

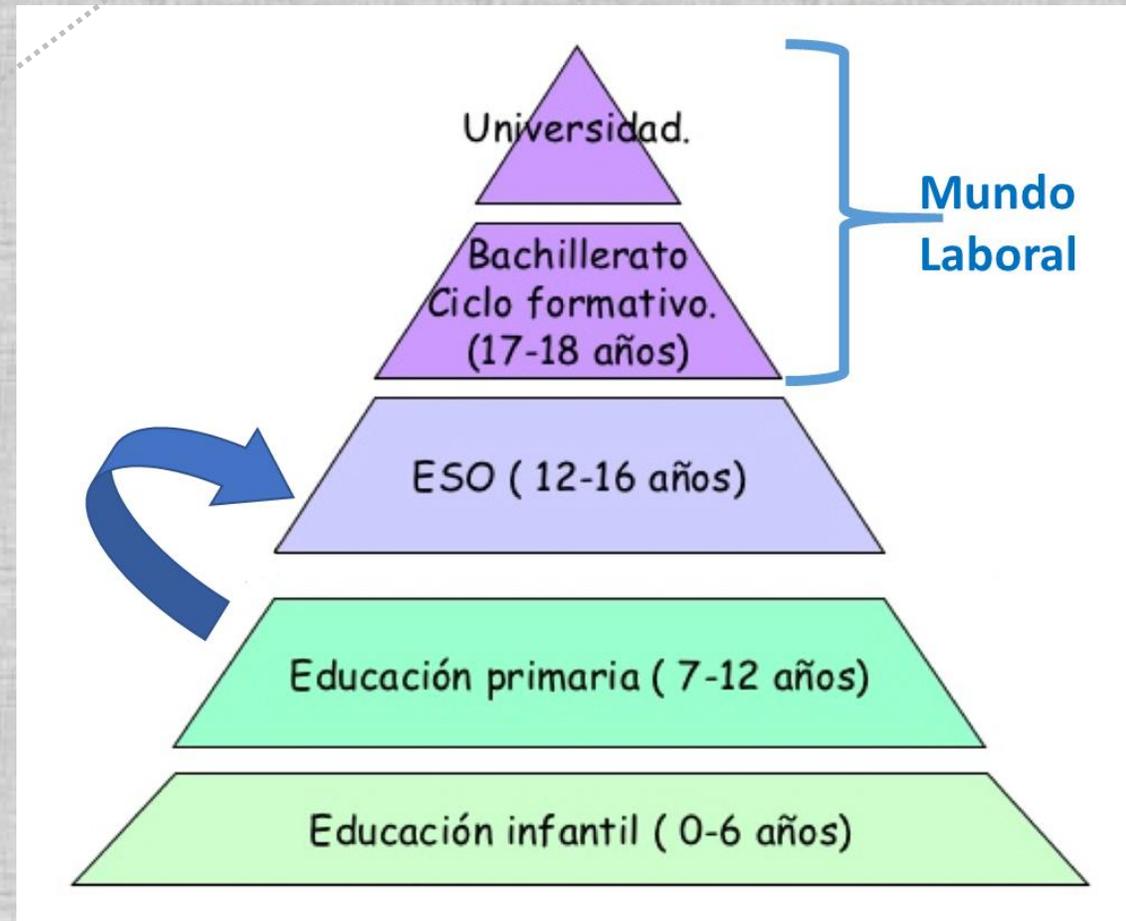
El Tránsito de Primaria a la E.S.O



Documento elaborado
por el EOE de Almuñécar
Curso 2019/2020

El Sistema educativo se compone de varias etapas

El paso de una etapa a otra es una **transición clave** en la vida del alumnado, ya que exige que se adapte a **cambios importantes**.



Diferencias más importantes entre las etapas de Educación Primaria y Educación Secundaria

PRIMARIA

- Centro pequeño y conocido.
- La mayor parte del tiempo en el aula de referencia.
- Un tutor/a y pocos maestros/as.
- Mayor tutorización por parte del maestro/a.
- 25 horas semanales de clase.
- No hay exámenes en septiembre.



SECUNDARIA

- Centro grande y desconocido.
- Mayor número de aulas en las que trabajar.
- Un tutor/a y muchos profesores/as.
- Aumento de áreas y especializaciones.
- Necesitarás tener mayor autonomía.
- 1 hora de tutoría lectiva.
- 30 horas semanales de clase.
- Grupos más numerosos.
- Mayor optatividad en las asignaturas.
- Hay exámenes en Septiembre.



“ EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA ”



- Es una etapa educativa, obligatoria y gratuita, que junto a la Educación Primaria constituye la educación básica.
- Se divide en 4 cursos académicos, entre los 12 y los 16 años, que se organizan en materias y comprenden 2 ciclos: el primer ciclo corresponde a los cursos de 1º, 2º y 3º, que tiene un carácter más formativo, y el segundo ciclo al 4º curso que tiene carácter preparatorio.
- La ESO persigue:
 - Lograr que los alumnos y alumnas adquieran las competencias instrumentales.
 - Desarrollar y consolidar hábitos de estudio y trabajo.
 - Preparar para la incorporación a estudios posteriores y para la inserción laboral.
 - Formar para el ejercicio de los derechos y obligaciones en la vida como ciudadanos.
- Todo ello, a través del desarrollo de las competencias establecidas.

¿Qué tienes que saber de un I.E.S?

-Te vas a un recinto mayor, con más dependencias.



-Mayor número de compañeros/as (algunos/as de otros centros).



- Convivirás con compañeros/as de diferentes edades (la mayoría serán mayores que tú).



- Profesores y profesoras especializados en áreas de conocimiento.



- Dispondrás de un departamento de orientación en el IES (orientador/a, especialista en PT...).



-Horario más restrictivo con cambios de aulas.



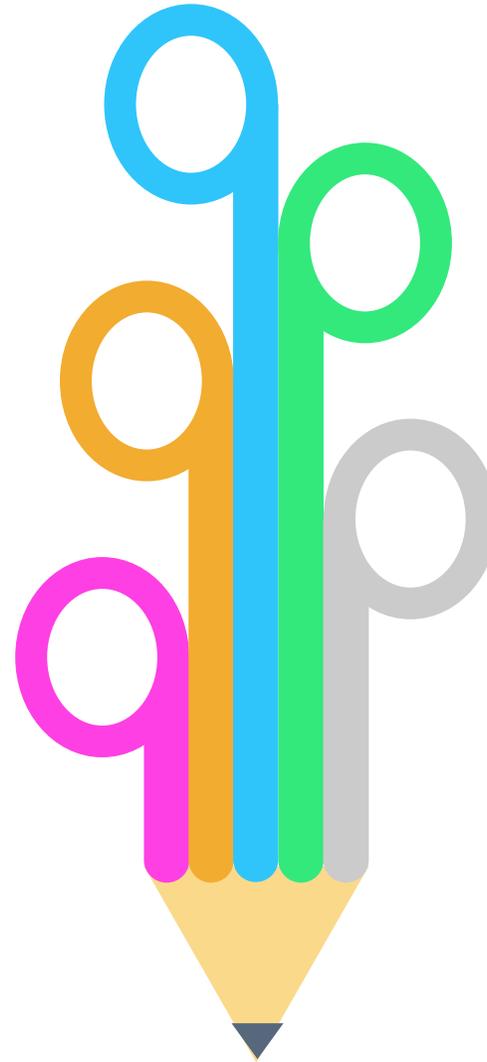
- Normas estrictas: disciplina y partes de convivencia.



- Posibilidad de incorporarte a proyectos novedosos.

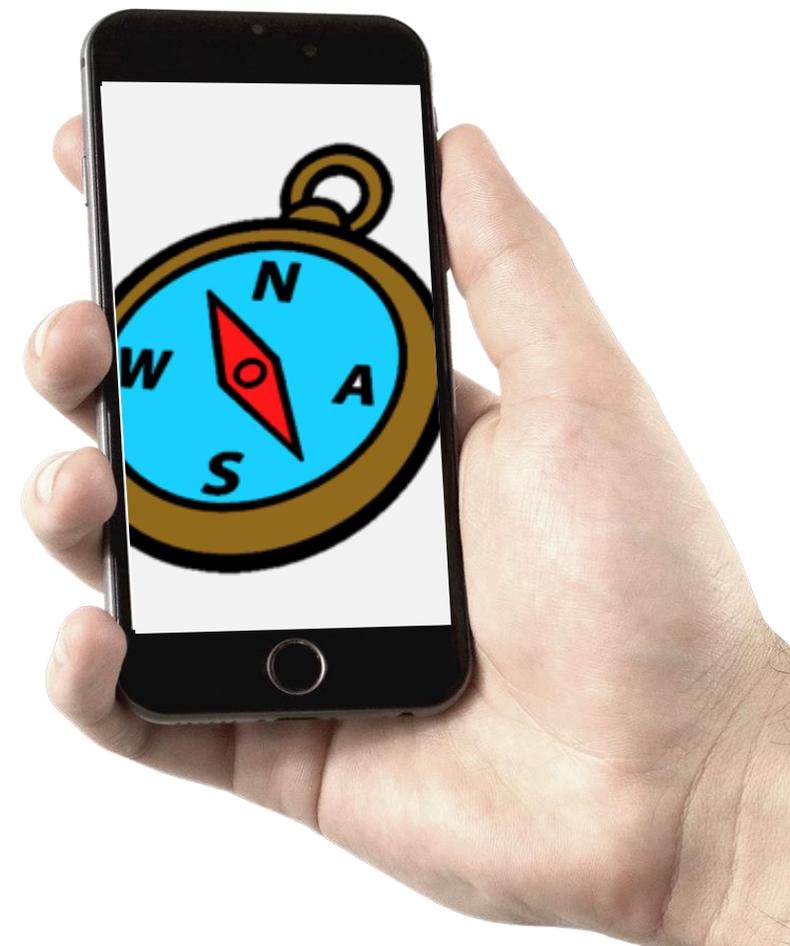


- Mayor facilidad para adaptar tus intereses tanto a nivel personal como en grupo.



Te interesa saber...

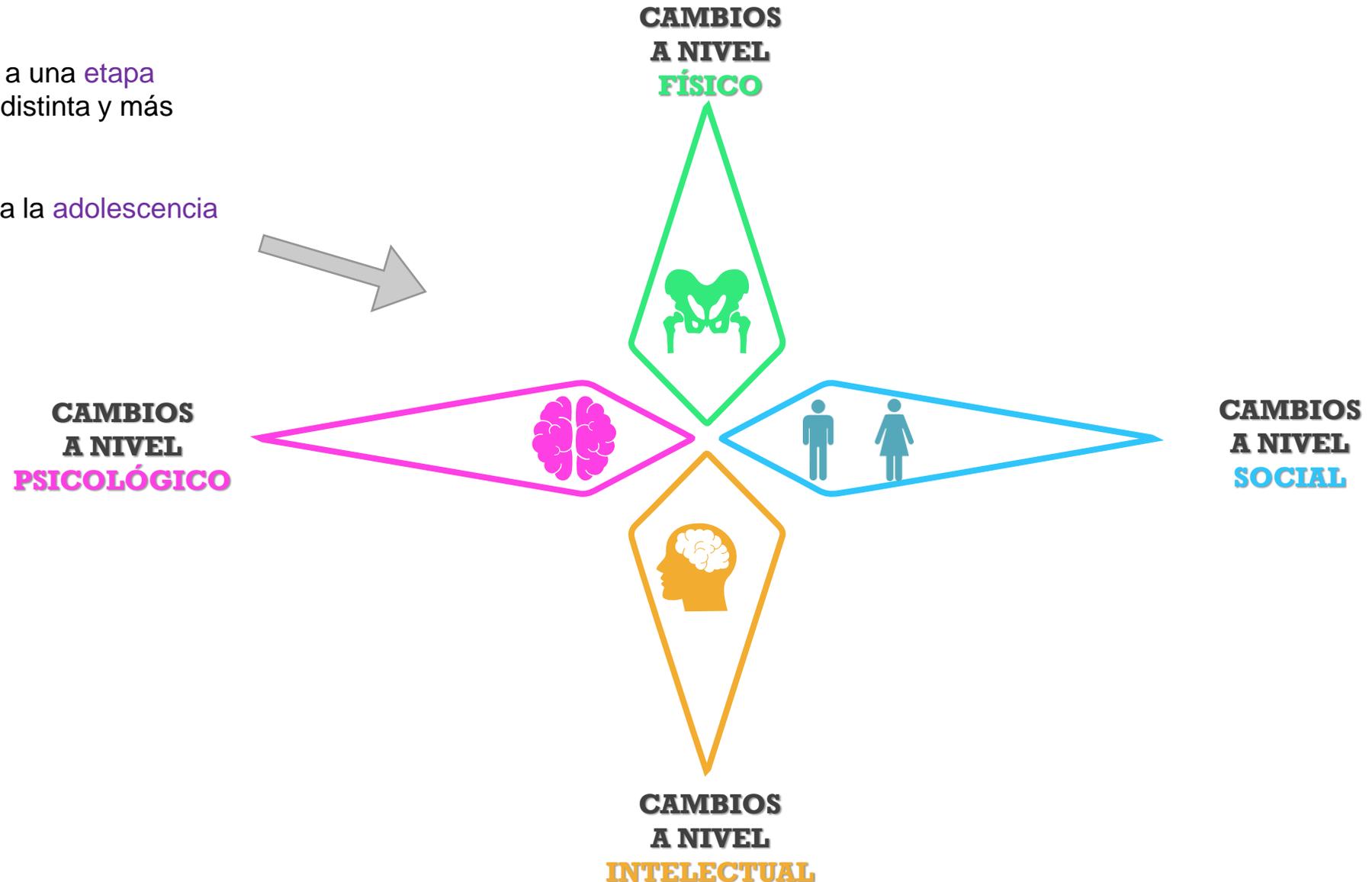
Al igual que en las etapas de Educación Infantil y Educación Primaria contabas con la ayuda y asesoramiento del **Equipo de Orientación Educativa de zona (EOE)**, en la etapa de Educación Secundaria, puedes acudir al **Departamento de Orientación** para solucionar cualquier duda sobre tu presente y futuro académico, proyecto de vida profesional, problemas de convivencia, habilidades sociales, técnicas de estudio, desarrollo emocional,... En definitiva, ante cualquier asunto que te preocupe a nivel **académico, personal y/o familiar**.



Cambios que vais a experimentar:

Es un cambio a una **etapa educativa** muy distinta y más exigente.

En ella se inicia la **adolescencia** que conlleva:



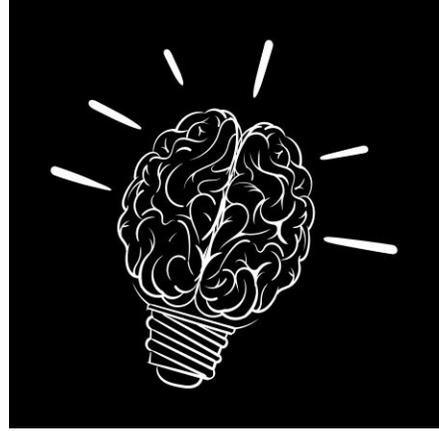
A) Cambios a nivel **FÍSICO**:

La pubertad y comienzo de la adolescencia coincide con el cambio de la etapa de la ESO

- Hay cambios **visibles** y otros **no visibles**.
- Primero en las chicas y luego en los chicos.
- Los cambios visibles en **chicos**: como la pelusa del bigote, el agravamiento de la voz y crecimiento en estatura.
- Los cambios visibles en las **chicas**: crecimiento del vello, crecimiento de los pechos y acumulación de grasa en algunas zonas del cuerpo.
- Y en todos y todas la aparición de las famosas espinillas.
- Cambios no visibles derivados de la **explosión hormonal** que se produce en esta edad.
- Los adolescentes tienen que **elaborar o crear una nueva imagen de sí mismos e interiorizarla**.



- B) Cambios a nivel **PSICOLÓGICO**:

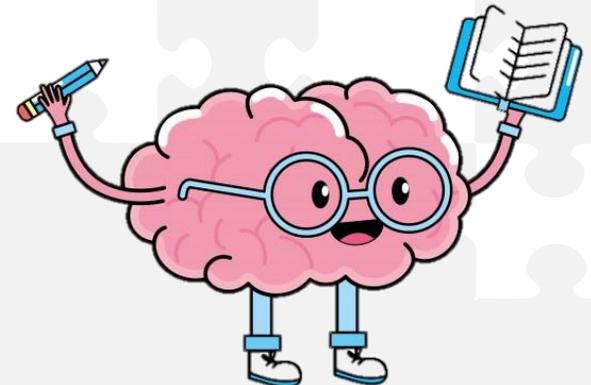


Lo que se traduce en un **cambio en la personalidad** como:

- Se producen **inseguridades**, sentimientos de inferioridad, desconcierto, a veces enfado, el mundo “cambia a sus pies”, y sienten que no hay nada que hacer.
- Estos cambios y los sentimientos que se producen, dan como resultado en la mayoría de los adolescentes, un periodo de introspección, de **egocentrismo**. El centro del mundo son ellos mismos.
- Este espacio interior se llena de **preocupaciones por sí mismos**, por su cuerpo, se llena de sueños, de imaginación, de proyectos, se reinventa la propia personalidad y el carácter, se inventa cómo quiero ser...

- C) Cambios a nivel **INTELLECTUAL**:

- Aumenta la capacidad para **razonar y comunicarse**. (Se pone a un nivel semejante al adulto –o casi-).
- Mejor **comprensión del mundo** que les rodea.
- **Desarrollo moral**:
 - Moral más autónoma con respecto a la de los padres.
 - Ellos eligen sus propios valores.



• D) Cambios a nivel **SOCIAL**:

- Adquieren **independencia**: humor inestable y conflictos con los padres/madres.
- ¡La hora de las **pandillas**!: establecer relaciones con los amigos/as. Es fundamental formar parte del grupo e integrarse en los mismos con todas las consecuencias, de ahí la conformidad con sus reglas, valores, etc.
- Lograr la **identidad**, como medio de expresión, cada vez se mira más en el grupo de amigos/as en contraposición con los padres/madres a los que ven como autoridad por lo que tienden a su separación.



¿Qué pueden hacer las familias para favorecer el tránsito?(I)



Acompañamiento en los cambios: comprenderlos y estar alerta ante posibles dificultades.



Fomento de la autoestima: evitar las comparaciones con iguales y reconocer sus conductas positivas.

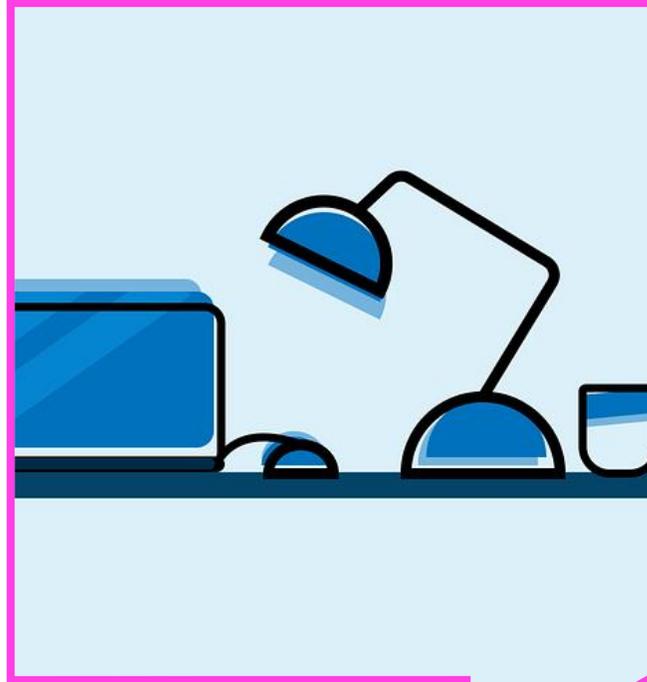


Responsabilidad: fomentar que sus hijos/as sean autosuficientes y facilitar la toma de decisiones de forma adecuada.

¿Qué pueden hacer las familias para favorecer el tránsito?(II)



Resolución positiva de los conflictos: usar el conflicto como una oportunidad de aprendizaje y no como algo negativo. Ser asertivos/as.



Lugar de estudio: facilitar ambiente y materiales adecuados; potenciar actividad física y el ocio y tiempo libre.



Uso de las TICs: poner límites, facilitar alternativas de ocio y fomentar una actitud crítica hacia posibles riesgos.

Cómo afrontar estos cambios con éxito tanto tú como tu familia:



A) Respecto al INSTITUTO:

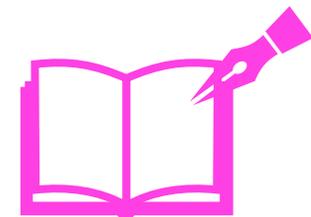
- 1) **Contacto frecuente** con los tutores/as (reuniones iniciales, tutorías individuales cada cierto tiempo- no sólo cuando el tutor nos llame- notas en la agenda- etc.).
- 2) Participar en las **actividades del centro** (en actividades de acogida, charlas y talleres dirigidos a padres, extraescolares, participación en AMPAS, etc.).
- 3) Controlar las **faltas injustificadas** a las clases, para que no pierda el seguimiento de las mismas.



B) Respecto al ESTUDIO:

- Incrementar **las horas de estudio** (1 hora y 1/2 o 2 al día como mínimo).
- **Estudiar** día a día (no basta con hacer sólo los deberes para mañana).
- **Programar los exámenes** y estudiarlos con varios días de antelación.
- Controlar que **trabajen cada día** (cada día tendrán deberes).
- **Ayudarles** en las tareas que le cueste más pero **NO hacerle sus tareas**.
- Dejar que sean **autónomos** en lo que sean capaces de hacer solos.

- ❑ Ayudarles a que se **planifiquen su tiempo** de estudio, apunten en la **agenda** y lo cumplan.
- ❑ Debe tener un **buen lugar de estudio** (en su habitación, en la mesa, buena luz, sin ruidos ni interrupciones, sin distracciones).
- ❑ Estimular que emplee **técnicas de estudio adecuadas** (lectura comprensiva, subrayado, esquemas, etc.).
- ❑ Controlar que **no anteponga otras actividades al estudio** (extraescolares, salir con amigos, actividades de ocio o de casa).
- ❑ Enseñar a **combinar tiempo de estudio con descanso y ocio** de forma equilibrada.



¿Más visual?

Cómo prepararse para el estudio

Como en cualquier trabajo, para estudiar hay que "estar en forma" y sentirse preparado. Para ello, tus hijos deben tener una serie de hábitos.



ALIMENTARSE DE FORMA SANA

- Comer de forma moderada.
- Limitar el consumo de dulces, grasas y sal.
- No picar entre horas.
- Seguir una dieta variada rica en verduras, frutas, legumbres, leche, pescado y huevos.



DESCANSAR LAS HORAS NECESARIAS

- Dormir bien y las horas necesarias (entre ocho y diez horas).
- Acostarse siempre a la misma hora.
- Si hay problemas para conciliar el sueño, realizar una tarea relajante: darse un baño, leer un libro antes de ir a dormir...



PRACTICAR ACTIVIDAD FÍSICA

- Realizar algún deporte o actividad física contribuye a:
- Tranquilizarse y relajarse.
 - Estar de mejor humor.
 - Mejorar el rendimiento, tanto en casa como en clase.
 - Estar en forma.



PRESTAR ATENCIÓN Y CONCENTRARSE

- Retirar las cosas que puedan distraer.
- Estudiar en un lugar aislado, tranquilo y silencioso.
- Eliminar preocupaciones antes de ponerse a estudiar.
- Apagar el teléfono móvil.



ESTUDIAR CON GANAS

- Proponer pequeñas metas.
- Planificar el tiempo para cada actividad.
- Reconocer el trabajo bien hecho.
- Premiar los logros conseguidos.
- Prestar o pedir ayuda siempre que sea necesaria.

LOS PADRES/MADRES DEBEN EN ESTE PROCESO:

- Cuidar el **descanso** y la **alimentación**.
- Exigir pequeñas **responsabilidades** (y reforzarlas cuando las cumpla).
- Intensificar la **comunicación** con vuestro hijo/a.
- **Valorar y premiar el esfuerzo del día a día** y no sólo los resultados finales.
- **Motivar** para conseguir cosas positivas y no sólo para evitar castigos.
- Dejar **su propio espacio**, pero **controlar en la distancia**.

¡Mucha suerte en el instituto!

Y...

¡GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN!



¡¡¡ ESTUDIA Y
ESFUÉZATE, Y QUE
NO TE PASE COMO
A ESTAS!!!