

**ÍNDICE**  
**CUADERNO DE ORIENTACIÓN**  
*5º DE PRIMARIA*

**FRANCISCO JAVIER CAMACHO**  
**RUTH MARTÍN**  
**M<sup>A</sup> PURIFICACIÓN PODADERA**  
**AMPARO SALGUERO**  
**ARACELI SUÁREZ**



**EDICIONES**  
**ALJIBE**

## **INTRODUCCIÓN**

Este cuaderno tiene como finalidad ayudar, en el **3º Ciclo de Educación Primaria**, a comprender diferentes cambios que van a suceder en la vida del alumno. Pronto se acercará a una nueva etapa personal (la adolescencia), que, unida a la nueva etapa educativa (la ESO), le llevarán a necesidades, intereses, interrogantes... que deberá descubrir por sí solo/a.

Con este material queremos ofrecer información y actividades que contribuyan a facilitar respuestas a todas sus cuestiones y dudas sobre todos los cambios que se avecinan.

*“Trabaja con tu tutor o tutora profundamente. La sinceridad es muy importante en tus respuestas. El trabajo en grupo con tus compañeros y compañeras es fundamental. Y, sobre todo, ten en cuenta que es el momento de acercarte a tí mismo/a y de profundizar en tus intereses personales, académicos y profesionales”.*

# ÍNDICE

## INTRODUCCIÓN

### BLOQUE 1: VOY A CONOCERME

- *¿Quién soy?*
- *Soy adolescente*
- *¿Cómo soy?*
- *Soy igual que...*
- *Mi historial académico*
- *Mi propósito para este curso es.*

### BLOQUE 2: VOY A CUIDARME

- *La alimentación es fundamental para el crecimiento*
  - *La pirámide alimentaria*
  - *Confeccionamos nuestra pirámide*
  - *Elaboramos un menú para la semana*
  - *¡Hoy cocinamos!*
  - *Encuestas*
- *¿Qué malo es el tabaco!*
  - *¡Vamos a investigar!*
  - *Encuesta sobre el consumo de tabaco*
  - *Léeme*

### BLOQUE 3: NOS PONEMOS A ESTUDIAR

- *Daniel tiene problemas*
- *Formas y actitudes ante el trabajo de estudiante*
- *Me organizo la tarde*

### BLOQUE 4: SOMOS DIFERENTES, SOMOS IGUALES

- *El respeto a las diferencias: la discapacidad*

- Todos somos iguales y diferentes
- Somos diferentes
- Diferentes, pero iguales