



FORMACIÓN EN INSTITUCIÓN E CENTROS EDUCATIVOS

Infancia, adolescencia e adultos



Contacta con nós:



686.812.315



info@anosaeira.es



www.anosaeira.es



Calle Est de Aut. de Galicia, 26 Cee



FORMACIÓN PARA ALUMNADO



A nosa formación para alumnado é totalmente **práctica**, parten das necesidades do centro e trabállase con **obxectivos previamente consensuados**. Os talleres serán impartido por unha **psicopedagoga** con ampla formación e experiencia en dinámicas de grupo e nos temas a tratar.

Educación primaria

Os talleres para o alumnado poderían facerse en **distintos formatos**, con distinto **nivel de profundidade e interacción**:

FORMATO	QUE É?	TEMPO	GRUPO	PREZO
Charla puntual	Exposición dun tema de forma dinámica, adaptada ás características do grupo.	50 min.	15-30 alumnos	65 €/sesión
Obradoiros/ talleres interactivos	Talleres con actividades prácticas: dinámicas, xogos, role-playing...	90 min.	15-30 alumnos	100 €/sesión
Ciclo de obradoiros / programas educativos	Trataranse de forma progresiva distintos aspectos das temáticas ofrecidas	3-6 sesións de 50 min.	15-30 alumnos	60 €/sesión para 3 sesións 55 €/sesión para 6 sesións
Sesións de cine-forum	Proxección dun curto, película ou documental, seguido dun intercambio	2 horas	15-30 alumnos	100 €/sesión
Mentoría ou acompañamento	Acompañamento regular para apoiar o desenvolvemento nas distintas áreas	50 min./ sesión	Individual. Grupo de 3-8 alumnos	40 € sesión individual / 65 € sesión grupal

* Ver **información adicional sobre os prezos** ó final do documento

FORMACIÓN PARA ALUMNADO

Educación secundaria, bacharelato, ciclos

FORMATO	QUE É?	TEMPO	GRUPO	PREZO
Charla puntual	Exposición dun tema de forma dinámica, adaptada ás características do grupo.	50 min.	15-30 alumnos	65 €/sesión
Obradoiros/ talleres interactivos	Talleres con actividades prácticas: dinámicas, xogos, role-playing...	90 min.	15-30 alumnos	100 €/sesión
Ciclo de obradoiros / programas educativos	Trataranse de forma progresiva distintos aspectos das temáticas ofrecidas	3-6 sesións de 50 min.	15-30 alumnos	60 €/sesión para 3 sesións 55 €/sesión para 6 sesións
Sesións de cine-forum	Proxección dun curto, película ou documental, seguido de debate	2 horas	15-30 alumnos	100 €/sesión
Mentoría ou acompañamento	Acompañamento regular para apoiar o desenvolvemento nas distintas áreas	50 min./ sesión	Individual. Grupo de 3-8 alumnos	40 € sesión individual / 65 € sesión grupal
Proxecto de intervención social	Proxecto práctico no que os estudantes desenvolven unha intervención no centro ou entorno próximo. Pode ser trimestral, semestral ou curso.	3, 6 ou 9 sesións de 50 min.	Equipo de traballo: 10-15 alumnos	60 €/sesión para 3 sesións e 55 €/sesión para 6 sesións e 50 €/sesión para 9 sesións
Programa de mediación escolar	Formación de estudantes como mediadores para apoiar ós compañeiros/as nas distintas temáticas.	Sesión quincenal de 50 min.	Futuros mediadores : 10-15 alumnos	720 € / curso escolar

* Ver **información adicional sobre os prezos** ó final do documento

FORMACIÓN PARA ALUMNADO



Hackea o sistema educativo

Técnicas de estudo para mellorar o rendemento escolar

FINALIDADE: Dotar aos estudantes de ferramentas e estratexias efectivas de estudo que melloren a súa capacidade de aprendizaxe, organización e xestión do tempo, co fin de optimizar o rendemento académico e promover unha actitude positiva cara ao estudo.

TEMAS A TRATAR (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Organización e planificación
- Hábitos de estudo
- Técnicas de lectura e comprensión
- Métodos de memorización e retención da información
- Concentración e xestión do entorno de estudio
- Estilos de aprendizaxe e estratexias persoalizadas
- Xestión da ansiedade e do estrés académico

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, obradoiro interactivo, ciclo de obradoiros, mentoría.

OBSERVACIÓNS: a partir de 3º de E.P.



Orientad@s

Toma de decisións, orientación escolar e vocacional

FINALIDADE: desenvolver habilidades e competencias para tomar decisións informadas e efectivas sobre o seu futuro académico e profesional, ao mesmo tempo que se lles proporciona unha comprensión clara das súas fortalezas, intereses e opcións dispoñibles.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- O proceso de toma de decisións
- Autoavaliación e descubrimento de intereses e habilidades
- Exploración de opcións académicas e profesionais
- Planificación e establecemento de metas
- Adaptación e resiliencia ante o cambio

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, obradoiro interactivo, ciclo de obradoiros, mentoría.

OBSERVACIÓNS: a partir de 5º de E.P.

FORMACIÓN PARA ALUMNADO



Enchanchados ás TICs

Uso responsable de novas tecnoloxías

FINALIDADE: Promover un uso seguro e responsable das novas tecnoloxías, fomentando a consciencia sobre os riscos e beneficios das ferramentas dixitais e ensinando prácticas adecuadas para a protección da súa privacidade e benestar en entornos en liña.

TEMAS A TRATAR: temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Vocabulario relacionado coas TICs adaptado as distintas idades (grooming, flaming, sexting...)
- Uso seguro das TICs (seguridade e privacidade)
- Comportamento e netiqueta
- Prevención do ciberacoso
- Uso saudable e xestión do tempo dixital
- Contidos inadecuados e riscos en liña
- Impacto das tecnoloxías na saúde mental e benestar
- Habilidades de resolución de problemas e pensamento crítico

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, obradoiro interactivo, ciclo de obradoiros, mentoría, proxecto intervención social.



Emociónáte

Educación emocional

FINALIDADE: Proporcionar ferramentas e habilidades para recoñecer, comprender e xestionar as emocións propias e as dos demais, co fin de mellorar as súas relacións interpersoais e o seu benestar emocional.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Identificación e nomeamento emocións
- Regulación e xestión emocional
- Empatía e comprensión da perspectiva do outro
- Habilidades de comunicación asertiva
- Resolución de conflitos e mediación
- Autoestima e autoaceptación
- Autocoidado e benestar emocional
- Xestión do estrés e adaptación ó cambio

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, obradoiro interactivo, ciclo de obradoiros, cine-forum, mentoría, programa de mediación escolar

FORMACIÓN PARA ALUMNADO



Habilidades sociais e comunicación para unhas relacións saudables

FINALIDADE: mellorar a interacción interpersoal e a capacidade de comunicarse de maneira efectiva en diferentes contextos, no entorno escolar e na vida fora do centro.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Comunicación verbal e non verbal
- escoita activa
- Asertividade
- Resolución de conflitos
- Traballo en equipo
- Empatía e comprensión emocional
- Habilidades de negociación
- Manexo de críticas e retroalimentación
- Toma de decisións en grupo

FORMATOS DISPOÑIBLES: Obradoiro interactivo, ciclo de obradoiros, mentoría, programa de mediación escolar



STOP BULLIES Convivencia e prevención do bullying

FINALIDADE: promover un ambiente de respecto, empatía e convivencia positiva, así como proporcionar ferramentas para recoñecer, previr e actuar fronte ao bullying.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Concepto e tipos de bullying.
- Consecuencias do bullying en vítimas, agresores e testemuñas.
- Desenvolvemento da empatía e sensibilización ante o acoso.
- Habilidades sociais para unha convivencia positiva.
- Estratexias de resolución de conflitos.
- Comunicación asertiva e habilidades de negociación.
- Papel dos espectadores: cómo actuar fronte ao bullying.
- Autocoidado emocional e fortalecemento da autoestima.
- Dinámicas de grupo para fomentar a cohesión e a inclusión.
- Prevención do cyberbullying e uso responsable das tecnoloxías.

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, obradoiro interactivo, ciclo de obradoiros, mentoría, cine-forum, proxecto de intervención social, programa de mediación escolar

FORMACIÓN PARA ALUMNADO



Lectoescritura

Motivación para a lectura e escritura

FINALIDADE: En **educación infantil** fomentar o desenvolvemento inicial das habilidades de lectura e escritura dun xeito lúdico e creativo, incentivando o gusto pola lectura e a expresión persoal.

En **educación primaria** enfocaría-se en consolidar as habilidades básicas de lectura e escritura, axudando aos nenos a adquirir confianza e fluidez nestas competencias.

En **educación secundaria** orientaría-se a perfeccionar e profundar nas competencias de comprensión, análise e produción de textos, promovendo a reflexión crítica e a capacidade de argumentar por escrito.

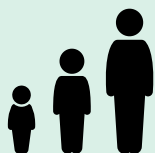
PROPOSTA DE DINÁMICAS: dinámicas xerais que se poderían adaptar en función das características dos nenos e do obxectivo final do taller que se plantee o profesorado.

Educación infantil: contos participativos (contacontos), xogos de letras e sons, creación de libros ilustrados, cancións de rima e xogos de palabras.

Educación primaria: xogos de creación de historias, scape room (búsqueda do tesouro buscando as frases escondidas para formar un relato ou texto), historias encadeadas, xogos de palabras cruzadas ou anagramas, cómics e historias gráficas, lettering, creación de tipografías.

Educación secundaria: xogos de escritura colaborativa, caza de citas literarias (buscar citas para debate sobre elas), creación de podcasts ou vídeos narrativos, escape room literario, debates literarios.

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla / obradoiro de 50 minutos



Proxecto crisálida

Transicións: infancia - adolescencia - vida adulta

FINALIDADE: O obxectivo xeral deste programa será o de ofrecer aos adolescentes os coñecementos, habilidades e apoios necesarios ao longo da súa transición da infancia á etapa adulta.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- A adolescencia (cambios físicos e emocionais).
- Relacións
- Saúde física (corpo, alimentación e exercicio)
- Saúde emocional (intelixencia emocional, saúde mental, autoestima, adicións e violencia)
- Sexualidade e afectividade
- Uso responsable de TICs

FORMATOS DISPOÑIBLES: Ciclo de obradoiros, mentoría

FORMACIÓN PARA ALUMNADO



Educación afectivo-sexual

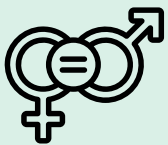
Adaptada ás idades e características do colectivo.

FINALIDADE: Proporcionar unha educación afectivo-sexual integral e adaptada á súa idade, que lles permita comprender e respectar a súa sexualidade, as relacións afectivas, e os aspectos relacionados coa saúde sexual, co fin de promover un desenvolvemento saudable e responsable nas súas vidas afectivas e sexuais.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Desenvolvemento sexual e cambios na pubertade
- Autoestima e autoaceptación
- Relacións saudables e consentimento
- Comunicación afectiva e respetuosa
- Saúde sexual e prevención de riscos
- Diversidade sexual e xénero

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, obradoiro interactivo, ciclo de obradoiros, mentoría.



Rompe estereotipos

Promovendo a equidade entre xéneros

FINALIDADE: educar e sensibilizar sobre a igualdade de xénero, promovendo o respecto e a equidade entre todos os xéneros, así como dotar aos participantes de ferramentas para desafiar estereotipos, fomentar a empatía e contribuír a un ambiente inclusivo e respetuoso.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Concepto de igualdade de xénero
- Estereotipos de xénero
- Novas masculinidades
- Violencia de Xénero
- Dereitos e igualdade

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, obradoiro interactivo, ciclo de obradoiros, mentoría, proxecto de intervención, cine-forum



**CONSÚLTANOS PARA OUTRAS
FORMACIÓNS RELACIONADAS!**

FORMACIÓN PARA PROFESIONAIS E FAMILIAS



Os talleres serán impartidos por unha **psicopedagoga** con ampla formación e experiencia nos distintos temas. Concrétanse obxectivos e problemáticas para traballar **partindo das necesidades e casos reais** detectados nos centros escolares.

A formación para profesorado e familias poderá facerse en **distintos formatos**, con distinto **nivel de profundidade e interacción**:

FORMATO	QUE É?	TEMPO	GRUPO	PREZO
Charla puntual	Exposición dun tema de forma dinámica, adaptada ás características do grupo.	90 minutos	8-25 persoas	150 €/sesión
Ciclo de talleres	Trataranse de forma progresiva distintos aspectos das temáticas ofrecidas	60 min. /taller. (3-6 sesións)	8-25 persoas	120 €/sesión para 3 100 €/sesión para 6 sesións
Grupo de autocoñecemento / aprendizaxe mutuo	Espazo seguro onde os participantes poidan recibir e ofrecer apoio emocional, intercambiar información e recursos, e desenvolver habilidades para afrontar mellor situacións ou desafíos comúns.	2 horas mensuais. É importante manter un compromiso e constancia.	8-12 persoas	20 €/mes por persoa participante

* Ver **información adicional sobre os prezos** ó final do documento

FORMACIÓN PARA PROFESIONAIS E FAMILIAS



Convivencia escolar

Estratexias para unha convivencia escolar positiva.

FINALIDADE: Mellorar a convivencia escolar en centros de primaria e secundaria, proporcionando ao profesorado e familias ferramentas e estratexias efectivas para promover un ambiente educativo positivo, inclusivo e respectuoso, que favoreza o benestar dos alumnos e a resolución construtiva de conflitos.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Concepto de convivencia escolar. O clima escolar.
- Estratexias de comunicación asertiva.
- Resolución construtiva de conflitos.
- Empatía e respecto.
- Dinámicas de grupo.
- Prevención do acoso escolar
- Creación de normas e regras de clase

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres, grupo autoconhecimento /aprendizaxe mutuo.



Actúa!

Favorecer a autonomía, toma de decisións e resolución de conflitos no alumnado

FINALIDADE: Fortalecer a autonomía, a toma de decisións e a capacidade de resolución de conflitos no alumnado mediante a implementación de técnicas e estratexias que lle permitan asumir responsabilidades, tomar decisións informadas e resolver conflitos de maneira efectiva e construtiva.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Fomento da autonomía persoal
- Desenvolvemento da capacidade de toma de decisións
- Resolución de conflitos e mediación
- Fortalecemento da autoestima e confianza
- Comunicación efectiva
- Participación na toma de decisións colectivas
- Xestión do erro e aprendizaxe a través das experiencias

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres.

FORMACIÓN PARA PROFESIONAIS E FAMILIAS



Traballando en equipo

Técnicas de traballo grupal na aula

FINALIDADE: ofrecer habilidades e estratexias para facilitar e optimizar o traballo en grupo na aula, promovendo a colaboración efectiva, a participación equitativa e a cohesión do grupo, co fin de mellorar a dinámica e os resultados do proceso de ensino-aprendizaxe.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Beneficios do traballo grupal
- Organización e dinamización de grupos de traballo
- Roles dentro dos grupos
- Resolución de conflitos e xestión de dinámicas de grupo
- Avaliación do traballo grupal

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla



De cabeza coas TICs

Xestión de problemáticas relacionadas coas TICs

FINALIDADE: proporcionar as ferramentas e os coñecementos necesarios para promover e garantir un uso responsable, seguro e equilibrado das TICs entre nenos/as e adolescentes, fomentando prácticas saudables e protexendo o benestar dixital.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Uso seguro e responsable de Internet
- Educación en cidadanía dixital
- Xestión do tempo e control do uso das pantallas
- Apoio no desenvolvemento de competencias dixitais
- Comunicación efectiva e supervisión entre familias e profesorado

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres, grupo autoconhecimento /aprendizaxe mutuo.

FORMACIÓN PARA PROFESIONAIS E FAMILIAS



Adicións

Previr condutas adictivas dende a aula

FINALIDADE: desenvolver e fortalecer estratexias e habilidades para a prevención de adicións, tanto con substancias (como alcol, tabaco e drogas) como sen substancias (como xogo patolóxico e adicións tecnolóxicas), proporcionando aos participantes ferramentas para identificar factores de risco, promover comportamentos saudables e poñer en marcha medidas preventivas.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- As adicións (con e sen substancias)
- Prevención dende a educación emocional e social
- O papel da familia e o profesorado na prevención
- Promoción de alternativas saudables
- Protocolo de actuación ante casos de adicción

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla



Dificultades de aprendizaxe

Intervención en nenos con NEAE

FINALIDADE: Mellorar a comprensión e a xestión das distintas dificultades de aprendizaxe (TEA, TDAH, discalculia...), proporcionando aos profesionais e familias as ferramentas, estratexias e coñecementos necesarios para identificar, abordar e apoiar adecuadamente ás persoas con dificultades de aprendizaxe.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos). O ideal sería ampliar cada NEAE de xeito independente, para poder traballar con cada unha delas máis a fondo.

- Identificación de necesidades educativas de apoio educativo
- Planificación e adaptación curricular
- Métodos de ensino inclusivo
- Colaboración entre profesorado, familias e profesionais de apoio
- Intervención temperá e apoio emocional
- Recursos e tecnoloxías de apoio (TICs)
- Outros recursos (protocolos, materiais específicos, asociacións especializadas, páxinas web...)

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres, grupo autocoñecemento /aprendizaxe mutuo.

FORMACIÓN PARA PROFESIONAIS E FAMILIAS



O meu rol como docente

Autocoñecemento profesional

FINALIDADE: Facilitar o autocoñecemento e o desenvolvemento persoal do profesorado para mellorar a súa autoeficacia, benestar e prácticas pedagóxicas, ao tempo que favorecen un entorno de ensino positivo e auténtico para os alumnos.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Impacto do autocoñecemento no rol docente
- Reflexión sobre a práctica docente
- Identificación de valores e crenzas persoais
- Xestión das emocións e do estrés no rol docente
- Desenvolvemento profesional e autocreemento.

FORMATOS DISPOÑIBLES: Ciclo de talleres, grupo autocoñecemento /aprendizaxe mutuo.



Educación emocional

Ferramentas e estratexias de xestión emocional

FINALIDADE: Proporcionar ao profesorado e familias ferramentas e estratexias para entender, xestionar e promover a educación emocional, co fin de fomentar un ambiente educativo que apoie o benestar emocional, a comunicación efectiva e o desenvolvemento socioemocional de nenos, nenas e adolescentes

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Concepto e importancia da educación emocional
- Desenvolvemento da intelixencia emocional
- Xestión e regulación emocional
- Autoconcepto e autoestima
- Apoio emocional dende a escola
- Ferramentas e recursos para traballar a educación emocional

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres, grupo autocoñecemento /aprendizaxe mutuo.

FORMACIÓN PARA PROFESIONAIS E FAMILIAS



Motivación

Técnicas e estratexias para motivar ao alumnado

FINALIDADE: Dotar ao profesorado e familias de técnicas e estratexias eficaces para motivar ao alumnado, mellorando o seu compromiso, participación e rendemento académico, e promovendo un ambiente de aprendizaxe positivo e estimulante.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Teorías da motivación
- Establecemento de metas e obxectivos
- Uso de feedback positivo e constructivo
- Creación dun ambiente de aprendizaxe positivo
- Diversificación das metodoloxías e recursos educativos
- Fomento da autonomía e autorregulación

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres.



Arteterapia

Ferramentas e técnicas de arteterapia

FINALIDADE: Proporcionar aos profesorado e familias ferramentas e técnicas de arteterapia para promover o seu benestar emocional, a autoexploración e a mellora da súa práctica educativa, ao tempo que fomente un ambiente de ensino máis creativo e empático.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Introducción á arteterapia
- Beneficios da arteterapia na educación
- Técnicas e actividades de arteterapia para a aula
- Integración da arteterapia no currículo escolar
- Consideracións prácticas e éticas

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres, grupo autocoñecemento /aprendizaxe mutuo.

FORMACIÓN PARA ADULTOS



Disciplina positiva

Normas para unha educación respectuosa

FINALIDADE: Dotar ós asistentes de coñecementos e técnicas sobre disciplina positiva para fomentar unha educación baseada no respeito mutuo, a empatía e a resolución construtiva de conflitos, co fin de promover un ambiente de aprendizaxe e crianza harmonioso e eficaz.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Introducción e principios da Disciplina Positiva
- Empatía e Respeto na Educación
- Técnicas de Comunicación Asertiva
- Resolución Construtiva de Conflitos
- Establecemento de Normas e Expectativas
- Autocoidado e Benestar do Educador

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres, grupo autocoñecemento /aprendizaxe mutuo.



Educando en igualdade

Fomentando a equidade e o respecto mutuo.

FINALIDADE: capacitar aos profesorado e familias para promover a igualdade de xénero, creando un ambiente escolar inclusivo e respectuoso. A través de recursos prácticos, desafiaremos estereotipos e fomentaremos novas masculinidades, apoiando así a diversidade e o respecto mutuo entre o alumnado.

TEMAS A TRATAR: (temas xerais adaptaranse en función da idade e características dos alumnos)

- Concepto de igualdade de xénero.
- Estereotipos de xénero.
- Novas masculinidades.
- Linguaxe inclusiva (o seu uso na fala e nos textos)
- Empatía e respecto
- Violencia de xénero

FORMATOS DISPOÑIBLES: Charla, Ciclo de talleres.



CONSIDERACIÓNS A TER EN CONTA SOBRE OS PREZOS

Os prezos expostos **non inclúen IVE** (21%)

Farase un **desconto do 10%** sobre o custo total se se realiza **máis dunha sesión** no mesmo día.

Engadirase ó presuposto o prezo do **desprazamento dende Cee: 0,26 € por kilómetro.**

Para **actividades puntuais, ou ciclos de formación completos** presentarse un presuposto persoalizado, consúltanos!