



## Orientación académica dirixida a alumnado de 6º de Primaria



### Horario do Instituto

**Luns, martes, xoves e venres:**  
8,30-14,05

**Mércores:**  
Mañá 8,30-14,05  
Tarde: 16,30-18,10

### **Recreos**

10,10-10,30  
12,10-12,30

### Reserva de praza centros adscritos:

Do 11 de xaneiro ao 8 de febreiro.

### **Matrícula para 1º de ESO (alumnado de 6º de Primaria):**

- ⇒ Finais de xuño e principios de xullo.  
(O IES enviará ao colexio una nota informativa co que tedes que traer e prazos).
- ⇒ En ESO hai que matricularse todos os anos.

### **Documentación:**

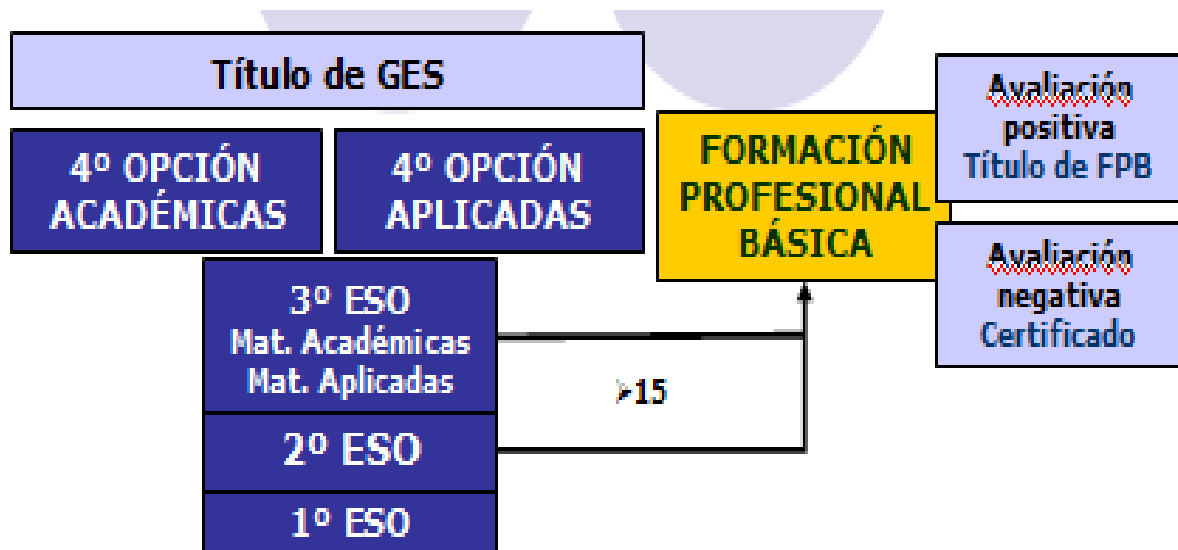
- ⇒ Impreso de matrícula.
- ⇒ Unha fotografía tamaño carné co nome e apelidos no dorso.
- ⇒ Fotocopia do DNI. No seu defecto, copia da folla do Libro de Familia onde estea inscrito o alumno/a, ou partida de nacemento.

# EDUCACIÓN SECUNDARIA OBRIGATORIA (ESO)

A ESO comprende catro cursos académicos, que se realizarán ordinariamente entre os doce e os dezaseis anos de idade.

**1º CICLO:** 1º, 2º e 3º de ESO

**2º CICLO:** 4º de ESO (Ensinanzas académicas ou aplicadas)



## Organización das materias en 1º de ESO

- Lingua e literatura galega (4 h)
- Lingua e literatura castelá (4 h)
- Primeira lingua estranxeira (3 h)
- Matemáticas (5 h)
- Bioloxía e xeoloxía (4 h)
- Xeografía e historia (3 h)
- Segunda lingua estranxeira (2 h)
- Educación física (2 h)
- Educación plástica, visual e audiovisual (2 h)
- Relixión/ Valores éticos (1 h)
- Tutoría (1 h)
- Materia de libre configuración (1 h)

**Total: 32 horas semanais**



## A PROMOCIÓN NA ESO - Lei 3/2020 de 29 de decembro

A promoción decídese ao finalizar cada un dos cursos.

O alumnado promocionará ao curso seguinte cando teña superadas todas as materias cursadas ou cando teña avaliación negativa en unha ou dúas como máximo.

O alumnado que promociione sen superar todas as materias ten que seguir plans de reforzo e superar as avaliacións correspondentes aos citados plans.

Solo se pode repetir unha vez no mesmo curso e dúas en toda a ESO. O alumnado que ao rematar cuarto non obteña a titulación de Graduado en Educación secundaria Obrigatoria poderá acadala a través de probas ou actividades personalizadas extraordinarias das materias non superadas.

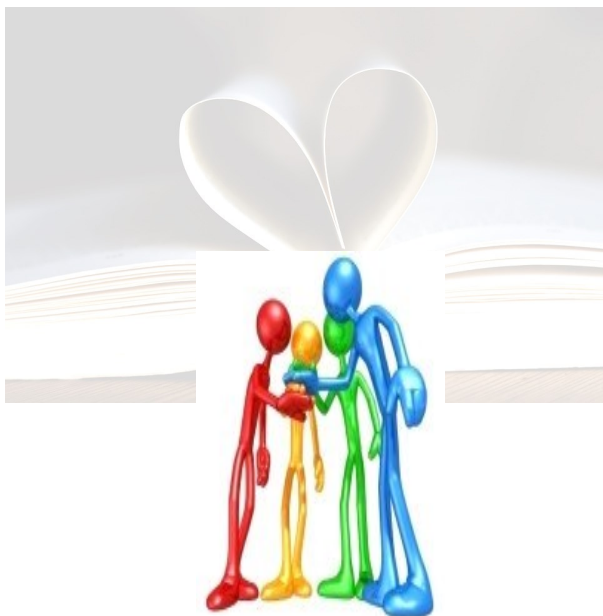
## O USO DAS TECNOLOXÍAS

O IES de Oroso é un dos centros que participa no **proxecto Abalar**.

As aulas de 1º e 2º de ESO contan cun ordenador para cada alumno, e as de 3º e 4º con pantallas dixitais e ordenador en todas as aulas. A metodoloxía de traballo no centro tende a empregar as novas tecnoloxías como un recurso máis para o desenvolvemento do proceso de ensino e aprendizaxe.



## Á CONVIVENCIA



Traballamos para proporcionar unha boa formación académica ao alumnado e somos conscientes de que o **benestar emocional** dos nosos alumnos e alumnas é un pilar importante para que traballen axeitadamente. Por iso, insistimos diariamente en que **a convivencia é tarefa de todos/as**, e requirimos da axuda das familias, o profesorado e tamén do ALUMNADO.

## ESFORZO E CONSTANCIA

Déixame que che presente a dous novos amigos: constancia e esforzo. Son primos irmáns. Ao principio non che caerán nada simpáticos. Se lles dás unha oportunidade, conforme os vaias coñecendo mellor, converteranse nos teus mellores aliados e amigos.

### Desenvolver constancia e capacidade de esforzo

Son como músculos, e a práctica e exercicio continuado fortalécenos. Pensa en todos os deportistas de elite. Ningún deles tería chegado onde está sen constancia e esforzo.

Desenvolver a túa capacidade de esforzo no estudo esixe progresividade e constancia. Se queres desenvolver un músculo facendo flexións, sabes ben que de nada che serve esforzarte moito un día ou dous. Hai que empezar por poucas e facer cada día unha ou dúas máis, así durante moitos días. Iso é o que terás que facer. Empeza pouco a pouco porque ao principio vaiche custar concentrarte. Cada día engade un pouco de tempo máis, ata alcanzar o tempo que necesitas para preparar ben as túas materias. Ao final, faralo coma se nada, "*sen esforzo*". O que a outros lles custará unha barbaridade, o teu faralo moi doadamente.

A constancia no estudo é fundamental. Non deixes de **estudar**. Tómao como un adestramento. Exercita o teu corpo e mente **cada día**. O día ten 24 horas; só dúas horas de estudo ao día non che impedirán divertirte, pasalo ben e facer un montón de cousas que che gustan.

Debes saber que o benestar persoal é importante para poder avanzar nesta liña. E no benestar, ocupan un lugar privilexiado as relacións interpersoais satisfactorias.

### Apostar polo camiño do éxito e o benestar persoal

Tes que facer, ao igual que os deportistas, un plan de adestramento; **planificar** o teu estudo, **traballar** día a día, **identificar** as túas **necesidades** e **poñer** os **medios** para que sexan atendidas adecuadamente.

Adaptado de: <http://como-estudiar.estudiantes.info/>