

Formación y Orientación Personal y Profesional 4º ESO

El ámbito educativo es un pilar que contribuye a que los alumnos desarrollen plenamente su personalidad, refuercen su autonomía y el conocimiento de ellos mismos y del entorno en el que van a vivir y a abrirse camino. Esta materia propone, por una parte, una aproximación al conocimiento de “lo humano” a partir de disciplinas que, como la psicología, la antropología y la sociología, lo analizan y enfocan desde perspectivas complementarias: en primer lugar, desde el conocimiento de los procesos biológicos, mentales e intelectuales que regulan la conducta, la cognición, el aprendizaje y las emociones. En segundo lugar, desde el conocimiento del individuo como parte de una construcción cultural, ofreciendo un acercamiento a conceptos procedentes de la antropología aplicados a su realidad inmediata como adolescente implicado en su propio proceso de educación, socialización e inmersión cultural. En tercer lugar, la iniciación al análisis de los elementos que definen las organizaciones sociales y los grupos humanos constituidos dentro de las distintas culturas.

El objetivo del acercamiento a estas disciplinas humanas es despertar en los alumnos y alumnas la curiosidad por entenderse a sí mismos no solo como individuos aislados, sino como sujetos sociales y culturales. Esa curiosidad abre la puerta al conocimiento, a la reflexión crítica y al análisis, partiendo de planteamientos, saberes y estrategias propias de estas disciplinas.

Por otra parte, la materia Formación y Orientación Personal y Profesional propone que el alumnado conozca y aprenda, con el objetivo de entrenar, habilidades personales y sociales necesarias para participar, crear y desarrollarse en los grupos humanos con los que interactúa, tanto en el ámbito personal como social y académico con una proyección vocacional y profesional hacia el futuro.

Para generar esa participación, creatividad y enriquecimiento personal, social y profesional, es preciso desarrollar herramientas que faciliten la adaptación positiva al entorno, la asunción de responsabilidades y la toma de decisiones informadas. El pensamiento crítico, la creatividad, la iniciativa personal, el espíritu emprendedor, la habilidad para cooperar y la capacidad de aprender a aprender, se consideran más esenciales que nunca para responder a las exigencias de la sociedad global sin dejar a un lado la comprensión de la diversidad cultural.

La materia Formación y orientación personal y profesional tiene como objetivo que el alumnado adquiera las competencias específicas establecidas para ella, y que se desarrolle a partir de aprendizajes significativos, funcionales y de interés para el alumnado, referidos también a la etapa evolutiva de la adolescencia, en la que se encuentra.

Existe, además, una vinculación directa con la etapa de primaria, en cuyos principios pedagógicos se explicita la potenciación del aprendizaje significativo para el desarrollo de las competencias que promuevan la autonomía y la reflexión. Además, existe continuidad entre esta materia y la adquisición, en la etapa de primaria y en los tres primeros cursos de educación secundaria obligatoria, de dos competencias clave: la competencia personal, social y de aprender a aprender, que prevé la reflexión del alumnado sobre sí mismo, su colaboración con otros de forma constructiva, y la gestión del tiempo, del aprendizaje y de su carrera; y la competencia emprendedora entendida como un enfoque vital que requiere del pensamiento crítico y creativo, la iniciativa, la perseverancia y la habilidad para trabajar de manera colaborativa.

Formación y Orientación Personal y Profesional está planteada como materia de opción en cuarto curso de la Educación Secundaria Obligatoria, garantizando, así, desde la enseñanza obligatoria, que el alumnado profundice, por un lado, en el conocimiento de sí mismo, descubriendo sus cualidades personales como potencial de valor y, por otro, que se aproxime al ámbito de las ciencias relacionadas con el estudio de los comportamientos humanos, sociales y culturales. Se le facilita, además, la aproximación a las distintas opciones formativas y de empleo que le proporciona el entorno para favorecer, desde el conocimiento de la realidad, el proceso de toma de decisiones sobre su vocación y su itinerario académico con una futura proyección profesional.

Los saberes básicos se organizan en dos bloques. El primero de ellos se relaciona con el conocimiento del ser humano desde la perspectiva de las ciencias humanas y sociales relacionadas con la psicología, la antropología y la sociología. El segundo se liga a la formación y orientación personal y profesional hacia la vida adulta, para ofrecer al alumnado un soporte respecto a la necesidad de hacer un ejercicio de autoconocimiento sobre cualidades personales propias y de los demás; la orientación hacia la formación académica y profesional para conocer la oferta formativa del entorno y optimizar la gestión de los itinerarios de aprendizaje permanente; la orientación profesional vinculada a la exploración de contextos de trabajo, y cuestiones relacionadas con el uso responsable de las tecnologías en el mundo laboral, la ética empresarial y los derechos de los trabajadores.

Los criterios de evaluación establecidos para esta materia van dirigidos a conocer el grado de competencia que el alumnado haya adquirido, esto es, el desempeño a nivel cognitivo, instrumental y actitudinal, respecto a los saberes propuestos que serán aplicados al ámbito personal, social, académico y profesional.

Competencias específicas

1. Comprender los procesos físicos y psicológicos implicados en la cognición, la motivación, y el aprendizaje, analizando sus implicaciones en la conducta y desarrollando estrategias de gestión emocional y del propio proceso de aprender para mejorar el desempeño en el ámbito personal, social y académico y lograr mayor control sobre las acciones y sus consecuencias.

Las personas en la vida cotidiana movilizan procesos físicos y psicológicos que hacen posible percibir, comprender e interactuar mejor en el entorno que les rodea. Todos estos procesos tienen de fondo la implicación de millones de neuronas que están conectadas entre sí y que permiten procesar la información de manera adecuada.

En este sentido parece necesario que el alumnado conozca, por un lado, los mecanismos neurocientíficos que intervienen en los procesos de razonamiento, toma de decisiones y resolución y, por otro, que comprendan que llevar a cabo estas acciones supone crear conceptos en su mente, organizar sus ideas, relacionarlas con sus conocimientos previos y establecer inferencias, entre otros. En este proceso juega un papel fundamental la motivación como un elemento clave que promueve o inhibe la conducta. El alumnado debe tomar conciencia de que sus actuaciones y decisiones están en gran medida condicionadas por sus emociones y por los motivos que les llevan a realizarlas. Así, en el terreno del aprendizaje, para impulsar y mantener una conducta o una acción encaminada a una meta, es necesario estar motivado, pero también es imprescindible contar con estrategias que planifiquen y guíen de manera consciente el mismo proceso de aprendizaje. Es necesario conocer el impacto de las emociones en los procesos de motivación, razonamiento, aprendizaje y conducta para que se puedan gestionar adecuadamente y lograr un mejor desempeño en todos los ámbitos, tanto personal como social, académico y profesional.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5.

2. Comprender las principales características del desarrollo evolutivo de la persona, analizando aquellos elementos de la madurez que condicionan los comportamientos o actuaciones, e identificando y potenciando las cualidades personales y de relación social propias y de los demás, para desenvolverse con mayor autonomía y afrontar de forma eficaz los nuevos retos que plantea el camino hacia la vida adulta.

Las personas pasan a lo largo de su vida por etapas cuyos cambios físicos, sociales, cognitivos y psicológicos condicionan sus decisiones, comportamientos y reacciones dentro de un contexto que también es cambiante e incierto.

Conocer los cambios que se producen en la etapa de la adolescencia permite al alumnado encontrar respuestas y soluciones a conflictos que se le plantean a raíz de acontecimientos vitales que le preocupan y comprender el significado de sus propias experiencias en relación con las de los demás, en los diferentes grupos sociales con los que interactúa. A partir de estas experiencias con el medio social, va teniendo lugar la construcción de su propia identidad en la que intervienen, entre otros factores, la imagen que se tenga de uno mismo, los sentimientos de competencia, seguridad y autoestima. Dichos sentimientos contribuyen a la elaboración del autoconcepto, que ayuda al alumnado a percibir y actuar según sus posibilidades, de modo que pueda potenciar aquellas cualidades personales que le conduzcan a resolver retos cada vez más complejos. Esta etapa supone, además, el preámbulo de la vida adulta que implica la asunción de nuevas responsabilidades y compromisos y la necesidad de alcanzar mayor grado de autonomía. En este sentido, es necesario que el alumnado desarrolle habilidades personales y sociales que faciliten su incorporación a nuevos contextos y ayuden al establecimiento de nuevas relaciones, valorando la importancia de romper los roles de género y los estereotipos.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CC1, CE2.

3. Conocer y comprender al ser humano, sus sociedades y culturas, analizando con empatía su diversidad y complejidad desde diferentes perspectivas para fomentar el espíritu crítico sobre aspectos que dirigen el funcionamiento humano, social y cultural.

El ser humano trata de lograr sus objetivos, para lo cual necesita poner en marcha procesos y estrategias que le permitan guiar sus acciones. También ha de aprender los elementos socioculturales del medio en el que se desenvuelven e integrarlos en su personalidad considerando la influencia que van a ejercer en ella los agentes sociales y su propia experiencia como miembro de un

grupo. Entender al ser humano implica su propia experiencia como miembro de un grupo. Entender al ser humano implica analizarlo desde distintas perspectivas, de modo que el alumnado pueda realizar una reflexión crítica a partir del estudio y análisis de los saberes adquiridos. Lograr esta competencia conlleva no solo generar en el alumnado curiosidad respecto al conocimiento del individuo, las sociedades y la cultura, sino también promover actitudes de respeto y empatía ante la realidad transcultural y el pluralismo social, promoviendo el respeto por las minorías y la igualdad de género como elementos de diversidad enriquecedores y necesarios en la vida democrática. Si simultáneamente, se pretende que los alumnos y alumnas comprendan los estados emocionales de otros, tomen conciencia de los sentimientos ajenos, se involucren en experiencias diversas y asuman situaciones diferentes a las propias.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CE2

4. Conocer la dimensión social y antropológica del ser humano y desarrollar estrategias y habilidades sociales adecuadas a contextos cambiantes y a grupos diferentes, considerando los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica de la persona, para comprenderse a sí misma e interactuar con los demás desde el respeto a la diversidad personal, social y cultural.

Generalmente, no se piensa en el impacto que la sociedad y la cultura tienen sobre el desarrollo humano y su conducta, lo cual lleva a la persona a no comprender o a tener un conocimiento incompleto sobre sí misma y el mundo que la rodea. La cultura y la sociedad aportan modelos y referentes que condicionan las percepciones, actitudes, interpretaciones y respuestas de las personas ante los acontecimientos y situaciones que surgen en sus vidas.

Con esta competencia se pretende que el alumnado reflexione así, sobre la influencia que la sociedad y la cultura ejercen en su manera de pensar, crear, expresarse, relacionarse, resolver conflictos y tomar decisiones. Para comparar culturas y sociedades se requiere conocer algunos elementos de la antropología social y cultural, que permiten, por un lado, comprender mejor el impacto que sobre las personas tiene el establecimiento de normas y valores, de costumbres y referentes que guían los comportamientos humanos. Por otro, poner en perspectiva su realidad, que conozca lo diverso y diferente y aprenda a respetarlo y valorarlo como componente enriquecedor. Por último, dentro de un panorama social y cultural cambiante, como el actual, se considera importante disponer de estrategias personales y sociales necesarias para decidir y actuar, con sentido crítico y responsabilidad, cuestiones y problemas actuales, como los referidos al logro de la cohesión y la justicia social, la ciudadanía global, la efectiva igualdad de género o el cumplimiento de los derechos humanos. Este análisis debe partir del conocimiento que ofrece la fundamentación teórica de distintos campos del ámbito de las ciencias sociales, de modo que el alumnado logre una mejor comprensión de sí mismo, de los demás y del mundo que le rodea.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC1, CC2, CC3, CE2

5. Explorar las oportunidades académicas y profesionales que ofrece el entorno, descubriendo y priorizando las necesidades e intereses personales y vocacionales y desarrollando el espíritu de iniciativa y de superación, así como las destrezas necesarias en la toma de decisiones, para llevar a cabo un proyecto personal, académico y profesional propio y realizar una primera aproximación al diseño de un plan de búsqueda activa de empleo.

La complejidad social y económica, y el acceso a numerosas oportunidades profesionales y de formación, hacen necesario propiciar que el alumnado desarrolle destrezas personales, incluidas las digitales, así como actitudes que le ayuden a tomar decisiones adecuadas y coherentes con sus intereses, sus expectativas e inquietudes y sus necesidades en cada momento de su vida y en entornos cambiantes. Es preciso que explore y evalúe sus inquietudes personales y vocacionales, que reconozca sus fortalezas como elementos diferenciadores y de potencial valor, y que identifique sus debilidades con la intención de buscar, con actitud proactiva y de superación, los recursos y ayuda necesarios para mejorar su grado de desempeño personal, social, académico y profesional.

Por otro lado, para organizar con realismo el propio itinerario formativo y profesional se requiere realizar una exploración ordenada de las oportunidades académicas y de formación, y las profesionales que ofrece el entorno, con el fin de orientar de manera adecuada la propia trayectoria laboral en el futuro. La creciente oferta educativa que se ha producido en los últimos años obliga al alumnado a seleccionar información y a tomar decisiones para formarse e incorporarse, si lo desea, de manera temprana al mundo laboral o empresarial, sin que por ello mermen sus oportunidades de seguir aprendiendo a lo largo de la vida y que ello repercuta positivamente en su carrera profesional. Necesita adquirir habilidades sociales, de adaptación, de planificación y gestión, y mostrar actitudes de iniciativa y de logro para enfrentarse a los nuevos retos que se presenten en los distintos ámbitos de su vida.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CD1, CD3, CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE2, CE3.

Criterios de evaluación

Competencia específica 1

- 1.1 Mejorar el desempeño personal, social y académico aplicando estrategias de aprendizaje gestión emocional que permitan mayor control sobre las acciones y sus consecuencias.
- 1.2 Conocer los procesos que interviene en el aprendizaje, analizando sus implicaciones y desarrollando estrategias que favorezcan la adquisición de conocimientos
- 1.3 Analizar la importancia del componente emocional, tomando conciencia de su repercusión en el aprendizaje y desarrollando estrategias que mejoren el proceso de cognitivo.
- 1.4 Analizar la relación de la cognición, la motivación, el aprendizaje y la gestión emocional con la conducta, tanto propia como de los demás, a partir de las bases teóricas fundamentales de los procesos físicos y psicológicos que intervienen en ellos.

Competencia específica 2

- 2.1 Afrontar de forma eficaz y, con progresiva autonomía, nuevos retos, identificando las cualidades personales y sociales propias y de los demás y analizando los elementos que condicionan los comportamientos y actuaciones en el proceso de desarrollo evolutivo.
- 2.2 Conocer el desarrollo evolutivo de las personas analizando y comprendiendo las principales características de la madurez que van experimentando cambios y conformando a la persona en distintos planos: cognitivo, social, emocional.
- 2.3 Identificar cualidades personales y de los demás reflexionando sobre la importancia de potenciar aquellas que resultan necesarias para afrontar con eficacia nuevos retos y facilitar el proceso de transición de la adolescencia a la etapa adulta.

Competencia específica 3

- 3.1 Reflexionar de manera crítica sobre la condición humana, la sociedad y la cultura a partir del conocimiento que proporcionan las ciencias humanas y sociales.
- 3.2 Analizar la diversidad personal, social y cultural desde distintas perspectivas a partir de los conocimientos que proporcionan las ciencias humanas y sociales, mostrando actitudes de respeto y empatía por lo diferente y valorando la equidad y la no discriminación

Competencia específica 4

- 4.1 Desarrollar estrategias y habilidades que faciliten la adaptación a nuevos grupos y contextos a partir del conocimiento social y antropológico del ser humano.
- 4.2 Analizar los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica de la persona a partir del conocimiento comparado de la dimensión social y antropológica del ser humano.
- 4.3 Valorar la diversidad, desde el respeto, la inclusión y la igualdad real y efectiva entre hombres y mujeres, considerándola un elemento enriquecedor y de valor a nivel personal, social y cultural.

Competencia específica 5

- 5.1 Realizar un proyecto personal, académico y profesional propio y aproximarse al proceso de búsqueda activa de empleo, priorizando las necesidades y descubriendo los intereses personales y vocacionales mediante la exploración de las oportunidades académicas y profesionales que ofrece el entorno personal y virtual, y desarrollando las destrezas necesarias en el proceso de toma de decisiones.
- 5.2 Explorar el entorno próximo identificando las oportunidades académicas y profesionales que ofrece, valorando aquellas que mejor se adaptan a las cualidades e intereses personales y potenciando el espíritu de iniciativa y superación.

Saberes básicos

A. El ser humano y el conocimiento de uno mismo.

- Visión y conocimiento del ser humano desde una perspectiva psicológica, antropológica y sociológica.
- Psicología. Neurociencia, conducta y cognición. Sistema nervioso central y sistema nervioso periférico. Neuronas y estructura funcional del cerebro. Fundamentos biológicos de la conducta. Circuitos de recompensa y su relación con las adicciones. Bienestar y hábitos saludables. La adolescencia desde el punto de vista psicológico. Desarrollo cognitivo y

- desarrollo de la personalidad durante la adolescencia. Reconocimiento y control de las emociones. Desarrollo personal dentro del grupo. Influencia del grupo en el individuo
- Antropología. El ser humano como ser cultural. Concepto antropológico de cultura. El ser humano como construcción cultural. Humanización y cultura. Etnocentrismo y diversidad cultural
 - Sociología. El ser humano como ser social. Concepto de Sociedad. Estrategias de inclusión y cohesión social para mejorar la calidad de vida de las personas. El adolescente y sus relaciones. Búsqueda de la autonomía y asunción progresiva de responsabilidades. Conductas y comportamientos prosociales y antisociales. Normas, roles y estereotipos. Igualdad de género. Diversidad y convivencia positiva dentro de los grupos. Procesos de transición a la vida adulta en perspectiva comparada.

B. Formación y orientación personal y profesional hacia la vida adulta.

1. Aprendizaje y ser humano

- Procesos implicados en el aprendizaje: atención, motivación y memoria. Estrategias de aprendizaje y estudio.
- Lo heredado y lo aprendido: biología y cultura. Proceso de socialización. Agentes de socialización. Aprendizaje formal e informal.

2. Construcción del sentido de competencia y logro.

- Autoconocimiento. Autonomía personal y autopercepción. Memoria autobiográfica. Ética atribucional. Capacidad autocrítica. Iniciativa personal. Pensamiento creativo. Confianza y seguridad en uno mismo. Perseverancia. Autoexplotación.
- Estrategias para enfrentarse al fracaso y la frustración.

3. Relaciones e interacciones con los demás.

- Habilidades sociales. Cooperación y trabajo en equipo. Teoría de juegos.
- Habilidades de comunicación. Conceptos de consenso y disenso. Teoría de la acción comunicativa. Barreras en la comunicación: estrategias para superarlas.
- Uso éticamente responsable de herramientas digitales en la interacción con los demás.
- Huella y reputación digital. Gestión de identidades digitales: personal y profesional.

4. Orientación hacia la formación académica y profesional.

- Programas, oportunidades y ayudas para la formación.
- Participación social activa. Colaboración y voluntariado.
- Orientación personal académica y profesional en el entorno educativo y laboral. Servicio de orientación profesional. Formación permanente a lo largo de la vida.
- Propuestas de intervención para la orientación personal y profesional de colectivos sociales.
- Proyectos y programas de orientación académica y profesional, planes de autoconocimiento y planes de búsqueda activa de empleo.

C. Proyecto personal, académico-profesional y aproximación a la búsqueda activa de empleo.

- Planes de autoconocimiento y de formación académica y profesional. Cualidades personales. Fortalezas y debilidades. La diversidad como elemento enriquecedor. Fases del plan: exploración, diagnóstico, perfiles académicos y profesionales, toma de decisiones. Aspiraciones y metas. Ayudas y recursos para superar carencias y afrontar retos personales y profesionales.
- Aproximación a un plan de búsqueda activa de empleo con proyección hacia el futuro. Estrategias de búsqueda de empleo. Instrumentos de búsqueda de empleo