

# Formacion y orientacion personal y profesional · 4.º ESO · Extremadura

Cuadernillo de trabajo del profesorado: currículo oficial, secuenciación trimestral, situaciones de aprendizaje, rúbricas competenciales, DUA y comparativa autonómica frente al BOE.

**Normativa** Decreto 110/2022, de 22 de agosto

**Generado** 26/05/2026 19:59

<b>5</b> Competencias	<b>20</b> Criterios	<b>43</b> Saberes
--------------------------	------------------------	----------------------

Curso terminal de la etapa obligatoria con itinerarios diferenciados (académico y aplicado en algunas materias). Marca la frontera entre quienes seguirán a Bachillerato y quienes optarán por FP o el mundo laboral.

## Índice

1. Resumen normativo
  2. Competencias específicas (explicadas)
  3. Criterios de evaluación (con evidencia)
  4. Saberes básicos (con actividad de aula)
  5. Rúbricas IA por competencia (niveles 1-4)
- Sugerencias DUA por CE
  - Cómo programar paso a paso

## 1. Resumen normativo

<b>Materia</b>	Formacion y orientacion personal y profesional
<b>Curso</b>	4.º ESO
<b>Comunidad Autónoma</b>	Extremadura
<b>Decreto autonómico</b>	Decreto 110/2022, de 22 de agosto
<b>Particularidad</b>	Extremadura incorpora contenidos específicos sobre Portugal y la frontera lingüística como recurso pedagógico.

## 2. Competencias específicas

### Formación y Orientación Personal y Profesional

#### **CE.1 · Analizar los procesos implicados en la cognición, la motivación y el aprendizaje, así como sus implicaciones en la condu...**

##### **TEXTO OFICIAL**

Analizar los procesos implicados en la cognición, la motivación y el aprendizaje, así como sus implicaciones en la conducta, dando lugar a estrategias de gestión emocional y del propio proceso de aprendizaje. Las personas en la vida cotidiana movilizan procesos físicos y psicológicos que hacen posible percibir, comprender e interactuar mejor en el entorno que las rodea. Todos estos entre sí y que permiten procesar la información de manera adecuada. En este sentido, parece necesario que el alumnado conozca, por un lado, los mecanismos neurocientíficos que intervienen en los procesos de razonamiento, toma de decisiones y resolución y, por otro, que comprendan que llevar a cabo estas acciones supone crear conceptos en su mente, organizar sus ideas, relacionarlas con sus conocimientos previos y establecer inferencias, entre otros. En este proceso juega un papel fundamental la motivación como un elemento clave que promueve o inhibe la conducta. El alumnado debe tomar conciencia, por otro lado, de que sus actuaciones y decisiones están en gran medida condicionadas por sus emociones y por los motivos que les llevan a realizarlas. Así, en el terreno del aprendizaje, para impulsar y mantener una conducta o una acción encaminada a una meta es necesario estar motivado, pero también es imprescindible contar con estrategias para planificar y guiar de manera consciente el mismo proceso de aprendizaje.

##### **RESUMEN CLARO**

El alumnado entiende cómo aprende y usa estrategias para gestionar emociones y mejorar su rendimiento.

##### **QUÉ HACE EL ALUMNADO**

El alumnado analiza sus procesos mentales y emocionales, y aplica técnicas de estudio y gestión emocional para mejorar su aprendizaje y autocontrol.

##### **NO ES**

No es memorizar teorías del aprendizaje ni enumerar fases. No es solo entender, sino poner en práctica estrategias personales.

##### **EJEMPLO DE ACTIVIDAD**

El alumnado diseña un plan de estudio personalizado que incluye técnicas de concentración y gestión del estrés.

aplicar

## **CE.2 · A frontar de forma eficaz los retos que plantea el camino hacia la vida adulta, comprendiendo las principales caracterís...**

### **TEXTO OFICIAL**

A frontar de forma eficaz los retos que plantea el camino hacia la vida adulta, comprendiendo las principales características del desarrollo evolutivo de la persona, así como aquellos elementos de la madurez que condicionan los comportamientos o actuaciones y que permiten potenciar las cualidades personales y de relación social. Las personas pasan a lo largo de su vida por etapas marcadas por cambios físicos, sociales, cognitivos y psicológicos que condicionan sus decisiones, comportamientos y reacciones dentro de un contexto que también es cambiante e incierto. Estas etapas requieren gestión, aceptación y aprender a regular la incertidumbre. Conocer los cambios que se producen en la etapa de la adolescencia permite al alumnado encontrar respuestas y soluciones a conflictos que se le plantean a raíz de acontecimientos vitales que le preocupan y comprender el significado de sus propias experiencias en relación con las de los demás, en los diferentes grupos sociales con los que interactúa. A partir de estas experiencias con el medio social, va teniendo lugar la construcción de su propia identidad en la que intervienen, entre otros factores, la imagen que se tenga de uno mismo y los sentimientos de competencia, seguridad y autoestima. Dichos sentimientos contribuyen a la elaboración del autoconcepto, que ayuda al alumnado a percibir y actuar según sus posibilidades, de modo que pueda potenciar aquellas cualidades personales que le conduzcan a resolver retos cada vez más complejos y a crear un estilo de vida saludable. Esta etapa supone, además, el preámbulo de la vida adulta, que implica la asunción de nuevas responsabilidades y compromisos y la necesidad de alcanzar mayor grado de autonomía. En este sentido, es necesario que el alumnado desarrolle habilidades personales y sociales que faciliten su incorporación a nuevos contextos y ayuden al establecimiento de nuevas relaciones, como poder asumir un compromiso ciudadano en el ámbito local o global. Al finalizar la materia, el alumnado conocerá el desarrollo evolutivo de las personas. Asimismo, analizará los elementos que condicionan los comportamientos, identificando cualidades personales y sociales, así como reflexionando sobre la importancia de potenciar aquellas que resultan necesarias para afrontar con eficacia nuevos retos.

### **RESUMEN CLARO**

Analizar el desarrollo personal para reconocer fortalezas y debilidades y actuar con autonomía ante los retos.

### **QUÉ HACE EL ALUMNADO**

El alumnado analiza su proceso de madurez, identifica cualidades propias y ajenas, y reflexiona sobre cómo potenciar su autonomía.

### **NO ES**

No es memorizar etapas del desarrollo, ni un test de personalidad, ni una receta para ser independiente.

### **EJEMPLO DE ACTIVIDAD**

El alumnado elabora un diario reflexivo sobre cambios personales en el último año y propone estrategias para mejorar su autonomía.

analizar

### **CE.3 · Desarrollar y fomentar la empatía y el respeto a lo diferente y lo diverso, mediante el conocimiento y comprensión del s...**

#### **TEXTO OFICIAL**

Desarrollar y fomentar la empatía y el respeto a lo diferente y lo diverso, mediante el conocimiento y comprensión del ser humano, sus sociedades y culturas, con curiosidad y espíritu crítico. El ser humano es un ser psicológico centrado en lograr sus objetivos, para lo cual necesita poner en marcha procesos y estrategias que le permitan guiar sus comportamientos y conducta. También es un ser social y cultural, lo que significa que, en el transcurso de su vida, ha de aprender los elementos socioculturales del medio en el que se desenvuelve e integrarlos en su personalidad considerando la influencia que van a ejercer en ella los agentes sociales y su propia experiencia como miembro de un grupo social.

#### **RESUMEN CLARO**

Analizar con empatía la diversidad humana y cultural para desarrollar pensamiento crítico sobre la sociedad.

#### **QUÉ HACE EL ALUMNADO**

El alumnado analiza situaciones reales de distintas sociedades y culturas, identificando factores que influyen en las personas y expresando opiniones fundamentadas.

#### **NO ES**

No es memorizar datos culturales ni describir sin empatía, ni aceptar estereotipos sin cuestionarlos.

#### **EJEMPLO DE ACTIVIDAD**

Analizar un dilema ético real de un adolescente en otro país, identificando valores y debatiendo posibles soluciones.

analizar

## **CE.4 · Relacionarse asertivamente, comprendiendo los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración ...**

### **TEXTO OFICIAL**

Relacionarse asertivamente, comprendiendo los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica de la persona, respetando y valorando la diversidad personal, social y cultural, y desarrollando habilidades sociales adecuadas a diferentes contextos. Generalmente, no se piensa en el impacto que la sociedad y la cultura tienen sobre el desarrollo humano y su conducta, lo cual lleva a la persona a no comprender o a tener un conocimiento incompleto sobre sí misma y el mundo que la rodea. La cultura y la sociedad aportan modelos y referentes que condicionan las percepciones, actitudes, interpretaciones y respuestas de las personas ante los acontecimientos y situaciones que surgen en sus vidas. Se pretende que el alumnado reflexione así sobre la influencia que la sociedad y la cultura ejercen en su manera de pensar, crear, expresarse, relacionarse, resolver conflictos y tomar decisiones. Para comparar culturas y sociedades se requiere conocer algunos elementos de la antropología social y cultural que permiten, por un lado, comprender mejor el impacto que sobre las personas tiene el establecimiento de normas y valores, de costumbres y referentes que guían los comportamientos humanos, y, por otro lado, poner en perspectiva su realidad, que conozca lo diverso y diferente y aprenda a respetarlo y valorarlo como componente enriquecedor.

### **RESUMEN CLARO**

Interpretar cómo la sociedad y la cultura nos influyen para entendernos mejor y relacionarnos respetando la diversidad.

### **QUÉ HACE EL ALUMNADO**

El alumnado analiza casos reales de diversidad social y cultural, reflexiona sobre su propia identidad y practica habilidades de interacción respetuosa en distintos contextos.

### **NO ES**

No es memorizar definiciones de cultura y sociedad. No es actuar con educación sin entender por qué. Es analizar cómo los factores sociales y culturales nos moldean.

### **EJEMPLO DE ACTIVIDAD**

El alumnado elabora un diario reflexivo analizando cómo su entorno social y cultural ha influido en sus valores y comportamientos.

**interpretar**

## **CE.5 · Tomar decisiones adecuadas en el marco de un proyecto de vida en el ámbito personal, académico y profesional, descubrie...**

### **TEXTO OFICIAL**

Tomar decisiones adecuadas en el marco de un proyecto de vida en el ámbito personal, académico y profesional, descubriendo y primando las necesidades e intereses vocacionales, así como explorando las oportunidades académicas y profesionales que ofrece el entorno. La complejidad social y económica y el acceso a numerosas oportunidades profesionales y de formación hacen necesario propiciar que el alumnado desarrolle destrezas personales y actitudes que le ayuden a tomar decisiones adecuadas y coherentes con sus intereses, sus expectativas e inquietudes y sus necesidades en cada momento de su vida y en entornos cambiantes. Es preciso que explore y evalúe sus inquietudes personales y vocacionales, que reconozca sus fortalezas como elementos diferenciadores y de potencial valor, a la par que identifique sus debilidades con la intención de buscar, con actitud proactiva y de superación, los recursos y ayudas necesarios para mejorar su grado de desempeño personal, social, académico y profesional, confiando en que los conocimientos que adquiriera se conviertan en motor del desarrollo personal.

### **RESUMEN CLARO**

El alumnado explora opciones académicas y laborales, define sus intereses y toma decisiones para diseñar su proyecto personal y un plan de empleo.

### **QUÉ HACE EL ALUMNADO**

El alumnado investiga oportunidades de estudio y trabajo, identifica sus intereses y necesidades, practica la toma de decisiones y elabora un proyecto personal y un plan inicial de búsqueda activa de empleo.

### **NO ES**

No es rellenar formularios ni memorizar itinerarios. No es un test cerrado de orientación. Es un proceso de exploración y construcción personal.

### **EJEMPLO DE ACTIVIDAD**

El alumnado elabora su itinerario post-ESO (bachillerato, FP o trabajo) y esboza un plan de búsqueda de empleo con currículum ficticio.

diseñar

### 3. Criterios de evaluación

#### Formación y Orientación Personal y Profesional

Código	CE	Criterio + evidencia y contexto	Instrumento
1.1	CE.1	<p><b>Aplicar estrategias de aprendizaje y gestión emocional que permitan aumentar el control sobre las acciones y sus consecuencias, tanto en el ámbito personal como en el social y académico.</b></p> <p>Aplicar estrategias de aprendizaje y gestión emocional para mejorar el desempeño personal, social y académico y controlar acciones.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado elabora un plan personal que incluye estrategias de aprendizaje y gestión emocional, y lo aplica en situaciones reales o simuladas.</p> <p><i>Contexto:</i> Actividad de autorreflexión y planificación personal para mejorar el rendimiento académico y personal.</p> <p><i>Evitar:</i> Evaluar solo el conocimiento teórico de las estrategias sin comprobar su aplicación práctica.</p>	<p><b>Portfolio</b></p> <p>Verbo: <b>aplicar</b></p>
1.2	CE.1	<p><b>Reconocer los procesos que intervienen en el aprendizaje, analizar sus implicaciones y desarrollar estrategias que favorezcan la adquisición de conocimientos.</b></p> <p>Aplicar los procesos cognitivos y emocionales del aprendizaje para desarrollar estrategias que mejoren la adquisición de conocimientos y destrezas.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un plan personal de aprendizaje donde selecciona y aplica estrategias basadas en procesos cognitivos y emocionales.</p> <p><i>Contexto:</i> Trabajo en grupos para analizar casos reales de aprendizaje y diseñar estrategias personalizadas.</p> <p><i>Evitar:</i> Suele evaluarse solo la identificación teórica de procesos (memoria, atención) sin exigir su aplicación práctica en situaciones de aprendizaje reales.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>aplicar</b></p>
1.3	CE.1	<p><b>Tomar conciencia de la importancia del componente emocional y su repercusión en el aprendizaje, así como desarrollar estrategias que mejoren el proceso cognitivo.</b></p> <p>El alumnado analiza el papel de las emociones en el aprendizaje y desarrolla estrategias para mejorarlo.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un informe escrito donde analiza la influencia de las emociones en su aprendizaje y propone estrategias personales.</p> <p><i>Contexto:</i> Trabajo individual de reflexión y análisis a partir de un diario emocional o caso práctico.</p> <p><i>Evitar:</i> Confundir análisis con descripción: pedir un listado de emociones en lugar de un análisis de su impacto en el aprendizaje.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>analizar</b></p>

Código	CE	Criterio + evidencia y contexto	Instrumento
1.4	CE.1	<p><b>Conocer las bases teóricas fundamentales de los procesos físicos y psicológicos que intervienen en la cognición, motivación, el aprendizaje y la gestión emocional, y la relación de estos con la conducta.</b></p> <p>Analizar la relación entre cognición, motivación, aprendizaje y gestión emocional con la conducta propia y ajena usando fundamentos teóricos.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un informe escrito donde analiza las relaciones entre procesos psicológicos y conductas, ejemplificando con situaciones personales o de aula.</p> <p><i>Contexto:</i> Análisis de casos prácticos donde el alumnado relaciona teoría con conductas observadas en sí mismos o en compañeros.</p> <p><i>Evitar:</i> Los alumnos describen los conceptos sin establecer conexiones explícitas entre ellos y la conducta, o memorizan teorías sin aplicarlas.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>analizar</b></p>
2.1	CE.2	<p><b>Afrontar de forma eficaz, con progresiva autonomía, nuevos retos.</b></p> <p>Afrontar retos identificando cualidades propias y ajenas y analizando factores del desarrollo.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado elabora un plan personal para afrontar un reto, identificando cualidades personales y sociales y analizando elementos del desarrollo evolutivo que condicionan comportamientos.</p> <p><i>Contexto:</i> Trabajo individual de reflexión sobre un reto personal, con guía de preguntas.</p> <p><i>Evitar:</i> El alumnado se limita a describir cualidades sin analizar los elementos del desarrollo evolutivo que las condicionan.</p>	<p><b>Portfolio</b></p> <p>Verbo: <b>Resolver</b></p>
2.2	CE.2	<p><b>Analizar los elementos que condicionan los comportamientos, identificando cualidades personales y sociales y reconociendo cambios durante el proceso de desarrollo evolutivo.</b></p> <p>Analizar las características del desarrollo evolutivo en los planos físico, cognitivo, social, emocional y sexual, comprendiendo cómo conforman la madurez.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un análisis escrito o presentación donde identifica y explica las características de la madurez en distintos planos evolutivos.</p> <p><i>Contexto:</i> Estudio de casos o autorreflexión guiada sobre etapas del desarrollo.</p> <p><i>Evitar:</i> Se evalúa solo la memorización de etapas del desarrollo, no el análisis.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>analizar</b></p>
2.3	CE.2	<p><b>Conocer el desarrollo evolutivo de las personas, analizando y comprendiendo las principales características de la madurez, en distintos planos: cognitivo, social, emocional.</b></p> <p>Identificar cualidades propias y ajenas, reflexionando sobre potenciar las que ayudan a afrontar retos y la transición a la vida adulta.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un informe personal donde identifica cualidades propias y de compañeros, y reflexiona sobre su potencial para superar retos.</p> <p><i>Contexto:</i> Actividad de análisis grupal con reflexión escrita individual sobre cualidades relevantes para la transición.</p> <p><i>Evitar:</i> Confundir esta identificación con una lista de adjetivos sin reflexión aplicada al contexto de transición.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>identificar</b></p>
2.4	CE.2	<p><b>Identificar cualidades personales y de los demás, reflexionando sobre la importancia de potenciar aquellas que resultan necesarias para afrontar con eficacia nuevos retos.</b></p>	
2.5	CE.2	<p><b>Aplicar cualidades personales que faciliten el proceso de transición de la adolescencia a la adultez.</b></p>	

Código	CE	Criterio + evidencia y contexto	Instrumento
3.1	CE.3	<b>Conocer el funcionamiento psicológico, social y cultural del ser humano, con espíritu crítico y desde distintas perspectivas.</b>	
3.2	CE.3	<p><b>Mostrar actitudes de respeto y empatía por lo diferente y lo diverso.</b></p> <p>Analizar la diversidad personal, social y cultural desde múltiples perspectivas, mostrando empatía, respeto y valorando la equidad.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un análisis escrito u oral de un caso de diversidad desde varias perspectivas, evidenciando empatía y juicio crítico sobre equidad y no discriminación.</p> <p><i>Contexto:</i> Actividad en la que el alumnado examina un conflicto cultural o social desde perspectivas histórica, sociológica y personal.</p> <p><i>Evitar:</i> Evaluar solo la memorización de teorías sociológicas en lugar de la capacidad de análisis y la manifestación de actitudes empáticas y respetuosas.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>analizar</b></p>
3.3	CE.3	<b>Comprender al ser humano, sus sociedades y culturas reflexionado de manera crítica a partir del conocimiento que proporcionan las ciencias humanas y sociales.</b>	
4.1	CE.4	<p><b>Conocer los factores que intervienen en la configuración psicológica de la persona, mejorando la comprensión de uno mismo en relación con los demás.</b></p> <p>Aplicar estrategias y habilidades para adaptarse a nuevos grupos y contextos, basándose en conocimientos sociales y antropológicos.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un plan de adaptación a un nuevo grupo, identificando factores sociales y antropológicos que influyen en la interacción.</p> <p><i>Contexto:</i> Situación simulada de cambio de grupo escolar o laboral, donde el alumno debe diseñar estrategias de integración.</p> <p><i>Evitar:</i> Evaluar el conocimiento teórico de la dimensión social del ser humano en lugar de la capacidad de desarrollar estrategias de adaptación.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>Aplicar</b></p>
4.2	CE.4	<p><b>Desarrollar estrategias y habilidades sociales que faciliten la adaptación a nuevos grupos y contextos, desde la valoración y el respeto a la diversidad.</b></p> <p>Analizar cómo factores personales y socioculturales configuran la personalidad desde una perspectiva comparada.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un análisis comparativo escrito que identifica y relaciona factores personales y socioculturales en la configuración psicológica.</p> <p><i>Contexto:</i> Comparación de casos reales de diferentes entornos culturales para detectar influencias en la personalidad.</p> <p><i>Evitar:</i> Descripción de factores sin establecer comparación ni conexión con la dimensión social y antropológica.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>analizar</b></p>
4.3	CE.4	<p><b>Analizar los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica de la persona a partir del conocimiento comparado de la dimensión social y antropológica del ser humano.</b></p> <p>Valorar la diversidad como elemento enriquecedor desde el respeto, la inclusión y la igualdad real entre hombres y mujeres.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un análisis escrito o participa en un debate donde argumenta el valor de la diversidad desde el respeto, la inclusión y la igualdad de género.</p> <p><i>Contexto:</i> Análisis de casos de diversidad social y cultural en dinámica de grupos cooperativos.</p> <p><i>Evitar:</i> Evaluar solo el conocimiento teórico de la diversidad mediante examen escrito, sin evidenciar actitudes de respeto e inclusión.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>Valorar</b></p>
4.4	CE.4	<b>Valorar la diversidad, desde el respeto y la inclusión, considerándola un elemento enriquecedor y de valor a nivel personal, social y cultural.</b>	

Código	CE	Criterio + evidencia y contexto	Instrumento
5.1	CE.5	<p><b>Descubrir los propios intereses personales y vocacionales.</b></p> <p>Elabora un proyecto personal, académico y profesional y una aproximación a un plan de búsqueda activa de empleo.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado produce un proyecto que incluye análisis de oportunidades, priorización de intereses y un esbozo de plan de búsqueda de empleo.</p> <p><i>Contexto:</i> Actividad guiada con investigación de recursos y orientación en aula.</p> <p><i>Evitar:</i> Confundir el proyecto personal con un trabajo académico sobre profesiones sin vincularlo a los propios intereses vocacionales.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>elaborar</b></p>
5.2	CE.5	<p><b>Explorar las oportunidades académicas y profesionales que ofrece el entorno, desarrollando las destrezas necesarias en el proceso de toma de decisiones.</b></p> <p>Identificar y valorar oportunidades académicas y profesionales del entorno según intereses personales.</p> <p><i>Evidencia:</i> El alumnado elabora un listado razonado de oportunidades del entorno, justificando su adecuación a sus cualidades e intereses.</p> <p><i>Contexto:</i> Trabajo individual de investigación de recursos formativos y laborales del entorno.</p> <p><i>Evitar:</i> Confundir 'explorar' con un mero listado sin valoración personal de adecuación.</p>	<p><b>Rubrica produccion</b></p> <p>Verbo: <b>identificar</b></p>
5.3	CE.5	<p><b>Diseñar el propio proyecto personal, académico y profesional, incorporando los tres planes: de autoconocimiento, conocimiento del entorno académico y profesional y aproximación a la búsqueda activa de empleo.</b></p>	
5.4	CE.5	<p><b>Explorar el entorno próximo identificando las oportunidades académicas y profesionales que más se ajustan al proyecto vital.</b></p>	

## 4. Saberes básicos

### Formación y Orientación Personal y Profesional

#### Saberes básicos del decreto

#	Saber oficial	Resumen claro y actividad de aula
1	Visión y conocimiento del ser humano desde la perspectiva psicológica, antropológica y sociológica.	
2	Estudio del cerebro. Descripción general. Sistema nervioso central y sistema nervioso periférico. Neuronas y estructura funcional del cerebro.	
3	Fundamentos biológicos de la conducta. Circuitos de recompensa y su relación con las adicciones.	
4	Bienestar y hábitos saludables: alimentación, descanso, sueño, deporte, gestión emocional, componentes de afectividad, prevención de adicciones, gestión de la ansiedad y el estrés.	
5	La adolescencia desde el punto de vista psicológico.	
6	Desarrollo cognitivo y desarrollo de la personalidad durante la adolescencia.	
7	Reconocimiento y control de las emociones.	
8	Desarrollo personal dentro del grupo. Influencia del grupo en el individuo.	
9	El ser humano como ser cultural.	
10	Concepto antropológico de cultura. El ser humano como construcción cultural.	
11	Humanización y cultura.	
12	Diversidad cultural.	
13	El ser humano como ser social.	
14	Concepto de sociedad.	
15	Estrategias de inclusión y cohesión social para mejorar la calidad de vida de las personas.	
16	El adolescente y sus relaciones: familia y pares. Diversidad y convivencia positiva dentro de los grupos.	
17	Búsqueda de autonomía y asunción progresiva de responsabilidades.	

#	Saber oficial	Resumen claro y actividad de aula
18	Conducta y comportamientos prosociales y antisociales. Normas y estereotipos. Igualdad de género.	
19	Procesos de transición a la vida adulta en perspectiva comparada.	

### Saberes básicos del decreto

#	Saber oficial	Resumen claro y actividad de aula
1	Procesos implicados en el aprendizaje: atención, motivación y memoria. Estrategias de aprendizaje y estudio. Inteligencia emocional e inteligencia ejecutiva.	
2	Lo heredado y lo aprendido: biología y cultura. Proceso de socialización. Agentes de socialización. Aprendizaje formal e informal.	
3	Autoconocimiento. Autonomía personal y autopercepción. Estilo atribucional. Capacidad autocrítica. Iniciativa personal. Pensamiento creativo. Confianza y seguridad en uno mismo. Perseverancia.	
4	Estrategias para enfrentarse al fracaso y a la frustración.	
5	Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS-17) y Marco Europeo de la Competencia Emprendedora (EntreComp). Habilidades transversales. Emprendimiento, iniciativa, creatividad y cooperación.	
6	Habilidades sociales. Tolerancia y respeto. Empatía. Dinamismo, iniciativa y liderazgo. Capacidad de negociación. Estrategias que favorezcan el trabajo en equipo. Compromiso ante las situaciones de inequidad y exclusión.	
7	Habilidades comunicativas: escucha activa, asertiva y proactiva. Barreras en la comunicación: estrategias para superarlas.	
8	Herramientas de organización y gestión.	
9	Herramientas digitales para la interacción con los demás. Huella y reputación digital. Gestión de identidades: personal y profesional. Análisis crítico, ético y responsable de la cultura digital.	
10	Programas, oportunidades y ayudas para la formación. Servicios de orientación académica y profesional. Formación permanente a lo largo de la vida.	

#	Saber oficial	Resumen claro y actividad de aula
11	Exploración y descubrimiento del entorno de trabajo: las relaciones laborales.	
12	Tendencias laborales y demandas del mercado. Yacimientos de empleo.	
13	Retos de la revolución digital en el entorno profesional. Brecha digital y de género. Techo de cristal. Desigualdad salarial.	
14	Emprendimiento e intraemprendimiento.	
15	Participación social activa. Oportunidades reales de participación en diferentes ámbitos, en condiciones de equidad y con garantía de igualdad de oportunidades.	
16	El ser humano como homo oeconomicus. Teorías críticas.	
17	Colaboración y voluntariado.	
18	Recursos y servicios para la orientación profesional en los entornos local y regional. Planes de búsqueda activa de empleo. Formación permanente a lo largo de la vida.	

### Saberes básicos del decreto

#	Saber oficial	Resumen claro y actividad de aula
1	Reflexión sobre las cualidades personales. Identificación de las fortalezas y debilidades propias. La diversidad como elemento enriquecedor para la persona.	
2	Fases del plan: exploración, diagnóstico, reflexión sobre las distintas alternativas, relación entre formación y perfiles profesionales, toma de decisiones.	
3	Visibilización del papel de la mujer en la historia de las profesiones STEAM.	
4	- tivas. Ayudas y recursos para superar carencias y afrontar retos personales y profesionales.	
5	Toma de decisiones. Madurez vocacional: autoorientación.	

#	Saber oficial	Resumen claro y actividad de aula
6	<p>Aproximación a un plan de búsqueda activa de empleo con proyección hacia el futuro.</p> <p>Estrategias e instrumentos de búsqueda de empleo: portales de empleo, CV Europass y videocurrículum, entrevista de trabajo, portfolio profesional, red de contactos.</p> <p>Servicios del SEXPE: gestión de la demanda de empleo; clasificación de demandantes; programas de formación para el empleo; servicio de orientación; gestión de ofertas de empleo. Formación para el empleo y certificados de profesionalidad. Mercado de trabajo. Oferta pública y privada. Principales perfiles solicitados y datos de ocupación.</p> <p>Autoempleo: información y motivación para el emprendimiento. Requisitos y gestión de ayudas.</p>	

## 5. Rúbricas IA por competencia específica

Cada rúbrica está calibrada para esta materia y curso con descriptores observables y un ejemplo de evidencia en cada nivel. Edita los porcentajes según tu programación didáctica.

### CE.1 · 25 % Portfolio

Analizar los procesos implicados en la cognición, la motivación y el aprendizaje, así como sus implicaciones en la conducta, dando lugar a estrategias de gestión emocional y del propio proceso de apre...

Nivel	Etiqueta	Rango	Descriptor + ejemplo de evidencia
1	No conseguido	0-49%	<p>Reconoce de forma superficial los procesos físicos y psicológicos del aprendizaje, pero no logra relacionarlos con su propia conducta ni aplica estrategias de gestión emocional o aprendizaje.</p> <p><i>Ejemplo: En una actividad de autorreflexión, identifica solo uno de los procesos (ej. memoria) y no lo vincula con sus hábitos de estudio.</i></p>
2	En proceso	50-69%	<p>Identifica los procesos físicos y psicológicos básicos implicados en la cognición, motivación y aprendizaje, y describe alguna estrategia de gestión emocional o aprendizaje, aunque de manera incompleta o con poca transferencia a situaciones reales.</p> <p><i>Ejemplo: En un diario de aprendizaje, enumera tres procesos (atención, memoria, motivación) y explica una técnica de relajación, pero no demuestra su uso en momentos de estrés académico.</i></p>
3	Adquirido	70-89%	<p>Comprende y explica los procesos físicos y psicológicos del aprendizaje, los relaciona con su propia conducta y aplica estrategias de gestión emocional y aprendizaje de forma adecuada en contextos personales, sociales o académicos, mejorando su desempeño.</p> <p><i>Ejemplo: En un plan de mejora personal, analiza cómo la motivación influye en su rendimiento, establece metas y utiliza técnicas de estudio (subrayado, mapas mentales) y de regulación emocional (respiración) para preparar un examen, obteniendo una calificación notable.</i></p>
4	Avanzado	90-100%	<p>Analiza críticamente la interrelación entre cognición, motivación, aprendizaje y emoción, y evalúa la efectividad de las estrategias aplicadas, transfiriendo este conocimiento a nuevas situaciones y proponiendo mejoras para sí mismo y para otros.</p> <p><i>Ejemplo: Diseña y presenta una guía para compañeros de cursos inferiores que integra estrategias de aprendizaje y gestión emocional, basándose en su propia experiencia y en la evidencia científica recopilada, demostrando capacidad de autoevaluación y ajuste continuo.</i></p>

**CE.2 · 25 %****Rubrica generica**

Afrontar de forma eficaz los retos que plantea el camino hacia la vida adulta, comprendiendo las principales características del desarrollo evolutivo de la persona, así como aquellos elementos de la ...

Nivel	Etiqueta	Rango	Descriptor + ejemplo de evidencia
1	No conseguido	0-49%	<p>Identifica de forma aislada alguna cualidad personal o de relación social, pero sin relacionarla con el desarrollo evolutivo ni con la autonomía. No logra explicar cómo las características de la madurez condicionan los comportamientos.</p> <p><i>Ejemplo: El alumno enumera cualidades como «soy simpático» o «tengo paciencia» sin vincularlas a una etapa de desarrollo ni a su capacidad para afrontar retos.</i></p>
2	En proceso	50-69%	<p>Reconoce las principales características del desarrollo evolutivo y menciona algunas cualidades personales y sociales, pero el análisis es superficial. Relaciona de forma básica la madurez con los comportamientos, aunque sin profundizar en cómo potenciar la autonomía.</p> <p><i>Ejemplo: En un diario reflexivo, el alumno señala que «en la adolescencia se buscan amistades» y enumera tres cualidades propias, pero no explica cómo esas cualidades le ayudan a ser autónomo.</i></p>
3	Adquirido	70-89%	<p>Analiza las características del desarrollo evolutivo y los elementos de la madurez que condicionan comportamientos, identificando cualidades personales y de relación social propias y ajenas. Explica cómo potenciar aquellas que favorecen la autonomía y afrontar retos de manera eficaz.</p> <p><i>Ejemplo: En un informe personal, el alumno describe la etapa de la adolescencia, relaciona la búsqueda de identidad con su necesidad de independencia y propone acciones para fortalecer su responsabilidad y empatía frente a nuevos desafíos.</i></p>
4	Avanzado	90-100%	<p>Evalúa críticamente las características del desarrollo evolutivo y los elementos de madurez, integrando el análisis de cualidades propias y ajenas. Diseña estrategias personales para potenciar la autonomía que aplica y ajusta de forma proactiva ante nuevos retos, transfiriendo lo aprendido a contextos diversos.</p> <p><i>Ejemplo: El alumno elabora un plan de desarrollo personal que incluye autoevaluación de cualidades, metas de mejora basadas en su etapa evolutiva y adaptaciones ante imprevistos, demostrando capacidad para transferir estrategias a situaciones escolares y sociales nuevas.</i></p>

**CE.3 · 25 %****Rubrica generica**

Desarrollar y fomentar la empatía y el respeto a lo diferente y lo diverso, mediante el conocimiento y comprensión del ser humano, sus sociedades y culturas, con curiosidad y espíritu crítico. El ser ...

Nivel	Etiqueta	Rango	Descriptor + ejemplo de evidencia
1	No conseguido	0-49%	Identifica aspectos básicos de la condición humana y la diversidad cultural pero no logra reflexionar críticamente ni analizar desde diferentes perspectivas. Muestra dificultad para reconocer la complejidad. <i>Ejemplo: En un debate sobre migraciones, solo menciona que existen diferentes culturas sin aportar análisis ni empatía.</i>
2	En proceso	50-69%	Describe la diversidad personal, social y cultural desde alguna perspectiva, pero la reflexión crítica es parcial y la empatía es superficial. Puede comparar dos puntos de vista sin profundizar. <i>Ejemplo: Tras leer un texto sobre diversidad de género, enumera dos posturas distintas pero no las contrasta ni justifica su propia opinión.</i>
3	Adquirido	70-89%	Analiza la condición humana y la diversidad social y cultural desde múltiples perspectivas, mostrando empatía y reflexión crítica. Argumenta su postura integrando conocimientos y reconociendo la complejidad. <i>Ejemplo: En un trabajo sobre la multiculturalidad en el aula, explica cómo las diferencias culturales influyen en la convivencia escolar, propone ejemplos concretos de empatía y valora críticamente los estereotipos.</i>
4	Avanzado	90-100%	Transfiere el análisis crítico y empático a contextos nuevos o reales, integrando perspectivas diversas y proponiendo acciones fundamentadas para mejorar la convivencia o comprensión intercultural. Evalúa implicaciones éticas y sociales. <i>Ejemplo: Diseña una propuesta de intervención para mejorar la integración de alumnos inmigrantes en el centro, justificando cada medida con análisis de diferentes perspectivas (alumnado, familias, profesorado) y evaluando posibles tensiones.</i>

**CE.4 · 20 %****Observación sistemática**

Relacionarse asertivamente, comprendiendo los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica de la persona, respetando y valorando la diversidad personal, social...

Nivel	Etiqueta	Rango	Descriptor + ejemplo de evidencia
1	No conseguido	0-49%	<p>Identifica de forma muy limitada o errónea los factores personales y socioculturales que influyen en la conducta. Muestra dificultades para aplicar habilidades sociales básicas en contextos conocidos y no reconoce la diversidad como un valor.</p> <p><i>Ejemplo: En un role-play sobre integración en un nuevo grupo, no muestra ninguna estrategia de acercamiento y justifica actitudes excluyentes.</i></p>
2	En proceso	50-69%	<p>Reconoce algunos factores personales y socioculturales, aunque con imprecisiones. Aplica habilidades sociales de forma básica en situaciones pautadas, pero falla en contextos cambiantes. Muestra una actitud receptiva hacia la diversidad, aunque con ciertos sesgos.</p> <p><i>Ejemplo: Completa un análisis guiado de un caso sobre diferencias culturales identificando varios factores, pero su propuesta de interacción no considera completamente las diferencias.</i></p>
3	Adquirido	70-89%	<p>Analiza de forma precisa los factores personales y socioculturales que configuran la persona. Desarrolla y aplica habilidades sociales y estrategias de adaptación adecuadas a distintos grupos y contextos. Valora la diversidad desde el respeto, la inclusión y la igualdad, justificando su postura.</p> <p><i>Ejemplo: Participa activamente en un debate sobre integración social, fundamentando sus intervenciones con referencias a factores socioculturales y mostrando empatía hacia posturas diversas.</i></p>
4	Avanzado	90-100%	<p>Integra el análisis de factores personales y socioculturales para explicar y predecir conductas en escenarios complejos. Transfiere sus habilidades sociales a contextos no trabajados, mediando eficazmente en conflictos y promoviendo activamente la inclusión. Evalúa críticamente sus propias actitudes y las propuestas de cambio.</p> <p><i>Ejemplo: Diseña y lidera una actividad de sensibilización sobre diversidad en el centro, analizando previamente los factores que influyen en las relaciones del grupo y ajustando sus estrategias en tiempo real.</i></p>

**CE.5 · 20 %****Rubrica generica**

Tomar decisiones adecuadas en el marco de un proyecto de vida en el ámbito personal, académico y profesional, descubriendo y primando las necesidades e intereses vocacionales, así como explorando las...

Nivel	Etiqueta	Rango	Descriptor + ejemplo de evidencia
1	No conseguido	0-49%	<p>Enumera de forma incompleta y desordenada algunas oportunidades académicas o profesionales del entorno, sin relacionarlas con sus intereses o necesidades. No muestra iniciativa ni capacidad para priorizar opciones, y su proyecto personal carece de estructura o coherencia.</p> <p><i>Ejemplo: Lista de 3 ocupaciones sin justificación personal, proyecto sin fechas ni objetivos claros.</i></p>
2	En proceso	50-69%	<p>Identifica varias oportunidades académicas y profesionales en su entorno, relacionando algunas con sus intereses, pero la priorización es poco precisa. Muestra cierto espíritu de iniciativa al realizar un borrador de proyecto personal, aunque carece de concreción en la toma de decisiones y en la aproximación a la búsqueda de empleo.</p> <p><i>Ejemplo: Tabla de 5 opciones formativas con breve justificación, proyecto inicial con metas generales pero sin plan de acción detallado.</i></p>
3	Adquirido	70-89%	<p>Explora de manera sistemática las oportunidades académicas y profesionales del entorno, valorando críticamente cuáles se alinean con sus intereses y necesidades personales. Prioriza opciones de forma razonada, muestra iniciativa y perseverancia, y elabora un proyecto personal, académico y profesional coherente que incluye una primera aproximación al diseño de un plan de búsqueda activa de empleo.</p> <p><i>Ejemplo: Proyecto personal estructurado con objetivos, cronograma, recursos y un plan básico de búsqueda de empleo (currículum, fuentes, contacto).</i></p>
4	Avanzado	90-100%	<p>Además de lo anterior, transfiere sus destrezas de exploración y toma de decisiones a contextos nuevos, propone estrategias alternativas y ajusta su proyecto tras reflexionar sobre posibles obstáculos. Demuestra un espíritu de iniciativa y superación constante, integrando la autoevaluación y la mejora continua en el diseño del plan de búsqueda de empleo.</p> <p><i>Ejemplo: Proyecto personal con análisis DAFO, planes de contingencia, evidencias de auto-reflexión y un plan de búsqueda de empleo detallado con fuentes variadas y cronograma de acciones.</i></p>

## Sugerencias DUA por competencia específica

Diseño Universal del Aprendizaje aplicado a cada CE en sus tres ejes: representación (cómo presento el contenido), acción y expresión (cómo demuestran lo aprendido) e implicación (cómo motivar).

### CE.1

Eje DUA	Principio	Sugerencias
<b>Representación</b>	Proporcionar múltiples formas de representación del contenido sobre procesos cognitivos y emocionales.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Presentar un mapa interactivo de procesos cognitivos (atención, memoria, metacognición) y emociones asociadas, con enlaces a vídeos cortos explicativos y casos prácticos.</li><li>• Ofrecer textos modulares con tres niveles de lectura (simplificado, estándar, ampliado) sobre la relación entre emociones y aprendizaje, acompañados de organizadores gráficos.</li><li>• Utilizar simulaciones digitales donde el alumnado pueda manipular variables (ej. nivel de ansiedad) y observar su impacto en el rendimiento en tareas de memoria.</li></ul>
<b>Acción y expresión</b>	Proporcionar múltiples formas de expresión y acción para demostrar la comprensión de los procesos implicados en el aprendizaje.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Elaborar un diario personal de aprendizaje donde el estudiante registre estrategias de estudio, emociones y reflexiones, en formato libre (blog, video, audio, etc.).</li><li>• Diseñar una infografía o presentación visual que explique un concepto aprendido (ej. teoría de la motivación) aplicado a su propia vida.</li><li>• Realizar una intervención oral o escrita analizando un caso práctico de fracaso académico desde la perspectiva de procesos cognitivos, proponiendo un plan de mejora.</li></ul>
<b>Implicación / motivación</b>	Proporcionar múltiples formas de implicación y motivación para el aprendizaje autorregulado.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Ofrecer la opción de elegir entre varios temas de investigación (inteligencia emocional, sesgos cognitivos, procrastinación) para trabajar la competencia.</li><li>• Incorporar escenarios cotidianos reales (elección de estudios, estrés por exámenes) como contexto para aplicar los conceptos.</li><li>• Usar un sistema de insignias canjeables por privilegios (elegir tarea, tiempo extra) por cada estrategia de gestión emocional implementada y documentada.</li></ul>

### CE.2

Eje DUA	Principio	Sugerencias
---------	-----------	-------------

<b>Representación</b>	Proporcionar múltiples formas de representación para que el alumnado acceda al contenido sobre desarrollo evolutivo y madurez personal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrecer una línea del tiempo interactiva con hitos del desarrollo (físico, cognitivo, social) que incluya imágenes, narraciones en audio y enlaces a breves documentales adaptados al nivel.</li> <li>• Utilizar un 'perfil personal' digital descargable donde los estudiantes completen sus cualidades personales y sociales: versión texto, versión iconográfica o de dibujo, y posibilidad de grabación de voz explicativa.</li> <li>• Facilitar una selección de materiales de lectura sobre la madurez y la autonomía: artículos breves, versiones simplificadas con pictogramas, historietas gráficas (novelas gráficas) que aborden retos típicos de la adolescencia.</li> </ul>
<b>Acción y expresión</b>	Proporcionar múltiples formas de expresión para que el alumnado demuestre su comprensión del desarrollo personal y social.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crear un 'diario de madurez' personal: opción escrita, videodiario o cómic digital donde reflexionen sobre sus cambios y cualidades, relacionándolos con los contenidos trabajados.</li> <li>• Diseñar un 'breakout educativo' (escape room) en el que los estudiantes resuelvan acertijos sobre conceptos de desarrollo (ej. identidad, autoestima, empatía) para obtener pistas que les ayuden a completar un reto final sobre autoconocimiento.</li> <li>• Realizar una entrevista estructurada a un compañero/a sobre sus cualidades y habilidades sociales, y presentar las conclusiones en formato infografía, póster digital o audio-resumen.</li> </ul>
<b>Implicación / motivación</b>	Proporcionar múltiples formas de motivación para implicar al alumnado en el análisis de su propio desarrollo y el de los demás.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrecer la elección entre varios escenarios-problema reales (gestión de la presión grupal, decisiones de futuro, conflictos familiares) para analizar desde la perspectiva del desarrollo personal y proponer estrategias de afrontamiento.</li> <li>• Implementar un 'medidor de crecimiento' (app o cargir) donde el alumnado pueda autoevaluar semanalmente su progreso en la identificación de cualidades y establecer metas personales, con posibilidad de compartir logros opcionales.</li> <li>• Permitir la elección de la modalidad de proyecto final: individual, en pareja o en pequeño grupo, sobre 'mi yo del futuro' vinculando las características del desarrollo con metas personales y profesionales.</li> </ul>

### CE.3

Eje DUA	Principio	Sugerencias
---------	-----------	-------------

<b>Representación</b>	Proporcionar múltiples formas de representación del contenido sobre la diversidad humana, social y cultural.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrecer una selección de textos breves (artículos de divulgación, relatos etnográficos, fragmentos filosóficos) sobre distintos modelos de organización social, con organizadores gráficos para comparar perspectivas.</li> <li>• Utilizar mapas interactivos con capas históricas y culturales que permitan visualizar la evolución de sociedades, acompañados de narraciones en audio que expliquen los cambios.</li> <li>• Presentar el concepto de 'empatía sociológica' mediante infografías animadas que relacionen teorías (por ejemplo, el interaccionismo simbólico y el enfoque estructural) con ejemplos cotidianos.</li> </ul>
<b>Acción y expresión</b>	Ofrecer múltiples formas de expresión para que el alumnado demuestre su comprensión y análisis crítico.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permitir que el alumnado elabore un póster digital, un videodiario o un ensayo argumentativo analizando una costumbre cultural desde una perspectiva empática y crítica.</li> <li>• Facilitar la creación de un guion y representación de un debate simulando puntos de vista de figuras históricas (por ejemplo, un misionero y un antropólogo) sobre una práctica cultural, grabado en audio o video.</li> <li>• Posibilitar el diseño de una encuesta sobre percepciones de diversidad en el centro, analizar los resultados y comunicarlos en formato de infografía, informe escrito o presentación oral.</li> </ul>
<b>Implicación / motivación</b>	Fomentar la motivación mediante la elección, la relevancia personal y la autorregulación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrecer una lista de casos contemporáneos (movimientos migratorios, conflictos intergeneracionales, roles de género cambiantes) para que cada estudiante seleccione el que más le interese y lo analice.</li> <li>• Instalar un 'muro de preguntas' físico o virtual donde el alumnado plantee cuestiones sobre el comportamiento humano; luego, en pequeños grupos, eligen una pregunta para investigar y proponer respuestas fundamentadas.</li> <li>• Proporcionar una rúbrica de autoevaluación que incluya objetivos personales de empatía y pensamiento crítico, permitiendo que cada estudiante marque su propio nivel de desafío y decida si profundiza en un tema adicional.</li> </ul>

#### CE.4

Eje DUA	Principio	Sugerencias
<b>Representación</b>	Proporcionar múltiples formas de representación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrecer diagramas de flujo que relacionen factores socioculturales (familia, grupo de pares, medios) con la formación de la identidad personal.</li> <li>• Presentar estudios de caso de diferentes culturas donde se analice cómo las normas sociales moldean la conducta, con apoyo de imágenes y mapas conceptuales.</li> <li>• Proporcionar audios o videoclips de personas reales narrando cómo su entorno social influyó en sus valores y decisiones, acompañados de transcripciones.</li> </ul>

Eje DUA	Principio	Sugerencias
<b>Acción y expresión</b>	Proporcionar múltiples formas de expresión	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaborar un 'mapa de identidad' visual que conecte experiencias personales con factores sociales y culturales, usando collage digital o dibujo.</li> <li>• Redactar un breve ensayo reflexivo sobre una situación hipotética de presión grupal, argumentando cómo aplicarían habilidades sociales asertivas.</li> <li>• Realizar una breve grabación de vídeo simulando una interacción social en un contexto diverso, explicando las elecciones de comportamiento.</li> </ul>
<b>Implicación / motivación</b>	Proporcionar múltiples formas de motivación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrecer opciones para analizar el impacto social en la identidad usando ejemplos de la propia cultura del estudiante o de una cultura que les interese.</li> <li>• Plantear un reto de observación: durante una semana, registrar en un diario situaciones donde perciban influencia social y compartir hallazgos en grupo.</li> <li>• Proponer la autoevaluación de sus propias habilidades sociales mediante una rúbrica sencilla y fijar metas personales de mejora.</li> </ul>

## CE.5

Eje DUA	Principio	Sugerencias
<b>Representación</b>	Proporcionar múltiples formas de representación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentar las oportunidades académicas y profesionales mediante mapas interactivos del entorno local, con enlaces a webs de centros formativos y empresas, incluyendo testimonios en vídeo de profesionales.</li> <li>• Ofrecer guías visuales de los pasos para la toma de decisiones vocacionales, combinando diagramas de flujo con infografías que resuman itinerarios formativos y salidas laborales.</li> <li>• Facilitar la exploración mediante entrevistas grabadas a personas de distintas profesiones, con transcripciones y resúmenes en formato texto, audio y mapa conceptual.</li> </ul>
<b>Acción y expresión</b>	Proporcionar múltiples formas de acción y expresión	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permitir que el alumnado diseñe su proyecto personal, académico y profesional en formato digital (presentación, web, blog, vídeo) o analógico (dossier, mural, portfolio físico), según su preferencia.</li> <li>• Solicitar la elaboración de un plan de búsqueda activa de empleo que pueda presentarse como un guion de entrevista simulada, un póster con diagrama de flujo o una infografía interactiva.</li> <li>• Evaluar la priorización de necesidades e intereses mediante una rúbrica que el alumno complete tras una autoevaluación en formato test online o entrevista grabada con el docente.</li> </ul>

Eje DUA	Principio	Sugerencias
<b>Implicación / motivación</b>	Proporcionar múltiples formas de implicación y motivación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrecer opciones de temática para el proyecto: elegir entre explorar su propio itinerario, analizar un caso familiar o investigar una profesión de su entorno cercano.</li> <li>• Incorporar el juego de roles (role-playing) en la simulación de entrevistas de trabajo, permitiendo al alumnado intercambiar papeles de entrevistador y candidato para fomentar la empatía y el autoconocimiento.</li> <li>• Establecer retos personales de superación, como contactar con un profesional real y recoger su testimonio, con reconocimiento público de logros en el aula.</li> </ul>

## Cómo programar paso a paso

Hoja de ruta de 7 pasos para construir tu programación didáctica desde el decreto hasta la rúbrica final.

### Paso 1 · Leer el decreto vigente 1,5 horas

Consulta el decreto autonómico que desarrolla el currículo de 4.º ESO para FOPP. Identifica las competencias específicas (5), los criterios de evaluación (14) y los saberes básicos (21) organizados en 3 bloques. Anota las concreciones de tu CCAA, como horas totales, optatividad o vínculos con otras materias.

**Tip:** Imprime la matriz curricular y colorea los bloques con post-its de colores. Te ayudará a visualizar conexiones entre criterios de distintos bloques (por ejemplo, bloque de autoconocimiento con bloque de toma de decisiones).

### Paso 2 · Listar las CE y criterios 1 hora

Enumera las 5 competencias específicas (CE) y los 14 criterios de evaluación asociados. Agrúpalos por bloques de saberes. Asegúrate de que cada criterio se vincula a su CE correspondiente. No mezcles LOMCE: usa verbos como 'analiza', 'elabora', 'valora', etc.

**Tip:** Crea una tabla en procesador de texto con 3 columnas: CE, criterio, saber asociado. Así identificarás rápidamente qué criterios no tienen saber explícito y deberás cubrir con actividades complementarias.

### Paso 3 · Priorizar criterios e instrumentos 1,5 horas

Asigna un instrumento de evaluación a cada criterio (rúbrica, escala de observación, diario reflexivo, producto final). Prioriza criterios que requieran más tiempo (p.ej., los que implican trabajo cooperativo o proyectos) frente a los que se evalúan mediante observación directa en clase.

**Tip:** No caigas en el error de usar el mismo instrumento (ej. examen escrito) para todos. FOPP pide valorar procesos, actitudes y productos. Por ejemplo, el criterio sobre autoconocimiento se evalúa mejor con un portafolio personal que con un test.

### Paso 4 · Distribuir saberes por trimestre 1,5 horas

Distribuye los 21 saberes en tres trimestres de forma equilibrada, teniendo en cuenta los 3 bloques. Cada trimestre debe cubrir al menos un saber de cada bloque. Deja el primer trimestre para saberes introductorios (autoconocimiento) y el último para saberes de síntesis (proyecto profesional).

**Tip:** Imprime los saberes en tarjetas y muévelos físicamente sobre un calendario de papel. Verás que saberes muy procedimentales (p.ej., 'elaboración de un plan de acción') necesitan varias sesiones seguidas, no los fragmentes.

### Paso 5 · Diseñar una SDA tipo por trimestre **3 horas**

Elabora una situación de aprendizaje (SDA) por trimestre que integre varios saberes y criterios. Cada SDA debe tener un producto final (póster, vídeo, plan personal, etc.) y una secuencia de 6-8 sesiones. Incluye actividades para todo el grupo, tareas grupales y momentos de reflexión individual.

**Tip:** Para FOPP, las SDA funcionan mejor si parten de un reto realista para el alumnado, como 'ayudar a un compañero a descubrir sus fortalezas' o 'diseñar un itinerario formativo para un perfil ficticio'. Evita situaciones abstractas.

### Paso 6 · Establecer ponderaciones del departamento **1 hora**

Acuerda con el departamento los pesos de cada criterio en la calificación final. Como mínimo, pondera por bloques y asegura que ningún criterio supere el 15% del total. Incluye un procedimiento claro para la recuperación de criterios no superados.

**Tip:** Fíjate en los criterios que evalúan procesos (ej. 'reflexiona sobre su aprendizaje') y dales un peso conjunto que no supere el 30%. Si le das demasiado peso, el alumnado puede descuidar los productos finales.

### Paso 7 · Documentar atención a la diversidad y recuperación **1 hora**

Redacta las medidas de atención a la diversidad dentro de cada SDA (DAC, refuerzo, ampliación) y el plan de recuperación. Incluye criterios de evaluación que se repetirán en actividades de mejora y la temporalización de las mismas.

**Tip:** Crea un documento separado con 'actividades tipo' para cada criterio no superado, de modo que puedas ofrecerlas al alumnado de forma inmediata tras la evaluación. En FOPP, la recuperación suele ser más eficaz si se basa en la reflexión guiada que en repetir el mismo producto.