis temps.

## Les posicions idònies per l'estudi són les següents:





## 9.8 Hàbits d'estudi III: Planificació i organització de l'estudi.

### Material

Full de pautes per a la confecció de l'horari

### Objectius

Ser conscients de la importància que té la planificació i organització de l'estudi en el rendiment acadèmic.

Comprendre la necessitat de planificar-se les hores d'estudi.

Fer una reflexió sobre el temps lliure que disposen.

Confeccionar el seu propi horari d'estudi.

### Guió

Els alumnes, individualment, llegiran detingudament el full de pautes i ompliran el quadre horari seguint pas a pas les seves indicacions.

El tutor només hauria de controlar el treball dels alumnes i aclarir els dubtes.



## Planificació i organització de l'estudi

### Temps d'estudi

Abans de fer una planificació i una distribució del temps d'estudi, has de conèixer el temps real de què disposes i el que vols dedicar-hi diàriament.

Per tal d'aconseguir-ho et proposem que classifiquis, en el quadre que adjuntem, totes les activitats que fas cada dia de la setmana, de dilluns a diumenge, amb el seu temps corresponent.

### Planificació i distribució

Una vegada limitat el temps real que vols dedicar a l'estudi personal, has d'organitzar-lo. Per això et proposem que segueixis els passos següents:

- a) Fer una escala d'autoavaluació dels crèdits que tens en funció del grau de dificultat (de major a menor).

#### Escala de dificultat

|     |
|-----|
| 1.  |
| 2.  |
| 3.  |
| 4.  |
| 5.  |
| 6.  |
| 7.  |
| 8.  |
| 9.  |
| 10. |
| 11. |
| 12. |

- b) En funció de l'escala anterior, dedica un temps determinat a cada crèdit. La durada òptima, i la més eficaç, és de 45 minuts a 1 hora per matèria, amb uns 5 o 10 minuts de descans entre crèdits.
- c) Et recomanem que no posis junts crèdits que s'assemblin (català/castellà, etc.)



- d) Una vegada hagi decidit el temps d'estudi l'has de considerar intocable, exceptuant-ne les situacions extraordinàries (època d'exàmens, treballs especials, etc.)

### Horari definitiu

Ara ja pots considerar-te preparat per confeccionar el teu horari d'estudi setmanal definitiu. Aquest horari ha de ser flexible, i hauràs de revisar-lo i canviar-lo sempre que et faci falta. Et recomanem que cada dia dediquis, prèviament, un primer moment a ordenar i classificar el material dels diferents crèdits, que hagi anat recopilant al llarg de les classes del dia.

| Hores | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
|-------|---------|---------|----------|--------|-----------|----------|----------|
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |
|       |         |         |          |        |           |          |          |

**Recorda que és convenient dormir un mínim de 8 hores diàries.**



## 9.9 Reflexió sobre l'etapa de l'ESO

### Material:

Full "Què és això de l'ESO?"

### Objectius

Reforçar i ampliar als alumnes els coneixements que tenen de l'ESO.

Aclarir per part dels tutors els dubtes dels seus alumnes respecte a aquesta etapa.

Saber interpretar l'esquema del sistema educatiu.

Adquirir l'hàbit de parlar en públic.

Respectar les diferents opinions.

### Guió

Lliurar a cada alumne una còpia del full "Què és això de l'ESO?".

Lectura conjunta tutor/alumnes del full. El tutor anirà aclarint els dubtes.

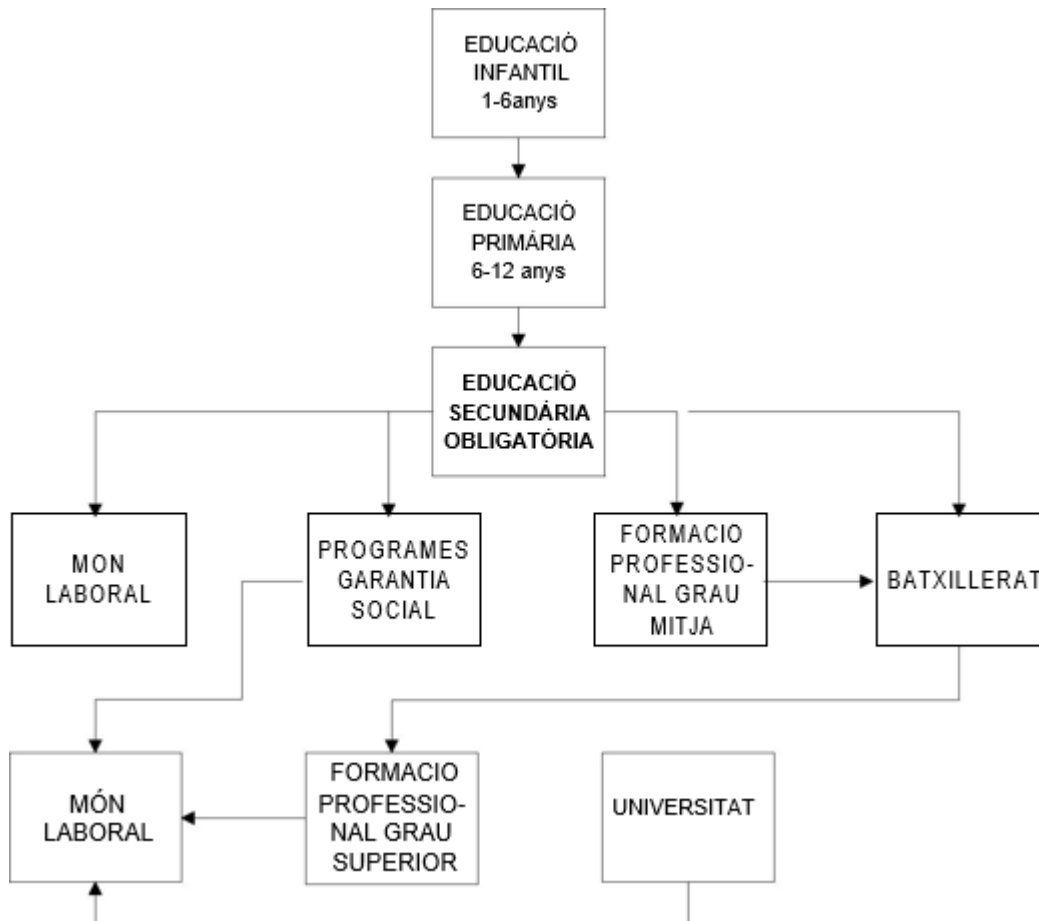
Tot seguit, de dos en dos, poden fer l'activitat proposada.

Posada en comú de les respostes de cada parella.



## Què és això de l'ESO?

Observa el següent esquema del sistema educatiu:



Com pots comprovar, tu ja has cursat l'Educació Infantil i l'Educació Primària. Ara et trobes a l'inici de l'Educació Secundària Obligatoria (ESO). L'ESO és una etapa educativa que s'estructura en dos cicles de dos cursos cadascun. El primer cicle, dels 12 als 14 anys, i el segon cicle, dels 14 als 16 anys. En total, doncs, l'etapa es compon de quatre cursos: 1r, 2n, 3r i 4rt. Ara bé, es pot decidir que un alumne o una alumna s'estigui un any més a l'etapa. Això es podrà fer una vegada acabat el primer cicle o en el segon cicle. També, en cas excepcional, es podrà adoptar aquesta decisió una segona vegada. Així, doncs, l'ESO es podria allargar fins als 17 o 18 anys.

Als 16 anys, normalment en acabar l'ESO, hauràs d'acabar l'escolaritat obligatòria. Això vol dir que podràs accedir al món laboral o bé seguir uns altres estudis. Si l'avaluació



de l'ESO és positiva, obtindràs el títol de graduat o graduada en Educació Secundària obligatòria. Amb aquest títol podràs accedir a cursar el Batxillerat, que té una durada de dos anys; o bé fer Formació Professional de Gra Mitjà. La durada d'aquesta etapa educativa varia: pot ser d'un o dos anys. En el cas que no obtinguis el títol abans esmentat, podràs fer els Programes Específics de Garantia Social. Aquests programes preparen l'alumnat per accedir al món laboral i tenen una durada variable.

En el cas de seguir la via acadèmica, després de cursar el Batxillerat podries accedir a la universitat o bé a la Formació Professional de Grau Superior. Si en lloc de fer el Batxillerat t'haguessis decidit per la Formació Professional de Grau Mitjà, amb aquests estudis podries accedir a fer el Batxillerat.

L'ESO s'estructura en àrees de coneixements i de cada àrea s'ha de cursar un determinat nombre de crèdits. Cada crèdit és una unitat de programació de 35 hores. Hi ha diferents classes de crèdits:

Crèdits comuns: són els que cursa tot l'alumnat, perquè quan acabeu l'etapa educativa totes i tots vosaltres hàgiu rebut uns coneixements bàsics similars.

Crèdits variables: són els que ofereix el centre. L'alumnat n'ha de triar un nombre determinat cada curs. Aquests crèdits poden ser de diferents tipus:

- o Aprofundiment i ampliació dels continguts treballats en les àrees comunes.
- o Iniciació i orientació d'altres continguts acadèmics i professionals.
- o Reforç en la consecució dels aspectes més fonamentals dels objectius generals de l'etapa.

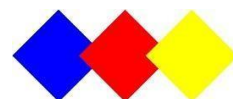
Si els continguts d'un crèdit estan relacionats amb més d'una àrea, el crèdit s'anomena interdisciplinari.

A més dels crèdits comuns i dels variables, tot l'alumnat ha de cursar crèdits de síntesi. L'alumnat ha de fer un crèdit de síntesi cada any de l'etapa, per comprovar si s'han aconseguit, i fins a quin punt, les capacitats formulades en els objectius generals



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
Institut Cívium de  
Torelló  
**Coordinació  
d'ESO-BATXILLERAT**

establerts en les diferents àrees curriculars.



Institut Cívium de Torelló



Al llarg del crèdit de síntesi hauràs de demostrar la capacitat d'autonomia en l'organització del teu treball individual, i també la cooperació i de col·laboració en el treball en grup. Els dubtes que se't presentin els hauràs d'aclarir amb el professor o professora, que farà el seguiment del crèdit i orientarà els equips d'alumnes.

Les àrees de coneixement de l'ensenyament secundari s'organitzen en:

Llengua catalana, llengua castellana i literatura.

Llengües estrangeres.

Ciències de la naturalesa.

Ciències socials.

Educació física.

Tecnologia.

Educació visual i plàstica (àrea artística).

Música (àrea artística).

Matemàtiques.

Religió/activitats alternatives a la religió (a triar).

### **Activitats**

1. Feu un debat sobre l'ESO. La vostra tutora o tutor us ajudarà en els aspectes que no us hagin quedat clars.
  - a) Quines innovacions heu trobat a l'ESO respecte a l'Educació Primària?
  - b) On creieu que podeu trobar dificultats en cursar l'ESO?
  - c) Quins mitjans es necessiten per poder superar les dificultats anteriors?



## 9.10 Com anem

### Material

Full "Com Anem?".

Qüestionari 1ª avaluació.

Qüestionari 2ª avaluació.

Qüestionari valoració general del curs.

### Objectius

Fer una autoavaluació individual i grupal sobre el funcionament i el progrés acadèmic des de que va començar el curs.

Afavorir la participació de l'alumne en el seu procés d'aprenentatge.

Treballar la tècnica del debat.

Respectar les diferents opinions.

### Guió

El full "Com Anem?" l'heu d'utilitzar quan es facin les avaluacions de seguiment que generalment es fan a meitat del 1er trimestre.

Els qüestionaris de la 1ª avaluació i de la 2ª avaluació fora convenient que els utilitzeu a la primera sessió de tutoria de cada nou trimestre.

El qüestionari de valoració general es pel fi de curs.



## Com anem?

Sovint, quan sents que es farà una avaluació, penses en una qualificació, en què et diran, en si has aprovat o has suspès un crèdit. Però avaluar vol dir més coses que posar notes. Vol dir prendre una decisió, després d'analitzar una informació. Aquesta decisió sempre es pren seguint un judici de valors. L'avaluació, a més de qualificar, pot servir per millorar elements d'allò que s'avalua. Per això és bo que periòdicament es facin avaluacions del funcionament del grup, personals, acadèmiques, etc.

Ja fa temps que esteu funcionant com a grup-classe. És bo que us pareu un moment a analitzar el vostre funcionament, per tal de prendre decisions per millorar-lo. La reflexió s'ha de fer tant del progrés personal com del progrés del grup.

## Activitats

### 1.-Contesteu individualment (15 minuts)

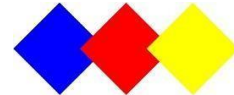
a) La meva situació personal en relació als següents aspectes és:

|                             | Bona perquè | Regular perquè | Dolenta perquè |
|-----------------------------|-------------|----------------|----------------|
| L'adaptació a classe        |             |                |                |
| El treball acadèmic         |             |                |                |
| Relació amb el professorat  |             |                |                |
| Ambient de treball personal |             |                |                |
| Relació amb el grup         |             |                |                |
| Altres aspectes             |             |                |                |

### 2.-Quan escolliu portaveu del petit grup:

- Acostumen a ser sempre les mateixes persones les que fan aquesta funció?
- Procureu que la funció del portaveu sigui rotatòria?
- Qui fa de portaveu la majoria de vegades, nois o noies?
- Recull de coses que crec que han de millorar:
  - Personals
  - Del grup

### 3.- En petit grup, recolliu els aspectes a millorar (5 minuts).



4.-Anoteu a la pissarra els aspectes a millorar (5 minuts).

5.-En petit grup proposeu solucions als aspectes a millorar (10 minuts).

Personals:

Del grup

6.- Escolliu una persona portaveu. Feu un debat amb els portaveus per consensuar els suggeriments de millora (10 minuts)



## **Qüestionari: Valoració resultats primera avaluació**

### **1.- Els fets**

Nombre total d'alumnes: .....

Alumnes que no han assolit cap crèdit: .....

Alumnes que només han No Assolit un o dos crèdits: .....

Alumnes que han No Assolit tres o quatre crèdits: .....

Alumnes que han No Assolit cinc o sis crèdits: .....

Alumnes que han No Assolit set o més crèdits: .....

### **2.- Número global de No assolits (NA) en cada crèdit**

#### **Crèdits comuns**

Llengua Catalana:.....

Llengua Castellana:.....

Llengua Estrangera: .....

C.Experimental: .....

Matemàtiques: .....

C.Socials: .....

#### **Crèdits variables:**

CV1: .....

CV2: .....

CV3: .....

Tecnologia: .....

Ed. Visual i Plàstica: .....

Ed. Física:  
.....

### **3.- Les valoracions.**

Després d'analitzar els resultats generals, com consideres que ha estat el  
rendiment acadèmic del grup en aquest primer trimestre:

Molt positiu

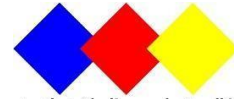
Més aviat positiu

Normal

Més aviat negatiu



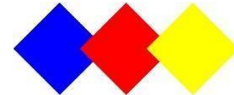
Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
Institut Cirviànum de  
Torelló  
Coordinació  
d'ESO BATXILLERAT



Institut Cirviànum de Torelló

Molt negatiu

Quines creus que són les causes d'aquests resultats:



Considereu que teniu una bona dinàmica de treball com a grup. Per què?

Considereu que els problemes de disciplina del grup o d'alguns alumnes

concrets empitjoren el resultat acadèmic. Per què?

Quines coses faríeu per acabar amb aquests problemes:

Quines mesures hauríeu de prendre, com a grup, de cara al segon trimestre:



## Qüestionari: Valoració resultats segona avaluació

### 1.- Els fets

Nombre total d'alumnes: .....

Alumnes que no han assolit cap crèdit: .....

Alumnes que només han No Assolit un o dos crèdits: .....

Alumnes que han No Assolit tres o quatre crèdits: .....

Alumnes que han No Assolit cinc o sis crèdits: .....

Alumnes que han No Assolit set o més crèdits: .....

### 2.- Número global de No assolits (NA) en cada crèdit

#### Crèdits comuns

Llengua Catalana:.....

Llengua Castellana:.....

Llengua Estrangera: .....

C.Experimental: .....

Matemàtiques: .....

C.Socials: .....

#### Crèdits variables:

CV1: .....

CV2: .....

CV3: .....

Tecnologia: .....

Ed. Visual i Plàstica: .....

Ed. Física:  
.....

### 3.- Les valoracions.

Després d'analitzar els resultats generals, com consideres que ha estat el  
rendiment acadèmic del grup en aquest segon trimestre:

Molt positiu

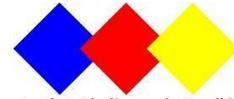
Més aviat positiu

Normal

Més aviat negatiu



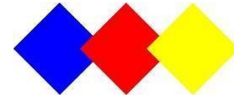
Generalitat de Catalunya  
Departament d'Educació  
Institut Cirviànum de  
Torelló  
Coordinació  
d'ESO BATXILLERAT



Institut Cirviànum de Torelló

Molt negatiu

Quines creus que són les causes d'aquests resultats:



Considereu que teniu una bona dinàmica de treball com a grup. Per què?

Considereu que els problemes de disciplina del grup o d'alguns alumnes

concrets empitjoren el resultat acadèmic. Per què?

Quines coses faríeu per acabar amb aquests problemes:

Quines mesures hauríeu de prendre, com a grup, de cara al tercer trimestre:



## Qüestionari: Valoració general del curs

A. Quina opinió teniu del crèdit de tutoria que s'ha realitzat al llarg del curs.

1. En quant a continguts:
2. En quant als materials utilitzats:
3. En quant a la dinàmica del grup classe en aquestes sessions:
4. Quines coses heu trobat a faltar en aquest crèdit:
5. Quines coses trauríeu d'aquest crèdit:

B. Quina opinió teniu del curs en general.

1. En quant al rendiment acadèmic del grup:
2. En quant a la dinàmica general del grup classe:
3. En quant als problemes de disciplina del grup:
4. Dels tres trimestres quin ha estat el millor. Per què?
5. I quin ha estat el pitjor. Per què?
6. Voleu afegir una altra opinió que considereu important i que no està recollida en aquest ful. Quina?



## 9.11 Autoconcepte

### Material:

Full “Com sóc”

### Objectius:

Afavorir l'autoconeixement de l'alumne.

Propiciar una reflexió sobre ell mateix.

Conèixer el nivell d'autoconcepte dels alumnes del grup.

Saber utilitzar les pautes per a la correcció del qüestionari.

Saber interpretar els resultats.

### Guió:

El tutor explicarà al grup el significat de la paraula “autoconcepte” i exposarà els objectius que es volen aconseguir amb el qüestionari.

Lliurar a cada alumne el qüestionari “Com sóc?”

Abans de que els alumnes s'autocorregixin el qüestionari, caldria que comenteu les normes de correcció.

Quan hagin acabat, podeu fer un sondeig al grup sobre els resultats obtinguts.

Per exemple: Preguntar quants alumnes han tingut la puntuació més alta, després només alta i així successivament. D'aquesta manera podeu saber en quin nivell d'autoconcepte es troba la majoria d'alumnes del grup.



## Qüestionari “Com sóc”

Nom i Cognoms:.....

Data:.....

Edat:.....

Curs:.....

### Marca cadascuna de les frases de la manera:

- Si la frase descriu com ets o et sents sovint, marca V (Vertader)
- Si la frase no descriu com ets o et sents ocasionalment, marca F (Fals)

### No existeixen respostes correctes o incorrectes. Només cal ser sincer.

1. Sovint m'agradaria ser diferent de com sóc.
2. Em resulta molt difícil de parlar davant de la classe.
3. Hi ha moltes coses de mi mateix que m'agradaria canvia si pogués.
4. Puc concentrar la meva atenció sense massa esforç.
5. Sovint em sento a disgust a casa.
6. A la resta els resulta divertit estar amb mi.
7. Em costa força familiaritzar-me / relacionar-me amb alguna cosa nova.
8. Sóc popular entre els nois de la meva edat.
9. Els meus pares generalment tenen en compte els meus sentiments.
10. Cedeixo amb facilitat.
11. Els meus pares esperen molt de mi.
12. És complicat ser com sóc.
13. Les coses estan força desorganitzades en la meva vida.
14. Generalment els companys/es segueixen les meves idees.
15. Tinc un opinió baixa de mi mateix.
16. Moltes vegades m'agradaria abandonar casa meva.
17. Sovint em sento a disgust a l'escola.



18. No sóc tant “guay” com altres.
19. Si tinc alguna cosa a dir, generalment la dic.
20. Els meus pares em comprenen.
21. La majoria de les persones són més apreciades que jo.
22. Generalment sento com si els meus pares fossin sempre sobre meu.
23. Sovint em desanimo a l'escola.
24. Normalment les coses no em preocupen.
25. No es pot confiar en mi.

**Correcció de l'enquesta (no donar fins a les correccions i recollida)**

- Cal respondre “V” les preguntes: 4, 5, 8, 9, 14, 19, 20, 24.
- Cal respondre “F” les preguntes: 1, 2, 3, 6, 7, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 25.

**Cada resposta que coincideixi amb la plantilla de correcció es valorarà amb un punt.**

**Valoració Qualitativa de les puntuacions obtingudes:**

| Autoconcepte     | Nois        | Noies       |
|------------------|-------------|-------------|
| <b>Molt Alt</b>  | 18-25 punts | 17-25 punts |
| <b>Alt</b>       | 15-17 punts | 14-16 punts |
| <b>Mig</b>       | 12-14 punts | 11-13 punts |
| <b>Baix</b>      | 9-11 punts  | 9-10 punts  |
| <b>Molt Baix</b> | 3-8 punts   | 3-8 punts   |



## 9.12 El temps de lleure

### Material:

Ser conscients de la importància de l'oci a la vida de les persones.

Reflexionar sobre el propi temps de lleure.

Conèixer l'oferta de recursos de temps de lleure que hi ha a la zona.

### Guió:

Aquest tema el podeu treballar en dues sessions. La primera podria ser de reflexió sobre allò que ells fan en el seu temps de lleure i la segona lliurar-los la informació dels recursos de la ciutat.

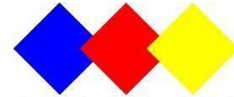
A la primera sessió els alumnes poden treballar, per grups de quatre, les qüestions següents:

- o Què enteneu per temps lliure.
- o Considereu que actualment es té més temps d'oci que en altres èpoques? A què és degut?
- o Considereu que teniu poc o molt temps lliure. Per què?
- o De quina manera o amb quines activitats ompliu el vostre temps de lleure.
- o Fer un llistat dels recursos que coneixeu que existeixen a la zona.

Cada grup triarà un portaveu que llegirà a la resta de la classe les seves respostes.

Obrir un torn de paraules per als alumnes que ja fan alguna activitat extraescolar perquè puguin explicar als seus companys què fan, on la fan i quan la fan.

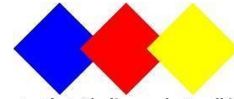
### Activitat



Crear llista agrupacions i marcar en un mapa diferents espais o els joves es

poden adreçar en el temps de lleure:

- o Centres esportius.
- o Esplais



- o Biblioteques
- o Piscines municipals
- o Altres activitats
- o Centres d'informació juvenil
- o Agrupacions