



La prosa poética y la creatividad como herramienta para la tutoría específica de PMAR

Gloria Inmaculada Mantas García – Universidad de Granada

 0000-0002-4423-2562

Recepción: 08.03.2022 | Aceptado: 28.03.2022

Correspondencia a través de **ORCID**: Gloria Inmaculada Mantas García  **0000-0002-4423-2562**

Citar: Mantas García, G. (2022). La prosa poética y la creatividad como herramienta para la tutoría específica de PMAR. *REIDOCREA*, 11(17), 189-215.

Agradecimiento: A mi madre por poner todo su corazón en mi educación.

Área o categoría del conocimiento: Atención a la diversidad

Resumen: El presente trabajo tiene como eje vertebrador el uso de la prosa poética y la creatividad como herramienta para trabajar en la tutoría específica de PMAR. Se han elaborado dos recursos educativos en los que se recogen textos de prosa poética e ilustraciones de autoría propia enfocadas a cubrir las necesidades de este alumnado. Podemos encontrar dos libros: "Segundo de PMAR con Corazón" y "Tercero de PMAR con Corazón", en ellos se trabajan los siguientes bloques: mejora de la conducta, mejora de la autoestima, desarrollo de la personalidad, educación en valores y orientación vocacional. El objetivo principal que se persigue es mejorar la calidad de esta medida de atención a la diversidad tomando como meta la eliminación de límites, creyendo en cada uno de los alumnos y alumnas y haciendo que ellos crean en sí mismos.

Palabra clave: Atención a la diversidad

Poetic prose and creativity as a tool for PMAR specific tutoring

Abstract: This thesis has as its backbone the use of poetic prose and creativity as a tool to work in the specific tutoring of PMAR. Two educational resources have been developed that include poetic prose texts and self-authored illustrations focused on meeting the needs of these students. We can find two books: "Second of PMAR with Heart" and "Third of PMAR with Heart" in them the following blocks are worked: behavior improvement, improvement of self-esteem, personality development, education in values and vocational guidance. The main objective pursued is to improve the quality of this measure of attention to diversity, taking as a goal the elimination of limits, believing in each one of the students and making them believe in themselves.

Keyword: Attention to diversity

Introducción

El sistema educativo actual es el resultado de los continuos cambios, con una intención evolutiva y de diversidad que se ha ido ejecutando a lo largo de los años. Es obvio que la educación ha ido cambiando con el transcurso del tiempo y que ha ido de la mano de los cambios de la sociedad. Nada tiene que ver la enseñanza de hace años con la de nuestros días, si bien aún queda mucho camino por andar para que exista una educación igualitaria y no limitadora. Aunque es cierto que se aplican métodos para que tanto estudiantes con dificultades educativas como con altas capacidades tengan una orientación académica adecuada, pero no es menos cierto que en algunas ocasiones, con estas medidas, solo se consigue encasillar al alumnado y no dejar que logren el futuro que ellos sueñan. A menudo, nos encontramos en las aulas con niños que a pesar de tener determinadas limitaciones podrían llegar más lejos, podrían si la educación se adaptara a una mentalidad más abierta, con unos métodos que consiguieran que ellos avanzaran a su ritmo, pero sin limitarlos ni etiquetarlos. En este ámbito, el desempeño de las funciones de la orientación es primordial. Pongamos como ejemplo a los alumnos de los Programas de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento (a partir de ahora PMAR). Ciertamente nos encontramos ante un alumnado con unas características muy diversas. En la mayoría de los casos no pueden ir al ritmo que les corresponde por su

edad y por ello se les ayuda con un sistema adaptado a sus necesidades, pero la verdadera ayuda sería hacerles conscientes y poner los medios para que una vez terminado su tránsito por PMAR pudieran acceder a la formación que ellos quisieran, sin límites, sin barreras. El hecho de que sus tiempos sean diferentes no quiere decir que haya que negarles el futuro que desean. El orientador debe ser el puente entre el sistema educativo y el alumnado, procurando abrirles el máximo de alternativas y de opciones posibles.

Un sistema educativo eficiente debe ineludiblemente tener como objetivo principal la igualdad de oportunidades. Por ello, hay que mejorar la calidad de las medidas de atención a la diversidad tomando como metas la eliminación de los límites, creer en los alumnos y hacer que ellos creen en sí mismos.

Toda mejora educativa debe contar con el entusiasmo y la creatividad de los profesionales de la educación, por ello la propuesta que aquí se presenta trata de conseguir mediante la innovación que la hora lectiva de tutoría que tiene la orientadora educativa con el alumnado de PMAR se desarrolle entre textos, palabras, sentimientos, experiencias educativas enriquecedoras aportadas por la prosa poética y que sean sus páginas las que narran el camino para la consecución del desarrollo integral del alumnado.

Justificación

El presente trabajo tiene como finalidad dar respuesta al Trabajo de Fin de Máster del Máster de Profesorado de Enseñanza Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas y a su vez dar respuesta a la necesidad de elaborar y desarrollar la tutoría específica con el alumnado de PMAR. Desde la necesidad de ofrecer un Plan de Acción Tutorial específico para este alumnado y las necesidades propias detectadas, se propone la realización del mismo, donde la prosa poética y la creatividad serán los elementos que cohesionen los bloques de contenidos que se desarrollarán en las tutorías lectivas específicas.

Pero... ¿Por qué prosa poética? Por un lado, por el interés que despierta en numerosos adolescentes este género literario, por otro lado, porque la prosa poética en el ámbito pedagógico, es una herramienta que permite que los alumnos aprendan a disfrutar expresando sus propios sentimientos, además contribuye a que desarrollen la empatía a través de la lectura de los pensamientos y vivencias de otras personas.

Por otro lado, puede despertarles el gusto por la lectura siendo este un pasatiempo mucho más enriquecedor que los que tienen habitualmente, y pudiendo ayudar a compensar sus dificultades en el ámbito socio-lingüístico ya que, por medio de la lectura de poemas aumentan su vocabulario y su cultura.

Como dice el autor Defreds:

Yo sé que mis libros no son los mejores del mundo, pero le sirven a esa persona de 15 años que se acerca por primera vez a una librería. En vez de estar viendo la tele le ha dedicado unas horas a leer. Y eso me hace sentir muy orgulloso (Marinero, 2016, 85).

No podemos olvidar que los adolescentes que están hoy en las aulas serán los adultos que construyan la sociedad del mañana por ello es vital que la guía de los tutores esté encendida no solo al éxito académico sino al éxito como personas, y para ello es esencial poner el foco de la enseñanza en el corazón de los alumnos, es necesario proporcionarles experiencias que les emocionen en los centros y que les permitan ir

conociéndose a sí mismos, despertar su sensibilidad, su gusto por la belleza, su fascinación por la complejidad de sus propios sentimientos y de los de sus compañeros, sus capacidades creativa y reflexiva, su sentido crítico y en definitiva ayudarles a que poco a poco vayan madurando y creciendo.

Para utilizar la prosa poética y la creatividad como herramienta para la tutoría específica de PMAR, debemos conocer las características de la sociedad actual, las cuales determinan las características de los jóvenes que se están forjando como futuros adultos en ella. Dado que nuestra intervención está dirigida a los adolescentes, debemos conocer las características de esta etapa, cuáles son sus intereses, sus hábitos y su relación con la lectura y, más concretamente, con la prosa poética; conociendo también las particularidades y las posibilidades que nos ofrece este género literario a la hora de desarrollar la nuestra tutoría específica.

Este trabajo se estructura en cinco partes bien definidas donde se comienza con un marco teórico que sirve para partir de un conocimiento general de cómo son los jóvenes en la sociedad actual, teniendo en cuenta las características de los adolescentes y sus intereses; para profundizar posteriormente en las características propias del alumnado de PMAR y en las posibilidades educativas que nos ofrece la prosa poética. Un segundo apartado lo compone el marco legislativo. En él, se fundamentan los principios legales que apoyan y a su vez justifican, el uso de la prosa poética en el contexto de la acción tutorial. Por otra parte, en un tercer bloque, dedicado al marco organizativo, se expone de forma detallada cómo se llevará a cabo y los agentes implicados haciendo un énfasis especial en el papel de la orientadora. Después de estos tres apartados, se configura un cuarto elemento que desarrolla en sí misma la propuesta tutorial. Dicha propuesta, está dividida en diversos apartados que ayudan a configurarla y programarla con detalle. En ella se incluye la metodología que se va a utilizar, los objetivos establecidos, las actividades, la organización temporal de las mismas y el sistema de evaluación. El último apartado del trabajo es una conclusión y valoración personal de lo que se ha realizado. También, se incluirán anexos entre los que se aporta el modelo de cuestionario elaborado para conocer las características del alumnado de PMAR y el material elaborado para ser utilizado como un recurso didáctico y para finalizar encontramos las referencias bibliográficas en las que se sustenta el trabajo.

La sociedad actual y los jóvenes

Los jóvenes actuales se están desarrollando en una sociedad que se caracteriza por la celeridad de sus cambios, por la globalización, por la presencia de la tecnología y por las familias cada vez más reducidas con menos hermanos y monoparentales (Adolescentes y sociedad, 2019).

Según Ruggeri (2019), los jóvenes de entre 15 y 28 años viven inmersos en la tendencia de centrarse únicamente en el presente sin preocuparse por un futuro cercano, lo que hace que sus prioridades sean satisfacer sus necesidades de consumo y entretenimiento, por ello la adolescencia se prolonga cada vez más, dado que los jóvenes no piensan ni se preparan para afrontar la adultez puesto que consideran que las actividades que antes eran propias de este rango de edad como adquirir una vivienda, conseguir un trabajo estable o formar una familia todavía les son muy lejanas. El consumismo que se torna como eje fundamental de la vida de los jóvenes y se ve incrementado por la influencia de la tecnología y los medios de comunicación que hacen que los productos que se adquieren tengan una vida corta.

Todo ello imprime cierto matiz de exigencia y de inmediatez tanto en el carácter como en la vida de los jóvenes. En la fotografía 1: aparece una pareja de ancianos a la que

un periodista preguntó cómo habían conseguido permanecer juntos durante sesenta y cinco años y ellos respondieron que crecieron en una época en la que cuando algo se rompía se arreglaba en lugar de tirarlo a la basura, lo que contrasta con la tendencia actual ya que hoy día cuando algo se rompe ya no sirve, se tira y se compra otro.

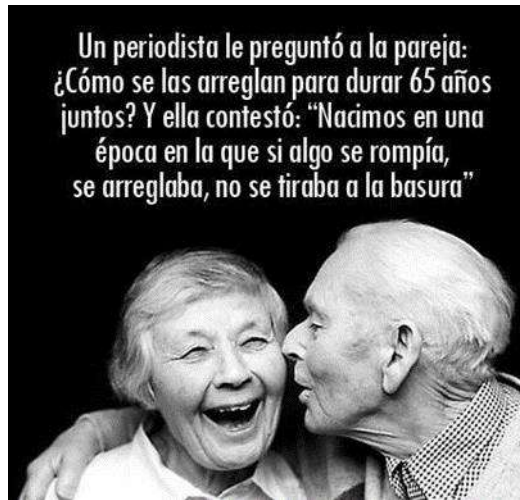


Figura 1: Pareja de ancianos

Esta dinámica está tan arraigada en la forma de ver la vida de los jóvenes que se extrapola a sus relaciones interpersonales, a su capacidad de esfuerzo y a sus metas, por eso las amistades, los noviazgos y en definitiva las relaciones humanas tienen cada vez menos valor y son menos intensas ya que se ve a la otra persona como un instrumento que debe actuar siempre de la forma esperada para satisfacer las propias necesidades, es decir, como un objeto de consumo más.

Continuando con las relaciones interpersonales en la guía “Educar para proteger” publicada por la Junta de Andalucía en 2015, se pone de manifiesto que las relaciones con el grupo de iguales son esenciales para los jóvenes actuales y que estas suelen estar marcadas por que cada persona habla continuamente de sus propias necesidades e intereses.

También es interesante comentar la importancia que se le da a la imagen y al físico actualmente. Esto trae consigo que en muchas ocasiones los jóvenes sean infelices e inseguros a causa de no ajustarse a los cánones de belleza establecidos (Santiago, 2015).

Para entender cómo actúan y cómo reaccionan los adolescentes actuales antes los cambios, las tendencias y las exigencias sociales es indispensable conocer las características de esta etapa evolutiva.

Características de los adolescentes

En el diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (2018) se define la adolescencia como la edad que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo.

La adolescencia es considerada un periodo crítico en el desarrollo de las personas, dicho periodo se caracteriza por la presencia de grandes cambios físicos, psicológicos y sociales que provocan una falta de aceptación del YO y dificultan las relaciones de los

adolescentes con su entorno, especialmente con los adultos. Según Erikson (2004) y Esneca (2016), estos cambios pueden concretarse en siguiente tabla 1:

Tabla 1: Cambios en la adolescencia

Cambios psicológicos	Cambios físicos	Cambios sociales
Búsqueda de la identidad personal. Desarrollo de la personalidad, de las relaciones y de las conductas sociales. Adaptación al cambio.	Aceleración de la etapa de crecimiento ósea y de los órganos internos. Cambios en la morfología corporal. Maduración sexual.	Establecimiento de nuevas relaciones sociales. Importancia del grupo de iguales. Interiorización y aceptación de normas sociales.

Según Enciclopedia online de Características (2017), los adolescentes están sometidos a múltiples factores de riesgo, por lo que la vulnerabilidad es una característica de esta etapa, la exposición a dichos factores depende en gran medida del contexto social en el que se desenvuelva el adolescente, no obstante, la tasa de mortalidad en la adolescencia es mucho más alta que en la infancia.

La Organización Mundial de la Salud expone que entre los riesgos que pueden correr encontramos suicidios, embarazos prematuros, enfermedades de transmisión sexual, conductas delictivas y padecer abusos por parte de los adultos. También debemos tener en cuenta que los hombres y las mujeres no viven el periodo de la adolescencia de la misma forma ya que influyen los estereotipos y los roles de género que tanto las familias como la sociedad inculcan a los jóvenes, de este modo, en esta etapa se interiorizan comportamientos adecuados o inadecuados en función de si se es hombre o mujer (Guzmán, 2017).

Por otra parte, encontramos que los intereses y la forma de ocio también cambia con respecto a la infancia, lo que trae consigo que para conectar con los adolescentes debemos conocer qué les interesa con objeto de utilizar sus gustos y aficiones como un puente que nos permita acercarnos a ellos.

Intereses de los adolescentes

Ricoy y Fernández (2016), afirman que, aunque la adolescencia es una época muy problemática en la vida de todas las personas son muy numerosas las posibilidades que se tienen en esta etapa para disfrutar del ocio, especialmente en el caso de los jóvenes que viven en las ciudades ya que su ubicación les permite tener más fácil acceso a diferentes opciones de entretenimiento. En términos generales, los adolescentes suelen preferir las actividades que realizan con su grupo de iguales o solos, por lo que el tiempo compartido con sus familias se reduce. Por su parte, Téramo (2006) refleja que para los adolescentes españoles los medios de comunicación tienen una gran influencia en el tiempo de ocio ya que los adolescentes tienden a imitar a personas famosas que toman como referente y a guiarse por lo que está de moda. Por ello, existe una gran similitud entre los gustos y aficiones de los jóvenes que comparten el mismo grupo de iguales.

Entre sus pasatiempos más habituales están practicar algún deporte, generalmente de equipo, escuchar música, ver la televisión, jugar a videojuegos o chatear con sus amigos a través de las distintas redes sociales (Zaira, Montes, 2010). Según Sánchez (2016), estas redes las emplean para tener un espacio que ellos consideran íntimo al margen de sus padres, para hacer amigos y permanecer en contacto con su grupo de iguales y como un soporte donde almacenar experiencias importantes que hayan vivido.

En los siguientes gráficos, el Estudio Anual de Redes Sociales (2018) por un lado, muestra que “Whatsapp” e “Instagram” son las más utilizadas mientras que “Twitter” y “Facebook” despiertan menos interés, por otro lado, se expone que los jóvenes situados en la franja de edad entre los dieciséis y los treinta años son los que más tiempo invierten en las redes sociales, con una media de una hora y diez minutos al día, siendo las mujeres más activas que los hombres.

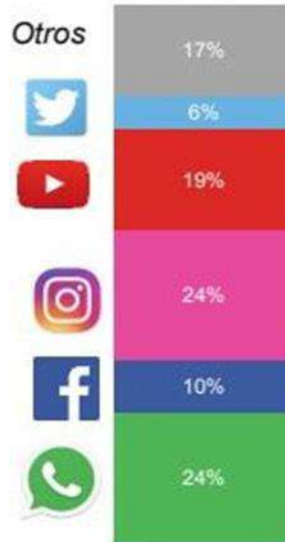


Figura 2: Porcentaje de uso de las distintas redes sociales



Figura 3: Tiempo empleado según edad y sexo en las diferentes redes sociales

A la hora de hablar de los intereses de los adolescentes actuales también debemos tener en cuenta sus aspiraciones entre las que destacan formar una familia y tener un buen trabajo, por ello sus preocupaciones se centran en la elección adecuada del grado que van a estudiar, en las dificultades que se les presentan en los estudios, en los noviazgos, en tener dinero para poder comprar lo que les apetece, en la pérdida de amistades y en los conflictos familiares. (Noticias Universia España, 2012)

En esta línea, según (Delpino Goicochea, 2012), los tres grados universitarios más escogidos por los adolescentes actuales son medicina, administración de empresas y derecho, también afirma que los intereses varían en función del género ya que los chicos dan más importancia a la posibilidad de tener tiempo libre mientras que las chicas prefieren vivir experiencias nuevas y agradables.

También es interesante comentar que en materia de creencias religiosas la mayoría de los adolescentes no muestran interés, definiéndose como agnósticos y ateos, aunque muchos de ellos han sido educados en los valores de una religión bien en casa o bien en la escuela, cuando crecen no la consideran importante en su día a día (McNair, 2015).

El alumnado de PMAR al encontrarse dentro de la etapa adolescente responde tanto a los intereses como a las características expuestas, pero con algunas peculiaridades que a continuación desarrollaremos.

Características del alumnado de PMAR

Las características educativas del alumnado de (PMAR) se exponen en el artículo 39 del Decreto 111/2016, en el que se afirma que según establece el artículo 19.2 del Real Decreto 1105/2014 de 6 de diciembre, el programa de mejora del aprendizaje y del rendimiento irá dirigido a los alumnos que presenten dificultades de aprendizaje que no se deben a la falta de esfuerzo o a un mal comportamiento, son alumnos que han repetido algún curso de la etapa y aun así no están en condiciones de pasar al siguiente.

En cuanto a las características sociales de este alumnado, tenemos que mencionar que se ha realizado un estudio reducido por diferentes centros de Granada capital sobre el alumnado que asiste a estos programas y las características que reúne o define. Para este análisis se diseñó un cuestionario (Anexo I) que fue remitido a los diferentes centros para su posterior cumplimentación, concretamente a ocho IES. Dichos cuestionarios reflejan que los grupos son muy reducidos, cuentan con una media de 6 a 8 alumnos por clase, siendo los varones más numerosos en la mayoría de los grupos. Además, mostraban que el nivel de autoestima del alumnado en general es muy bajo al igual que su nivel de satisfacción personal general. Por otro lado, no presentan un nivel de autoconocimiento adecuado a su edad y no son capaces de verse a sí mismos llevando a cabo algo importante en un futuro cercano ni de pensar en metas que pueden alcanzar. A la hora de hablar de la capacidad de superar y de aceptar sus errores podemos decir que también son escasas o inexistentes. En cuanto a las relaciones con los adultos de su entorno, los miembros de su familia y el profesorado, podemos ver que en algunos casos son medianamente positivas y satisfactorias pero susceptibles de ser mejoradas y en otros estas relaciones están muy deterioradas o son problemáticas. En cuanto a su conducta en el aula podemos ver que este alumnado está motivado en gran medida por los aprendizajes escolares ya que desean pasar de curso y no presentan una conducta disruptiva en el desarrollo de las clases. No obstante, su dificultad para cumplir las normas es notable. El ámbito de la cohesión grupal varía mucho de unos grupos a otros, pero en general necesita ser trabajado ya que o bien no existe o bien es una cohesión mal entendida en el sentido de que se sienten parte del grupo por ser juntos los “tontos” o los “torpes”. Por último, es interesante comentar que sus competencias en educación en valores son muy reducidas y que todos coinciden en que invierten la mayor parte de su tiempo libre utilizando redes sociales. Una vez que se conocen las características y las carencias que presenta el alumnado podemos entender que es fundamental orientar la acción tutorial hacia el trabajo para la mejora de los aspectos anteriormente mencionados, utilizando una metodología innovadora que realmente conecte con ellos y les haga crecer como personas, alejada totalmente de las clásicas actividades de clase o las charlas teóricas a las que están acostumbrados.

La prosa poética como elemento vertebrador de la acción tutorial en el alumnado de PMAR

Según Moreno (2010), la acción tutorial es un proceso que forma parte de la orientación educativa encaminado a conseguir atender a la diversidad del alumnado. Debemos

tener en cuenta que las actividades de acción tutorial deben estar incluidas en el Plan de Acción Tutorial por lo que se hace necesario que éstas estén planificadas, adecuándose a las características personales del alumnado de las diferentes etapas educativas.

La bloguera Princesa de mis héroes (2017) afirma que muchos adolescentes se sienten incomprendidos por lo que tienen la necesidad de expresarse mediante la prosa poética. Este fenómeno literario conmueve especialmente a los jóvenes ya que tienen acceso a él de forma sencilla mediante YouTube o mediante blogs. Actualmente, un gran número de adolescentes hacen cola para que su poeta favorito les firme un libro, comparten frases de poemas con sus amigos, acuden a lecturas de diferentes autores y a presentaciones de libros e incluso se tatúan algunos versos que tengan un significado especial para ellos. El motivo por el que se sienten tan atraídos por la prosa poética es porque expresa sentimientos con los que se sienten identificados (Aguilar, 2014). A raíz de la observación sistemática del alumnado de PMAR, podemos ver que muestran una gran necesidad de expresar sus sentimientos y de comprender, como todos los adolescentes, que no son los únicos que han experimentado determinadas sensaciones como pueden ser el amor o el sufrimiento. Por ello, utilizar la prosa poética como eje vertebrador de la acción tutorial no solo es beneficioso para que mejoren su competencia comunicativa, sino que puede traer consigo el aumento de su autoestima, de su autoconocimiento, de sus habilidades sociales, de su gestión emocional y a grandes rasgos de su madurez (Cultura inquieta, 2016).

Puesto que todo lo anteriormente mencionado está relacionado con la literatura y con los hábitos de lectura del alumnado no podemos olvidar comentar la visión que tienen los estudiantes de educación secundaria en referencia a la prosa- poética y a la poesía en general.

Actitudes de los adolescentes hacia la poesía

Sansuan (2017) afirma que la mayoría de los adolescentes no disfrutan de la poesía que se les enseña en el instituto, afirmando que la aprenden de forma mecánica y memorística. Sus preferencias poéticas son muy distintas a las presentadas en la asignatura de Lengua ya que la mayoría no entiende los poemas trabajados en clase por lo que los asocian con el tedio y la complejidad. Pero, su contacto con este género fuera de las aulas es muy variado y positivo, comentan que la prosa poética les ayuda a expresar sentimientos, que les parece bonita y sobre todo, que consideran que conecta con su realidad, ayudándoles a entenderse a sí mismos.

Todo lo anteriormente expuesto nos lleva a plantear los beneficios de conocer las características de este género, tomando conciencia del amplio abanico de posibilidades que ofrece a nivel educativo y a la hora de llevar a cabo una tutorización.

La prosa poética: Características e implicaciones educativas

El paso por el sistema educativo debe ofrecer al alumnado las herramientas necesarias para comunicarse tanto de forma oral como escrita de manera óptima, así como, garantizar la adquisición de estrategias de comprensión lectora que le proporcionen acceso a la cultura. Por ello, es muy importante que existan bibliotecas escolares en las que los jóvenes puedan tener acceso a todo tipo de géneros literarios (Junta de Andalucía, 2019). Por su parte, la prosa poética, podría definirse como “La poesía más allá de un poema” (Nicuesa, 2015). Esto quiere decir que se busca la belleza y la elegancia en los textos, pero olvidando la métrica que ha estado tradicionalmente

presente en la poesía. Los textos se caracterizan por hacer énfasis en la expresión de sentimientos dejando de lado la necesidad de narrar una historia.

Según el portal Prosa Poética (2019), se define como una forma de escritura capaz de aportar una sensación de libertad, destacando como una de sus características principales no tener métrica ni rima y estar escrita en prosa. En cuanto a sus implicaciones educativas podemos decir que son muy variadas, aunque cabe comentar que es un fenómeno reciente y por lo tanto su uso en la educación se está iniciando actualmente. La escritora de prosa poética Sara Búho ha visitado numerosos Institutos obteniendo una gran acogida por los alumnos quienes, según la autora, se mostraban entusiastas e interesados por los escritos y por la publicación de libros, planteando el ser escritores como una posible salida profesional. Dicha escritora dedicó unas palabras al alumnado del Instituto Antonio Machado de la Línea de la Concepción (Cádiz) que visitó, refiriéndose a esto, los adolescentes, como “un ejemplo de generación dispuesta a romper prejuicios y fronteras” (Búho, 2019). En este sentido, una de las implicaciones educativas de la prosa poética es la de ayudar al alumnado a desarrollar su sentido crítico a través de la lectura reflexiva de dichos escritos.

En la plataforma de Vicens Vives (2017) se afirma que los beneficios educativos de la poesía y la prosa poética en educación son muy variados. Entre ellos encontramos:

- Estimulación de la memoria.
- Potenciación del lenguaje artístico.
- Fomento de la expresión de emociones y sentimientos.
- Mejora del desarrollo de la creatividad, la imaginación y la comprensión.
- Acceso al conocimiento de otras culturas.
- Enriquecimiento del uso del lenguaje.
- Mejora de las habilidades comunicativas.

Una vez que conocemos las múltiples implicaciones educativas y beneficios que puede aportar al desarrollo de la acción tutorial este género literario es esencial conocer en qué legislación podemos apoyarnos para hacer que su presencia en las aulas se extienda.

Marco legislativo

A continuación, se van a exponer los fundamentos legislativos sobre los que se apoya la propuesta educativa que aquí se presenta y que tratará de dar respuesta a la diversidad del alumnado de PMAR en nuestro IES.

La importancia dada dentro de la normativa vigente a la consecución del desarrollo de aspectos personales como son la autoestima, el autoconcepto y la adquisición de una educación en valores sólida, es uno de los pilares en los que se fundamenta nuestra propuesta para organizar la tutoría de PMAR. Dado que las actividades de orientación y acción tutorial deben estar dirigidas a favorecer el desarrollo integral de los estudiantes, es necesario que su eje central sea hacer al alumnado personas seguras que confíen en sus capacidades y que sean capaces de auto-conocerse, apoyando su proceso madurativo y acompañándolos en su crecimiento personal. Este acompañamiento también debe hacer eco de sus dificultades a nivel educativo, en este sentido, en el preámbulo de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE), se trata la necesidad de reducir la tasa de abandono escolar. Dicha tasa está íntimamente relacionada con el fracaso escolar que muchos adolescentes se ven incapaces de superar al llegar a la Educación Secundaria.

Debemos señalar que, en el preámbulo de esta Ley, también se afirma que todos los alumnos y alumnas tienen un sueño, todas las personas jóvenes tienen talento. Por ello, la labor de los profesionales de la educación debe estar orientada a reconocer que los alumnos son diversos y por lo tanto tienen distintas habilidades. Tener presente esta idea permite proporcionar distintos itinerarios que se ajusten mejor a su trayectoria académica y personal. Lo que nos lleva a entender que proporcionar cualquier tipo de programa ya sea de refuerzo, de mejora del rendimiento o la realización de adaptaciones curriculares, no es más que acercar un sistema educativo estándar a las particularidades de cada persona para ayudarles de este modo a descubrir y potenciar su talento. En este sentido, es interesante mencionar que dentro de la LOE (2006) texto modificado por la LOMCE (2013) en su capítulo III, destinado a las enseñanzas de educación secundaria obligatoria, en el artículo 22, expone dentro de sus principios generales, concretamente en el cuarto, el sexto y el séptimo, que la educación en esta etapa se organizará en base a los principios de atención a la diversidad, por lo que se permite a los centros que organicen de manera flexible los contenidos, los grupos y las metodologías y que por lo tanto ejerzan autonomía pedagógica sobre las enseñanzas que imparten. Por su parte, el artículo 27 de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, encomienda al Gobierno definir las condiciones básicas para establecer los requisitos de los programas de mejora del aprendizaje y el rendimiento desde el segundo curso de Educación Secundaria Obligatoria, en los que se utilizará una metodología específica a través de la organización de contenidos, actividades prácticas y, en su caso, de materias, diferente a la establecida con carácter general, con la finalidad de que el alumnado pueda cursar el cuarto curso por la vía ordinaria y obtengan el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.

Con el ánimo de afrontar parte de la problemática del fracaso escolar del que se está hablando, el Estado elaboró un programa para aplicar en aquellos alumnos que, a pesar de sus esfuerzos, presentan dificultades en el aprendizaje para graduarse en sus estudios, los PMAR, recogido en el artículo 19 del Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.

A nivel autonómico, la Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía, en su artículo 5, establece que entre sus objetivos está garantizar en Andalucía el derecho a recibir una educación permanente y de carácter compensatorio, además de asegurar la inclusión educativa de los colectivos que puedan tener más dificultades para permanecer en el sistema educativo. Por otro lado, se hace hincapié en el fomento del interés de los alumnos y en favorecer su éxito académico teniendo en cuenta sus capacidades, expectativas y necesidades.

Es importante la preocupación que se muestra por que la población llegue a alcanzar una formación en enseñanzas superiores como bachillerato o ciclos formativos superiores. Además, dentro de las disposiciones generales de esta ley, se manifiesta la intención de conseguir una mejora del rendimiento y por otro lado la reducción del fracaso escolar. Para ello, los PMAR aparecen como un instrumento que posibilitaría la permanencia en el sistema educativo, propiciando la no repetición y la obtención de los estudios obligatorios que les permitirían continuar sus estudios superiores.

En el artículo 24 del Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se establece que los alumnos podrán acceder a cursar PMAR a partir de segundo de la ESO. Esta medida tiene el objetivo de conseguir que adquieran las destrezas necesarias para poder cursar el cuarto curso de la educación secundaria de forma ordinaria, facilitando así que puedan obtener el título de graduado. En este

Decreto, en su artículo 39, se hace referencia al art. 19.2 del Real Decreto 1105/2014 comentado anteriormente, donde se expone que los PMAR irán dirigidos a los alumnos que presenten dificultades de aprendizaje que no se deben a la falta de esfuerzo o a un mal comportamiento, son alumnos que han repetido algún curso de la etapa y aun así no están en condiciones de pasar al siguiente. Por lo tanto, un alumno puede entrar en PMAR en segundo de ESO, cursando dentro del programa segundo y tercero, o bien entrar para repetir segundo o para repetir tercero, en este último caso, el alumno permanece dentro de PMAR solo un año.

Dentro del artículo 40 podemos encontrar detallado el procedimiento para la incorporación al programa, el cual se iniciará al comprobar que las dificultades de aprendizaje del alumno lo requieren, para ello se debe realizar un informe de evaluación psicopedagógica del Departamento de Orientación del centro, la jefatura de estudios y la dirección del centro tendrán que aprobar que se adopte esta medida.

En el artículo 41, se expone que los agrupamientos de los alumnos no superaran un total de quince y que se procurará que estén integrados con su grupo de referencia por lo que cursarán las asignaturas que no sean propias de su programa con ellos y realizarán actividades conjuntas.

En el artículo 42, se detalla la organización del currículum, este es diferente al ordinario porque las materias se estructuran en ámbitos: dentro del ámbito lingüístico y social se incluyen las asignaturas de geografía e historia y lengua castellana y literatura mientras que en el ámbito científico- matemático se incluirán las asignaturas de matemáticas, biología, geología, física y química. También se incluirá la primera lengua extranjera. La creación de estos ámbitos se realiza buscando que se mantenga un equilibrio con las asignaturas que los alumnos cursan con su grupo de referencia con el que cursarán, educación física, religión o valores éticos, educación para la ciudadanía, música y educación plástica.

En el artículo 44 entramos todos los aspectos referidos a su elaboración y estructura. En primer lugar, cabe señalar que la redacción del programa es responsabilidad del departamento de orientación. Una vez que se termina se incluye en el proyecto educativo del centro.

En cuanto a las recomendaciones metodológicas expuestas en el artículo 45 cabe destacar que se procura enseñar los contenidos más prácticos y funcionales que conecten con la vida diaria de los alumnos y les sean verdaderamente útiles, se realizarán actividades interdisciplinares para darle un carácter globalizador.

Por otro lado, es muy interesante que se recomienda favorecer el desarrollo de la autoestima y la seguridad en ellos mismos, trabajando también el autoconcepto para conseguir que se desarrollen de forma integral. Se procura fomentar su autonomía el aumento de sus capacidades para aprender a aprender, todo ello se llevará a cabo teniendo una comunicación fluida con las familias para evitar que se produzca una brecha entre lo personal y lo escolar, de este modo se fomenta el desarrollo del alumnado tanto en el ámbito académico como emocional.

Lo expuesto anteriormente justifica la importancia dada en nuestra propuesta a trabajar el aumento de la autoestima y la construcción de un autoconcepto ajustado y realista basado en la seguridad personal, en el optimismo y en la aceptación de los propios errores como una oportunidad. El hecho de hacer sentir a este alumnado capaz hará que verdaderamente lo sea y por lo tanto que cerca y evolucione, consiguiendo los

objetivos madurativos expuestos a nivel personal y escolar, mejorando al mismo tiempo las relaciones consigo mismos y con su entorno.

Por último comentaremos que en el artículo 46 de esta Orden, se hace referencia a la evolución y promoción de este alumnado dentro de la cual destacaremos el hecho de que las materias no superadas en segundo serán superadas al aprobar las de tercero, la promoción o permanencia en cada uno de los cursos será decidida por el equipo docente teniendo en cuenta los informes entregados por el departamento de orientación, el equipo docente también decide en función de la evaluación si el alumno o alumna sigue un año más en PMAR o pasa a tercero ordinario.

La labor de los orientadores en lo expuesto anteriormente queda recogida en el Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, más concretamente en su artículo 86 en el que se explican las funciones del profesorado de educación secundaria con la especialidad de orientación educativa. Las relacionadas con el tema que nos ocupa son las descritas en los puntos c, e, f y g, dichas funciones consisten en ofrecer asesoramiento a las familias, al profesorado y al equipo directivo sobre los aspectos referentes al ajuste del currículum a la diversidad del alumnado y a la atención a las necesidades educativas especiales, además de colaborar en la elaboración del Plan de Orientación y Acción Tutorial. En este caso, la función de colaborar en el desarrollo del Plan de Orientación y Acción Tutorial tiene un gran peso, esto implica asesorar también en sus funciones al profesorado que tenga asignadas las tutorías, facilitándoles los recursos didácticos o educativos necesarios e interviniendo directamente con el alumnado, ya sea en grupos o de forma individual.

Cabe comentar que, dentro de la Orden de 14 de julio de 2016 (texto consolidado de 24-02-2018) por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado, se señala la relevancia que tiene la acción de los tutores y orientadores en esta etapa relacionándola con la necesidad de tener una comunicación constante y fluida con las familias.

También debemos mencionar que, la atención a la diversidad se regula en Andalucía por la Orden de 25 julio de 2016, por la que se regula la atención a la diversidad de los alumnos de educación secundaria de los centros educativos públicos de dicha comunidad autónoma. En ella se exponen medidas que permitan aportar los refuerzos necesarios a través de los distintos programas educativos, haciendo hincapié en la importancia de tratar en cuanto se presenten las dificultades de aprendizaje.

Una vez que conocemos la legislación que justifica y fundamenta nuestra propuesta educativa es fundamental plantearnos cómo introducirla en nuestro centro de forma óptima y ajustada al contexto y al alumnado.

Marco organizativo

De acuerdo a las propuestas de mejora que se hicieron al final del curso pasado en la memoria del Departamento de Orientación, el Equipo Técnico de Coordinación Pedagógica (a partir de ahora ETCP) y el Departamento de orientación detectan la necesidad de reelaborar y definir una tutoría específica para PMAR de acuerdo a las características personales y académicas del alumnado que actualmente está cursando los PMAR. Mediante la observación sistemática del alumnado por parte del profesorado y del Departamento de orientación se ha llegado a la conclusión de que los alumnos

presentan ciertas carencias en aspectos como, la autoestima, el autoconocimiento, sus expectativas de futuro, el cumplimiento de las normas, la aceptación de sus propios errores, la conciencia de esfuerzo, las relaciones con el profesorado y con su familia y en casos puntuales las relaciones con su grupo de iguales.

De acuerdo a estas necesidades detectadas, y basándonos en el artículo 86 del Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria, en el que se expone que entre las funciones de la orientadora está la de impartir una hora lectiva de tutoría semanal en PMAR, se propone elaborar la tutoría específica de segundo y tercero de PMAR tomando como eje vertebrador la prosa poética. Para tal fin, se elaborará un cuaderno que se estructurará en bloques temáticos que serán desarrollados a través de textos cortos o frases y actividades que deberán realizar el alumnado de forma individual y/o grupal, con el objetivo de incitar a la reflexión y a la creación de un criterio personal. Todos los textos y frases se caracterizarán por un estilo de escritura directo y cercano a los jóvenes, que se catalogaría dentro de la prosa poética. El objetivo es darles una herramienta que les permita reflexionar sobre los ejes temáticos establecidos en función de las necesidades detectadas. Este libro servirá como recurso didáctico para organizar diferentes actividades en las sesiones de tutoría. Además, estará ilustrado y tendrá tamaño cuartilla con objeto de que no lo asocien a una actividad más, de una asignatura más, sino que sea algo que realmente conecte con ellos, que sientan suyo y cercano a sus intereses y necesidades y que, por lo tanto, realmente pueda ayudarles a conseguir los objetivos que se persiguen. Las producciones de los alumnos de tercero se guardarán en un baúl llamado “la caja del tiempo” que permanecerá en el lugar del Instituto que los alumnos escojan. Una vez terminado su paso por el programa de mejora del aprendizaje y el rendimiento lo abrirán, verán lo que han hecho y explicarán a los alumnos que van a entrar por primera vez en este programa qué ha supuesto para ellos y cómo han crecido como personas.

Los ejes temáticos sobre los que versarán los diferentes textos/frases, estarán dirigidos a la consecución de los siguientes objetivos:

- Desarrollo de la personalidad: Para lo que se trabajará la identidad personal y el autoconocimiento.
- Mejora de la autoestima: Para lo que se reforzarán tanto el autoconcepto como la confianza en las propias posibilidades tomando conciencia del valor del error.
- Orientación vocacional: Para lo que se hará hincapié en las habilidades necesarias para la toma de decisiones y se procurará que aprendan a tener una visión de sí mismos en el futuro basada en lo que realmente quieren hacer y en las personas que quieren ser por lo que se trabajará en base a “aprender a soñar”.
- Educación en valores: Inculcando especialmente el valor del esfuerzo y el valor de cumplir las normas.
- Mejora de la conducta: Incidiendo en la toma de conciencia sobre las consecuencias del comportamiento, para ello se utilizarán como estrategias el refuerzo positivo de las conductas deseadas y el trabajo de la empatía.

Todo ello se presentará al alumnado mediante un juego, en el que tendrán que ir avanzando por un tablero que tendrá la forma de las siglas de PMAR, la forma de avanzar es trabajar y conseguir los objetivos expuestos en los cuadernillos, entre el trabajo reflexivo y las dinámicas de grupo que aparecen en dicho cuadernillo, se incluirán pequeñas “pruebas” que consistirán en actividades lúdicas que tendrán el objetivo de reforzar lo aprendido y hacer énfasis en el cambio de capítulo.

Contextualización del centro y objetivos

El centro se encuentra situado en un barrio de la ciudad de Granada, cuenta con una oferta formativa muy amplia, ya que se puede estudiar educación secundaria obligatoria, Bachillerato de las modalidades de ciencias, humanidades y ciencias sociales, varios ciclos formativos de grado medio entre los que se encuentran los de Gestión Administrativa, Actividades Comerciales, Operaciones de Laboratorio y Sistemas Microinformáticos y Redes. Además, oferta los ciclos formativos de grado superior de Administración y Finanzas, Comercio Internacional (Bilingüe), Laboratorio de Análisis y Control, Productos farmacéuticos, biotecnológicos y afines, Formación profesional básica y, además, cuentan con un sistema de enseñanza adaptado para los alumnos del conservatorio que deben cursar ciertas materias por la tarde. Por otra parte, en el centro se están desarrollando numerosos planes y proyectos educativos, entre los que encontramos:

- Plan de Igualdad.
- Plan de Lectura y Bibliotecas.
- Proyecto TIC
- Proyecto de Formación en Centro.
- Proyecto Ambiental.
- Proyectos europeos de Formación Profesional: Leonardo, Erasmus y el de la Orden de la Junta Andalucía.
- Proyecto para la Implantación y Certificación de Sistemas de Gestión de Calidad según la norma ISO.

Podemos decir que nos encontramos en un centro en el que hay una gran diversidad debido a que tiene grandes dimensiones y a él asisten unos 1.700 alumnos. La procedencia del alumnado también es muy diversa, al igual que sus necesidades educativas, a este centro además de alumnado que vive en el barrio también acuden muchos alumnos procedentes de pueblos del cinturón de granada como son Quéntar, Cenes de la Vega, Pinos Genil, Güejar Sierra, Cájar, La Zubia, Huetor Vega o Gójar. Dicho alumnado puede acceder a un servicio de autobús escolar que oferta el centro. Las características socioeconómicas de las familias son muy variadas, habiendo presencia de niveles bajos o medios y en algunos casos altos, la mayoría de los alumnos viven en familias estructuradas y tienen un ambiente en casa propicio para su adecuado desarrollo personal y emocional y favorecedor del estudio, aunque existen algunos casos en los que no es así, lo cual se ve reflejado en el comportamiento y los resultados académicos de los alumnos. Por lo general, las familias muestran gran interés por la trayectoria académica de sus hijos, aunque existen casos en los que los padres están totalmente desvinculados del centro y ni siquiera acuden cuando se les cita para tutoría o para reunirse con la orientadora educativa. También debemos tener en cuenta que hay parte del alumnado que no puede dedicarle el mismo tiempo que sus compañeros a las tareas escolares porque tienen que trabajar. Por lo general, el clima de convivencia en el centro es bueno, salvo en algunos casos que es necesario recurrir a sanciones disciplinarias como partes de disciplina o expulsiones del aula ordinaria al aula de convivencia. Por último, es interesante comentar que la mayoría del alumnado obtiene el título de educación secundaria como aparece reflejado en el Proyecto Educativo.

A continuación se exponen los objetivos en la tabla 2:

Tabla 2. Objetivos

Objetivos generales	Objetivos específicos
1. Desarrollar la identidad personal generando un mayor autoconocimiento, construido a través de la comprensión de los propios sentimientos y el conocimiento de lo que les hace felices.	1.1. Aumentar el autoconocimiento personal del alumnado. 1.2. Impulsar la identificación de lo que les hace felices y que no. 1.3. Entender que no son las únicas personas que han experimentado ciertos sentimientos.
2. Fomentar la confianza en las propias fortalezas mediante la concepción positiva de sus errores y de sí mismos.	2.1. Construir un autoconcepto realista y ajustado a sus características. 2.2. Valorar de forma positiva los propios errores.
3. Despertar la capacidad de pensar en su futuro profesional a través de la adquisición de destrezas necesarias para la toma de decisiones y de aprender a soñar.	3.1. Desarrollar habilidades de toma de decisiones. 3.2. Aprender a soñar ilusionándose con las cosas que quieren conseguir.
4. Tomar conciencia de la importancia de trabajar para conseguir los propios objetivos entendiendo que para ello es necesario dejar al margen el teléfono móvil.	4.1. Valorar el esfuerzo y la constancia en el trabajo diario. 4.2. Interiorizar la utilidad de seguir unas normas. 4.3. Comprender que hay momentos en los que se deben dejar al margen las redes sociales y el teléfono móvil.
5. Mejorar las relaciones interpersonales del alumnado.	5.1. Mejorar las relaciones con y entre la familia. 5.2. Establecer relaciones de convivencia positivas con los profesores, compañeros y adultos de su entorno.

Relación de los bloques temáticos con los objetivos

A continuación, se presenta en la siguiente tabla 3 la relación entre los bloques temáticos establecidos y los objetivos generales y específicos que se pretenden conseguir.

Tabla 3: Relación entre los bloques temáticos y los objetivos

Bloques temáticos	Objetivos generales y específicos
Desarrollo de la personalidad	1, 1.1, 1.2, 1.3
Mejora de la autoestima	2, 2.1, 2.2
Orientación vocacional	3, 3.1, 3.2
Educación en valores	4, 4.1, 4.2, 4.3
Mejora de la conducta	5, 5.1, 5.2

Metodología y descripción de las actividades

Se utiliza una metodología activa y participativa. A continuación, se expondrán las actividades propuestas para segundo y para tercero.

Actividades para segundo de PMAR:

Iniciación. Actividad 1: Comprendiendo las normas.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Tomar contacto con la dinámica que se va a seguir en las siguientes sesiones.
- Conocer las normas y poner otras nuevas si se considera necesario.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se le dirá al alumnado que lea las normas escritas en las instrucciones para alumnos que hay en el libro, se comentarán y de manera consensuada se decidirá si hacen falta más normas o si están bien como están.

Una vez comprendidas y aceptadas las normas, los alumnos deberán escribirlas en una cartulina entre todos de manera que el trabajo quede estético, una vez terminado el cartel, se colgará en la pared de la clase para que las tengan siempre presentes y puedan consultarlas cuando lo necesiten.

Mejora de la autoestima. Actividad 2: Qué es y cómo lo escuchamos.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Fomentar la confianza en las propias fortalezas mediante la concepción positiva de sí mismos.
- Construir un autoconcepto realista y ajustado a sus características.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto titulado “Qué es el corazón” se comentará y se aclararán las dudas que surjan, una vez comprendido el texto se les pedirá a los alumnos que como deberes hagan algo que les haga sentir bien solos puede ser dibujar, cantar una canción, dar un paseo por un sitio que les guste, correr... etc. El objetivo es que se escuchen y que aprendan sobre ellos.

En la sesión siguiente comentarán qué han hecho y qué han aprendido estando a solas consigo mismos, una vez terminada la puesta en común, se les pedirá que expresen de forma totalmente libre cuáles son sus cualidades positivas, pueden hacerlo pintando, hablando, cantando, fotografiando... etc.

Mejora de la autoestima. Actividad 3: Mis errores.

Duración: 3 sesiones.

Objetivos:

- Valorar de forma positiva los propios errores.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se iniciará un debate para conocer la concepción que tiene el alumnado sobre los errores en líneas generales, para aterrizar posteriormente en la concepción que tienen sobre los que ellos han cometido, una vez terminado el debate, se leerán los textos del libro titulados “Hay una carta para tí” y “¿Sabes qué? Se reflexionará sobre ellos y se aclararán las dudas que planteen los alumnos, una vez comprendidos los textos se les pedirá que piensen en cuáles han sido sus errores, en concreto, los que ellos consideren importantes, una vez que los identifiquen tratarán de reconciliarse con ellos. Para ello, se les pedirá que unan de la manera que quieran cada uno de sus errores con lo que han aprendido de ellos, con lo que les han aportado. Se trata de encontrar sus ventajas (pueden hacer un puzle, un rompecabezas, un collage... todas sus ideas son válidas).

Mejora de la autoestima. Actividad 4: ¡Enamoraos de la vida!

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Construir un autoconcepto realista y ajustado a sus características.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto “Enamoraos de la vida” y se hablará sobre él debatiendo y explicando el contenido que no se entienda, después se les pedirá a los alumnos que elaboren un mapa conceptual sobre sí mismos en el que expongan qué les hace felices y qué relación guardan esas cosas que les hacen sonreír con sus características personales y con su forma de ser.

Mejora de la autoestima. Actividad 5: Prueba 1 del tablero.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Reforzar de forma lúdica los contenidos trabajados en este bloque.

Recursos necesarios: Tablero de segundo de PMAR.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Cada alumno tendrá que encontrar una pequeña caja hecha de cartulina, siguiendo unas instrucciones que se le repartirán a cada uno en el inicio de la sesión. Dichas cajas estarán escondidas en distintos lugares del colegio. Una vez que cada alumno haya encontrado su caja, debe abrirla, dentro de ella encontrará un mensaje en el que se le indica que escriba cualidades positivas de un compañero que también aparecerá especificado y que vuelva a depositar la caja en el sitio en el que estaba.

Para hacer esta tarea los alumnos dispondrán de media hora, pueden ayudarse entre ellos a encontrar las cajas, pero no pueden ver el mensaje que hay dentro de la caja de su compañero.

Una vez finalizada la media hora habrá una reunión en el patio en la que cada alumno deberá entregar al compañero sobre el que ha escrito las instrucciones que tenía para encontrar la caja, todos buscarán su caja de nuevo y esta vez al abrirla encontrarán mensajes positivos que su compañero a escrito para ellos y dedicatorias de cariño.

En la siguiente sesión de forma voluntaria compartirán lo que les han escrito y hablaremos de cómo se han sentido al decir las cualidades positivas de otras personas y de cómo se han sentido al recibir elogios de los demás. Además, haremos hincapié en la importancia que tienen los calificativos que se dicen unos a otros para potenciar el respeto entre iguales.

Una vez finalizada la actividad marcarán como conseguida la prueba número 1 en el tablero.

Desarrollo de la personalidad. Actividad 6: Autorretrato.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Aumentar el autoconocimiento personal del alumnado.
- Entender que no son las únicas personas en el mundo que han experimentado ciertos sentimientos.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: En primer lugar, leeremos el texto “No, no eres la única persona en el mundo” se comentará y se reflexionará sobre qué relación guarda el texto con la etapa madurativa que están

atravesando, una vez entendido, se les indicará a los alumnos que hagan un retrato de sí mismos que refleje sus sentimientos, cualidades y características de su personalidad.

Nota: No tienen por qué dibujarse, aunque es una opción, pueden crear una flor, un lugar, una canción, un poema, la idea es dejar volar su imaginación y se observen a sí mismos.

Desarrollo de la personalidad. Actividad 7: Autorretrato.

Duración: 1 sesión.

Objetivos:

- Reforzar de forma lúdica los contenidos trabajados en este bloque.

Recursos necesarios: Pistas realizadas por la orientadora, tablero PMAR.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Cada persona de la clase escribirá una descripción de sí misma sin incluir características físicas, una vez que todos hayan terminado le entregarán las descripciones a la orientadora quien se encargará de leerlas para que los alumnos adivinen de qué compañero o compañera es.

Una vez finalizada la actividad se señalará en el tablero como conseguida.

Mejora de la conducta. Actividad 8: A propósito... ¡La felicidad!

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Mejorar las relaciones con y entre la familia.

Recursos necesarios: Libro "PMAR con Corazón" escrito para segundo, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto "A propósito... ¡La felicidad!" se comentará y se reflexionará sobre él, una vez comprendido el texto y habiendo dialogado sobre el tema se les dirá a los alumnos que como deberes tienen que hacer algo con su familia con lo que disfruten, que se lo pasen bien y si se les ha olvidado cómo se hacía, deben procurar recordarlo o crear nuevos momentos y cosas que compartir que les unan.

Posteriormente deben expresar de la manera que quieran qué han sentido al disfrutar con su familia como lo hacían cuando eran más pequeños.

Mejora de la conducta. Actividad 9: Hola, soy tu rutina.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Establecer relaciones de convivencia positivas con los profesores, compañeros y adultos de su entorno.

Recursos necesarios: Libro "PMAR con Corazón" escrito para segundo, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto "Hola, soy tu rutina" se resolverán las posibles dudas que puedan surgir a raíz de su lectura y se reflexionará de manera conjunta sobre él, una vez comprendido el texto se les pedirá a los alumnos que escriban en trocitos de papel pequeños todas las cosas del

día a día en el instituto que les gusten, por ejemplo: convivir con los compañeros, con los profesores, salir al recreo o su asignatura favorita.

Guardarán este sobre en su pupitre y se les aconsejará que cuando tengan un día en el que no estén contentos con su rutina lo abran y lean todos los motivos por los que venir a clase es agradable.

Mejora de la conducta. Actividad 10: Gracias.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Establecer relaciones de convivencia positivas con los profesores, compañeros y adultos de su entorno.
- Mejorar las relaciones con y entre la familia.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto “Confección de alas” se resolverán las posibles dudas que puedan surgir a raíz de su lectura y se reflexionará de manera conjunta sobre él, una vez comprendido el texto, se les dirá a los alumnos que piensen en un consejo que les haya dado un adulto de su entorno que les haya sido útil, una vez que lo piensen se les propondrá que le escriban una carta agradeciéndole que lo haya hecho y se les explicará que todos nos sentimos reconfortados al recibir un “gracias”. Por otro lado, se les pedirá que incluyan también en la carta un consejo que ellos le darían a esa persona, indicándoles que sean responsables y que lo piensen con detenimiento, para que de este modo comprendan que, aunque estén creciendo, ellos también tienen mucho que aportar.

Mejora de la conducta. Actividad 11: Prueba 3 del tablero.

Duración: 3 sesiones.

Objetivos:

- Reforzar de forma lúdica los contenidos trabajados en este bloque.

Recursos necesarios: Tablero de segundo de PMAR, ordenadores del aula de informática del centro.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se les propondrá a los alumnos que realicen un PowerPoint, con fotos de ellos disfrutando el tiempo con sus familias, y con mensajes de agradecimiento y de cariño dedicados a todos los familiares con los que tengan una relación cercana y que estén muy implicados en su educación. Una vez que lo terminen y se lo enseñen a sus familias, se comentará en clase qué reacción han tenido sus familiares, cómo se han sentido ellos y si este gesto ha contribuido a reforzar positivamente la relación con su familia.

Una vez terminado el proceso se marcará la actividad como conseguida en el tablero.

Actividades para tercero de PMAR:

Iniciación. Mejora de la conducta. Actividad 1: Comprendiendo las normas.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Tomar contacto con la dinámica que se va a seguir en las siguientes sesiones.
- Conocer las normas y poner otras nuevas si se considera necesario.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se le dirá al alumnado que lea las normas escritas en las instrucciones para alumnos que hay en el libro, se comentarán y de manera consensuada se decidirá si hacen falta más normas o si están bien como están.

Una vez comprendidas y aceptadas las normas, los alumnos deberán componer entre todos una pequeña canción en la que se expliquen dichas normas, una vez terminada, se escribirá y se pondrá en un cartel que se colgará en la pared de la clase para que las tengan siempre presentes y puedan consultarlas cuando lo necesiten. De este modo los alumnos que estaban en segundo pueden recordarlas de una forma diferente y los que entran nuevos a tercero pueden aprenderlas.

Educación en valores. Actividad 2: La mecánica del corazón.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Desarrollar la empatía.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto “¿De qué está hecha la bondad?” se resolverán las posibles dudas que puedan surgir a raíz de su lectura y se reflexionará de manera conjunta sobre él, una vez comprendido el texto, se les animará a construir entre todos un sistema de engranajes con forma de corazón en el que al girar aparezca escrita una forma de hacer feliz a cada uno de ellos, puede ser que los escuchen, que los ayuden con algo, que los acompañen a hacer algo que les haga ilusión, etc.

Una vez terminado el engranaje se les asignará un compañero de forma aleatoria para que traten de hacerlo feliz en lo que ha escrito.

El corazón se colgará en clase para decorar y para repetir la actividad tantas veces como quieran.

Educación en valores. Actividad 3: Sin cobertura.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Comprender que hay momentos en los que se deben dejar al margen las redes sociales y el teléfono móvil.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto “Off-line” se resolverán las posibles dudas que puedan surgir a raíz de su lectura y se reflexionará de manera conjunta sobre él, una vez comprendido el texto, se dividirá la clase en pequeños grupos en los que realizarán un debate en el que comentarán qué cosas piensan que es mejor hacer sin teléfono. Además, hablarán de momentos bonitos que no hayan compartido en las redes sociales.

Pueden formar los grupos libremente y una vez terminada la conversación, los grupos que quieran le contarán al resto de compañeros a qué conclusión han llegado.

Educación en valores. Actividad 4: Sin perder el Norte.

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Valorar el esfuerzo y constancia en el trabajo.
- Interiorizar la utilidad de seguir unas normas.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material necesario para elaborar la brújula: imanes, botes vacíos, tijeras, imperdibles y corcho.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto “Disculpen las molestias, el ascensor está averiado, las normas le indicarán el camino al éxito” se resolverán las posibles dudas que puedan surgir a raíz de su lectura y se reflexionará de manera conjunta sobre él, una vez comprendido el texto, se les dirá a los alumnos que vamos a construir un mapa que los lleve hasta su objetivo. Para ello vamos a poner una brújula (elaborada por el alumnado en clase siguiendo instrucciones sencillas) en el centro de un folio, y alrededor de ella vamos a escribir las normas que consideran que necesitan cumplir para alcanzar el objetivo que se han propuesto.

En el centro de la brújula estará su firma indicando que se comprometen a cumplirlas. Una vez que consigan el objetivo establecido marcaremos otros nuevos.

Educación en valores. Actividad 5: Prueba 1 del tablero.

Duración: 1 sesión.

Objetivos:

- Reforzar de forma lúdica los contenidos trabajados en este bloque.

Recursos necesarios: Tablero de tercero de PMAR.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se les dará a los alumnos un puzle de muchas piezas y se les pedirá que intenten hacerlo sin tener ningún tipo de guía, al pasar un tiempo se quejarán porque no pueden hacerlo y se les dará una fotografía para que puedan guiarse, una vez que lo terminen les haremos comprender que gracias a haber seguido las instrucciones en las que se indicaba cómo se debía hacer el puzle, han conseguido terminarlo y que con las normas de su día a día ocurre lo mismo.

Orientación vocacional. Actividad 6: ¿Aprendemos a soñar?

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Desarrollar habilidades de toma de decisiones.
- Aprender a soñar ilusionándose con las cosas que quieren conseguir.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se reflexionará sobre la importancia de soñar a partir del texto “¿Aprendemos a soñar?” y se hablará sobre qué les gustaría hacer en un futuro y cómo conseguirlo, una vez tratado el tema, se le pedirá a los alumnos que en casa dediquen unos momentos a mirar la Luna, con tranquilidad y escriban en las lunas pequeñas que hay en su cuaderno todos los sueños que quieran, deben hacerlo escuchándose a sí mismos y teniendo en cuenta sus sentimientos, posteriormente se comentará en clase qué han escrito y se les darán pequeñas orientaciones para que puedan conseguirlos.

Orientación vocacional. Actividad 7: ¿De qué están hechos los sueños?**Duración: 2 sesiones.****Objetivos:**

- Aprender a soñar ilusionándose con las cosas que quieren conseguir.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto “¿De qué están hechos los sueños?” se resolverán las posibles dudas que puedan surgir a raíz de su lectura y se reflexionará de manera conjunta sobre él, una vez comprendido, se les dirá a los alumnos que se coloquen en círculo y se les dará un ovillo de lana. Se les pedirá que contesten a las siguientes cuestiones, qué les gusta hacer, qué les da miedo y cuál es su sueño, una vez que lo digan deben lanzar el ovillo a otro compañero de manera que participen todos, cuando finalice esa ronda se iniciará una nueva en la que cada uno tendrá que decir cualidades positivas que considera que tiene para cumplir dicho sueño.

Orientación vocacional. Actividad 8: ¿Qué es elegir?**Duración: 2 sesiones.****Objetivos:**

- Desarrollar habilidades de toma de decisiones.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se leerá el texto “¿Qué es elegir?” se resolverán las posibles dudas que puedan surgir a raíz de su lectura y se reflexionará de manera conjunta sobre él, una vez comprendido, se les dirá a los alumnos que dibujen un paisaje, en el que habrá un árbol en el centro con copa, tronco y raíces, en las raíces de árbol deben escribir qué personas les pueden aconsejar a la hora de tomar una decisión importante, en el tronco qué lugares y momentos consideran más idóneos para tomar una decisión y en copa las decisiones adecuadas que han tomado.

Orientación vocacional. Actividad 9: Soñar no es solo para los que sacan 10.**Duración: 1 sesión.****Objetivos:**

- Aprender a soñar ilusionándose con las cosas que quieren conseguir.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Cada alumno deberá buscar en casa la biografía de alguna persona que ahora esté cumpliendo su sueño, puede ser en cualquier ámbito, (deporte, interpretación, negocios, arte) y que tuviese dificultades para alcanzarlo, bien por su situación o bien por sus características personales.

Cada alumno contará la vida de la persona que ha elegido a sus compañeros y después las comentaran mientras que la orientadora les conduce a la reflexión de que, si otras personas lo han hecho y han superado sus dificultades, ellos también pueden conseguir alcanzar sus sueños.

Orientación vocacional. Actividad 10: Prueba 2 del tablero.**Duración: 4 sesiones.**

Objetivos:

- Reforzar de forma lúdica los contenidos trabajados en este bloque.

Recursos necesarios: Tablero de tercero de PMAR.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se pedirá la colaboración de las familias para que aquellos padres y madres que ejerzan una profesión por vocación acudan al aula y expliquen a los alumnos como consiguieron llegar a hacer su trabajo, en qué consiste y por qué les gusta, los alumnos deberán apuntar las dudas que tengan y preguntarles.

Al terminar cada sesión, se hará una fotografía de los alumnos con los padres invitados y se guardarán en un pequeño álbum que elaborarán los alumnos, una vez finalizado el proceso se marcará la prueba como superada en el tablero.

Actividades comunes para segundo y tercero de PMAR:**Actividades comunes. Actividad 1: Recital de poemas.**

Duración: 4 sesiones.

Objetivos:

- Reforzar las temáticas trabajadas en las sesiones anteriores.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo y libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se les propondrá a los alumnos que preparen su propio recital de poemas sobre las temáticas trabajadas en las sesiones anteriores, deberán intentar escribir sus propios textos de prosa poética, una vez que los tengan escritos ensayarán su lectura en clase y posteriormente iremos al parque García Lorca a leerlos juntos y a comentarlos.

Actividades comunes. Actividad 2: Arriba el telón.

Duración: 6 sesiones.

Objetivos:

- Reforzar las temáticas trabajadas en las sesiones anteriores.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo y libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se llevará a cabo un concurso de cortos, en los que los alumnos deberán reflejar en un video realizado en pequeños grupos los aspectos que más les han llamado la atención de lo que se ha tratado en clase, una vez terminados los videos, se expondrán con un proyector en el salón de actos. Los alumnos de tercero serán los encargados de ser el jurado de los de segundo y viceversa. Los ganadores recibirán como premio un libro del autor o autora que ellos escojan.

Actividades comunes. Actividad 3: Periodistas por un día (Prueba común del tablero).

Duración: 2 sesiones.

Objetivos:

- Reforzar las temáticas trabajadas en las sesiones anteriores.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo y libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: La orientadora se pondrá en contacto con la autora Sara Búho, para que acuda al centro con objeto de leer algunos de sus poemas y para ser entrevistada por los alumnos. Los alumnos por su parte prepararán la entrevista previamente proponiendo preguntas relacionadas con los contenidos ya trabajados. Cuando la autora acuda al centro, ambos cursos asistirán para hacerle la entrevista y para escuchar sus poemas.

Una vez terminada la actividad se marcará en el tablero como conseguida con la firma de la autora.

Actividades comunes. Actividad 4: Ha venido el cartero.

Duración: 1 sesión.

Objetivos:

- Reforzar las temáticas trabajadas en las sesiones anteriores.

Recursos necesarios: Libro “PMAR con Corazón” escrito para segundo y libro “PMAR con Corazón” escrito para tercero, material de papelería.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se les propondrá a los alumnos que se escriban una carta a sí mismos en la que se cuenten como han crecido a lo largo de este año, que han aprendido sobre sí mismos y sobre la vida, qué objetivos han cumplido y cuáles son sus sueños.

Actividades comunes. Actividad 5: Hasta pronto (Prueba común del tablero).

Duración: 1 sesión.

Objetivos:

- Reforzar las temáticas trabajadas en las sesiones anteriores.
- Mejorar la cohesión grupal.

Recursos necesarios: La carta a sí mismos que los alumnos escribieron previamente.

Evaluación: La evaluación de esta actividad se llevará a cabo mediante la observación sistemática de la orientadora durante el desarrollo de las sesiones. Al finalizar, la orientadora rellenará una hoja de registro en la que se valorará el interés mostrado por el alumnado, el nivel de participación, el comportamiento general del grupo y el grado de consecución de los objetivos planteados.

Descripción: Se realizará una fiesta de despedida que tendrá como eje central la convivencia y compartir risas y momentos agradables vividos durante el curso. Para ello, cada alumno traerá algo que le guste de comer y la orientadora también llevará que le guste, además se pondrá música, a un volumen bajo para no interferir en el desarrollo de otras clases.

Una vez terminada la fiesta y recogido todo, se marcará la última prueba del tablero como conseguida, enseñándoles que el objetivo de la misma es que aprendan a disfrutar de las cosas pequeñas y a ser felices.

Temporalización

Esta unidad didáctica va dirigida al alumnado de segundo y tercero de PMAR, que comprende el rango de edad de 14 a 18 años, se llevará a cabo durante todo el curso, realizando una sesión semanal que tendrá una duración de una hora. Las tutorías de ambos cursos se impartirán los jueves, la de segundo a quinta hora y la de tercero a

sexta, aprovechando que ambas horas son correlativas, se plantean algunas actividades en las que ambos cursos pueden trabajar juntos. En las siguientes tablas se organizan temporalmente los contenidos a tratar en ambos cursos:

Tabla 4. Organización temporal 2º PMAR.

TRIMESTRE	ACTIVIDADES	FECHAS ESTIMADAS
1º (Total de 12 sesiones)	1, 2, 3, 4	Del 15 de septiembre al 22 de diciembre.
2º (Total de 13 sesiones)	6, 7, 8, 9	Del 9 de enero hasta el 15 de abril.
3º (Total de 9 sesiones)	10, 11	Del 22 de abril hasta el 25 de junio.

Tabla 5. Organización temporal 3º PMAR.

TRIMESTRE	ACTIVIDADES	FECHAS ESTIMADAS
1º (Total de 12 sesiones)	1, 2, 3, 4	Del 15 de septiembre al 22 de diciembre.
2º (Total de 13 sesiones)	6, 7, 8, 9	Del 9 de enero hasta el 15 de abril.
3º (Total de 9 sesiones)	10, 11	Del 22 de abril hasta el 25 de junio.

Tabla 6. Tutorías conjuntas 2º y 3º PMAR.

TRIMESTRE	ACTIVIDADES	FECHAS ESTIMADAS
1º	1	Últimas sesiones del trimestre.
2º	2	Últimas sesiones del trimestre.
3º	3, 3, 5	Últimas sesiones del trimestre.

Recursos y materiales

Dentro de los recursos necesarios para desarrollar las actividades propuestas en esta unidad didáctica encontramos:

- Recursos humanos: Orientadora educativa encargada de impartir las diferentes sesiones, colaboración del personal del centro que quiera ayudar.
- Recursos materiales: Un ejemplar para cada alumno del libro “PMAR Con Corazón” elaborado por la orientadora educativa y diverso material de papelería; pinturas, lápices, gomas de borrar, cartulinas, pegamento, pinceles, sobres, arcilla, imanes, botes vacíos, tijeras, impermeables y corcho.

Evaluación

Podemos distinguir tres momentos en la evaluación:

- Evaluación inicial. Se llevará a cabo pasando un cuestionario presente en el (Anexo 1). Dicha evaluación tendrá el objetivo de conocer las características del alumnado de PMAR y podremos ajustar ellas.
- Evaluación procesual. El método será la observación directa realizada mediante hojas de registro (Anexo 3) que la orientadora rellenará semanalmente al terminar las sesiones, en base a su observación del resultado de las distintas actividades que van realizando los alumnos en el desarrollo de la tutoría y de la progresión que van teniendo los mismos.
- Evaluación final. Se pasará un cuestionario al alumnado (Anexo 2) en dicho cuestionario se evaluará por un lado el trabajo realizado por la orientadora y por otro lado el nivel de satisfacción general del alumnado con la propuesta. La orientadora también rellenará este cuestionario para reflexionar sobre su trabajo y leerá con atención los cuestionarios rellenos por los alumnos para poder autoevaluar la propuesta y mejorarla.

Se tendrán en cuenta los criterios de evaluación reflejados en el siguiente mapa conceptual (figura 5):

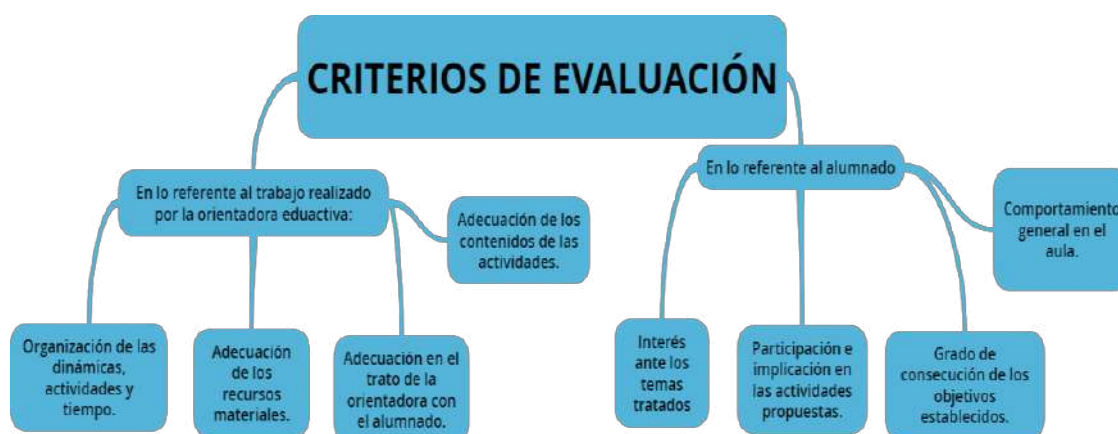


Figura 5: Criterios de evaluación

La evaluación será continua ya que se llevará a cabo diariamente durante el desarrollo de la unidad didáctica.

Conclusiones

Desde mi punto de vista, el primer paso para orientar a una alumna o alumno es conocerlo y no solo refiriéndonos al ámbito académico. Una buena orientadora no es aquella que detecta dificultades en sus alumnos, es aquella que conoce porqué se están produciendo estas dificultades y es capaz de valorarlos como personas, no como meros sujetos de aprendizaje. Es necesario que los orientadores pongan más atención en cómo sienten sus alumnos que en cómo leen, que sepan qué les gusta, qué les preocupa, cuál es su situación familiar o qué hacen los fines de semana, solo de este modo podrán educarles con el corazón, aspecto que es vital teniendo en cuenta que además de estudiantes son niños que están empezando a vivir y aprendiendo a hacerlo y por lo tanto necesitan ver en el orientador un referente y una ayuda no solo una persona que les adapta las matemáticas o la lengua.

Generalmente, se piensa que los adolescentes aborrecen la atención de los adultos y que solo quieren esquivar a toda persona que represente una autoridad, pero no es así, demandan muchísima atención, pero lo hacen a su manera. Por eso necesitan de personas que realmente amen su trabajo y vuelquen ese amor en sus alumnos en forma de escucha, comprensión, preocupación por ellos y que en definitiva sean una guía que les ayude a madurar y desarrollarse como personas adultas, por ello es necesario acabar con la concepción de los orientadores educativos como los grandes desconocidos de los centros.

El alumnado PMAR por sus peculiares características, necesitan orientadores creativos, capaces de ofrecerles numerosas experiencias educativas que realmente conecten con su realidad y hagan que se produzcan en ellos aprendizajes significativos e importantes para sus vidas, pero sobre todo necesitan adultos capaces de sonreír, de disculpar, de tolerar, de ponerse en su lugar y de aconsejarles desde el cariño no desde el castigo y el reproche constante.

Las palabras y las actitudes de una orientadora educativa, que es considerada como una figura de autoridad por los alumnos, son normalmente recordadas. Está en nuestras manos conseguir que ese recuerdo sea positivo y que nuestro paso por la vida de los alumnos sirva para impulsarnos a crecer y ser las personas que quieren ser.

Esta propuesta educativa pretende dar una respuesta diferente a las necesidades del alumnado de PMAR, la prosa poética es una herramienta que permite la expresión, la creatividad, la comprensión de los sentimientos, la adquisición de cultura ,aprender de verdad, es decir, sin querer, pero lo más importante de ella es que no se puede hacer, ni leer, ni trabajar dejando la parte humana a un lado, es la mejor aliada para que el corazón sea el protagonista del aula y de la educación que reciben los alumnos.

Referencias

Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

Erikson, EH (2004). Sociedad y adolescencia. México: Siglo XXI.

Esneca, G (2016). Psicología en la infancia y la adolescencia. Lleida: Emagister.

Ricoy, MC y Fernández Rodríguez, J (2016). Prácticas y recursos de ocio en la adolescencia. *Educatio Siglo XXI*, 34(2), 103-124.

Ruiz-Palmero, J, Sánchez-Rodríguez, J y Trujillo-Torres, JM (2016). Utilización de Internet y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(2), 1357-1369.

Téramo, MT (2006). Modas adolescentes y medios de comunicación como agentes socializadores. *Comunicar*, (27).

Aladecolibri (2010) El ocio en la adolescencia. <http://aladecolibri.blogia.com/temas/el-ocio-en-la-adolescencia.php>

Blog Vicens Vives (2017) ¿La poesía como recurso educativo? ¡Claro que sí! <http://blog.vicensvives.com/la-poesia-como-recurso-educativo-claro-que-si/>

Colegio Siglo XXI. (2018). Redes sociales: frecuencia de uso en España. Vamos despacio porque vamos lejos. <https://vamosdespacioporquevamoslejos.wordpress.com/geografia-e-historia-3o-2/el-sector-terciario/redes-sociales-espana-frecuencia-uso-2016/>

Cultura Inquieta. (2016) Por qué enseñar poesía es tan importante. *Culturainquieta.com*. Recuperado de: <https://culturainquieta.com/es/inspiring/item/10858-por-que-ensenar-poesia-es-tan-importante.html>

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. Texto modificado por la LOMCE (2013) Ley 17/2007, de 10 de diciembre, de Educación de Andalucía.

Ley 27/2005, de 30 de noviembre, de fomento de la educación y la cultura de la paz

Decreto 111/2016, de 14 de junio, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía.

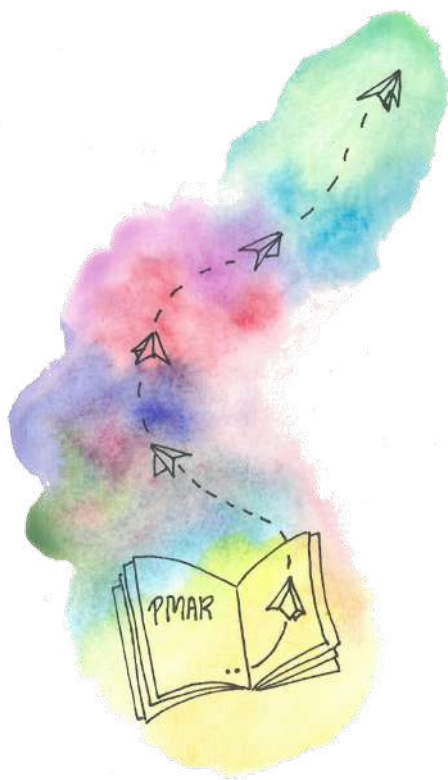
Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria.

Orden de 14 de julio de 2016, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de Andalucía, se regulan determinados aspectos de la atención a la diversidad y se establece la ordenación de la evaluación del proceso de aprendizaje del alumnado.

Orden de 25 de julio de 2008, por la que se regula la atención a la diversidad del alumnado que cursa la educación básica en los centros docentes públicos de Andalucía.

Anexos

SEGUNDO DE PMAR CON CORAZÓN



AUTORA: GLORIA INMACULADA MANTAS GARCÍA.

ÍNDICE

- ★ *Instrucciones para profes*
- ★ *Instrucciones para alumnos*
- ★ *Bloque 1: Mejora de la conducta:*
- ★ *A propósito ¡La felicidad!*
- ★ *Un aquí y un ahora.*
- ★ *Hola, soy tu rutina.*
- ★ *Guardando rutinas bonitas.*
- ★ *Confección de alas.*
- ★ *Gracias.*
- ★ *Bloque 2: Mejora de la autoestima:*
- ★ *¿Qué es el corazón?*
- ★ *¿Cómo se escucha al corazón?*
- ★ *Hay una carta para ti.*
- ★ *¿Sabes qué?*
- ★ *Mis errores.*
- ★ *Enamoraos de la vida.*
- ★ *Bloque 3: Desarrollo de la personalidad:*
- ★ *No, no eres la única persona en el mundo...*
- ★ *Autorretrato.*
- ★ *Querido Yo.*

INSTRUCCIONES PARA PROFES:

<i>Bloque 1: Mejora de la conducta.</i>	<ol style="list-style-type: none">1. A propósito... ¡La felicidad!2. Un aquí y un ahora.3. Hola, soy tu rutina.4. Guardando rutinas bonitas.5. Confección de alas.6. Gracias.
<i>Bloque 2: Mejora de la autoestima.</i>	<ol style="list-style-type: none">1. ¡Qué es el corazón?2. ¡Cómo se escucha al corazón?3. Hay una carta para ti.4. ¡Sabes qué?5. Mis errores.6. Enamoraos de la vida.7. ¡Qué me hace sonreír?
<i>Bloque 3: Desarrollo de la personalidad.</i>	<ol style="list-style-type: none">1. No, no eres la única persona en el mundo.2. Autorretrato.3. Querido yo de segundo.

INSTRUCCIONES PARA ALUMNOS:

(En realidad solo hay una)

Tienes en tus manos el libro del SI:

"Si" sabes.

"Si" puedes.

"Si" intentalo de nuevo.

"Si" lo vas a conseguir.

"Si" tienes talento.

"Si" todo lo que propongas aquí es buena idea.

"Si" eres capaz.



BLOQUE 1: MEJORA DE LA CONDUCTA.



A PROPÓSITO... ¡LA FELICIDAD!

Acordaos de que la tenéis, os la regalaron de pequeños, pero a veces se os pierde entre discusiones.

La tenéis guardada en la risa de mamá, en las manos calientes de papá, en ese mordisco en el labio que seguro que os habéis dado para aguantar la risa cuando os haceis los enfadados con vuestros hermanos.

La felicidad tiene mucho que ver con las manías de las personas con las que ahora tus pies de puntillas y los brazos que estirabas hacia arriba se tienen que agachar para dar un beso.

La felicidad está en tí, en los abrazos que puedes dar un día cualquiera en casa, en tu capacidad para disculpar los errores, en hacer eso que te aburre solo para que papá y mamá disfruten.

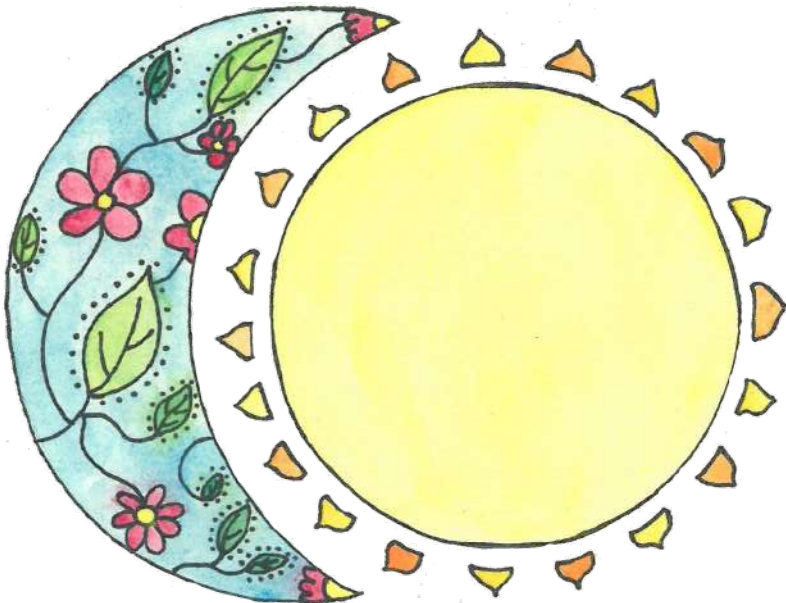
En sonreírle a tus hermanos, aunque hoy estén pesados, en entender sus problemas aunque creas que los tuyos son mucho más graves.

Es solo cuestión de que siempre encuentres un aquí y un ahora donde demostrar tu amor a tu familia.

UN AQUÍ Y UN AHORA:

→ *Deberes: haz algo con tu familia con lo que disfrutéis, pasado bien y si se os ha olvidado cómo se hacía, procurad recordarlo o crear momentos nuevos.*

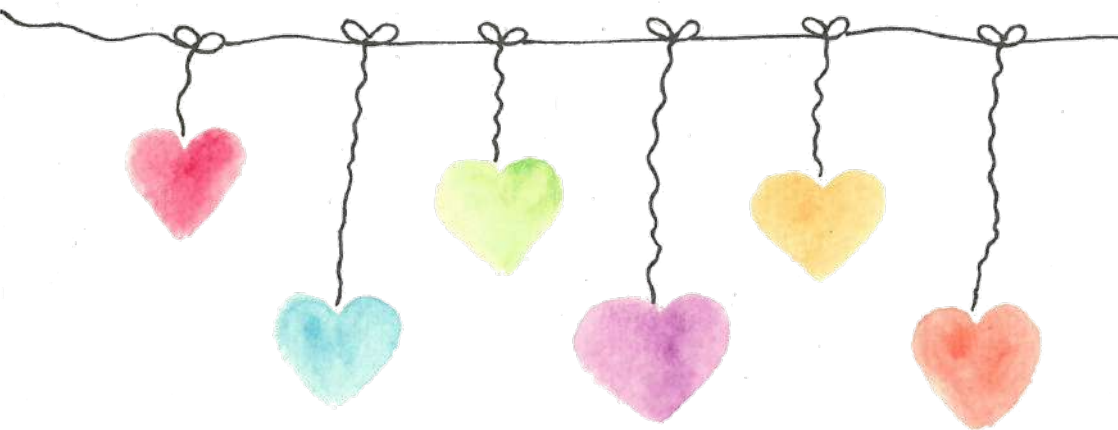
Expresa de la manera que quieras qué has sentido al compartir tiempo con ellos.



HOLA, SOY TU RUTINA,

Yo sé que a veces no te gusto y que desearías estar en otros lugares, muy lejos de mi, pero déjame que te explique por qué me encantan los días normales:

Son sencillos, tranquilos, con su sonrisa de buenos días, con la luz del sol calentandome el mofoleto en la ventana del autobús, con ese beso, con la gente de siempre, con los saludos de entre semana, con llegar a casa y decir "que frío" pero sobre todo con la habilidad de hacerte sentir afortunada porque toda esa mezcla de personas e instantes hagan tu día a día simplemente perfecto.



GUARDANDO RUTINAS BONITAS

Escribe en trocitos de papel pequeños todas las cosas del día a día en el instituto que te gusten, por ejemplo: convivir con los compañeros, con los profesores, salir al recreo o tu asignatura favorita.

Guarda este sobre en tu pupitre y cuando tengas un día en el que no te lleves muy bien con la rutina ábrelo y lee todos los motivos por los que venir a clase es agradable.



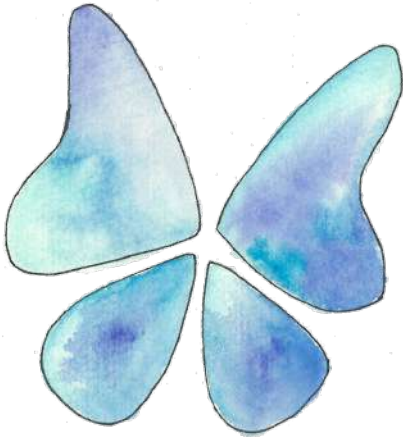
CONFECCIÓN DE ALAS

Los adultos podemos ser pesados, insistentes e incluso entrometidos, pero nunca vuestros enemigos.

Cuando escuchéis los consejos de vuestros padres y de vuestros profesores tened presente que solo queremos ser el “puedo” que hormiguea a ratos en la punta de los dedos de las manos enjauladas, para hacerlas “plumas” que se contorsionen con un soplo de sí.



GRACIAS



Piensa en un consejo que te haya dado un adulto de tu entorno que te haya sido útil y escríbele una carta agradeciéndole que lo haya hecho, todos nos sentimos reconfortados al recibir un "gracias".

Incluye también en la carta un consejo que le darías a esa persona, se responsable y piénsalo con detenimiento.

¡tú también tienes mucho que aportar!



BLOQUE 2: MEJORA DE LA AUTOESTIMA.



¿QUÉ ES EL CORAZÓN?

Es el núcleo de todo, en él surge lo inexplicable, lo intenso, solo dentro de él lo sentido se pone a dialogar con la piel para hacernos sentir vivos.

Es también el responsable de los escalofríos, el que empuja con fuerza la comisura de los labios apretados intentando aguantar la risa, quién late rápido al derramar las primeras lágrimas.

Indudablemente, es el autor de las sensaciones que nadie sabe explicar, de las mejores.

Además protege los sueños, los secretos, los recuerdos felices, los momentos especiales.

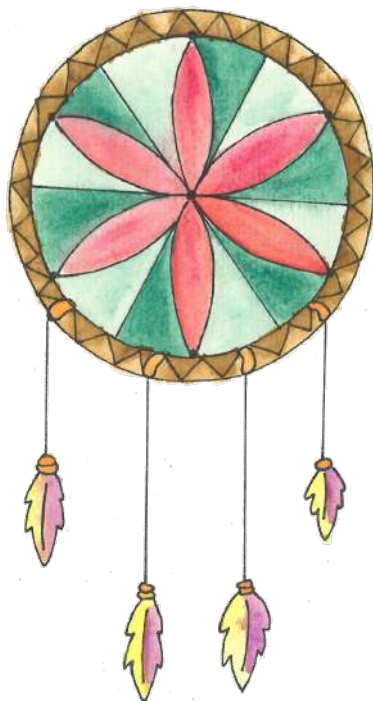
Se los guarda muy dentro para llenarlos de amor y así dar luz a nuevas oportunidades para encontrar la felicidad: romances, amistades, familia, confianza, caricias, suerte.

Escuchar al corazón es la mejor opción para salir airoso de una vida que viene sin manual de instrucciones, al fin y al cabo él si le tiene cogido el pulso.

¿CÓMO SE ESCUCHA AL CORAZÓN?

1º Haz algo que te haga sentir bien sólo o sola, puede ser dibujar, cantar una canción, dar un paseo por un sitio que te guste, correr... etc. El objetivo es que te escuches, que aprendas sobre ti.

2º Hablate con cariño, expresa de la manera que quieras, cuales son tus cualidades positivas, qué se te da bien, puedes hacerlo libremente (fotografía, pinta, escribe, habla, medita, esculpe...)



HAY UNA CARTA PARA TÍ:

No quiero la perfección, no me interesa, yo sólo quiero seguir siendo un amasijo de sueños, estrellas e intentos.

Estoy dispuesto a no llevar razón con tal de no bajarme de la luna...

Y no, que sea lo correcto o lo que los demás esperan de mí no tiene por qué hacerme elegir.

No pasa nada, si al final todos somos un garabato improvisado de decisiones, días felices y algún que otro acierto.

Recuerda que no quiero ser perfecto, quiero ser tuyo, para improvisar el camino basándose en lo bonitos que son tus errores.

Firmado:

Tu corazón.



¿SABES QUÉ?

Los errores no son malos, son una oportunidad para aprender, para empezar de nuevo, están cansados de que los odiamos porque solo intentan enseñarnos.

Lo mejor es hacernos sus amigos para escribir juntos un nuevo camino, si al final lo divertido de intentar es que se puede hacer mil veces y todas ellas hacen, aunque creamos que no, que estemos un poco más cerca de lo que queremos conseguir.

Por eso no os deseo únicamente resultados, os deseo caminos, muchos diferentes, porque son los que hacen que los logros realmente tengan sentido.



MIS ERRORES:

Vamos a pensar en cuáles son tus errores, los que para ti hayan sido importantes. Una vez que los sepas, vamos a reconciliarnos con ellos.

Une de la manera que quieras cada uno de tus errores con lo que has aprendido de ellos, con lo que te han aportado, se trata de encontrar sus ventajas (puedes hacer un puzzle, un rompecabezas, un collage... todas tus ideas son válidas).



ENAMORAOS DE LA VIDA

La vida está hecha de ahora sí y ahora no.

Es azar, es perder, es ganar.

La vida es una loca impredecible que nos ata a sus vaivenes.

*Pero siempre independientemente de lo que nos traiga su desvarío
existe un motivo para enamorarse de ella.*

*¿Cómo? simplemente viviendo para así brindar con sueños, soñar a
carcajadas,*

Bailar el caos, ansiándolo como ansia la adrenalina su aventura,

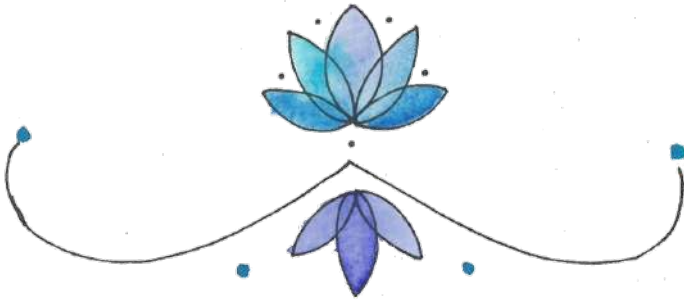
*Prenderle la luz a las estrellas hasta que las noches se hagan risa,
la risa que da lo nuevo, esa que tiene el peligro de respirar ilusiones,*

*Cantar un paseo a gritos susurrando con los ojos que quereis más,
que os queréis.*

*Inventar un nuevo camino para llegar a la locura de pintar
despeinados mil momentos para parar el tiempo.*

Correr el riesgo de intentar acariciar el cielo, emocionar al alma...

Es así como se conquista a la vida.



¿QUÉ ME HACE SONREÍR?

→ Haced un mapa conceptual sobre vosotros mismos que refleje qué os hace felices y qué relación guardan esas cosas que os hacen sonreír con vuestra forma de ser y con vuestras características personales.

BLOQUE 3: DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD



NO, NO ERES LA ÚNICA PERSONA EN EL MUNDO...

A veces pensamos que nuestros problemas o nuestras vivencias son únicas en el mundo, que no hay nadie que se haya sentido nunca igual que nosotros y que por eso no pueden entendernos pero tranquilos, no es así.

Todos tenemos o hemos tenido un iris de esperanza que se empeña en proteger dos diminutas pupilas, encargadas de enfocar futuros que se dilatan con ellas, hundiéndose en lo etéreo de la fantasía.

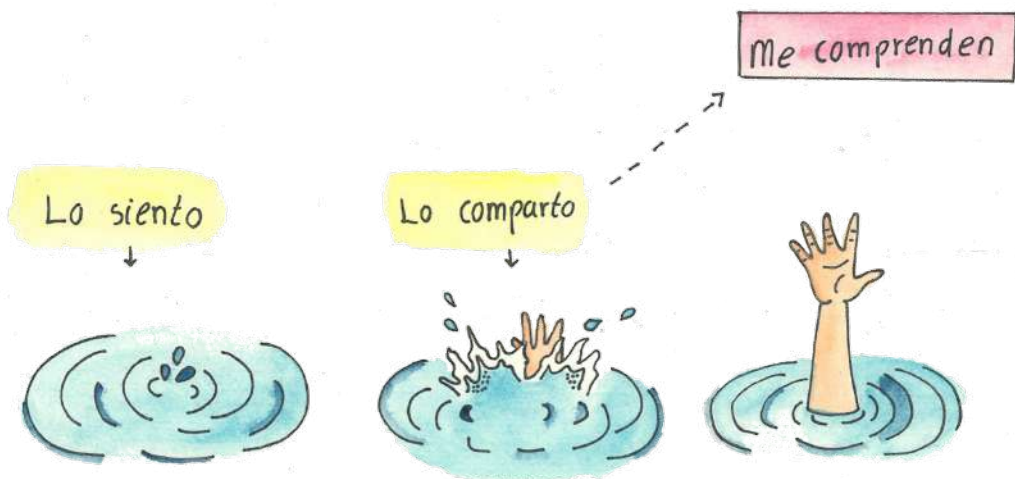
Un par de párpados cerrándose tozudos , para encerrar lágrimas que defienden siempre la huida como alternativa a la herida.

Un pecho inconformista, atrapado entre costillas miedosas que se antojan cárcel de silencios y de gritos al mundo.

Un impulso que se siente decisión.

Un corazón inexplorado descargando rebeldía en su afán de latir fuerte por todo lo que no se debe hacer.

Y unas alas que crecen despacio, casi en secreto mientras esperan un soplo de viento para seguir su propio camino.



AUTORRETRATO

Realiza un retrato de ti mismo que refleje tus sentimientos, cualidades y características de tu personalidad.

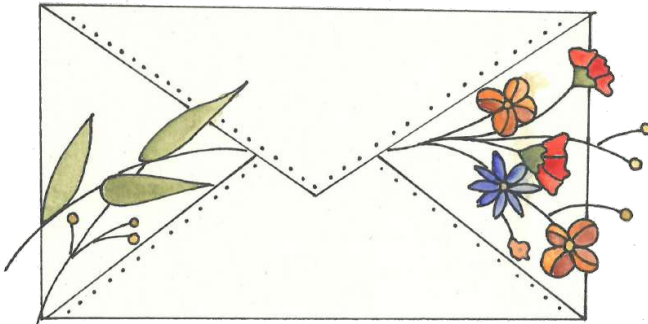
No tienes por qué dibujarte, aunque es una opción, puedes crear una flor, un lugar, una canción, un poema, deja volar tu imaginación y sobre todo, mira en ti.



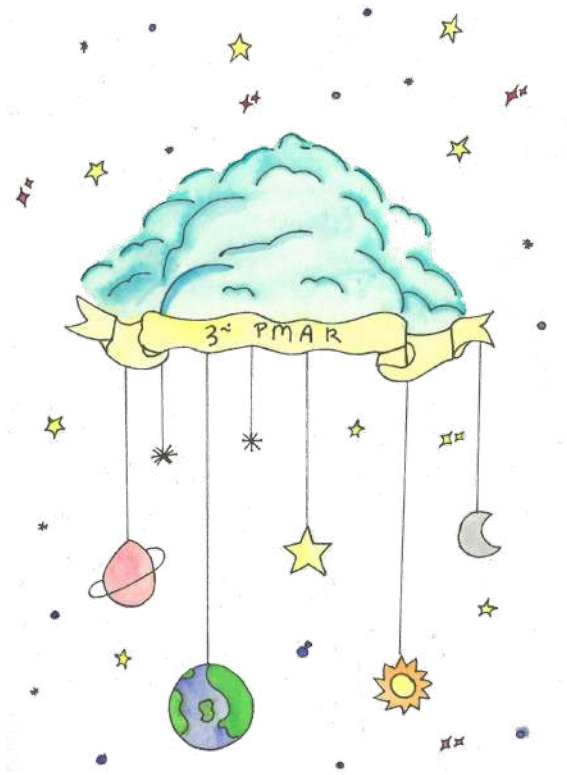
QUERIDO YO DE SEGUNDO:

→ *Escribid una carta para vosotros mismos en la que os contéis cómo habéis crecido a lo largo de este año, qué habéis aprendido sobre vosotros mismos y sobre la vida, qué objetivos habéis cumplido y cuáles son vuestros sueños.*

Tened en cuenta que la leeréis dentro de un tiempo.



TERCERO DE PMAR CON CORAZÓN



AUTORA: GLORIA INMACULADA MANTAS GARCÍA

ÍNDICE:

- ★ *Instrucciones para profes.*
- ★ *Instrucciones para alumnos.*
- ★ *Bloque 1: Educación en valores.*
- ★ *¿De qué está hecho la bondad?*
- ★ *La mecánica del corazón.*
- ★ *Off-line.*
- ★ *Sin cobertura.*
- ★ *Disculpen las molestias el ascensor está averiado, las normas le indicarán el camino al éxito.*
- ★ *Sin perder el Norte.*
- ★ *Bloque 2: Orientación vocacional.*
- ★ *¿Aprendemos a soñar?*
- ★ *Quédate a solas con la Luna.*
- ★ *¿De qué están hechos los sueños?*
- ★ *Tejiendo ilusiones.*
- ★ *¿Qué es elegir?*
- ★ *Soñar no es solo para los que sacan 10.*
- ★ *Querido yo de tercero.*

INSTRUCCIONES PARA PROFES:

<p><i>Bloque 1: Educación en valores.</i></p>	<ol style="list-style-type: none">1. De qué está hecha la bondad.2. La mecánica del corazón.3. off-line.4. Sin cobertura.5. Disculpen las molestias, el ascensor está averiado, las normas le indicarán el camino al éxito.6. Sin perder el Norte.
<p><i>Bloque 2: Orientación vocacional.</i></p>	<ol style="list-style-type: none">1. ¡Aprendemos a soñar?2. Quédate a solas con la Luna.3. ¡De qué están hechos los sueños?4. Tejiendo ilusiones.5. ¡Qué es elegir?6. Soñar no es solo para los que sacan 10.7. Querido yo de tercero.

INSTRUCCIONES PARA ALUMNOS

(En realidad solo hay una)

Tienes en tus manos el libro del SI:

"Si" sabes.

"Si" puedes.

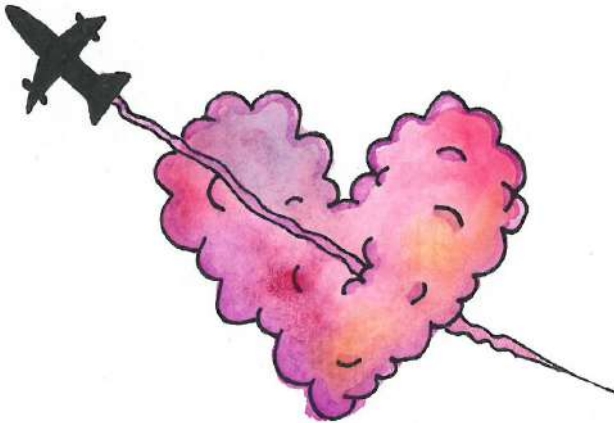
"Si" intentalo de nuevo.

"Si" lo vas a conseguir.

"Si" tienes talento.

"Si" todo lo que propongas aquí es buena idea.

"Si" eres capaz.



BLOQUE 1: EDUCACIÓN EN VALORES



¿DE QUÉ ESTÁ HECHA LA BONDAD?

La bondad se hace de pasión, de impulsividad incluso de ingenuidad, es algo cada vez más difícil de encontrar.

Pero sobre todo entiende de decepciones, de fuerza, de sacrificio, y de abrazos, de muchos abrazos, de abrazos que arreglan el mundo, que consuelan, que ayudan.

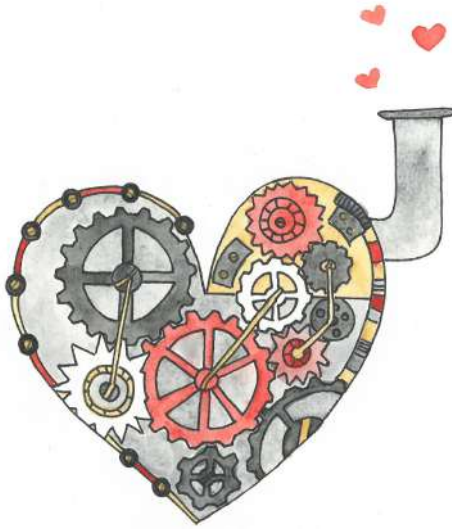
La bondad no es egoísta, ni egocéntrica, siempre escucha, sabe mirar a los ojos de los demás y se hace importante, hace que las personas que te rodean lo sean.

Recuerda la inmensa capacidad de amar que tiene el ser humano, tú estás hecho para eso.

y...hoy, ¿qué puedes hacer para hacer sonreír a otra persona?



LA MECÁNICA DEL CORAZÓN



Entre todos vamos a construir un sistema de engranajes con forma de corazón en el que al girar aparezca escrita una forma de haceros felices a cada uno de vosotros, puede ser que os escuchen, que os ayuden con algo, que os acompañen a hacer algo que os haga ilusión ...etc.

Una vez terminado el engranaje se os asignará un compañero de forma aleatoria para que tratéis de hacerlo feliz en lo que ha escrito.

Lo colgaremos en clase para decorar y para repetir la actividad tantas veces como queráis.

OFF-LINE

Hoy he visto varios momentos en peligro de extinción: una persona tarareando una canción mientras camina por la calle, una abuela y su nieta contándose un secreto al oído, una sonrisa contenida mirando al cielo y un suspiro en un banco.

Al menos aún quedan algunos locos a salvo, de esos que prefieren ir a mirar las flores al parque en lugar de verlas en los instastories de sus novecientos "amigos", esos a los que no conocen.

Aún hay esperanza, todavía hay pequeños destellos de humanidad que los teléfonos móviles no han arrasado.

y tú, ¿sabes disfrutar off-line?



SIN COBERTURA

→ Vamos a hacer un debate dividiéndonos en pequeños grupos en los que compartiremos qué cosas pensamos que es mejor hacer sin teléfono, además hablaremos de momentos bonitos que no hemos compartido en las redes sociales.

Podéis formar los grupos libremente y una vez terminada la conversación, los grupos que quieran le contarán al resto de compañeros a qué conclusión han llegado.



DISCULPEN LAS MOLESTIAS, EL ASCENSOR ESTÁ AVERIADO, LAS NORMAS LE INDICARÁN EL CAMINO AL ÉXITO.

Todos hemos odiado alguna vez el tener que cumplir las normas, las hemos considerado inútiles o absurdas.

Pero eso nos pasa porque solo las vemos pero no nos hemos parado a conocerlas, siempre se asocian a la palabra disciplina, que puede antojarse como seria, recta e intransigente.

Y así es, es seria porque se toma muy en serio los objetivos que tú mismo te has puesto para no consentir que te defraudes a ti mismo o que pierdas la confianza en que sí puedes.

Es recta, porque ordena tus pasos en línea, guiándolos directos hacia la consecución de tus sueños.

Y es intransigente, porque no te deja olvidarte de cumplir tus pequeñas metas diarias, enseñándote que el éxito no aparece de la nada sino del esfuerzo.

Por eso las normas por pequeñas y fastidiosas que nos parezcan son como diminutas gotas de agua que nos riegan diariamente para hacer que poco a poco florezca en nosotros aquello que queremos conseguir.



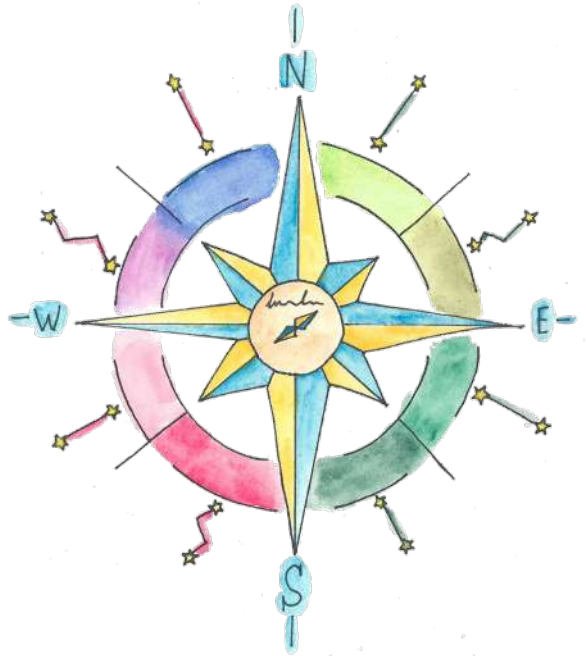
SIN PERDER EL NORTE

→ Vamos a construir un mapa que te lleve hasta tu objetivo.

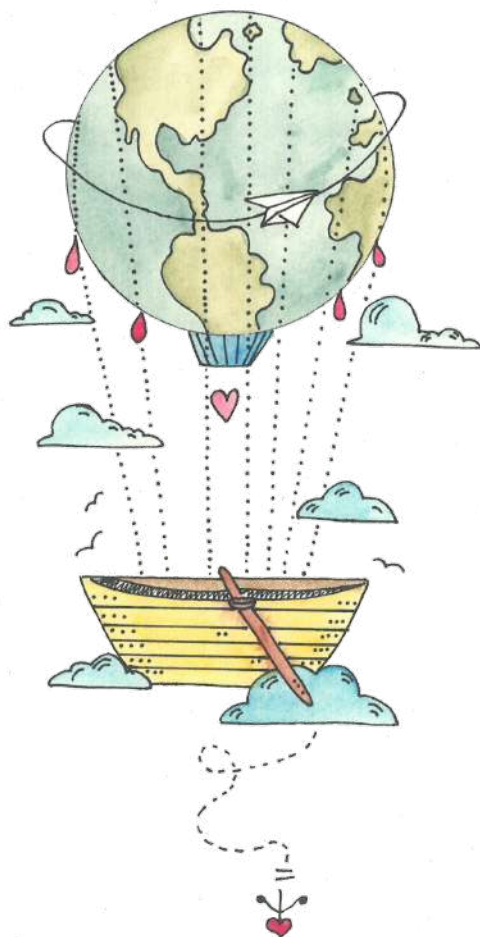
Para ello vamos a poner una brújula en el centro de un folio, y alrededor de ella vamos a escribir las normas que consideras que necesitas cumplir para alcanzarlo.

En el centro de la brújula estará tu firma indicando que te comprometes a cumplirlas, una vez que consigas el objetivo establecido marcaremos otros nuevos.

¡Eres capaz!



BLOQUE 2: ORIENTACIÓN VOCACIONAL

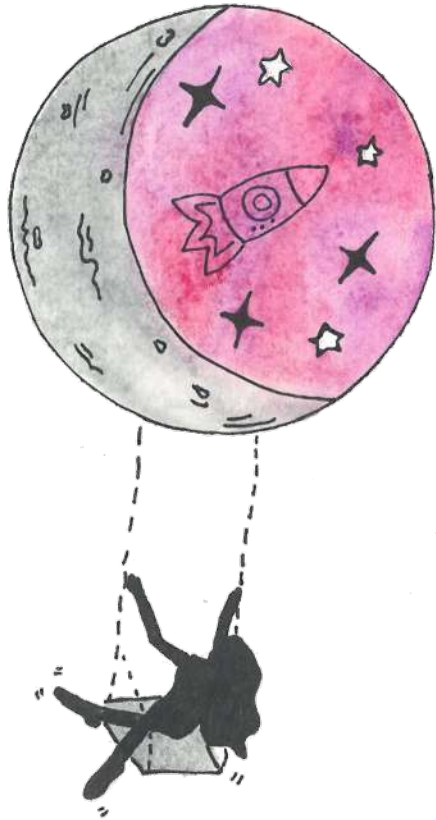


¿APRENDEMOS A SOÑAR?

A veces todos necesitamos quedarnos aquí.

Sueña mucho, ¡sin límites!, te aseguro que es maravilloso.

Luego seguro que vemos cómo llegamos...



→ DEBERES: QUÉDATE A SOLAS CON LA
LUNA.

Mira la luna un momento, con tranquilidad y escribe en las lunas todos los sueños que quieras, solo hay una condición: que hable tu corazón.



¿DE QUÉ ESTÁN HECHOS LOS SUEÑOS?

Nunca he sabido muy bien de qué están hechos los sueños, yo creo que todos nacemos con uno, se van acomodando en nuestro pecho conforme vamos creciendo y un buen día nos sorprenden intentando trepar por nuestra garganta, vestidos de palabras nuevas que nunca antes habíamos dicho, intentando ser contados, esperando ser realidad.

Pero casi siempre los silenciamos, les pedimos que se oculten, porque esa primera vez que intentaron asomarse al mundo les dijeron locos, miraron hacia otro lado, se rieron o sentenciaron un absurdo "tú no puedes".

A la mayoría, hablar de sueños nos da miedo y poco a poco intentamos olvidarnos de ellos, hacer como si no existieran, al final nosotros mismos terminamos por verlos como algo muy lejano, inalcanzable, son lo que les pasa a otros.

¡Qué idiotas! ¡Cómo vamos a estar lejos de algo que se ha quedado a vivir en nuestra alma?

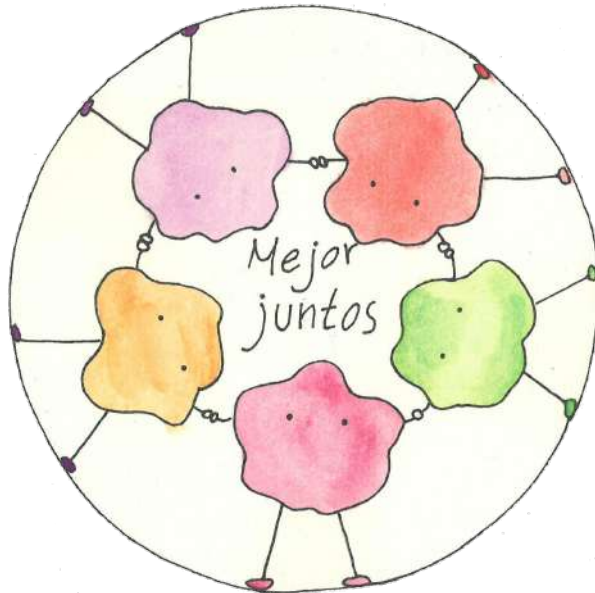
Vuestros sueños ya son vuestros, nacisteis con ellos, solo necesitáis taparos los oídos, cerrar los ojos muy fuerte y ver lo felices que podeis ser si los escuchais y creéis en vuestras propias posibilidades de cumplirlos.

TEJIENDO ILUSIONES

→ Colocados en círculo tendréis que lanzaros un ovillo de lana, mantenido sujeto el hilo antes de lanzarlo a los compañeros de modo que se vaya formando una especie de red.

Antes de lanzarlo debéis responder a las siguientes preguntas:

- ★ ¿Qué te gusta hacer?
- ★ ¿Qué te da miedo?
- ★ ¿Cual es tu sueño?



¿QUÉ ES ELEGIR?

Si o no.

Quiero o debo.

Gano o pierdo.

Ahora o dentro de un tiempo.

Arriesgo o renuncio.

Me quedo o me voy.

Mil preguntas sin respuesta aderezadas con un poco de miedo, con un toque de opiniones ajenas, de decepciones anteriores y de ilusiones.

Posibles caminos, personas, metas, lugares, deseos, obligaciones.

Una decisión puede ser perfecta o catastrófica, dependiendo de la medida en la que coloques el ingrediente secreto.

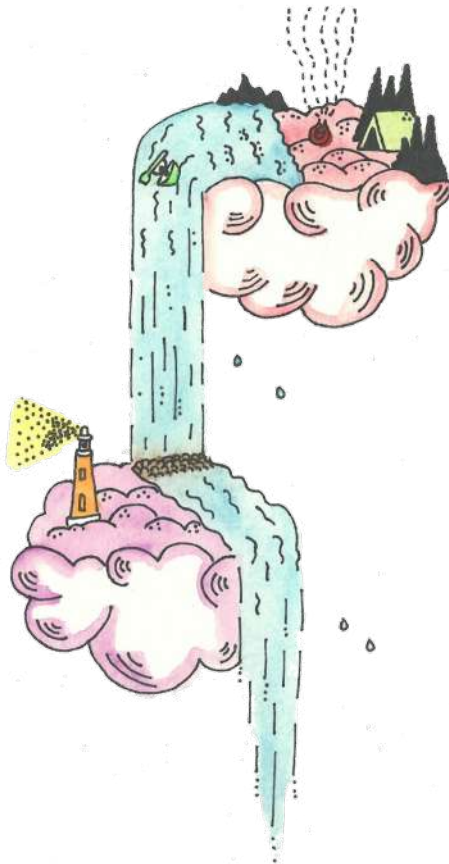
Tu corazón.

De este modo, aunque el resultado no sea el esperado, siempre sabrás qué escogiste la opción correcta, porque escuchaste tus sentimientos.

Y recuerda, que lo bueno de las decisiones es que aunque tengan cierto aire trascendente siempre se pueden volver a tomar de nuevo.

PINTANDO DECISIONES

→ Dibuja un paisaje en el que haya un árbol en el centro con copa y raíces. En las raíces del árbol escribe qué personas te pueden aconsejar a la hora de tomar una decisión importante, en el tronco que lugares y momentos consideras más idóneos para tomar una decisión y en la copa las decisiones adecuadas que has tomado a lo largo de tu vida.



SOÑAR NO ES SOLO PARA LOS QUE SACAN 10.

→ Cada uno debe buscar en casa la biografía de alguna persona que ahora esté cumpliendo su sueño, puede ser en cualquier ámbito (deporte, interpretación, negocios, arte) y que tuviese dificultades para alcanzarlo, bien por su situación o bien por sus características personales.

En clase cada uno contará la vida de la persona que ha elegido a sus compañeros y después las comentaremos.

Si otras personas han superado sus dificultades y han conseguido alcanzar sus sueños, vosotros también podéis hacerlo.

ACEPTACIÓN



QUERIDO YO DE TERCERO:

→ Escribid una carta para vosotros mismos en la que os contéis cómo habéis crecido a lo largo de este año, qué habéis aprendido sobre vosotros mismos y sobre la vida, qué objetivos habéis cumplido y cuáles son vuestros sueños.

Tened en cuenta que la leeréis dentro de un tiempo.

