

PLAN DE TRABALLO PARA A MELLORA DO BENESTAR E DA CONVIVENCIA

1. XUSTIFICACIÓN

Juan Vaello, define as HHSS como un conxunto de capacidades para emitir condutas eficaces en situacións interpersoais coa finalidade de obter respostas gratificantes dos demais.

Necesitamos da interacción con outros individuos, saber relacionarse de forma satisfactoria coas persoas é de vital importancia para o desenvolvemento social e persoal, sendo durante a adolescencia, este aspecto unha fonte de benestar persoal (Cohen et al., 2011)

porque é necesario planificar un programa de mellora das habilidades sociais:

1. En coherencia co que establece a **Estratexia Galega para a Convivencia** Escolar (educonvives.gal) que indica que todos os centros educativos deben deseñar e desenvolver actuacións, estratexias, medidas e/ou programas que favorezan a convivencia positiva
2. En coherencia cos principios de **prevención, planificación e sistematicidade** do modelo de programas da Orientación Educativa.
3. PlandeBenestar
4. En consonancia coa **AXENDA 2030 proposta pola ONU** que entre os 17

OBXETIVOS, esta unha educación de calidade e polo tanto implica esta competencia de aprender a aprender.

XUSTIFICACIÓN LEGAL

Para comezar a xustificación legal é importante dicir que toda acción orientadora precisa dun respaldo normativo, polo que destacamos

As leis que sustentan o noso sistema educativo, os **artigos vixentes da LODE/1985** e o texto consolidado que forman a **LOE 2/2006-LOMCE 8/2013** e a LOMLOE3/2020

Lei 27/2005 de fomento da educación e da cultura de paz que promove a inclusión como contido curricular de iniciativas de educación para a paz

Lei 3/2011 de apoio á familia e á convivencia que recoñece a familia como o medio esencial de transmisión de vida, educación e valores e regula a obriga dos poderes públicos de apoiar e protexer ás familias e aos seus membros

A **Lei 4/2011 de Convivencia e participación da comunidade educativa** e o **D.8/2015 que desenvolve a Lei4/2011**. Ambas disposicións lexislativas recollen como funcións do DO o deseño e desenvolvemento dun Programa de HH e competencias sociais como medida complementaria para a mellora da convivencia escolar con actividades de carácter preventivo, actividades dirixidas ao alumnado derivado á aula de convivencia e actividades dirixidas ao alumnado privado do seu dereito de asistencia ao centro por conductas disruptivas e gravemente prexudiciais para a convivencia escolar.

Os **protocolos** publicados pola Consellería, neste caso destacamos a súa especial relevancia o **Protocolo de Prevención e Intervención no Acoso Escolar** e

Ciberacoso, a Estratexia galega para a Convivencia Escolar educonvives.gal.

D.86/2015 que regula o currículo de ESO e Bach

orde **ECD 65/2015** que regula a relación entre as Competencias clave e os contidos e criterios de avaliación, onde destacamos a relevancia da **Competencia social e cívica**

E por suposto en relación á Orientación educativa, os citados **D.120/98, O. do 24 de xullo/1998 e a Circular 10/2010**

Ademais do **D.229/2011 do 7 de decembro que regula a atención á diversidade en Galicia**, e contempla o programa de Habilidades Sociais coma unha medida ordinaria de atención ao alumnado.

Por qué este programa para o noso centro? EN RELACIÓN A XUSTIFICACIÓN DO CONTEXTO, a idea nace de que as nosas etapas educativas (ESO e BACH) abarcan a etapa evolutiva da ADOLESCENCIA definida por Sarah Jane Blackmore, neurocientífica na súa charla TED "El misterioso funcionamiento del cerebro adolescente" como unha etapa con cambios físicos, biolóxicos e hormonais onde a corteza prefrontal está en **formación** polo que as funcións cognitivas de alto nivel como a planificación, a toma de decisións ou o pensamento abstracto están en **plena construción**. Isto inflúe no desenvolvemento emocional, xa que o sistema límbico encargado da xestión emocional necesita recompensas, o que fai que a toma de decisións non sempre sexa a máis acertada debido a este período evolutivo. Non podemos obviar a importancia da interacción social no desenvolvemento axeitado.

Partindo do pp de **prevención do modelo de programas da Orientación Educativa e as fases de orientación** establecidas por Vidal e Manjón, todo programa de intervención debe comezar por unha **2. IDENTIFICACIÓN DAS NECESIDADES**, un proceso sistemático de recollida de información que nos permite valorar as

necesidades reais do noso contexto, e deseñara así, un plan de actuación realistas, coherente e funcional . Unha recollida de información que faremos tendo en conta os axentes da comunidade educativa:

Contexto e do centro : valorar os rr, organización, coordinación interna e externa...

Centro adscrito: valorar a coordinación, a implicación nos momentos da transición, a facilidade de fluxo de información, a colaboración co mantemento da convivencia positiva no centro..

Profesorado: estilo de ensinanza, inclusión da xestión emocional e ed en valores nas PD, así como a atención á diversidade, uso de metodoloxías que favorezan o traballo cooperativo, a xestión do conflito na aula..

Familia: o grao de implicación e participación, a situación socio- laboral, expectativas no centro, a resolución de conflitos, estilo parental

Alumnado: actitudes, comportamento, diversidade, problemas de disciplina, casos de absentismo escolar, rendemento académico,...

Toda esta información será valorada a través de diferentes TÉCNICAS E INSTRUMENTOS: entrevistas, cuestionarios, observación, sociogramas, revisión de documentos: p.e. PC, PXAD, NOF, PD dos DD, así como a memoria anual do curso anterior,...que nos vai a permitir **DEFINIR AS NOSAS PRIORIDADES DE ACTUACIÓN:**

- *Alumnado* con problemas de conducta reiterados, alumnado neae

- *Factores de risco como*: abandono temperá, alumnos/as rexeitados, tímidos ou con baixa autoestima, familias en situación social desfavorecida ou o alumnado con problemas de conduta anteriormente evitando o efecto Pigmalión no profesorado.

En función de esta identificación de necesidades, establecemos **QUE QUEREMOS CONSEGUIR CON ESTE PROGRAMA?** Respondendo co seguinte punto, os **3**.

OBXECTIVOS, que se definen na **LOMCE 8/2013** como os logros que o alumnado debe acadar como resultado das actividades planificadas para tal fin. Así, por un lado, establecemos o **OBXETIVO XERAL**

Dotar, ao alumnado de un abanico amplo de habilidades que poidan utilizar para a mellora da calidade das súas relacións sociais.

DE MANEIRA ESPECIFICA

Propiciar unha educación integral en todos os ámbitos da súa vida persoal, familiar, social e profesional.

Orientar ao equipo docente na xestión de condutas que se poden dar nas aulas de forma positiva

Favorecer un clima cálido de convivencia entre os distintos axentes educativos na aula e no centro, propiciando o principio de igualdade e non discriminación.

Fomentar habilidades de negociación nas familias de cara a xestionar conflitos familiares de maneira positiva.

Unha vez establecidos estes obxectivos, precisamos concretar os **4. CONTIDOS** a traballar, entendidos medios ou instrumentos que nos permitirán desenvolver capacidades e competencias, **QUE IMPOS A TRABALLAR NESTE PROGRAMA?**

Competencias emocionais que segundo Bisquerra é indispensable como complemento de desenvolvemento cognitivo, constituíndo os dous elementos esenciais do desenvolvemento da personalidade integral.

Habilidades de interacción social e persoal: traballando a forma de relacionarnos con nos mesmos e cos demais, dende o respecto e actitude positiva:

Resolución de conflitos: incidindo nunha comunicación asertiva e positiva, no autocontrol e a negociación.

TICS, onde o alumnado debe ser crítico e activo, evitando así fenómenos como o sexting, grooming, a suplantación da identidade...

Cabe destacar que o **ELEMENTO VERTEBRADOR: serán as EMOCIÓNs**, en palabras de **Jesús Guillén** o compoñente emocional é imprescindible na adquisición das aprendizaxes, estas serán interpretadas polo cerebro como clave para a supervivencia, polo que se almacenarán mellor e se usarán con máis eficiencia

Estes contidos serán desenvolto a través das diferentes actuacións ó longo do curso Respondendo co punto **5. PLANIFICACIÓN E TEMPORALIZACIÓN DAS ACTUACIÓNs**.

Este programa organizase en 3 importantes fases: sensibilización, desenvolvemento e seguimento.

1aFASE: SENSIBILIZACIÓN que será pp no mes de Setembro e de Outubro

Nesta fase destacan **ACCIÓNs DE INFORMACIÓN E PRESENTACIÓN** como:

- **Presentación do Programa á CCP e aos Titores/as** para concienciar da importancia de traballar estes aspectos a través da Acción titorial e destacar a

importancia da función docente de “educar” no seu sentido máis amplo. Así como a difusión do **PLAN DE BENESTAR**

- **proposta de creación á CCP dunha rede de voluntariado de amigos/as: CLUB DE AMIGOS/AS** para aquel alumnado que chegue novo o centro ou ben para alumnado que polas súas características conte con menos amizades.

Outra actuación é o **ASESORAMENTO**

- **Asto ao profesorado na elaboración de PD** onde é necesario establecer o tratamento transversal da educación en valores, así como incidir nas Competencias Clave como establece o D. de currículo e a Orde ECD 65/2015,

- **Ao EQ DIRECTIVO:** na revisión e/ou actualización dos documentos de planificación da acción educativa do centro. Especialmente relevante será ter actualizado o PE coas pautas dos PROTOCOLOS establecidos pola Consellería de Educación.

tamén informándolle da posibilidade de solicitar algún Programa do Plan Proxecta OU CONTRATO PROGRAMA NA LIÑA CP INNOVA, INCLÚE OU RECUPERA que lles poida interesar de cara ao próximo curso.

- **A Comisión de Convivencia** na revisión e actualización do PC, de ser preciso.

Actuacións de **COORDINACIÓN**

- **Estableceremos canles de comunicación co Centro-Adscrito** para planificar actuacións conxuntas relacionadas con esta temática e organizar unha progresión no tratamento destes contidos.

Presentación da **Rede de Voluntariado de Amigos/as** ao alumnado , mostrase as bases para formar parte desta rede e como formar parte dela. Unha vez constituído o grupo, baixo a coordinación do DO, establececese as normas, distintivo, actividades a levar a cabo e reunións periódicas para coñecer a evolución da rede. Unha vez o teñan adquirido, o presentaremos no CEIP ADSCRITO, en prol dunha convivencia positiva.

- **Coordinación cos titores/as a través de reunións** para incluír estes contidos e para organizalos por niveis e por trimestres ao longo do curso. Atenderanse as súas demandas e colaboraremos activamente no desenvolvemento do programa.

- **Coordinación cos departamentos didácticos** para incorporar nas súas programacións didácticas os bloques de contidos traballados no programa de maneira que consigamos unha integración plena da orientación no currículo ordinario. .

*Coordinación coa **CCP** na creación de **RECREOS ALTERNATIVOS**, asesorando na súa creación co obxectivo de estruturar os espazos de ocio. **ESTA ACTIVIDADE** presentase como **UNHA BOA Pa DO IES DE SANXENXO (PORTONOVO) ONDE PROFESORADO E ALUMNADO COLABORABAN NA XESTIÓN DOS PATIOS A TRAVÉS DE DIFERENTES ACTIVIDADES.***

BANCOS DE TEMPO Invitación ao alumnado a participar como voluntarios/as nos **Bancos de Tempo** entre o alumnado. Introducimos o concepto, o alumnado terá que escribir que coñecementos, habilidades, etc. poden aportar (capital social) e entre os tiores dun nivel organizase un listado. Incluiremos aos últimos cursos do centro adscrito, de forma que poidan participar de cara a fomentar a convivencia.

2a FASE: DESENVOLVEMENTO: As actividades a levar a cabo na sesión de **TITORÍA** organízanse por bloques temáticos ao longo dos tres trimestres:

1o TRIMESTRE:

Presentación da **Rede de Voluntariado de Amigos/as** ao alumnado , mostrase as bases para formar parte desta rede e como formar parte dela. Unha vez constituído o grupo, baixo a coordinación do DO, establececese as normas, distintivo, actividades a levar a cabo e reunións periódicas para coñecer a evolución da rede. Unha vez o teñan adquirido, o presentaremos no CEIP ADSCRITO, en prol dunha convivencia positiva.

Na sesión de **avaliación inicial** aproveitaremos para analizar o clima de convivencia na aula, dotando ao profesorado de material para avaliála

Ten lugar o contido de **COMPETENCIAS EMOCIONAIS** que traballamos dende CTO DAS EMOCIÓNNS

ASAMBLEA EMOCIONAL: traballando temas como insultos e respecto, mantemento da aula, conduta na clase, saídas, axuda ás persoas que están máis descolgadas do grupo, resolución de conflitos

Establecendo un “buzón”, onde o alumnado pode facer suxestións que non se puideron resolver ou propostas a traballar. Coñecendo que temos un espazo para resolver conflitos entre compañeiros ou expresarnos.

Prevención saúde mental FEAFES

Invitación ao alumnado a participar como voluntarios/as nos **Bancos de Tempo**. Introducimos o **concepto**, o alumnado terá que escribir que coñecementos, habilidades, etc. poden aportar (capital social) e entre os tiores dun nivel organizase un listado

2o TRIMESTRE

Traballamos as **HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL E PERSOAL** a través

de diversos aspectos:

Autoestima: Xogo do foco, feridas de autoestima, Bote dos cumpridos, a importancia das palabras

Habilidades básicas de interacción social: presentación, peticións, desculpas, digo que non

Empatía: as gafas, ponte no seu lugar, flores mellor que tomates, frases que afogan
Escoita activa: escoito e argumento, ensalada de palabras, técnicas de escoita

activa, avalío a miña escoita

Coas **familias** trataranse os temas de “**Comunicación e Resolución de Conflitos**”, na **ESCOLA DE FAMILIAS** que temos no centro, co fin de propiciar un espazo de reflexión e aprendizaxe. É unha actividade coordinada dende o DO coa colaboración da ANPA e o concello **coa psicóloga Elena Piñeiro de Espazo Aberto**. Ademais

estableceremos **CANLES DE COLABORACIÓN**, a través de aplicacións como abalarmóvil, horas de titoría e outras alternativas que nos proporcionan as TIC.

Teremos especial consideración con aquelas **familias de alumnado neae**, que poden requirir unha atención máis individualizada pola nosa parte.

3o TRIMESTRE

Traballamos a **RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS** a través de diversos aspectos:

Habilidades de conversación: estilos de comunicación, avalío a miña forma de comunicar, bola de neve

Autocontrol: que podemos controlar? ,autoinstrucións , técnicas de respiración

Negociación: Como afrontar unha provocación, defender os nosos dereitos... a través da estrutura del 1-2-4: plantexamos a situación por escrito, e primeiro a responden individualmente, logo a comparan cunha parella e a continuación xuntase 2 parellas e decídese a resposta en grupo

E tamén o contido das **TICS** :

A través de actividades de **PANTALLAS AMIGAS**

CONVERSAS DE WASSAP: reflexionar sobre os malentendido que se poden dar nesta rede social a partir de exemplos reais ou que inventar. Exposición das conversas no centro.

Análise do Decálogo para unha Ciberconvivencia Positiva

Visualización de cortos que nos amosan o lado negativo das redes: “Enséñale a tus hijos”; “Hasta donde llegarías por un reto “¿Se esconde tu pareja ideal en internet?””

REFLEXIÓN FILTROS RRSS. NORUEGA ACABA DE SACAR UNHA LEI ONDE OBRIGA A AVISAR DAS FOTOS RETOCADAS.

3a FASE: SEGUIMIENTO, fase vital para desenvolver unha avaliación continua e formativa. Nesta fase destacamos actuacións como:

Establecer un **PROTOCOLO DE SEGUIMIENTO** a través de:

Contacto cos titores/as para ver o desenvolvemento das actividades, aceptación por parte do alumnado, algunha anécdota importante, ben a través das NT ou das reunións que teñan lugar.

Sesións de Avaliación: dedicando este espazo a valorar os comportamentos e actitudes dos diferentes grupos e poder actuar con carácter proactivo .

Asesoramento na Comisión de Convivencia, se é o caso, para atender posibles casos ou problemas de conduta.

O noso plan é **ABERTO E FLEXIBLE**, así, a pesar da necesidade de planificar as actuacións os titores/as teñen total liberdade para dedicar a cada bloque de contidos o tempo que estime oportuno en función de cada grupo.

Polo tanto, de que maneira imos a levar a cabo estas actuacións?, coas

6. ESTRATEXIAS DE INTERVENCIÓN.

Como dixemos na defensa do PO fundamentamos a nosa actuación nos principios do modelo de intervención por PROGRAMAS, onde destacamos o principio de prevención e de curricularidade.

A **CURRICULARIDADE** vai a ser unha estratexia de intervención fundamental xa que pretendemos que todas as actividades se atopen integradas no proceso educativo das diferentes materias. .

L. e literatura Galega e castelá: habilidades de comunicación, analizamos figuras as literarias das pancartas do 8M, concurso de debate entre os cursos sobre temas de interese para o alumnado

Book trailer sobre INVISIBLE

Educación física: emocións e relaxación

BX: as emocións no noso cerebro.

A **HORA DE TITORÍA na ESO** para desenvolver actividades específicas

Organizar e celebrar as **CONMEMORACIÓN**S, recollidas na orde do calendario escolar (día internacional do acoso escolar SEMANA CONTRA O ACOSO):

PROYECCIÓN DO VÍDEO ¿Como reacciona a xente ante el bullying?

<https://www.youtube.com/watch?v=bhTSKPsjliE>

PROYECCIÓN de la película WONDER

Difusión de guías preventivas como “E ti podes facer contra o acoso?”

COORDINACIÓN INTERPROFESIONAL, INTERETAPAS E INTERINSTITUCIONAL fomentando a cultura de colaboración.

Finalmente, a nosa **METODOLOXÍA** promoverá unha ensinanza a través da MOTIVACIÓN, INTERACCIÓN, DESEÑO UNIVERSAL onde o ALUMNADO é o PROTAGONISTA DO SEU PROCESO DE APRENDIZAXE.

Tendo en conta os pp establecidos por DELORS no informe da UNESCO “A educación encerra un tesouro” : ensinar a saber, ensinar a facer, ensinar a ser e ensinar a convivir.

Por suposto, promoveremos a adquisición e desenvolvemento das competencias clave, destacando a **competencia social e cívica** e insistindo nas estratexias metodolóxicas que favorecen a aprendizaxe competencial definida na LOMCE 8/2013.

Todas estas actividades das que estivemos a falar quedarán reflexadas a través dun E-PORTFOLIO, unha plataforma onde cada grupo de alumno/as irán recollendo as actividades que levan a cabo ao longo do curso, quedando así rexistrado o seu traballo, de maneira que poidan ver a súa evolución ao longo do curso e sexan capaces de auto-avaliar a súa mellora.

A posta en práctica do programa de intervención require de unha serie de 7. RECURSOS, entre os que destacamos:

HUMANOS: eq directivo, CCP, eq docente, membros do DO, centro adscrito, EOE, titores, asociacións que colaboran connosco, persoal do concello,

En canto aos rr **MATERIAIS**, destacamos dos: documentos de centro, lexislacións, bibliografía, RR 2.0 e 3.0, aplicacións informáticas, materiais audiovisuais...

e os rr **ORGANIZATIVOS** como as reunións nomeadas, sesións de avaliación, horario de titoría, horario de atención do DO e os MICROTEMPOS e MICROESPAZOS, que son eses momentos informais ,

Así , toda esta información da que estivemos a falar ata o de agora deberá someterse a un proceso de **8. AVALIACIÓN**. Proceso definido por **Trillo Alonso** como unha *oportunidade para aprender*, que levaremos a cabo en 3 momentos:

Aval. **Inicial** establecida na identificación de necesidades

Aval. **Continua** ao longo do proceso que nos permite introducir modificacións a medida que levamos a cabo o noso plan

Aval. **Final** na que comprobaremos o noso grao de consecucións dos obxectivos establecidos e fundamentar a toma de decisións sobre a viabilidade do programa, ademais de que nos proporciona liñas de actuación para as propostas de mellora.

Os criterios de avaliación que teremos en conta nos tres momentos son: Grao de valoración do clima social da aula e do centro

Atención ao alumnado NEAE e as súas familias

Grao de satisfacción e participación dos diferentes implicados

Todo isto a través de diversos procedementos e técnicas de recollida de información como por exemplo: escalas de valoración para o alumnado, profesorado e familias, cuestionarios de percepcións, observación por parte dos membros do DO, reflexións

do profesorado sobre aspectos relacionados coa transición e a acollida, reflexións na Escola de Familias...

E estableceremos uns INDICADORES DE LOGRO para avaliar a nosa práctica orientadora,

1. Temos en conta as propostas do alumnado

2. Temos en conta as propostas do profesorado

3. Mellora a convivencia no centro:

Menos partes de incidencia (-20%)

Menos expulsións (-20%)

Menos conflitos que cheguen a mans do profesorado (-20%)

4. Mellora do benestar do alumnado

Ansiedade ante os exames

Xestión da frustración

Conflictos nas aulas.

Finalmente, a partir de toda a información recollida no proceso de avaliación estableceremos unhas **PROPOSTAS DE MELLORA que se recollerán na MEMORIA DO PLAN DE ORIENTACIÓN.**