



**IMOS PARA O INSTITUTO**

**CADERNO DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA PARA  
6º DE PRIMARIA**



DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN DO IES PLURILINGÜE A PARALAIÁ

*Este caderno pertence a .....*



## 1. Que é a ESO?

A ESO (Educación Secundaria Obligatoria) é unha nova etapa educativa a continuación da Educación Primaria, que se cursa dende os 12 ós 16 anos, aínda que se pode permanecer ata os 18 anos, cumpridos no ano que finalice o curso, nas condicións establecidas na lei (LOMLOE). Forma xunto coa Educación Primaria a ensinanza básica que marcan o final da educación obrigatoria. Consta de 4 cursos.

## 2. As materias que se estudan na ESO

De acordó coa nova lexislación as materias que vas cursar na ESO e a súa distribución horaria son as seguintes:

SESIÓNS/CURSO			
1º ESO	2º ESO	3º ESO	4º ESO
Lingua Galega e Literatura 3	Lingua Galega e Literatura 3	Lingua Galega e Literatura 3	Lingua Galega e Literatura 3
Lingua Castelá e Literatura 3	Lingua Castelá e Literatura 3	Lingua Castelá e Literatura 3	Lingua Castelá e Literatura 3
1ª Lingua Estranxeira 3	1ª Lingua Estranxeira 3	1ª Lingua Estranxeira 3	1ª Lingua Estranxeira 3
Matemáticas 4	Matemáticas 4	Matemáticas 4	Matemáticas A / Matemáticas B 4
Xeografía e Historia 3	Xeografía e Historia 3	Xeografía e Historia 3	Xeografía e Historia 3
Educación Física 2	Educación Física 2	Educación Física 2	Educación Física 2
Bioloxía e Xeoloxía 3	Física e Química 3	Bioloxía e Xeoloxía 2	Relixión/Proxecto competencial 1
Relixión/Proxecto competencial 1	Relixión/Proxecto competencial 1	Física e Química 2	Titoría 1
2ª Lingua estranxeira 2	2ª Lingua estranxeira 2	Relixión/Proxecto competencial 1	<b>Optativa autónoma</b> 3
Educación Plástica, Visual e Audiovisual 2	Música 2	Educación en Valores Cívicos e Éticos 1	Optativa 1 (estatal) 3
Tecnoloxía e Dixitalización 3	Tecnoloxía e Dixitalización 3	Educación Plástica, Visual e Audiovisual 2	Optativa 2 (estatal) 3
Disposición de centro 2	Disposición de centro 2	Música 2	Optativa 3 (estatal) 3
Titoría 1	Titoría 1	Titoría 1	<b>TOTAIS</b> 32
<b>TOTAIS</b> 32	<b>TOTAIS</b> 32	<b>Optativa autónoma</b> 3	
		<b>TOTAIS</b> 32	

Cursarás como primeira Lingua Estranxeira Inglés que manterás durante toda a etapa.

Terás que escoller entre unha 2ª Lingua Estranxeira, neste caso no noso centro poderás elixir entre **Francés e Portugués**.

En cada curso de ESO deberás escoller entre **Relixión (católica o evanxélica)** ou **Proxecto Competencial**, e poderás cambiar esta opción cada ano, se o desexas.

**O noso proxecto competencial** centrarase no estudo da Axenda 2030 e os seus Obxectivos de Desenvolvemento Sostible (ODS). A Asemblea Xeral das Nacións Unidas aprobou en 2015 un plan de acción global en favor das persoas, o planeta e a prosperidade.

A nosa intención é abordar os obxectivos do xeito máis práctico posible, facendo que sexa o propio alumnado quen elabore e poña en marcha plans de accións que nos acheguen á consecución dos ODS.

Mediante a aprendizaxe baseada en proxectos, buscarase involucrar ao alumnado na avaliación da situación de partida actual para os distintos obxectivos buscando posibles melloras

Lembra que o teu novo centro é plurilingüe, co cal todo o alumnado cursará en Inglés unha ou dúas materias por curso ao longo da ESO. **NON TEÑAS MEDO E APROVEITA A OCASIÓN.** Neste 1º curso serán as materias de **EDUCACIÓN FÍSICA e TECNOLOXÍA E DIXITALIZACIÓN.**

### 3. Horas de disposición por parte do centro en 1º da ESO

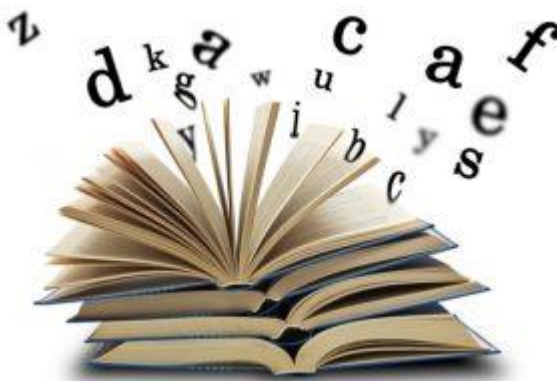
No IES Plurilingüe A Paralaia as horas de disposición no 1º curso, que son dúas, vanse adicar ás materias de Lingua Castelá e Literatura e Lingua Galega e Literatura.

#### LINGUA GALEGA E LITERATURA



Na hora semanal de Oralidade do galego traballaremos **textos orais e planificadas, en intervencións** espontáneas e planificadas, adecuados á situación e á intención comunicativa desexada. adecuados Promoveremos **a fluidez na expresión oral** de ideas propias, sentimentos e sensacións. Favorecemos a **aprendizaxe entre iguais** para fomentar a súa capacidade crítica e autocrítica e o seu poder á hora de perfeccionar a súa propia expresión.

## LINGUA CASTELÁ E LITERATURA



Esta hora extra irá destinada a **fomentar o hábito lector, mellorar a comprensión lectora** (lectura comprensiva) e a **expresión escrita**. A mellora da comprensión lectora e a expresión escrita é fundamental non só para avanzar con éxito no ámbito académico senón para manexarse con soltura en todo tipo de situacións na nosa sociedade fóra dos centros educativos. Romper coa idea de que ler é algo aburrido que se fai por obriga, entender o que se le en todo tipo de contextos e saber comunicarse por escrito con soltura, adecuación e corrección son obxectivos que todo estudante debería alcanzar.

### 4. Tutoría

Cada grupo na Educación Secundaria Obrigatoria ten asignado un profesor/a titor/a que ten as seguintes funcións:

- Coordinar a avaliación e o proceso de aprendizaxe do alumno/a.
- Servir de canle de comunicación entre os/as alumnos/as e os demais membros da comunidade educativa.
- Orientar aos alumnos/as nas opcións académicas e profesionais máis acordes coas súas capacidades e intereses.
- Informar ás familias da evolución do alumnado no centro.



O profesor titor/a ten unha hora de reunión semanal co seu grupo para realizar un seguimento da clase. Tamén dedicará esa hora semanal a realizar actividades tutoriais relacionadas con valores, técnicas de estudo, orientación académica, etc..

O titor/a tamén ten asignada unha hora semanal para reunirse cos pais/nais.

Dependendo do curso, realízanse unha serie de programas e actividades propostas polo Departamento de Orientación.

O teu titor/a será unha figura moi importante ao longo da ESO, e aínda que cambiará en cada curso, será a persoa que mellor te coñeza e a quen debes acudir cando precisas algún tipo de axuda ou información. Ó chegar ó Instituto, o teu **titor ou titora** axudarache a resolver todas as dúbidas que teñas, e será o teu guía para integrarte e adaptarte ao novo centro.

Pero ademais vas atoparte co teu **compañeiro/a titor/a** que tes asignado e que está en 2º da ESO e que che servirá de guía especialmente no 1º trimestre; el/ela será ese compañeiro/a ao que poderás acudir para solucionar cantas dúbidas e preguntas teñas nese primer momento de integración ao teu novo centro.

Ademais no centro existen **OS MEDIADORES ESCOLARES**, que son compañeiros/as de cursos superiores que se formaron para axudar aos demais na resolución pacífica de pequenos conflitos. Este curso ademais teremos a figura do **CIBERMENTOR** que che guiará e te axudará na resolución de dúbidas e pequenos conflitos no uso das redes sociais e internet.

## 5. Avaliación e Promoción de curso

A avaliación consiste en valorar se os/as alumnos/as acadan as competencias e os obxectivos educativos establecidos nas diferentes materias. Esta valoración (que se reflicte nas notas) realízase trimestralmente polos profesores/as do grupo, coordinados polo titor/a. Os resultados que se fan constar no teu expediente son os de final de curso.

A valoración exprésase igual que en primaria, mediante estas cualificacións:

<b>Sobresaliente</b> .....	<b>9 ou 10</b>
<b>Notable</b> .....	<b>7 ou 8</b>
<b>Ben</b> .....	<b>6</b>
<b>Suficiente</b> .....	<b>5</b>
<b>Insuficiente</b> .....	<b>4, 3, 2 ou 1</b>

Os alumnos e as alumnas terán promoción de curso no caso de superaren todas as materias cursadas ou teren avaliación negativa en dúas materias como máximo, e repetirán curso cando teñan avaliación negativa en tres ou máis materias; neste último caso o equipo docente poderá decidir a promoción dunha alumna o dun alumno, sempre que se cumpran todas as condición seguintes:

- que a media aritmética das cualificacións obtidas en todas as materias nas que estea matriculado/a nese ano académico sexa igual ou superior a cinco
- que o equipo docente considere que a natureza das materias non superadas lle permite seguir con éxito o curso seguinte
- que estime que ten expectativas favorables de recuperación e
- que a devandita promoción beneficiará a súa evolución académica.



As materias pendentes de cursos anteriores contan tamén para a promoción. É importante saber que as materias coa mesma denominación (é dicir o mesmo nome) en diferentes cursos da ESO consideraranse materias distintas.

Na ESO pódese repetir un total de dúas veces en toda a etapa. A repetición é unha medida de carácter excepcional; o/a alumno/a que repita terá un plan específico personalizado con cantas medidas se consideren axeitadas para este alumnado.

Ao rematar 2º e 4º de ESO cada alumno recibirá un **Consello Orientador** do equipo de profesores con recomendacións sobre o itinerario a seguir no curso seguinte e o informe do grao de consecución das competencias e o logro dos obxectivos.

## 6. Recuperacións

No caso de suspender algunha materia nun trimestre terás a oportunidade de recuperala no seguinte. Se no 3º trimestre suspendes algunha materia deberás presentarte as **probos de recuperación en XUÑO. LEMBRA que dende o curso 2021-2022 xa non existen probos extraordinarias en setembro.**

O/a alumno que pase de curso con materias sen superar deberá seguir un plan de reforzo en cada unha das materias, destinado a súa recuperación e a súa superación.

## 7. Titulación

Unha vez rematada a ESO, os alumnos que superen todas as materias obterán o título de GRADUADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA. Este título permite o acceso ós seguintes estudos:

- ✓ Bacharelato (2 cursos)
- ✓ Formación profesional de grao medio (2 cursos)
- ✓ Ensinanzas especiais: de artes plásticas e deseño e ensinanzas deportivas

## 8. Medidas de atención á diversidade

Ao longo de cada curso de ESO o instituto organizará diferentes medidas de atención á diversidade para axudar ao alumnado no caso de que presente dificultades de aprendizaxe, sempre que demostre interese por aprender e superarse. Estas medidas serán propostas polo profesorado e poden ser:

- |                                                |                                                                              |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| - Exención de 2ª lingua estranxeira en 1º e 2º | - Programas de diversificación curricular                                    |
| - Adaptacións curriculares das materias        | - Apoio por parte do profesorado especialista en Pedagogía Terapéutica       |
| - Reforzos                                     | - Grupos de adquisición de linguas para o alumnado procedente do estranxeiro |
| - Agrupamentos Flexibles                       |                                                                              |
| - Desdobramentos de grupos                     |                                                                              |
| - Integración de materias en ámbitos           |                                                                              |

Tamén daremos resposta a aquel alumnado que polas súas características sexa quen de ter un programa de enriquecemento, este farase dentro da aula ordinaria e a través das liñas dos Contratos Programas. En 3º ESO e en 4º da ESO hai programas específicos de enriquecemento nas Linguas Estranxeiras.

## 9. Avaliación inicial (Preavaliación)

Nas primeiras tres semanas de clase, en todos os cursos de ESO, realizaranse actividades de avaliación inicial nas materias, co fin de coñecer os niveis de partida do alumnado. O fin desta avaliación é adaptar as materias ás necesidades dos alumnos. Non é preciso preparar nada, tan só participar con interese e ilusión por comezar un novo curso.

O noso obxectivo é darche a resposta educativa máis axeitada as túas características individuais.



## 10. Os horarios do instituto

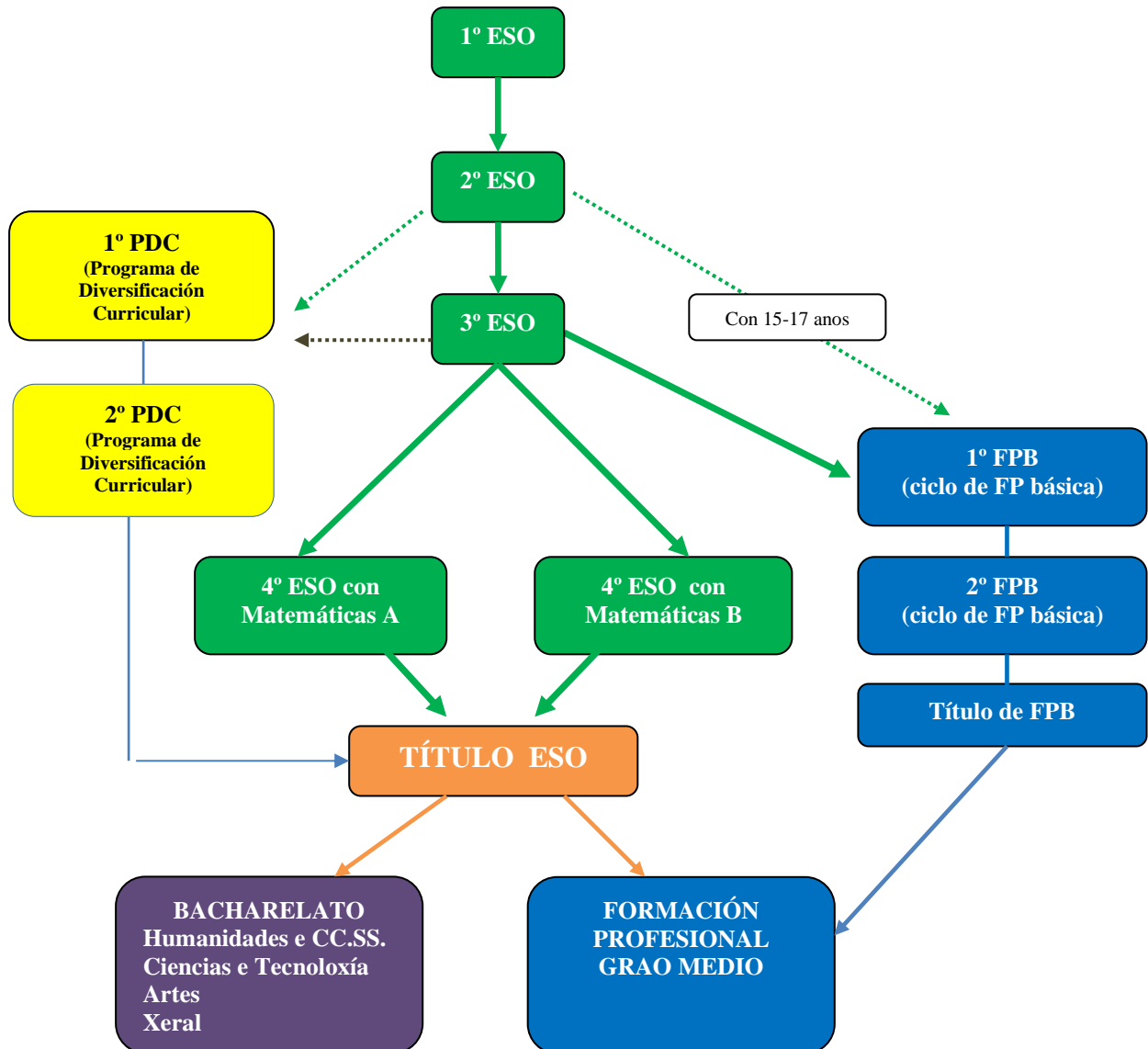
Terás un total de 32 sesións semanais de 50' distribuídas na seguinte táboa. Como ves a hora de entrada é ás 8.30 e a de saída ás 14.00, é os luns, de 16.00 a 17.40. Haberá un recreo de 30 minutos de 11.00 a 11.30.

A modo de exemplo este sería un horario tipo de 1º da ESO. Nel podes ver que algunhas materias teñen as dúas sesións xuntas, normalmente soen ser a Educación Física e Educación Plástica e Visual.

Hora	Luns	Martes	Mércores	Xoves	Venres
8:30 – 9:20	Tecnoloxía e Dixilitación	2ª Lingua estranxeira/Exención	Educ. Plástica e visual	Lingua castelá	Lingua castelá
9:20 – 10:10	Inglés	Matemáticas	Educ. Plástica e visual	Lingua galega	Matemáticas
10:10 – 11:00	Titoría	Lingua castelá	2ª Lingua estranxeira/Exención	Inglés	Relixión/Proxecto Competencial
11:00 – 11:30	RECREO				
11:30 – 12:20	Lingua galega	Xeografía e historia	Matemáticas	Matemáticas	Inglés
12:20 – 13:10	Tecnoloxía e Dixilitación	Bioloxía e xeoloxía	Xeografía e historia	Educación física	Tecnoloxía e Dixilitación
13:10 – 14:00	Bioloxía e xeoloxía	Lingua galega	Bioloxía e xeoloxía	Educación física	Oralidade e Lingua Galega
16:00 – 16:50	Lingua castelá				
16:50 – 17:40	Xeografía e historia				

**11. A estrutura do sistema educativo**

Por último presentámosche a **ESTRUTURA DO SISTEMA EDUCATIVO**, na que iremos afondando curso a curso:



## 12. Recomendacións para ter éxito na ESO:

*A ESO é unha etapa máis, e como todos os estudos ten a súa dificultade se non te organizas ben. Podes ter en conta estas recomendacións que che axudarán a ter éxito dende o comezo:*



**1º Utiliza a túa axenda:** Mellor anotar todo (tarefas, datas, dúbidas,...) nunha axenda que nunha simple libreta. A axenda deberá acompañarte sempre e debes tela dispoñible na mesa da clase e na mesa de estudo.

**2º Organiza o tempo de estudo na casa:** Dende o primeiro día de clase elabora un horario de estudo, reserva tempo non só para facer os deberes senón tamén para repasar, adiantar traballos, lectura de libros. Ten en conta as outras actividades que realizas para que o horario sexa realista, pero tamén debe ser flexible, debes revisalo todas as semanas e modificalo se fai falta.

**3º Estuda un pouco cada día:** A dedicación diaria e tranquila aos estudos é a mellor medida para ter éxito. Repasa o que se deu na clase ese día. Todas as semanas convén adicarlle un par de sesións de estudo a cada materia.

**4º Atende na clase e leva os apuntes ó día:** Aproveita o tempo na clase, estate atento ás explicacións do profesor/a, mantente activo/a, pregunta, pide axuda ao profesorado ou aos compañeiros. Cando estudes unha materia procura lembrar o que se explicou na clase.

**5º Prepara os exames con antelación:** En secundaria non terás exames con moita frecuencia, fundamentalmente celebranse en decembro, marzo e xuño. Ademais podes ter máis dun exame nun mesmo día. Se o deixas para o final terás moita materia acumulada e non che dará tempo a estudala. Estuda a diario como se tiveras un exame de cada materia cada semana, así estarás sempre preparado/a e relaxado/a.

**6º Realiza un estudo activo:** Estudar pode resultar aburrido se te adicas soamente a ler ou memorizar. Aplica diferentes técnicas para manterte activo/a e concentrado/a. Lembra este método:

1. Pre - lectura ou lectura rápida.
2. Lectura lenta e comprensiva.
3. Subliñado.
4. Esquema.
5. Memorización do esquema.
6. Repaso.

COMPROBA O QUE SABES:

1. Cantos ciclos hai na ESO?

.....

2. Cales son os requisitos para promocionar de curso?

.....

.....

3. Cantas veces se pode repetir en total?

.....

4. Cantas horas de clase hai cada día?

.....

5. Cantos titores vas ter o vindeiro curso?

.....

6. Cal é a finalidade da avaliación inicial na ESO?

.....

.....

7. Que se pode estudar despois da ESO?

.....

8. Que materia desexas escoller en 1º de ESO das de libre configuración?

.....

Por que?

.....

.....

9. Que 2ª Lingua Estranxeira vas a escoller?

.....

Por que?

.....

.....



IES Plurilingüe A Paralaia  
O Redondo s/n  
36950 Moaña  
Teléfono: 886120354  
e-mail: [ies.paralaia@edu.xunta.es](mailto:ies.paralaia@edu.xunta.es)  
Web: [www.edu.xunta.es/centros/iesaparalaia](http://www.edu.xunta.es/centros/iesaparalaia)