

Orientación y Tutoría

Actividades Plan de Acción Tutorial

Curso 2026-2027

IES ANDRÉS LAGUNA · SEGOVIA

1º Trimestre				
Semana lectiva	1ºESO Día de las tutorías	2ºESO	3ºESO	4ºESO
15-18 sept. *	Jornada de acogida	Jornada de acogida	Acogida 3º y 4º ESO	Acogida 3º y 4º ESO
21-25 sept.	Elección de delegado/a	Elección de delegado/a	Elección de delegado/a	Elección de delegado/a
28 sept.-2 oct.	Encuesta (pendiente)	Encuesta (pendiente)	Encuesta (pendiente)	Encuesta (pendiente)
5-9 oct.	Planificar para aprender mejor	Lo que publicas y lo que interpretas: el impacto de las redes sociales		Viaje por es Sistema Educativo
13-16 oct. *	Técnicas de estudio II	PROYECTOS		
19-23 oct.	Técnicas de estudio III	¿Qué es la motivación y cómo puedo motivarme?	Brigadas verdes: cuidamos nuestro patio	
26-29 oct. *	Charla Plan Director	Aprendemos a extraer las ideas clave I	Técnicas de estudio III	
3-6 nov. *	El valor del silencio – Aprendemos a escuchar	Aprendemos a extraer las ideas clave II	Aprendiendo a tomar decisiones	Explorando profesiones para diseñar mi futuro
9-13 nov.	Cómo mejorar nuestra autoestima	PROYECTOS		
16-20 nov.	¿Qué es memorizar? Descubriendo cómo funciona nuestra memoria	Aprendemos a extraer ideas clave III	Aprende cómo aprende tu cerebro	“Despierta tu mente”. Juegos de lógica y pensamiento lateral para tutoría
23-27 nov.	Reconoce y frena la violencia de género - 25N		Green flag - Red flag - 25N	La historia de Pepe y Pepa - 25N
30 nov.-4 dic.	¿Qué es memorizar? II – La evocación: el secreto para recordar	Mejorando el estudio con la técnica Pomodoro	Promoción de la salud mental en los adolescentes	
9-11 dic. *	Preevaluación primer trimestre	Preevaluación 1º Trimestre	Preevaluación 1º Trimestre	Preevaluación 1º Trimestre
14-18 dic.	¿Dependemos del móvil?	PROYECTOS		
21-22 dic. *	LIBRE/DESPEDIDA			

2º Trimestre				
Semana lectiva	1ºESO Día de las tutorías	2ºESO	3ºESO	4ºESO
11-15 ene.	Reflexión y compromisos 2º trimestre	Diana de evaluación y aspiraciones	Planificamos el 2º trimestre	
18-22 ene.	Brigadas de patio	El profesiograma		“Caída en picado” – Reflexión sobre la autoimagen y la presión social
25-29 ene.	Mi yo en redes sociales: ¿somos iguales dentro y fuera de la pantalla?	Explorando el mundo de las profesiones	Mirando al futuro: profesiones y optativas	“Caída en picado” – Reflexión sobre la autoimagen y la presión social
1-5 feb.	PROYECTOS			
10-12 feb. *	Charla Sto.Tomás	Entrena tu mente – Juegos de lógica en equipo	EL CURSO QUE VIENE... ¿QUÉ?	
15-19 feb.	Charla Sto.Tomás	Identificando y corrigiendo pensamientos erróneos	¿Qué optativas elijo para 4.º de ESO?	
22-26 feb.	PROYECTOS			
1-5 mar.	Preparamos el 8M		Preparamos el 8M	
8-12 mar.	Preevaluación primer trimestre	Reflexión grupal del segundo trimestre	Preevaluación 2º trimestre	
15-19 mar.	Descubriéndome por dentro y por fuera	Explorando profesiones	Eres lo que te gusta	

3º Trimestre				
Semana lectiva	1ºESO Día de las tutorías	2ºESO	3ºESO	4ºESO
31 mar.-2 abr. *	¿Qué siento, qué pienso, qué hago?	El mundo al revés	Rueda de la vida	
5-9 abr.	PROYECTOS			
12-16 abr.	Carta a un alumno/a de 6º	Preevaluación 2º Trimestre	Preevaluación 2º Trimestre	Preevaluación 2º Trimestre
19-22 abr. *	La importancia de la salud mental	La Ventana de Johari	Descubriendo nuestros intereses profesionales	
26-30 abr.	La importancia de la salud mental	¿Cómo es 3ºESO?	Decide tu camino en el sistema educativo	
3-7 may.	PROYECTOS			
10-14 may.	Conoce el sistema educativo	El problema del plástico	Rueda de la vida	"Carta a mi yo del futuro": reflexión para cerrar 4º de ESO
17-21 may.	Descubriendo las profesiones	¿Qué es el ciberbullying o ciberacoso?	Conozco las profesiones de mi familia	
24-28 may.	Carta a mi "yo del futuro"		Viaje por el sistema educativo	
31 may.-4 jun.	PROYECTOS			
7-11 jun.	Preevaluación primer trimestre	Preevaluación primer trimestre	Preevaluación primer trimestre	Preevaluación primer trimestre
14-18 jun.	Evaluación del PAT	Evaluación del PAT	Evaluación del PAT	Evaluación del PAT
21-24 jun. *	LIBRE/DESPEDIDA			

Guía temática

	Orientación académica y profesional
	Técnicas de estudio
	Convivencia
	Salud mental
	Igualdad de género
	Sostenibilidad
	Tecnología y redes
	Educación afectivo-sexual
	Hábitos saludables
	Estructura tutorial