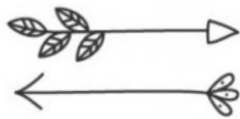


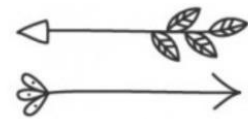


¿Estás en tercero y tenés que elegir orientación el próximo año?

TE HACEMOS PATA



NO HAY ELECCIONES SEGURAS,
SOLO ELECCIONES DISTINTAS



MI NOMBRE ES:

ESCUELA:



AUTORIDADES

GOBERNADORA
DRA. LUCÍA CORPACCI

MINISTRO DE EDUCACIÓN, CIENCIA Y TECNOLOGÍA
LIC. DANIEL GUTIÉRREZ

JEFATURA DE GABINETE
C.P.N. BELKYS VERA SARMIENTO

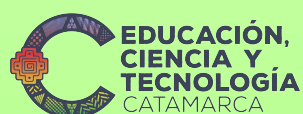
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN
LIC. OLGA BURELLA

DIRECTOR DE EDUCACIÓN SECUNDARIA
PROF. ENRIQUE A. SARVERRY

DIRECTOR DE EDUCACIÓN DE GESTIÓN
PRIVADA Y MUNICIPAL
PROF. FABIÁN HERRERA

DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN RURAL
PROF. JAIME CASTRO

DIRECTORA DE MODALIDADES EDUCATIVAS
LIC. MARIELA PORCEL



Coordinación Subsecretaria de Educación: Lic. Esp. Olga Burella

Coordinación Pedagógica: Esp. Margarita Delgado

El presente material forma parte del Programa de Acompañamiento a la Trayectoria de los Alumnos entre ciclos. Ha sido elaborado por el siguiente equipo de trabajo:

Prof. Gabriela Leiva

Psga. Liliana Vega

Prof. Mónica López

Dirección de Educación Secundaria

C.A.P.E. Pabellón 13 – Av. Venezuela s/n Tel. (0383) 445-9000
oburella@catamarca.edu.ar

“Hay una sociedad líquida que nos invita al placer inmediato, a una diversión momentánea. Tenemos la posibilidad de elegir ser felices, de buscar esa diversión que nos brinde plenitud, más allá del sentimiento rápido, de apostar por nuestro proyecto de vida y no por la diversión fugaz. Entonces... construyamos nuestro camino de felicidad”.

Arturo Claría, “10 elecciones para un hijo adolescente”, 2015.

Estimados alumnos:

Estamos transitando el siglo XXI, la sociedad se ha transformado con el paso del tiempo y ustedes mismos como adolescentes, han ingresado en esos cambios. Observamos que tienen intereses distintos y requieren de estímulos diferentes a los que presentaban los jóvenes de las generaciones pasadas.

El mundo actual, cada vez más complejo en su organización, impone a cada uno de sus miembros, tareas y relaciones sociales mucho más complejas. Adultos, jóvenes adolescentes y niños se ven envueltos en cambios que determinan su vida.

Como jóvenes, en esta etapa de sus vidas, cada día deben enfrentarse a mayores decisiones y en esta instancia, estamos nosotros para orientarlos. La palabra exacta es “orientarlos”, porque no pretendemos imponerles nuestros intereses. Por el contrario, los adolescentes carecen de experiencia en la toma de decisiones, y precisan del acompañamiento de los adultos, más aún, en aquellas decisiones que tienen consecuencias a largo plazo y que pueden resultar difíciles de vislumbrar. Los acompañamos al momento de decidir, siempre respetando sus intereses.

Es por ello, que este Cuaderno de Actividades de Orientación tiene como finalidad acompañarlos a trabajar las elecciones de vida y las propuestas de estudio que se presentan al ingresar en el Ciclo Orientado de la Escuela Secundaria.

Es una propuesta que busca generar espacios de reflexión e intercambio sobre el nuevo ciclo que se avecina, las particularidades del mismo y las posibilidades que se presentan con relación a las ofertas académicas disponibles en las instituciones a las que concurren o en instituciones aledañas.

Han transcurrido más de dos años desde que ingresaron a la secundaria. Ahora están en 3° año del Ciclo Básico y surge una nueva instancia de estudio al ingresar al 4° año del Ciclo Orientado. Esta situación se presenta como una de las primeras elecciones de vida que se realizan de forma personal e individual, más allá del acompañamiento familiar. Es por ello, que este cuadernillo te ayudará a trabajar las nociones básicas y teóricas de las elecciones de vida y las vocaciones tempranas.

Les deseamos éxitos en este nuevo recorrido y no olviden, “*que seguimos haciéndoles PATA*”.

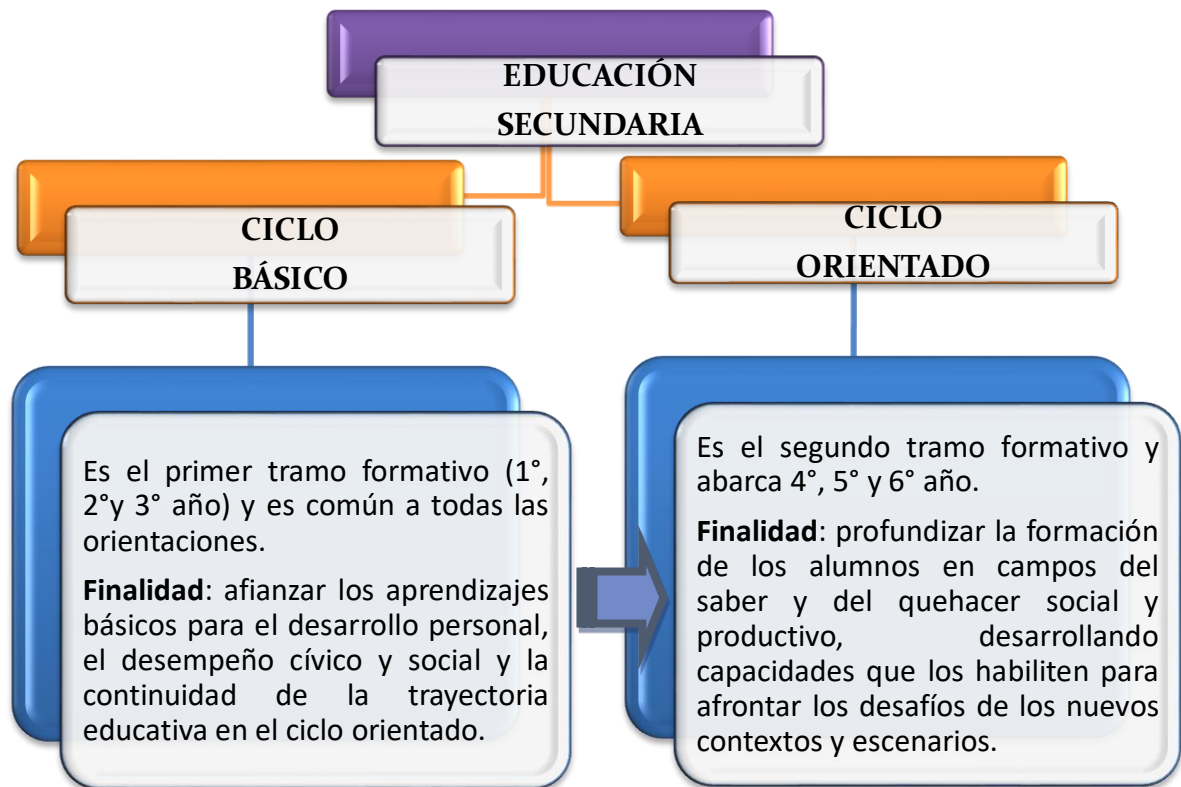
Lic. Olga Burella

Subsecretaria de Educación

¿Cuál es el propósito del cuadernillo?

Con él, queremos acompañarte en la elección de la orientación para el año próximo. Desde el Ministerio de Educación de la provincia, conjuntamente con la Subsecretaría de Educación y la Dirección de Educación Secundaria, en el marco del Programa de Acompañamiento a las Trayectorias Escolares (PATA), lo ponemos a tu disposición con el fin de brindarte las herramientas necesarias para la transición entre el Ciclo Básico y el Ciclo Orientado de la secundaria.

Nuestra provincia, ha establecido la Educación Secundaria Común con una duración de 6 años, dividida en dos ciclos, de tres años cada uno.



ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO

Trabajarás a partir de la guía y acompañamiento de un coordinador que puede ser un profesor o el Referente Territorial de Secundaria (RTS) de la institución. Las jornadas de trabajo se desarrollarán para acompañarte a descubrir la orientación que se ajuste a tus intereses y habilidades.

El cuadernillo está dividido en:

- ✓ Proyecto de Vida: te contamos qué significa definir tus objetivos y metas.
- ✓ Elección: la importancia de elegir y conocerte para decidir.
- ✓ Autoestima y autoconcepto: qué es y cómo ayudarte a desarrollarla.
- ✓ Intereses: te ayudamos a reconocer cuáles son tus capacidades.
- ✓ Conociendo tus capacidades: test de las Inteligencias Múltiples. Relación de las inteligencias múltiples con las distintas profesiones.
- ✓ Orientaciones: te presentamos todas las orientaciones y las materias que contiene el Ciclo Orientado del Secundario.
- ✓ Diversas actividades para desarrollar estrategias de aprendizaje.
- ✓ Taller de comprensión de texto

BOSQUEJANDO TU PROYECTO DE VIDA

Antes de finalizar el 3° año del Ciclo Básico debes decidir la orientación para continuar tu educación secundaria. Para ello, es necesario tener en cuenta tus intereses, expectativas, habilidades y la oferta que te brinda tu escuela u otra, a la que quieras asistir.

Es importante tener conciencia de tu presente y futuro. Tener un proyecto de vida temprano te permitirá aprovechar los recursos que poseas y que eventualmente te ayuden a cumplir tus sueños y alcanzar metas.

El proyecto de vida te permitirá construir estrategias de organización, planeación y toma de decisiones que serán útiles en tu presente y futuro. Tomar decisiones en esta etapa de tu vida, te ayudará a confiar en vos y fortalecer tu poder de elección, con bases firmes en todos los ámbitos de tu vida.

Imagina tu proyecto de vida como una obra de arte sin finalizar y a la que continuamente le podrás agregar, quitar o modificar elementos que la mejoren, haciéndola cada día más hermosa... Sin lugar a dudas, cada uno de esos pasos, te llenarán de satisfacciones.

PRESENTE Y FUTURO

Reflexiona entorno a las siguientes preguntas y escribe la respuesta en el recuadro:



¿Cómo te ves ahora?

¿Cómo te ves en el futuro?

- Comenta con tus compañeros las respuestas y reflexionen en pequeños grupos.

¿Cómo piensas llegar a concretar lo que esperas de su futuro?

¿Con qué obstáculos podrías encontrarte?

¿Con qué oportunidades podrías encontrarte?

- Si tu respuesta refleja una mirada negativa o no querida, reflexiona:



~~im~~posible

¿Qué necesito para imaginar un futuro distinto?

"No hay obstáculos imposibles, solo hay voluntades fuertes y débiles"

¿Qué tendría que modificar ahora para alcanzar ese futuro?

¿Quiénes podrían ayudarte con ese cambio?

EL AUTOCONCEPTO

El *autoconcepto* es la idea que tenemos de nosotros mismos, la imagen que cada una de las personas posee de sí mismo.



¿Cómo se construye?

Se define a lo largo de la vida, por nuestras experiencias y la influencia de las personas significativas del medio familiar, escolar y social.

El concepto que se tiene de uno mismo es fundamental para ser feliz, por eso es importante descubrir quiénes somos. No tenemos espejos para ver nuestra personalidad, forma de ser, actuar o reaccionar. Sin embargo, tenemos una idea de nosotros mismos, aunque muchas veces no sabemos expresarla.



¿Tienes una imagen de ti mismo?

¿Llegas a imaginar cómo eres?

¿Tienes dificultad para descubrir tu forma de ser?

Completa los siguientes cuadros:

Lo que más me gusta de mí es:

Lo que menos me gusta de mí es:

De lo que escribiste anteriormente ¿cuáles son para ti los aspectos positivos y negativos? Completa los cuadros con esos aspectos.

ASPECTOS POSITIVOS	ASPECTOS NEGATIVOS
.....
.....
.....
.....
.....

.....
----------------------------------	----------------------------------

Recuerda:

- ✚ Hay que darle importancia a las cosas buenas que tienes.
- ✚ Sabes que hay aspectos que necesitas cambiar, pero debes descubrir que tienes más cosas buenas de las que crees.



Indica con una "X" la opción con la que estás de acuerdo:

✚ *"Si tengo una opinión negativa de mí mismo, no podré ser feliz"*

- Nada de acuerdo
- Algo de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

✚ *"Si creo que no sirvo para nada, que no le caigo bien a mis amigos... no estaría contento. Me sentiría muy triste y desgraciado"*

- Nada de acuerdo
- Algo de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

✚ *"Si me siento desgraciado no me sentiré a gusto en la escuela, con los amigos, ni con mi familia"*

- Nada de acuerdo
- Algo de acuerdo
- Totalmente de acuerdo

Trabajamos sobre autoafirmaciones a partir de la lectura de un fragmento.


POPE, A. Et al; citado por Inmaculada Sureda García, 2001.


“Si alguien de tu clase se está burlando de ti, es normal que te sientas mal. Pero si esta situación hace que te envíes un mensaje a ti mismo, diciendo ‘todo el mundo me odia’; te vas a sentir fatal. Esa sería una autoafirmación.

Por esta razón, es importante saber cómo prescindir de las autoafirmaciones que te hacen daño. Una manera de cambiar la idea de que ‘todo el mundo me odia’ es pensar que solo era una persona la que se burlaba de ti y que tienes amigos que son amables contigo. Dicho de otro modo, es posible que no le caigas bien a alguien, pero eso no significa que


TODOS te odian; o quizás esa persona no se encuentra de buen humor y no es verdad que te odie. El ser capaz de destruir las autoafirmaciones requiere práctica. Parece algo superficial al principio y puede no funcionar las primeras veces, pero debes seguir intentándolo, y al final, comprobarás que es más y más fácil y el mensaje acabará por no aparecer en tu mente con tanta frecuencia”.

Pienso







¿Te has encontrado en una situación similar a la el texto?



¿Qué tipo de autoafirmaciones te has hecho?



¿Con qué argumentos tratas de destruir las autoafirmaciones negativas?



¿Qué estrategias podrían ser más efectivas para atacar las autoafirmaciones negativas?

Reunidos en pequeños grupos comenten lo que cada uno respondió. Deben analizar el contenido del texto y detectar el tipo de autoafirmaciones negativas que utilizan diariamente.

Socializar con la clase, generando un intercambio de ideas y reflexionando sobre lo trabajado.

SE APRENDE A TOMAR DECISIONES

Cuando existen alternativas hay que decidirse por alguna de ellas, y hacerlo es muy importante. Según la situación se pueden distinguir dos tipos de decisiones o alternativas: las **cotidianas** (las tomamos todos los días basándonos en nuestra experiencia y gustos) y las **difíciles** (aquellas a las que tenemos que dedicar más tiempo y esfuerzo debido a las consecuencias que nos pueden acarrear a nosotros mismos o a otras personas).

Tomar una decisión difícil, como su nombre lo indica, es complejo y se presentan con mayor frecuencia a medida que vas creciendo. Así por ejemplo, en esta etapa de tu vida debes decidir la orientación del secundario. Este tipo de decisiones no se deben hacer de manera impulsiva y espontánea, es necesario reflexionar y elegir la mejor opción.

En la siguiente actividad te proponemos reflexionar sobre tus decisiones:

✚ Escribe tres o cuatro *decisiones cotidianas* que has tomado esta semana:

.....

.....

.....

✚ Escribe cuáles fueron las *decisiones difíciles* que has tomado últimamente:

.....

.....

.....

✚ Al tomar una decisión cotidiana, ¿buscaste ayuda? -----
¿Qué pasos seguiste para tomarla?

.....

.....

.....

Evalúa tus decisiones				
Tiempo empleado en tomar una decisión	Cotidiana	<input type="checkbox"/> Poco	<input type="checkbox"/> Bastante	<input type="checkbox"/> Mucho
	Difícil	<input type="checkbox"/> Poco	<input type="checkbox"/> Bastante	<input type="checkbox"/> Mucho
Consecuencias para mi futuro	Cotidiana	<input type="checkbox"/> Poco importante	<input type="checkbox"/> Bastante importante	<input type="checkbox"/> Muy importante
	Difícil	<input type="checkbox"/> Poco importante	<input type="checkbox"/> Bastante importante	<input type="checkbox"/> Muy importante
Personas a las que pedí ayuda para tomar una decisión...	Cotidiana	<input type="checkbox"/> Padres	<input type="checkbox"/> Hermanos	<input type="checkbox"/> Amigos
		<input type="checkbox"/> Profesores		
	Difícil	<input type="checkbox"/> Padres	<input type="checkbox"/> Hermanos	<input type="checkbox"/> Amigos
		<input type="checkbox"/> Profesores		

Es probable que estés pensando en tomar una decisión que puede ser difícil: la elección de la orientación en la secundaria. ¿Por qué puede ser difícil? Porque vas a decidir según tus intereses, también entran en juego cuestiones afectivas, por ejemplo el cambio de grupo o escuela.

TENGO QUE CONOCERME A MÍ MISMO PARA TOMAR DECISIONES

DESCUBRO MIS HABILIDADES

Con el fin de continuar con el proceso de autoconocimiento te proponemos realizar el siguiente test de inteligencias múltiples. El doctor Howard Gardner ha señalado desde 1993 que existen siete inteligencias (capacidades):

- 1) lógica-matemática

- 2) lingüística-verbal
- 3) visual-espacial
- 4) cenestésica-corporal
- 5) musical
- 6) interpersonal
- 7) intrapersonal.

Gardner sostiene que todas las personas poseen las distintas inteligencias en mayor o menor medida y si ejercitamos una más que otra, podemos lograr un mayor desarrollo de aquellas que preparamos.

Instrucciones:

Marcar con un puntaje de 0 (ninguna eficacia) a 10 (máxima eficacia y/o facilidad) la forma en que te desempeñas en las siguientes actividades.

TIPOS Y SUBTIPOS DE INTELIGENCIA	
1. Intrapersonal (lo que ocurre en mi mente)	Puntaje para cada subtipo
1. Disfruto estar solo meditando sobre lo que hice	
2. Tomo conciencia de las emociones que siento.	
3. Puedo tomar conciencia de lo que me digo a mí mismo	
4. Pienso en cómo puedo mejorar mi forma de pensar	
5. Reconozco mis puntos fuertes y mis limitaciones	
6. Cuando me equivoco o hago algo, aprendo de eso	
7. Sé cuándo puedo arreglarme sólo y cuándo necesito ayuda	
8. Acepto las frustraciones inevitables y busco cómo lograr lo que necesito de alguna otra forma	
9. Me hago responsable de lo que pienso siento y hago	
10. Pido y acepto sugerencias si son para mejorar	
TOTAL	

2. Interpersonal (mis relaciones con los demás)	Puntaje para cada subtipo
1. Escucho a los demás para entenderlos aunque no esté de acuerdo con ellos	
2. Soy capaz de empatizar (captar lo que otros sienten) y ayudarlos a sentirse mejor	
3. Disfruto estando en compañía de gente que me agrada	
4. Me gusta trabajar en compañía o en equipo, cumpliendo mi rol	
5. Capto lo negativo y lo positivo de las personas, pero busco reforzar lo positivo en vez de criticar o discutir	
6. Apoyo a las personas que lo necesitan verdaderamente	
7. Actúo como líder o conductor/a eficazmente	
8. Puedo negociar y llegar a acuerdos flexiblemente	
9. Defiendo mis derechos y me hago respetar; en forma firme y serena	
10. Pido lo que necesito en forma directa y verbal	
TOTAL	

3. Verbal/Lingüística (leer, escribir; comunicarme Hablando)	Puntaje para cada subtipo
1. En general entiendo y aprecio los diversos textos escritos y puedo comentarlos	
2. Expreso por escrito lo que pienso y siento en forma comprensible para otros	
3. Expreso hablando, lo que pienso y siento en forma comprensible para otros	
4. En general, coincide lo que digo con la forma en que lo expreso (gestos, tonos de voz, etc.) en forma adecuada	
5. Me siento cómodo/a hablando en público	
6. Empleo y disfruto el buen humor; los chistes y los juegos de palabras.	
7. Tengo facilidad para aprender idiomas.	
8. Puedo traducir y expresar con palabras la información propia de otros tipos de inteligencia	
9. Me interesa el significado preciso de las palabras y las uso así.	
10. Puedo describir imágenes y escenas internas o externas con precisión.	
TOTAL	

4. Visual/espacial (imaginar, observar, crear formas)	Puntaje para cada subtipo
1. Dibujo o pinto en forma creativa	
2. Represento conceptos con diagramas y gráficos	
3. Distingo los matices de los colores y puedo reproducirlos	
4. Imagino escenas, cosas y eventos	
5. Recuerdo mis sueños en forma vivida	
6. Empleo imágenes internas para encontrar soluciones creativas	
7. Tengo buena orientación y recuerdo los lugares que vi	
8. Dibujo y descifro mapas con facilidad	
9. Capto cómo funcionan los aparatos y máquinas viéndolos y/o imaginándolos por dentro	
10. Soy sensible a los gestos y expresiones faciales y percibo su sentido	
TOTAL	

5. Lógico/Matemática (abstraer, razonar calcular)	Puntaje para cada subtipo
1. Capto las relaciones entre las cosas, cómo se conectan, su sentido	
2. Resuelvo distintos tipos de problemas en forma lógica	
3. Hago cálculos y operaciones matemáticas mentalmente y por escrito	
4. Saco conclusiones de una situación y las puedo aplicar a otras	
5. Resuelvo acertijos y problemas numéricos	
6. Puedo cuantificar un problema (aplicarle números)	
7. Comprendo lo esencial de los conceptos de las distintas ramas de la ciencia (por ejemplo, al leerlos en revistas de divulgación)	
8. Manejo eficazmente mi presupuesto, cuenta de banco y tareas similares	
9. Sustento mis ideas con argumentos lógicos.	
10. Puedo predecir (anticipar) posibles desarrollos y consecuencias futuras, a partir de los datos actuales.	
TOTAL	

6. Musical/Rítmica (oído musical para tonos de voz, sonidos y ritmos)	Puntaje para cada subtipo
1. Recuerdo y puedo tararear; cantar o silbar la música que escucho	
2. Reconozco la música que escuché	
3. Me doy cuenta si un cantante o instrumentista es afinado	
4. Puedo componer melodías aun sin saber música	
5. Tengo oído armónico (capto los acordes que corresponden a una melodía)	
6. Diferencio los tonos de voz de la gente y lo que transmiten	
7. Puedo seguir o reproducir distintos ritmos, golpeando algún elemento	
8. Puedo mover mi cuerpo o bailar al compás de un ritmo	
9. Diferencio e interpreto los distintos sonidos del ambiente (de aparatos, motores, relojes, animales, etc.)	
10. Aplico música u otros sonidos a diversas situaciones o experiencias (como fondo para un texto, una obra teatral, memorizar algo, etc.)	
TOTAL	

7. Corporal/Kinestésica (percepción y control del propio cuerpo, expresión física, habilidad manual)	Puntaje para cada subtipo
1. Percibo mis sensaciones físicas y lo que ocurre en mi cuerpo	
2. Mis sensaciones físicas me ayudan a percibir, intuir y tomar decisiones	
3. Expreso lo que siento con mímica y con mi cuerpo en general	
4. Capto y diferencio los objetos por el tacto (consistencia, temperatura, etc.)	
5. Bailo bien y con gracia	
6. Soy efectivo/a en las actividades físicas y deportes	
7. Soy hábil en los juegos de destreza	
8. Con los ojos cerrados, me oriento en el espacio y con los objetos	
9. Manejo bien aparatos y vehículos	
10. Tengo habilidad manual para desarmar y armar objetos, aparatos y máquinas	
TOTAL	

GRILLA DE EVALUACIÓN

Marque con un puntaje de 0 (ninguna eficacia) a 10 (máxima eficacia y/o facilidad) la forma en que se desempeña en las siguientes actividades, relacionadas con los subtipos de inteligencias.

1. Inteligencia Intrapersonal	2. Inteligencia Interpersonal	3. Inteligencia Verbal/Lingüística
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5
6	6	6
7	7	7
8	8	8
9	9	9
10	10	10
TOTAL	TOTAL	TOTAL

4. Inteligencia Visual/espacial	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
TOTAL	

5. Inteligencia Lógico/Matemática	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
TOTAL	

6. Inteligencia Musical/Rítmica	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
TOTAL	

7. Inteligencia Corporal/Kinestésica	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
TOTAL	



Analizamos resultados

1. ¿En cuál de las inteligencias alcanzaste mayor puntaje?
2. ¿Cuáles ocuparon el segundo y tercer lugar?
3. ¿Cuál quedó en último lugar? ¿Cómo te afecta en tu vida en general? ¿Te interesa desarrollarla más?

Selecciona tus mejores inteligencias

Primera inteligencia

Segunda inteligencia

Tercera inteligencia

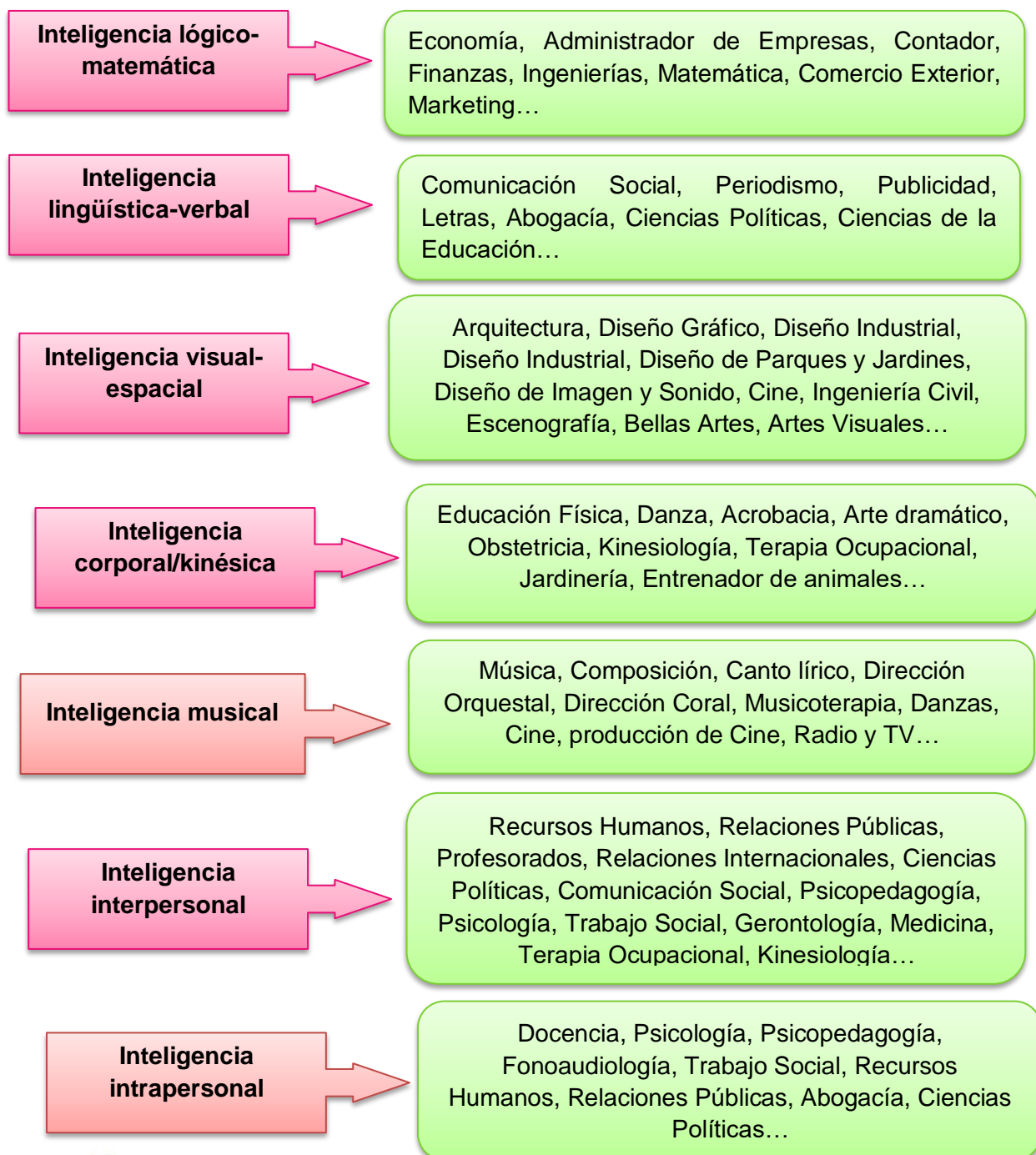
Para conocer un poco más de las inteligencias, lee con atención las características de cada una, e identifica las habilidades que te representan.

- Ⓢ **Inteligencia lógico-matemática:** Es la capacidad para razonar con lógica en operaciones con números, cálculos y resolución de problemas para deducir consecuencias, previniendo resultados y analizando el proceso. Las personas que la han desarrollado, analizan con facilidad planteamientos y problemas. Se acercan a los cálculos numéricos, estadísticas y presupuestos con mayor facilidad.
- Ⓢ **Inteligencia lingüística-verbal:** Es la aptitud para el uso del lenguaje oral y escrito, con el fin de comprender conceptos complejos, debatir y expresarse con propiedad. La capacidad de emplear de manera eficaz las palabras, manipulando la estructura o sintaxis del lenguaje, la fonética, la semántica y sus dimensiones prácticas. Se encuentra en las personas que les gusta redactar historias, leer, jugar con rimas y trabalenguas; también en aquellas que aprenden con facilidad otros idiomas.
- Ⓢ **Inteligencia visual-espacial:** Es la habilidad de apreciar con certeza la imagen visual y espacial, de representarse gráficamente las ideas y de sensibilizar el color, la línea, la forma, la figura, el espacio y sus interrelaciones. Se halla en las personas que estudian mejor con gráficos, esquemas y cuadros. Les gusta hacer mapas conceptuales y mentales. Comprenden muy bien los planos y los croquis.
- Ⓢ **Inteligencia corporal/ Kinestésica:** Es la habilidad para resolver problemas o para elaborar elementos utilizando el cuerpo. La aptitud para usar el propio cuerpo para expresar ideas y sentimientos a través de él, y sus particularidades de coordinación, equilibrio, destreza, fuerza, flexibilidad y velocidad, así como habilidades táctiles y anuales. Se la aprecia en las personas que se destacan en actividades deportivas, danza, expresión corporal o en trabajos de construcciones que utilizan diversos materiales concretos. También en aquellos que son hábiles en la ejecución de instrumentos.
- Ⓢ **La inteligencia musical:** Es la capacidad de percibir, distinguir, transformar y expresar el ritmo, timbre y tono de los sonidos musicales. La habilidad para crear, expresar, interpretar y transformar formas musicales por medio de instrumentos o de la voz. Las personas que la evidencian se sienten atraídas por los sonidos de la naturaleza y por todo tipo de melodías. Disfrutan siguiendo el compás con el pie, golpeando o sacudiendo algún objeto rítmicamente.
- Ⓢ **La inteligencia interpersonal.** Es la capacidad para entender a las otras personas de manera empática en su motivación, en su trabajo y en su expresión. Es la posibilidad de trabajar en equipo, de distinguir y de percibir los estados emocionales y signos interpersonales de los demás, y de responder de manera efectiva a dichas acciones de forma práctica. La tienen las personas que disfrutan trabajando en grupo, que logran negociaciones con sus compañeros, amigos y mayores.

Inteligencia intrapersonal. Es la habilidad para conectarse consigo mismo, de observar los propios talentos, fortalezas, intereses, motivaciones, valores y rasgos de personalidad. La capacidad para la introspección y para actuar consecuentemente sobre la base de este conocimiento, para tener una autoimagen acertada y capacidad de autodisciplina, comprensión y amor propio. La evidencian las personas que son reflexivas, de razonamiento acertado y suelen ser consejeros de sus amigos y compañeros.

Relación de los tipos de inteligencia con orientaciones, estudios superiores y salidas laborales

Encierra con un círculo las carreras que te agradan. No olvides que hay más opciones de profesiones/ocupaciones, aquí solamente anotamos algunas de ellas.



Mi plan para aumentar mis sub-inteligencias poco desarrolladas

Sub-inteligencia que deseo desarrollar:

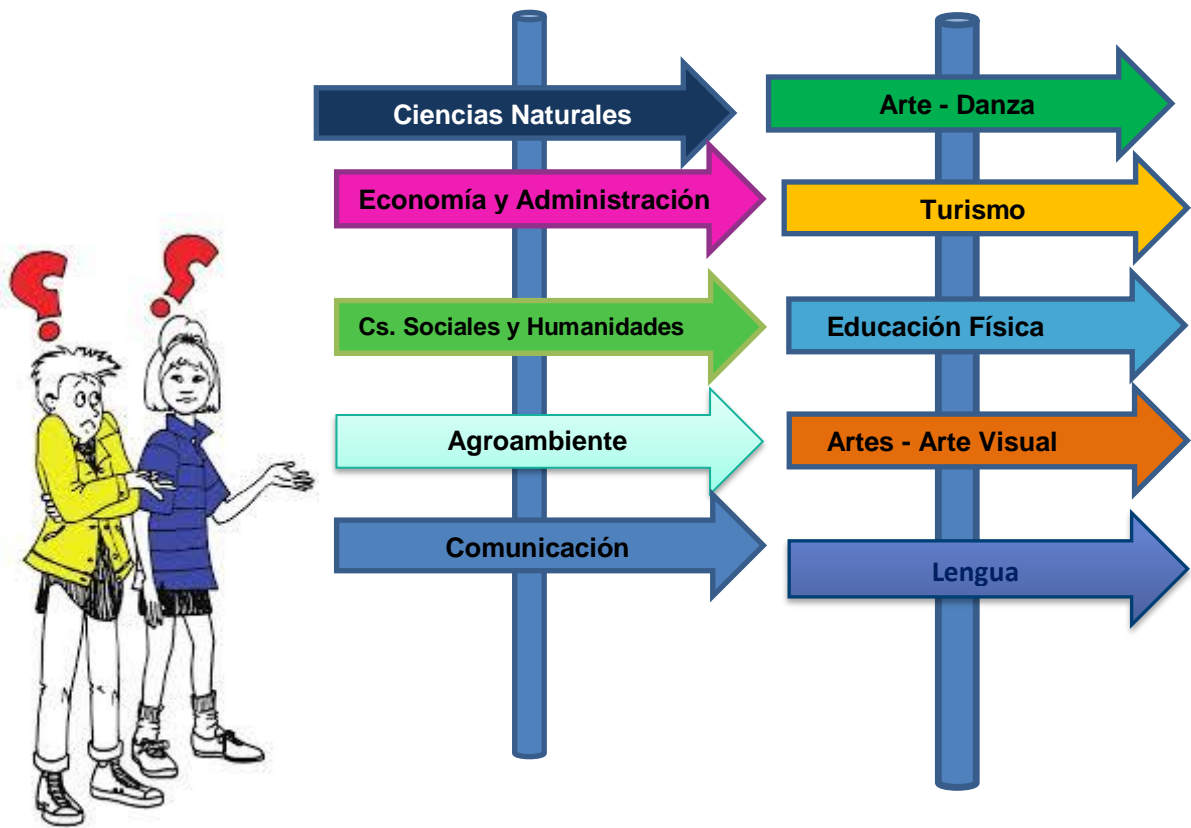
Inteligencia _____ Ítem N° _____

Puntaje que alcancé: _____

Actividades o ejercitaciones que me servirán para este fin (busca algo que te guste y consideres que puede ser de tu utilidad):

Plan concreto que decido ejecutar _____

Orientaciones y su relación con las profesiones



A partir del 4° año y hasta el 6° año de la escuela secundaria (Ciclo Orientado), comenzarás a cursar un grupo de materias algo distintas a las que estudiaste hasta el 3° año. Éstas te permitirán desarrollar, más en profundidad, ciertos conocimientos, saberes y capacidades propias de distintos ámbitos del quehacer social, científico o productivo. Además, te ofrecen la oportunidad de ensayar algunas experiencias ligadas a distintas profesiones o campos ocupacionales, descubriendo tus intereses y habilidades. De esta manera, obtendrás más certezas sobre lo que quieres estudiar en la Universidad o conocer del ámbito laboral que quisieras ocupar cuando egreses de la escuela secundaria.

Estas materias específicas que abordan saberes propios de distintos campos sociales, científicos o productivos se presentan a continuación, agrupadas según la Orientación.

Lee con atención el listado de asignaturas de cada Orientación y marca con una “X”, el casillero correspondiente a la Orientación que agrupa las materias que te interesan o que te gustaría aprender.

ORIENTACIÓN	ASIGNATURAS
Orientación en AGROAMBIENTE: <input type="checkbox"/>	Normas de Seguridad - Organización y Gestión Agropecuaria - Procesos Productivos I y II – Agroindustria - Proyecto de Inversión en Contexto Ganadero - Proyecto de Inversión en Contexto Agrícola – Agroecología
Orientación en ARTES DANZA <input type="checkbox"/>	Danzas Folclóricas Argentinas - Historia de la Danza - Lenguaje Corporal - Danzas Populares Latinoamericanas - Puesta en Escena -Composición y Producción Coreográfica - Gestión y Producción en Danza - Danzas y Nuevas Tendencias
Orientación en ARTES VISUALES <input type="checkbox"/>	Historia del Arte Visual - Gramática de los Lenguajes Artísticos - Artes Visuales I, II y III - Taller de Recursos Técnicos en Artes Visuales – Diseño - Gestión y Producción en Artes Visuales
Orientación en TURISMO <input type="checkbox"/>	Turismo y Relaciones Humanas - Desarrollo de Localidades - Legislación Turística - Turismo y Relaciones Humanas - Marketing y Empresas – Ecoturismo - Seminario de Práctica Profesional - Prácticas de Circuitos Turísticos.
Orientación en CIENCIAS NATURALES <input type="checkbox"/>	Física Clásica - Biología Molecular y Genética - Química II -Física Contemporánea - Astronomía (1° Cuat.) Biotecnología (2° Cuat.) Ciencias de la Tierra - Historia de la Filosofía de las Ciencias - Proyecto de Investigación en Contexto
Orientación en CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES <input type="checkbox"/>	Comunicación Social - Antropología Social y Cultural - Psicología Filosofía - Ciencias Políticas – Derecho – Epistemología - Ética - Proyectos en Contextos Sociales
Orientación en COMUNICACIÓN <input type="checkbox"/>	Producción Gráfica - Cultura y Comunicación - Producción Radial - Taller de Comunicación Interpersonal y Comunitaria - Publicidad y Propaganda - Lectura y Análisis de Medios de Comunicación - Producción Audiovisual - Medios de Comunicación y Opinión Pública
Orientación en ECONOMÍA Y ADMINISTRACIÓN <input type="checkbox"/>	Teoría de las Organizaciones - Derecho Civil - Sistema de Información Contable I - Administración y Gestión de las Organizaciones - Economía II - Derecho Comercial - Sistema de Información Contable II - Procedimiento y Práctica Administrativa
Orientación en EDUCACIÓN FÍSICA <input type="checkbox"/>	Introducción a los Deportes - Educación para la Salud - Vida en la Naturaleza - Deportes Colectivos e Individuales - Gestión y organización de la Educación Física - Prácticas Deportivas en ámbitos no escolares - Ecoturismo (Deportes aplicables al medio) -Deporte y Liderazgo
Orientación en LENGUA <input type="checkbox"/>	Francés I-Francés II- Francés III- Taller de Oralidad Lectura y Escritura I - Taller de Oralidad Lectura y Escritura II- Psicología-La lengua y la interculturalidad

PERFIL DEL EGRESADO

El/la **Bachiller en Turismo**, es formado/a como Anfitrión/a Turístico/a, que es quien: acompaña, orienta e informa sobre los centros, circuitos y servicios turísticos de su ámbito de influencia y puede oficiarse de anfitrión. Puede reconocer los diferentes ámbitos ocupacionales que ofrece el mercado turístico local para luego optar, de acuerdo a sus intereses, habilidades y capacidades, la continuación de sus estudios en el Nivel Superior.

El/la **Bachiller en Ciencias Naturales**, es formado/a para tomar decisiones informadas y autónomas haciendo uso de sus conocimientos de las ciencias naturales e interactuar con los fenómenos naturales para comprender la complejidad de su funcionamiento, anticipando las implicancias positivas y negativas tanto de la intervención o no intervención humana en distintas situaciones. Tiene capacidad para comunicar e interactuar con científicos y tecnólogos, en acciones de difusión y divulgación de las ciencias. Está dotado de un bagaje de saberes específicos relativos al área de las Ciencias Naturales para continuar estudios superiores vinculados con las disciplinas que lo constituyen.

El/la **Bachiller en Economía y Administración** aborda saberes y prácticas referidos a los procesos económicos y administrativos y su relación con lo social. Sabrá desempeñarse en organizaciones tanto de la esfera pública como privada; leer, interpretar, seleccionar, organizar y comunicar información sobre el sistema administrativo y desarrollar una mirada crítica y sistemática sobre los fenómenos sociales, económicos y organizacionales. Entiende sobre distintos modelos de desarrollo económico, estructuras de mercado y su impacto en la sociedad. Puede participar en el diseño de proyectos sociocomunitarios o microemprendimientos.

El/la **Bachiller en Lenguas** está formado para reflexionar sobre el lenguaje, su funcionamiento y uso con relación a la especificidad de cada lengua, española o extranjera. Comprende y produce en forma colectiva e individual, textos diversos (escritos y orales) que propicien la reflexión y el intercambio de ideas; respeta las lenguas y sus variedades. Analiza el uso de diversas formas de comunicación según diferentes contextos y grupos de pertenencia, valorándolos como fuente de información y medio de acceso a culturas y formas de vida distintas de las propias.

El/la **Bachiller en Ciencias Sociales y Humanidades** posee saberes y capacidades intelectuales, prácticas, comunicativas y valorativas, para el desempeño en distintos ámbitos, vinculados con el estudio de las sociedades. Puede participar en actividades de investigación, búsqueda y sistematización de documentación o en la producción de distintos contenidos culturales para medios gráficos, audiovisuales u otros. Sabe organizar muestras en variadas formas culturales o de exposiciones temáticas con producción de archivos orales, fotográficos, entre otros. Colabora con instituciones comprometidas en la conservación del patrimonio natural y el rescate y puesta en valor del patrimonio cultural.

El/la **Bachiller en Agro y Ambiente** Analiza críticamente y valora las características y condiciones de la realidad agraria y rural actual desde una perspectiva socio-histórica. Identifica componentes y fases de procesos productivos (producción primaria, agregado de valor y comercialización) a escala local, regional y global. Reconoce y analiza críticamente, el rol de los diversos actores sociales (individuales y colectivos) involucrados para incidir en procesos de cambio en la realidad local, en sus procesos sociales, económicos, ambientales y productivos. Participa en la planificación

de experiencias de intervención socio-comunitaria para la resolución de problemáticas ambientales-agrarias a través de la investigación-acción.

El/la **Bachiller en Danzas** está formado/a para participar activamente en producciones artísticas donde utilicen materiales, herramientas y procedimientos específicos de la danza. Está preparado para asumir diferentes roles que la práctica artística involucra. Comprende y analiza críticamente la producción artística como fenómeno situado en un contexto político, económico, social y cultural. Valora y reflexiona sobre las experiencias y representaciones artísticas de los jóvenes y reconoce las matrices histórico-culturales de pueblos originarios y de diversas corrientes migratorias, que atraviesan la diversidad artística de Argentina y la región. Puede coordinar la planificación, implementación y evaluación de experiencias artísticas de danzas que involucren a la comunidad.

El/la **Bachiller en Artes Visuales** está formado/a en un conjunto de experiencias y saberes que permiten al egresado utilizar herramientas tradicionales y tecnológicas para comunicar y expresar, a través de las imágenes en el espacio bi y tridimensional (físico y/o virtual), ideas, sentimientos y conceptos. Participa en la realización de proyectos artísticos comunitarios, explorando los procedimientos compositivos y técnicos en función de la producción de sentido en imágenes fijas y en movimiento. El Bachiller en Artes visuales conoce, sabe apreciar y respetar el trabajo que realizan los creadores visuales y valora su inserción cultural, considerando el contexto local, nacional y regional.

El/la **Bachiller en Comunicación** está formado para leer y producir textos multimediales utilizando diversos lenguajes y soportes mediático-tecnológicos acerca de una problemática y en un contexto específico. Construye un discurso propio y hace un uso responsable y creativo de las TIC y los múltiples lenguajes de la comunicación. Analiza situaciones comunicacionales, incluidos los discursos de los medios, según sus características y con criterios propios. Participa en el diseño y la ejecución de proyectos de comunicación variados, que impliquen el uso de diversos soportes y lenguajes para la comunicación interpersonal, intercultural y comunitaria/institucional y en los medios de comunicación.

El/la **Bachiller en Educación Física** está formado para realizar y recrear variados juegos, deportes, expresiones de la gimnasia y del movimiento expresivo. Reconoce el aporte de los saberes corporales en la promoción de la salud, la recreación y la relación con el ambiente y con los otros. Reflexiona acerca de valores, intereses, prejuicios y estereotipos y toma decisiones adecuadas para la salud y la calidad de vida. Participa en el diseño y gestión de proyectos referidos a prácticas corporales eligiendo prácticas saludables y vinculadas a las actitudes solidarias, creativas y responsables a través del trabajo colectivo y colaborativo.

A continuación te presentamos la grilla completa con las materias que tendrás en cada orientación

ORIENTACIÓN COMUNICACIÓN		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática
Lenguas Extranjeras (Inglés-Francés)	Lenguas Extranjeras (Inglés-Francés)	Lenguas Extranjeras (Inglés-Francés)
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Economía	Filosofía
Lenguaje Artístico: Artes Visuales	Geografía Regional	Producción Audiovisual
Físico - Química	Cultura y Comunicación	Publicidad y Propaganda
Biología	Producción Radial	Lectura y Análisis de Medios de Comunicación
Producción Gráfica	Taller de Comunicación Interpersonal y Comunitaria	Medios de Comunicación y Opinión Pública
Ciudadanía y Desarrollo Comunitario	Ciudadanía y Política	Ciudadanía y Trabajo

ORIENTACIÓN TURISMO		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática
Lenguas Extranjeras	Lenguas Extranjeras	Lenguas Extranjeras
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Economía	Filosofía
Lenguaje Artístico: Danza	Geografía Regional	Marketing y Empresas
Introducción a la Química	Desarrollo de Localidades	Seminario de Práctica Profesional
Biología General	Legislación Turística	Prácticas de Circuitos Turísticos
Turismo y Relaciones Humanas	Turismo y Relaciones Humanas	Ecoturismo
Ciudadanía y Desarrollo Comunitario	Ciudadanía y Política	Ciudadanía y Trabajo

ORIENTACIÓN CIENCIAS NATURALES		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática
Lenguas Extranjeras	Lenguas Extranjeras	Lenguas Extranjeras
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Economía	Filosofía
Lenguaje Artístico: Música	Geografía Regional	Astronomía (1° Cuatrim.) Biotecnología (2° Cuatrim.)
Química	Física Contemporánea	Historia de la Filosofía de las Ciencias
Biología General	Biología Molecular y Genética	Proyecto de Investigación en Contexto
Física Clásica	Química II	Ciencias de la Tierra
Ciudadanía y Desarrollo Comunitario	Ciudadanía y Política	Ciudadanía y Trabajo

ORIENTACIÓN ECONOMÍA Y ADMINISTRACIÓN		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática Aplicada
Lenguas Extranjeras	Lenguas Extranjeras	Lenguas Extranjeras
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Economía I	Filosofía
Lenguaje Artístico: Artes Visuales	Geografía Regional	Procedimiento y Práctica Administrativa
Física - Química	Administración y Gestión de las Organizaciones	Economía II
Biología General	Derecho Civil	Derecho Comercial
Teoría de las Organizaciones	Sistema de Información Contable I	Sistema de Información Contable II
Ciudadanía y Desarrollo Sociocomunitario	Ciudadanía y Política Económica	Ciudadanía y Trabajo Legislación Laboral

ORIENTACIÓN LENGUAS		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática Aplicada
Lenguas Extranjeras (Inglés)	Lenguas Extranjeras	Lenguas Extranjeras
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Ciudadanía y Política	Filosofía
Lenguaje Artístico: Teatro	Geografía Regional	Proyecto de Integración en Literatura
Física - Química	Psicología	La Lengua y la Interculturalidad
Biología General	Francés II	Francés III
Francés I	Taller de Oralidad Lectura y Escritura I	Taller de Oralidad Lectura y Escritura II
Ciudadanía y Desarrollo Socio Comunitario	Ciudadanía y Política	Ciudadanía y Trabajo

ORIENTACIÓN CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática
Lengua Extranjera	Lengua Extranjera	Lengua Extranjera
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Ciudadanía y Política	Ciencias Políticas
Lenguaje Artístico: Teatro	Geografía Regional	Proyecto en Contextos Sociales*
Física - Química	Psicología	Derecho
Biología	Antropología Social y Cultural	Epistemología
Comunicación Social	Filosofía	Ética
Ciudadanía y Desarrollo Socio comunitario*	Ciudadanía y Política*	Ciudadanía y Trabajo*
*Seminarios, talleres, metodología de la Investigación		

ORIENTACIÓN AGROAMBIENTE		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática Aplicada
Lengua Extranjera	Lengua Extranjera	Lengua Extranjera
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Ciudadanía y Política	Filosofía
Lenguaje Artístico: Danza	Geografía Regional	Proyecto Inversión en Contexto Agrícola
Física - Química	Normas de Seguridad	Agroecología
Biología	Organización y Gestión Agropecuaria	Francés Agroindustria
Procesos Productivos	Procesos Productivos II	Proyecto Inversión en Contexto Ganadero
Ciudadanía y Desarrollo Socio Comunitario	Ciudadanía y Política	Ciudadanía y Trabajo

ORIENTACIÓN ARTES – DANZA		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática Aplicada
Lengua Extranjera	Lengua Extranjera	Lengua Extranjera
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Economía	Filosofía
Lenguaje Artístico	Geografía Regional	Puesta en Escena
Introducción a la Química	Danzas Populares Latinoamericanas	Danzas Nativas y Tendencias
Biología General	Historia de la Danza	Gestión y Producción en Danza
Danzas Folclóricas Argentinas	Lenguaje Corporal	Composición y Producción Coreográfica
Ciudadanía y Desarrollo Socio comunitario	Ciudadanía y Política	Ciudadanía y Trabajo

ORIENTACIÓN ARTES – ARTES VISUALES		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática Aplicada
Lengua Extranjera	Lengua Extranjera	Lengua Extranjera
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Economía	Filosofía
Lenguaje Artístico	Geografía Regional	Diseño
Introducción a la Química	Artes Visuales II	Artes Visuales III
Biología General	Historia del Arte Visual	Gestión y Producción en Artes Visuales
Artes Visuales I	Gramática de los Lenguajes Artísticos	Taller de Recursos Técnicas en Artes Visuales
Ciudadanía y Desarrollo Socio Comunitario	Ciudadanía y Política	Ciudadanía y Trabajo

ORIENTACIÓN EDUCACIÓN FÍSICA		
4° Año	5° Año	6° Año
Lengua y Literatura	Lengua y Literatura	Lengua y Literatura
Matemática	Matemática	Matemática Aplicada
Lengua Extranjera	Lengua Extranjera	Lengua Extranjera
Educación Física	Educación Física	Educación Física
Historia Regional	Historia Local	Geografía Local
Nuevas TIC	Economía	Filosofía
Lenguaje Artístico: Danza	Geografía Regional	Ecoturismo (deportes aplicables al medio)
Físico - Química	Educación para la Salud	Gestión y organización de la Educación Física
Biología (Anátomo - Fisiología)	Deportes Colectivos e Individuales	Deporte y Liderazgo
Introducción a los Deportes	Vida en la Naturaleza	Prácticas Deportivas en ámbitos no escolares
Ciudadanía y Desarrollo Socio Comunitario	Ciudadanía y Política	Ciudadanía y Trabajo

Aprendo a organizar el tiempo de estudio

Es frecuente escuchar a muchos estudiantes quejarse porque se les “vuela el tiempo”. Esto sucede porque no tienen en claro cuál es el paso siguiente y dejan caer en el olvido temas importantes para el logro de sus metas. Hacen lo que les gusta y se olvidan de “lo necesario”. Otros hojean los libros sin sacar nada en limpio o dan centenares de vueltas antes de sentarse a estudiar.

Un factor importante para mejorar el aprendizaje y el rendimiento académico es organizar el tiempo. Para ser un buen estudiante se precisa de esfuerzo, constancia y persistencia. Una buena forma de tomar conciencia y controlar el uso del tiempo, es completar una hoja de registro.

Para controlar tu forma de estudiar y de aprender, debes analizar seriamente el aprovechamiento de las clases.

Para reflexionar sobre este proceso, responde el siguiente cuestionario, marcando con un círculo el número que mejor exprese tu situación

Escala de valoración:

1: No lo hago nunca; **2:** Lo hago pocas veces; **3:** Lo hago casi siempre; **4:** Lo hago siempre

Cuestionario de autoevaluación				
1. Asisto a clases todos los días y soy puntual	1	2	3	4
2. Escucho con atención en clase y estoy concentrado	1	2	3	4
3. Hago preguntas cuando necesito aclaraciones	1	2	3	4
4. Intento averiguar qué información puede ser importante para el examen	1	2	3	4
5. Participo activamente en clase	1	2	3	4
6. Soy consciente de lo que supone terminar las tareas que me indican	1	2	3	4
7. Controlo los nervios antes, durante y después de clase	1	2	3	4

Aquellos aspectos en los que contestaste “no lo hago nunca” o “lo hago pocas veces” trata de corregirlos teniendo en cuenta lo siguiente:

- **Si no escuchas con atención en clase ni estás concentrado, entonces corrígelo y...**
 - Escucha buscando los conceptos e ideas principales.
 - Siéntate en un lugar donde escuches bien las explicaciones de los profesores.
- **Si no preguntas cuando necesitas aclaraciones, hazlo.**
 - Tienes derecho a preguntar. Si no lo haces no quedarán claros conceptos o ideas importantes y eso te impedirá la comprensión.
 - Entérate cómo será el examen (por ejemplo, tipo test, preguntas cortas, desarrollo de temas, etc.)

- **Para averiguar qué información puede ser importante para el examen:**
 - Atiende las señales e indicios que el profesor da en clase (si remarca que algo es importante, puede ser una señal de que lo preguntará en el examen. También son relevantes los cambios de voz o de entonación, de ritmo en la explicación, etc. Ej.: si un concepto es importante se suele explicar más despacio y en tono más elevado).
 - Si el profesor anota algo en el pizarrón, probablemente es importante. Toma nota de lo que escribió.
 - Subraya los términos y definiciones estudiados en clase

- **Para participar activamente en clase:**
 - Pregunta si no entendiste algo.
 - Da a conocer tu punto de vista.
 - Si eres tímido/a proponte decir o preguntar, al menos una cosa, cada día o en cada clase.

- **Para ser consciente de lo que supone terminar las tareas que faltan:**
 - Toma nota de las tareas a realizar.
 - Si no tienes claro en qué consiste la tarea, pregunta.
 - Calcula el tiempo que te llevarán las tareas y organízate.

- **Para controlar los nervios antes, durante y después de clase:**
 - Busca un lugar tranquilo antes de una clase importante o de una evaluación.
 - Evita las personas que dicen cosas negativas antes de una evaluación.

“¿CUÁNDO ESTUDIAMOS?”

Marca el bloque de estudio elegido para cada día. Debe haber por lo menos un día del fin de semana completamente libre (sin horario de estudio). Completamos el día lunes, a modo de ejemplo.

Día	Escuela	Bloque de estudio
Lunes		De 16 a 17,30 hs.
Martes		
Miércoles		
Jueves		
Viernes		
Sábado		
Domingo		

- Prueba; si no funciona, modifica el plan.
- Los temas que resultan más complicados deben ser atendidos en los primeros turnos del plan. Al estar más despejados, seguramente se tiene más energía para encararlos.
- No planifiques dos temas difíciles para el mismo día.
- Hasta que instales el hábito de estudio podrías hacer un “instructivo”. Ubícalo en tu lugar de estudio, indicando los pasos a seguir cuando te sientes a estudiar.

Podría contener los siguientes pasos:

- Consultar la agenda y leer todo lo que hay que hacer para el día siguiente y subsiguiente.
- Anotar en una hoja en blanco una lista de actividades que podrías desarrollar en determinado lapso. Por ejemplo:
 - * Ejercicios de Matemáticas.
 - * Cuestionario de Historia.
 - * Análisis sintáctico (terminar oraciones que quedaron sin hacer en clase).
- Buscar el material que van a necesitar (libro, carpeta, cartuchera, etc.).
- Continuar con otro ítem de la lista. Si la tarea es extensa, la puedes subdividir (Por ejemplo, si tienes que resolver ocho ejercicios, hacer cuatro, descansar y luego continuar) Tachar de la lista una vez terminada la tarea.

Es importante que sostengas el horario asignado al trabajo escolar aunque no haya alguna tarea específica para el día siguiente. De este modo, podrás mantener el hábito y anticiparte a épocas en las que pueden acumularse evaluaciones y tareas. Para eso es de mucha utilidad armar un listado de “Cosas para hacer cuando no haya tarea para el día siguiente”, por ejemplo:

- Adelantar tarea para otro día.
- Ordenar las carpetas y/o la mochila.
- Practicar o repasar los temas que te resulten difíciles.
- Leer o aplicar alguna técnica de estudio sobre algún material que estudiarás más adelante.

Podés probar el uso de diferentes colores para anotar las evaluaciones, el estudio y la entrega de trabajos. De esa manera te acostumbrarás a la lectura de los colores y funcionará como alerta de lo que hiciste o te falta completar.

También podrías agendar aquellos momentos que quedan libres y de ese modo, distribuirlos en las actividades pendientes; la búsqueda de materiales que necesites o para estudiar.

¿CÓMO ESTUDIAR CON ÉXITO?

Estudiar es un proceso que implica diferentes pasos: aprender a buscar información de diversas fuentes y formatos y utilizar esa información.

Aprender a estudiar requiere tiempo, motivación y esfuerzo y en ese proceso cada uno va encontrando modos de estudio que le son más útiles. Por ejemplo: algunos resaltan con marcador lo que consideran importante, otros leen varias veces para acordarse, algunos escriben resúmenes en una hoja aparte, etc.

A continuación y a modo de guía, te presentamos algunos procesos cognitivos y afectivos que intervienen en el logro de los aprendizajes.

a- Motivación: es un estado personal que impulsa a realizar el esfuerzo necesario para lograr un objetivo. Es inevitable mantener el propósito con claridad y recordar la meta ayuda a persistir en el trabajo durante los momentos de confusión.

Es importante detectar qué actitud tienes frente a la materia. Con frecuencia muchos alumnos sienten que no pueden ser “buenos”. Aún en tiempos difíciles es posible reconocer una actitud y descubrir si es positiva o negativa. “Una actitud positiva ayuda a encarar los problemas, hacer reajustes, cambios, evoluciones...”

Un estado anímico positivo, ayuda a sobrellevar las crisis. La desilusión y el abandono son un ejemplo clásico de una actitud negativa, cuando cometemos errores, en lugar de enfrentarlos con alegría, se abandona el intento.

Recurriendo al pensamiento positivo puede pasarse del “no soy capaz” al “puedo”. Se trata de centrarse en lo alcanzable y realista. Si nos decidimos conscientemente que algo es bueno, útil e interesante, al tiempo, el pensamiento positivo opera sobre nuestra voluntad y surge un hábito positivo.

Observa las siguientes imágenes

¿Hasta dónde quieres llegar?



SI
LA
MONTAÑA
QUE SUBES
PARECE
CADA VEZ MÁS
IMponente
ES QUE LA CIMA
ESTÁ CADA VEZ
MÁS CERCA.



- Observa las imágenes. Individualmente reflexiona y piensa que te sugieren y cómo las aplicarías a tu vida.
- Comenta tus reflexiones con los compañeros.

b- Organizarme: ¿Por dónde empiezo? Como lo indicamos anteriormente, hace falta un plan. Una organización del tiempo que se dedica a estudiar tan clara y precisa que siempre conozcamos cuándo hay que trabajar, cuándo es necesario descansar o dedicarse a otra actividad.

c- Leer detenidamente y formularse preguntas:



Las preguntas favorecen la ampliación de contenidos y permiten problematizar sobre algunos conceptos que estudiamos en clase, mejorando la calidad del pensamiento. Cuanto más preguntamos, más profundo será el conocimiento sobre el tema.

La calidad de nuestro pensamiento está relacionado a la calidad de las preguntas. No preguntar equivale a no comprender.

Te sugerimos que leas detenidamente el texto: “definición de familia”. Procura comprender lo que dice. Después realiza preguntas sobre lo que has leído y responde buscándolas en el texto, con ayuda de un diccionario, o consultando a otra persona, etc.



LEE ATENTAMENTE

RESPONDE

DEFINICIÓN SOCIAL DE FAMILIA

La familia constituye la unidad básica de la sociedad humana y siempre ha existido en todos los pueblos y en todas las épocas de las que hay testimonios históricos. Ha adoptado diferentes formas en cada una de las civilizaciones que se han sucedido y su concepto fue evolucionando en el transcurso de la historia, de tal manera que podemos hablar de familia en las civilizaciones egipcia y mesopotámica o en el mundo griego, entre otros.

No es fácil determinar con exactitud el modo en que se inició la vida en familia, pero parece ser que no tuvo como base un parentesco puramente biológico, sino la necesidad de protección que la madre y el niño tienen durante el período de gestación y el posterior largo período de crianza. Posiblemente la institución del matrimonio tuvo su origen en la organización de la familia.

Pero la mera relación de consanguinidad no basta. A la familia hay que analizarla como un grupo social, como una unidad sociológica, o sea, como un grupo organizado, unido por lazos personales, íntimos y domésticos. Su misión no se limita a cuidar la prole, sino también a educarla socialmente, transmitiéndose un cúmulo de conocimientos humanos propios de la cultura o civilizaciones en la que viven. Éstos pueden ser: el lenguaje, las técnicas de trabajo, creencias, costumbres, etc.

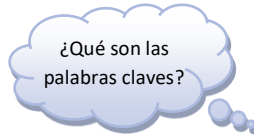
Antes de empezar:

1. ¿Conozco algo de este tema?

Después de la lectura (AUTOPREGUNTAS):

2. Elabora tres preguntas cuyas respuestas permitan recoger la información más importante contenida en el texto.
 - 1.
 - 2.
 - 3.
3. ¿Qué aplicaciones tiene lo que has aprendido en este texto en **a)** tus relaciones personales y familiares; **b)** aspecto académico (en tu formación como estudiante)?
 - a)
 - b)

- d- Identificar las ideas principales:** El trabajo intelectual implica localizar aquellas palabras o frases que contienen las principales ideas que nos ayuden a comprender el texto. El objetivo es destacar las ideas centrales diferenciándolas de los detalles que no son tan relevantes. Para ello, podemos subrayar, colorear, etc.



Las palabras claves de un texto son los conceptos que señalan cuál es la información más importante. Saber explicar cada palabra clave indica que comprendiste correctamente la información.




- e- Relacionar:** Es importante relacionar lo que estudiamos, con lo que aprendimos anteriormente o con experiencias vividas, porque nos ayuda no solo a recordar más fácilmente lo estudiado, sino también a saber usarlo en diferentes momentos y para diferentes objetos. De esta forma le damos significado a lo que estudiamos en clase.
- f- Resumir:** consiste en reducir el texto detallando los aspectos principales del mismo, de manera sintética. Implica la capacidad de eliminar, generalizar integrar y reconstruir información. No se trata de cambiar el significado del texto sino de recuperar los aspectos más importantes, en ideas más cortas.
- g- Recordar:** Memorizo (memorización comprensiva) cada párrafo de la lección, de tal manera que pueda recordarlo con mis palabras, sin mirar el libro. Como si se lo explicara a uno de mis compañeros/as.
- Las **mnemotécnicas**, son recursos para facilitar el aprendizaje de determinados contenidos, que resultaría más complejo aprender debido a la acumulación de datos, fechas, conceptos, etc. Algunos procedimientos que te pueden servir pueden ser:
- Formular una frase coherente o una breve historia para retener una serie de datos.
 - Redactar versos o estribillos musicales con los datos a almacenar en la memoria.
 - Asociar un texto a una escena cotidiana que al recordarla evoque la información.
 - Visualizar el texto imaginando sus características físicas: olor, dureza, suavidad, temperatura. Todo ello según la naturaleza del texto a retener.
 - Asociar imágenes por parejas. Una imagen por cada palabra.
- h- Comprobar:** Después de saber el tema es recomendable hacer lo siguiente: elaborar una serie de preguntas sobre lo estudiado y contestar estas preguntas como si fuera una evaluación. Es importante responder sin mirar el libro o la carpeta. Posteriormente compruebo si lo he hecho bien, y si “aprobé”.
- i- Valorar y actuar:** En este momento previo a la evaluación debes tener un pensamiento positivo. Pensar y decirte cosas agradables acerca del trabajo realizado, te ayudará a seguir con más ganas y entusiasmo.

Es necesario que apartes todo pensamiento negativo, el miedo, la indecisión, la inseguridad, e ir decidido a exponer lo que sabes.

- j- **Revisar, mejorar y felicitar:** Finalizada la evaluación debes felicitarte por los esfuerzos que realizaste. Es conveniente revisar las respuestas dadas y compararlas con el libro o los apuntes ¿Por qué es bueno hacer éste paso? Porque no sólo te sirve para saber si lo hiciste bien o mal, sino también para saber en qué has fallado para mejorar la próxima vez.
Más allá del resultado obtenido, si te esforzaste, debes felicitarte.

Reflexiona y escribe tus respuestas



Etapa	Dificultad	Soluciones
		
		
		

Además de utilizar técnicas de estudio (resúmenes, cuadros comparativos, esquemas, etc.) es preciso que puedas discernir en qué momento es necesario utilizar un recurso u otro. Para esto es esencial (y lo más difícil de lograr, pero no imposible) que logres autogestionar el propio proceso de aprendizaje asumiendo un papel activo y protagónico.

El protagonismo y la autonomía en los aprendizajes se logran a través de cierto tipo de actividades y de la forma en que los docentes te enseñen a pensar.

En este proceso es fundamental lo que se denomina metacognición es decir, la habilidad para pensar sobre el pensamiento, para tener conciencia de que uno mismo es capaz de solucionar problemas y para supervisar y controlar los propios procesos mentales.

Para lograr una actitud metacognitiva, es fundamental aprender a formularse preguntas.

A continuación te proponemos a modo de ejemplo, una serie de preguntas que puedes poner en práctica cuando estudias, por ejemplo para una lección o examen.

Antes de empezar a estudiar:

- * ¿Me resulta fácil el tema que debo estudiar? ¿Me interesa?
- * ¿Cuánto tiempo voy a necesitar para aprender esto?
- * ¿Cómo voy a hacer para aprenderlo?

Mientras estoy estudiando:

- * ¿Entendí lo que acabo de escuchar/leer/escribir?
- * ¿Me sirve lo que estoy haciendo?
- * ¿Necesito pedir ayuda?
- * ¿Estoy prestando atención o necesito un recreo?

Cuando terminé

- * ¿Pude estudiar todos los temas?
- * ¿Cuál es el tema que más aprendí? ¿Y el que menos comprendí?
- * ¿Tardé el tiempo que pensaba o me demoré menos o más?

Una vez que me corrigieron el examen

- * ¿Me tomaron lo que estudié?
- * Las respuestas que están mal:
 - ¿No las había estudiado?
 - ¿O no las recordé en el momento de la prueba?
- * ¿Me alcanzó para aprobar el tiempo de estudio que utilicé?
- * ¿Pude recordar todo lo que había estudiado?

Extraído de Tresca María Teresa (2012), *Enseñar a estudiar a niños y adolescentes. Cómo desarrollar estrategias y hábitos para el aprendizaje*, Editorial Noveduc. Buenos Aires.

¿Cómo hacer para acordar lo que se dijo en clase?

Les proponemos hacer un ensayo: en una hora de clase. El/la profesor/a explicará un tema determinado. El objetivo de cada uno de ustedes es recordar de la mejor manera posible la mayor cantidad de información dictada en esa clase. En la hora siguiente discutan entre todos:

- ¿Qué estrategias usó cada uno para poder recordar lo que dijo el/la profesor/a?
- ¿Cuáles resultaron mejor?
- ¿Si tuvieras muchas clases distintas en un mismo día, qué estrategia elegirías?

Tomar notas



Muchos estudiantes confían en la atención y su capacidad de memoria para recordar información. Pero se ha comprobado que a los veinte minutos de haber aprendido algo nuevo se olvida el 42%, y luego de una hora, el 65%. La propia acción de tomar notas refuerza nuestra capacidad de prestar atención. Aprendemos a fijarnos en detalles que más tarde seremos capaces de recordar a través de nuestros apuntes.

Escucha: Es importante estar atento a las señales del maestro/a o profesor/a sobre lo que es importante: por lo general los cambios de voz y aumento de volumen, indican aspectos significativos; debes estar atento al incremento en el volumen o pausas dramáticas.

La repetición es una clave porque indica que es un tema importante.

Los gestos pueden demostrar un punto significativo.

- Participa en todas las discusiones de clase.
- Pregunta, en especial cuando las cosas no están muy claras. La mayoría de los docentes recordarán tu deseo de aprender, si participas.

¿CÓMO ES TU MÉTODO ACTUAL DE ESTUDIO?

A continuación describe el procedimiento o los pasos que sigues cuando estudias. Utiliza los casilleros que necesites, no es preciso que completes todos.

PASOS QUE SIGO PARA ESTUDIAR

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

1 ¿Utilizas el mismo método para todas las materias?

¿Por qué? Explícalo brevemente, da las razones:.....

.....

2 ¿Estudias igual cuando tienes una prueba o una lección importante o es diferente cuando solo van a preguntar en clase?

¿Por qué? Explícalo brevemente, da las razones:.....

.....

3 ¿Piensas que tu método es adecuado y eficaz para ti?

¿Por qué?.....

4 ¿Te permite tu método de estudio rendir como esperabas?

5 ¿Crees que deberías hacer algún cambio en tu método para mejorarlo?

Si tu respuesta es **SI**, ¿cuál debería ser el cambio?.....
.....

TALLER DE COMPRENSIÓN DE TEXTO

Si quieres estudiar aprendiendo lo que lees y aprovechar el tiempo que dedicas al estudio, tienes que aprender nuevas “estrategias de lectura”.

Uno de los problemas habituales que explican las dificultades de comprensión lectora es la ausencia de estrategias para comprender.

El objetivo de este apartado es ayudarte a comprender las habilidades que necesitas para que estudiar de los libros de Geografía, Lengua, Historia, etc. sea más fácil. Te proponemos una serie de ejercicios; tu profesor/a o RTS te ayudará a seguirlos y debes poner algo de esfuerzo y darle continuidad a la tarea iniciada.

¿CUÁL ES TU MÉTODO DE LECTURA?

A continuación vamos a reflexionar sobre tu método de lectura.

1. Describe cómo trabajas cuando lees para estudiar:

2. Elabora una lista con las principales dificultades que encuentras al estudiar así:

3. Trabajo en grupo: Comenten la forma de estudio de cada uno y las dificultades que encontraron con nuestra manera de estudiar. Observen quienes obtienen mejores y peores resultados y comparen cómo leen y estudian unos y otros. Al terminar escribe tus conclusiones.

Cuestionario de habilidades de Metacomprensión Lectora

El siguiente cuestionario te servirá para conocer cómo comprendes las lecturas. Las preguntas se refieren a los pensamientos que tienes en tu mente sobre cómo “manejar” mejor la lectura antes de comenzar a leer, mientras estás leyendo y al finalizar la misma.

Consigna: coloca una cruz en la casilla que corresponda según se adapte a tu “forma de pensar”. Si no encuentras la respuesta adecuada en el casillero escríbela en los espacios destinados a ello (en los puntos suspensivos a continuación de las casillas en blanco).



Si tienes dudas o necesitas alguna aclaración solicítala a tu profesor/a o RTS

1. Un poco antes de comenzar a leer, ¿me pregunto lo que sé sobre la lectura?
Sí No A veces
2. Antes de empezar a leer ¿intento relacionar lo que ya sabía sobre el tema con lo que voy leyendo?
Sí No A veces
3. Al comenzar a leer ¿intento relacionar lo que ya sabía sobre el tema con lo que voy leyendo?
Sí No A vece
4. Cuando comienzo una lectura ¿me propongo unos objetivos lectores (lo que yo quiero saber de la lectura)?
Si No A veces
5. Cuando me preparo para iniciar una lectura, ¿pienso en un plan adecuado para comprenderla?
Si No A veces
6. Mientras leo, ¿me hago preguntas para comprobar que la técnica de lectura comprensiva que utilizo es correcta?
Si No A veces
7. Mientras leo, ¿hago alguna pausa momentáneamente para darme cuenta si estoy consiguiendo los objetivos que me propuse al iniciar la lectura?
Si No A veces
8. Mientras leo ¿me doy cuenta cuáles son los aspectos más importantes de la lectura?
Si No A veces

9. Al leer descubro cuáles son las partes más importantes del texto.

Si No A veces

10. ¿Cómo sabes que "esas" son las partes más importantes?

.....
.....

11. Durante la lectura, ¿me doy cuenta de que encuentro dificultades en comprender algunas partes del texto?

Si No A veces

¿En qué partes del texto?.....

12. Si me doy cuenta de que hay partes que no comprendo, averiguo cual es la causa de que no las haya comprendido.

Si No A veces

Algunas causas de las dificultades suelen ser:

.....

13. Cuando encuentro alguna dificultad en la lectura para comprenderla hago lo siguiente:

- Vuelvo a leer todo el párrafo
- Continúo leyendo hasta encontrar algunas palabras que me ayudan a comprenderla.
- Repito el párrafo u oraciones que no comprendo, pero con palabras más.
- Intento imaginar lo que estoy leyendo.
- Invento el significado hasta que estoy seguro/a de que es cierto.
- Hago comparaciones con otras cosas que creo que se le parecen.

14. Al terminar de leer compruebo si comprendí toda la lectura.

Si No A veces

¿Cómo?.....

15. Al terminar de leer, ¿compruebo qué partes comprendí y cuáles no?

Si No A veces

16. Al terminar de leer me hago la siguiente pregunta: "¿Qué cosas me ayudaron a comprender la lectura?"

Si No A veces

17. Después de leer me digo a mí mismo: "esta manera de comprender la podría utilizar también para otras lecturas"

Si No A veces

La valoración del cuestionario es de carácter cualitativo según las siguientes dimensiones de la metacomprensión:

a) **Habilidades de planificación:** Son todas aquellas que se consideran previas al inicio formal de la lectura. Te preparan para afrontar la lectura con unas “herramientas” o técnicas facilitadoras de la comprensión lectora.

Ítems: 1, 2, 3, 4 y 5

b) **Habilidades de supervisión:** Durante la lectura se deben producir detenciones en algunos puntos o momentos lectores, para reflexionar acerca del grado en que se están consiguiendo los objetivos propuestos, las dificultades comprensivas que se van encontrando, los motivos y cómo se van resolviendo.

Ítems: 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13

c) **Habilidades de evaluación:** la autoevaluación te hace más consciente del proceso lector, de sus propias habilidades y de la utilidad de las estrategias comprensivas empleadas, y las mejoras que debes realizar para alcanzar mayor eficacia comprensiva en sus lecturas. **Ítems 14, 15, 16 y 17**



¿Cuáles son tus “puntos” fuertes?	¿Cuáles tus puntos débiles?	¿Cómo podrías superarlos?



Para estudiar y lograr buenos resultados, es necesario que cuentes con un buen método de lectura y aplicarlo a diario.

1

**LECTURA DE
APROXIMACIÓN**

Objetivos: a) Conocer cuál es tu idea general, captar de qué se trata. b) Descubrir las partes que componen la estructura del texto.

Para conseguirlo debes:

- Fijarte en el título y subtítulos, número y párrafos, etc.
- Hacer un pequeño esquema con esos datos
- Señalar palabras desconocidas
- Tener en tu mente la pregunta "¿Sobre qué trata el texto?"

2

**LECTURA DETALLADA Y
ANÁLISIS DE PÁRRAFOS**

Objetivo: a) Captar la idea general de cada apartado b) Distinguir la idea principal de cada párrafo y resumirla en una frase, si es necesario con tus propias palabras.

Para conseguir ese objetivo debes:

- * Fijarte en el título y en el primer párrafo de cada apartado (casi siempre introduce a la idea general que se desarrolla en todo el apartado).
- * Leer detenidamente cada párrafo, buscando la idea que lo resume. Debes preguntarte sobre qué habla el párrafo y subrayar lo más importante. Puede ser útil anotar la respuesta a esta pregunta en el margen del texto.

3

**ELABORAR UN
ESQUEMA**

- **Objetivo:** Tener una visión global, concreta y clara del tema.
- **Los esquemas te ayudarán a:**
 - * comprender y memorizar
 - * Personalizar lo que estudias
 - * Sintetizar la información
 - * Elaborar el resumen
 - * Repasar los temas

4

**AUTOEVALUACIÓN Y
MEMORIZACIÓN**

- Para asegurarte que comprendiste y aprendiste el texto, **debes autoevaluarte**, haciéndote preguntas o ejercicios al terminar de estudiarlo.
- Hacerte por lo menos: **1º) Una pregunta global:** que respondas mirando al esquema y podrás comprobar si aprendiste algo del contenido, **2º) Preguntas parciales:** tantas como ideas principales haya en el texto, para comprobar si puedes explicar con tus palabras cada una de sus partes.
- **Memorización:** **1º) "Fijar" contenidos:** organizar bien la información y, luego repasarla oralmente o mentalmente. **2º) Mantenerlos "frescos" en la memoria:** hay que repasarlos de vez en cuando.

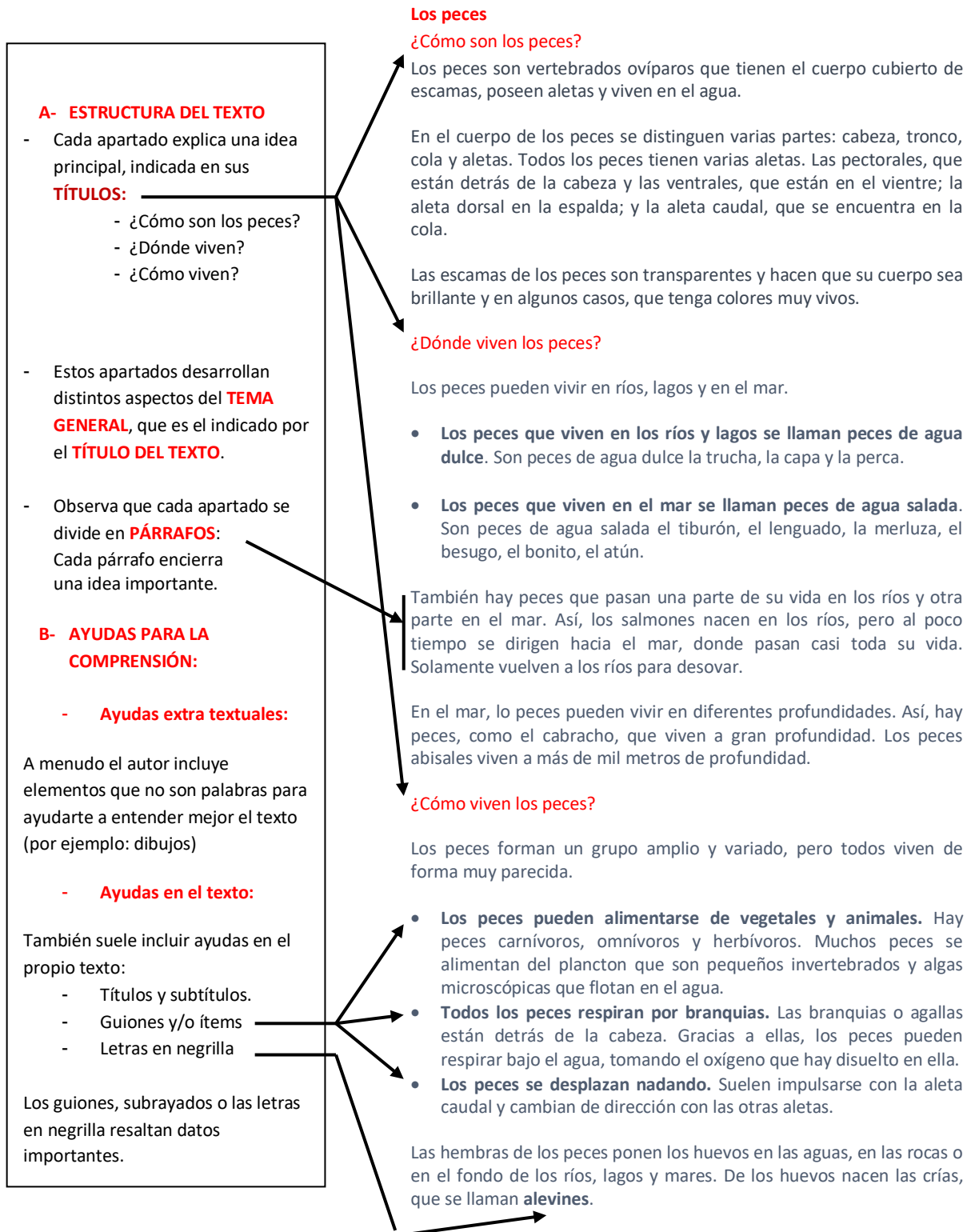
5

RESUMEN

- Consiste en destacar y redactar lo que se considera fundamental del texto y se debe hacer de modo breve, conciso y claro.
- Para obtener un buen resumen, el texto leído debe condensarse en lo fundamental hasta alcanzar una reducción en torno al 10 o el 20% de la extensión del texto leído.

Estructura de los textos:

Los textos que debes estudiar tienen una organización pensada para hacerte más fácil la comprensión y el recuerdo. Observa el siguiente ejemplo:



Tal como observaste, “los textos de estudio tienen siempre una estructura bien organizada, que se refleja en distintos elementos. Cuando lees uno de ellos, al hacer la primera lectura “de aproximación”, trata de encontrar esa estructura, que te servirá para hacer el esquema de las ideas más importantes.

Aquí tienes el esquema del texto anterior:

1° Título

LOS PECES

2° Subtítulos

¿Cómo son?

¿Dónde viven?

¿Cómo viven?

3° Párrafos

Todos los peces viven de forma parecida

Las hembras de los peces ponen huevos

4° Guiones o ítems

Se alimentan de vegetales y animales

Respiran por branquias

Se desplazan nadando



Si realizas este método, resultará más fácil comprender el texto para estudiar. Ahora bien... ¿entendiste qué debes hacer? Para comprobar que has entendido y como autoevaluación, escribe los pasos a seguir:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

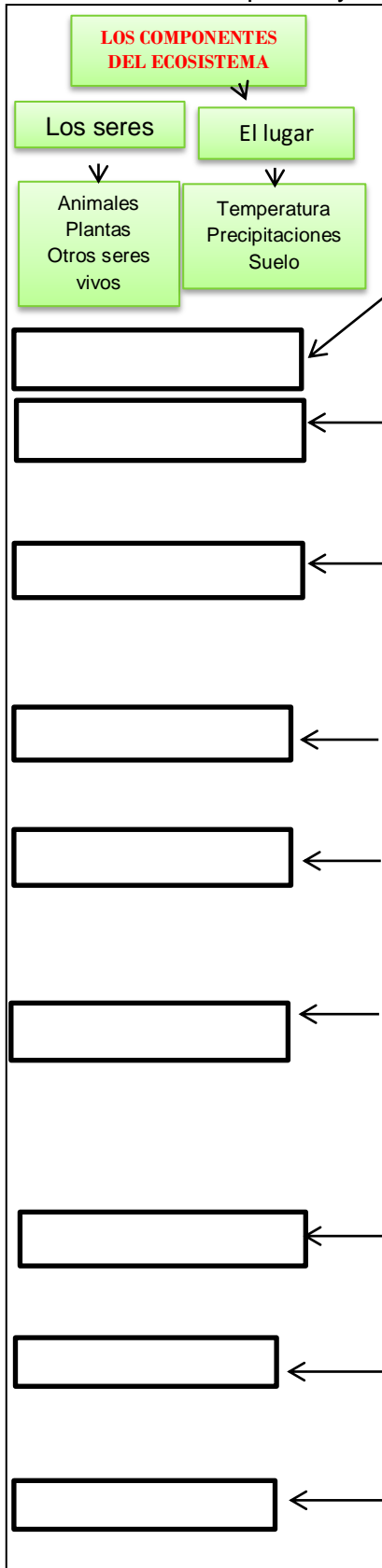
.....

.....

.....

.....

Ahora trabaja con el siguiente texto, guiándote de los pasos anteriores. Completa los cuadros: a la derecha, con título, subtítulo, etc. Los cuadros de la izquierda con información que te ayudará a construir el esquema.



Los ecosistemas →
¿Qué es un ecosistema? →

En los diferentes lugares de nuestro planeta viven distintos seres vivos. Por ejemplo, en el desierto viven camellos y zorros, y en el Polo Norte viven osos polares y focas. Cada uno de estos lugares tiene características diferentes, por ejemplo, en el desierto hace mucho calor, casi no hay agua y el suelo está cubierto de arena.

Un ecosistema está formado por un lugar y el conjunto de seres vivos que habitan en el mismo. De esta manera, el ecosistema del desierto está formado por el propio desierto y los seres vivos que habitan en él: camellos zorros, serpientes, palmeras, etc.

Los ecosistemas pueden tener tamaños muy diferentes: una pequeña charca en un bosque (pequeña cantidad de agua, menor a un charco) es un ecosistema y el bosque a su vez, es también un ecosistema. El ecosistema más grande y complejo es el planeta Tierra en su conjunto.

Los componentes del ecosistema →

Los componentes de cualquier ecosistema son: los seres vivos y las condiciones físicas del lugar.

Los **seres vivos** más abundantes en un ecosistema son los animales y las plantas. Además, puede haber otros como los hongos o las algas, que no son ni animales, ni plantas. Los animales forman la fauna del ecosistema y las plantas forman la flora.

Las **condiciones físicas** de un lugar son la temperatura, las precipitaciones, el suelo, el agua y la luz. Todos estos elementos influyen en la flora y la fauna de un ecosistema, y viceversa. Así, un oso polar no puede vivir en un ecosistema con temperaturas altas, pero un exceso de animales herbívoros provoca la disminución de la cubierta vegetal.

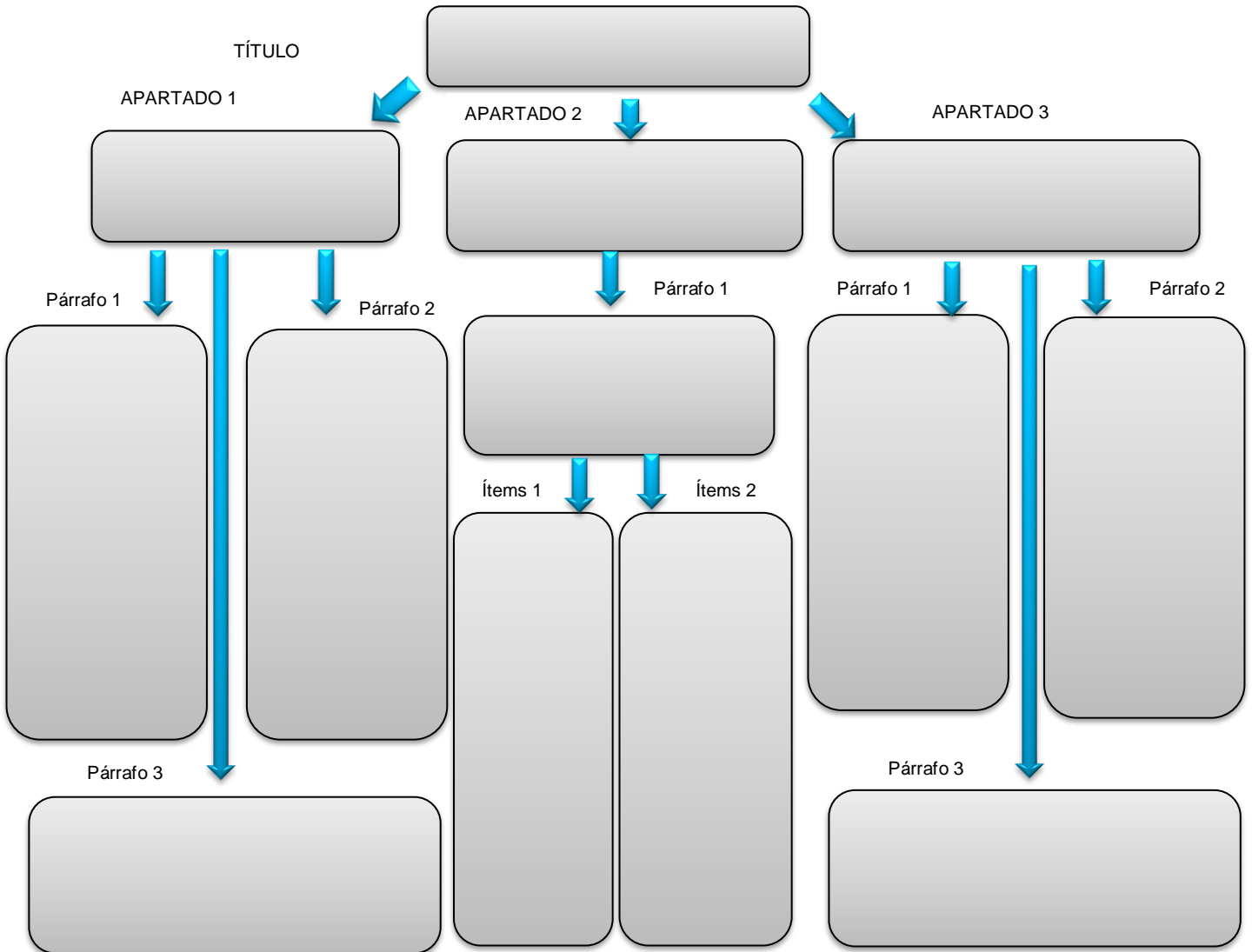
Las relaciones entre los seres vivos en el ecosistema →

Las relaciones más importantes entre los seres vivos son las que se establecen por la alimentación. Los seres vivos de un ecosistema se alimentan unos de otros. Por ejemplo, los lobos se alimentan de cabras montesas y estas cabras comen hierbas.

Todos los seres vivos de un ecosistema que se alimentan unos de otros forman una cadena alimentaria. Así, por ejemplo, los lobos, las cabras montesas y las hierbas forman una **cadena alimentaria**.

En un ecosistema puede haber muchas cadenas alimentarias. Por ejemplo, en la montaña, además de la cadena alimentaria de los lobos, las cabras y las hierbas, puede haber otra cadena formada por las águilas, los conejos y las hierbas.

Completa el siguiente esquema con las ideas principales del texto anterior



Bibliografía:

- Álvarez Pérez, Luis y otros (2006), “¡Orientate bien!... Para que elijas mejor”. Programa para facilitar la elección académica y profesional. Editorial CEPE. Madrid.
- Bruner, J (1995), “Escuelas para pensar. Una ciencia del aprendizaje en el aula” Editorial Paidós. Barcelona.
- Cano García, Elena, Rubio Carbó, Ann y Serrat Antolí, Núria (2010), “Habilidades, estrategias, técnicas y hábitos de estudio” Editorial GRAÓ, Barcelona.
- Costa, Pablo (1993), “Estudiante se hace, no se nace. Taller para estudiar mejor” Editorial Troquel S.S. Buenos Aires
- Crouzel, Cecilia M. (2015), “Descubriendo tu vocación. Camino práctico para un proyecto de vida con sentido”. Editorial Noveduc. Buenos Aires.
- García, Inmaculada S. (2001), “Cómo mejorar el autoconcepto. Programa de intervención para la mejora de habilidades socio-personales en alumnos de secundaria” Editorial CCS, Madrid.
- González Manjón, Daniel y otros (2004), “Taller de comprensión lectora II” Editorial EOS, Madrid
- Ley de Educación Nacional N° 26.206/06
- Ley Provincial de Educación N° 5381/13 Masine, Beatriz; Cortés, Marina y Chemello, Graciela (2010), “Entre nivel primario y nivel secundario: una propuesta de articulación. Alumnos” Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación.
- Mazorío Triana, Isabel y otros “Estrategias didácticas para enseñar a aprender” <http://www.bibliociencias.cu/gsdllibors/index/assoc/HASH143c.dir/doc.pdf>
- Monereo, Carlos y otros. (2006), “Estrategias de enseñanza aprendizaje”. Editorial GRAÓ. España
- Riera Gata, Sonia María y Alonso Carrera, José Félix (2003), ¿Adónde vamos tan deprisa? Programa de inducción a la metacognición y de predisposición al estudio” Edición: Fundación Centro de Estudios de Aprendizaje y Reeducción. Madrid.
- Sancho, Javier Catalina y Román Sánchez José María (2006), “Aprender con autopreguntas. Programa de entrenamiento para alumnos de secundaria. Editorial: CEPE. España.
- Thorne, Kaye (2008), “Motivación y aprendizaje” editorial GRAÓ. Barcelona.
- Tresa, María (2012), “Enseñar a estudiar a niños y adolescentes. Como desarrollar estrategias y hábitos para el aprendizaje” Editorial Noveduc. Buenos Aires
- Vallés Arándiga, Antonio y Vallés Tortosa, Consal (2006), “Comprensión lectora y estudio. Intervención psicopedagógica” Editorial PROMOLIBRO. Valencia
- <https://orientacionparatodos.wordpress.com/2011/08/09/por-que-es-importante-hacer-un-plan-de-vida-como-hago-el-mio/>



MATERIAL DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA

PROHIBIDA SU VENTA



IMPRESO EN TODO FOTO CATAMARCA

SAN FERNANDO DEL VALLE DE CATAMARCA

OCTUBRE 2018



**EDUCACIÓN,
CIENCIA Y
TECNOLOGÍA**
CATAMARCA



**SUBSECRETARÍA
DE EDUCACIÓN**



CATAMARCA
DONDE CRECEN TUS SUEÑOS