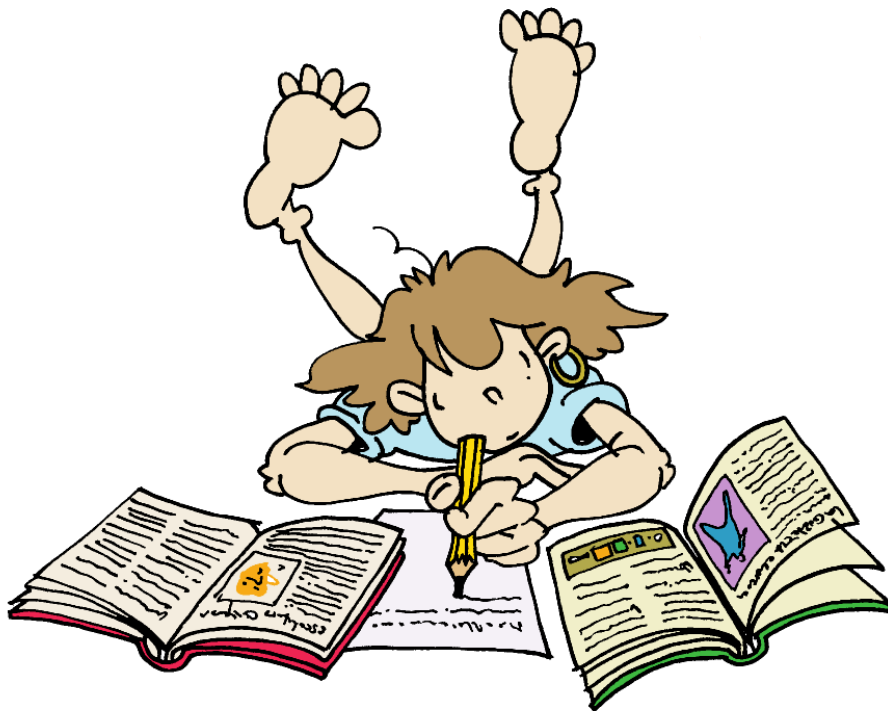


# PRACTICAS EXTERNAS

## Guía para elaborar la memoria de prácticas externas



## **1. Contenido de la memoria de practicas externas**

La guía docente de la asignatura de prácticas externas establece los siguientes apartados obligatorios para todos los alumnos, independientemente del centro de prácticas en las que las realicen:

- Análisis del centro y el entorno.
- Análisis del tutor laboral.
- Análisis de la interacción con el grupo de trabajo.
- Análisis de la intervención profesional
- Análisis y reflexión personal sobre las prácticas.
- 

Para facilitar la realización de la memoria, a continuación se presentan recomendaciones, sugerencias, sobre como abordar los diferentes apartados, además de incluir alguno más. Son solo sugerencias, pero recomendamos que se siga esta guía.

### **1.1. Introducción**

La introducción es un apartado previo a los cuatro definidos en la guía docente, que permite contextualizar la memoria especialmente para el tutor académico.

Se puede indicar que estructura se va a seguir en la memoria, cual ha sido la motivación para escoger el centro de prácticas, porque has seleccionado ese itinerario (recreación, gestión deportiva, educación, rendimiento deportivo, actividad física y salud, etc.), como han sido los primeros pasos para establecer el centro, como se ha producido la elección del tutor laboral, etc (sobre todo en caso de autogestión).

### **1.2. Análisis del centro y el entorno**

Este apartado consiste en realizar un análisis estructurado del centro en el se desarrollan las prácticas, así como del entorno social que lo rodea. Para ello podéis utilizar el análisis DAFO, que es un método sencillo para analizar una empresa o proyecto, que permite estudiar las características internas (debilidades y fortalezas) y su situación externa (amenazas y oportunidades). El resultado se presenta en una matriz cuadrada.

	ANÁLISIS INTERNO	ANÁLISIS EXTERNO
Positivo o externalidad positiva	Fortalezas	Oportunidades
Negativo o externalidad negativa	Debilidades	Amenazas



El análisis DAFO se puede acompañar con una descripción global y/o concreta del centro de prácticas, si como del entorno social; además de poder explicar aspectos como cual ha sido vuestra percepción sobre el grado de integración en el centro de prácticas, que predisposición han tenido el personal con respecto a vosotros, si ha sido adecuado para realizar las prácticas previstas, que dificultades habéis encontrado, etc.

### 1.3. Análisis del tutor laboral

Es el momento de reflexionar sobre el tutor laboral. Hay que especificar su nombre y su contacto, ya sea correo-e o teléfono. Se recomienda indicar con profundidad cual ha sido tu relación con el tutor laboral, que te ha parecido, que seguimiento te ha hecho, que percepción global tienes sobre el, como ha evolucionado vuestra relación a lo largo de las prácticas, en que grado lo consideras adecuado para tus objetivos personales sobre las prácticas, etc.

### 1.4. Análisis de la interacción con el grupo de trabajo

Este apartado se puede dividir en dos, en función de las características propias del centro de trabajo:

- Análisis de la interacción con personal del centro. En el caso de que las prácticas se hayan llevado a cabo de forma conjunta con personal del centro diferente al tutor laboral, se debe hacer referencia a como ha sido la relación con estas personas, que te han aportado, que habéis hecho en común, que medidas habéis llevado a la práctica para coordinar el trabajo, etc.

- b) Análisis de la interacción con compañeros de prácticas: en algunas ocasiones las prácticas se realizan en común con otros alumnos en prácticas. Cuando se de esta situación, es necesario analizar como te has sentido, que evolución has percibido a lo largo de las prácticas, como habéis trabajado ante la elaboración de proyectos/actividades, si han surgido conflictos y como los habéis solucionado, etc.
- c) Análisis de la interacción con el grupo de intervención: la mayoría de las prácticas consisten en intervenir sobre uno o varios grupos de personas, ya sea en una clase de spinning, de danza, en una actividad de turismo activo, en un entrenamiento deportivo, un centro educativo, etc. En este caso, también es necesario reflexionar sobre que tal te has sentido, en que grado se ha creado un clima positivo, que conflictos han surgido, como ha evolucionado el grupo (por ejemplo: al inicio es la fase de formación del grupo, en el que la forma de presentarse, las actividades iniciales son muy importantes; una segunda fase ha sido la consolidación del grupo de trabajo, mediante ....), etc. Mas información en el anexo 1.

### **1.5. Análisis de la intervención profesional**

Es el apartado mas extenso de la memoria, en el que se explica con detalle en que ha consistido las prácticas y se reflexiona sobre el trabajo realizado. Se debe adjuntar el diario de prácticas (ver anexo 2), en el que se refleja los objetivos de cada una de las sesiones o días de trabajo, en que grado has percibido que se ha conseguido dicho objetivo, se describen las actividades realizadas y se reflexiona sobre los acontecimientos mas relevantes.

### **1.6. Análisis del tutor académico**

El papel desempeñado por el tutor académico forma parte de las prácticas. En este apartado se aconseja indicar cual es vuestra opinión sobre las tutorías realizadas, la relación con el tutor, la necesidad o no de realizar más tutorías o un mayor acompañamiento, en que grado es importante el tutor académico en las prácticas, en que medida ha servido de ayuda el aula virtual, que aspectos se pueden mejorar para los alumnos de las siguientes promociones, etc.

### **1.7. Análisis y reflexión personal sobre las prácticas**

Es el momento de la memoria en el que se debe hacer una reflexión personal de mayor calado y expresar cual es la valoración personal y profesional sobre las prácticas realizadas.

Se recomienda analizar si las practicas te han parecido adecuadas respecto a tus expectativas previas, en que grado los estudios durante las diversas asignaturas del grado te han ofrecido herramientas para abordar las prácticas, en que medida te has sentido preparado para realizar las prácticas, cuales han sido las grandes “piedras en el camino”, en que medida te han servido para conocer el mundo laboral y mejorar tu inserción laboral, que competencias profesionales y personales crees que has puesto en práctica y en cuales entiendes que has mejorado, etc.

En este apartado hay que incluir también la autoevaluación por vuestra parte de 0 a 1. De forma justificada de al menos 10 líneas.

### **1.8. Perspectivas futuras**

Tras la experiencia personal y profesional que suponen las prácticas externas, en este apartado se da la oportunidad de reflexionar y expresar en que medida han influido las prácticas respecto a cual os gustaría que fuese vuestro futuro profesional. Es decir, en algunos casos las prácticas habrán provocado que me haya enamorado aún mas de una profesión determinada (por ejemplo: ser profesor de tenis), en otros habrán permitido conocer aspectos del “día a día” desconocidos (ya sean bueno, malos o neutros), e incluso es posible que hayan generado un alejamiento respecto a una práctica profesional concreta.

### **1.9. Anexos**

Los anexos permiten incorporar en la memoria evidencias que reflejen la labor desempeñada durante las prácticas. Se pueden incorporar fotografías durante las actividades cotidianas y/o momentos especiales, material confeccionado durante las prácticas (ejemplo: procedimiento de resolución de conflictos en el aula), material realizado por los alumnos/participantes en vuestras actividades (ejemplo: diario de un alumno de educación física), imagen de un recurso informática desarrollado por vosotros (ejemplo: captura de la pantalla del ordenador de un blog e entrenamiento deportivo para el club de atletismo), resultados de encuestas, entrevistas u otros instrumentos de evaluación empleados (ejemplo: resultado de la encuesta de satisfacción de un cliente de un gimnasio), etc.

## **2. Aspectos formales de la memoria de prácticas externas: formato y entrega**

La presentación de la memoria deberá mantener los siguientes aspectos formales (tal y como indica la guía docente):

- La primera página constará de título, autor, nombre del profesor tutor académico (facultad y universidad), nombre del tutor laboral (institución, centro educativo, deportivo o club), asignatura y curso académico.
- En la segunda página aparecerá un índice numerado y paginado.
- Márgenes: 3 cm. Fuente: Times New Roman 12 ptos. Párrafos justificados. Separación interlineado simple, 12 puntos espaciado anterior y posterior. Hojas paginadas.
- La extensión máxima de la memoria, incluidos los anexos es de 40 páginas. Y la extensión mínima es de 15 páginas.
- El informe de seguimiento del tutor laboral debe estar también en dicha memoria.

La entrega de la memoria se realizará atendiendo los siguientes aspectos:

- Se enviará en formato digital PDF a través del correo-e del tutor académico.
- La entrega de la memoria tendrá como fecha de envío recomendada antes de la convocatoria de examen de Prácticas externas que se publicará en tiempo y forma para todos aquellos alumnos que hayan terminado en esta fecha las prácticas en los centros externos.

### Anexo 1: Etapas de desarrollo de un grupo

Los grupos tienen unas **etapas de desarrollo**; el conocimiento de estas permiten al guía adaptar los objetivos, las actividades y las estrategias metodológicas de intervención. Siguiendo la clasificación de Muchielli (1977), los grupos pasan por cuatro fases:

<b>PRIMERA FASE</b>	En la primera fase, la situación es nueva y los individuos no se conoce; se caracteriza por un <i>sentimiento de inseguridad</i> . Por ello, cada miembro trata de asegurar su seguridad personal escondiéndose tras una máscara social y actuando desde ella.
<b>SEGUNDA FASE</b>	En las segunda fase <i>los miembros se aventuran en la labor de conocimiento interpersonal</i> , fundamentalmente del grado de sinceridad y autenticidad de los demás. Pero para no dejar al descubierto su seguridad tienden a precipitarse en actitudes de rivalidad, de combate, actitudes que, por otro lado, no facilitan una comunicación auténtica y que deben dejar paso a un mínimo de tolerancia mutua que haga posible la existencia de un mínimo de confianza.
<b>TERCERA FASE</b>	Es en la tercera etapa cuando podemos afirmar que el grupo ha nacido, ya que en él <i>comienza a darse una participación auténtica, una aceptación mutua y un sentimiento de pertenencia a un buen grupo</i> , pero todavía no existen unos intercambios reales. En esta etapa el grupo se muestra provocante como si la disputa fuera un signo de compromiso auténtico y busca, en el desarrollo y en la oposición de principios, cuál es el nivel de participación auténtica que permite a la vez cooperar y ser sincero.
<b>CUARTA FASE</b>	En el cuarto estadio el grupo se esfuerza en <i>tomar conciencia de su situación, de sus limitaciones, de sus normas, lo que va conformando su estructura</i> . Finalmente, en la última etapa el grupo adquiere la capacidad de evaluarse, de controlar su funcionamiento, de reglamentar las tensiones negativas que en su interior puedan acontecer. De intervenir activamente para modificar su propio contexto social, en definitiva, de autorregularse.

## Anexo 2: Ejemplo de diario de prácticas

Fecha de la sesión	Número de sesión		
<b>Objetivo</b>	A) B) C)		
<b>Grado consecución objetivo</b> (Valoración: 1 a 10)	OBJETIVO A:	OBJETIVO B:	OBJETIVO C
<b>Descripción de la sesión</b>			
<b>Reflexiones tras la intervención</b>			

\*esta guía ha sido reelaborada gracias a Pablo Caballero, profesor de la UPO.



### Anexo 3: Informe de seguimiento y evaluación del tutor laboral

ALUMNO:	DNI:
CENTRO DE PRÁCTICAS:	
DIRECCIÓN:	LOCALIDAD:
TUTOR LABORAL:	
TUTOR DOCENTE:	

Valore por favor al alumno en relación a los siguientes aspectos:

	1. Insuficiente	2. Suficiente	3. Buena	4. Excelente	1	2	3	4
Integración en el centro	Relación con el tutor laboral							
	Relación con otros profesionales del centro							
	Relación con los usuarios							
	Otros							
Actitud	Interés							
	Cooperación							
	Esfuerzo-superación							
	Motivación							
	Autocrítica							
	Asistencia y puntualidad							
Capacidad	Conocimientos teóricos-prácticos							
	Control del grupo							
	Autonomía en las tareas							
	Control de situaciones							
Actividades realizadas	Originalidad e innovación							
	Adaptadas a las necesidades del grupo							
	Programación de las actividades							
	Empleo de recursos didácticos y metodológicos							
	Selección adecuada de material y equipamiento							

VALORACIÓN GLOBAL DE LAS PRÁCTICAS EXTERNAS:

OBSERVACIONES:

FAVORABLE

DESFAVORABLE

Fdo: El Tutor Laboral de las Prácticas (Sello del Centro)