

COMPETENCIAS PARA LA VIDA

El producto final elaborado ha sido un cuadernillo que han editado las APAS del IES y de los dos centros de Primaria adscritos sobre los resultados del 1r taller sobre competencias para la vida. La dinámica y el formato han sido muy motivadoras y gratificantes para todos/as, por lo que quieren que repitamos la experiencia con dos talleres más el curso próximo.

Este curso hemos introducido el tema (Florencio Luengo) con una conferencia dirigida a todos los centros de la localidad organizada desde el Ayuntamiento y el IES.

La segunda actividad fue una dinámica cooperativa liderada por las madres/padres de las AMPAS que se especializaron cada una en una CB y con la ayuda de los orientadores del IES organizaron una dinámica cooperativa con la técnica del Puzzle de Aronson para adaptar la definición semántica de cada competencia elaborada para el contexto escolar al ámbito familiar, ilustrando cada una de ellas con acciones y fotografías cotidianas en las que cada competencia se practica en familia.

Por último, y a elección de las madres/padres profundizamos con un taller práctico en la dimensión de habilidades y valores personales de la competencia de Autonomía e Iniciativa personal, organizando un taller práctico de tres sesiones para aprender a enseñar a los alumnos/as_hijos/as las habilidades de autorregulación emocional y comportamental a través de la respiración y la relajación. En Los centros escolares se realizaron en paralelo actividades de relajación con el alumnado de 6º de E. Primaria y 1º de ESO, en el marco de los planes de acción tutorial y desde algunas áreas curriculares. Los padres y madres aprendieron a relajarse y reflexionaron juntos sobre cómo enseñar y consolidar este hábito tan saludable en todos los aspectos. Buscar el momento, el lugar y el modo de introducirlo en las rutinas cotidianas es todo un reto que muchas familias han estado dispuestas a considerar por los grandes beneficios emocionales, cognitivos y físicos que produce su práctica habitual.

La comisión mixta padres/madres de las AMPAS y profesorado de los centros están preparando para el curso próximo con el mismo formato (Charla introductoria, dinámica cooperativa y taller práctico) otras acciones parecidas. En principio un monográfico dedicado a la Competencia de Aprender a Aprender (cómo ayudar a los hijos/as a estudiar sin ser sus profesores y estropear las relaciones padres/hijos en el intento), y otro dedicado a la Competencia Social y Ciudadana (Cómo negociar con un adolescente las normas en casa). Por su parte el alumnado aprenderá a realizar sus tareas en casa con responsabilidad y progresiva autonomía y a negociar con sus padres horarios de vuelta a casa, pagas semanales o mensuales, responsabilidades domésticas, etc.... Sus tutores y tutoras se lo enseñarán en las aulas como parte de las actividades de la programación de actividades de tutoría del Plan de Acción Tutorial.

Ha sido una experiencia sencilla pero muy gratificante que nos ha enseñado mucho de competencias básicas y de colaboración entre profesorado y familias. Estamos muy satisfechos con los modestos resultados y queremos repetir.....

FORMACIÓ CONJUNTA DIRIGIDA A PARES I MARES DELS CENTRES PÚBLICS Vva de Castellón i Senyera

Ja que l'experiència de formació conjunta a l'escola de mediadors i mediadores ha estat molt positiva des de que va començar, enguany ampliem l'oferta a altres continguts que ajuden a l'objectiu comú de fer dels nostres centres un lloc on tots i totes, a més de participar, puguem gaudir d'experiències d'aprenentatge informals, enriquidores i que ens ajuden a viure millor. El fet que els grups estiguen formats per pares i mares dels centres adscrits farà que l'experiència ens conduïska a un millor coneixent mutu. Aquestes iniciatives formen part de la nova programació d'activitats del Pla de Transició entre els centres públics de E. Primària de Senyera i Vva de Castellón i l'IES. Amb aquesta proposta comencem la nostra planificació conjunta i esperem que siga un bon exemple per organitzar noves experiències dirigides a conèixer i desenrotllar les competències bàsiques en família en estreta col·laboració amb els centres educatius.

Dins d'aquest marc enguany començarem de forma experimental amb un taller pràctic amb els següents continguts:

1ª sessió de gran grup:

Conèixer les competències bàsiques i com desenrotllar-les en família

Competència d'autonomia i iniciativa personal a l'àmbit familiar

Habilitats emocionals personals per a augmentar el benestar i regular emocions, sentiments i comportaments reactius:

- * Respiració
- * Relaxació
- * Atenció plena

2º i 3º sessions per torns en grups reduïts: de les habilitats d'autoregulació.

4ª sessió de gran grup: Com practicar-les quotidianament amb els nostres fills i transformar-les en un hàbit saludable.

El taller tindrà una duració de 4 sessions. Es realitzaran dos sessions setmanals de 19 a 20'30_21 hores els dies 22, 24, 29 del mes d'abril i el dia 1 del mes de maig. Serà impartit per la professora M^a Esperanza García Morales, del Departament d'orientació del IES amb el suport de les mares de les subcomissions de formació de les AMPES dels centres.

La signatura d'aquest document no suposa un compromís de participar si no que és una primera presa de contacte per fer una previsió, organitzar el taller i els possibles torns. Si ens doneu un telèfon de contacte ens reunirem per concretar tots els detalls.

En/Na _____ tinc interès en participar al Taller de Competències Bàsiques

El meu fill-a és _____ del centre _____ i del curs _____.

El meu telèfon de contacte personal és _____ i el meu correu electrònic _____.

Signatura