

4.º ESO

Reunión inicial con familias

Un año de toma de decisiones



Claves para acompañar, orientar y favorecer la autonomía de nuestros hijos en una etapa de importantes decisiones académicas y personales.

Acompañar sin Sustituir

4.º de ESO representa un salto cualitativo:

- Aumento de la exigencia.
- Aumento de la responsabilidad.
- Primera gran decisión del itinerario formativo.

Los alumnos necesitan supervisión y presencia disponible, pero orientada a fomentar progresivamente su propia autonomía.

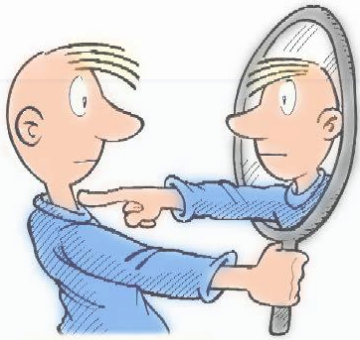
Debemos evitar tanto el exceso de control como la inhibición del "ya es mayor, que se apañe".

Objetivo del curso: Que no solo aprueben, sino que aprendan a tomar decisiones y responsabilizarse de ellas.

IES Mariano Quintanilla. Dpto de Orientación.



Desde las sesiones de tutoría seguiremos trabajando sobre...



Autoconocimiento

Análisis personal de sus propios intereses, capacidades reales, valores y motivaciones antes de elegir.



Opciones Post-4.º

Información detallada sobre Bachillerato (modalidades), Formación Profesional y otras alternativas.



Requisitos y Salidas

Conocimiento de materias, itinerarios de acceso y posibles salidas profesionales o universitarias.

Proceso Progresivo

No es necesario que tengan su futuro decidido al comenzar el curso. La orientación es un trabajo continuo que desarrollaremos a lo largo de los meses.

Es un camino de maduración en el que irán descubriendo opciones sin prisas ni presiones innecesarias.

Elección Realista y Propia

Es crucial evitar tomar decisiones basadas únicamente en la opción de los amigos, expectativas familiares rígidas o ideas preconcebidas.

Debemos guiarlos para tomar decisiones realistas y fundamentadas, sin decidir por ellos.

Mantener o reajustar hábitos y Organización de Estudio



- **Planificación del tiempo:** Organizar exámenes y trabajos con suficiente antelación.
- **Constancia vs. Atracón:** Potenciar el trabajo diario frente al estudio de última hora.
- **Pausas libres de móvil:** Crear un espacio de estudio sin distracciones digitales.
- **Sueño y descanso:** El descanso adecuado es imprescindible para la consolidación de la memoria.
- **Evolución continua:** Se recomienda atender al proceso de aprendizaje y no solo a la nota final.

Bienestar Digital y Redes Sociales

IES Mariano Quintanilla. Dpto de Orientación.

El uso de pantallas y redes forma parte de su día a día. No podemos eliminarlo, pero sí **acompañarlo** para que sea seguro, equilibrado y positivo.

Factores clave para conseguirlo:

Normas claras

Horarios

Límites

Espacios
comunes

Supervisión cercana

Saber qué
Apps usan.

¿Con quién
interactúan?

Hablar de riesgos

Sin
alarmismo.

Con confianza

Fomentar desconexión

Deporte

Lectura

Tiempo en
familia

Dar ejemplo

Evitar
pantallas en
comidas y
momentos
importantes

Acompañar emociones

Validar lo que
sienten.

Ayudarles a
interpretar.

Aspectos a Observar

En 4.º de ESO pueden emerger tensiones por la incertidumbre académica, los cambios relacionales o la presión por el futuro.

Estemos atentos a cambios persistentes en el ánimo, aislamiento, alteración del sueño o bajadas drásticas del rendimiento.

Espacios de Comunicación

Es fundamental mantener abiertos canales de conversación cálidos en la vida cotidiana de la familia.

Procuremos dialogar de temas diversos evitando que cada interacción se convierta en un interrogatorio sobre las notas.

Alianza Familia – Centro

Los tutores , el Departamento de Orientación y el Equipo Directivo estamos a vuestra completa disposición para acompañar este proceso.



Recordatorio importante:

Consultad siempre con el centro antes de que una pequeña dificultad se convierta en un problema mayor.

Una reflexión para finalizar...

IES Mariano Quintanilla. Dpto de Orientación.



IES Mariano Quintanilla. Dpto de Orientación.

**GRACIAS POR
VUESTRA ASISTENCIA**