

# PROYECTOS BACHILLERATO

Departamento de orientación

- **Orientación profesional integrada (Proyecto Xcelence) con la Fundación Bertelsmann**
- **Programa Mentor (tutor individualizado)**
- **Taller de control del estrés**
- **Taller de oratoria**

# 1.- Orientación profesional integrada (proyecto Xcelence)

Herramienta digital de **auto evaluación** que facilita a los centros un auto diagnóstico en base a su desempeño en las 10 claves del marco de calidad.

Establece prioridades y define acciones de mejora basadas en recomendaciones personalizadas y da acceso a recursos .

**Mywaypass.** Aplicación online de conocimiento personal:<https://www.mywaypass.com/planetas/viajar>

\*Invita a los jóvenes a reflexionar, descubrir y explorar su entorno a través de diferentes misiones

\*Ayuda a los estudiantes a tomar decisiones sobre el futuro profesional con criterio

Gestión más eficaz de los agentes clave de la orientación profesional, estableciendo nexos con el **ecosistema profesional**.

Contacto con empresas e instituciones para realizar actividades conjuntas.

**Fundación Bertelsmann**

# Programa Mentor

Grupos de **estudio reducido**, unos explican a otros, tutorizados por el profesor.

**Reuniones semanales** para:

- ◆ **Seguimiento** periódico del trabajo a realizar para orientar a los alumnos a nivel académico y personal
- ◆ **Trabajo de habilidades sociales**, estrategias de aprendizaje, organización y gestión del tiempo.
- ◆ Creación de **clima de seguridad** y confianza entre miembros del grupo y mentores
- ◆ Dotar al alumno de herramientas para poder enfrentarse a las dificultades, creándose un **compromiso** entre ambos, tutor-alumno, de respeto y confianza, que ayuda al alumno a tomar decisiones y a afrontar sus problemas, desarrollando las habilidades necesarias para ello.



**Programa**

**MENTOR**



# Taller de control del estrés

## Estrategias

- afrontar el estrés que puede ser útil tanto en el presente (p.ej en situación del examen) como en su futuro en el campo laboral.

## Técnicas

- aspectos para mejorar y reducir el estrés y la ansiedad

## Afrontar

- situaciones cotidianas de estrés, crisis y/o bloqueos psicológicos.
- gestionar mejor sus emociones, a resolver conflictos y a facilitar la toma de decisiones

# Taller de oratoria

- ◆ Mejorar la **calidad de las presentaciones** en público a través de la transmisión de contenidos e ideas con claridad y convicción.
- ◆ Desarrollar **confianza y seguridad** para las presentaciones en público controlando el estrés .
- ◆ Aplicar la técnica para una **exposición ordenada** e interesante organizando el mensaje y hablando siempre desde los intereses de los que escuchan para captar su atención.
- ◆ **Reforzar la autoestima** como comunicadores después de verse y oírse

La ratoria  
*El arte de hablar con elocuencia*