

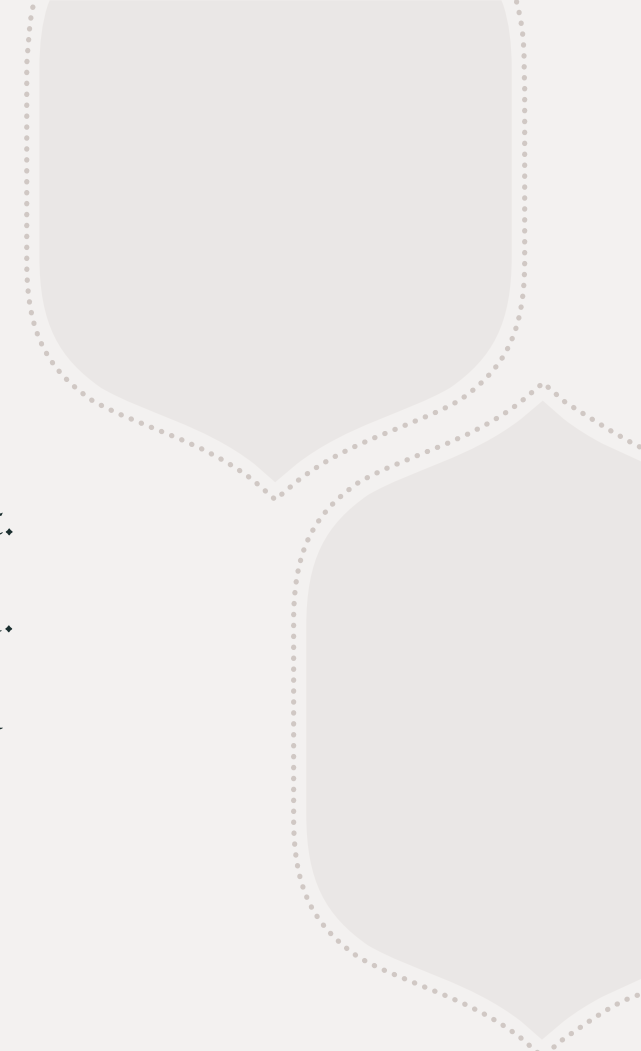


# Fi 2n de Batxillerat



# ÍNDEX

- Dates importants d'admissió a Cicles Formatius, Prova d'Accés a la Universitat.
- Enllaços a la pàgina web d'informació sobre Cicles Formatius de la Conselleria.
- Informació sobre la Prova d'Accés a la Universitat i enllaç a la pàgina web de la Conselleria.
- Enllaç a les pàguines importants de Preinscripció Universitària.
- Com organitzar-se per estudiar la PAU/ Examens Finals?
- Tècniques de relaxació.



# DATES IMPORTANTS



ADMISSIÓ CICLES  
FORMATIUS GRAU  
SUPERIOR

PROVA D'ACCÉS A LA  
UNIVERSITAT

# DATES D'ADMISSIÓ I MATRICULA CICLES FORMATIUS GRAU SUPERIOR

- Presentació on-line de sol·licituds: de 24 de maig al 03 de juny.
- Llistes Provisionals d'Admissió: 9 de juliol.
- Llistes definitives: 23 de juliol.
- Matriculació Presencial: de 24 al 30 de juliol.
- Matriculació online admiNova: 23 al 29 de juliol.

# LINKS- FORMACIÓ PROFESSIONAL

- ADMISSIÓ FORMACIÓ PROFESSIONAL
- <https://ceice.gva.es/va/web/formacion-profesional/admision-alumnado-en-ciclos-formativos>
- INFORMACIÓ FORMACIÓ PROFESSIONAL
- <https://ceice.gva.es/va/web/formacion-profesional/oferta1>

# CICLES FORMATIUS DE GRAU SUPERIOR A L'IES BERNAT GUINOVART

- Accés amb títol de Batxillerat o Prova d'Accés...
- TS d' Automatització i Robòtica Industrial (Família Professional d'Electricitat i Electrònica)
- TS de Programació de la Producció en Fabricació Mecànica (Família Professional Fabricació Mecànica).
- TS d' Administració i Finances ( Família Professional d'Administració i Gestió)
- TS de Mecatrònica Industrial ( Família Professional d' Instal·lació i Manteniment)
- <https://portal.edu.gva.es/iesbernatguinovart/grau-superior/>



# DATES PROVA D'ACCÉS A LA UNIVERSITAT-PAU-EBAU

- CONVOCATÒRIA ORDINÀRIA JUNY
- Matrícula Prova d'Accés a la Universitat: de 20 a 27 de maig.
- Realització exàmens PAU: 4,5 i 6 de juny ( en cas de solapament d'exàmens en horari, podria a ver quelcom examen el dia 7 de juny).
- CONVOCATÒRIA EXTRAORDINÀRIA JULIOL
- Matrícula de 17 al 21 de juny.
- Realització de la PAU: 2,3 i 4 de juliol.

# PROVA D'ACCÉS A LA UNIVERSITAT

- Dos fases:
- Fase obligatòria: 5 exàmens – Castellà Llengua i Literatura II, València Llengua i Literatura II, 1ra Llengua Estrangera: Anglès. Història d'Espanya/ Història de la Filosofia, Assignatura de modalitat ( Matemàtiques II, Llatí II, Matemàtiques aplicades a les Ciències Socials II).
- Fase Voluntària: serveix per pujar nota, tenir en compte el paràmetres de ponderació.  
<https://ceice.gva.es/documents/161863209/379418854/Taula+PONDERACIONS+2024+12022024.pdf/dbfa4915-cc5d-d589-2848-25d0e73e2799?t=1708081762213>



# NOTA D'ACCÉS A LA UNIVERSITAT-NAU I NOTA D'ADMISSIÓ A LES TITULACIONS UNIVERSITÀRIES

- La qualificació de la nota de la fase obligatòria és la mitja aritmètica dels 5 examens. Ha de ser superior a 4.
- La Nota d'Accés a la Universitat es calcula de la següent manera, vàlidesa indefinida.

$$QFO \times 0,4 + NMB \times 0,6$$

. Nota d'Admissió a les Titulacions Universitàries:

$$QFO \times 0,4 + NMB \times 0,6 + a \times M1 + b \times M2$$

Té vàlidesa durant dos cursos.

$$QFO \times 0,4 + NMB \times 0,6 + a \times M1 + b \times M2$$

- QFO és la qualificació de la Fase Obligatòria de la PAU. QMB és la qualificació mitjana de Batxillerat. a i b són els coeficients de ponderació (0 o 0,1 o 0,2). M1 i M2 són les qualificacions, amb dos xifres decimals, de les matèries de la fase voluntària o la matèria troncal general de la fase obligatòria amb vinculació a modalitat de batxillerat o de l'idioma estranger de la fase obligatòria o de la Història de la Filosofia, si és el cas, que donen una qualificació final superior després de la ponderació.

# REVISIÓ QUALIFICACIONS

- 1 L' estudiantat podrà demanar una revisió de les seues qualificacions dels exàmens de la PAU.
- 2 La revisió consistirà en comprovar que no hi ha hagut errors en el procés de primera correcció i qualificació i també en fer una segona correcció de l'examen.
- 3 Tot el procés de revisió serà realitzat per un corrector diferent del que ha fet la primera correcció. La qualificació definitiva serà la mitjana de les dos qualificacions. Si la diferència entre la primera i la segona correcció fos de dos punts o més, es farà una tercera correcció. La qualificació definitiva serà la mitjana de les tres qualificacions.
- 4 L' estudiantat podrà veure els exàmens dels quals haja demanat una revisió, al final de tot el procés de revisions.
- 5 El resultat de la revisió podrà baixar, pujar o mantindre la nota donada inicialment.

# LINK PROVA D'ACCÉS A LA UNIVERSITAT PAU

<https://ceice.gva.es/va/web/universidad/informacion-pau>

# PREINSCRIPCIÓ A LA UNIVERSITAT

- **Link de preinscripció a les Universitats de la Comunitat Valenciana:**
- <https://ceice.gva.es/va/web/universidad/preinscripcion>
- Assistent telemàtic.
- **Link de preinscripció a altres Universitats de l'estat Espanyol :**
- <http://siiu.universidades.gob.es/QEDU/?vgnnextoid=2908e6f894850710VgnVCM1000002006140aRCRD>
- **Revista Universitària amb informació sobre la Preinscripció:**
- <https://yaq.es/reportajes/fechas-preinscripcion-universidad-y-formularios-online>

# Com organitzar-se per estudiar la PAU?

- <https://www.educaweb.cat/continguts/educatiu/selectivitat/consells-practics-superar-selectivitat/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=8gkgYVQRm-Y>
- <https://yaq.es/breves/selectividad-20-consejos-practicos-los-dias-examenes>

## Com preparar-te per als exàmens de la selectivitat?

**1. Planifica el teu estudi:** És important establir un horari d'estudi que et permeti repassar totes les assignatures. És una bona manera d'assegurar-te que tens temps per estudiar totes les matèries i preparar-te adequadament. No deixis les que menys t'agraden o se't donen bé pel final!

**2. Coneix el format dels exàmens:** Realitzar exàmens d'altres anys permet familiaritzar-se amb el format i el tipus de preguntes que es fan. Sobretot és rellevant fixar-se amb les correccions, ja que a través de les mateixes, es pot veure que es té en compte per puntuar positivament la resposta.

**3. Utilitza recursos d'estudi:** Utilitza apunts i resums per repassar i estudiar. Esquemes i mapes conceptuals.

**4. Demana ajuda si la necessites:** Si tens dificultats per preparar-te la selectivitat, no dubtis a demanar ajuda als teus professors i companys i fins i tot a la teva família. De vegades, simplement, parlant, trobaràs la sortida.

**5. Cuida el teu benestar físic i mental:** És imprescindible cuidar del benestar físic i mental durant tot el procés de preparació per la selectivitat. Has de dormir les hores suficients, fer exercici i mantenir una dieta saludable. Busca maneres de relaxar-te i reduir l'estrès. Recorda! La nit abans, has de dormir un mínim d'entre 7 i 8 hores el dia abans de la prova. Has de descansar per rendir al màxim.



## I els dies de Selectivitat?

**1.Arriba puntual a la prova.**

**2.Assegura't que portes el material necessari:** Revisar que tens tot el material necessari abans de sortir de casa: DNI, i materials per poder fer l'examen (bolígraf...). Fins i tot és recomanable portar material de més per si fos necessari.

**3.Has de mantenir una actitud positiva i controlar els nervis:** És normal estar sentint nervis en el moment de realitzar la prova, però has d'evitar que aquests et juguin una mala passada. Fes respiracions i pensa que no ets la única persona que es troba en aquesta situació. Has estudiat i estàs preparat/da per superar la prova.

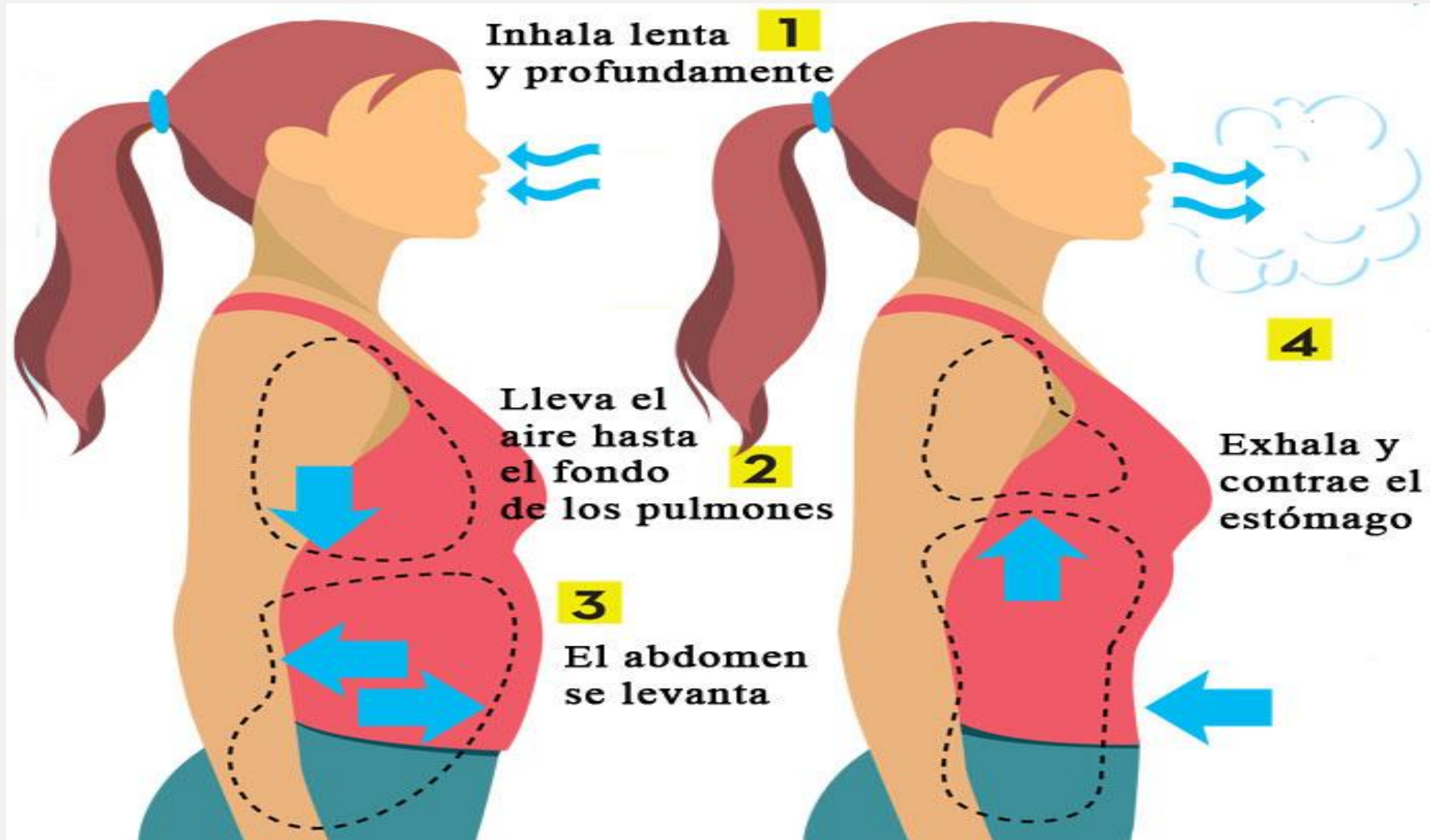
**4.Llegeix els enunciats amb atenció i no te'n deixis cap en blanc:** Assegura't que entens bé el que t'estan preguntant abans de respondre. Si tens dubtes subratlla els conceptes clau per poder respondre més tard. A més, és recomanable que no deixis preguntes sense respondre. En cas de dubte, es recomana contestar-la igual, ja que les respostes no resten, sempre sumen. I distribueix bé el temps de la prova. **Si trobes una pregunta difícil, no t'hi capfiquis, contesta el que sàpigues, avança a la següent i torna-hi més tard, si hi ha temps.**

**5.Fes una revisió final:** Si et queda temps, revisa les teves respostes i comprova que hagi contestat totes les preguntes.

## 4 TÈCNIQUES DE RELAXACIÓ PER ABANS D' UN EXAMEN

### 1. Practica la respiració diafragmàtica

Qualsevol estat de nerviosisme i ansietat remet si aprens a concentrar-te en una respiració profunda. Per això has de prendre molt lentament l'aire pel nas i mantenir-lo als teus pulmons per un temps . Després, solta'l a poc a poc per la boca. Has d'intentar que, en fer aquesta respitació, el teu estómac sobresurti a l'inhalar i es fiqui cap a dins a l'exhalar. Practica-ho posant una mà sobre el teu pit i l'altra mà sobre el teu ventre. Si mantés els ulls tancats i penses en una cosa positiva, encara millor.



## **2. Escolta la teva respiració**

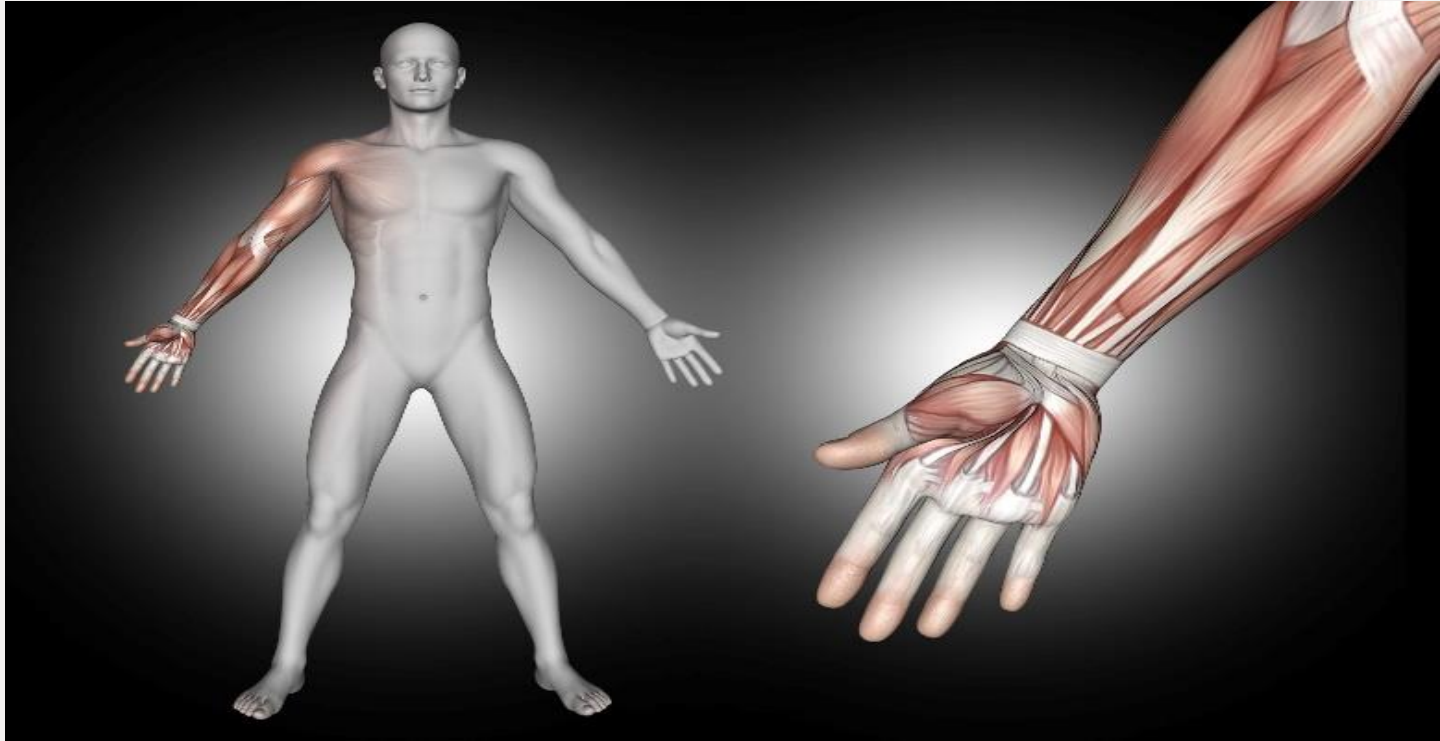
Tanca els ulls i respira mantenint un ritme de respiració regular i pausat mentre et centres a escoltar el seu so. Amb uns deu minuts en tindràs prou.

## 3. Relaxació muscular progressiva de Jacobson

Es tracta d'una tècnica de relaxació en la qual has de tensar els teus músculs al màxim, mantenir aquesta tensió uns 5 segons i després destensar-los. Això ho aniràs fent per grups musculars. La postura ideal és tombada boca amunt o assegut en una cadira

<https://www.youtube.com/watch?v=STB1hXQL-5A&t=391s>

[https://www.youtube.com/watch?v=J-mP9TZ\\_0ZM](https://www.youtube.com/watch?v=J-mP9TZ_0ZM)



## 4. Tècnica d'afrontació

Es tracta d'una tècnica de caràcter mental. Imagín en el moment de l'examen. Intenta (re)viure el moment amb tot luxe de detalls i visualitza responent correctament les preguntes i afrontant l'examen de la millor manera possible.



# DEPARTAMENT ORIENTACIÓ IES BERNAT GUINOVART

- ♦ Si necessites més informació vine al Departament Orientació o contacta amb [a.sinarcasgranell@edu.gva.es](mailto:a.sinarcasgranell@edu.gva.es)

