



ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL

3º ESO

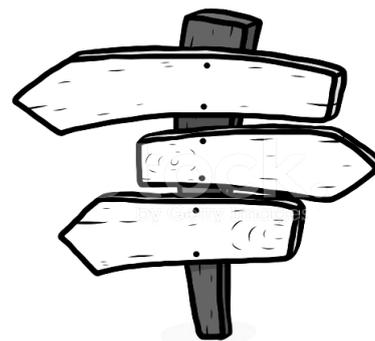
Nombre: _____

En este curso escolar empezamos a **tomar decisiones** sobre lo que queremos hacer en nuestro futuro, son muchas las opciones que se nos presentan y muchas las dudas que nos surgirán. Todo esto implica un proceso para tomar decisiones, debemos intentar que lo que elijamos lo hagamos de forma adecuada, conociendo nuestras posibilidades, tanto personales como académicas.

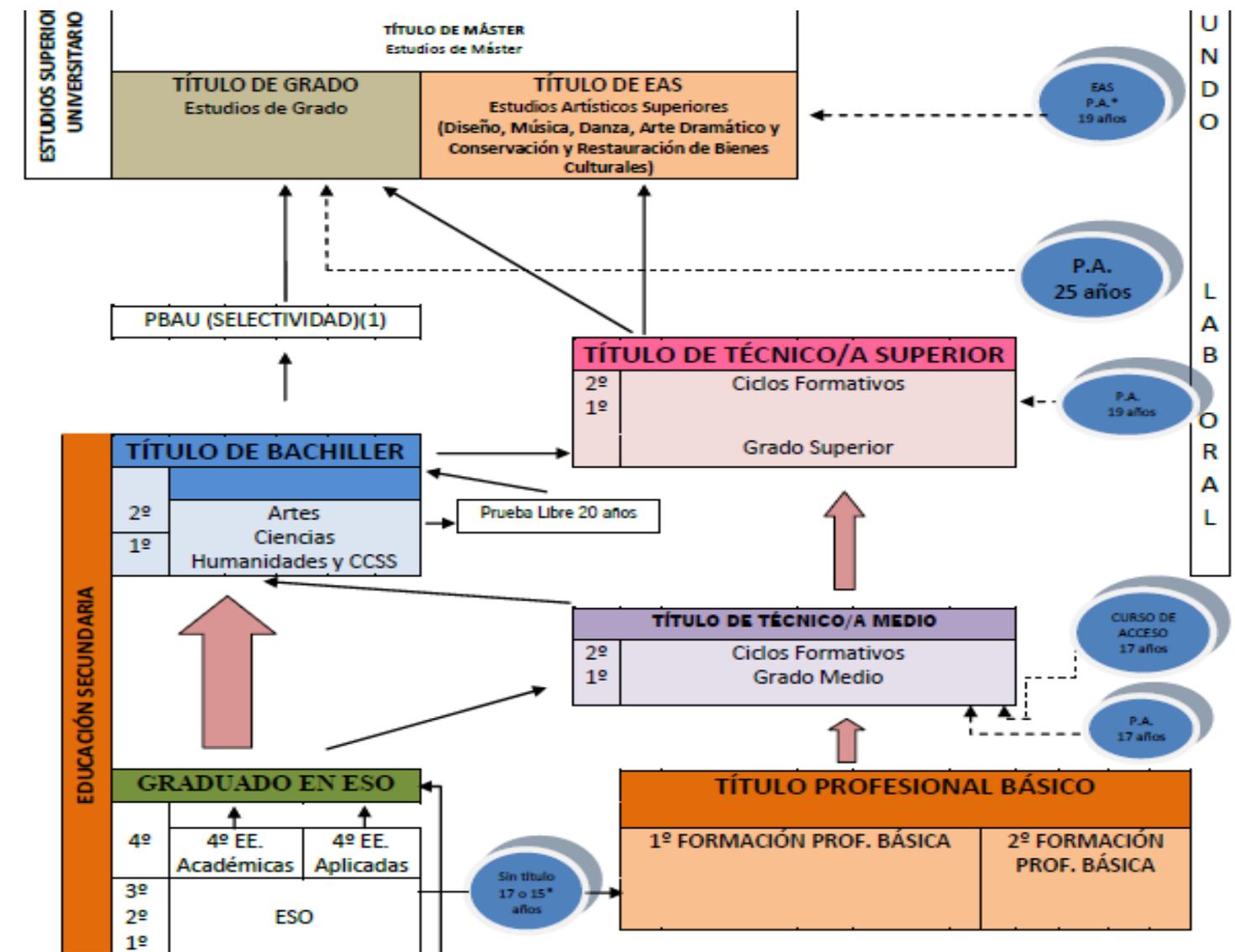
Aunque todos los días tenemos que tomar decisiones, qué ropa me pongo, qué película veré en el cine con mis amigos, etc., algunas son más trascendentales que otras y debemos aprender a tomarlas adecuadamente, para ello empezamos en este curso el proceso de aprender a tomar decisiones.

En la decisión sobre nuestro futuro profesional deben trabajarse tres aspectos principales, que iremos abordando a lo largo de este curso y más en profundidad cuando estemos en 4º de ESO. Estos aspectos son:

- Autoconocimiento
- Conocimiento del entorno académico y profesional
- Toma de decisiones



ANTES DE COMENZAR VAMOS A SITUARNOS



AUTOCONOCIMIENTO

ME INTERESA...

Todos/as consideramos más importantes unas cosas que a otras. A lo que damos más importancia lo llamamos intereses. Y a ti, ¿Qué es lo que más te interesa?

	Vivir lo mejor posible
	El dinero sobre todo
	La fama, el ser reconocido por los demás
	Preocuparme por los otros, ayudar a los demás
	Tener un trabajo seguro
	El saber, la cultura
	La creatividad, hacer cosas originales
	La independencia
	Tener amigos y poder relacionarme
	Los temas religiosos
	Cambiar la sociedad
	Otros (indica cuáles)

ME GUSTA...

A todos/as no nos gustan las mismas cosas, las mismas asignaturas, los mismos deportes, etc. ¿Cuáles son tus gustos?

	La naturaleza, vivir en el campo
	Las empresas difíciles, las situaciones arriesgadas
	Relacionarme con mucha gente
	No tengo gustos definidos, sigo la corriente
	Hacer muchas cosas, la actividad continua
	Tener todo siempre previsto y ordenado
	Las actividades en las que puedo utilizar el lenguaje
	La anarquía, hacer las cosas según vienen
	Trabajar con números
	Pensar reflexionar antes de hacer las cosas
	Vivir en la ciudad
	La creatividad, las cosas originales
	Otros (indica cuáles)

HISTORIAL ACADÉMICO: ¿CUÁL ES MI RENDIMIENTO ESCOLAR?

1. Escribe las calificaciones finales de 1º y 2º de ESO y las que esperas obtener en 3º de acuerdo a tus resultados actuales:

MATERIAS	Curso: 1º	Curso: 2º	Curso 3º
Ciencias Naturales			
Biología/ Geología			
Física/ Química			
Ciencias Sociales			
Geografía e Historia			
Lengua y Literatura			
Matemáticas			
Inglés			
Música			
Tecnología			
E. Plástica y Visual			
Educación Física			

A. ¿Cuáles son las 3 materias en las que obtienes mejores resultados:

B. ¿Cuáles son las 3 materias que se te dan peor?:

2. Relaciona las asignaturas con las aptitudes siguientes.

Destaca ahora las áreas en las que has obtenido, a lo largo de tu escolaridad, los mejores resultados y en las que has encontrado más dificultad. Relaciónalas con las aptitudes de aprendizaje que te describimos a continuación. Pregunta las dudas que te surjan.

Razonamiento verbal	Capacidad para solucionar problemas sin usar palabras ni números. Es la aptitud que utilizamos cuando reflexionamos.
Aptitud verbal	Capacidad de palabra para expresar y comprender cuestiones o problemas.
Aptitud numérica	Capacidad para el manejo de números y la resolución de problemas. Es la aptitud implicada en el cálculo y la resolución de problemas matemáticos.
Aptitud espacial	Habilidad para imaginar objetos en distintas posiciones en el espacio. Es una aptitud que ponemos en juego al dibujar.
Aptitud mecánica	Capacidad para comprender e imaginar los principios de la naturaleza en los que se basa el funcionamiento de las máquinas.
Aptitud física	Habilidad para desempeñar actividades que conlleven el desarrollo corporal. Supone agilidad, destreza corporal y manual, coordinación motora, rapidez de movimientos, resistencia al cansancio y fortaleza física.
Aptitud artística	Capacidad para usar colores, formas y sonidos, de una manera equilibrada y creativa.

Memoria	Capacidad para recordar hechos, acontecimientos y otros datos.
Atención	Habilidad y facilidad de concentración durante la realización de una tarea

Áreas con mejores resultados	Aptitudes que implican
Áreas con peores resultados	Aptitudes que implican

3. Observa ahora la correspondencia entre algunas asignaturas y profesiones futuras.

CIENCIAS NATURALES	MATEMÁTICAS	LENGUA EXTRANJERA
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Antropología ➤ Biología ➤ Construcción ➤ Enfermería ➤ Medicina ➤ Veterinaria ➤ Ganadería ➤ Floricultura ➤ Geología ➤ Ciencias Ambientales 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Informática ➤ Arquitectura ➤ Administración ➤ Ingenierías ➤ Pilotaje aéreo ➤ Comercio ➤ Farmacia ➤ Física ➤ Química ➤ Económicas y empresariales 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Seguros ➤ Traducción e interpretación ➤ Relaciones públicas ➤ Secretariado ➤ Periodismo ➤ Comercio y marketing ➤ Edición de libros ➤ Hostelería y turismo ➤ Administración y dirección de empresas
CIENCIAS SOCIALES	EXPRESIÓN PLÁSTICA	MÚSICA
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abogacía ➤ Asesorías ➤ Biblioteconomía ➤ Criminología ➤ Psicología ➤ Relaciones públicas ➤ Geografía ➤ Relaciones laborales ➤ Trabajo social 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bellas Artes (pintura, escult.) ➤ Antigüedades ➤ Guía de Museos ➤ Decoración ➤ Moda ➤ Joyería ➤ Diseño gráfico ➤ Restauración de obras de arte ➤ Cerámica, vidriería... 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Crítica musical ➤ Composición ➤ Constructor de instrumentos ➤ Concertista ➤ Arreglos musicales ➤ Músico ➤ Vocalista ➤ Coros ➤ Dirección de orquestas

MIS APTITUDES

1. Lee el siguiente inventario de aptitudes y contesta con sinceridad de acuerdo a la siguiente clave: rodea el **5** si consideras que el nivel de esa habilidad es Muy alto; **4** si es Alto; **3** si es Medio; **2** si es Bajo y **1** si es Muy bajo

GRUPO 1	Habilidades manuales o mecánicas	
	Dibujar, moldear...	5 4 3 2 1
	Construir, colocar...	5 4 3 2 1
	Mover, arrastrar...	5 4 3 2 1
	Trabajos de precisión...	5 4 3 2 1
	Lavar, restaurar...	5 4 3 2 1
	Cortar, presionar...	5 4 3 2 1
	Manejar herramientas.	5 4 3 2 1
	Ajustar, rellenar, reparar...	5 4 3 2 1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>	
GRUPO 2	Habilidades para el deporte y actividades al aire libre	
	Coordinación de manos, pies y visión.	5 4 3 2 1
	Nadar	5 4 3 2 1
	Navegar	5 4 3 2 1
	Cultivar huertos y campos	5 4 3 2 1
	Cuidar animales	5 4 3 2 1
	Otras:	5 4 3 2 1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>	
GRUPO 3	Habilidades para acabar las cosas y los detalles	
	Realizar instrucciones muy detalladas.	5 4 3 2 1
	Tener las cosas hechas a tiempo, en sus plazos	5 4 3 2 1
	Llevar muchas actividades al mismo tiempo.	5 4 3 2 1
	Saber encontrar los materiales y lo que se necesite.	5 4 3 2 1
	Ordenar, organizar, tabular, clasificar, archivar...	5 4 3 2 1
	Escribir a máquina o en el ordenador.	5 4 3 2 1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>	
GRUPO 4	Habilidades para el manejo de cifras, números y gastos	
	Aptitud numérica: recordar cifras, calcular mentalmente..	5 4 3 2 1
	Contar, calcular con rapidez.	5 4 3 2 1
	Saber ahorrar y gastar el dinero.	5 4 3 2 1
	Saber valorar lo que valen las cosas y los trabajos.	5 4 3 2 1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>	
GRUPO 5	Habilidades para influir y persuadir a los demás	
	Dar confianza, inspirar confianza...	5 4 3 2 1
	Animar a la gente.	5 4 3 2 1
	Persuadir, debatir, influir, convencer...	5 4 3 2 1
	Arbitrar, mediar, juzgar...	5 4 3 2 1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>	
GRUPO 6	Aptitudes manipulativas o de manejo de las cosas	

	Demostrar, realizar actividades artísticas, presentar...	5	4	3	2	1
	Sentido teatral.	5	4	3	2	1
	Tocar música, bailar, cantar...	5	4	3	2	1
	Hacer reír a la gente, alegrarles, tener sentido del humor...	5	4	3	2	1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>					
GRUPO 7	Aptitudes lingüísticas, de lectura y escritura					
	Leer, releer, revisar, leer con rapidez...	5	4	3	2	1
	Componer, comparar, definir, explicar...	5	4	3	2	1
	Traducir, hacer de intérprete.	5	4	3	2	1
	Resumir, esquematizar...	5	4	3	2	1
	Escribir, hacer redacciones y artículos, cuentos, diarios...	5	4	3	2	1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>					
GRUPO 8	Aptitudes para planificar, organizar, dirigir.					
	Hacer planes.	5	4	3	2	1
	Diseñar proyectos cercanos o futuros.	5	4	3	2	1
	Organizar a los demás: distribuir funciones, agrupar...	5	4	3	2	1
	Iniciar actos y actividades.	5	4	3	2	1
	Guiar, motivar, animar a los otros.	5	4	3	2	1
	Dirigir, mandar, ordenar...	5	4	3	2	1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>					
GRUPO 9	Aptitudes para enseñar, educar, ayudar.					
	Informar, mostrar, presentar...	5	4	3	2	1
	Enseñar, enseñar a aprender...	5	4	3	2	1
	Aconsejar, orientar, solucionar...	5	4	3	2	1
	Animar, motivar, facilitar...	5	4	3	2	1
	Desarrollar en los demás sus fuerzas y aptitudes.	5	4	3	2	1
	Ayudar, acompañar, consolar...	5	4	3	2	1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>					
GRUPO 10	Aptitudes para el arte, la creatividad y la innovación					
	Imaginar.	5	4	3	2	1
	Innovar, renovar.	5	4	3	2	1
	Crear	5	4	3	2	1
	Dibujar, pintar...	5	4	3	2	1
	Memoria espacial y fotográfica.	5	4	3	2	1
	Descubrir, investigar...	5	4	3	2	1
	Analizar.	5	4	3	2	1
	<i>Suma las puntuaciones rodeadas</i>					

2. Ahora fíjate en qué grupos has obtenido las puntuaciones más altas. Escribe los tres primeros ordenados de mayor a menor:

1º grupo: es el grupo de aptitudes para.....

2º grupo: es el grupo de aptitudes para.....

3ª grupo: es el grupo de aptitudes para.....

PERSONALIDAD

Mira los siguientes *tipos de personalidad* que estableció el psicólogo norteamericano **Holland**.

- **TIPO REALISTA:** persona a la que le gusta trabajar con herramientas, cosas, máquinas. Les disgusta trabajar con personas, enseñar, expresar sus ideas y pensamientos, educar a otros...
Rasgos de su personalidad: estables, sinceros, francos, robustos, prácticos, seguros de sí mismos, materialistas... (Código **R**)
- **TIPO CONVENCIONAL:** persona que prefiere trabajar con datos (palabras, códigos, lenguajes, cifras, números....) Les disgusta todo lo que no esté ordenado y sistematizado.
Rasgos de su personalidad: ordenados, concienzudos, detallistas, eficaces, muy rígidos consigo mismos, controlan mucho sus actividades y sus horarios... (Código **C**)
- **TIPO EMPRENDEDOR:** persona a la que le encanta poder influir sobre los demás. Les gusta dirigir, agrandar, organizar, mandar, supervisar, coordinar, controlar, siempre para obtener beneficios económicos y de progreso. Prefieren ser los empresarios de sus propias actividades o de sus negocios. No les gustan los trabajos intelectuales o de concentración.
Rasgos de su personalidad: persuasivos, enérgicos, dominantes, ambiciosos, seguidores de la moda... (Código **E**)
- **TIPO SOCIAL:** persona que desea trabajar con personas, para ayudarlas, enseñarlas, conducir las... No les gusta en absoluto trabajar con herramientas, objetos, maquinaria...
Rasgos de su personalidad: comprensivos, cooperadores, con deseos de ayudar, sociables, diplomáticos, delicados y con tacto, con un gran sentido de la ética y de la moral... (Código **S**)
- **TIPO ARTÍSTICO:** persona creativa, que prefiere trabajar con su propio cerebro y a partir de sus ideas personales. Les encanta la innovación, la imaginación, la creación... Odian las normas, lo que está demasiado estructurado, los esfuerzos físicos...
Rasgos de su personalidad: imaginativos, idealistas, intuitivos, expresivos, artísticos, bohemios, algo deseosos de aislarse de los demás, o de hacer las cosas individualmente... (Código **A**)
- **TIPO INVESTIGADOR:** persona a la que le gusta resolver problemas abstractos y difíciles. Les encanta observar, analizar, profundizar, estudiar, buscar las causas de las cosas. Odian hacer cosas repetitivas y estar rodeadas de gente a la hora de trabajar.
Rasgos de su personalidad: independientes, analíticos, intelectuales, precisos, curiosos..(Código **I**)

1. Tienes que escoger a qué **tipo de personalidad** crees que perteneces. Puedes escoger tres códigos por orden de preferencia:

- Primer código:
- Segundo código:
- Tercer código:

O sea, que según los tipos de personalidad de *Holland*, serías una persona de tipo:

2. Trata ahora de definir tu estilo personal, teniendo en cuenta la siguiente información:

CUIDADOSO	<ul style="list-style-type: none">• Evitas hacer faltas o cometer errores• Das mucha importancia a los detalles• Eres perfeccionista, no te asusta que te salga mal un trabajo.• Tienes mucho poder de concentración.
COOPERADOR	<ul style="list-style-type: none">• Cooperas con tus compañeros, trabajas en grupo.• Eres leal y no traicionas a la gente.• Te adaptas a las necesidades de las demás personas.• Respondes amablemente a las sugerencias de la gente.
DOMINANTE	<ul style="list-style-type: none">• Quieres dominar, ser quien lleve las riendas.• Deseas influir sobre los demás.• Tomas la iniciativa.• Aceptas la responsabilidad.
DINÁMICO	<ul style="list-style-type: none">• Eres muy activo.• Trabajas muy duro (o estudias mucho)• Tienes vigor y energía.• Puedes tener el trabajo siempre al día.
FUERTE, RESISTENTE	<ul style="list-style-type: none">• Te sobrepones a las dificultades.• Estás siempre alegre y de buen humor.• Aceptas serenamente las críticas.• No tienes miedo y te sabes dominar.
AUTOSUFICIENTE	<ul style="list-style-type: none">• Te las apañas sin ayuda de nadie.• Tienes un montón de ideas y de recursos.• Prefieres tomar tus propias decisiones.• Piensas por ti mismo.
SENSIBLE	<ul style="list-style-type: none">• Eres muy sensible y muestras tus afectos.• Las circunstancias y el ambiente te afectan en seguida.• Tienes mucho tacto, no te gusta herir a nadie.• Tienes interés por las cosas de las demás personas.
SOCIABLE	<ul style="list-style-type: none">• Eres muy sociable.• Ofreces amistad y ayuda a la gente.• Tienes muchas amistades.• Tienes un buen temperamento.
HONRADO, LEAL	<ul style="list-style-type: none">• Eres una persona de fiar.• Una de tus cualidades es la honradez.• Trabajas o estudias sin necesidad de que te vigilen.• Eres puntual y tienes palabra.

Tu estilo personal es más bien: *(Explica la razón)*

.....

.....

.....

MIS INTERESES PROFESIONALES

Aquí tienes una lista de profesiones. Pon una (X) en la columna que indique mejor cómo te atrae cada una de ellas. Si no conoces bien alguna profesión deja la línea en blanco.

Nº	PROFESIÓN	Me gusta mucho	Me atrae algo	Me es indiferente	No me gusta
1	Agricultor/a				
2	Electricista/ Electrónico				
3	Investigador/a científico				
4	Comerciante, vendedor/a.				
5	Artista (pintor/a, escultor/a...)				
6	Escritor/a				
7	Profesor/a				
8	Pianista, músico				
9	Juez/a				
10	Médico/a				
11	Modisto/a				
12	Administrativo/a				
13	Meteorólogo/a				
14	Biólogo/a				
15	Azafata/ auxiliar de vuelo				
16	Piloto				
17	Arquitecto/a				
18	Compositor/a de música				
19	Actor/actriz				
20	Secretario/a				
21	Asistente social				
22	Carpintero/a				
23	Veterinario/a				
24	Guía de montaña				
25	Paracaidista				
26	Ebanista				
27	Periodista				
28	Jardinero/a				
29	Cocinero/a				
30	Sacerdote/religiosa				
31	Dentista				
32	Mecánico/a de coches, motos...				
33	Deportista (atleta, futbolista...)				
34	Director/a de orquesta				

35	Empresario/a				
36	Dibujante				
37	Químico				
38	Físico, astrónomo				
39	Guardabosques				
40	Policía (secreta, inspector...)				
41	Panadero/a				
42	Fontanero/a				
43	Psicólogo/a, psiquiatra...				
44	Fotógrafo/a				
45	Enfermero/a				
46	Fisioterapeuta				
47	Bibliotecario/a				
48	Relojero/a				
49	Marino				
50	Militar (soldado, oficial...)				
51	Pescador/a				
52	Político				
53	Conductor/a (taxi, camiones..)				
54	Albañil				
55	Pintor/a, decorador/a				
56	Otras				
57					

INVESTIGANDO SOBRE LAS PROFESIONES

En esta actividad tienes que buscar datos sobre la profesión que te gustaría realizar o dedicarte en el futuro. Se trata de realizar un cuestionario sobre dos profesiones en concreto a personas de tu entorno familiar o a otras personas que conozcas. Si cada compañero de la clase lo realiza, tendremos información sobre muchas de las profesiones que nos interesan. (Puedes incluir alguna pregunta que consideres interesante, además de las que te ofrecemos como guía):

- Estudios realizados para llegar a ella...
- Forma de acceder (oposiciones, búsqueda activa de empleo...)
- Principales tareas o labores que se desempeñan
- ¿Qué es lo que más te gusta de tu profesión?
- ¿Qué es lo que menos te gusta de tu profesión?
- ¿Recomendarías tu trabajo a otras personas?
- ...

Cuestionario para las profesiones que requieren estudios universitarios.

1.- PROFESIÓN:

2.- ¿QUÉ ESTUDIOS REALIZÓ?:

3.- ¿Hizo prácticas en los últimos cursos de la carrera?

NO

SI. Descríbalo (donde, tiempo...)

4.- ¿Dónde está el mayor número de puestos de trabajo de la carrera?

En la Administración

En la empresa privada

5.- ¿Cuál es el perfil más demandado por las empresas?

6.- ¿Ha estado en el paro?

NO

SI

¿Al volver a trabajar lo hizo en un trabajo similar al que tenía o en otro distinto?

7.- ¿Hay mucho paro en esta carrera?

MUCHO REGULAR POCO NINGUNO

8.- ¿Qué actividades concretas realiza en él? (anotar dos o tres)

9.- ¿Qué cree que es lo mejor de su carrera?

Que es entretenida.

Que no depende de los demás.

Que es un trabajo creativo, variado.

Que se gana dinero

Que te relacionas con gente

Que me gusta

Otras _____

10.- ¿Qué cree que es lo peor de su carrera?

Dificultades para encontrar trabajo.

Que es aburrida.

Que no está bien pagada.

Que no deja tiempo libre.

Otras _____

11.- ¿Se siente satisfecho con su trabajo?

MUCHO BASTANTE POCO MUY POCO NADA

Cuestionario para las profesiones que requieren estudios universitarios.

1.- PROFESIÓN:

2.- ¿QUÉ ESTUDIOS REALIZÓ?:

3.- ¿Hizo prácticas en los últimos cursos de la carrera?

NO

SI. Descríbalo (donde, tiempo...)

4.- ¿Dónde está el mayor número de puestos de trabajo de la carrera?

En la Administración

En la empresa privada

5.- ¿Cuál es el perfil más demandado por las empresas?

6.- ¿Ha estado en el paro?

NO

SI

¿Al volver a trabajar lo hizo en un trabajo similar al que tenía o en otro distinto?

7.- ¿Hay mucho paro en esta carrera?

MUCHO REGULAR POCO NINGUNO

8.- ¿Qué actividades concretas realiza en él? (anotar dos o tres)

9.- ¿Qué cree que es lo mejor de su carrera?

Que es entretenida.

Que no depende de los demás.

Que es un trabajo creativo, variado.

Que se gana dinero

Que te relacionas con gente

Que me gusta

Otras _____

10.- ¿Qué cree que es lo peor de su carrera?

Dificultades para encontrar trabajo.

Que es aburrida.

Que no está bien pagada.

Que no deja tiempo libre.

Otras _____

11.- ¿Se siente satisfecho con su trabajo?

MUCHO

BASTANTE

POCO

MUY POCO

NADA