Número 14

Julio de 2021

LA CARRACA

www.iesfuentealamo.es

En este número:

DÍA DE ANDALUCÍA

Celebración del Día de Andalucía en IES Fuente Álamo

APOYO COVID

Entrevista nuevas profesoras de apoyo debido al Covid 19

EL LATÍN, NUESTRA LENGUA MADRE

DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

Actividades con motivo de la celebración del 8M

Contenidos de la Revista

1 DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER TRABAJADORA

2 IMPORTANCIA DE APRENDER IDIOMAS

3 BIBLIOTECA

4 DÍA DE ANDALUCÍA

5 DISECCIÓN DEL CORAZÓN

7 ENTREVISTA COORDINADOR COVID

8 VISITA DEL CANTE FLAMENCO

9 DEPORTE EN PUENTE GENIL: HOCKEY

10 EL LATÍN NUESTRA LENGUA MADRE

11 MUJERES CIENTÍFICAS

12 PASATIEMPOS

13 PROBLEMAS DE ALIMENTACIÓN

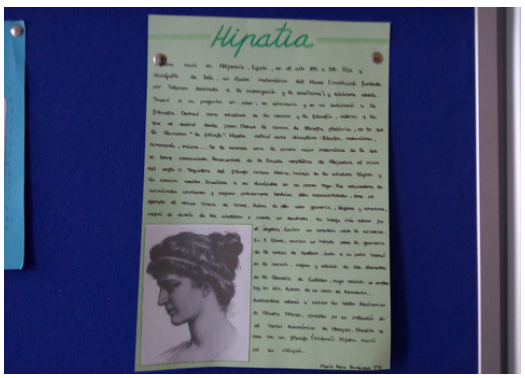
14 RECOMENDACIONES DE LIBROS

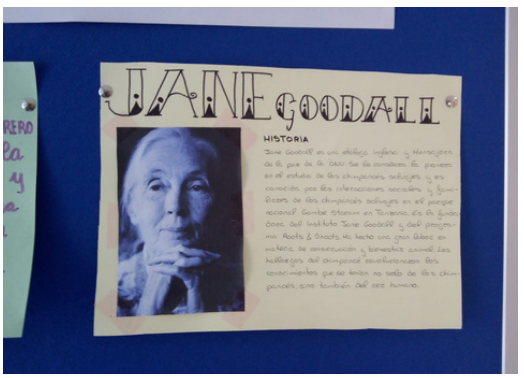
Día Internacional de la Mujer

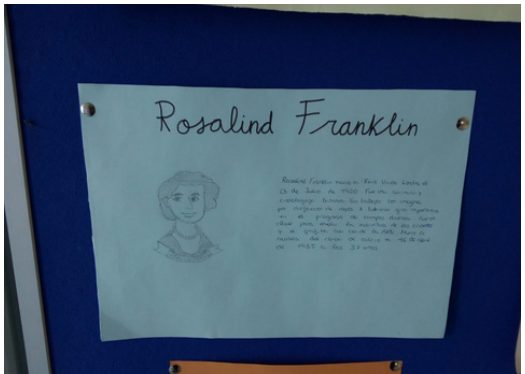
DEl **8 de marzo** es el **día internacional dedicado a la mujer trabajadora**. Este día se reivindica la igualdad entre hombres y mujeres. Se eligió esta fecha conmemorativa a consecuencia y recuerdo de las mujeres que trabajaban con mucha diferencia respecto al salario de los hombres. El día 8 de marzo de 1857 tuvo lugar la primera huelga de la mujer para luchar por sus derechos. Salieron trabajadores industriales con el lema "Pan y Rosas". Además, protestaron para acabar con el trabajo infantil.

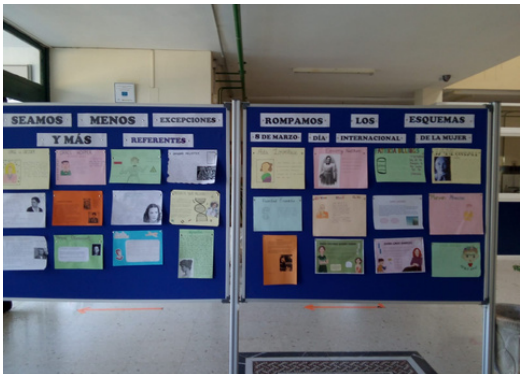
Estas mujeres procedían de una industria textil de Nueva York, la cual, ardió el 25 de marzo 1911. Y 120 mujeres murieron calcinadas tejiendo una tela de color morada; de ahí, el color característico de este día.

Para conmemorar este día, el IES FUENTE ÁLAMO ha presentado algunas de las mujeres más importantes y en las tutorías se ha visto un video relacionado con el 8M, llamado el "Machismo que no se ve".









Importancia de Aprender Idiomas

En este artículo hablaremos de la **importancia de aprender idioma.** Tanto para la vida laboral, como para las relaciones sociales, pasando por el desarrollo del cerebro.
Hoy en día vivimos en un mundo globalizado donde aprender una nueva lengua diferente a la nuestra enriquece la vida social y cultural, ya que se considera la clave de la cultura.

A grandes rasgos algunos beneficios son:

- Según estudios científicos, se mejora nuestra capacidad de concentración y nuestra memoria. En la universidad de York, tras la realización de un estudio con 400 personas, se descubrió que retrasa hasta 5 años la aparición de Alzheimer. Por lo que esto entrena el cerebro manteniéndolo en forma y saludable.
- Impulsa tu carrera y formación profesional. Cada vez es mayor la exigencia en el currículum por parte de las empresas. Esto puede ser un punto a favor a la hora de buscar trabajo.
- Viajar es más divertido ya que al hacer tours puedes comunicarte y establecer relaciones con personas de lengua extranjera. Así aumentas tu círculo de amigos.
- Aumenta tu velocidad de reacción a la hora de tomar decisiones y la agilidad mental. Vivir y crecer en un entorno bilingüe aumenta la confianza en ti mismo y permite pensar las cosas en ambos idiomas antes de tomar una decisión.
- Te permite conocer nuevas culturas abriendo así tu mente, aumenta tu tolerancia y comprensividad ya que conocerás las maneras de comportarse y porqué
- Te permite ver películas, series y leer más libros y escuchar música sin tener que esperar su traducción.

Técnicas para aprender idiomas siendo autodidacta

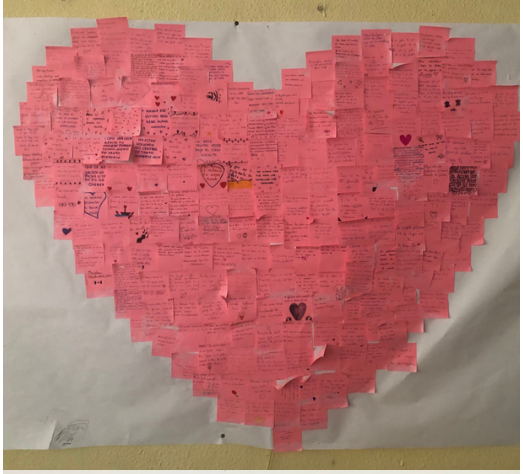
1. Escoge un idioma que te guste y te motive a seguir aprendiendo; de esta forma será más fácil.

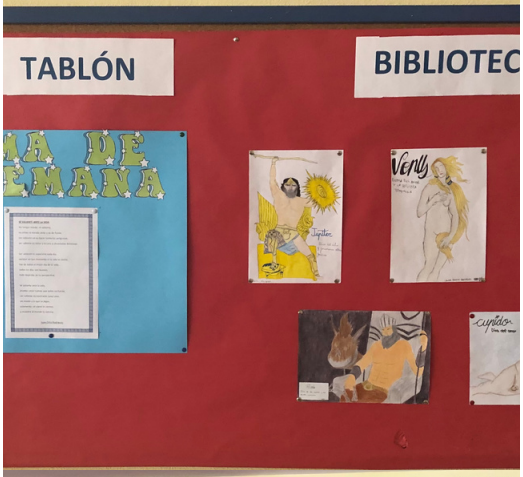
2. Ve películas, series y blogs en youtube con el audio y subtítulos en ese idioma. Aquella palabra que no entiendas, para el video, búscala en un traductor/diccionarios y apúntala. Más tarde revísalas y estúdialas.

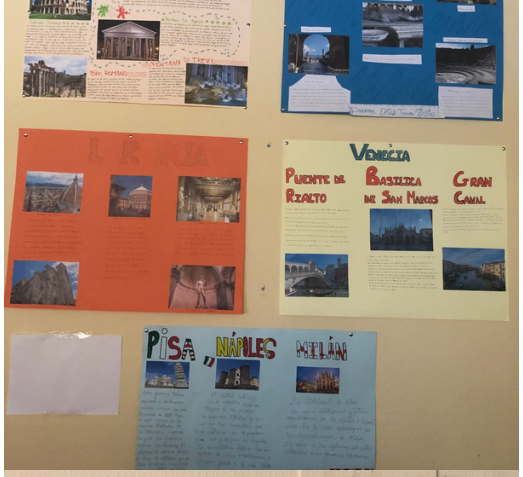
3. Intenta buscar un compañero nativo y practica con él o como otra opción un compañero de estudio.

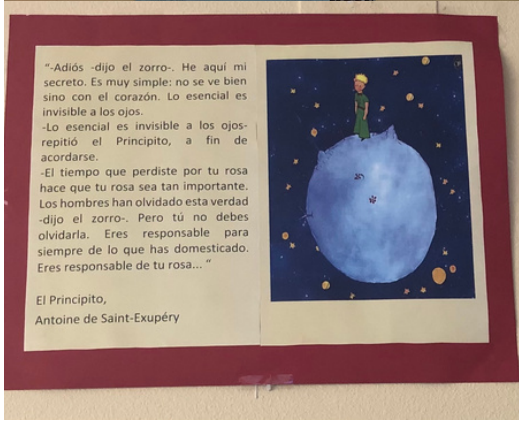
4. Organiza tu tiempo de estudio y el contenido.

5. Toma un hábito. Practicar diariamente es muy importante.









Biblioteca escolar "Poeta Juan Rejano": color y vida

Durante este año tan difícil, nuestra biblioteca ha sufrido una radical transformación; ha adquirido color y vida.

Al entrar, en la parte derecha hay **múltiples carteles con frases inspiradoras junto con un tablón**. En él está el poema de la semana y una serie de dibujos de los dioses de la antigua Roma. A su lado, un mosaico de post-its con poemas relacionados con el día de san Valentín, hechos por los alumnos del centro. Junto a este poético corazón, se lucen una serie de fragmentos de libros famosos, como Harry Potter, Don Quijote de la Mancha o El Principito; además de numerosos cuadros de pintores famosos.

Además, en la izquierda gran cantidad de carteles y trabajos se exponen. En la parte superior se muestran las bibliotecas más emblemáticas del mundo que te entran ganas de visitarlas todas. Ejemplos de ellas son la Biblioteca del Trinity College de Dublín, la Biblioteca del monasterio de Admon, Austria; la Biblioteca Dujiangyan Zhongshuge en China o la Biblioteca Pública de Nueva York. Bajo las bibliotecas, nuestra Andalucía, en forma de mapa andaluz, en el que vemos representados los lugares de nacimiento de escritores andaluces como Federico García Lorca y Emilio Lledó, y los pontaneses Manuel Reina o Juan Rejano, poeta que da nombre a nuestra biblioteca. El Rincón Violeta es un lugar donde están expuestos libros que defienden una lectura en igualdad. Al final de la pared,cartulinas con los lugares de Italia más conocidos que hay que visitar.

Finalmente, dominando toda la biblioteca están la Luz de la misma: los libros, que te llevan a lugares que solo caben en nuestra fantasía y nuestra alma.

Laura Prieto Bancalero

Día de Andalucía

El jueves 25 de febrero en el IES FUENTE ÁLAMO celebramos el "DÍA DE ANDALUCÍA".

La jornada empezó visitando la villa Romana de Fuente Álamo. Nos mostraron las diferentes excavaciones descubiertas y nos explicaron cómo se realiza una intervención arqueológica, enseñándonos herramientas, como palas, picos o una estación para medir las cotas. Durante la visita nos enseñaron los diferentes lugares de las instalaciones, los cuales incluían tumbas de diferentes creencias, máscaras que representaban dioses de la época o mosaicos situados en la casa de los Patricios.

En la actualidad están excavando en una zona donde están descubriendo nuevos mosaicos al lado de la casa de los Patricios y junto del caudal del río.

A nuestro regreso al instituto disfrutamos de un desayuno molinero realizado por madres y profesores.

Poco después, hubo una representación de las cosas/ personajes/ lugares que destacan en Andalucía, bailaron flamenco alumnas de años anteriores y de este año. Cantaron dos importantes cantaores del arte flamenco, llamado Fausto Jiménez y Judit Urbano, acompañados de nuestro profesor de matemáticas Ángel Cejas Humanes (tocando la guitarra), Sandro Ruiz (tocando el cajón flamenco) y Sergio López (estudiante de 1ºB).

Una tradición en el IES FUENTE ÁLAMO, son los famosos torneos de ping pong, saliendo victorioso Daniel Lozano 3ºA y ajedrez, saliendo victorioso Jaime El Quifi Torres 4º, en la que participamos todos los cursos.
Al final de la jornada, entregaron los premios a los ganadores de ambos torneos y se dio por concluida está jornada.

Sofía Rivas Franco y Ariadna Arcos Ximénez

Disección del Corazón

La disección del corazón, es una de las prácticas que se realiza en 3º de ESO, ya que es el curso donde se estudia el sistema circulatorio. Por el tema COVID-19 no pudimos realizarla, ya que estábamos confinados.

Por ello, los alumnos de 4º de Biología, le pedimos a Victoria Gasca, la profesora de Biología, realizar esta práctica, ya que era algo que nos gustaría hacer y teníamos ganas.

Además, pensamos que realizando estas prácticas aprendemos mejor el contenido, gracias a que lo vemos y no nos lo tenemos que imaginar. En esta práctica, utilizamos el corazón de cerdo porque es el más parecido al corazón del ser humano.

Pasos que seguimos:

En primer lugar, **identificamos las dos partes del corazón,** la ventral y la dorsal, y lo colocamos por la parte ventral hacía arriba.

A continuación, **realizamos el primer corte en la parte derecha del corazón y luego en la izquierda** y con agua de unas pinzas observamos las partes principales del corazón por dentro: aurículas izquierda y derecha, ventrículos, arteria pulmonar y aorta, venas cavas y pulmonares.

Nerea Humanes Muñoz y Lydia Amador Cuenca

Apoyo Covid durante el curso 2020/2021

Este año debido al Covid, han venido dos profesoras de apoyo, una de ámbito socio-lingüístico y otra de ámbito científico.

Ámbito Científico: Carmen Bascón

Cuando terminó la educación secundaria obligatoria empezó el bachillerato de ciencias de la salud, pensando que iba a estudiar enfermería; al terminar selectividad, no pudo ir a la universidad ya que no sacó nota suficiente para enfermería y se le pasaron los plazos administrativos para solicitar el acceso a un grado superior.

Después de este parón se planteó estudiar matemáticas ya que al estudiar 2º de Bachillerato tuvo un profesor, Jorge Reina, el cual era sorprendente dando sus clases de matemáticas y le encartaba su forma de dar clase.

Estudió en Málaga; "La etapa universitaria hay que vivirla, ya que es muy bonita" es la frase que nos dijo cuando le preguntamos que si había salido de fiesta durante estos años. Aunque también nos comentó que su carrera era complicada, por lo que no le permitió hacer todo lo que le hubiera gustado.

Sus padres le apoyaron ambos, indiscutiblemente, ya que su primer año de carrera le costó salir adelante, incluso su padre le propuso cambiar de carrera a otra menos complicada. Pero decidió seguir adelante con las matemáticas.

En el presente curso le toca opositar, y las pruebas este año, son diferentes, complicadas y las personas que opositan se sienten más estresadas.

Su entrada en este año fue emocionante ya que era su primer año dando clase y coincidía en el instituto donde ella había estudiado su educación secundaria. La relación con sus alumnos es buena y cercana y con los profesores también tiene buena relación; considera que es un equipo educativo bastante bueno y cercano, siempre dispuestos a ayudar.
Se siente bien y feliz dando clase en este año de pandemia.

Y para finalizar, a Carmen le gustaría quedarse en este instituto mucho más tiempo y con los mismos alumnos.

Escrito pore Carmen Mª Rivas Franco y Claudia Pérez Cosano

Ámbito socio-lingüístico: Cristina Siles

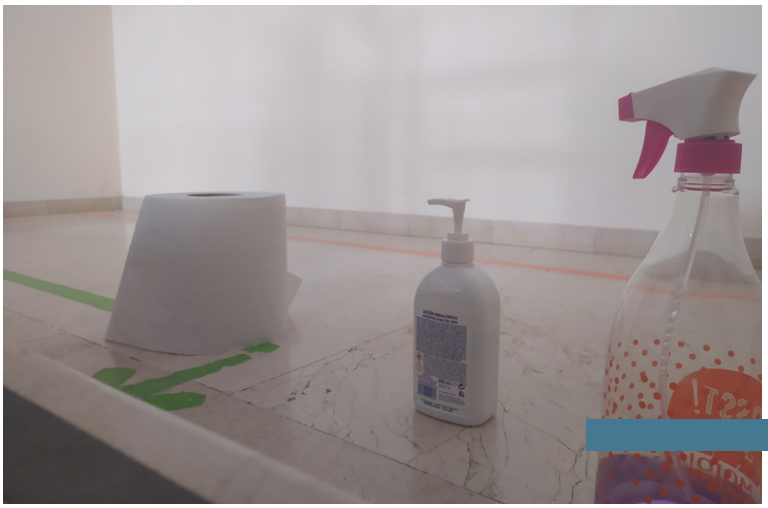
Decidió ser profesora porque le resulta muy reconfortante transmitir sus conocimientos y valores y nunca deja de aprender con sus alumnos. A ella ya le gustaba la docencia, pero en Bachillerato tuvo un profesor tan bueno, que decidió estudiar la carrera de Filología Hispánica (Lengua castellana y Literatura).

Cuando ella eligió su carrera, sus padres le apoyaron en todo momento. Estudió su carrera en Granada; nos relata su experiencia "Hay que disfrutar de las dos etapas, estudiar y disfrutar con los compañeros" fue su frase cuando le preguntamos si había salido de fiesta en su etapa universitaria, aunque también dijo que su carrera era complicada, pero todo es cuestión de organización.

A causa de la pandemia, cuando ella vino a este instituto, al principio estaba asustada, pero se tranquilizó cuando vio que la situación estaba mejorando; además le habían asignado un instituto que se encuentra en su pueblo y eso le parece más cómodo.

Al entrar en el instituto, le propusieron dar además de su asignatura (Lengua Castellana y Literatura), otras asignaturas como Inglés y Geografía e Historia; ella lo tomó como un reto personal y aceptó. Gracias a sus compañeros ha conseguido superar este reto. Ella en este año se siente bien, pero al principio se sentía miedosa y le parecía un poco extraño el hecho de estar en una clase cerrada y con mascarilla. Intenta que su relación con los alumnos sea buena, ya que le imparte muchas horas de clase; con los profesores también es muy buena ya que son muy serviciales y se ayudan unos a otros. Intenta hacer las clases más amenas a sus alumnos para que les cueste menos y, a su vez, aprendan. Le gustaría quedarse más tiempo en este instituto ya que su experiencia aquí ha sido buena. El instituto es pequeño y todos se conocen.

Escrito pore Carmen Mª Rivas Franco y Claudia Pérez Cosano



Entrevista al Coordinador Covid-19

El presente curso lo comenzamos con muchas novedades como consecuencia de la pandemia que estamos sufriendo. Estas novedades son: distancia social, el uso de mascarillas y lavado de manos constantemente.... entre estas novedades hemos contado con la figura de un coordinador Covid. En este caso el encargado ha sido nuestro director, Emilio Guerrero Cermerón.

1. ¿Cómo llegaste a ser coordinador Covid? ¿Fue decisión propia?

Sí, fue por decisión propia, porque daban la posibilidad de que fuera cualquier componente del claustro, pero quise asumir esta responsabilidad porque me parecía una carga complicada de trabajo para dársela al profesorado porque ninguno de los docentes estábamos preparados. Y al final decidí hacer yo la formación y ser coordinador Covid.

2. ¿Quién te informa cuando hay un caso positivo de Covid?

Normalmente, espero que sea la familia la que dé el paso porque al principio del curso esperaba que fuesen las enfermeras de referencia, pero conseguí enterarme antes por las familias que fueron muy colaboradoras, antes que por el Servicio Público de Salud.
Hay una plataforma de comunicación profesorado-padres llamada Séneca, en la que aparecen los positivos o sospechosos en cuanto llega a la Seguridad Social, pero para mí ha sido más práctico la información a partir de las familias, antes que con la Seguridad Social.

3. ¿Cuál es el protocolo cuando te llama la enfermera o familiar?

Lo que se hace es hacerle las típicas preguntas de cómo va el proceso, es decir, que si tiene síntomas, si ha ido al médico, si el positivo ha sido confirmado. En el caso de que así sea, es la enfermera la que me da las pautas, nunca soy yo como coordinador Covid el que decide lo que hay que hacer. La enfermera me puede decir si ha habido contacto estrecho en el instituto o no.

¿Cómo sabe si lo ha habido con la información que yo le dé? Si el positivo ha tenido contacto con compañeros en el recreo, que es el único lugar donde se puede propagar, ya que en las clases con la mascarilla y la distancia no se puede. En ese caso, la enfermera llama a los posibles positivos y a partir de ahí ella da todas las pautas a seguir, dice cuántos días hay que estar confinados y también las citas para los test. Tanto la familia de los positivos como la de los contactos estrechos están siempre informados por parte de la enfermera como por mí. Y luego, además, la misma enfermera o yo como coordinador metemos la información en el sistema Séneca para las familias, el claustro y sobre todo que lo vea el inspector.

4. ¿Cómo te sientes al ser coordinado Covid?

Pues al principio del curso me supuso una carga con una presión añadida. Es cierto que al principio del curso las familias estaban muy asustadas, como el profesorado, por cómo iba a ir el resto del curso. Se ponían en contacto conmigo con cualquier síntoma que se notaban, incluso parecían más un médico de familia que coordinador Covid. Pero en cuanto se acabó esa presión y vimos que no había muchos positivos, prácticamente ninguno en el primer trimestre, la cosa se aligeró y mi trabajo estuvo con menos estrés y las familias sabían cuándo acudir al centro y a la Seguridad Social. Así que fue mejorando mi cargo de coordinador conforme pasaba el curso.

5. ¿Al ser coordinador Covid, tienes mucho papeleo?

Pues no le temo al papeleo, porque no tiene mucho, afortunadamente. Todas las gestiones que tenemos que realizar son gestiones telemáticas.

Así que, yo me pongo en contacto con la enfermera a través de WhatsApp o por teléfono. Sí tengo que meter la información en el sistema Séneca, sabéis que el profesorado lo usamos para todo, desde mandar una comunicación a los padres, a información ante la prevención ante el Covid. Así que, no le temo al papeleo sino a un posible positivo o un brote en el centro y que al final resulte un confinamiento por cursos o incluso de todo el centro, eso ha sido mi mayor temor, durante estos meses críticos que llevamos.

6. ¿Cómo te preparaste para ser Coordinador Covid?

La formación es mínima, en principio tuve que leerme todos los protocolos y toda la información que nos iba mandando la Delegación de Educación, pero también la Delegación de Salud. Por ambos sitios nos iba llegando la información y luego sí es cierto que tuvimos un pequeño curso de forma telemática todos los profesores Covid. Y en ese curso nos enseñaron unas pautas generales y los pasos a seguir del protocolo. El curso fue corto y había muchas dudas, pero al menos nos sacaron la primera información de principio de curso y después durante los dos siguientes trimestres hemos tenido dos reuniones telemáticas con un enfermero que la Delegación de Educación de Córdoba ponía a disposición de los centros para posibles dudas. Esa ha sido la única formación. Para mí insuficiente, pero sí es cierto que hemos aprendido poco a poco y autoformándonos porque no había más remedio.

Sofía Rivas Franco y Mirian Amador Cuenca

Por Elena Avilés Llamas y Verónica Martín Mata

Deporte en Puente Genil:Hockey

Puente Genil es un pueblo muy rico en deportes, ya que poseemos asociaciones de fútbol, balonmano, baloncesto, bádminton, hockey, etc. Algunos de ellos son muy importantes a nivel nacional, como por ejemplo, el equipo principal de balonmano Ángel Ximenez, que juega en la liga ASOBAL. Además, uno de los equipos de fútbol más relevantes y con mayor reputación en el pueblo es Salerm Cosmetic, que se encuentra en tercera división de La Liga española de fútbol.

A continuación, vamos a hablar del hockey que también es muy importante ya que es poco conocido y tenemos la suerte de contar con un club en nuestro pueblo. El hockey surgió de la práctica en el instituto Manuel Reina impartido por el profesor Juan Cano en la asignatura de Educación Física ya en el año 1987. Ante el interés de los alumnos y la inquietud de su profesor, surgió el club de hockey Estudiante 87.

Hemos recibido la visita de Eva López, presidenta desde hace tres años, la cual nos contó su experiencia. Antes de esto fue jugadora, ya en el año de su creación. Sus hijos también pertenecen al equipo.

tras acabar sus estudios decidió entrenar al equipo masculino. Ella nos puede afirmar desde su experiencia propia que este deporte le ha aportado muchísimo a nivel personal por los valores que enseña, demostrando que va más allá del hecho de ganar medallas o trofeos.

Al igual que otros deportes se clasifica en diferentes. Este deporte requiere de una buena formación física por lo que los entrenos consisten en una hora y media incluyendo calentamiento físico y técnica.
Entre sus victorias se encuentran una copa por hockey hierba y en sala han llegado hasta los nacionales. Además han podido competir interprovincialmente y son los únicos representantes de Córdoba.

Este año pandémico también les ha afectado produciendo el cierre temporal. Sin embargo, tienen un protocolo anti-covid, y cuentan con la gran ventaja de que el juego no permite el choque de palos aumentando así la distancia entre jugadores.
Tenemos la gran suerte de poseer en nuestro instituto a dos jugadores que han sido seleccionados para la selección andaluza; ellos son Salvador Arroyo Arjona y Jesús Ángel García Romero de 2º A. También forma parte del equipo Pablo Rodríguez Arroyo de 1ºA. Hemos podido hacerle una entrevista

"El compañerismo es algo muy importante, porque si hay malos rollos entre los jugadores, el equipo no funciona. Es increíble la buena relación entre todos los integrantes del equipo y con los entrenadores"

Entrevistas Hockey

1 ¿Cómo es el compañerismo en el equipo?

El compañerismo es algo muy importante, porque si hay malos rollos entre los jugadores, el equipo no funciona. Es increíble la buena relación entre todos los integrantes del equipo y con los entrenadores

2 ¿Qué sientes antes y después de un partido?

Antes de un partido sentimos mucha motivación y ganas de salir a por todas, además de nervios. Después del partido, según el resultado sentimos mucha alegría si ganamos y si perdemos, pues, a por el siguiente.

3 ¿Cuáles son tus aspiraciones respecto a este deporte?

Salva y Jesús Ángel: Volver a la andaluza y llegar a sub-dieciséis e intentar en este próximo campeonato hacerlo mejor posible.

4 ¿Qué te llevas de este deporte?

Muchos amigos que consideramos como familia.

4 ¿Por qué os apuntasteis a este deporte?

Salva: Mi padre me incitó a que probara y me gustó.

Jesús Ángel: A mí, fue Salva quien me animó a unirme al equipo.

6 ¿Qué es lo que más te gusta del hockey?

El reducido número de miembros y lo poco conocido que es este deporte. Además del compañerismo y la maravillosa experiencia de los campeonatos.

7 ¿Qué campeonato jugaron con la selección andaluza y categoría?

Jugamos en el campeonato sub-catorce.

8 ¿Qué frase me darías para incitarme a jugar al hockey?

Entra que te lo pasarás muy bien.

Entrevistas Hockey

1 ¿Cómo es el compañerismo en el equipo?

El compañerismo es algo muy importante, porque si hay malos rollos entre los jugadores, el equipo no funciona. Es increíble la buena relación entre todos los integrantes del equipo y con los entrenadores.

2 ¿Qué sientes antes y después de un partido?

Al empezar un partido siempre se sienten nervios como es normal. Al final del partido quien gane o pierda tiene que saludarse ya que se demuestra el respeto. Siempre hay que ir con la cabeza bien alta y no faltarle el respeto a nadie, ya que harías quedar mal a tu equipo.

3 ¿Cuáles son tus aspiraciones respecto a este deporte?

El poder ir a entrenar o jugar un partido, pisar el campo y poder notar la sensación de decir, venga que hoy lo vamos a dar todo, es una sensación increíble ya que es algo que te gusta y por eso juegas.

4 ¿Por qué os apuntasteis a este deporte?

S**alva:** Mi padre me incitó a que probara y me gustó.

Jesús Ángel: A mí, fue Salva quien me animó a unirme al equipo.

6 ¿Qué es lo que más te gusta del hockey?

Disfrutar de cada partido y ganarlo.

8 ¿Qué frase me darías para incitarme a jugar al hockey?

Probarlo y seguro que te gusta desde el primer momento.

4 ¿Qué te llevas de este deporte?

El compañerismo y las buenas amistades.

La Visita del Cante Flamenco al IES Fuente Álamo

¿Qué consejo le darías a alguien que quiere seguir vuestros pasos?

FAUSTO: Hay que ser humilde, y sobre todo aprender de los lugares por los que uno pasa. Que muchas veces nos fijamos en los grandes artistas, pero para aprender cosas nuevas cada día solo basta con fijarse en los aficionados a este arte. Sin embargo, mi principal consejo es que a la persona que le guste la música debe luchar por sus sueños, aunque se encuentre muchas piedras en el camino debe seguir adelante y cumplir su sueño.

¿Qué te incitó a cantar?

JUDITH: Pues me incitó a cantar la gran afición que tenía mi familia al cante flamenco, mi hermana era bailadora de este arte y a mi padre le encantaba recitar poesía.

¿Qué destacarías de tus compañeros?

ÁNGEL CEJAS: En especial, la armonía y el respeto con los compañeros con los que tocas.

¿Qué es lo que más disfrutas de ser músico?

SANDRO: Sobre todo, transmitir lo que uno siente cuando toca un instrumento. Y disfrutar mucho cuando al público le conmueve o le gusta lo que transmites, con la melodía que generas cuando estás en lo alto del escenario.

¿Cómo os ha afectado el COVID-19?

JUDITH: Totalmente, nos ha privado de todo.

FAUSTO: El COVID ha sido muy duro para todo el mundo, pero la música es el sector donde ha afectado más, y creo que será el último grupo en arrancar respecto a los demás. Estamos todos frustrados, nosotros llevamos un año sin cantar.

SANDRO: Nosotros tenemos mucho apego a la música, y para el que vive de eso es muy duro.

ÁNGEL: Esto está durando mucho,¿¿ eh??

Ariadna Arcos Ximénez y Sofía Rivas Franco.

El latín, nuestra lengua madre

Los alumnos que hemos elegido la materia optativa de latín hemos aprendido aspectos muy interesantes y diversos sobre la lengua que hablaban los romanos y que extendieron por todo su imperio.

Así, descubrimos que lenguas como el castellano, gallego, catalán, francés y portugués proceden del latín. Las palabras que empleamos actualmente se transformaron a lo largo de los siglos en su paso del latín al castellano. Mediante unas reglas fonéticas, aprendimos la transformación que experimentaron los sonidos de nuestras palabras. Por ejemplo, la palabra trabajo procede del latín "tripalium" que significa tres palos, y que alude a un medio de tortura y sufrimiento como los tres palos de la cruz de Jesús. ¡Ay, ya desde su origen, trabajar no gusta mucho! La palabra salario procede del latín,"salarium". Hace referencia a la sal con que se pagaba a los legionarios y políticos romanos. Esta era un bien muy preciado y necesario como conservador de alimentos en aquella época y llegó a usarse como moneda de cambio.

También descubrimos que nuestros días de la semana proceden del latín. Nuestro martes es en honor al dios de la guerra Marte, nuestro jueves al dios todopoderoso Júpiter y nuestro viernes a la diosa del amor Venus.

Pero no todo ha sido estudiar palabras, también hemos hecho algo que nos encanta: ¡viajar y conocer sitios nuevos! A través de un crucero virtual, que nos salió muy baratito, visitamos Italia y sus principales ciudades: Roma, Venecia, Florencia, Pompeya, Milán. ¡Qué lugares tan bellos y ricos desde el punto de vista arqueológico, artístico y cultural! ¡Ahh! Era la exclamación que a todos nos salió cuando, en Roma, descubrimos la majestuosidad de la Basílica de San Pedro, su impresionante Baldaquino, las bellísimas pinturas de la Capilla Sixtina y la conmovedora Piedad del gran artista italiano Miguel Ángel.

Después le tocó a Venecia. ¡Qué paseo tan romántico nos dimos por sus canales en aquellas góndolas y con aquellos gondoleros tan guapos!

De Florencia, Milán, Pompeya y Pisa nos llevamos la sensación de que tenemos que volver a visitarlos, porque contemplar su resplandeciente belleza nos volverá a hacer muy felices.

Por otro lado, este curso hemos hecho una breve incursión en la filosofía latina. Nos hemos dado cuenta de que la filosofía no es un rollo, sino que la podemos aplicar a nuestra vida diaria. El filósofo y emperador romano, Marco Aurelio, aseveraba que "la calidad de nuestra vida depende de la calidad de nuestros pensamientos". Nuestro filósofo cordobés, Séneca, afirmaba hace ya más de veinte siglos que "No nos atrevemos a muchas cosas porque son difíciles, pero son difíciles porque no nos atrevemos a hacerlas". O el filósofo Epicteto que nos dejó una sabia lección: "No son las cosas que nos pasan las que nos hacen sufrir, sino lo que nosotros nos decimos sobre esas cosas".

Para terminar, y no hacer más extensa esta narración, lo haré con unas frases en latín de famosos escritores latinos como muestra de las traducciones que hemos realizado de nuestra rica lengua materna.

"Aequam memento rebus in arduis servare mentem".
Recuerda conservar la mente serena en los momentos difíciles.
Horacio.

"Homo sum: humani nihil a me alienum puto". Hombre soy: nada de lo humano me es ajeno. Terencio.

"Audentes fortuna iuvat". La fortuna ayuda a los valientes.
Virgilio.

Laura Prieto Bancalero

María Teresa Toral:

Nació el 20 de mayo de 1911 en Madrid y fue una química antifascista. Su mayor logro fue unir ciencia y arte de un modo magistral. Estudió la carrera de Farmacia y Ciencias Químicas y poco después le propusieron formar parte del Instituto Nacional de Física y Química liderado por Enrique Molas, uno de los científicos más importantes de la época. Junto a él ambos se hicieron muy famosos. En la época de la Guerra Civil la detuvieron y condenaron doce años por mostrar ideas políticas contrarias a las impuestas, pero fue liberada antes gracias a toda la gente que exigía su liberación, entre ellos, la hija de Marie Curie, Irene Joliot-Curie. Después de salir abandonó España y se fue a México donde se construyó una nueva vida y cuando Franco murió, volvió.

Mujeres Científicas

María Winckeimann

Nacida el 25 de febrero de 1670 en Leipzig, fue una astrónoma reconocida como la primera mujer que descubrió un cometa. Su marido también era astrónomo y como era mujer solo trabajaba como su ayudante. Ella fue la que descubrió el cometa C/1702 pero el mérito del descubrimiento se lo llevó su esposo y ocho años después, él reconoció que lo descubrió ella, pero nunca recibió el mérito que mereció.

Murió en 1720 sin haber recibido reconocimiento público.

Mirian Amador Cuenca y Nerea Humanes Muñoz

Sofía Kovalévskaya:

Nació el 15 de enero de 1850 en Moscú y fue matemática y escritora, así como la primera mujer que consiguió una plaza como profesora universitaria en Europa. Su padre nunca la apoyo y abandonó Rusia para prosperar. La Academia de Ciencias de París le concedió el Premio Bordin de matemáticas por su trabajo sobre la rotación de un sólido alrededor de un punto fijo. Fue elegida miembro de la Academia de las Ciencias de San Petersburgo.

Murió en 1891 por una gripe y tras su muerte su labor no cayó en el olvido; le dieron varios reconocimientos en distintos centros y asociaciones científicas y un cráter lunar lleva su nombre.

Mujeres Científicas

Alice Hamilton:

Nació el 27 de febrero de 1869 en Manhattan. Fue médica e investigadora, pionera en toxicología industrial y también la primera mujer en formar parte de la Facultad de Medicina de la Universidad de Harvard. Dado su trayectoria en las investigaciones sobre enfermedades tóxicas, durante la Primera Guerra Mundial trabajó para el ejército de los EEUU. Además, de 1944 a 1949, fue presidenta de la Liga Nacional de Consumidores.

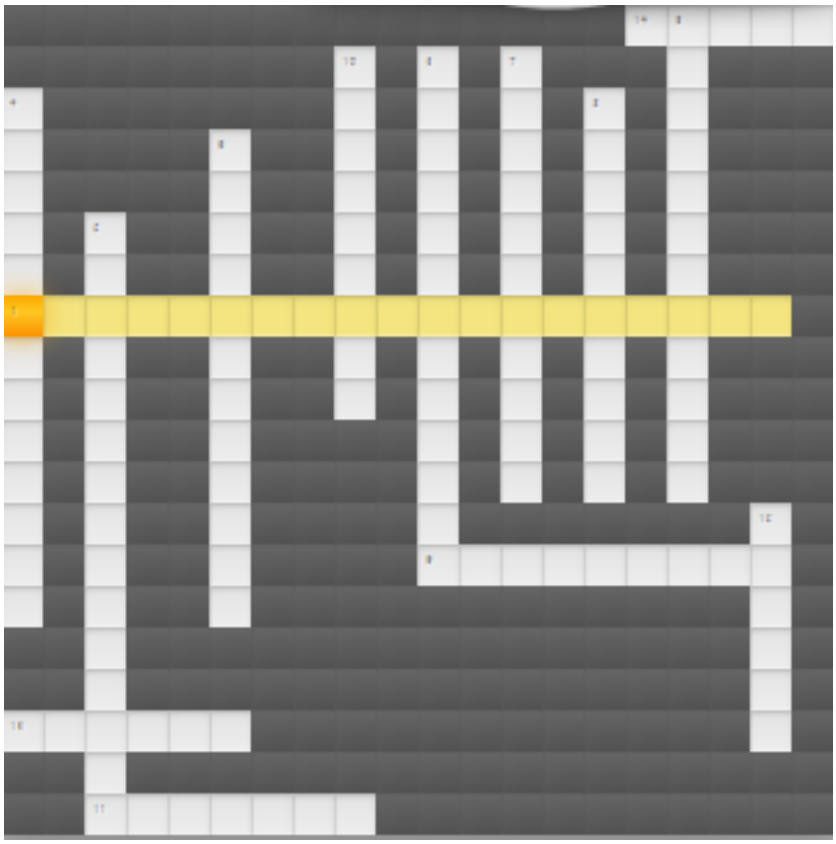
En sus últimos años se dedicó a escribir y falleció en 1970 con 101 años por un infarto.

Mirian Amador Cuenca y Nerea Humanes Muñoz

Pasatiempos

Crucigrama

1. Es la capacidad de ejecutar un movimiento en el menor tiempo posible tras responder a una señal determinada.
2. Prueba atlética que consiste en saltar la mayor distancia posible desde un punto determinado; el saltador corre unos metros, se impulsa con un solo pie y cae en un foso de arena.
3. Es una prueba de atletismo que tiene por objetivo sobrepasar una barra horizontal, colocada a una determinada altura.
4. Es el acto de saltar hacia arriba en el aire.
5. Acción de estirar o estirarse.
6. Capacidad de doblarse un cuerpo fácilmente y sin que exista peligro de que se rompa.
7. Es una de las capacidades físicas básicas, que nos permite llevar a cabo una actividad o esfuerzo durante el mayor tiempo posible.
8. Deporte que se practica, en una cancha rectangular, entre dos equipos de cinco jugadores que tratan de introducir el balón en la canasta contraria.
9. Conjunto de prácticas deportivas que comprende las pruebas de velocidad, saltos y lanzamientos.
10. Relación que se establece entre el espacio o la distancia que recorre un objeto y el tiempo que invierte en ello.
11. Actividad o ejercicio físico, sujeto a determinadas normas, en que se hace prueba, con o sin competición, de habilidad, destreza o fuerza física.
12. Desplazarse rápidamente con pasos largos y de manera que levanta un pie del suelo antes de haber apoyado el otro.
13. Juego en el que participan dos equipos de 11 jugadores cada uno.
14. Deporte que se practica entre dos jugadores o dos parejas en una pista rectangular dividida transversalmente por una red; consiste en impulsar una pelota con una raqueta por encima de la red intentando que bote en el campo contrario y que el adversario no la pueda devolver.



Pasatiempos

Sopa de Letras

REPRODUCCION
TRANSPLANTE
MUTACIONES
CROMOSOMA
ANTIGENOS
DONACION
NEURONA
MEIOSIS
MITOSIS
VACUNA
SANGRE
ADN
ARN
GEN

P	E	A	U	G	E	B	S	U	I	M	I	T	O	S	I	S
D	S	T	N	N	A	W	G	C	Y	N	R	C	C	D	T	T
N	F	S	W	Q	I	D	U	J	J	C	A	I	H	F	Q	R
O	W	H	C	N	R	M	U	S	E	A	Q	A	W	I	L	A
I	T	A	P	R	Y	E	O	A	J	N	N	A	V	D	G	N
C	Y	N	R	A	I	I	F	N	G	T	L	Y	W	H	K	S
C	O	O	A	I	D	O	G	G	H	I	F	V	A	X	P	P
U	X	R	A	O	C	S	O	R	M	G	X	S	M	L	X	L
D	W	U	N	T	Q	I	S	E	Q	E	A	L	O	I	E	A
O	B	E	U	O	H	S	T	P	Q	N	R	G	S	J	X	N
R	N	N	C	D	W	K	X	K	M	O	S	B	O	I	P	T
P	L	R	A	G	P	F	S	G	I	S	O	L	M	G	U	E
E	Y	D	V	O	L	J	C	E	F	C	E	F	O	H	F	R
R	L	T	N	X	V	G	M	N	L	K	K	H	R	D	F	U
I	K	X	L	Q	U	L	O	A	D	N	Y	U	C	I	C	W
E	X	D	B	H	J	R	M	U	T	A	C	I	O	N	E	S
J	G	E	V	Y	I	Q	X	Y	D	O	N	A	C	I	O	N

Pasatiempos

Unir con Flechas

Régimen o sistema político caracterizado por el exceso o abuso de autoridad.	Musulmán
Serie de reyes o soberanos que pertenecen a la misma familia.	Régimen autoritario
Período histórico, posterior a la Edad Antigua y anterior a la Edad Moderna, que comprende desde el fin del Imperio romano, hacia el siglo V, hasta el siglo XV.	Hispania
Nombre dado por los romanos a la península ibérica	Edad Media
Fue un navegante, cartógrafo, almirante y explorador reconocido universalmente por haber descubierto América el 12 de octubre de 1492	Antiguo Régimen
Nombre que en la Edad Media dieron los musulmanes a la península ibérica.	Visigodo
En la Edad Media y el Antiguo Régimen, clase social formada por los habitantes de los burgos o ciudades que tenían unos privilegios laborales reconocidos.	Al-Ándalus
Persona que profesa el islamismo	Cristóbal Colón
Estilo artístico que se desarrolló en Europa occidental como evolución del románico entre los siglos XII y XVI y que se caracteriza en arquitectura por la presencia del arco ojival, los pináculos y las elevadas agujas.	Francia
Persona que pertenecía a un pueblo godo que invadió el imperio romano y fundó un reino en la Península Ibérica.	Dinastía
Primer país donde se vivió la primera revolución liberal.	Burguesía
Es una casa real de origen francés, actual casa reinante en España.	Borbón
Es el término que los revolucionarios franceses utilizaban para designar peyorativamente al sistema de gobierno anterior a la Revolución francesa.	Feudalismo
Sistema de gobierno y de organización económica, social y política propio de la Edad Media, basado en una serie de lazos y obligaciones que vinculaban a vasallos y señores.	Gótico

Problemas de alimentación

La adolescencia es una etapa muy difícil en la cual el cuerpo cambia mucho tanto física como psicológicamente. La alimentación es algo que hay que cuidar y sobre todo en estas edades para crecer sano, fuerte y crear buenos hábitos de salud.

Los adolescentes se preocupan mucho por su físico y su imagen corporal y, por eso, hacen dietas para acercarse más a la perfección que quieren.

Los jóvenes tienden a aumentar su musculatura, talla, masa corporal y masa ósea y, por eso, hay que ingerir cantidades de energía y nutrientes, como carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas y minerales.

Los niños de hoy en día como nosotros toman bebidas energéticas, las cuales perjudican al organismo, ya que tienen demasiado azúcar, el cual no es recomendable tomar. También, debido a las tecnologías de hoy en día, los jóvenes se mueven menos y hacen menos ejercicio por el motivo de que están todo el día dentro de casa con el ordenador, la PlayStation, etc... y les hacen no perder lo ganado, lo que conlleva a la obesidad y problemas de salud.

Una buena alimentación también consta de evitar los ultraprocesados. Estos son los alimentos creados industrialmente para imitar alimentos. Tienen intención de dar color, sabor o textura para, lo dicho anteriormente, imitar alimentos y están nutricionalmente desequilibrados. Algunos ejemplos son: los refrescos, dulces, zumos envasados, patatas fritas, precocinados, salsas, etc...

Algo esencial para una buena alimentación también puede incluir el comer comida real. La comida real son todos aquellos alimentos que han sido mínimamente procesados y desgastados por fábricas sin arruinar su calidad de composición y propiedades saludables presentes de manera natural. Algunos ejemplos de comida real son: las legumbres, aceites vírgenes, fruta, verdura y tubérculos (tratados sin productos químicos), lácteos de calidad, etc...

Ariadna Arcos Ximénez, Sheila Gálvez Palos y Ángel Franco Ortega

Recomendaciones para llevar una buena alimentación

1. Hacer 3 comidas al día sin picar entre horas. Beber agua y evitar bebidas con mucho azúcar.

2. Hacer ejercicio diario. Salir a correr, un gimnasio, a andar, etc...

3. Asar mejor que freír, ya que freír las cosas conlleva utilizar mucho aceite.

4. Comer fruta y verdura; como ensaladas o revuelto de frutas.

5. Disminuir el uso de salsas así como limitar las carnes rojas

Bajo la misma estrella de John Green

Trata de una chica, Hazel Grace, que padece un cáncer terminal y tiene que vivir conectada a una máquina que le suministra oxígeno. Su madre, para animarla, la lleva a un grupo de apoyo, donde conoce a Gus, un chico que ha superado el cáncer y al que le amputaron una pierna.

Se hacen muy amigos y Hazel le cuenta que le encantaría viajar a Ámsterdam para conocer a su escritor favorito. Por ello, Gus utiliza su deseo para ir con ella desde Estados Unidos. Durante este viaje, ocurren una serie de sucesos que hacen que se conozcan mejor y se enamoren. Sin embargo, pasará algo que cambiará la vida de ambos para siempre.

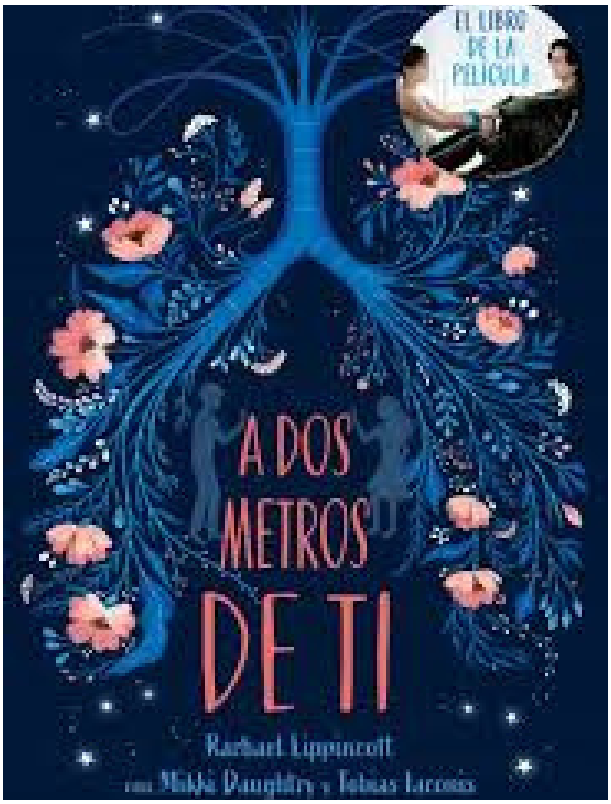
Reseña realizada por Andrea Luque 3° ESO.

Recomendaciones de Libros

Sonríe aunque te cueste de Ángela Mármol

Ángela Mármol es la primera influencer de TikTok que habla de su experiencia como víctima de bullying.
Ella es una chica valiente y comprometida que cuenta su historia de acoso escolar en primera persona.
Sufrió bullying y muchas veces pensó que no lo superaría.
El camino fue largo y difícil, pero al final volvió a sonreír.
Ha aprendido muchas cosas importantes: a no rendirse, a creer en ella misma y a ser mejor persona. Y que los acosadores también suelen ser víctimas.

Reseña realizada por Lucía Urbano 1° ESO.



A dos metros de ti de Mikki Daughtry y Tobías Laconis

Cuenta la historia de Stella y Will, dos adolescentes que padecen una enfermedad que hace que no puedan estar a más de dos metros de distancia.

Stella necesita estar alejada de cualquier persona o cosa que pueda transmitirle una infección y poner en peligro su trasplante de pulmón.

Will quiere salir del hospital y ver el mundo. No le importan sus tratamientos, o si hay una nueva medicación en ensayo clínico. Él es exactamente lo que Stella no necesita más cerca. Solo con que le respire cerca, podría provocar que Stella pierda su puesto en la lista de trasplantes. Cualquiera de ellos podría morir. La única forma de mantenerse con vida es estar alejados y enamorados.

Reseña realizada por Ainara Pérez 1º ESO.

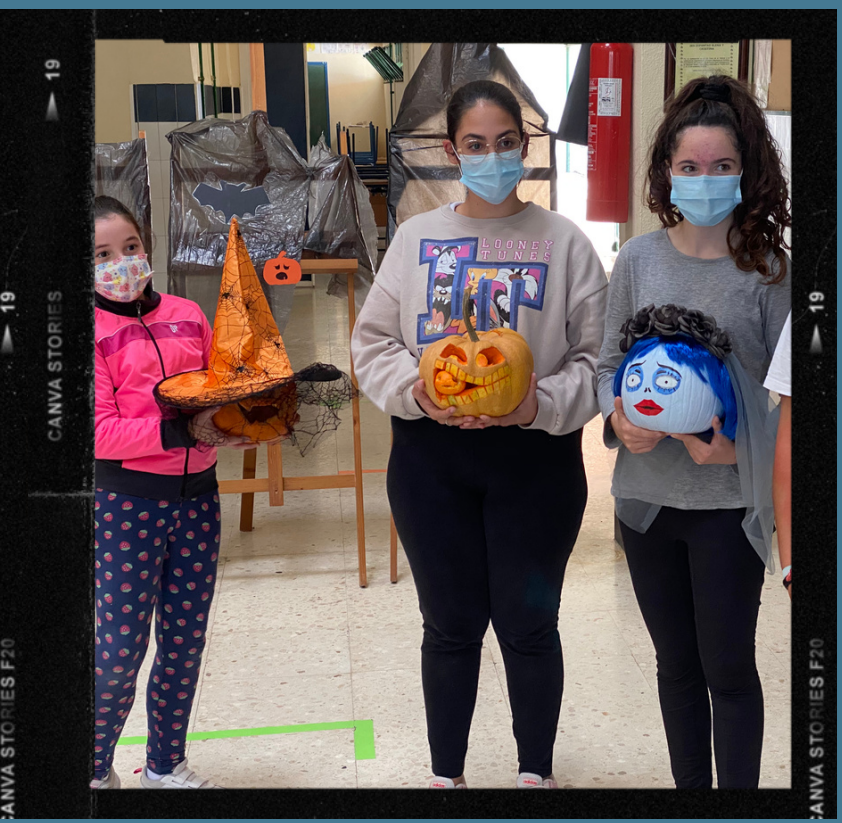
Recomendaciones de Libros

Algo tan sencillo como tuitear te quiero de Blue Jeans

Este libro trata de unos adolescentes que acaban de entrar en la Universidad. Van decididos y muy esperanzados en lograr sus sueños. Son compañeros de pasillo en la Benjamin Franklin, la residencia de estudiantes. Allí se encuentran David, Ainhoa, Nicole, Iria, Toni, Manuel, Julen y Óscar.

En el primer cuatrimestre de la carrera, se dan cuenta que no todo es como ellos lo planearon. A Elena, no le gusta Derecho; Ainhoa solo piensa en adelgazar; Nicole no sabe si volver a su ciudad para ayudar a su madre, etc. La que peor está es Elena, la cual tiene muchos debates consigo misma por David, que ha empezado a gustarle, más también le gusta a su hermana. ¿A quién elegirá?

Reseña realizada por Andrea Román 3º ESO.



Nuestras Actividades

CANVA STORIES
19
NIKE
AIR

CANVA STORIES
19
CANVA STORIES F20

CANVA STORIES F20
19
OVELA

CANVA STORIES F20
19

CANVA STORIES
19

CANVA STORIES
19

CANVA STORIES F20
19
CHANGE

CANVA STORIES F20
19

En nuestro colegio...
Reimos cada día
Trabajamos duro
Disfrutamos cada momento
Rectificamos, perdonamos y avanzamos
Escuchamos al corazón
Sonamos en gran
Pensamos en Pos
Nos esforzamos en hacerl
Construimos un mundo mejor

15

Número 14

La Carraca

REVISTA IES FUENTE ÁLAMO

PUENTE GENIL

CURSO 2020 / 2021

www.iesfuentealamo.es