

**Universidad Popular  
de Zaragoza**



**PROGRAMA  
de FORMACIÓN  
para MADRES/PADRES**

**CURSO 2018-2019**



**Zaragoza**  
AYUNTAMIENTO

EDUCACIÓN Y BIBLIOTECAS

*El Programa de Formación dirigido a Padres y Madres reúne una serie de charlas y talleres sobre temáticas de educación, de especial interés para los padres y madres del alumnado de Infantil, Primaria y Secundaria en su labor educativa. Son impartidas por un equipo de profesionales especializados.*

*Las Asociaciones de Madres y Padres (AMPAS) tienen la posibilidad de seleccionar, de un listado de temas, aquellos que sean de su mayor interés. Las actividades se desarrollan en periodo escolar de octubre a mayo en los centros educativos que las solicitan.*



## **1.Educación Emocional y Comunicación en Familia**

*Educar las emociones de los/las hijos/as*

*Los miedos infantiles*

*¿Qué hacemos con las rabietas?*

*Cómo comunicarte mejor con los/las hijos/as*

*Cómo educar con NORMAS y límites*

*Claves para la educación sexual desde la familia*

*Mejora la Autoestima de tus hijos/as*

*Padres y madres responsables: Las actitudes educativas y sus consecuencias*

*Educar para la felicidad: PSICOLOGÍA POSITIVA*

*Educar con Sentido del Humor*

*Respira y Educa: Educar desde la Serenidad*

## **2.Salud y Familia**

*Comer equilibradamente en familia*

*Cuando dormir es un problema*

*Deporte en la infancia: Desarrollo de competencias y valores*

*¿A qué jugamos?: las Actitudes de los padres y madres en el deporte escolar*

*Sobrepeso y Obesidad infantil: Fast food / Slow food*

*Alimentación conflictiva: Anorexia y Bulimia*

## **3.Familia digital**

*Familias y nuevas tecnologías: Convivir entre pantallas*

*Riesgos de Internet: nuevas adicciones*

*Adolescencia y redes sociales*

## **4.Ciudadanía, Igualdad y Valores**

*Cómo animar una educación no sexista*

*Educar la Tolerancia en una sociedad multicultural*

*Educar en Valores para la Convivencia y la Ciudadanía*

## **5.Educación para el ocio**

*El juguete y el juego en la infancia: Aprender con el juego*

*Cómo educar hacia un consumo responsable*

*Educar para el tiempo de ocio*

## **6.Escuela y Familia**

*Cómo favorecer la creación de los hábitos de estudio*

*Los Hábitos de estudio en Secundaria*

*Niños/as hiperactivos/as con déficit de atención*

*Cómo tratar el acoso escolar (BULLYING) desde la familia*

## **7.Convivir en la ADOLESCENCIA**

*La agresividad y la tensión en el/la adolescente*

*Depresión en la adolescencia*

*Relaciones sociales, afectivas y sexuales en la adolescencia*

*Rebeldía e indisciplina en la adolescencia*

*¿Cómo ceder responsabilidad en el/la adolescente?*

## **8.Prevenición adicciones desde la Familia**

*¿Cómo prevenir el consumo de drogas desde el ámbito familiar? (Primaria)*

*Lo que conviene saber sobre las drogas (Secundaria)*

## **9.TALLERES ( 2 sesiones)**

*COMUNICACIÓN Aprende a Comunicarte con tus hijos/as*

*AUTOESTIMA: Mejora la Autoestima de tus hijos/as*

*Cómo educar a los hijos/as con Inteligencia Emocional*

*Educar con Normas y Disciplina*

*Control Emocional para padres y madres*

## Objetivos del programa



1. Motivar e interesar a madres y padres en relación a algunos temas básicos sobre la educación, la psicología y la salud de sus hijos/as.
2. Favorecer una mayor toma de conciencia de la responsabilidad que los padres y madres tenemos como educadores y promotores de conductas saludables.
3. Promocionar desde la familia aquellos valores que capaciten a los hijos/as para ser CIUDADAN@S activos, solidarios y tolerantes en esta nueva sociedad plural y intercultural.
4. Proponer recursos y orientaciones que sirvan a madres y padres a tomar mejores decisiones educativas, para prevenir y/o enfrentar algunos problemas habituales en la infancia y en la adolescencia.
5. Sensibilizar a padres y madres y dotarles de información básica para la promoción de hábitos saludables y la prevención de enfermedades desde la familia.
6. Apoyar el trabajo desarrollado desde las Juntas de las AMPAS para la promoción de la participación y la formación de madres y padres.

# NORMAS Y COMPROMISOS del Programa de Formación de Madres y Padres

*El desarrollo de las Charlas y Talleres se realiza en los propios centros educativos de Zaragoza que los soliciten y es necesario disponer de una PERSONA DE CONTACTO para concretar toda la actividad y facilitar todos los recursos necesarios.*



## RECURSOS NECESARIOS

*El aula donde se desarrolle la actividad debería disponer de recursos audiovisuales (monitor de TV o cañón de vídeo-proyección con ordenador). En esos casos es responsabilidad de la AMPA hacer cuantas gestiones sean necesarias con el centro para disponer de estos recursos en el momento de las sesiones.*

*De la misma forma la AMPA se encargará de **facilitar los materiales necesarios** para el desarrollo de las sesiones (que serán entregados con anterioridad por el profesional que imparte la charla).*

*Las AMPAS deberán **publicitar las actividades de forma interna** (circular, boletín, web, blog, whatsapp...) y **animar a la asistencia y participación**.*

*Si se solicita **cartel** para la difusión de la actividad, cuyo diseño y original proporciona UPZ, se enviará por mail al contacto facilitado.*

## ASISTENCIA NECESARIA

*Para el desarrollo de las CHARLAS es necesario tener un número mínimo de personas (9 asistentes). La charla puede ser suspendida al criterio del profesional cuando no haya este mínimo de asistentes.*

*En el caso de realizar TALLERES es necesario tener un grupo mínimo de 15 personas (preferiblemente con preinscripción) y máximo de 30 personas para poder desarrollar el Taller.*



## **DÍAS Y HORARIOS**

*Las sesiones tienen una duración de hora y media y las actividades se desarrollarán de LUNES A JUEVES en horario de tarde (entre 15:00 y 19:00h).*

**Para consultar las actividades del programa:**

[http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/padr\\_madr3.htm](http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/padr_madr3.htm)

**Para solicitar las actividades del programa:**

[http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/padr\\_madr4.htm](http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/padr_madr4.htm)

# **Universidad Popular de Zaragoza**

**PATRONATO MUNICIPAL DE EDUCACIÓN Y BIBLIOTECAS**  
**(AYUNTAMIENTO DE ZARAGOZA)**

<http://www.zaragoza.es/ciudad/educacionybibliotecas/universidadpopular/>

