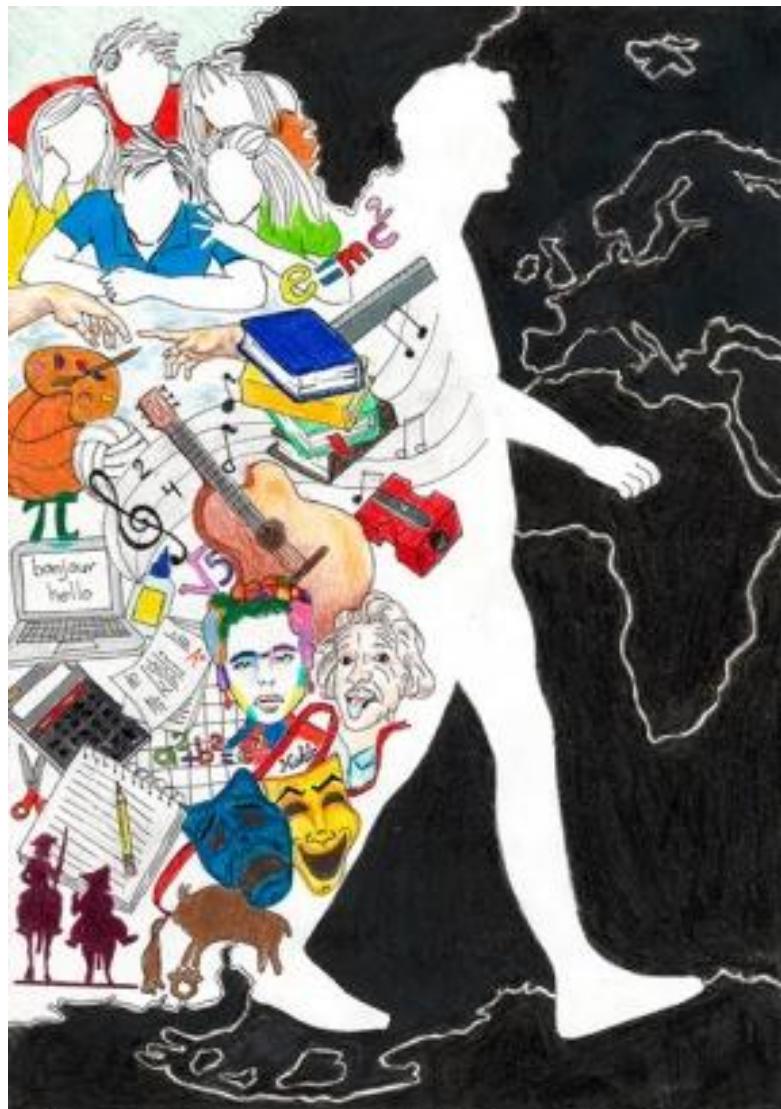


# "De Sexto a Primero"

## Guía de Orientación



**"De Sexto a Primero"**  
El paso de 6º de Educación Primaria  
a 1º de Educación Secundaria Obligatoria



Algunas de las imágenes que aparecen en esta Guía son dibujos realizados por el alumnado que ha participado en el concurso de dibujo para la agenda escolar.

Asimismo, aparecen algunos de los testimonios que el alumnado de 1º de ESO aporta sobre sus temores y experiencia real en el paso al instituto, recogidos en el programa “De 6º a 1º”.

Elaboración y Coordinación:

Delegación de Educación  
Delegación de Bienestar Social  
Delegación de Seguridad Ciudadana  
**www.ssreyes.org**  
Mayo 2021.

La importancia de la educación es crucial: no solo se aportan conocimientos básicos, fundamentales, para una sociedad compleja como la actual, sino que, además, se dan pasos decisivos para convertir a los niños y a las niñas, a la juventud, en personas plenas, autónomas, y dispuestas a aportar sus habilidades y destrezas para el país del futuro.

Andrés García-Caro Medina  
Concejal Delegado de Educación, Juventud e Infancia

# ÍNDICE

1. – Introducción	5
2. - Cambio de etapa educativa	6
3.- Trayectoria educativa	7
4. - Momento evolutivo	8
5. - Cómo favorecer su desarrollo	
5.1. Relación familia y adolescente	9
5.2. Relación de las familias con el centro educativo	10
5.3. Cómo puede participar la familia en esta etapa	10
5.4. Cómo debe estudiar	11
5.5. Hábitos saludables	13
5.6. Cómo hablarle de drogas	14
5.7. Importancia de los aspectos psicológicos y sociales	15
6.- La seguridad en el entorno del Colegio e Instituto	18
7.- Las nuevas tecnologías de la información y la comunicación	20
8. - Anexos	
8.1. Centros de Educación Secundaria de San Sebastián de los Reyes	23
8.2. Recursos para adolescentes	24

# 1. Introducción

Desde que comenzó en la escuela, vuestro hijo o vuestra hija ha ido adquiriendo los conocimientos y herramientas básicos, y una progresiva autonomía que le van a permitir desenvolverse en esta nueva etapa educativa que está a punto de comenzar. Es capaz de manejar correctamente la lectura y el cálculo, de expresar sus ideas tanto a través del lenguaje oral como del escrito.



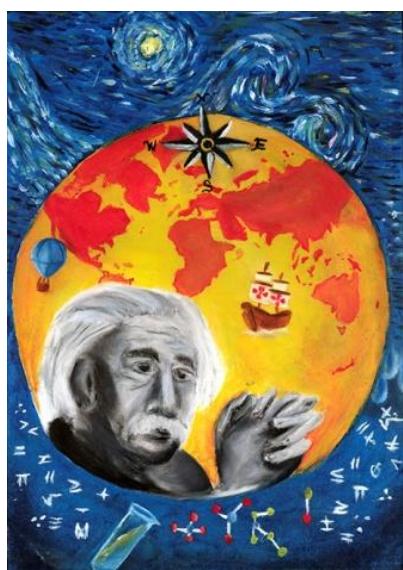
Esta etapa es un nuevo reto, ya que tendrá que trabajar para poder alcanzar los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria y necesitará la ayuda y el apoyo de la familia y del profesorado. La relación familia - Centro Escolar será fundamental para que no se pierda en los estudios.

Al cambio de etapa educativa, hay que añadir los cambios madurativos propios de la adolescencia que van a afectar en el área personal, corporal, de relación y de su propia imagen, así como de aquellos otros derivados por el cambio de Centro Escolar. La necesidad de comprensión y de apoyo, con unas normas claras y adecuadas, unida a una buena comunicación con el o la adolescente, le facilitará su relación con el entorno.

Para ayudarlos en esta adaptación, hemos elaborado este material.

## 2. Cambio de Etapa educativa

El paso a la nueva etapa educativa le va a suponer muchos cambios:



- Cambio de compañeros y de compañeras con los que ha compartido sus juegos, sus clases, sus aprendizajes y su vida en estos años.
- Cambio de profesorado.
- Asignaturas nuevas.
- Nueva forma de evaluación.
- También cambia la periodicidad de los exámenes, el número de temas y las exigencias en éstos.
- Cambia el Centro Escolar para el alumnado que pasa del Colegio al Instituto, asistiendo a clase sólo por la mañana.

Todos estos cambios hacen que necesite el apoyo de la familia para adaptarse a la nueva situación. Vuestro papel en este momento es el de escucharle, calmarle, ayudarle a planificarse, darle seguridad y transmitirle la confianza y el cariño que le tenéis. Además, dentro del centro, contará con el apoyo del profesorado y del Departamento de Orientación.

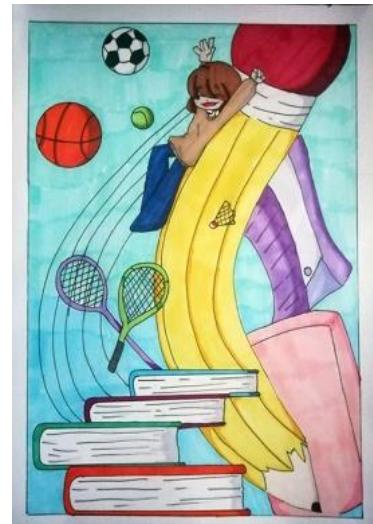


Es importante que, tanto vuestro hijo o hija como vosotros, veáis el Centro Escolar como un lugar cercano, no sólo como fuente de conocimientos, sino también, como un lugar de encuentro con los iguales y de formación como persona.

### 3. Trayectoria Educativa

Una vez finalizada la Educación Primaria, va a pasar a Educación Secundaria Obligatoria (ESO). Esta etapa comprende cuatro cursos, que se seguirán ordinariamente entre los doce y los dieciséis años de edad.

La finalidad de la educación secundaria consiste en lograr que los alumnos y alumnas adquieran los elementos básicos de la cultura, especialmente en sus aspectos humanístico, artístico, científico-tecnológico y motriz; desarrollar y consolidar en ellos los hábitos de estudio y de trabajo; así como hábitos de vida saludables, preparándoles para su incorporación a estudios posteriores, para su inserción laboral y formarles para el ejercicio de sus derechos y obligaciones de la vida como ciudadanos.



Obtendrán el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria los alumnos y las alumnas que al terminar la educación secundaria obligatoria hayan adquirido las competencias establecidas y alcanzado los objetivos de la etapa.

El título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria permitirá acceder al bachillerato, a la formación profesional de grado medio y, superando, en su caso, la prueba correspondiente, a los ciclos de grado medio de artes plásticas y diseño, y a las enseñanzas deportivas de grado medio; asimismo, permitirá el acceso al mundo laboral.



Pero ¿qué pasa si presenta dificultades para acabar la ESO?

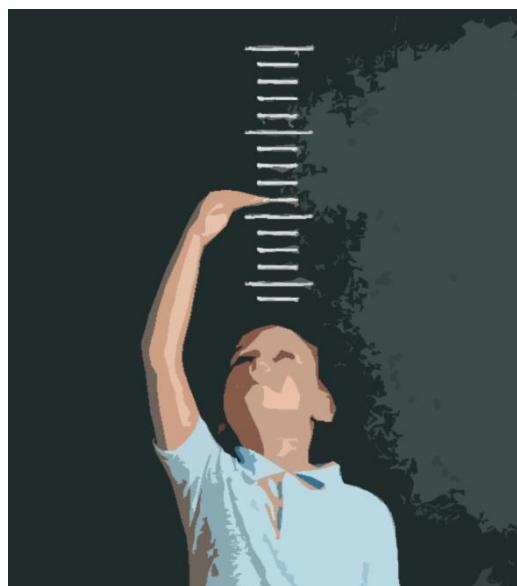
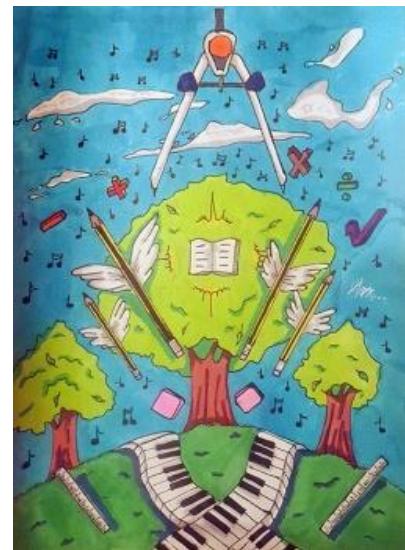
Nuestro sistema educativo tiene distintas opciones y medidas de apoyo para que las alumnas y los alumnos puedan adquirir unos conocimientos y prepararse para la vida personal y laboral. Para determinar las opciones más adecuadas, el profesorado y los profesionales que integran el Departamento de Orientación de los institutos valorarán y orientarán al alumnado y sus familias, según sus características y capacidades.

## 4. Momento Evolutivo

La adolescencia es un período de transición en el cual la persona pasa física y psicológicamente desde la niñez a la vida adulta. Esta transición puede ser complicada en algunos casos, tanto para el adolescente como para las personas con las que vive.

La adolescencia abarca de los 12 a los 17 o 18 años. En estas edades, se configura y consolida la propia identidad como persona única y madura. Los cambios físicos, fisiológicos y psicológicos que se dan, van a transformar al niño y a la niña en joven.

El cuerpo se convierte en el centro de atención por los cambios rápidos que suceden, lo que al adolescente puede producirle una sensación de desconcierto. Los cambios físicos y fisiológicos que tienen lugar en torno a los 12 años en la chica y a los 14 en el chico, son causados por factores hormonales. Se acelera notablemente el crecimiento de casi todas las partes del cuerpo. El crecimiento en un principio no es proporcionado:, crecen primero piernas y brazos, luego van adquiriendo las proporciones.



En el chico aumenta el tamaño de testículos, escroto y pene, así como el tejido muscular y la fuerza. En la chica, aumenta el ritmo de crecimiento de los pechos, los ovarios, el útero y también el tejido adiposo, lo que redondea las formas.

## 5. Cómo favorecer su desarrollo

### 5.1. Relación familia y adolescente

La relación entre familia y adolescente puede resultar complicada. Su necesidad creciente de autonomía, la forma de ejercer la autoridad y mostrar el afecto, los acuerdos entre la madre y el padre, el manejo de las situaciones nuevas, pueden hacer que aparezcan enfados, incomunicación, dureza en la relación sentimientos de culpa...



Una relación afectuosa, unos modelos adecuados y la cesión paulatina de responsabilidades, así como el ejercicio de una autoridad sana con un razonamiento para la toma de decisiones, hará que sea más saludable la relación entre familia y adolescente.

Las diferencias entre familia y adolescente son normales;; lo importante es plantearse cómo llegar a acuerdos para suavizar tales diferencias. Para ello, es necesario que padres y madres:



- Observéis qué comportamientos y actitudes veis necesario cambiar para su buen desarrollo en los diferentes niveles.
- Reflexionéis sobre los sentimientos y actitudes que os genera una situación antes de sentaros a hablar con él o con ella.
- Busquéis un momento adecuado para transmitir lo que os preocupa.
- Expongáis vuestros sentimientos sin ataques y evitando actitudes defensivas y agresivas.
- Mantengáis una escucha activa para recibir sus sentimientos y razonamientos.
- Intentéis llegar a acuerdos realistas y fáciles de cumplir por ambas partes.

## 5.2. Relación de la familia con el centro educativo

El papel del profesorado y de la familia es complementario. Su objetivo fundamental es la educación de los alumnos y las alumnas, instruyéndoles en valores y dotándoles de normas necesarias para la convivencia, contribuyendo a que accedan a la formación que deseen y se preparen adecuadamente para su futura vida laboral.

Para que el adolescente reciba una educación coherente, es importante la relación de la familia y el centro, la transmisión de información y los acuerdos en la forma de actuar.

Aunque se sienta mayor para valerse por sí mismo o por sí misma en relación con los estudios, en general, aún no tiene la capacidad de hacerlo con éxito, por lo que necesita el apoyo y la ayuda de su familia y su profesorado.

*“Pensaba que los profesores iban a ser duros, pero me han ayudado en todo”*

Familia y profesorado deberán mantener contactos periódicos para conocer su evolución y buscar las soluciones más adecuadas a los problemas que surjan.

Todos los Centros tienen un Departamento de Orientación que puede asesorar educativa y profesionalmente a la familia, profesorado y alumnado, así como prevenir y detectar problemas relacionados con la adolescencia.

## 5.3. Cómo puede participar la familia en esta etapa



Es importante que procuréis mantener un ambiente familiar tranquilo y agradable, en el que se respete a cada miembro de la familia, se tenga en cuenta su responsabilidad y su trabajo, y en el que se pueda hablar sobre las dificultades.

No le valoréis por sus notas, sino por su esfuerzo. Es importante que el papel de la familia en el estudio sea facilitador; esto no quiere decir que le debáis resolver todas las dificultades.

La familia podéis apoyar su trabajo proporcionándole:

- ★ Un ambiente tranquilo, una actitud de confianza, el apoyo que solicite, el reconocimiento de sus esfuerzos y capacidades, y la valoración de sus éxitos.
- ★ Unas normas saludables de alimentación, sueño y deporte que le permitan estar en condiciones saludables para crecer y abordar sus estudios.
- ★ Un lugar de estudio adecuado con espacio donde colocar el material que necesite, mesa y silla cómodas, temperatura y luz adecuadas.
- ★ Unas actividades extraescolares razonables en cuanto a número, tipo y horario.
- ★ Un horario adecuado, acordado con vuestro hijo o vuestra hija, en el que tenga que estudiar.

#### 5.4. Cómo debe estudiar

Estudiar es una tarea compleja que muchos no saben cómo realizar. Estudiar consiste en comprender y retener los conocimientos teóricos y prácticos que el profesorado enseña en clase. Necesita tener una forma eficaz de estudiar que le facilite su trabajo y le permita conseguir un resultado satisfactorio.

Para estudiar, hacen falta unas condiciones previas como:

- **Saber leer:** es decir, leer de forma fluida, sin correr pero sin silabear, retroceder, omitir, sustituir o inventar palabras o partes de palabras, comprendiendo lo que dice el texto.
- **Estar motivado, tener interés por aprender:** para ello es necesario que vea que se reconoce su esfuerzo y sus logros, y que las exigencias son acordes a su capacidad.
- **Prestar atención:** a las explicaciones del profesorado y al contenido de aquello que esté estudiando. Es más fácil que atienda si se encuentra relajado, sin preocupaciones y si tiene unos objetivos claros.
- **Ejercitarse la memoria:** intentando recordar lo explicado por el profesorado, lo leído en el libro de texto o en cualquier otro libro, etc.

Debe dedicar todos los días el tiempo que necesite para comprender y practicar lo visto en clase porque esto va a suponer que aprenda con mayor facilidad.

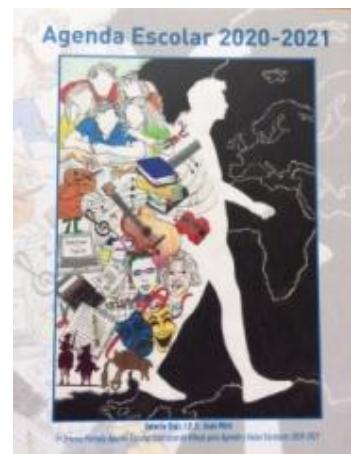


Debe contar con una agenda desde principio de curso donde anote el tema o parte del tema explicado, los deberes que le han puesto, fechas de exámenes y lo que entra, fechas de entrega de trabajos, etc.

Empezará revisando las asignaturas vistas en el día y deberá estudiar de la siguiente manera:

- Intentar recordar lo explicado en clase: Es importante hacer el esfuerzo de recordar, así como de que se dé cuenta de que sabe cosas del tema y que las ha comprendido.
- Leer los apartados explicados: Hacer una lectura eficaz, es decir, intentando sacar la mayor información posible.
- Contarlo, resumirlo o hacer un esquema de ellos: Es decir, usar las técnicas de estudio que conozca.
- Hacer los ejercicios indicados por el profesorado.

Estos cuatro pasos le van a ayudar a no llevar nada pendiente y a asimilar más fácilmente los aprendizajes



*“Me preocupaba tener dos exámenes al día o que entrara mucho, pero es cuestión de organizarse”*

Este mismo proceso será el que haga para los exámenes con el tema o los temas completos; es necesario que trabaje diariamente y no se dedique a estudiar sólo el día antes de los exámenes.

Si no sabe estudiar, deberéis acudir al profesorado, al Servicio Municipal de Educación (educacion@ssreyes.org), o buscar el asesoramiento de un profesional que le pueda facilitar el trabajo de aprender.

*“Hay que hacerlo con tranquilidad”*  
*“Me ha ido bien dedicar un rato cada día”*

## 5.5. Hábitos saludables



El estilo de vida es el conjunto de comportamientos y actitudes que desarrolla cada persona y que a veces son saludables y otras son nocivas para su salud. Cuidar y mantener unos hábitos saludables y un estilo de vida activo ayuda a mantener la calidad de vida.

La persona con conductas y hábitos saludables toma decisiones en un contexto determinado, pudiendo controlar su comportamiento evitando las consecuencias negativas de las mismas.

Podéis fomentar hábitos saludables en:

- Alimentación.
- Ejercicio físico.
- Descanso.
- Relaciones con los iguales.
- Uso adecuado de nuevas tecnologías.
- Relaciones afectivas.

Para ayudarles a adoptar comportamientos saludables, la familia puede mejorar el ENTORNO:

- **Cuidando** su alimentación (todas las comidas, alimentación variada).
- **Fomentando** el ejercicio físico (actividades deportivas, salidas al aire libre).
- **Compartiendo** actividades de ocio y tiempo libre (salidas familiares, juegos de mesa, ordenador).
- **Estimulando** la relación con iguales.
- **Estableciendo** un horario de sueño adecuado (consensuar una hora aproximada para acostarse y/o levantarse, y número de horas de sueño adecuados a la edad, teniendo en cuenta que debería dormir entre 9 y 10 horas).



- **Vigilando** el uso adecuado del ordenador y móvil, uso de Internet activando el control parental... tiempo de uso, tipo de juegos...
- **Favoreciendo** las relaciones afectivas adecuadas.

### 5.6. Cómo hablarle sobre drogas

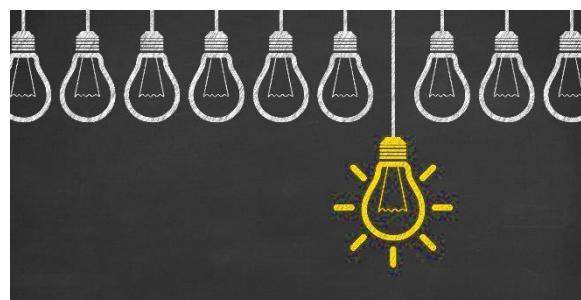
Para hablarle de drogas hay que partir de algunas premisas:

- Es necesario responder a preguntas y curiosidades alusivas al tema.
- No dejar el tema para cuando sea más mayor. Hablar directamente, que escuche la opinión de su familia ante una noticia o un acontecimiento relacionado.
- Procurar que no resulte un tema estrella, tratarlo sin alarmismo.



Lo que sí conviene hacer:

- Informarse sobre drogas y educación preventiva.
- Hablarle, darle información y mostrarle de forma serena vuestra opinión.
- Poner normas claras. Evitar ser modelos de consumo (tabaco, alcohol, medicamentos, etcétera).
- Practicar todo lo aprendido sobre educación preventiva.



¿A qué tenemos que atender?

Prestad especial atención ante los siguientes cambios de comportamiento:

- Si no quiere hablar, se encierra en su cuarto, da contestaciones agresivas o evasivas, incumple normas u obligaciones.
- Desde el centro escolar os comunican cambios de comportamiento y actitud...
- Se comporta de manera distinta.
- Encontramos entre sus cosas tabaco, pastillas o alcohol.
- Notamos olor a tabaco o alcohol en su ropa o aliento.

## ¿Qué hacer?

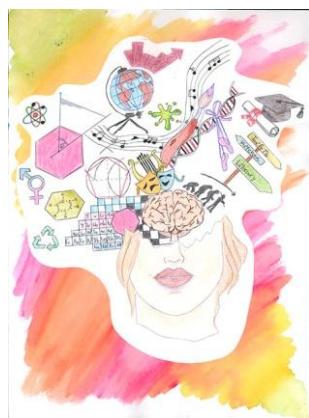
Ante todo, **NO ALARMARSE**, ya que puede deberse a múltiples causas.

Conviene:

- Observar, tener paciencia e intentar dialogar.
- Hablar con el profesorado para tener más opiniones.
- Acudir a profesionales del instituto, médico de familia o programa municipal de prevención de drogas.

Es importante recordar que la compra de tabaco y alcohol sólo está permitida a partir de 18 años, y el consumo de alcohol en la calle se sanciona con multas tanto a mayores como a menores.

### 5.7. La importancia de los aspectos psicológicos y sociales en esta etapa



Igual que tiene cambios físicos, tiene cambios personales, psicológicos y sociales. Y en este proceso de crecimiento y madurez, frecuentemente suele ser un comportamiento aparentemente "fuera de lo normal": la oposición hacia la familia (a veces sólo porque sí), ideas exageradas y radicales sobre algunas cosas, aparecen otros gustos, otra estética, estados de ánimo que cambian con mucha rapidez, estar un poco "en las nubes"...

De entrada, la transformación de su cuerpo hace que pueda sentir inseguridad y por tanto dedicar mucho tiempo a cuidar su imagen.

Por ejemplo, puede tardar mucho rato en decidir qué ropa ponerse, tras haberse probado todo; preguntar varias veces si le queda bien; mirarse en todos los espejos; agobiarse, etc. Es muy sensible a los comentarios sobre su aspecto y de ahí la importancia de que tanto la familia como otras personas que están a su alrededor valoréis sus aspectos positivos y quitéis importancia a los negativos.

*“Tenía miedo por si no conocía a nadie, pero a los dos o tres días se me pasó”*

Estas dudas e inseguridades que puede tener con su cuerpo, puede tenerlas también con su persona y sus capacidades ("¿caigo bien?", "¿soy aburrido?", "¿soy inteligente?").

De la misma manera, es importante señalarle y decirle sus capacidades y sus valores, sus virtudes, así como reconocer los esfuerzos que haga, tanto o más que lo que consiga. En la adolescencia, la capacidad para pensar, reflexionar y razonar está en desarrollo. Es capaz de analizar y argumentar sus ideas, aunque, en este proceso, puede caer en contradicciones o en posturas muy exageradas sobre las cosas. Como consecuencia de este proceso, consolida sus códigos de conducta, su ética.

*“Los compañeros te acogen.*

*Eso sí, tú tampoco tienes que dar de lado a gente”.*

*“Eso, ser compañeros”*

Un cambio fundamental en esta etapa es en el ámbito social con la ampliación del mundo fuera de la casa y la familia. El grupo de iguales, de gente de su edad y de sus amistades va a convertirse en un pilar básico y va a pasar de "jugar", al intercambio de pensamientos, emociones y vivencias, y a una relación muy dependiente basada en la comunicación y contacto casi continuos. Es importante que tenga varios grupos de amistades, más o menos amplios según sus características. Los grupos no sólo sirven para disfrutar y pasarlo bien; los grupos protegen, acompañan, apoyan, muestran y expresan aceptación y afecto. Tienen sus "símbolos", que son valiosos porque le identifican y distinguen de los otros grupos: ropa, adornos, música, lenguaje.

No tenéis que asustaros ante estos símbolos; cada generación de adolescentes los ha tenido y les ha diferenciado de la generación anterior.

*“Me daban un poco de miedo los alumnos más mayores, pero al final ves que todos somos iguales”*

Este cambio a nivel social no quiere decir para nada que la familia dejéis de ser fundamentales, pero tenéis que cambiar la relación que mantenéis puesto que está cambiando. Hablar, escuchar con intención de entender, debatir, llegar a acuerdos, respetar la intimidad y los silencios, dar responsabilidades, tolerar las diferencias en su modo de pensar, de vestir, de hacer las cosas (no es peor, sólo es diferente) son los cambios que la familia debéis hacer para acompañarle en esta etapa.

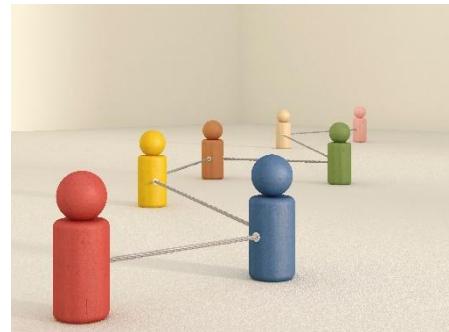


## 6. La seguridad en el entorno del colegio e instituto

Va a pasar en el Instituto gran parte de su tiempo durante los próximos años. El que sienta que le aceptan y acepte a los demás, va a suponer que esa estancia sea una buena experiencia.

No todo está en sus manos o en las vuestras, pero sí es necesario que le enseñéis a respetar y cumplir las siguientes normas básicas:

- **Convivencia:** Respeto al profesorado que se encarga de su educación y a sus iguales que están allí, también para ser educados.
- **Higiene:** Ducha diaria y ropa limpia y adecuada para realizar las actividades que se dan en el Centro.
- **Trabajo:** Hacer las tareas individuales y en equipo para su propio aprovechamiento y el de los demás.
- **Colaboración:** No obstaculizar o boicotear las clases ni las actividades sugeridas u organizadas por la comunidad escolar, realizando las tareas propuestas por el profesorado.



Vuestro hijo, vuestra hija se merece que se le respete, escuche y ayude. Atended a sus opiniones, quejas o comentarios, y acudid al Centro para solucionar cualquier dificultad tanto en la convivencia como en los aprendizajes.

En San Sebastián de los Reyes, los responsables de velar por la seguridad en los entornos escolares son los Policías Locales. Hemos de hablar de los agentes uniformados, unas veces para realizar el control de los pasos de peatones y otras veces para impedir, con su presencia, determinadas conductas incívicas y/o agresivas.

Asimismo, contamos con agentes de la Unidad de Seguridad Ciudadana (uniformados) y agentes de la Unidad de Familia (paisano) entre los que se encuadran el Grupo de Actuación con Menores (GAM), Unidad especializada y dedicada exclusivamente a menores en riesgo o desamparo, y la Unidad de Agentes Tutores.

No obstante, cualquier persona adulta que observe una situación de posible riesgo o delictiva (peleas, intimidación, consumo de sustancia, estar en la calle en horario lectivo), debe avisar a la Policía. Todos tenemos la obligación de prestar ayuda y velar por la seguridad de nuestros menores.

## 7. Las Nuevas Tecnologías

Entre padres e hijos existe una diferencia importante en el uso de las Nuevas Tecnologías (NNTT). Debido a este distanciamiento, se hace necesario, el desarrollo de estrategias que tengan por objeto ayudar a detectar los posibles riesgos sin miedos ni sensacionalismos, buscando la respuesta para afrontarlos y a su vez fomentar el uso sano de las mismas y mostrar la ventana de posibilidades que nos abren las telecomunicaciones.



La familia debe saber que el respeto a la intimidad, el honor y la imagen es un derecho fundamental, y enseñarle a cómo ejercer y respetar ese derecho, para sí mismo y para los demás.

Las redes sociales son *"un sitio en la red de Internet cuya finalidad es permitir a los usuarios relacionarse, comunicarse, compartir contenido y crear comunidades"*.

Se usan también como medio para la interacción entre diferentes personas a través de chats, foros, juegos en línea, blogs, etc. Algunas permiten recibir, enviar y guardar fotografías, vídeos, reportajes, comentarios...

En la actualidad, muchas se apoyan en la telefonía móvil y se utilizan para los más variados intereses: hacer amigos, buscar pareja, hacer negocios, compartir música y un largo etcétera.

En la práctica totalidad de las Redes Sociales, la edad mínima de acceso son los catorce años; los menores de esta edad deben tener autorización expresa de sus padres. Normalmente, se ingresa de forma gratuita, solamente hay que registrarse. Conocer los riesgos y ventajas es importante para salvaguardar los derechos y la seguridad de los menores.



El teléfono móvil ha ampliado sus posibilidades y utilidades: Internet/wifi, aplicaciones móviles, geo-localización y envío gratuito de todo tipo de archivos (fotografías, vídeos,

etc.). Los riesgos y ventajas que ello supone para los más jóvenes nos hacen reforzar la importancia de educarles en una utilización responsable.

La familia deberéis tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

**Para el uso de Internet y redes sociales:**

1. Estableced junto a vuestro hijo o vuestra hija pautas consensuadas para navegar por Internet.
2. Habladle sobre sus hábitos de uso de Internet.
3. Dejad que navegue sólo cuando haya un adulto en casa.
4. Preferiblemente colocad el ordenador en el salón o lugar de uso común.
5. Procurad conocer sus contactos y las contraseñas de sus cuentas de correo.
6. Navegad y chatead de vez en cuando con él o ella, así podréis conocer sus hábitos y preferencias y crearéis un clima de mayor confianza.
7. Indicadle que evite intercambiar direcciones, números de teléfono y datos personales que puedan identificarle.
8. No permitáis que se conecte a Internet por la noche, especialmente a los chats.
9. Fijad objetivos y tiempo para navegar por Internet.
10. Procurad alcanzar el nivel de habilidad informática de vuestro hijo o vuestra hija.
11. Utilizad todos los sistemas de protección disponibles para evitar el acceso a páginas no apropiadas para menores.
12. Podéis encontrar más información en las siguientes:
  - *Agencia de Protección de Datos: <http://www.tudecideseninternet.es/agpd1/>*
  - *Pantallas amigas: <http://www.pantallasamigas.net/>*
  - *Oficina de Seguridad del Internauta: <https://menores.osi.es/>*



**Para el uso de teléfonos móviles:**

1. Pedid que os comente si va a descargar algo, para evitar posibles servicios falsos, virus o engaños.
2. Sugerid que reflexione antes de publicar información o imágenes, ya que, una vez publicadas, pierde el control sobre ellas.
3. Supervisad la compra del dispositivo que sea (móvil, tablet), coneced sus funciones y las aplicaciones que se instala en él.
4. Estableced normas de uso: cuánto tiempo y dónde usarlo, gasto mensual y servicios.
5. Explicadle por qué es importante la privacidad, los riesgos relacionados con compartir información y por qué hay que ser responsable de todo lo que se envía.
6. Indicad que sólo debe facilitar el número de móvil a conocidos e incluir en las redes sociales a gente cercana.
7. Revisad las descargas que realiza, evitando un uso excesivo y posibles fraudes.
8. Recordad que, en caso de algún problema, podéis buscar ayuda con entidades de protección de la infancia y cuerpos policiales.
9. Si el utilitario del móvil es menor de edad, no olvidéis que las normas de uso las impone la familia.
10. Coneced las posibilidades sobre el control parental de cada dispositivo.



## 8. ANEXOS

### 8.1. Centros escolares de Educación Secundaria de San Sebastián de los Reyes

#### **I.E.S. ATENEA**

Plaza Santiago de Chuco, 1.  
28702 San Sebastián de los Reyes  
T. 91 659 09 34 / Fax: 91 651 3469  
E-mail: [ies.atenea.sansebastian@educa.madrid.org](mailto:ies.atenea.sansebastian@educa.madrid.org)  
Web: [www.educa.madrid.org/web/ies.atenea.sansebastian](http://www.educa.madrid.org/web/ies.atenea.sansebastian)

#### **I.E.S. GONZALO TORRENTE BALLESTER**

Avda. de Aragón, 4.  
28702 San Sebastián de los Reyes  
T. 91 652 65 33/91 663 60 51 / Fax: 91 652 20 71  
E-mail: [ies.torrenteballest.sansebastian@educa.madrid.org](mailto:ies.torrenteballest.sansebastian@educa.madrid.org)  
Web: [www.educa.madrid.org/web/ies.torrenteballest.sansebastian](http://www.educa.madrid.org/web/ies.torrenteballest.sansebastian)

#### **I.E.S. JOAN MIRÓ**

C/ Isla de la Palma, 31.  
28703 San Sebastián de los Reyes  
T. 91 652 7002 / Fax: 91 654 88 69  
E-mail: [ies.joanmiro.sansebastian@educa.madrid.org](mailto:ies.joanmiro.sansebastian@educa.madrid.org)  
Web: [www.educa.madrid.org/web/ies.joanmiro.sansebastian](http://www.educa.madrid.org/web/ies.joanmiro.sansebastian)

#### **I.E.S. JUAN DE MAIRENA**

Pasaje de la Viña, 3.  
28701 San Sebastián de los Reyes  
T. 91 651 81 99 / Fax: 91 663 91 37  
E-mail: [ies.juandemairena.sansebastian@educa.madrid.org](mailto:ies.juandemairena.sansebastian@educa.madrid.org)  
Web: [www.educa.madrid.org/web/ies.juandemairena.sansebastian](http://www.educa.madrid.org/web/ies.juandemairena.sansebastian)

#### **I.E.S. JULIO PALACIOS**

Avda. de Moscatelares, 19.  
28703 San Sebastián de los Reyes  
T. 91 652 49 99 / Fax: 91 652 01 94  
E-mail: [ies.juliopalacios.sansebastian@educa.madrid.org](mailto:ies.juliopalacios.sansebastian@educa.madrid.org)  
Web: [www.educa.madrid.org/web/ies.juliopalacios.sansebastian](http://www.educa.madrid.org/web/ies.juliopalacios.sansebastian)

#### **CENTRO CONCERTADO: Trinity College San Sebastián de los Reyes**

Colegio de Educación Infantil, Primaria y Secundaria  
C/ Hoces del Duratón s/n. Urbanización Fresno Norte.  
28700 San Sebastián de los Reyes  
T. 91 628 77 00 / Fax 91 659 50 91

#### **CENTRO PRIVADO: Internacional S.E.K. - Ciudalcampo**

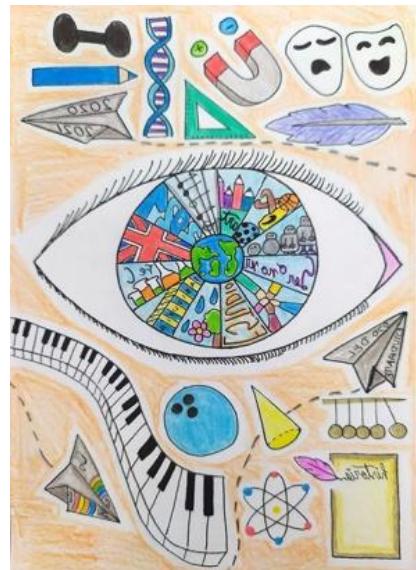
Paseo de las Perdices, 2. Urbanización Ciudalcampo.  
28707 San Sebastián de los Reyes  
T. 91 659 63 03 / Fax 91 659 63 04  
Colegio de Educación Infantil, Primaria y Secundaria

En la Guía de Institutos que se actualiza todos los cursos, se detalla la oferta académica completa:

[www.ssreyes.org/educacion/publicaciones/guia\\_de\\_institutos](http://www.ssreyes.org/educacion/publicaciones/guia_de_institutos)  
<https://www.ssreyes.org/es/portal.do?TR=A&IDR=1&identificador=13311>

## 8.2. Recursos para adolescentes

En la adolescencia ya se empieza a sentir la necesidad de tener autonomía, solucionar sus problemas, satisfacer sus inquietudes, conocer, etc. A continuación aparecen todos los recursos públicos con los que cuenta el Municipio para su edad. Conocedlos, invitadle a conocerlos, a utilizarlos y a participar en las actividades que se proponen con el fin de que se sienta tenido en cuenta, protegido y valorado por la comunidad, así como por vosotros.



**Para informarse de lo que hay en Sanse:**  
**T. 91 659 71 00**  
**[www.ssreyes.org](http://www.ssreyes.org)**

 Para estudiar, consultar y leer en sala, o leer, escuchar música o utilizar juegos de ordenador del servicio de préstamo:

### **BIBLIOTECA MARCOS ANA**

Plaza de Andrés Caballero, 2

T. 91 261 64 80

E-mail: [bibliocentral@ssreyes.org](mailto:bibliocentral@ssreyes.org)

### **BIBLIOTECA PLAZA DE LA IGLESIA**

Plaza de la Iglesia, 4

T. 91 659 71 35

E-mail: [biblio-plazaiglesia@ssreyes.org](mailto:biblio-plazaiglesia@ssreyes.org)

### **BIBLIOTECA CLAUDIO RODRÍGUEZ**

Av. Maximiliano Puerro del Te II, s/n

T. 91 659 05 72

E-mail: [biblio-claudiorodriguez@ssreyes.org](mailto:biblio-claudiorodriguez@ssreyes.org)

 Para hacer teatro y otras actividades de tiempo libre

### **CULTURA. UNIVERSIDAD POPULAR Y ARTES ESCÉNICAS,**

Av. Baunatal, 18

T 91 658 89 92 / 91 658 89 97

E-mail: [cultura@ssreyes.org](mailto:cultura@ssreyes.org)

[marsillach@redescena.net](mailto:marsillach@redescena.net)

giochi Para hacer cualquier tipo de deporte, individual o en equipo:

### **SERVICIO DE DEPORTES: INFORMACIÓN GENERAL**

Oficinas: Av. Navarrondán, s/n-2<sup>a</sup> planta.

T. 91 663 66 11

E-mail: [deportes@ssreyes.org](mailto:deportes@ssreyes.org)

musica Para aprender música o danza:

### **ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA Y DANZA,**

Pº. Guadalajara, 9.

T. 91 651 97 47

E-mail: [educacion@ssreyes.org](mailto:educacion@ssreyes.org)

naturaleza Para recibir información y orientación sobre temas educativos:

### **EDUCACIÓN**

Avda. Baunatal, 18, 4<sup>a</sup> planta.

T. 91 658 89 93 / 91 658 89 99

E-mail: [educacion@ssreyes.org](mailto:educacion@ssreyes.org)

naturaleza Para aprender a respetar la naturaleza y cuidar el entorno:



### **MEDIO AMBIENTE.**

Av. Matapiñonera, 38- 1<sup>a</sup> planta

T. 91 659 17 63

E-mail: [medioambiente@ssreyes.org](mailto:medioambiente@ssreyes.org)



tiempo libre Para realizar actividades de tiempo libre:

### **JUVENTUD E INFANCIA.**

Centro Joven Sanse

Avda. de Valencia, 3.

T.91 652 08 89 / 91 652 07 43

E-mail: [juventud@ssreyes.org](mailto:juventud@ssreyes.org)  
[infancia@ssreyes.org](mailto:infancia@ssreyes.org)



igualdad Para sensibilizarse en la educación para la igualdad y recibir información en caso de malos tratos o abusos

### **IGUALDAD**

C/ Recreo, 4.

T. 91 653 02 88

E-mail: [mujer@ssreyes.org](mailto:mujer@ssreyes.org)

## **POLICÍA LOCAL**

C/ Real, 97.

T. 91 651 33 00 / 092 / 112

E-mail: [policia@ssreyes.org](mailto:policia@ssreyes.org)

¶ Para consultar sobre salud en la adolescencia

## **SALUD.**

C/ Federico García Lorca s/ n.

T. 91 654 05 32 / 91 654 06 78

E-mail: [salud@ssreyes.org](mailto:salud@ssreyes.org)

¶ Para recibir información y ayuda si aparecen situaciones de riesgo en la adolescencia.

## **SERVICIOS SOCIALES.**

C/ Federico García Lorca s/n

T. 91 659 22 34 / 91 654 01 43

E-mail: [serviciossociales@ssreyes.org](mailto:serviciossociales@ssreyes.org)

## **POLICÍA LOCAL**

C/ Rea, 97.

T. 91 651 33 00 / 092 / 112

E-mail: [policia@ssreyes.org](mailto:policia@ssreyes.org)

En la **Guía de Actividades Municipales para Escolares (Gamesanse 2020-2021)**, podréis encontrar todos los recursos que el Ayuntamiento pone al alcance de todos los miembros de la familia.

### **Otros recursos públicos:**

#### **DIRECCIÓN DEL ÁREA TERRITORIAL DE MADRID-NORTE**

Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid. Av. Valencia 3.

T. 91 720 38 00

Web: [www.madrid.org/dac/norte](http://www.madrid.org/dac/norte)

<https://www.educa2.madrid.org/web/direcciones-de-area/dat-norte>

Existen otros recursos a los que pueden tener acceso los adolescentes. La información sobre estos recursos se puede obtener acudiendo al Centro de Salud correspondiente o a los Centros Municipales. Según la edad, los chicos y chicas pueden acudir por su cuenta o con sus padres.

