IES RUIZ DE ALDA	Curso Escolar: 2026/27

Programación

Materia: FOP4EA - Formación y Orientación Personal y Profesional	Curso: 4º	ETAPA: Educación Secundaria Obligatoria

Plan General Anual

UNIDAD UF1: El ser humano y el conocimiento de uno mismo.	Fecha inicio prev.: 11/09/2026	Fecha fin prev.: 22/12/2026	Sesiones prev.: 41

Saberes básicos

A - El ser humano y el conocimiento de uno mismo.

0.1 - Visión y conocimiento del ser humano desde las perspectivas psicológica, antropológica y sociológica.

0.2 - Psicología. Neurociencia, conducta y cognición. Sistema nervioso central y sistema nervioso periférico. Neuronas y estructura funcional del cerebro. Circuitos de recompensa y su relación con las adicciones. Bienestar y hábitos saludables: sueño, gestión del estrés, alimentación, componentes de afectividad. Fundamentos biológicos de la conducta. Herencia biológica y herencia cultural. La base biológica de la conducta humana. Bases sociales del comportamiento humano. La adolescencia desde el punto de vista psicológico. Desarrollo cognitivo y desarrollo de la personalidad durante la adolescencia. Reconocimiento y control de las emociones. Inteligencia emocional. Desarrollo personal dentro del grupo. Influencia del grupo en el individuo. Presión del grupo. Individuo y masa social: psicología de masas. La psicología en el mundo laboral: psicología del trabajo.

0.3 - Antropología. El ser humano como ser cultural. Concepto antropológico de cultura. El ser humano como construcción cultural. Humanización y cultura. Diversidad cultural. Etnocentrismo y diversidad cultural.

0.4 - Sociología. El ser humano como ser social. Concepto de Sociedad. Estrategias de inclusión y cohesión social para mejorar la calidad de vida de las personas. El adolescente y sus relaciones. Búsqueda de la autonomía y asunción progresiva de responsabilidades. Conductas prosociales y antisociales. Normas, roles y estereotipos. Igualdad de género. Diversidad y convivencia positiva dentro de los grupos. Procesos de transición a la vida adulta en perspectiva comparada. Movimientos y cambios sociales. Sociedad actual.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias

1.Comprender los procesos físicos y psicológicos implicados en la cognición, la motivación y el aprendizaje, analizando sus implicaciones en la conducta y desarrollando estrategias de gestión emocional y del propio proceso de aprendizaje para mejorar el desempeño en el ámbito personal, social y académico y lograr mayor control sobre las acciones y sus consecuencias.	#.1.1.Mejorar el desempeño personal, social y académico aplicando estrategias de aprendizaje y gestión emocional que permitan mayor control sobre las acciones y sus consecuencias.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CPSAA
	#.1.2.Identificar y aplicar los procesos que intervienen en el aprendizaje, analizando sus implicaciones y desarrollando estrategias que favorezcan la adquisición de conocimientos, destrezas y actitudes.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CPSAA
	#.1.3.Analizar la importancia del componente emocional, tomando conciencia de su repercusión en el aprendizaje y desarrollando estrategias que mejoren el proceso cognitivo.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CPSAA
	#.1.4.Analizar la relación de la cognición, la motivación, el aprendizaje y la gestión emocional con la conducta, tanto propia como de los demás, a partir de las bases teóricas fundamentales de los procesos físicos y psicológicos que intervienen en ellos.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CPSAA
2.Comprender las principales características del desarrollo evolutivo de la persona, analizando aquellos elementos de la madurez que condicionan los comportamientos e identificando las cualidades personales y de relación social propias y de los demás, para potenciar las que favorecen la autonomía y permiten afrontar de forma eficaz los nuevos retos.	#.2.1.Afrontar nuevos retos, de forma eficaz y con progresiva autonomía, identificando las cualidades personales y sociales propias y de los demás y analizando los elementos que condicionan los comportamientos y actuaciones en el proceso de desarrollo evolutivo.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CC • CE • CPSAA
	#.2.2.Conocer el desarrollo evolutivo de las personas analizando y comprendiendo las principales características de la madurez que van conformando a la persona en distintos planos: físico, cognitivo, social, emocional y sexual.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CC • CE • CPSAA
	#.2.3.Identificar cualidades personales y de los demás, reflexionando sobre la importancia de potenciar aquellas que permitan afrontar eficazmente los retos y faciliten el proceso de transición de la adolescencia a la edad adulta.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CC • CE • CPSAA
UNIDAD UF2: Formación y orientación personal y profesional hacia la vida adulta.		**Fecha inicio prev.: 07/01/2027**	**Fecha fin prev.: 27/03/2027**	**Sesiones prev.: 34**

Saberes básicos

B - Formación y orientación personal y profesional hacia la vida adulta.

1 - Aprendizaje y ser humano. 1.1 - Procesos implicados en el aprendizaje: atención, motivación y memoria. Estrategias de aprendizaje y estudio. Inteligencia emocional e inteligencia ejecutiva.

1 - Aprendizaje y ser humano. 1.2 - Lo heredado y lo aprendido: biología y cultura. Proceso de socialización. Agentes de socialización. La familia, la escuela, los grupos de iguales y los medios masivos de comunicación. Aprendizaje formal e informal.

2 - Construcción del sentido de competencia y logro. 2.1 - Autoconocimiento. Autonomía personal y autopercepción. Estilo atribucional. Capacidad autocrítica. Iniciativa personal. Pensamiento creativo. Confianza y seguridad en uno mismo. Perseverancia. Estrategias para enfrentarse al fracaso y a la frustración. Mecanismos de resiliencia.

3 - Relaciones e interacciones con los demás. 3.1 - Habilidades sociales. Habilidades comunicativas. Escucha activa, empatía, lenguaje verbal y no verbal, resolución de conflictos, técnicas de negociación. Barreras en la comunicación y estrategias para superarlas. Tipos de barreras en la comunicación: semánticas, psicológicas, fisiológicas, físicas, administrativas. Habilidades de organización y gestión. Herramientas digitales para la interacción con los demás. Huella y reputación digital. Gestión de identidades digitales: personal y profesional. Organización del tiempo y planificación de tareas. El trabajo en equipo: roles, dinámicas, resolución de conflictos. Estrategias ágiles de trabajo en equipo. Uso y abuso de herramientas digitales en la interacción con los demás. Ventajas e inconvenientes del uso de las redes sociales. Adicciones. Ciberacoso y sus consecuencias.

4 - Orientación hacia la formación académica y profesional. Exploración del entorno profesional. 4.1 - Programas, oportunidades y ayudas para la formación. Servicios de orientación académica y profesional. Formación permanente a lo largo de la vida. Los sistemas de formación profesional; la formación profesional del sistema educativo y la formación profesional para el empleo. Formación online y a distancia. Oportunidades de educación y formación en otros países. Programas europeos.

4 - Orientación hacia la formación académica y profesional. Exploración del entorno profesional. 4.2 - Exploración y descubrimiento del entorno de trabajo: trabajo por cuenta ajena y trabajo por cuenta propia. Las relaciones laborales. Tendencias laborales y demandas del mercado. Nuevos yacimientos de empleo. Competencias digitales avanzadas, perfiles profesionales cualificados, gestión del talento, trabajo en equipo, flexibilidad laboral, coworking. Teletrabajo. Retos de la revolución digital en el entorno laboral. Emprendimiento e intraemprendimiento. La iniciativa emprendedora, características. Participación social activa. Representación de los trabajadores en la empresa. El ser humano como homo oeconomicus. Teorías críticas. Colaboración y voluntariado. Las organizaciones no gubernamentales.

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
3.Conocer y comprender al ser humano, sus sociedades y culturas, analizando con empatía su diversidad y complejidad desde diferentes perspectivas, para fomentar el espíritu crítico sobre aspectos que dirigen el funcionamiento humano, social y cultural.	#.3.1.Reflexionar de manera crítica sobre la condición humana, la sociedad y la cultura a partir del conocimiento que proporcionan las ciencias humanas y sociales.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CC • CE • CPSAA
	#.3.2.Analizar la diversidad personal, social y cultural desde distintas perspectivas a partir de los conocimientos que proporcionan las ciencias humanas y sociales, mostrando actitudes de respeto y empatía por lo diferente y valorando la equidad y la no discriminación.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CC • CE • CPSAA
4.Conocer la dimensión social y antropológica del ser humano y desarrollar estrategias y habilidades sociales adecuadas a contextos cambiantes y a grupos diferentes, considerando los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica de la persona, para comprenderse a sí misma e interactuar con los demás desde el respeto a la diversidad personal, social y cultural.	#.4.1.Desarrollar estrategias y habilidades que faciliten la adaptación a nuevos grupos y contextos a partir del conocimiento social y antropológico del ser humano.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CC • CE
	#.4.2.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.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CC • CE
	#.4.3.Valorar la diversidad desde el respeto, la inclusión y la igualdad real y efectiva entre hombres y mujeres, considerándola un elemento enriquecedor a nivel personal, social y cultural.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CC • CE

UNIDAD UF3: Proyecto personal, académico-profesional y aproximación a la búsqueda activa de empleo.	Fecha inicio prev.: 09/04/2027	Fecha fin prev.: 22/06/2027	Sesiones prev.: 30

Saberes básicos

C - Proyecto personal, académico-profesional y aproximación a la búsqueda activa de empleo.

0.1 - Planes de autoconocimiento y de formación académica y profesional. Cualidades personales necesarias para afrontar el acceso al mercado laboral del siglo XXI. Fortalezas y debilidades. DAFO personal. La diversidad como elemento enriquecedor para la persona. Fases del plan: exploración, diagnóstico, perfiles académicos y profesionales, toma de decisiones. Aspiraciones y metas. Ayudas y recursos para superar carencias y afrontar retos personales y profesionales.

0.2 - Aproximación a un plan de búsqueda activa de empleo con proyección hacia el futuro. Fases: análisis de la información, opciones de ocupación, plan de acción y seguimiento de resultados. Estrategias de búsqueda de empleo. Fuentes de información sobre empleo: contactos personales, redes sociales, Servicio Regional de Empleo y Formación de la Región de Murcia, Oficina SABER (Servicios Avanzados para la Búsqueda de Empleo), Empresas de Trabajo Temporal, Agencias de colocación, bolsas de empleo. Instrumentos de búsqueda de empleo. Marca y sello personal, Currículum Vitae, videocurrículum, portfolio, blog, entrevistas de trabajo...

Competencias específicas	Criterios de evaluación	Instrumentos	Valor máx. criterio de evaluación	Competencias
5.Explorar las oportunidades académicas y profesionales que ofrece el entorno, descubriendo y priorizando las necesidades e intereses personales y vocacionales y desarrollando el espíritu de iniciativa y de superación y las destrezas necesarias en la toma de decisiones, para llevar a cabo un proyecto personal, académico y profesional propio y realizar una primera aproximación al diseño de un plan de búsqueda activa de empleo.	#.5.1.Realizar un proyecto personal, académico y profesional propio y aproximarse al proceso de búsqueda activa de empleo, priorizando las necesidades y descubriendo los intereses personales y vocacionales mediante la exploración de las oportunidades académicas y profesionales que ofrece el entorno presencial y virtual y desarrollando las destrezas necesarias en el proceso de toma de decisiones.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CD • CE • CPSAA
	#.5.2.Explorar el entorno próximo identificando las oportunidades académicas y profesionales que ofrece, valorando aquellas que mejor se adaptan a las cualidades e intereses personales y potenciando el espíritu de iniciativa y superación.	**Eval. Ordinaria:** • Cuaderno de clase:40% • Escala de observación:20% • Prueba escrita:40%	0,714	• CD • CE • CPSAA

Revisión de la Programación

Otros elementos de la programación

Decisiones metodológicas y didácticas. Situaciones de aprendizaje

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Se realizarán explicaciones siguiendo el libro recomendado y apuntes proporcionados por el profesor.				

Medidas de atención a la diversidad

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Actividades de refuerzo y ampliación para los alumnos que lo requieran. Elaboración de los PAP para los alumnos que lo necesiten.				

Materiales y recursos didácticos

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
Libro de la materia de la editorial McGrawHill. Material complementario proporcionado por el profesor.	
Se utiliza la pizarra digital interactiva. Y los ordenadores del centro, si se considera necesario para alguna actividad, teniendo en cuenta la disponibilidad.	

Relación de actividades complementarias y extraescolares para el curso escolar

DESCRIPCIÓN	MOMENTO DEL CURSO			RESPONSABLES	OBSERVACIONES
	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre		
Charlas de orientación profesional.					
Juegos de simulación empresarial					

Concreción de los elementos transversales

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Educación para la igualdad, al tratar de temas como brechas salariales hombre-mujer Educación ambiental al tratar temas de desarrollo sostenible.				

Estrategias e instrumentos para la evaluación del aprendizaje del alumnado

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
La nota final se calculará valorando las competencias adquiridas a final de curso. Para ello, de manera informativa, cada evaluación se informará mediante los boletines correspondientes.				

Otros

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre

Estrategias e instrumentos para la evaluacion del proceso de enseñanza y la práctica docente

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES			
	Curso	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
Se pasará cuestionario anónimo por evaluación y se analizarán los resultados en el departamento.				

Medidas previstas para estimular el interés y el hábito de la lectura y la mejora de expression oral y escrita

DESCRIPCIÓN	OBSERVACIONES
Propuesta de lecturas recomendadas adaptadas al nivel del alumnado. Particcipacón en el plan de lectura del centro.	