



materiales de apoyo a la acción educativa  
orientación educativa

# CUADERNO DEL ESTUDIANTE / 4º ESO

construyo **MI FUTURO**

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL  
DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS



## ÍNDICE

<b>TENGO QUE DECIDIRME</b>	5
<b>PRESENTACIÓN</b>	9
<b>BLOQUE 1. AUTOCONOCIMIENTO</b>	11
1.1. Proyecto de Trabajo.	11
1.2. Mis rasgos personales	13
1.3. Mis competencias	14
1.4. Mi rendimiento académico	16
1.5. A modo de síntesis	17
1.6. Evaluación de las actividades del bloque de Autoconocimiento	19
<b>BLOQUE 2: CONOCIMIENTO DEL SISTEMA EDUCATIVO</b>	23
2.1. Proyecto de trabajo	23
2.2. Criterios de titulación	25
2.3. Posibilidades al finalizar 4º de ESO	26
2.4. Evaluación de las actividades del bloque de Conocimiento del Sistema Educativo.	50
<b>BLOQUE 3: CONOCIMIENTO DEL MUNDO LABORAL</b>	55
3.1. Proyecto de trabajo	55
3.2. Acceso al mundo laboral	57
3.3. Búsqueda de empleo	60
3.4. El Currículum Vitae	61
3.5. Evaluación de las actividades del bloque de "Conocimiento del mundo laboral"	63
<b>BLOQUE 4. TOMA DE DECISIONES</b>	67
4.1. Proyecto de trabajo	67
4.2. El proceso de toma de decisiones	69
4.3. Eligiendo mi futuro	70
4.4. Evaluación de las actividades del bloque de Toma de decisiones	75

construyo MI  
**FUTURO**





## TENGO QUE DECIDIRME

### ¿PARA QUÉ?

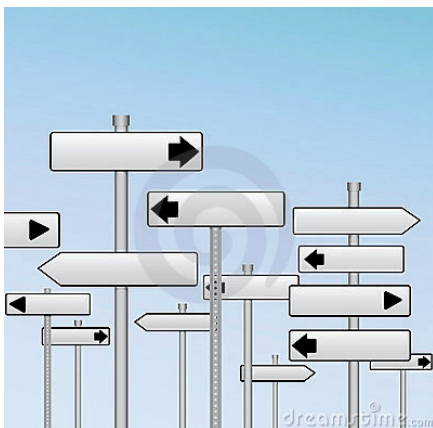
Para ayudarte en el proceso de toma de decisiones relacionadas con tu futuro académico y profesional.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo personal de investigación y reflexión que vas a realizar con ayuda de la tutora o el tutor.

### ACTIVIDADES

Observa atentamente. ¿Qué te sugieren estas imágenes?



¿Has pensado ya que quieres hacer al finalizar la ESO?

¿?

- ☐ Voy a seguir estudiando
  - ☐ Voy a ponerme a trabajar
  - ☐ No tengo claro lo que voy a hacer
- (Solicita ayuda a tu tutor/a para aclarar las ideas)

¿?

A collage of various professions and hobbies surrounding two central figures. The central figures are a young woman and a young man, both with their hands on their chins in a thinking pose. Surrounding them are numerous small illustrations: a ballerina, a nurse, a gymnast, a scientist at a desk, a sailboat, a painter with a palette, a person at a computer, a person with a target, a person with a bow, a person with a camera, a person skiing, a person climbing, a person with a tennis racket, a person cleaning, and a person with a paint palette. There are also musical notes, a basketball, a knife, a compass, and a target. The background is white, and the illustrations are in various colors and styles, including line art and colored drawings.

¿?

## This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

## This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

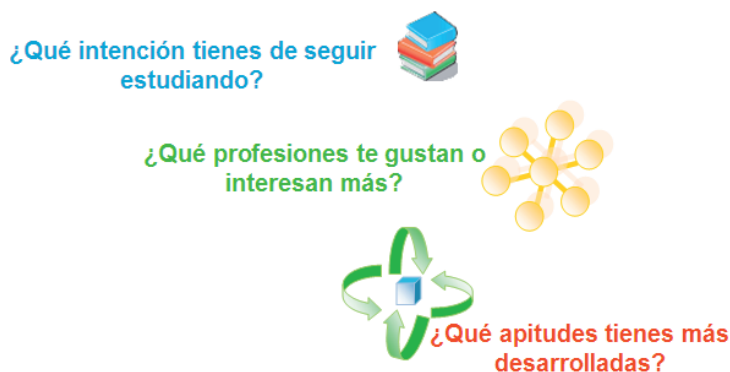
## PRESENTACIÓN

A punto de finalizar tus estudios de ESO, es el momento de tomar una importante decisión:



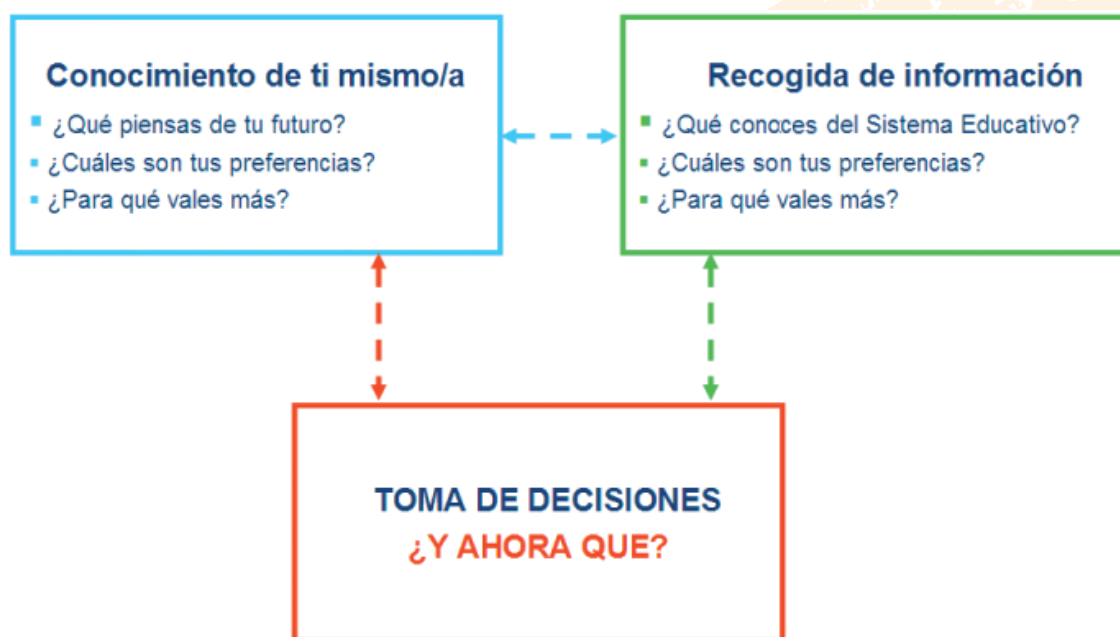
No es tarea fácil, es preciso que te pares a pensar y reflexionar antes de tomar una decisión que posiblemente marque tu futuro.

Debes plantearte algunas cuestiones como las siguientes:



Este programa pretende servirte de ayuda en tu “TOMA DE DECISIONES”.

Para ello vamos a seguir un proceso como el que te mostramos a continuación:





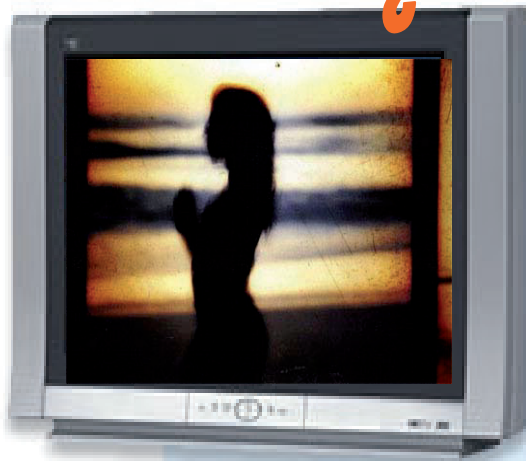
CONSTRUYO MI  
**FUTURO**  
PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA  
ALUMNADO DE 6º DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

[illegible]

## BLOQUE 1. AUTOCONOCIMIENTO

### 1.1. PROYECTO DE TRABAJO.

*¿Quién soy?*



*¿Cuáles son mis intereses?*



*¿Cuáles son mis aptitudes?*

*¿Cómo es mi rendimiento académico?*



CONSTRUYO MI  
**FUTURO**  
PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA  
ALUMNADO DE 6º DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

[illegible]



## 1.2. MIS RASGOS PERSONALES

### ¿PARA QUÉ ES ESTA ACTIVIDAD?

Para profundizar en el conocimiento de ti mismo o de ti misma. La imagen que las personas tenemos de nosotras mismas vamos formándola a partir de nuestras experiencias en distintos contextos. Es por ello por lo que te vamos a proponer que reflexiones acerca de cómo te ves, enfocándolo desde distintos puntos de vista.

### ¿CÓMO?

Con la ayuda de la tutora o el tutor a través de una actividad de reflexión.

#### ACTIVIDADES

¿CÓMO ME VEO?	<b>EMOCIONALMENTE</b>	<input type="checkbox"/> Optimista <input type="checkbox"/> Reflexivo/a <input type="checkbox"/> Sereno/a	<input type="checkbox"/> Animoso/a <input type="checkbox"/> Duro/a .....
	<b>AUTOCONTROL</b>	<input type="checkbox"/> Confiado/a <input type="checkbox"/> Paciente <input type="checkbox"/> Razonable	<input type="checkbox"/> Controlado/a <input type="checkbox"/> Seguro/a .....
	<b>SOCIABILIDAD</b>	<input type="checkbox"/> Abierto/a <input type="checkbox"/> Desenvuelto/a <input type="checkbox"/> Conciliador/a	<input type="checkbox"/> Dialogante <input type="checkbox"/> Afable .....
	<b>AUTONOMÍA PERSONAL</b>	<input type="checkbox"/> Independiente <input type="checkbox"/> Responsable <input type="checkbox"/> Decidido/a	<input type="checkbox"/> Obediente <input type="checkbox"/> Seguro/a .....
	<b>ACTITUD EN EL TRABAJO</b>	<input type="checkbox"/> Perseverante <input type="checkbox"/> Metódico/a <input type="checkbox"/> Entusiasta	<input type="checkbox"/> Práctico/a <input type="checkbox"/> Constante .....

**Rasgos que destaco de mi mismo o de mí misma.**

## 1.3. MIS COMPETENCIAS

### ¿PARA QUÉ ES ESTA ACTIVIDAD?

Habrás observado que no todo lo que haces lo realizas con la misma facilidad, incluso dices a veces “esto se me da bien” o “aquello se me da mal”.

También te habrás dado cuenta que no es algo estático, con entrenamiento y práctica es posible mejorar y perfeccionarse.

Con esta actividad pretendemos que reflexiones acerca de tus habilidades, y de cuáles tienes más desarrolladas.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de reflexión que vas a realizar con ayuda de la tutora o el tutor.

### ACTIVIDADES

¿Qué significa habilidad?




---

---

---

---

---

---

---

### ¿QUÉ HABILIDADES TENGO MÁS Y MEJOR DESARROLLADAS?

Lee atentamente las habilidades que aparecen más adelante y valora el grado en que consideras que tienes desarrolladas cada una de ellas.

Para ello otorga un valor de 1 a 10 a cada una y posteriormente elige las cinco que tengan mayor puntuación y anótalas aquí:




---

---

---

---

---

---

---

## CUADERNO DEL ESTUDIANTE / 4º ESO

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA ALUMNADO DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

Habilidades	Ejemplos.
1. Espaciales.	
2. Cinestésicas.	
3. Interpersonales.	
4. Intrapersonales.	
5. Naturaleistas y de interacción con el entorno.	
6. Lingüísticas.	
7. Matemáticas.	
8. Artísticas.	
9. Razonamiento lógico	
10. Razonamiento	

Si no tienes clara tu respuesta y precisas más información habla con el tutor o pídelo en el Departamento de Orientación.

## ¿PARA QUÉ ES ?

## ¿CÓMO?

## ACTIVIDADES

Las notas obtenidas hasta el momento muestran tu capacidad y esfuerzo para los estudios y pueden servirte para enfocar tus futuras opciones académicas.

[illegible]

## 1.5. A MODO DE SÍNTESIS

### ¿PARA QUE ES ESTA ACTIVIDAD?

Para revisar toda la información que has recogido hasta este momento acerca de tí mismo o de ti misma y sacar algunas conclusiones.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de reflexión que vas a realizar con ayuda de la tutora o el tutor.

### ACTIVIDADES

Es necesario que hagas un esfuerzo de síntesis que te permita relacionar todos los datos con el fin de tomar una decisión acertada.

<b>Intereses</b>	
<b>Características y rasgos personales</b>	
<b>Habilidades</b>	
<b>Rendimiento</b>	

*Reflexión Personal:*

*Mi familia Opina...*

## 1.6. EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DEL BLOQUE DE AUTOCONOCIMIENTO

Durante varias sesiones de Tutoría hemos trabajado un bloque de actividades pensadas para mejorar el conocimiento de ti mismo o de ti misma.

1. ¿Crees que estas actividades **te han ayudado** a conocerte mejor?

---



---

2. ¿**Te ha gustado** realizarlas?

---



---

3. ¿Te han resultado difíciles?

---



---

4. ¿Cuáles te han parecido **más interesantes**? Valora cada una según la escala que te proponemos.

ACTIVIDAD	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
<b>Pensando en el futuro</b>				
<b>Mis rasgos personales</b>				
<b>Mis aptitudes</b>				
<b>Mi rendimiento académico</b>				
<b>A modo de síntesis</b>				

5. ¿Te han servido de **ayuda** las aclaraciones del **tutor o la tutora**?

---

---

6. Si pudieras cambiar algo, ¿**qué cambiarías**?

*Reflexión Personal*

*Conclusiones*

*Mi familia Opina...*



This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

## BLOQUE 2: CONOCIMIENTO DEL SISTEMA EDUCATIVO

### 2.1. PROYECTO DE TRABAJO.



This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

## 2.2. CRITERIOS DE TITULACIÓN

### ¿PARA QUÉ?

Para conocer los requisitos que son necesarios para obtener el título de Graduado en Educación Secundaria.

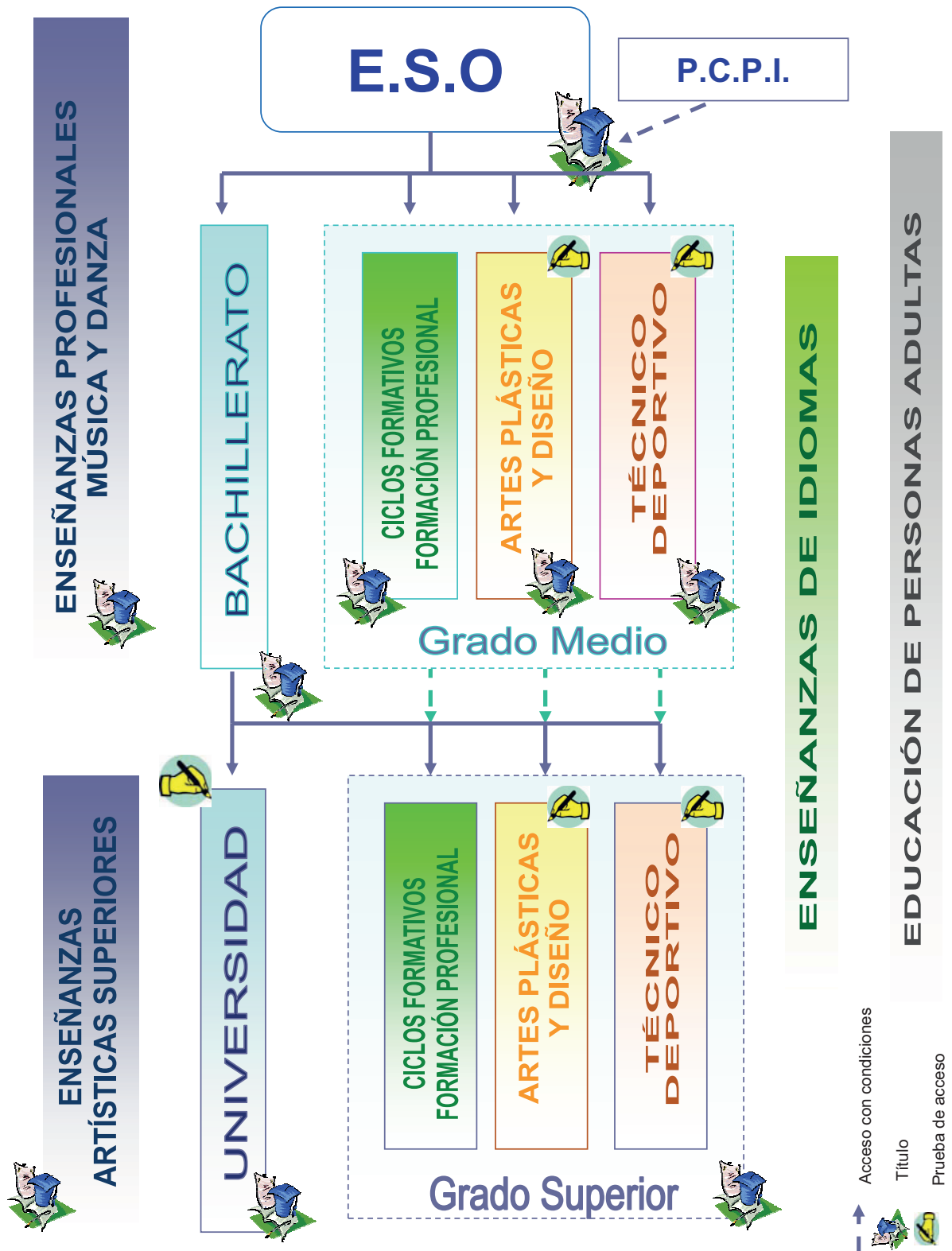
### ¿CÓMO?

Con ayuda de la tutora o el tutor a partir del estudio de la normativa vigente.

### TAREA

*Criterios de titulación*

## 2.3. POSIBILIDADES AL FINALIZAR 4º DE ESO



### ¿PARA QUÉ?

Para profundizar en el conocimiento de las distintas opciones que se te presentan al finalizar la etapa de ESO.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de investigación que vas a realizar con ayuda de la tutora o el tutor.

### ACTIVIDADES

Mis posibilidades al terminar 4º de la ESO

*Las opciones que más se ajustan a mis circunstancias e intereses...*

*Conclusiones*

## BACHILLERATO

### ¿QUÉ ES Y PARA QUÉ SIRVE EL BACHILLERATO?

Son estudios postobligatorios que proporcionan al alumnado los conocimientos y habilidades que le permiten desarrollar incorporarse a la vida activa con responsabilidad y competencia, al tiempo que le capacita para acceder a la educación superior.

### DURACIÓN DEL BACHILLERATO

La duración del Bachillerato es de 2 cursos académicos, si bien los alumnos y alumnas podrán permanecer cursando estos estudios en régimen ordinario durante cuatro años.

### CONDICIONES DE ACCESO:

Podrán acceder a los estudios de Bachillerato quienes estén en posesión del Título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

Además es posible acceder a estos estudios, cumpliendo requisitos especiales establecidos por la Ley, con las siguientes titulaciones.

- Título de Técnico, tras haber cursado la formación profesional de grado medio.
- Título de Técnico Deportivo, tras haber cursado las enseñanzas deportivas de grado medio
- Título de Técnico de Artes Plásticas y Diseño.

### ORGANIZACIÓN DEL BACHILLERATO

Los estudios de Bachillerato se organizan en tres modalidades:

- a) Artes.
- b) Ciencias y Tecnología.
- c) Humanidades y Ciencias Sociales.

Las materias del Bachillerato se distribuyen en torno a tres bloques: comunes, de modalidad y optativas.

La modalidad de Artes se organiza en dos vías, referidas, una de ellas a Artes plásticas, diseño e imagen y la otra a Artes escénicas, música y danza.

Las modalidades de Ciencias y Tecnología y de Humanidades y Ciencias Sociales tienen una



estructura única. No obstante, dentro de cada una de las modalidades los centros educativos pueden organizar bloques de materias, fijando en el conjunto de los dos cursos un máximo de tres materias de entre aquellas que configuran la modalidad respectiva, de acuerdo con lo que establezca la Consejería de Educación.

Todos los estudiantes pueden elegir entre la totalidad de las materias de cada modalidad, si bien por parte de los centros educativos se pueden establecer vías o itinerarios en función de las distintas opciones académicas o de incorporación al mundo laboral a las que da acceso el Bachillerato.

### **TITULACIÓN**

El alumnado que finaliza con éxito los estudios obtiene el Título de Bachiller.

El título de Bachiller facultará para acceder a las distintas enseñanzas que constituyen la educación superior: enseñanza universitaria, las enseñanzas artísticas superiores, la formación profesional de grado superior, las enseñanzas profesionales de artes plásticas y diseño de grado superior y las enseñanzas deportivas de grado superior

### **¿QUÉ SUPONE ESTUDIAR BACHILLERATO?**

- Se trata de estudios especializados. Esto quiere decir que esta elección conduce a unos determinados estudios y aleja de otros no vinculados a la modalidad elegida.
- Retrasa el acceso al mundo laboral. Esto quiere decir que el Bachillerato de por sí, no proporciona cualificación laboral alguna. Si bien se consigue una cualificación superior en cuanto a formación académica que permite acceder a enseñanzas profesionales de grado superior.
- Tienen gran importancia los hábitos y estrategias de estudio. Esto quiere decir que exigen mayor constancia y esfuerzo en el estudio, así como estrategias y métodos activos de estudio.

### **LA ELECCIÓN DE MODALIDAD**

Es importante que realices una elección razonada y coherente puesto que tu trayectoria en el Bachillerato:

1. Va a estar influida por la opción que hayas elegido en 4º ESO.
2. Va a condicionar los estudios que hagas en el futuro.

3. Pide a tu tutor o tutora que te proporcione información sobre las distintas materias que tienes en el Bachillerato.

	ARTES	CIENCIAS Y TECNOLOGÍA	HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES
COMUNES			
MODALIDAD			
OPTATIVAS			

## Observaciones

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO

### ¿QUÉ SON Y PARA QUÉ SIRVEN?

Los Ciclos Formativos de Grado Medio (CFGM) son estudios profesionales que dan acceso al título de Técnico o Técnica en la especialidad correspondiente.

Por ejemplo: si un alumno realiza un CFGM de la familia de Administración obtendrá el título de *"Técnico o Técnica en Gestión Administrativa"*, si realiza un ciclo de la familia de Mantenimiento de vehículos autopropulsados, obtendrá el título de *"Técnico o Técnica en Electromecánica de Vehículos"* o *"Técnico o Técnica en Carrocería"*.

### CONDICIONES DE ACCESO.

Pueden cursar la formación profesional de grado medio quienes se hallen en posesión del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria o hayan superado un Programa de Cualificación Profesional Inicial (PCPI).

También podrán acceder a la formación profesional aquellos aspirantes que, careciendo de los requisitos académicos, superen una prueba de acceso regulada por las Administraciones educativas.

Para acceder por esta vía a ciclos formativos de grado medio se requerirá tener diecisiete años como mínimo cumplidos en el año de realización de la prueba.

### ORGANIZACIÓN DE LOS CICLOS FORMATIVOS.

Los Ciclos Formativos se organizan en familias profesionales.

### DURACIÓN

La duración varía entre un curso y dos cursos.

### TITULACIÓN.

Las personas que superen las enseñanzas de formación profesional de grado medio recibirán el título de **Técnico o Técnica** de la correspondiente profesión.

### ACCESO A OTROS ESTUDIOS

Este título, en el caso del alumnado que haya cursado la formación profesional de grado medio, permitirá el acceso directo a todas las modalidades de Bachillerato.

De igual modo, el título de Técnico o Técnica permitirá el acceso en determinadas condiciones a los Ciclos Formativos de Grado Superior.

## **TIPOS DE MATERIAS QUE COMPONEN LOS CICLOS FORMATIVOS: LOS MÓDULOS.**

En los ciclos formativos no se habla de materias o áreas sino de módulos.

Todos los ciclos están formados por:

- Módulos específicos de cada ciclo o familia profesional.
- Módulos de Formación y Orientación Laboral (FOL)
- Formación en centros de trabajo (FCT).

## **¿QUÉ SUPONE ESTUDIAR UN CICLO FORMATIVO DE GRADO MEDIO?**

- Se trata de estudios especializados. Esto quiere decir que los módulos que se estudian están relacionados con la familia profesional elegida, por lo que se trata de aprendizajes específicos, de ahí la importancia de realizar una buena elección.
- Son estudios de corta duración. Esto quiere decir que, por lo general, desembocan en el mundo del trabajo, y esto supone la entrada definitiva en el mundo adulto.
- Tienen gran importancia los hábitos prelaborales. Esto quiere decir que se exigen hábitos como: responsabilidad, constancia, disciplina en el puesto de trabajo, etc.

Es importante que pienses cómo te encuentras en estos aspectos y pensártelo bien.

## **¿CÓMO BUSCAR INFORMACIÓN?**

**<http://www.educastur.princast.es>**

***Consulta la oferta de ciclos formativos de grado medio  
que se imparten en Asturias***

## PROGRAMAS DE CUALIFICACIÓN PROFESIONAL INICIAL (PCPI)

### ¿QUÉ SON Y PARA QUÉ SIRVEN?

Son programas de formación para jóvenes sin cualificación profesional que no hayan obtenido del Título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

Los PCPI tiene dos finalidades:

- Sirven para desarrollar las competencias profesionales propias de una cualificación de nivel uno de la estructura actual del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales creado por la Ley 5/2002, de 19 de junio, de las Cualificaciones y de la Formación Profesional
- Ofrecen a los alumnos y alumnas que los cursan la posibilidad de una inserción sociolaboral satisfactoria y la ampliación de sus competencias básicas para proseguir estudios en las diferentes enseñanzas.

### CONDICIONES DE ACCESO.

Con carácter general, accederán a estos programas personas jóvenes, entre 16 y 21 años que en el momento de solicitar la incorporación al programa no haya obtenido el título de Graduado o Graduada en Educación secundaria obligatoria.

- Personas jóvenes escolarizadas que se encuentren en grave riesgo de abandono escolar, sin ninguna titulación.
- Personas jóvenes de cualquier procedencia que, sin poseer la titulación básica, tienen necesidad de acceder al mercado de trabajo para lo cual necesitan una cualificación profesional básica.

En cualquier caso, para cursar alguno de estos programas será condición indispensable no haber superado otro programa de cualificación profesional inicial y, en su caso, haber agotado las vías ordinarias de atención a la diversidad previstas en la legislación vigente.

### ORGANIZACIÓN DE LOS PROGRAMAS DE CUALIFICACIÓN PROFESIONAL INICIAL.

Los Programas de cualificación profesional inicial se estructuran en tres tipos de módulos:

- a. Módulos específicos referidos a las unidades de competencia correspondientes a cualificaciones de nivel uno del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, que *se cursarán obligatoriamente* por todo el alumnado que se incorpore a uno de estos programas.

- b. Módulos formativos de carácter general, que amplíen competencias básicas y favorezcan la transición desde el sistema educativo al mundo laboral, que se cursarán *obligatoriamente* por todo el alumnado que se incorpore a uno de estos programas.
- c. Módulos que conduzcan a la obtención del título de Graduado o de Graduada en Educación secundaria obligatoria, de *carácter voluntario* para el alumnado, **salvo** para quienes se hubieran incorporado, de forma excepcional al Programa con menos de 16 años.

### **DURACIÓN**

Generalmente tienen una duración de un curso académico (entre 980 horas y 1050 horas)

### **CERTIFICACIÓN O TITULACIÓN**

Al término del Programa, el alumnado recibe una certificación académica, expedida por el centro en la que constan las calificaciones de todos los módulos obligatorios y, en el caso de los módulos específicos, la correspondencia con cada una de las unidades de competencia que conformen el programa de cualificación profesional inicial.

La superación de los módulos de carácter voluntario dará derecho a la expedición del título de graduado o graduada en Educación secundaria obligatoria, siempre que se acredite la superación de los módulos obligatorios del Programa de cualificación profesional inicial.

La superación de un PCPI permitirá el acceso en determinadas condiciones, a un ciclo formativo de grado medio.

***Consulta la oferta de Programas de Cualificación  
Profesional Inicial de Asturias***

## PROGRAMAS DE DIVERSIFICACIÓN CURRICULAR (PDC)

### ¿QUÉ SON LOS PROGRAMAS DE DIVERSIFICACIÓN CURRICULAR?

Es una forma excepcional y distinta de cursar 3º y 4º de ESO para aquellas personas que presentan serias dificultades para obtener el título de Graduado en Educación Secundaria.

Las características del programa son las siguientes:

1. Una organización distinta de las áreas y materias. Algunas se unen en una sola (ámbito lingüístico-social y científico-tecnológico). Se estudia sólo lo fundamental de cada área.
2. En las áreas básicas el número de alumnos es menor. Esto hace posible una mayor adaptación de la enseñanza a las necesidades individuales de los estudiantes, una atención más individualizada, uso de métodos de trabajo diversos y un seguimiento tutorial más cercano.

### ¿A QUIÉNES VAN DIRIGIDOS?

A alumnos y alumnas que manifiestan dificultades de aprendizaje generalizadas, previa propuesta del educativo y acepten la propuesta y el compromiso que ello supone.

### ¿QUÉ REQUISITOS SON NECESARIOS PARA ACCEDER A UN PROGRAMA DE DIVERSIFICACIÓN CURRICULAR?

- Haber sido propuestos por el Equipo Docente para cursar ESO por esta vía.
- El alumno o alumna debe tener muy claro que desea alcanzar el título y está dispuesto a poner su empeño en ello.
- Consentimiento de los padres o tutores legales.
- Informe favorable del Tutor la Tutora y del Departamento de Orientación.
- Informe favorable del Servicio de Inspección.

### ¿CUÁL ES LA DURACIÓN DE ESTOS PROGRAMAS?

Un año para los alumnos que hayan cursado 4º de ESO.

### ¿QUE PUEDE HACER UN ESTUDIANTE QUE FINALIZA UN PROGRAMA DE DIVERSIFICACIÓN CURRICULAR?

Al finalizar el PDC el alumno podrá obtener el Título de Graduado en Educación Secundaria.

Las opciones que se le ofrecen son las mismas que si cursa ESO por vía ordinaria, aunque lo más recomendable es un Ciclo Formativo de Grado Medio o la incorporación al mundo laboral.

## **¿QUÉ ÁREAS Y MATERIAS SE CURSAN DENTRO DE LOS PROGRAMAS DE DIVERSIFICACIÓN CURRICULAR?**

### **1. Áreas específicas del Programa: los ámbitos.**

- **Ámbito Lingüístico-Social:** Ciencias sociales, geografía e historia, Lengua castellana y literatura, Educación para la ciudadanía y los derechos humanos y Educación ético – cívica.
- **Ámbito Científico-Tecnológico:** Matemáticas, Ciencias de la naturaleza y Tecnologías.
- **Ámbito Práctico.**

### **2. Materias del currículo ordinario** de ESO de las establecidas para tercer y cuarto curso de la etapa, no contempladas en los ámbitos

- Primer año: Lengua extranjera, Educación física y Educación plástica y visual.
- Segundo año: Lengua extranjera, Educación física y una materia que elegirá el alumno o la alumna entre las siguientes: Educación plástica y visual, Informática, Latín, Música y Segunda lengua extranjera.

### **3. Una materia optativa** cada año del Programa.

Puede ser de la oferta general del centro o específica del Programa, entre las que se incluyen el idioma (elegir Francés o Inglés) y al menos una materia de Iniciación Profesional

### **4. Tutoría**

*¿Qué otras cosas me gustaría ?*



### **PARA BUSCAR INFORMACIÓN...**

Con la ayuda del tutor o tutora del Departamento de Orientación, busca información en....

<http://www.educastur.es>

- Oferta educativa y formativa de personas adultas
- Ciclos formativos de grado medio
- Ciclos formativos de grado superior
- Enseñanzas artísticas.
- Enseñanzas de idiomas.
- Enseñanzas deportivas.
- Educación de personas adultas.
- Programas de cualificación profesional inicial.
- Programas de formación y empleo.
- Formación profesional ocupacional

## A. ACTIVIDAD DE INVESTIGACIÓN. BACHILLERATO

### ¿PARA QUÉ?

Para que recojas información sobre aquella modalidad de Bachillerato que más se ajuste a tus intereses y posibilidades.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de investigación que vas a realizar consultando diversas fuentes de información y con la ayuda de la tutora o el tutor, de tus compañeros y compañeras, del profesorado del centro, etc.

### TAREA

#### PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD

--

MODALIDAD DE BACHILLERATO

*Itinerarios...*

*Estudios de Grado Superior que puedo realizar cursando esta modalidad.*

*Estudios universitarios que puedo realizar cursando esta modalidad.*

*Conclusiones*

## B. ACTIVIDAD DE INVESTIGACIÓN. CICLOS FORMATIVOS.

### ¿PARA QUE ES ESTA ACTIVIDAD?

Para que recojas información sobre aquellos ciclos formativos o familias profesionales que mejor respondan a tus intereses y posibilidades.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de investigación que vas a realizar consultando diversas fuentes de información y con la ayuda de la tutora o el tutor, de tus compañeros y compañeras, de los profesores/as, etc.

### TAREA

#### PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD

#### CICLO FORMATIVO

*Nombre del ciclo*

## CUADERNO DEL ESTUDIANTE / 4º ESO

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA ALUMNADO DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

*Familia Profesional*

*Duración*

*Forma de acceso*

*Titulación*

*Módulos que componen el Plan de Estudios*

*Opciones laborales*

*Centros en los que se imparte*

*Otros ciclos formativos de la misma familia profesional*

*Conclusiones*

## C. ACTIVIDAD. INVESTIGACIÓN: ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

### ¿PARA QUÉ?

Para que recojas información sobre los estudios que conducen a la titulación de Técnico deportivo, especialmente aquellos que mejor respondan a tus intereses y posibilidades.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de investigación que vas a realizar consultando diversas fuentes de información y con la ayuda de la tutora o el tutor, de tus compañeros y compañeras o del profesorado del centro.

### TAREA

#### PLANIFICACIÓN DE LA TAREA

## ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

*Estructura de las enseñanzas deportivas.*

*Organización*

*Duración*

*Titulaciones*

*Condiciones de acceso*

*Centros en los que se imparte*



## D. ACTIVIDAD DE INVESTIGACIÓN. PROGRAMAS DE CUALIFICACIÓN PROFESIONAL INICIAL (PCPI) NUEVO PA

### ¿PARA QUÉ?

Para que recojas información sobre aquellos PCPI que mejor respondan a tus intereses en el caso de que tus posibilidades de titulación sean escasas.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de investigación que vas a realizar consultando diversas fuentes de información y con la ayuda de la tutora o el tutor, de tus compañeros y compañeras, y del profesorado del centro.

### TAREA

#### PLANIFICACIÓN DE LA TAREA

*Familia Profesional*

#### PROGRAMA

*Nombre del programa*

*Duración*

*Posibilidades al finalizar el programa*

*Sin titulación: prueba de acceso a Ciclos formativos de grado medio*

*Módulos obligatorios*

*Módulos opcionales (no dan acceso a Título de Graduado en Educación Secundaria)*

## CUADERNO DEL ESTUDIANTE / 4º ESO

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA ALUMNADO DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

*Centros en los que se imparte*

*Ciclos formativos de grado medio de la misma familia profesional*

*Más información*

*Conclusiones*

## E. OTRAS OPCIONES EDUCATIVAS: EDUCACIÓN SECUNDARIA PARA PERSONAS ADULTAS, ENSEÑANZA DE IDIOMAS, ENSEÑANZAS PROFESIONALES DE MÚSICA Y DANZA, ETC.

### ¿PARA QUÉ?

Para que recojas información sobre los estudios que conducen a otras titulaciones una vez concluida la ESO y respondan a tus intereses y posibilidades.

### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de investigación que vas a realizar consultando diversas fuentes de información y con la ayuda de la tutora o el tutor, de tus compañeros y compañeras, del profesorado, etc.

### ACTIVIDADES

Elige la modalidad de estudios que mejor se ajustan a tu perfil y necesidades.

Busca información. Puedes solicitar la ayuda de otras personas, ya sea tu tutor o tutora, la orientadora u orientador del Instituto, alguno de tus profesores y profesoras, etc.

Para ayudarte en la búsqueda te sugerimos el siguiente guión:

*Condiciones de acceso:*

*Duración:*

## CUADERNO DEL ESTUDIANTE / 4º ESO

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA ALUMNADO DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

*¿En qué consisten estos estudios?*

*Titulación que se obtiene al finalizar los estudios*

*Al finalizar estos estudios ¿qué puedo hacer?*

*¿Dónde se imparten estos estudios?*

*¿Qué supondrá para mí estudiar...*

## 2.4. EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DEL BLOQUE DE CONOCIMIENTO DEL SISTEMA EDUCATIVO.

Durante varias sesiones de Tutoría hemos trabajado un bloque de actividades pensadas para mejorar el conocimiento que tienes del Sistema Educativo y ayudarte a tomar una decisión.

1. ¿Crees que estas actividades te han ayudado a conocer mejor tus posibilidades dentro del Sistema Educativo?

---

2. ¿Te ha gustado realizarlas?

---



---

3. ¿Te han resultado difíciles?

---

4. ¿Cuáles te han parecido más interesantes? Valora cada una según la escala que te proponemos.

ACTIVIDAD	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
<b>Criterios de titulación</b>				
<b>Posibilidades al finalizar 4º de ESO</b>				
<b>Investigación. Bachillerato</b>				
<b>Investigación. Ciclo Formativo</b>				
<b>Investigación. Programa de cualificación profesional inicial</b>				

5. ¿Te han servido de **ayuda** las aclaraciones del **tutor o la tutora**?

---

6. Si pudieras cambiar algo, ¿**qué cambiarías**?

---

## CUADERNO DEL ESTUDIANTE / 4º ESO

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA ALUMNADO DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

*Reflexión Personal*

*Conclusiones*

*Mi familia Opina...*

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.





## CUADERNO DEL ESTUDIANTE / 4º ESO

[illegible]



construyo **MI**  
**FUTURO**  
PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA  
ALUMNADO DE 8º DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

## BLOQUE 3: CONOCIMIENTO DEL MUNDO LABORAL

### 3.1. PROYECTO DE TRABAJO.



## This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

### 3.2. ACCESO AL MUNDO LABORAL.

#### ¿PARA QUÉ?

Para ayudarte a buscar información sobre los principales recursos y técnicas de búsqueda de empleo.

#### ¿CÓMO?

A través de un trabajo de investigación que vas a realizar con ayuda de la tutora o el tutor.

#### ACTIVIDADES

##### BÚSQUEDA DE EMPLEO

Imagina que ha llegado el final de curso y has decidido **empezar a trabajar**.

*¿Qué información necesitas para iniciar la búsqueda?*

*¿Qué pasos has de dar en este camino?*

*¿Dónde o a quién puedes acudir ?*

### **Dónde consultar información**

<http://www.tematico.princast.es/trabajastur>

También en ...

*¿Qué tipo de información ofrece?*

*Consulta el servicio e-Orienta e indica qué tipo de información ofrece*

*Selecciona la categoría Formación e indica que tipo de información ofrece.*

*Indica el contenido de cada una de las secciones*

*Consulta el apartado Itinerarios o Formación necesaria y elige una profesión. ¿Qué información te aporta?*

*Explora distintos apartados de la web y anota los datos que consideres de interés.*

### 3.3. BÚSQUEDA DE EMPLEO

#### **¿PARA QUE ES ESTA ACTIVIDAD?**

Para conocer los tipos de búsqueda de empleo y las vías de acceso al mundo laboral.

#### **¿CÓMO?**

A través de un trabajo de investigación que vas a realizar con ayuda de la tutora o el tutor.

#### **TAREA**

*¿Qué información necesitas para iniciar la búsqueda?*

*Datos recogidos*



### 3.4. EL CURRÍCULUM VITAE

#### ¿PARA QUÉ?

Para aprender a elaborar tu propio Curriculum Viae.

#### ¿CÓMO?

Con la ayuda de la tutora o el tutor quien te ayudará a analizar distintos modelos y a elaborar el tuyo propio.

#### TAREA

#### EL CURRÍCULO VITAE

*¿Qué es y para qué sirve?*

*¿Qué tipo de información recoge?*

*Tipos de Curriculum Vitae*

**Dónde consultar información:**

<http://tematico.princast.es/trabajastur/>

*Elabora tu propio Curriculum Vitae*

### 3.5. EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DEL BLOQUE DE “CONOCIMIENTO DEL MUNDO LABORAL”

Durante varias sesiones de Tutoría hemos trabajado un bloque de actividades pensadas para mejorar el conocimiento que tienes del mundo laboral y ayudarte a tomar una decisión.

1. ¿Crees que estas actividades **te han ayudado** a conocer mejor tus posibilidades dentro del Sistema Educativo?

---



---

2. ¿Te **ha gustado** realizarlas?

---



---

3. ¿Te **han resultado difíciles**?

---



---

4. ¿Cuáles te han parecido **más interesantes**? Valora cada una según la escala que te proponemos.

ACTIVIDAD	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
Acceso al mundo laboral				
Búsqueda de empleo				
El Curriculum Vitae				

5. ¿Te han servido de **ayuda** las aclaraciones del **tutor o la tutora**?

---



---

6. Si pudieras cambiar algo, ¿**qué cambiarías**?

## *Reflexión Personal*

## *Conclusiones*

## *Mi familia Opina...*

## PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA ALUMNADO DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a full page of blank handwriting practice paper. It features a series of evenly spaced, light blue horizontal lines extending across the entire width of the page. The background is a solid off-white color, providing a clean surface for writing practice. There are no margins, text, or other markings present.

## BLOQUE 4. TOMA DE DECISIONES

### 4.1. PROYECTO DE TRABAJO





## 4.2. EL PROCESO DE TOMA DE DECISIONES

### ¿PARA QUÉ?

Para ayudarte a revisar el proceso a seguir en la toma de decisiones razonada.

### ¿CÓMO?

Con la ayuda de la tutora o el tutor y de tus compañeros y compañeras.

### ACTIVIDAD

*Pasos a seguir en un proceso razonado de toma de decisiones*

*¿Cómo me planteo la toma de decisiones sobre el itinerario educativo o profesional al acabar la ESO?*

## 4.3. ELIGIENDO MI FUTURO

### ¿PARA QUÉ?

Para revisar toda la información que has recogido a través del Programa de Orientación Académica y Profesional Construyo mi futuro y poder organizar y sintetizar la información recogida.

### ¿CÓMO?

Con la ayuda de la tutora o el tutor.

### ACTIVIDAD

Después de todo el trabajo que has realizado, es necesario que hagas un esfuerzo de síntesis que te permita relacionar todos los datos con el fin de tomar una decisión acertada.

*Mis intereses*

*Mis aptitudes*

## CUADERNO DEL ESTUDIANTE / 4º ESO

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA ALUMNADO DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

*Mis rasgos de personalidad*

*Mi rendimiento*

*Mi elección:*

*¿Dónde puedo llevarla a cabo?*

*¿Hay en la zona este tipo de estudios u opción laboral?*

*¿Qué condiciones se exigen para poder realizarla?*

*Ventajas e inconvenientes de esta opción*

*La opinión de mi familia.*

*La opinión de mis profesores y profesoras.*

DECISIÓN FINAL

*La modalidad que me abre más posibilidades es ....*

*Esas posibilidades: ¿son las que yo quiero?*

*Mi elección definitiva es:*

## PASOS QUE DEBO DAR

*Preinscripción*

*Matrícula*

#### 4.4. EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DEL BLOQUE DE TOMA DE DECISIONES

Durante varias sesiones de Tutoría hemos trabajado un bloque de actividades pensadas para ayudarte a tomar una decisión.

1. ¿Crees que estas actividades **te han ayudado** a conocer mejor tus posibilidades dentro del Sistema Educativo?

---



---

2. ¿**Te ha gustado** realizarlas?

---



---

3. ¿**Te han resultado difíciles**?

---



---

4. ¿Cuáles te han parecido **más interesantes**? Valora cada una según la escala que te proponemos.

ACTIVIDAD	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO
El proceso de toma de decisiones				
Elegiendo mi futuro				

5. ¿Te han servido de **ayuda** las aclaraciones del **tutor o la tutora**?

---



---

6. Si pudieras cambiar algo, ¿**qué cambiarías**?

Como actividad final del **Programa Construyo mi futuro** te pedimos que expongas **TU opinión acerca del mismo.**

*Mi opinión*



## PROGRAMA DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL PARA ALUMNADO DE ESO DESDE EL ENFOQUE DE LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a full page of blank handwriting practice paper. It features multiple sets of horizontal lines, each consisting of three parallel lines: two outer blue lines defining the height of the letters and a central red line indicating the midline. The pattern repeats down the entire page, providing ample space for practicing letter formation and alignment.





MINISTERIO  
DE EDUCACIÓN  
Y CIENCIA



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN Y CIENCIA