

# **BALANCE DE ACTIVIDAD PROGRAMA ACEX CURSO 2023 - 2024**

## DATOS DE PARTICIPACIÓN

Nº DE CENTROS EDUCATIVOS	Nº DE ALUMNOS/AS	Nº DE FAMILIAS
12	38	38

	CENTRO EDUCATIVO	NÚMERO DE ALUMNADO DERIVADO
	IES ALONSO QUIJANO	4
	IES ALKAL'A NAHAR / ABSENTISMO	5 / 3
	IES ANTONIO MACHADO	4
	IES ATENEA / ABSENTISMO	3 / 2
	IES CARDENAL CISNEROS	1
	IES COMPLUTENSE	6
	IES DOCTOR MARAÑÓN	1
	IES IGNACIO ELLACURÍA	2
	IES ISIDRA DE GUZMAN	8
	IES SENDA GALIANA	1
	CC ESCUELAS PÍAS	1
	CC SANTA MARÍA DE LA PROVIDENCIA	2

## ACTIVIDADES DE CONTINUIDAD Y COMPLEMENTARIAS

<b>INTERVENCIÓN PSICOTERAPEUTICA INDIVIDUAL</b>	10 alumnos/as
<b>INTERVENCIONES FAMILIARES</b>	13 familias
<b>COLABORACIÓN CON CENTROS EDUCATIVOS</b>	8 alumnos/as
<b>COLABORACIÓN SALUD MENTAL</b>	2 alumnos/as
<b>COORDINACIÓN CON RECURSOS SOCIO-EDUCATIVOS</b>	3 alumnos/as

## ACTIVIDADES EN EL AULA

<b>APOYO EDUCATIVO Y METAHABILIDADES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Refuerzo educativo: organización, planificación y métodos de estudio /Organizadores y planificadores de tarea</li> <li>• Autodisciplina y esfuerzo</li> <li>• Motivación escolar</li> <li>• Orientación educativa y de intereses profesionales: “Mi propio camino: planifico mis pasos” / “Llegar a ser”</li> </ul>
<b>FORMACIÓN PRE-LABORAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Información sobre el trabajo para menores</li> <li>• Taller de estética y peluquería: book de peinados</li> <li>• Taller de moda</li> <li>• Taller de organización de eventos</li> <li>• Taller: “Si yo fuera empresario...”</li> <li>• Cualidades profesionales: cuidado de material, reflexión sobre cualidades profesionales, madurez y responsabilidad.</li> </ul>
<b>CAPACITACIÓN EMOCIONAL, RELACIÓN ENTRE IGUALES Y PREVENCIÓN DE RIESGOS ASOCIADOS A LA ADOLESCENCIA</b>	<p><u>Resolución de conflictos:</u> Transformando el conflicto</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceptación de normas y límites (llegar tarde, no acatar órdenes de trabajo, hurtos, falta de respeto entre iguales, etc,)</li> <li>• Cohesión grupal</li> <li>• Valores de trabajo en equipo</li> <li>• Proyectos: “Yo quiero la Play”, “Te acompañamos al examen”, “Nadie es raro”, “Hablando se entiende la gente”, “A mí también me pasa”, “Me podría haber pasado a mí”</li> </ul>

	<p><u>Regulación emocional</u>: reflexión en lugar de impulso</p> <p><u>Identidad y autoconcepto</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyectos: “A mí, me pasó lo mismo”</li> <li>• “Iceberg: no soy lo que aparento / me doy a conocer”; “¿Qué es la adolescencia?”</li> </ul> <p><u>Prevención de riesgos ligados a la adolescencia</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevención de consumo de sustancias</li> <li>• Prevención del mal uso de internet y redes sociales</li> <li>• Educación afectiva: “Que quiero decir cuando digo tengo novio/a ...”</li> <li>• Educación para el ocio y tiempo libre</li> </ul>
<b>CALLESCUELA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visita a LA FERIA DEL LIBRO</li> <li>• Visita al centro de Alcalá: calle Mayor, Capilla del Oidor, Parque O’Donnell</li> <li>• Visita al Museo Arqueológico y Paleontológico Regional</li> </ul>
<b>PROYECTOS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Día Internacional de la Educación</li> <li>• Día de la Paz</li> <li>• La Familia</li> <li>• Yo soy arte</li> </ul>

# DOCUMENTACIÓN GRÁFICA

## 1. Refuerzo educativo:

### Planificación

**Header (Green background):**

A un sabio le preguntaron:  
¿Por qué se pierden los amigos?  
el respondió:  
Si se pierden no eran amigos porque los amigos son para siempre...!!

**Photo:** Jaime Samu

**Text:** Mi familia y mis amigos

**Name:** Jaime Samu

**Body (Pink background):**

**Esta semana...**

**TAREAS**

- PARA HACER CADA DÍA
- PUEDE ESPERAR (Nunca lo hago)
- PARA HACER SIN PRISA

**Objetivos:** "quiero aprobar"

**Calendar:**

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
15:30 Cena Cena Cena	Ducha CENA	Ducha CENA	Ducha CENA

**MIS AMIGOS**

**SALIR ESTAR CON SUS PADRES**

**Other notes:**

- Me controla
- INTELIGENCIAS
- Que des cosas rapid B...
- Quitar cosas dentro de cada día



# Técnicas de estudio

## TÉCNICAS DE ESTUDIO

**1ª LECTURA "RÁPIDA"**  
 (No significa leer rápido, si no leer de principio a fin sin detenerte).  
 - Así sabes DE QUÉ VA el texto.  
 - Veámos su estructura.  
 - Marcámos los párrafos que no entendamos.

**2ª LECTURA "LENTA"**  
 (No significa leer lento, si no con calma y prestando atención).  
 - Podremos comprender lo que leamos.  
 - Pondremos título a cada párrafo y este título lo apuntaremos a lápiz en el margen de la hoja.

**3ª SUBRAYAR**  
 - ¿Qué subrayamos? Palabras que den información importante (verbos/sustantivos).  
 - ¿Cómo subrayamos? De forma jerárquica (de lo general a lo particular; ideas generales debajo subrayado; ideas simples una esp. y los ejemplos con una raya discontinua [----]).  
 - Otro ejemplo sería por colores: ■ Ideas principales, ■ Ideas simples, ■ Ejemplos.

**4ª RESUMEN**  
 Un resumen es escribir el texto con nuestras propias palabras de qué va el texto.  
 - Usaremos los títulos del segundo paso y también lo subrayado.  
 - Completaremos con nuestros propias palabras.  
 Si el texto original es de 1 hoja; nuestro resumen debe ser 1/4 de hoja.

**5ª ESQUEMA**  
 (Estructura visual con flechas).  
 - Usaremos títulos del segundo paso y palabras subrayadas.

**6ª MAPA MENTAL**  
 Para ello convertiremos el esquema en una estructura con imágenes.

CONTINUARÁ...

## AUTOESTÍMA

Para un buen rendimiento en **TODAS** las áreas de tu vida, es **NECESARIO** tener un buen concepto de uno mismo.

- 1.** Si crees que no tienes capacidad, o que no vas a poder con algo **CON...**
- Tus padres.
  - Tu tutor del colegio.
  - Tu orientador escolar.
- ELLOS TE DARÁN SU OPINIÓN**  
**SEGURO QUE ES MÁS DE LO QUE TÚ PIENSAS!**
- 2.** Ayuda, de vez en cuando, a algún compañero. **VERÁS QUE...**
- Eres importante.
  - Puedes ayudar a los demás.

**QUIENES TIENEN DIFICULTADES EN LOS ESTUDIOS, SUELEN SABER BIEN DÓNDE ESTÁ LA DEFICIENCIA DE UNA MATERIA**

- 3.** Aplicando los consejos sobre concentración, motivación y voluntad. Verás un aumento en tu rendimiento y por tanto, el autoestima.
- NO TE RINDAS, NO TE EXCUSES DICRIENDO QUE TIENES POCAS CAPACIDADES; SIEMPRE SE PUEDE HACER MÁS DE LO QUE SE CREE.**

**HAY QUE REPETIR ACTOS POSITIVOS Y BENEFICIOSOS**  
 (Aunque no te gusten o supongan mucho esfuerzo)  
**POCO A POCO TE ACOSTUMBRARÁS**

**LA FUERZA DE VOLUNTAD ES LA MADRE DEL ÉXITO**

**FIJATE EN LA RECOMPENSA FINAL, NO LA QUE OBTIENES A CORTO PLAZO.**

Objetivos asequibles; si tu objetivo es aprobar cinco materias suspensas. **SOLO CONSEGUIRÁS FRUSTRACIÓN**, debes ir poco a poco.

**EVITARÁS ENGANARTE A TI MISMO!**

Ponte objetivos que se puedan cumplir fácilmente.

**ESCRIBE TUS OBJETIVOS EN UN PAPEL Y SIEMPRE CON UN LÍMITE DE TIEMPO.**  
 POR EJEMPLO: Voy a estudiar dos horas todos los días. Sacaré más de un 6 en matemáticas.

**PREMIATE SI CONSEGUIES ALCANZAR TUS OBJETIVOS POR COMPLETO** CON UNA CHUCHERÍA, ESCUCHAR UNA CANCIÓN, VER 10 minutos LA TELE, LLAMAR A UN AMIGO...

**LOGRAR PEQUEÑOS OBJETIVOS EQUIVALE A PEQUEÑOS PREMIOS!**

**APRENDE A RELAJARTE:**

- Mejora la atención durante las clases.
- Evitar quejas en voz alta.
- Disminuir la tensión en época de exámenes.
- Dormir bien.
- Afrontar las exposiciones en clase.
- Mejorar la concentración.

Debes relajarte antes de estudiar pero **SIN** quitar horas de estudio.

**SI NO PUEDES RELAJARTE HABLALO CON TUS PADRES O PROFESORES.**

**NO DEBE SER UNA EXCUSA!**

**SE PACIENTE, EL ESTUDIO NO ES INMEDIATO. Requiere constancia y planificación!**

CONTINUO:  
 Ejemplo de MAPA MENTAL →



**7ª MEMORIZAR**  
 Memorizar = Repetir.  
 - Repetir mentalmente.  
 - Repetir escribiendo/dibujando; dibujando de nuevo el mapa mental o el esquema...  
 - Repetir recitando/leyendo en voz alta, o bien en solitario, o bien contándole a otras personas.

**8ª REPASAR**  
 Consiste en repetir, después de memorizar.  
 ¿Cómo se hace?  
 • Repaso 1: Un día después de estudiar.  
 • Repaso 2: Más de una vez a la semana hasta el examen.  
 • Repaso 3: Días previos al examen.

**YA ESTAS LISTO PARA EL EXAMEN**

## Motivación escolar



# MAKINOTE

1. Cuántos pesetas (moneda antigua) son 20 x 10?  $x = 20 \cdot 10 = 200$

2. Si 18 kilos de trigo se han obtenido 15.4 kg de harina. ¿Qué cantidad de harina se obtendrá con 40 kg de trigo?  
 $\frac{18}{15.4} = \frac{40}{x}$   
 $x = \frac{40 \cdot 15.4}{18} = 34.22$

Ejercicio nº 2.- Proporcionalidad compuesta. Indica en cada caso si la proporción es directa o inversa.  
Para alimentar a 15 caballos durante 30 días hacen falta 180 kg de hierba. ¿Qué cantidad de hierba será necesaria para alimentar a 18 caballos durante 40 días?  

Caballos	Días	Hierba (kg)
15	30	180
18	40	x

  
 $x = \frac{180 \cdot 40 \cdot 18}{15 \cdot 30} = 648$

Ejercicio nº 3.-  
Tres amigos, Luis, Rubén y Pedro compran una participación de Loterías del Estado. Para ello el primero pone 5 €, el segundo 4 € y el tercero 9 €. Entre los tres obtienen un premio de 3000 € que se distribuyen en partes directamente proporcionales al dinero aportado por cada uno. Calcula el premio que corresponde a cada uno de ellos.  

Nombre	Dinero	Parte del premio
Luis	5	450 €
Rubén	4	300 €
Pedro	9	900 €

Ejercicio nº 4.-  
a) Calcula el 28% de 375.  
 $0.28 \cdot 375 = 105$

b) Halla el tanto por ciento que representa 27 de 216.  
 $x = \frac{27 \cdot 100}{216} = 12.5\%$

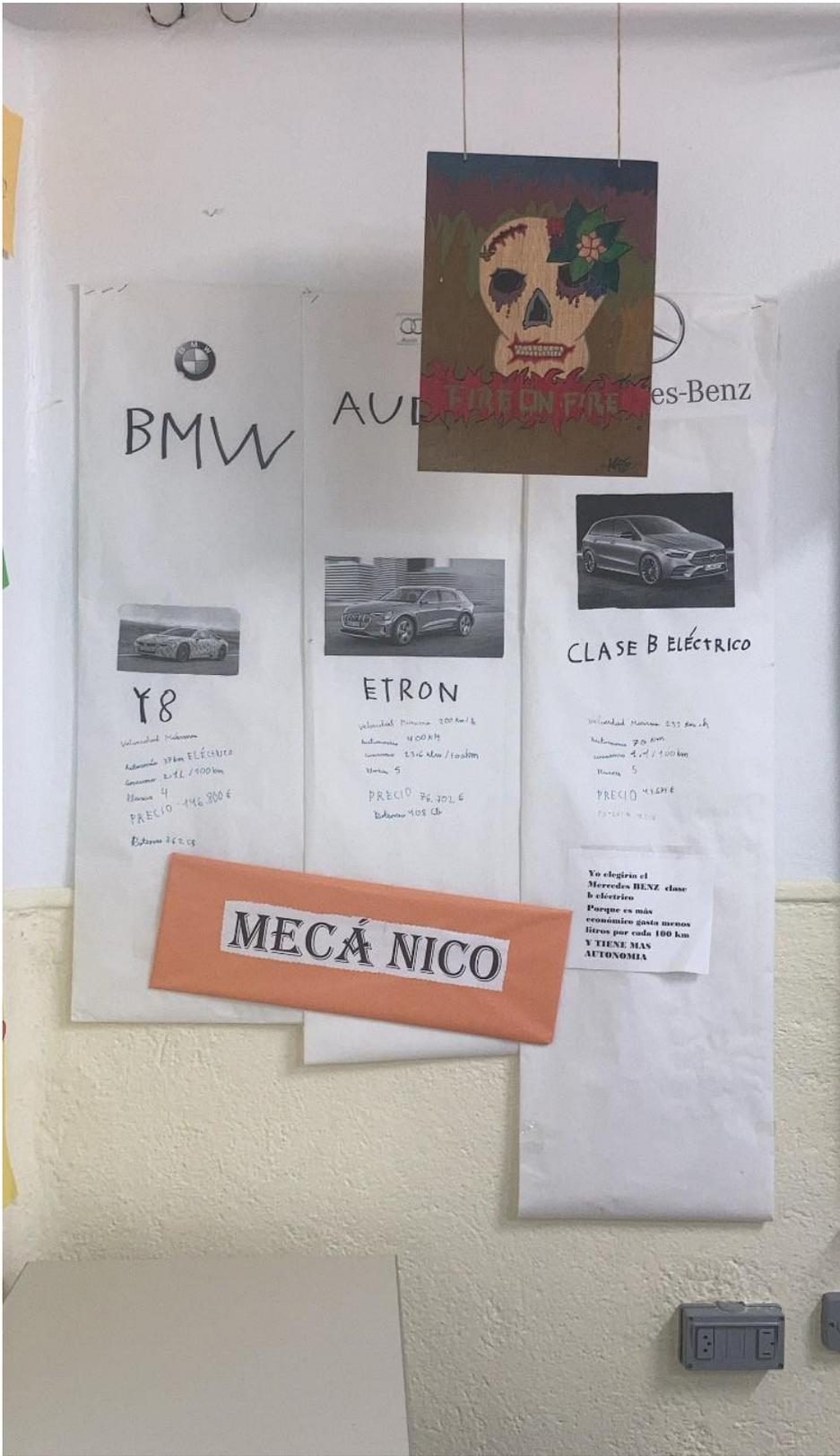
REDMI NOTE 8 5K  
AI QUAD CAMERA

<https://facebook.office.com/hatimboal6AAARAc2CTN9nPLTY1M2MNDVn95N2LmLHNZT6MhMmQ1Y8GAAAAACPLuT1X1YQds...> 1/1

## 2. Orientación educativa y de intereses profesionales:

“Mi propio camino: planifico mis pasos”





BMW



Y8

Velocidad Máxima  
Autonomía 390km ELÉCTRICA  
Consumo 2.1L / 100km  
Ejes 4  
PRECIO 146.300 €  
Estrona 362 cc

AUDI



ETRON

Velocidad Máxima 200 km/h  
Autonomía 400 km  
Consumo 13.6 kWh / 100km  
Ejes 5  
PRECIO 76.701 €  
Autonomía 408 km



CLASE B ELÉCTRICO

Velocidad Máxima 133 km/h  
Autonomía 200 km  
Consumo 4.7 / 100 km  
Ejes 5  
PRECIO 43.571 €  
Autonomía 200 km

Yo elegiría el Mercedes BENZ clase eléctrica porque es más económico gasta menos litros por cada 100 km Y TIENE MAS AUTONOMIA

MECÁNICO

# JORGE

**¿DÓNDE QUIERO LLEGAR?**

Tener una vida plena.

**¿QUÉ CAMINO DEBO SEGUIR?**

estudiar y conseguir un buen trabajo

**¿QUÉ DEBO LLEVAR EN MI MOCHILA?**

Gustar  
→ ACTIVIDAD

**¿QUÉ DEBO ELIMINAR DE MI VIDA?**

La vagancia

**¡HAZLO!**





**Taller de estética y peluquería: book de peinados**







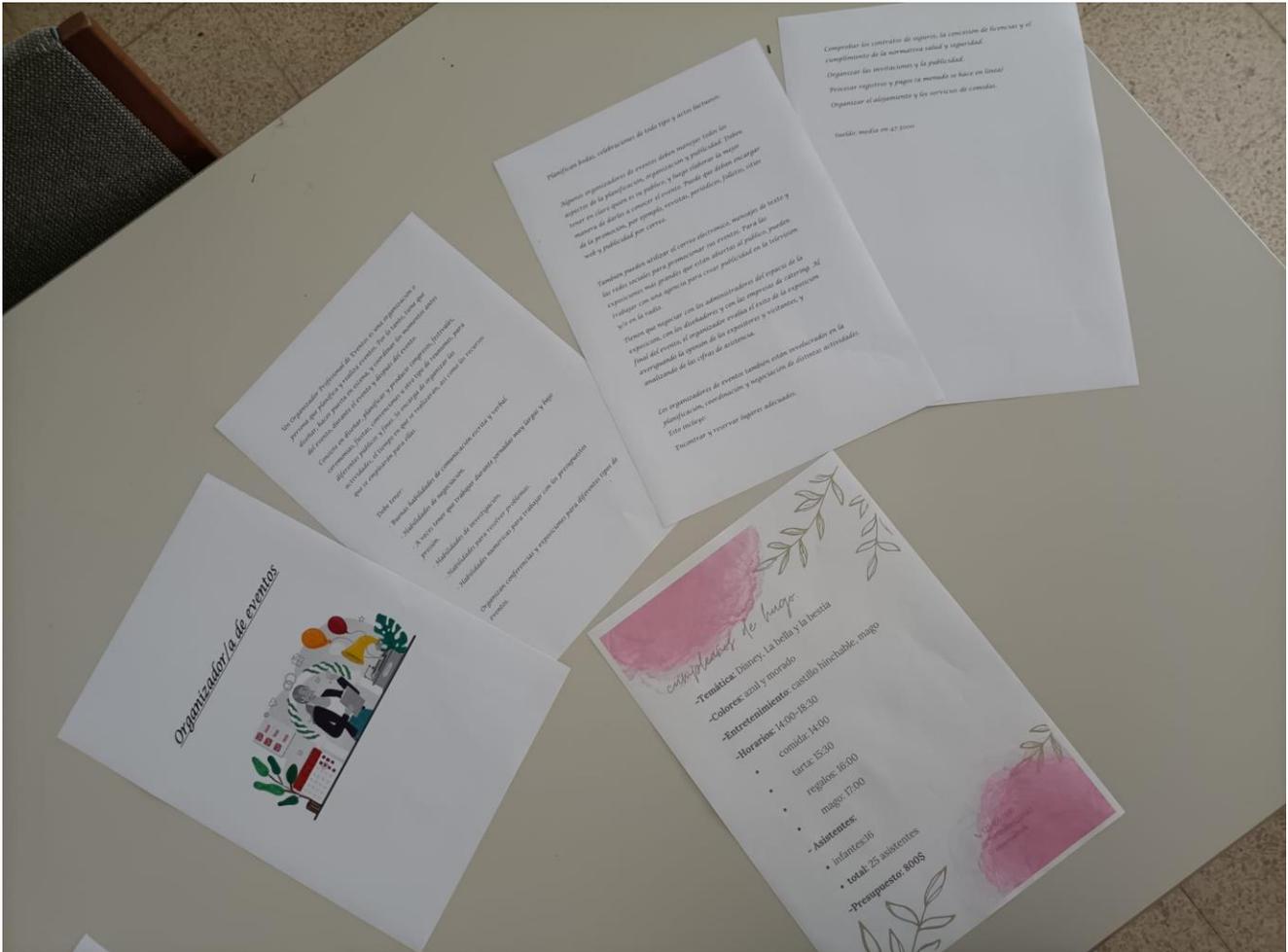


## Taller de moda

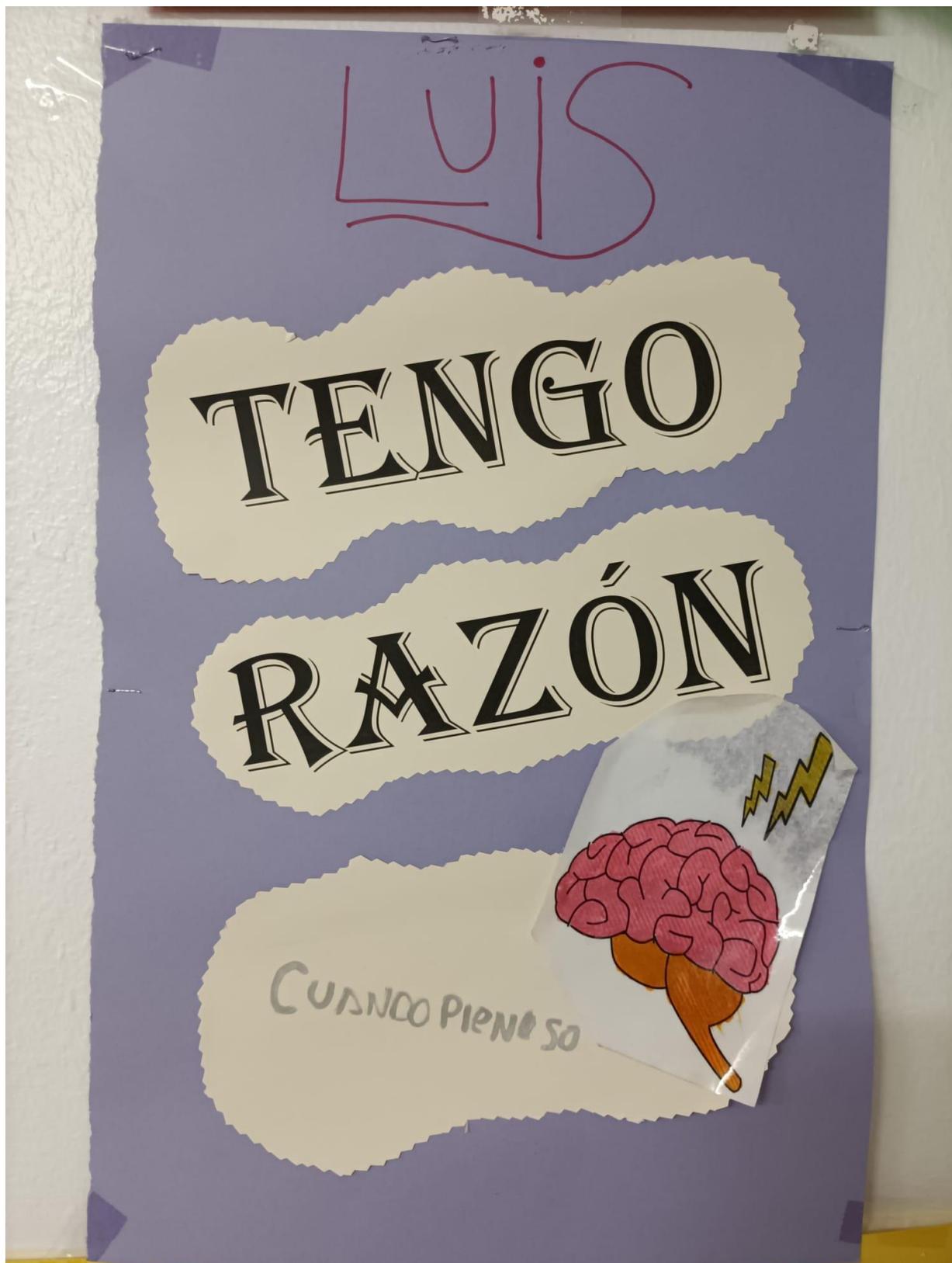




# Taller de organización de eventos

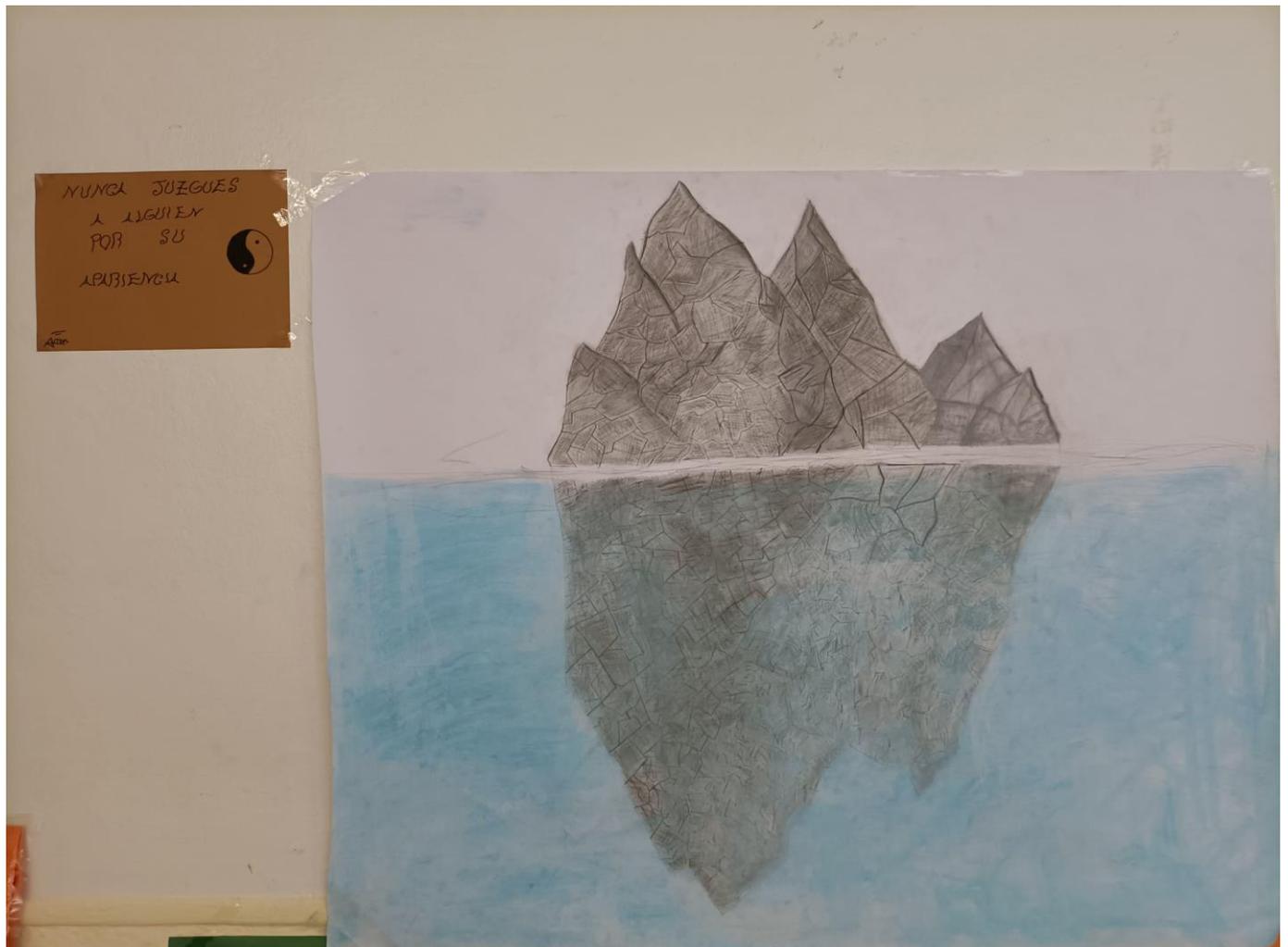


**3. Regulación emocional: reflexión en lugar de impulso**

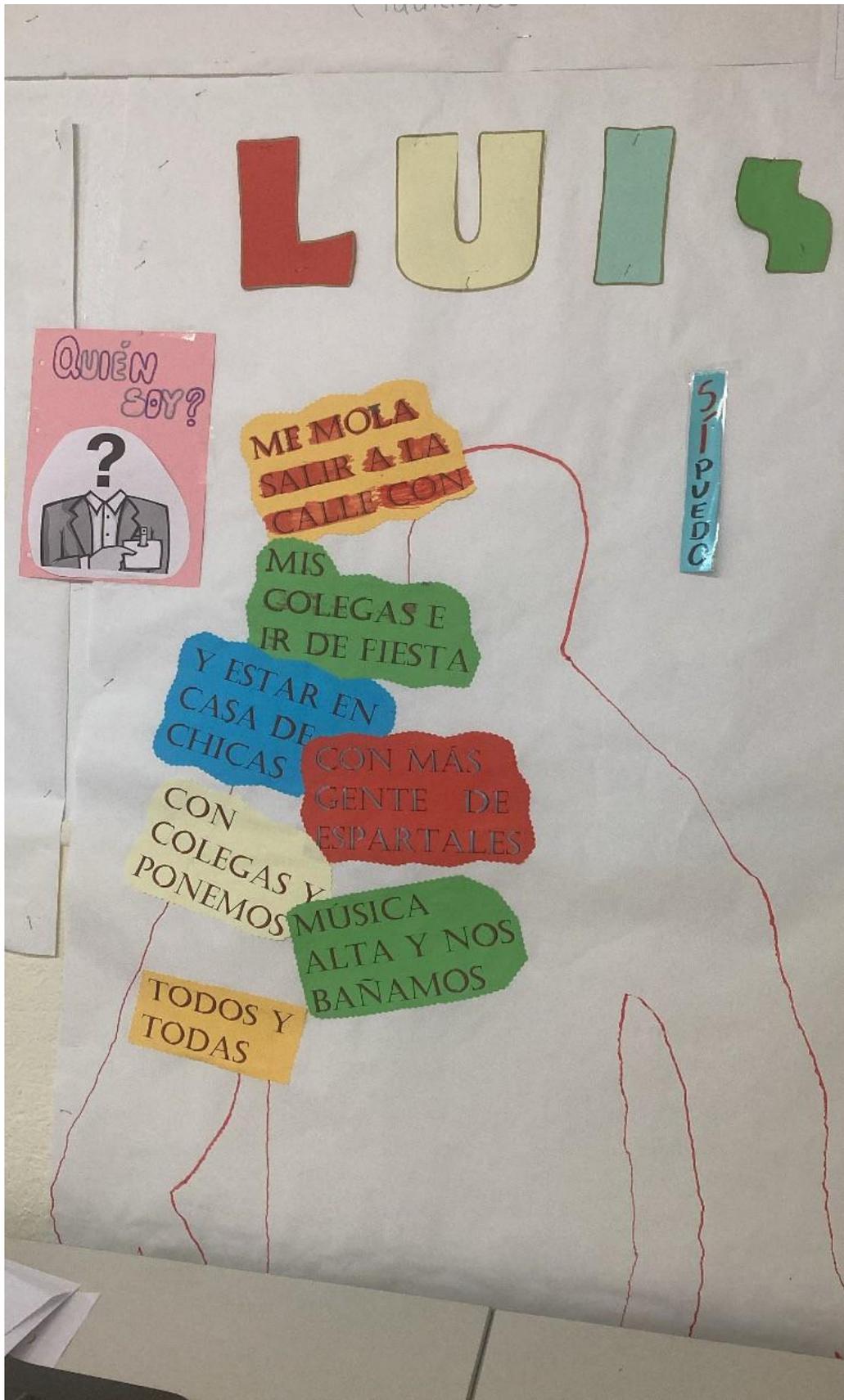


#### 4. Identidad y autoconcepto:

“Iceberg: no soy lo que aparento / me doy a conocer”



# “¿Quién soy?”

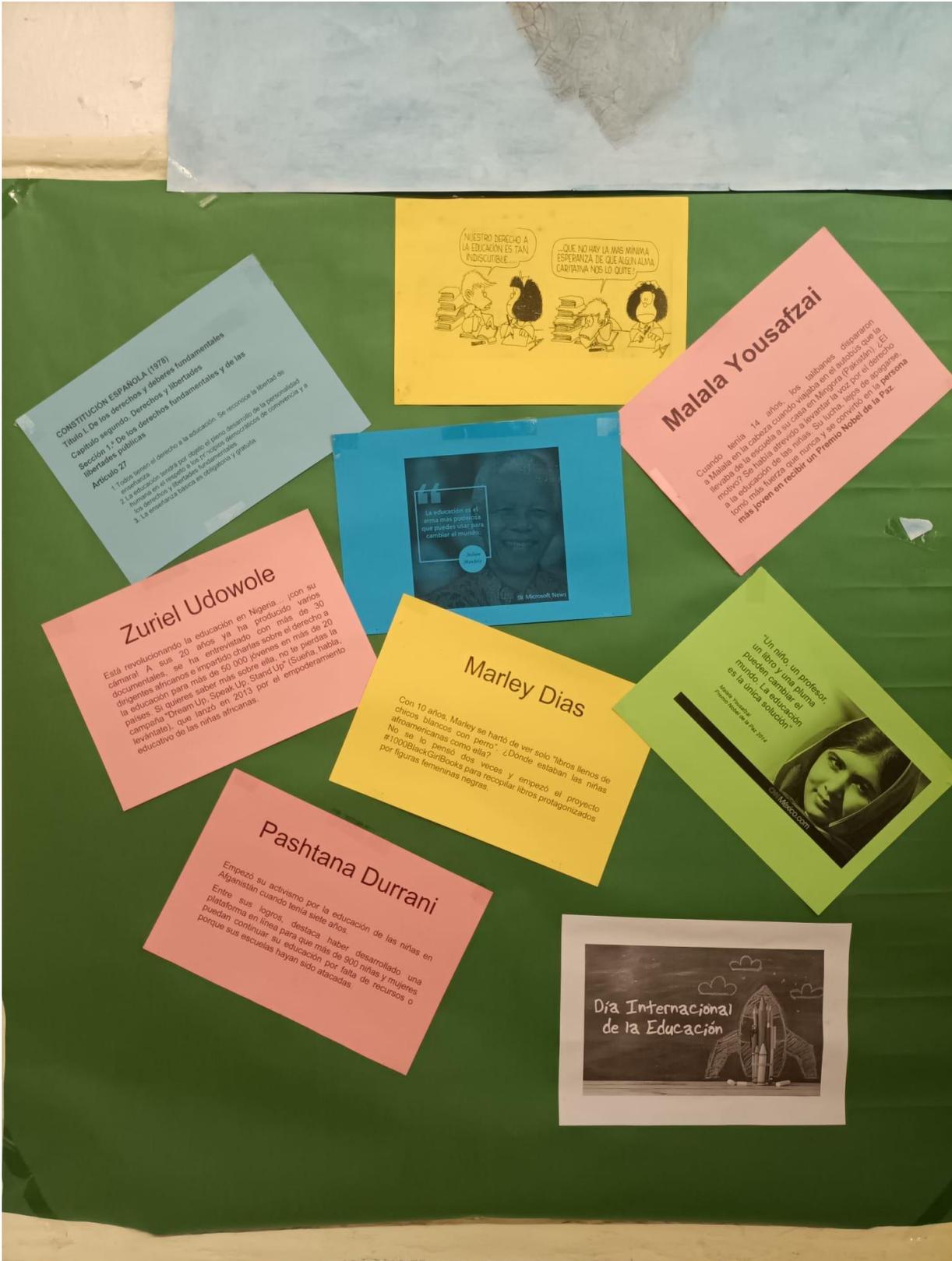


**“¿Qué es la adolescencia?”**

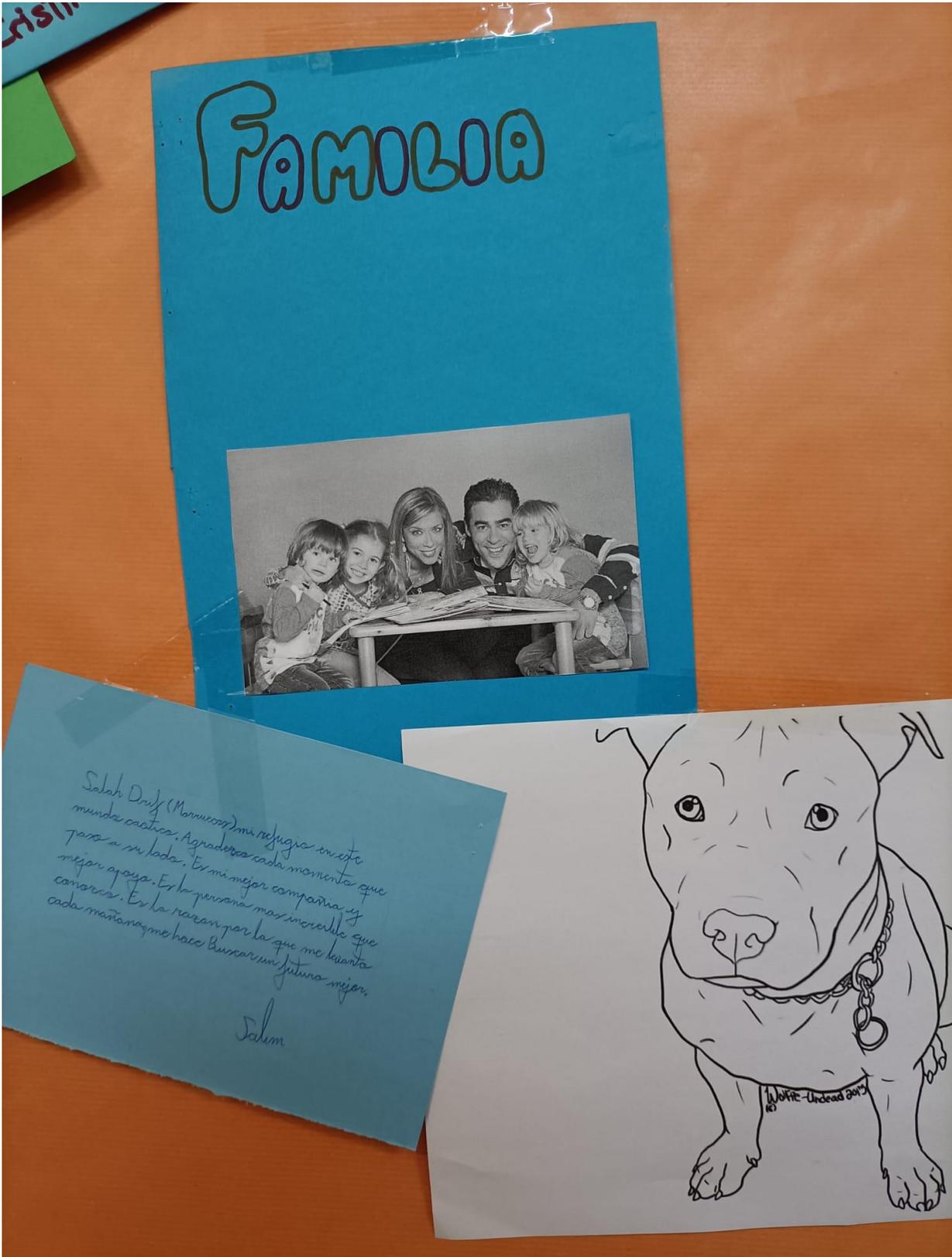


## 5. Días Internacionales

### Día de la Educación



## La familia (Día del padre)



# Día de la paz



## 6. Trabajos individuales

Isabella y Salma



In un año habré aprendida nuevas técnicas digitales

Metas : 12  
Semanas: 52  
Días : 365  
Horas : 8760  
Minutos : 525.600  
Segundos : 31.536.000

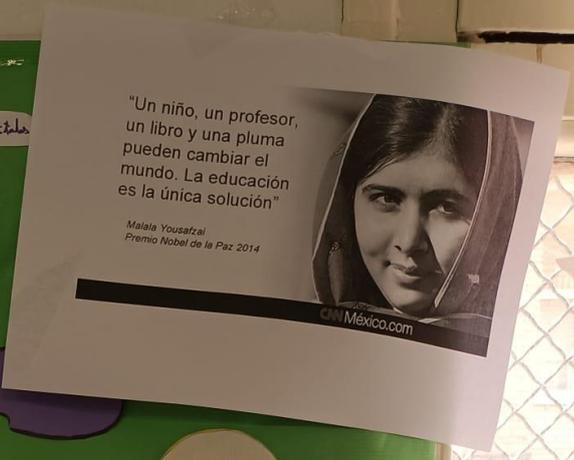
Metas

Buscan el material que necesitan



Soy pesimista  
Tiendo a tomar  
decisiones negativas.  
No suelo ser optimista  
Suelo retroceder sobre  
mis decisiones (soy indecisa)  
Casi nunca tengo claro  
mis ideas

Soy curiosa  
Aplicada  
Creativa  
Inteligente  
Original  
Interesada en el  
aprendizaje



# ISABEL

**ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES**  
**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA**

**TALLER DE DIBUJO DIGITAL**

**OBJETIVOS:**  
 Aprender a utilizar la tablet gráfica, para dar origen, creación, transformación de imágenes y de crear animaciones para publicaciones multimediales.

**OBJETIVO:**  
 Crear e imprimir la posibilidad de realizar una ilustración animada como alternativa a los formatos de papel y presentar las diferentes animadas y aplicaciones creadas basadas en el mundo de la ilustración animada digital, de corte en relación con otros, de la tecnología y su integración.

**TEMÁTICAS:**  
 El taller de Dibujo es una sesión orientada a los jóvenes que tiene como objetivo, la creatividad, el aprendizaje de herramientas de creación y el trabajo en equipo, además de fomentar el uso de las redes sociales y profesionales, las redes.

**A QUIÉN VA DIRIGIDA:**  
 A jóvenes de 14 a 30 años.

**Nº DE PARTICIPANTES:**  
 20 a 30 alumnos.

**ORGANIZA:**  
 IMEC, Centro de Formación, Recreación y Actividades de la Comarca de Puebla, Tlaxcala y Guerrero.

**CALENDARIO APRENDIZAJE:**  
 El servicio tiene horario de 10:30 a 13:30 (miércoles) de 16:30 a 20:00 (viernes) Lunes de 16:30 a 20:00 y 20 actividades a elegir.

**LUGAR DONDE SE REALIZA:**  
 Avda. 19 de mayo 1022, C. de la Juventud, 2800 A, Jalisco de Mexico.

**INSCRIPCIONES Y TELÉFONO DE CONTACTO:**  
 Pasa al 01 800 85 2 2222 o al correo electrónico: [informacion@imec.gob.mx](mailto:informacion@imec.gob.mx)

Meses: 42  
Semanas: 52  
Días: 365  
Horas: 8770  
Minutos: 525.600  
Segundos: 31.536.000

# METAS

En un año haré aprendido a expresar mis ideas mediante la Cinematografía



- Creatividad
- Vocabulario abierto
- Muchas ideas
- Ortografía buena
- Tengo originalidad
- Coanas



- La pereza
- Autoestima baja
- Cansancio
- Falta de ideas
- Falta de motivación
- Falta de tiempo

# SALMA



# Yago

