



# EL MURO

LA REVISTA DEL IES RAMÓN Y CAJAL  
NÚMERO 7 CURSO 2011-2012





**Coordinación de la revista:**

M<sup>a</sup> Jesús Sánchez Coloma

**Equipo de Redacción:**

M<sup>a</sup> Mar Gómez García, Antonio López, David Romera, Pilar Sánchez, Mercedes Vallinoto, Ángela Fernández, Fernando Muñoz

**Portada, Contraportada y Cómics:**

M<sup>a</sup> Mar Gómez García (Alumna de 1º CFGS Química Ambiental)

**Imprime: 3MC Macrocopy. S.L.**

Paseo Juan Carlos I,11  
47013 Valladolid

## Índice:

- 1** Editorial
- 2** Actividades del DEAC
- 3** Proyectos
- 4** Convivencia
- 5** Alumnos
- 6** Concurso Literario
- 7** In English, please
- 8** Medio Ambiente
- 9** Imagen
- 10** Salidas/Viajes
- 11** Deportes
- 12** Actividades de Departamentos
- 13** Pasatiempos
- 14** Concurso: Adivina quién es
- 15** Se nos van ....
- 16** Nuestro Centro en un Comic

Avda. de Juan Carlos I, 22 – 470013 Valladolid – España  
983 270 837 – 983 271 308 – Fax: 983 472 344  
e-mail: 47005841@educa.jcyl.es  
<http://iesramonycajal.centros.educa.jcyl.es>

# SALUDO DEL DIRECTOR

## El curso 2011-12: un curso de nuevos logros para el IES Ramón y Cajal

Este nuevo número de la revista El Muro pretende ser una síntesis de todo lo acontecido en el IES Ramón y Cajal a lo largo del curso 2011-12 y es el resultado de un intenso trabajo realizado por el equipo de redacción de la revista. Habrá, pues, que agradecer a todos los que han hecho posible con su trabajo esta nueva edición.

Es evidente que un centro educativo tiene como principal objetivo el de educar e instruir a sus alumnos, lo que se conoce por eso de las “clases”, los “exámenes”, es decir el día a día, pero existen otras actividades que se desarrollan fuera del aula que tienen una importancia igual o parecida y esas son de las que se pretende dejar constancia en esta nueva edición de El Muro.

Sin duda es difícil comprimir en unas breves líneas todo lo que en un curso escolar puede acontecer y más en este curso 2011-12 que está llegando a su fin; porque ha sido un curso especial, no sólo por el número y la calidad de las actividades que se han realizado, sino porque en el mismo se han puesto en marcha nuevos proyectos, o se han conseguido alcanzar logros que nunca antes se habían conseguido, me estoy refiriendo a las actividades desarrolladas alrededor del nuevo Plan de Convivencia fruto del Plan de Mejora emprendido el curso pasado y que nos ha reportado el haber sido premiados como una de la mejores experiencias de calidad desarrolladas en el curso 2010-11 y ser seleccionados, en este curso, como uno de los centros educativos distinguido muy especialmente por su Plan de Calidad por la Consejería de Educación de la Junta de Castilla y León.

No hemos de olvidar, dentro de esos nuevos logros, el de los intercambios escolares realizados este curso en virtud de los dos Proyectos Comenius multilaterales que estamos desarrollando con centros de Inglaterra, Francia, Alemania, Noruega e Italia para nuestros alumnos de E. Secundaria. Nunca el nombre del instituto y de nuestra ciudad había sido pronunciado en tantos y tan distintos rincones de toda la geografía europea, tampoco nunca se había oído hablar en nuestro propio centro tantas lenguas diferentes a la nuestra y esto es, verdaderamente, un éxito.

Tampoco podemos dejar de lado otras actividades en torno al fomento de la lectura (recitales, el VI Concurso Literario, Encuentro con autores), o las realizadas en el desarrollo de nuestro ya asentado Sistema de Gestión Ambiental con las VII Jornadas Ambientales, o aquellas cuyo principal objetivo es el contacto con la naturaleza (Día verde, Biodivertido, recuperación de pueblos abandonados), o las deportivas, culturales o meramente lúdicas (Magosto, San Alberto, Fiesta de navidad) y tantas y tantas otras que haría enormemente prolija esta, pretendidamente, breve presentación.

Es de justicia agradecer a todos los que han hecho posible con su esfuerzo esta empresa, alumnos y sus familias, personal docente y no docente, todos los que formamos parte de esta comunidad educativa y que, me consta, han realizado un muy laborioso y buen trabajo.

Adelante, pues, con su lectura. Tenéis ante vosotros la síntesis de todo un curso escolar en el que como todos algunos acabarán ya sus estudios y se despedirán de nosotros y los demás continuaremos en un curso nuevo que sin duda será tan fructífero como éste que acaba.

*Fernando Muñoz, director*

# FIESTA DE NAVIDAD

Este curso el DEAC ha organizado una actividad extraescolar coincidiendo con el final de trimestre y el inicio del periodo navideño.

En la misma hemos tenido la oportunidad de disfrutar de otras actividades diferentes a las lectivas y de observar habilidades insospechadas en nuestros alumnos. Por ejemplo un grupo de **1º ESO A** realizaron una **obra de teatro en inglés** titulada "The tea party" dirigida por la profesora de inglés, María Jesús.



"The tea party"

Alumnos de **1º y 3º de ESO** realizaron diversas **coreografías** dirigidos por Pilar, la profesora de E.F.



Coreografía de **1.º de ESO**

Hubo un **concierto de flauta** a cargo de **2º ESO A**



Concierto de flauta

dirigidos por Mercedes Vallinoto, su profesora de música.

David, el profesor de inglés, preparó con los alumnos de **3º ESO A** una **canción** en este idioma. También colaboró tocando la guitarra, en el **coro** formado por un grupo de **profesores y de alumnos de 1º ESO** que cantaron "**Pero a tu lado**" de Los Secretos acompañados a la trompeta por Jesús de la Cal de **3º ESO A**.



Coro de profes y alumnos

Los alumnos de **3º Diversificación** nos sorprendieron con una **parodia del "Tú sí que vales"**

Por último dos alumnos de **1º ESO B1, Ángel y Jairo**, nos divertieron con sus **chistes**.

La fiesta acabó con un ágape, que los mismos alumnos se habían encargado de organizar junto con un grupo de profesores.



Achkraf haciendo de Risto Mejide



Jairo y Angel contando chistes

Desde el DEAC queremos agradecer a todos los alumnos y profesores su colaboración, ya que ha servido no solo para pasar un buen rato sino que ha propiciado un clima de convivencia, cooperación y conocimiento mayor entre profesores y alumnos en las semanas previas dedicándose a ensayar y organizar dicha actividad.

**María Jesús Sánchez Coloma**  
Jefe del Departamento del DEAC



# MAGOSTO EN EL RAMÓN Y CAJAL

Desde el paleolítico el hombre se alimentó de castañas y bellotas. Con la expansión del cultivo de castaños por los romanos, su fruto se convirtió en la base de la alimentación de la población, como fruto fresco, seco o molido para hacer harina. En el siglo XVI la llegada del maíz y la patata de América hicieron que las castañas perdieran su protagonismo en la alimentación campesina.



José Luis Belenda, preparando el Magosto

Hay varias teorías sobre el origen del término magosto: *Magnus Ustus* (gran fuego) o *Magum Ustum* (resaltando el carácter mágico del fuego).

Tradicionalmente esta fiesta se realizaba con la recogida de este fruto y servía también como agrade-

cimiento por la cosecha recibida.

En los días comprendidos entre el 1 de noviembre (Todos los Santos) y el 11 de noviembre (San Martín) (puede celebrarse, también en fechas cercanas), se suele celebrar esta fiesta donde no faltan las castañas asadas en el fuego, el vino nuevo y los chorizos.

La fiesta consiste en realizar una hoguera y, una vez hay brasas, se coloca sobre ellas un cilindro metálico con agujeros en su base, llamado tambor o, en algunas zonas, tixolo. Sobre este recipiente, u otro por el estilo, se extienden las castañas a las que previamente se les ha realizado un corte en un extremo para que no salten o exploten. Una vez asadas se pelan y se comen.

Es común tiznarse la cara con los restos de la hoguera, saltar las hogueras ya que trae suerte así como realizar diferentes juegos tradicionales, contar cuentos y cantar canciones populares.

Gracias a nuestro compañero **José Luis Belenda**, el instituto ha podido saborear las riquísimas castañas de su tierra, el Bierzo, y celebrar a nuestra manera, el Magosto.

El cucurucho de castañas tuvo tal aceptación que hubo que realizar dos sesiones: el día 10 y otra el 11 por la tarde.

## NOS VAMOS A LA SEMINCI

El Ramón y Cajal, siguiendo con la tradición, acude al prestigioso festival de cine de Valladolid, la SEMINCI. Este año, la gran pantalla nos ha ofrecido entre otros, el ciclo “Literatura y cine, el realis-

mo de medio siglo”. Una forma diferente de trabajar contenidos literarios fuera del aula y a la vez de disfrutar de una de las actividades culturales más importantes que ofrece nuestra ciudad.



3º A en la SEMINCI



3º B en la SEMINCI

# PROYECTOS EUROPEOS DE MOVILIDAD

Desde el curso 2009-2010 el IES Ramón y Cajal participa en **Proyectos Europeos de movilidad** dentro del programa **Comenius**. Son asociaciones escolares con centros educativos europeos que imparten enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato.

Los **objetivos generales** de estos Proyectos son: potenciar el uso de idiomas extranjeros, dar a conocer el entorno socio-cultural y las ciudades donde se ubican los centros, impulsar la aplicación de las TIC en el ámbito educativo y trabajar conjuntamente para

mejorar la calidad de los servicios prestados al alumnado y a sus familias. Además, en cada proyecto se profundiza sobre uno o varios temas y para ello se lleva a cabo un proceso de búsqueda de información, estudio y análisis de los datos obtenidos, recogiendo finalmente los resultados en soporte informático para su divulgación a través de Internet.

Durante el presente curso escolar se han desarrollado dos proyectos **NEW EUROPEAN CITIZENS FOR A COMMON FUTURE** y **CLIM'ACTEURS**, de los que os informamos a continuación.

## “New European Citizens for a Common Future”

Durante el presente curso hemos desarrollado y finalizado el proyecto Comenius “New European Citizens for a Common



Future” que comenzó el curso pasado, junto con otros cuatro institutos de Inglaterra, Francia e Italia. El proyecto ha estado destinado a alumnos de 1º y 2º de ESO y el objetivo ha sido conocer y dar a conocer aspectos relacionados con: la arquitectura y el patrimonio, la música y el folclore, las tradiciones, la gastronomía, el medio ambiente y el desarrollo sostenible propios de cada región; y sobre todo convivir durante una semana en otro país con un compañero y una familia de acogida.

Valley High School” de **Halifax (Reino Unido)**. Asistieron los alumnos de 1ºESO, ahora en 2ºESO: Marta, Ana Mª, Reyes,

Adrián y Sergio. Durante su estancia los alumnos asistieron a clases, realizaron actividades educativas, presentaron los trabajos, además de realizar excursiones a una mina, y a las ciudades de Halifax y York. El viaje se complementó con la estancia de dos días en Londres.



El curso pasado, a finales de Marzo de 2011, se realizó el **primer intercambio** en el “Ryburn



Alumnos disfrutando en la bolera

Al finales de Septiembre de 2011 se realizó el **segundo intercambio** en el “Collège Pierre de Belleyme” de **Paullac (Francia)**. Asistieron los alumnos de 2º ESO: Verónica, Ainhoa, Andrés, Alejandro y Luis. Durante la estancia realizaron una visita a la ciudad de Burdeos, a una bodega de la región, un paseo en barco por la bahía de Arcachón y la subida a la gigantesca duna natural de Pila, además





Alumnos de visita en París

de la realización de talleres de música, teatro y danza, y la presentación de los trabajos realizados previamente por los alumnos. El viaje se completó con la visita durante dos días a la ciudad de París.

Del 4 al 11 de Diciembre de 2011, se realizó el **tercer intercambio** en el Collège Emilie Carles de **Ancerville (Francia)**. Asistieron los alumnos de 1º



España. Dentro de las visitas se puede destacar la realizada a la casa museo de Robert Schuman (fundador de la Unión Europea) y a la ciudad de Metz. El colofón al viaje fue la visita de dos días a París donde los alumnos disfrutaron de sus monumentos y museos, pero sobre todo del encanto de la iluminación Navideña.



En la duna de Pila

ESO: Celia, Marta, Tamara, Darío y Marcos. Las actividades de dicha semana giraron en torno a la celebración del día de San Nicolás, propio de la región de La Lorena, tales como: el festival de villancicos, la elaboración de carteles, la degustación de dulces típicos y una visita al pueblo para ver la llegada de San Nicolás. En relación con el trabajo los alumnos asistieron a determinadas clases, realizaron murales, dibujos y presentaron los trabajos elaborados en



Al agua

Del 5 al 12 de Febrero de 2012, se realizó el **cuarto intercambio** en el IV Istituto Comprensivo Salvatore Quasimodo de **Floridia (Sicilia, Italia)**. Asistieron las alumnas: Mar, Irene, Carla, Carmen y María. El trabajo se centró en la realización de talleres de cerámica, de música y baile, así como la presentación de los trabajos sobre los temas del proyecto.



Con San Nicolás



Nevada en Roma

En cuanto a las visitas hay que destacar la del volcán Etna y Taormina con su teatro greco-romano, la de Siracusa con su parque arqueológico y su playa y la realizada a la fábrica de quesos de ricota con degustación incluida. El regreso a España se hizo por Roma donde a pesar de la nieve pudieron disfrutar de la ciudad durante dos días.



Trabajando en los Talleres

El proyecto se cerró en **Valladolid**, en nuestro instituto, en la última semana de Marzo. Recibimos a un total de 23 alumnos de los diferentes colegios participantes acompañados por 7 profesores. El domingo 25 por la tarde fueron llegando todos los participantes. El lunes 26 se realizó el acto de bienvenida en el instituto con la colaboración de alumnos de 2º ESO A y del



buscando la rana en Salamanca

alumno David Gutiérrez de 1º de Bachillerato que interpretaron unas piezas musicales. El resto del día se completó con la recepción en el ayuntamiento y una visita a la ciudad.

El martes 27 se realizó una excursión a Salamanca. El miércoles 28, se desplazaron a Peñafiel donde visitaron la Plaza del Coso, el Convento de S. Pablo y el Castillo donde disfrutaron de las excepcionales vistas. El jueves 29 comenzó con la exposición de los trabajos del proyecto por parte de cada uno de los centros. Tras el recreo se disputó una competición de baloncesto en el polideportivo. Posteriormente se realizaron los talleres de toxicidad en los alimentos, cuentos desplegable, dialectos en España y de plantación de árboles. Por la tarde se realizó una fiesta de despedida con juegos de habilidad, la actuación del mago "Adri", antiguo alumno del centro, coreografía de alumnas y un ágape preparado por las familias, acompañado de baile y música. El viernes 29 por la mañana el grupo de alumnos de 2º ESO A acompañó a los alumnos ingleses a la visita al PRAE (centro ambiental de la Junta de Castilla y León), mientras que el resto de alumnos se fueron despidiendo sus compañeros que poco a poco fueron partiendo de regreso a sus países.



Fiesta Final

A buen seguro que el trabajo desarrollado durante estos dos cursos ha servido para que nuestros alumnos tengan un mayor conocimiento de Europa, una mayor competencia lingüística, ya que la base del proyecto es el idioma inglés y sobre todo para que tengan muchos más amigos de otros países europeos.

**Antonio López,**  
coordinador del proyecto.



# PROYECTO ACTORES DEL CLIMA (CLIM'ACTEURS)



Se puso en marcha en septiembre de 2011 y concluirá en septiembre de 2013. Los centros asociados pertenecemos a cinco países europeos y son:

- Collège Jean Moulin de Marmande (Francia)
- Gymnasium Riedberg, de Frankfurt (Alemania)
- Tjome ungdomsskole, de Tjome (Noruega)
- Liceo Scientifico Classico Darby, de Cisterna (Italia)
- IES Ramón y Cajal, de Valladolid (España)

Los **objetivos específicos** que se persiguen son:

- Conocer la disponibilidad y el uso que se hace de los recursos naturales (agua, energía y productos agrícolas) en diferentes ámbitos (en el hogar, en el colegio, en la ciudad y en el país) y su repercusión sobre el entorno y sobre el clima.

- Buscar posibles soluciones para reducir los consumos y aprovechar mejor los recursos.
- Sacar conclusiones que tengan como resultado un cambio de actitud y de conducta a nivel individual y colectivo que permita preservar el medio ambiente y frenar el cambio climático.

El primer intercambio internacional tuvo lugar en Valladolid del 1 al 7 de febrero de este año. Participaron 43 alumnos extranjeros, acompañados de 13 profesores, que durante unos días realizaron actividades diversas junto con alumnos y profesores del centro.

Os invitamos a recordar las actividades más destacadas del intercambio, a través de algunas imágenes:



Acto de Bienvenida



Fiesta con las familias



Visita al Ayuntamiento



Visita al PRAE



Taller de reutilización de papel



Compartiendo juegos



Visita a Peñafiel



En Salamanca



Taller de reciclado de papel

En la revista del próximo año os informaremos sobre los intercambios en Alemania, previsto para el mes de septiembre de 2012 y de Francia, que tendrá lugar en mayo de 2013.

# IMPRESIONES DE LOS ALUMNOS EN EL COMENIUS “NEW EUROPEAN CITIZENS”

París es muy bonito y me encantó. Cuando ibas por la calle alucinabas porque la gente iba vestida como si fueran modelos.

**Verónica Álvarez 2º ESO A**  
(Participó en el Comenius a Pauillac)



Mis mejores experiencias fueron viajar en avión, estar con Johanna y su familia que fueron muy amables conmigo. Y ver los monumentos de Paris.

**Tamara Pérez Lechuga 1º ESO A**  
(Participó en el Comenius a Ancerville))

Me pareció extraña la forma de dar las clases: hasta que el profesor no les manda sentarse no se pueden sentar. En las casas comían mucho queso de postre y para cenar muchas *crêpes*.

**Celia Jorge 1º ESO A**  
(Participó en el Comenius a Ancerville)



Cuando fuimos era San Nicolás y Paris me gustó mucho, me pareció todo muy iluminado en comparación con Valladolid.

**Marta Muñumer 1º ESO A**  
(Participó en el Comenius a Ancerville)

Me ilusionó mucho poder ir a Francia aunque tuvimos que trabajar mucho para hacer el proyecto. Para mí todo era nuevo: el avión, salir del país, vivir en otra casa, conocer a gente que no hablaba mi idioma...

**Darío de Rodrigo 1º ESO A**  
(Participó en el Comenius a Ancerville)





# IMPRESIONES DE LOS ALUMNOS

## EN EL COMENIUS CLIM'ACTEURS

Este intercambio me ha gustado, porque me he llevado muy bien con mi compañero. No he practicado ni francés ni inglés porque el que ha dormido en mi casa hablaba español perfectamente. Acabó cansado porque siempre le usaban de traductor. Yo quiero repetirlo e ir allí cuanto antes.

### Borja García

Este intercambio con los alumnos noruegos ha estado muy bien. Aunque no entendíamos el noruego hemos aprendido inglés ya que ellos lo hablaban muy bien. Ha sido una buena experiencia; además de practicar un idioma hemos hecho nuevos amigos, encima de otro país. Al principio era algo extraño pero según avanzó la semana se los cogió mucho cariño y ahora se le echa de menos.

### María Luz Ramos

Yo acogí a una noruega que se llama Thea, era muy maja y muy simpática, estábamos todo el día de bromas y nos contábamos todo tipo de cosas, aunque me costaba mucho expresarme en inglés. Los primeros días estaba deseando que se fueran ya, porque no hablábamos casi nada, pero poco a poco nos fuimos soltando. Para mí ha sido una experiencia inolvidable, ya que convives con otras personas y practicas el idioma, lo peor es que la coges cariño y a mí las despedidas... lo paso fatal. La echo mucho de menos y espero no perder la comunicación con ella.

### María Fernández

La experiencia ha sido estupenda, sinceramente. Al principio todo era un poco frío, casi no hablas porque no sabes qué decir, no sabes lo que le gusta, no te atreves a preguntarle... pero bueno, al final se coge

confianza, y más con una chica tan maja y amigable como era mi noruega, y bueno, ya puedo decir que tengo una buena amiga en otro país.

### Natalia Gil

Mi experiencia con los noruegos ha sido muy buena. Creo que tuve mucha suerte con mi compañera porque se parecía bastante a mí, y nos hemos hecho muy buenas amigas. Al principio me costó un poco porque aunque ella me entendía bien, no sabía de qué hablar con ella, pero poco a poco empezamos a hablar bastante y creo que congeniamos perfectamente. En mi casa también la cogieron mucho cariño. Era muy educada y le gustaba toda la comida que la pusimos. Espero poder verla pronto porque la echo mucho de menos. Ha sido una experiencia inolvidable.

### Andrea Alonso

En el intercambio tuve una compañera francesa. Fue muy difícil la comunicación, ya que no entendía ni español ni inglés, pero se hacía lo que se podía. Finalmente, cuando ya se tenía que marchar, fue cuando empezamos a entendernos. Poco a poco nos conocimos mejor y nos comunicábamos más.

### Marina Benito

Me ha parecido una buena experiencia y animaría a todos los que no quisieron participar, porque les daba miedo, a que lo intentasen y probasen, que es verdad que al principio estábamos todos muy tímidos y cortados, pero pronto fuimos cogiendo confianza y ya no nos separábamos en ningún momento. Además se practica de una manera más entretenida en inglés y el francés y nos lo pasamos todos muy bien haciendo actividades que normalmente no hacemos.

### Alicia Insua

# La especialidad de PELUQUERÍA del DEPARTAMENTO de IMAGEN PERSONAL

## está desarrollando un proyecto basado en el uso de las TIC Y la Web 2.0

La especialidad de peluquería del IES Ramón y Cajal, junto con ocho centros de toda España pertenecientes a la familia profesional de Imagen Personal consiguen el proyecto “Fomentar e impulsar la Formación Profesional en el ámbito de la innovación y la Iniciativa emprendedora”.

El Ministerio de Educación publicó una convocatoria de ayudas para la realización de proyectos de innovación aplicada y transferencia del conocimiento en la Formación Profesional.

El objetivo principal es impulsar la innovación, la transferencia de conocimiento, la calidad y la excelencia en la Formación Profesional. Su finalidad es **crear redes de centros de FP, para mejorar la educación y la relación con las empresas.**

Un equipo de profesores del Departamento de Imagen Personal del I.E.S Ramón y Cajal formado por José Luis Belenda, Dolores Calvache, M<sup>a</sup> Carmen Rodríguez, Rosario Garrido, Rosa Organista y M<sup>a</sup> Francisca Cabado, decidieron incorporarse a este bonito proyecto denominado:

**“Fomentar e impulsar la Formación Profesional de Imagen Personal en el ámbito de la innovación y la Iniciativa emprendedora”**

Integran este proyecto:

- I.E.S Ramón y Cajal de Valladolid en Castilla y León
- I.E.S María Pérez Trujillo de Puerto de la Cruz en Canarias
- I.E.S Tablero de Córdoba en Andalucía
- CIFP N° 3 de Cartagena en Murcia
- IES Terrassa en Cataluña
- I.E.S Las Indias de Santa Cruz de Tenerife en Canarias
- I.E.S Francisc de Borja Moll de Palma de Mallorca en Baleares
- I.E.S Pérez de Ayala de Oviedo en Asturias
- Cámara de Comercio de Tenerife en Canarias

- Excellence & Business Value, S.L. Las Palmas de Gran Canaria
- Ebv Learning, S.L. Las Palmas de Gran Canaria
- Editorial Videocinco, S.A. de Madrid

Los objetivos son:

- 1.- **Crear materiales didácticos multimedia**
- 2.-**Recoger dentro de este material didáctico las mejores prácticas docentes.**



En Cartagena





Sesiones de trabajo

**6.-Crear una comunidad abierta a toda la Familia de Imagen Personal** entre alumnado y profesorado, donde se compartan conocimientos mediante el uso de la Web 2.0.

Para coordinar las actividades nos hemos reunido en los institutos de Tenerife, Córdoba, Cartagena y finalizaremos en Terrassa a primeros de junio.

El equipo del Ramón y Cajal está elaborando los materiales para el módulo de “Peluquería en Cuidados Especiales” incluido en el Ciclo de Peluquería de Grado Superior, que se implantará en un futuro próximo.

**3.-Sensibilizar y formar al profesorado** en estrategias de innovación y uso de las TIC en el aula.

**4.-Facilitar la colaboración, cooperación, contacto y movilidad** entre los Centros implicados a través de Jornadas.

**5.-Actualizar la metodología didáctica y el equipamiento** para la mejora de la Formación Profesional.

Queremos trasladar la ilusión que este proyecto nos genera y esperamos compartir con vosotros. Aprovecharemos esta gran oportunidad de potenciar el conocimiento y contribuir a la mejora de la educación.



Foto de grupo

# PLAN DE CONVIVENCIA

**D**urante este curso escolar la generalización de participaciones ha dado lugar a que la palabra CONVIVENCIA se escribiese con mayúsculas, día a día, con tesón, contando con la colaboración de todos.

Entre las actuaciones llevadas a cabo como medidas favorecedoras de la convivencia caben destacar las siguientes:

## Jornada de convivencia de los alumnos de 1º ESO



En el parque Ribera de Castilla, con actividades que favorecieron el conocimiento e integración del grupo.

## Alumnos Ayudantes de convivencia

Por primera vez en el centro, se puso en marcha el “Programa de Alumnos Ayudantes”, en el que se otorga a los alumnos un protagonismo especial en la mejora de la convivencia.



Alumnos Ayudantes de ESO Y PCPI con el Director.



Lectura de los derechos y deberes del alumnado.

## Semana por los Derechos Humanos:

Tuvimos conferencias, talleres, charlas- coloquios, cortos, video-forum, etc.



Alberto Herrero de La Fuente  
Catedrático de Derecho Internacional

Merece una mención especial la implicación del alumnado de los Ciclos Formativos de Imagen Personal y Sanitaria, que con sus caracterizaciones, peinados, toma de tensión, etc., propiciaron la reflexión de la defensa de los Derechos Humanos.

## Felicitaciones solidarias

Quisimos aportar nuestro granito de arena



para ayudar a los que más lo necesitan, vendiendo felicitaciones navideñas, lo recaudado se entrega a Cáritas.

### Olimpiadas por la Convivencia



Tuvimos nuestras propias olimpiadas, sin desplazarnos a Londres. Además de pasarlo bien jugando, aprendimos algo más sobre los juegos de nuestra comunidad y disfrutamos teledirigiendo coches, aviones y haciendo nudos marineros.

Estuvo con nosotros Luis Paino, al volante de su Subaru Impreza, con el que fue campeón de Castilla y León, quien hizo las delicias de todos.

El broche de estas olimpiadas lo pusimos todos, cantando juntos por la Convivencia y por la Paz.



### Celebración del Día de la PAZ



Empezamos las actividades, con el intercambio de pancartas con el CEIP Pablo Picasso y el adorno de la valla del centro, con palomas, pingüinos, flores, poesías, etc., para que todo estuviese listo antes del acto de entrega de diplomas a los alumnos ayudantes y a la ganadora del concurso del logotipo de convivencia, Ana M<sup>a</sup> González.



Al finalizar el acto se realiza una suelta de globos blancos, en la que algunos se resistían a dejarles ascender.

### Día Internacional de la Mujer

Se celebran diferentes actividades, conferencia, comida, talleres de radio, etc., entre las que cabe destacar por la expectación suscitada el partido amistoso de fútbol que se disputó entre las alumnas del IES Ramón y Cajal - IES Delicias, con la victoria de nuestras alumnas.



*Ángela Fernández, coordinadora de convivencia.*

## ENTREVISTA A DIEGO GIL MAGDALENO

**D**iego es un alumno de nuestro instituto, concretamente del grupo de 2º ESO B2. Es simpático, agradable y tiene los gustos y aficiones de cualquier chico de su edad. Sin embargo, ha tenido que pasar por una experiencia muy poco habitual ya que ha sido **trasplantado de riñón en tres ocasiones** en el hospital La Paz de Madrid. Los dos primeros trasplantes no salieron bien. El tercero, en cambio, y siendo su padre el donante, parece que está dando resultados positivos.

Esta entrevista que le hacemos sus compañeros de clase tiene dos objetivos: uno, conocerle un poquito más, y otro, darle todo el ánimo del mundo para que, de una vez por todas, pueda hacer una vida totalmente normal.

**¿A qué edad empezaste a tener problemas?**

*Desde que nací*

**¿Cómo te sentías antes de que te trasplantaran?**

*Mal, no podía comer todo lo que quería; las comidas tenían que tener poca sal y nada de potasio; me sentía cansado, tenía que ir a hemodiálisis...*

**¿Cuántos años tenías cuando te hicieron la primera operación?**

*Cinco*

**¿Por qué salieron mal los dos primeros trasplantes?**

*Porque mi cuerpo los rechazó*

**¿Alguna vez tuviste miedo?**

*No, siempre hay que ser optimista y no pensar demasiado en los inconvenientes*

**¿Qué pensaste cuando tu padre te dijo que te donaba uno de sus riñones?**

*Pensé que me iba a poner bien del todo*

**¿Cuánto duró la última intervención?**

*Unas cinco horas*

**¿Hiciste muchos amigos en el hospital? ¿Qué destacarías de los médicos que te atendieron o del hospital en general?**

*Hice bastantes amigos. Los médicos fueron muy profesionales y superaron todos los problemas que surgieron*

**¿Cómo te encuentras ahora?**

*Bien. Puedo hacer más cosas que antes, por ejemplo venir a clase algunos días, nadar...*

**¿Sientes algo diferente con un órgano nuevo en tu cuerpo?**

*Sí, lo noto en el lado derecho porque en el izquierdo no tengo nada*

**¿Cómo se encuentra tu padre?**

*Estupendamente*

**¿Cada cuánto tiempo tienes que ir a revisión?**

*Ahora mismo cada quince días*

**¿Puedes hacer vida normal o tienes que tomar algún tipo de precaución?**

*No debo coger peso, tampoco practicar deportes de*



Diego con sus compañeros

*equipo para evitar posibles golpes...*

**¿Cómo te definirías a ti mismo?**

*Soy bajo de estatura y, a la vez, divertido, gracioso, optimista, sociable...*

**¿Qué haces en tu tiempo libre? ¿Cuáles son tus aficiones?**

*Jugar a la Play, salir a dar una vuelta, hacer los deberes... Mis aficiones preferidas son la Play, el cine, la música, las fiestas, nadar...*

**¿De qué equipo eres? ¿Qué jugador te llama más la atención?**

*Del Barcelona. Messi, sin ninguna duda*

**¿Qué música escuchas habitualmente?**

*Electrohouse y la música pop en general*

**Tu programa favorito de la tele es...**

*"Avanti", y la serie "Los protegidos"*

**La asignatura con la que más cómodo te encuentras es...**

*Matemáticas, porque me resultan fáciles y sé hacer las actividades*

**¿Te encuentras a gusto en el instituto? ¿Qué es lo que más te gusta de él?**

*Sí. Los compañeros que tengo*

**¿Tienes muchos amigos? Dinos los nombres de algunos de ellos**

*Bastantes. Carlos, Sergio Villanueva, Sergio Ruiz, Asier...*

**Después de tus experiencias, ¿qué mensaje enviarías a todos tus compañeros?**

*Que hay que ser optimistas, que cuando alguien tenga problemas le ayuden lo que puedan, que sean valientes...*

*Nada más, Diego. Muchas gracias por tu colaboración. Te deseamos lo mejor y que tengas mucha suerte.*

*Esther Díez, Esther González, Sara Minguela, Lorena Bailes y Sergio Villanueva*



## ENTREVISTA A CARLOS DE LAS HERAS RESPONSABLE DE AMNISTIA INTERNACIONAL DE LAS CAMPAÑAS CONTRA LA PENA DE MUERTE

Carlos de las Heras lleva trabajando en la sección española de AI desde 2002. Ha colaborado en distintas áreas y departamentos y desde hace cuatro años trabaja en el departamento de Campañas e Investigación, donde es el responsable de Acciones Urgentes y Pena de Muerte. Entre sus responsabilidades está el trabajo de movilización de la sociedad española en contra de la pena de muerte y las relaciones con otras organizaciones e instituciones. También es el portavoz de la organización para temas relacionados con pena de muerte y coordina el equipo de voluntarios de la sección española.

La entrevista se realizó después de la primera conferencia que dio Carlos el día 16 de Diciembre dentro del ciclo “Una mirada al mundo” que organiza el Departamento de Geografía e Historia” del IES Ramón y Cajal.

**P- ¿Nos podría decir quién fundó Amnistía Internacional?**

R. –La Organización fue fundada en 1961 por el

abogado británico Peter Benenson, que a través de un artículo en el diario The Observer escribió el artículo “Los presos olvidados”. En él denunciaba la situación de los presos políticos a los que denominó “presos de conciencia”. No se respetaban sus derechos a la libertad de expresión. A partir de este artículo y de la campaña que desató, comenzó la organización.

**P.- Cuántas personas hay en la organización?**

R. En España hay más de 80 grupos locales en los que habrá alrededor de 4.000 o 4.500 activistas y además tenemos casi 100.000 socios en toda España

**P.-Que le hizo entrar en esta organización?**

R.-Yo entré en esta organización básicamente porque pensaba que no solo debía trabajar para ganarme mi dinero y manutención. Si gracias a mi trabajo podía contribuir a que se respetaran los derechos humanos o a que la gente no fuera ejecutada , o torturada, me sentiría mejor.



Carlos de las Heras con dos alumnos de 2.º ESO A

**P.- ¿Cuántos años lleva en la organización?**

R.- Llevo casi 10 años en esta organización y trabajando contra la pena de muerte, alrededor de 4 años.

**P.-¿Qué edad tenías cuándo entraste?**

R.- Tenía 24 años.

**P.-¿Puedes contarnos algún caso que le haya interesado más que otros?**

R. Después de varios años, uno puede pensar que hay casos que son más interesantes que otros, pero la realidad es que cada vez que tenemos constancia de una condena a muerte, las sensaciones son las mismas. Hay otros casos, como por ejemplo, el caso de Hakamada Iwao, que como he dicho en la conferencia, es la persona que más tiempo lleva en el mundo condenada a muerte. Además hay otros casos que te tocan más de cerca, como el de Pablo Iván Ibar, un español que está condenado a muerte en Florida o el caso de Shakineh Mohammadi, la mujer condenada en Irán a la lapidación desde hace varios años y sobre cuya condena ahora se está discutiendo el método de ejecución: la horca o la lapidación.

**P.- Hay algún método de ejecución que sea “indoloro”?**

R.-No, como os decía, para A.I. no hay diferencia en cuánto al método de llevar a cabo una ejecución. A pesar de que algunos métodos de ejecución puedan suponerse indoloros, como la inyección letal, no hay estudios o pruebas científicas que demuestren que la persona ejecutada no es objeto de dolor.

**P.-¿Habéis conseguido que algún país suprima la pena de muerte?**

R. Si. En los últimos años se ha conseguido suprimir de los sistemas legales de países como Togo, Burundi o Gabón, además de varios estados en EEUU, como Illinois, Oregón, etc. o la mayoría de países en Europa, en la antigua URSS...

**P.-¿Algún familiar o amigo suyo está a favor de la pena de muerte?**

R.- Tengo amigos que están a favor de la pena de muerte.

**P.-Le parece importante venir a los centros de enseñanza a hablar sobre la pena de muerte?**

R.- Sí, me parece muy importante, porque para sensibilizar contra la pena de muerte no solo es importante reunirse con gobiernos, con embajadores, con políticos. Una de las bases que tenemos es la educación y venir a centros escolares, organizar actos públicos, es posiblemente una de las maneras más enriquecedoras de llevar a cabo nuestro trabajo.

**P.-Qué le dirías a una persona que esté a favor de la pena de muerte?**

R.-Pues, básicamente le diría tres cosas:

- 1.- En primer lugar que la pena de muerte viola derechos humanos básicos: el derecho a la vida- nadie es el dueño de la vida de nadie, por muy culpable que sea de los peores delitos, y nadie puede ser objeto de trato cruel, inhumano y degradante..
- 2.-Le diría que nunca podemos estar seguros de que una condena a muerte sea efectiva. En multitud de casos, se ha demostrado la inocencia de personas que habían sido ejecutadas.
- 3.-La pena de muerte no es disuasoria. Hay multitud de estudios que demuestran que la pena capital no funciona como disuasión frente al delito.

**P.-Qué piensas que podemos hacer nosotros para cambiar el mundo en este tema de la pena de muerte?**

R. La gente joven es el futuro. Siempre que se tengan las ideas claras y la capacidad o motivación por trabajar contra la pena de muerte, sois la herramienta del futuro. Podéis implicaros en organizaciones como Amnistía Internacional, podéis informaros, podéis hacer cosas en vuestro ámbito escolar o familiar. Hay muchas cosas que se pueden hacer. Simplemente enviando una postal o un correo para paralizar una ejecución, estáis haciendo una gran aportación. Una buena manera de comenzar es visitar nuestra web: [www.actu-aconamnistia.org](http://www.actu-aconamnistia.org)

Muchas gracias, Carlos.



# Entrevista a Loreto Ginez Montero, entrenadora nacional de gimnasia artística y trampolín.

## ¿Por qué decidiste dedicarte a esto?

Mis padres eran entrenadores y prácticamente nací en un gimnasio.

## Me cuenta que su primera foto en prensa fue a los 10 meses en una cama elástica.

## ¿Cuál es tu salto favorito?

Me gusta el Barany in fullot. (Que es un doble salto mortal con medio giro en el primer mortal y giro completo en el segundo)

## ¿Cuántos años competiste y a que nivel?

Estuve en la selección nacional de gimnasia artística 3 años y en trampolín desde el 85 al 95.

## ¿Hace cuantos años dejaste de competir?

Lo dejé en el 98 por una lesión.

## ¿Has estudiado alguna carrera?

Si, magisterio de educación.

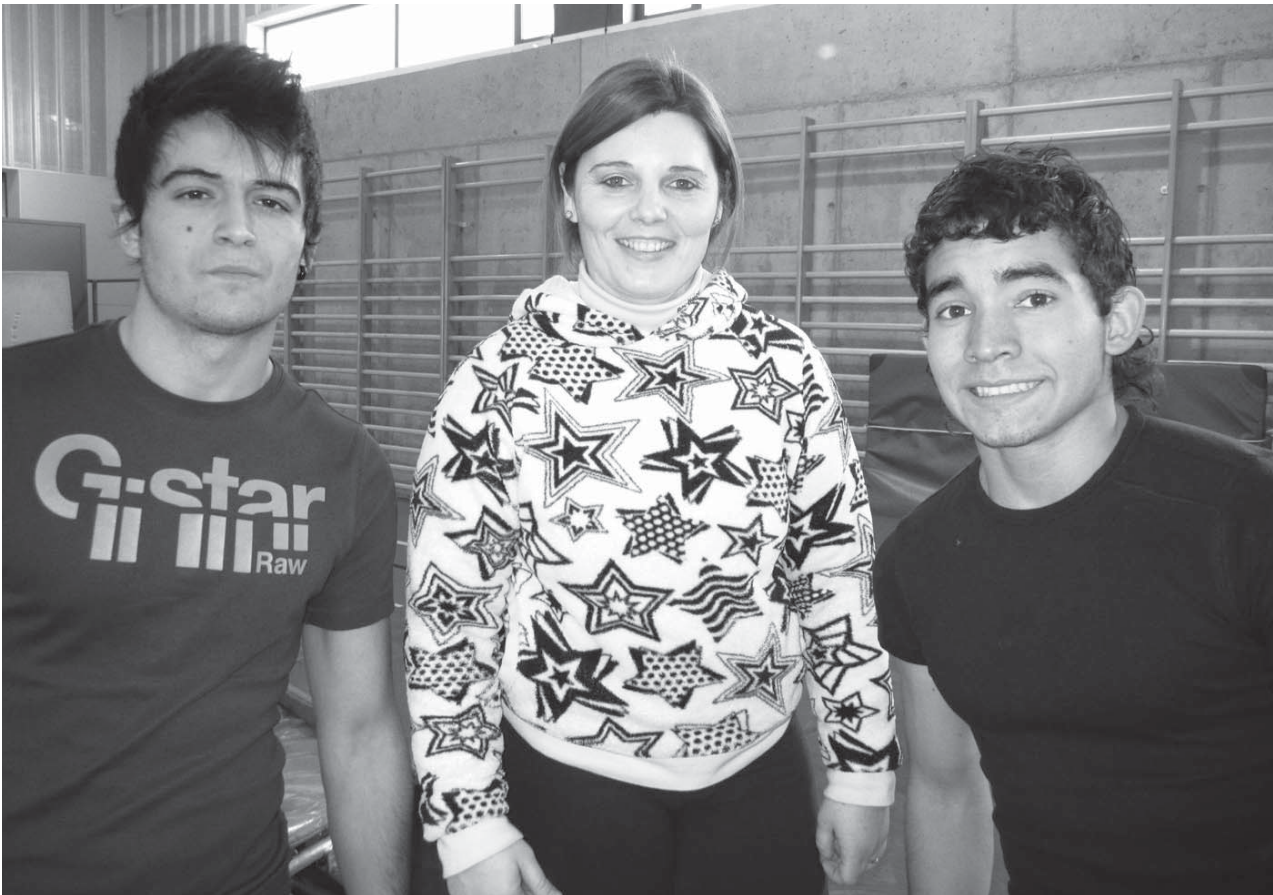
## ¿Has hecho alguna otra cosa relacionada con el deporte?

Si, estuve de cheerleader en el equipo de la ACB de baloncesto. Que antes se llamaba Forum y ahora se llama Blancos de Rueda. Aquí estuve 5 años.

## ¿Y ahora a que te dedicas?

Soy entrenadora de gimnasia artística y trampolín. Estoy en el polideportivo Pisuegra. Y también hacemos promoción de este deporte en algunos centros, por eso he venido al Ramón y Cajal y espero que algunos alumnos se animen a realizar esta actividad.

*Carla Nanclares Domínguez  
1º ESO B1*



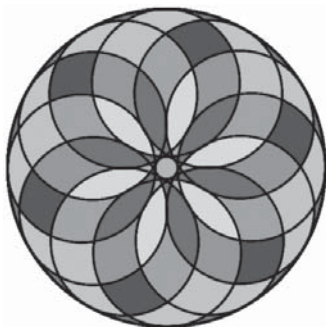
Dos alumnos del centro entrenan con Loreto

# CURIOSIDADES... ¿NUEVAS?

Alumnos de Historia y Cultura de las Religiones de 1º de ESO"

## LAS MANDALAS:

Las mandalas son representaciones, esquemáticas y simbólicas del universo o también son técnicas de relajación orientales. Las pueden realizar personas de cualquier edad, ayudan a fortalecer la creatividad. Además la puedes colorear a tu gusto y crearlas. Pertenecen a las religiones del budismo y el hinduismo.



Como hacer una mandala:

- Primero hay que elegir la mandala que más te guste.
- Escoger los materiales que vas a utilizar.
- Se aconseja ir a un lugar tranquilo o con música.
- Si se necesita ayuda para exteriorizar las emociones, se deben colorear de adentro hacia fuera. Si se desea buscar el propio centro, se pintará de afuera hacia adentro. Si no necesitas nada de los anteriores ejemplos puedes pintarla a tu gusto.
- No es necesario acabar la mandala, puedes acabarla otro día o dejarla así.

## NUMEROLOGÍA:

- La **numerología** es un conjunto de creencias o tradiciones que pretende establecer una relación mística entre los números, los seres vivos y las fuerzas físicas o espirituales.
- Se utiliza como arte adivinatoria aunque no lo es.
- Pertenece a la cultura china en especial estos tienen un mes denominado con ese nombre.
- Se puede utilizar como "juego" para entretenimiento y así podrás conocer tu número de la suerte mediante la fecha de tu nacimiento o el nombre.

Ej.: si has nacido el 20-1-1998 debes sumar todos los números:  $2+1+1+9+9+8=30/ 3+0 = 3$

Para calcularlo a partir del nombre hay que usar esta tabla:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
A	B	C	D	E	F	G	H	I
J	K	L	M	N/Ñ	O	P	Q	R
S	T	U	V	W	X	Y	Z	

Escribes tu nombre y apellidos. Ej: María Luna Sol

Y escribes los números correspondientes a cada letra:

M A R I A L U N A S O L

4 1 9 9 1 3 3 5 1 1 6 3

Sumas todos los números:

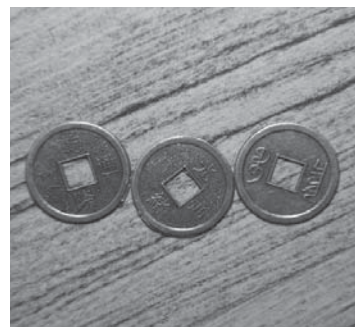
$$4+1+9+9+1+3+3+5+1+1+6+3=46$$

$$/4+6=10/1+0=1$$

Y tu número total sería:  $3+1= 4$

## EL I CHING

El I Ching es un libro oracular chino cuyos primeros textos se suponen escritos hacia el 1200 a.C. Se cree que predice el modo en que se resolverá en el futuro si se adopta ante ella la posición correcta.



En el I Ching se advierte un sistema de numeración binario, a la vez geométrico y aritmético, en el que una línea continua es a la vez todos los números impares, y una quebrada, los pares. Los trazos de los hexagramas se construyen de abajo hacia arriba, al contrario de la escritura china posterior, que se construye de arriba abajo. Está compuesto por 64 hexagramas y sus correspondientes líneas. Es un sistema que asegura que sólo intervendrá la energía del consultante. Por lo general se suele asignar un valor 2 a la cara de cada moneda y un valor 3 a la cruz. De este modo los ocho resultados posibles para cada tirada, sumando los cita-



dos valores, son:

$2+2+2 = 6$ , línea yin mutable o “gran yin”

$2+2+3 = 2+3+2 = 3+2+2 = 7$ , línea yang

$2+3+3 = 3+2+3 = 3+3+2 = 8$ , línea yin

$3+3+3=9$ , línea yang mutable o “gran yang”

La tirada se repite seis veces, construyéndose un hexagrama de abajo a arriba en función de las líneas obtenidas.

### LAS RUNAS

**Definición:** las runas se conocen como caracteres que se empleaban en la escritura algunos antiguos pueblos germánicos y escandinavos: este nombre significa algo “misterioso” o “secreto”. Las runas experimentaron su máxima difusión a partir del siglo V d.C. y hasta el siglo XII.



El alfabeto rúnico se conoce como Futhork, nombre formado por las iniciales de las seis primeras runas. Sus 24 caracteres tienen una gran riqueza simbólica y semántica.

**Para que sirven:** las runas se usaban con fines mágicos, de tal manera que los signos grabados sobre ciertos instrumentos o sobre naves proporcionaban una mágica potencia a estos objetos, y también se usaban con fines adivinatorios. Por ejemplo:

Se ponen boca abajo.

Se eligen 5.

Se colocan así.

	4	
1	2	3
	5	

Se leen:

1º la número 2.

2º la número 1.

3º la número 4.

4º la número 5.

5º la número 3.

Los números significan:

1- La causa.

2- El problema.

3- El consejo.

4- Los amigos.

5- Los enemigos.

### EL PÉNDULO

El péndulo es uno de los métodos de adivinación más recientes que evolucionó a partir del uso antiguo que se daba a las ramas de ciertos árboles para encontrar agua y otros objetos.

El péndulo se emplea hoy en día para la escogencia de terrenos fértiles, de los mejores abonos, en la búsqueda de minerales, fósiles, oro y, como se ha mencionado, para encontrar objetos y personas perdidas. El péndulo también se puede usar para tomar decisiones y averiguar aspectos de la vida cotidiana.



Un ejercicio para hacer con el péndulo.

- Buscar una habitación silenciosa. Sentarse en una silla, ante una mesa, con la espalda recta y las plantas de los pies apoyadas en el piso. Colocar el péndulo frente a su cara. Determinar el significado de las distintas oscilaciones: Sí, No, No sabe o No responde (de derecha a izquierda o viceversa) En caso de que el péndulo permanezca estático o muestre una ligera vibración, significará que No sabe o No responde. Se le pueden hacer preguntas al péndulo y él te contestará con los movimientos que tú le hayas puesto.

# LO QUE NO SE VIO DEL CONCIERTO

Alumnos de 2º ESO A

Cuando dimos el concierto en diciembre, sólo pudisteis ver nuestra actuación. Pero un concierto es mucho más que la interpretación de una obra musical. Ahora vamos a contaros el resto...

## Elegir la obra

Yo quiero ésta

Yo la otra

No, que esa es muy aburrida

¿Y porque no...?

Venga, votamos...

Hala, ya está.

## Practicarla personalmente (muchas veces)

Jooo, no me sale, tendré que repetirla...

¡Calla, deja de tocar que queremos ver la tele!

¡Que tengo que estudiar...!

## Ensayarla en grupo (muchas más veces)

1,2,3 y...(na-na- naaa-na-na...piiiiiii)

¡Otra vez! Vamos chicos: 1, 2, 3 y...

## Seleccionar y preparar materiales

¿Quién tiene atriles?

Yo uno

Yo dos

Pero... ¿Cuántos traemos?

¿Y libros? ¿Cuántos harán falta?

(Buff, ¡que estrés!)

## Instrucciones finales

No olvidéis la flauta, el que no la traiga es hombre muerto (Mua,ja,ja,ja,ja...)

Puntuales para el ensayo

Y acordaos de...

## Adaptarse al escenario

¿Nos colocamos aquí?

¿Cómo van los atriles?

¿Cómo nos ponemos para no reírnos?

¿Está preparada la Música del acompañamiento?

¿Por dónde entramos y salimos?

## Ensayo general

¡Qué mal está saliendo! Repitamos otra vez

¡Esto se oye poco!

¿Pero dónde nos ponemos?

Me están haciendo reír...

¡Jo, profe, que me suena mal la flauta...!

## 10 minutos antes...

Éste no ha venido

Se me ha olvidado la flauta

Necesitamos otro atril

¿Pero quien controla el volumen?

## Mantener el tipo durante la actuación

Tengo que poner cara de paisaje, cara de paisaje, cara de paisaje

No me están mirando, no me están mirando no me están mirando

¿Cómo hablan las de atrás!

Grr, puff, hoff, ...(!;Maldición!)

¿Por qué estarán poniendo esa cara?

## ¡Y por fin se acabó!

¡Nos ha salido bien!

¡Huy, huy, huy,...! ¡Si aplauden...!

Mira qué cara de felicidad tienen...



Actuación en la fiesta de navidad



# “DE VUELTA AL INSTITUTO”

POR MIRLENI INGUILAN HERNÁNDEZ

## Ciclo Formativo Grado Superior de Estética

### F. P. Imagen Personal

Quería comenzar el artículo diciendo: “Soy” pero he estado pensando un momento en ¿quién soy? Me doy cuenta que soy madre de dos hijos, esposa, trabajadora, estudiante, ama de casa y colombiana. Aunque tengo muchos roles, también tengo metas que deseo alcanzar; pese a que esto me lleve a privarme de otras cosas.

En el momento que tomé la decisión de ser estudiante de nuevo y volver al instituto, sabía que no iba a ser fácil. Cuando lo comenté con algunas personas trataron de persuadirme diciéndome que mis circunstancias no me ayudarían en nada pero mi familia me dio ánimo y ví en ellos el deseo de acompañarme en todo este proceso.

No ha sido fácil en muchos aspectos como por ejemplo, la integración al grupo por la diferencia de edad ya que algunas de mis compañeras podrían ser mis hijas y yo siendo de 41 años me siento comprometida a dar ejemplo, ha sido duro el acoplamiento, en momentos me he sentido liada, a veces no comprendo algunas expresiones o entiendo mal porque aunque hablemos el mismo idioma, las expresiones son diferentes y en algunas ocasiones tienen distinta connotación.

El tiempo ha sido otro factor influyente. He tenido que organizarme con un mínimo de tiempo ya que trabajo en las tardes y llego a casa a las siete y media, si no paso por el supermercado, pues si es así ya llego a casa después de las ocho y toca hacer la cena, bañar a la nena, revisar si han hecho los deberes y cuando quiero ponerme a estudiar ya son las diez de la noche, así que he decidido que la mejor hora para hacerlo son las cinco de la mañana. Todo esto me ha obligado a coger nuevamente una disciplina que ya había olvidado.

La verdad son muchas cosas en mi vida que he tenido que organizar y sacrificar. Sacrificar tiempo de

ocio como leer, ir al gimnasio, salir con amigas, hablar por teléfono, chatear con mi familia de Colombia... Esto en cuanto a lo personal y en cuanto a lo que influye al núcleo familiar, también ellos han tenido que colaborar, mis hijos han aprendido a arreglar su habitación y el padre se levanta un poco más temprano a hacer los bocadillos. Han sido comprensivos porque el tiempo que compartía con ellos antes, ya no es para ellos, pues lo dedico a estudiar y también me toleran en mis momentos de agobio. Porque imagínate llegar a tu casa todos los días a las dos y media de la tarde deprisa y corriendo ya que tienes que ir a trabajar pero antes tienes que pensar qué hacer de comida para tu familia, tienes que alimentarles bien, no les puedes dar filete y patatas fritas todos los días, que tienes que poner la lavadora, que el tiempo no te da para más, que el único momento tuyo es en el baño. Esta rutina puede llegar a agobiarte y desanimarte.

Pero la manera de motivarme ha sido en el día a día pensando que un día más es un día menos que me falta para alcanzar mis objetivos. Es un reto personal además de estar segura que es un ejemplo para mis hijos, ejemplo de perseverancia, constancia, sacrificio y, sobre todo, de valorar las oportunidades: “Nadie logra metas exitosas y duraderas sin un poco de sufrimiento” Es tonto el que deja pasar la oportunidad de lograr algo que le va a servir para siempre como es el adquirir conocimiento porque a uno le pueden quitar todo en la vida menos el conocimiento. Además, en este caso, abre puertas de trabajo.

Todo este proceso ha sido y es duro pero a la vez lo estoy viviendo como una experiencia única por tener la oportunidad de conocer nuevas personas, de compartir con ellas, de involucrarme en un mundo nuevo, de despertarme a nuevas expectativas, en fin...es enriquecedora en muchos aspectos y, como creyente, doy gracias a Dios por todo ello.

## VI CONCURSO LITERARIO

El pasado viernes 27 de abril tuvo lugar la entrega de premios de la VI edición del concurso literario de relato y poesía IES Ramón y Cajal. La edición de este año destaca porque ha habido una alta participación, sobre todo de alumnos de primer ciclo.



Lectura del relato ganador

Después de varios días de lectura y selección por parte de los componentes del jurado: Eva Moral, Juan José García, Rosa Cubillo, Mercedes Vallinoto y Juana Mellado, tuvo lugar el Acto de entrega de premios. Dicho acto estuvo presidido por el Director del centro: Fernando Muñoz, la responsable de la biblioteca: Eva Moral y la jefa del Departamento de Lengua y Literatura: Juana Mellado. Para finalizar el acto, los premiados de cada categoría: A (1º y 2º de ESO), B (3º y 4º de ESO), C (Bachillerato y Ciclos) y D (Profesores, padres y personal no docente) leyeron en la biblioteca los relatos y los poemas ganadores.



Entrega de premios

Los premiados de cada una de las categorías son:

### Categoría A:

Relato: Primer premio: Darío de Rodrigo de 1º ESO A1 con "Milord el ingenioso"

Poesía: Primer premio: Marcos Salvador de 1º de ESO A1 con "El bufón a mediodía".

### Categoría B:

Relato: Primer Premio: Sara de Castro de 3º ESO B con "La importancia de la letra C".

Poesía: Primer Premio: Andrés Luengo de 4º ESO B con "Nada volverá a ser lo mismo"

### Categoría C:

Relato: Primer premio: Rodrigo del Campo con "Día 0"

Poesía: Primer premio: Ignacio Sanz con "Mil esquirlas"

### Categoría D:

Relato: Primer premio: M<sup>a</sup> del Carmen Marcos con "Nubelinda"



## PRIMER PREMIO- CATEGORÍA A - RELATO

### MILORD EL INGENIOSO- Darío de Rodrigo -1º ESO A1

Érase una vez, en un campo muy particular situado a la orilla del río Manzanares, una familia formada por cinco pequeños pajaritos y su madre. Los pajaritos eran tres machos y dos hembras. Los machos se llamaban Milord, Keylor y Forest y las hembras se llamaban Elisabeth y Chispa.

Chispa era la más bonita porque tenía las plumas de color amarillo y eran relucientes y por eso Elisabeth la tenía un poco de envidia pero se llevaban muy bien.

Era primavera y la madre de los pajaritos siempre estaba ocupada. Ella se quejaba: “que si tengo que daros todo hecho”, “que hasta tengo que masticaros la comida”, “que si un día os vais a quedar paralíticos de no hacer nada”... Cuando llegaba la hora de comer, siempre tenía que esperar y acababa gritándoles que fueran a comer pronto.

Vivían en una de las ramas del único árbol que había, que estaba situado en medio del campo, de aquí lo particular del campo, y su madre les tenía que subir uno a uno, ya que la rama en la que vivían era la más alta y ellos no sabían volar.

Los machos siempre iban por un lado y las hembras por otro. A ellos les gustaba hacer deporte y jugar a peleas. Jugaban a pelearse porque decían que practicaban para cuando les tocaba pegarse con sus repetentes hermanas, según decían ellos. En cambio, ellas jugaban a cosas más pacíficas, como buscar tréboles de cuatro hojas o mirar las estrellas y constelaciones por las noches, y ni se las pasaba por la cabeza pegarse con sus hermanos, aunque se llevaban muy mal, pero Elisabeth y Chispa eran más tranquilas y pacíficas, aparte de que sabían que si se enfrentaban a ellos saldrían perdiendo, con sus alas doloridas y nunca aprenderían a volar, que las hacía mucha ilusión.

Ellas eran las preferidas de su madre, ya que, como tenían tantas ganas de aprender a volar, jugaban juntas a tirarse desde su rama a un montón de hojas, volver a subir, y así sucesivamente, mientras sus hermanos jugaban a hacer el bruto.

Así pasaron los meses y llegó el otoño. En esta época del año las aves emigran a países donde hace más calor.

Como era de esperar, Elisabeth y Chispa aprendieron a volar antes que los machos y su madre y ellas se alegraron mucho. Forest y Keylor también habían

aprendido, pero Milord seguía intentándolo sabiendo que se le estaba haciendo tarde. Pero no lo conseguía. Él intentaba hacerlo como los demás, saltando y agitando sus alas y, aunque parecía sencillo, para él no lo era. Si no lo conseguía pronto se quedaría sin familia porque ellos no esperarían más y emigrarían a países cálidos dentro de poco y él se quedaría allí, sólo, sin nadie con quien poder jugar y hablar. Pero Milord era muy optimista y siempre miraba las cosas por el lado bueno. Estaba convencido de que pronto podría aprender a volar, antes de que empezara a hacer más frío y su familia no pudiera esperar más. Su madre no sabía qué hacer: dejar a Milord allí y que solo él muriera de frío o quedarse y, poco a poco, ir cayendo todos los miembros de la familia. Estaba muy indecisa.

Un día, a Milord se le ocurrió una gran idea y fue a plantársela a su madre. Su idea fue montarse en el lomo de su madre, y en los ratos en los que ella estuviera cansada, él montaría sobre el ala izquierda de Keylor y el ala derecha de Forest, y ellos agitarían el ala contraria para poder mantener el vuelo. A su madre la llenó de orgullo la idea de Milord, ya que ella pensaba que solo sus hijas tenían buenas ideas, y la gustó la ocurrencia de Milord.

A la mañana siguiente, toda la familia emprendió su viaje hacia un país más cálido y Milord iba turnándose: si se cansaba su madre de llevarle en su bonito y reluciente lomo, Keylor y Forest se hacían cargo de él y, si ellos se volvían a cansar, se lo volvían a dejar a su madre, y así sucesivamente.

Llegaron a su destino muy cansados de tanto ajetreo y lo primero que hicieron fue buscar una rama de algún árbol que estuviera libre e irse a dormir. Milord decidió irse a la cama pero se le quedó clavada la espina de no haber aprendido a volar antes del momento decisivo. A la mañana siguiente ocurrió lo que debería haber ocurrido mucho antes. Milord vio a un mosquito que le estaba estorbando y lo intentó atrapar, pero el mosquito salió volando. Entonces, inconscientemente, Milord saltó a por él, agitó las alas y voló como siempre había soñado. Desde aquel día, Milord se pasó todos los ratos libres que tenía volando por el cielo sin parar.

**PRIMER PREMIO- CATEGORÍA A - POESIA**  
**EL BUFÓN AL MEDIO DÍA- Marcos Salvador -1º ESO A1**

El bufón a mediodía,  
 al quitarse el gorro, los ropajes y los maquillajes  
 en un enano se convertía.

El enano se llamaba Ricardo,  
 era bajito,  
 un poco gordito  
 y tan feo como un cardo.

Ricardo antes era un príncipe  
 Que fue hechizado,  
 Y después desterrado  
 Por el rey Felipe.

Un día el enano de ser bufón se cansó  
 Y contra su rey se sublevó.

El diminuto hombrecillo no pudo contra el monarca,  
 fue encerrado con llave y cadena  
 en una caja.

Al geniecillo se le recordó como "El enano",  
 Tras pasar unos años el pueblo se cansó del revolu-  
 cionario.

**PRIMER PREMIO- CATEGORÍA B - RELATO**

**LA IMPORTANCIA DE LA LETRA C- Sara de Castro Casero -3º ESO B**

La letra C estaba cansada, cansada de ser solitaria, de ser solo una curva sin acabar, de no tener una compañera como la W o la LL, incluso como la M que parece dos N hermanas. Ni siquiera estaba completa como la letra A, o como la G que tenía un gracioso rabito. No hablemos de la O, ya que por esa letra sentía un gran afecto, era perfectamente redonda, como si dos C se juntasen para formar una sola letra. Ella quería estar con la O, pero esta no quería estar con la C, ya que también pensaba que era una curva mal hecha, y como era tan orgullosa no quería estar con letras de menor nivel.

La letra T siempre veía a la C decaída, a si que un día la intentó consolar:

- Querida C, no seas cabezota, y no hagas caso a la O que es demasiado orgullosa como para darse cuenta de lo que vales. Sin ti las flores no tendrían color, no habría personas ya que cuerpo sin la c no sirve de nada, tú estas incluso en la palabra corazón, algo muy importante para todos. La C reflexionó y comprendió que nada sería lo mismo sin ella. Incluso el mundo desaparecería, ya que el mundo esta en el cosmos, y que casualidad, cosmos empieza por c.

**PRIMER PREMIO- CATEGORÍA B - POESIA**

**NADA VOLVERÁ A SER LO MISMO - Andrés Luengo -4º ESO B**

Nada volverá a ser lo mismo,  
 se nos congeló el calor  
 y enganchado a tu olvido,  
 otro comienzo acabó.  
 Se nos hizo de día quedándonos sin nada  
 cuando el amor vivía de amar la madrugada  
 nunca será lo mismo ya perdimos el control  
 jugando en el abismo a lanzarlo todo menos el dolor

el silencio y sus gritos nos despertaron ayer  
 y hoy de nuevo te invito a querernos sin querer  
 perdona si me dejo llenar por tu vacío  
 te fuiste tan tan lejos durmiendo al lado mío  
 era normal tropezar si cegados nos quisimos  
 engañando la verdad antes nuestros destinos,  
 todo con tal de evitar reconocer  
 que nunca será lo mismo.



## PRIMER PREMIO- CATEGORÍA C - RELATO

### DÍA 0- Rodrigo del Campo Ortega

Como cualquier día normal, tras un fantástico sueño, el despertador lo estropea todo. Lo apago de un golpe y me levanto perezosamente de la cama. Salgo de mi cuarto y me encuentro con mi hermana, en las mismas deplorables condiciones que yo: despeinada, ojeras hasta los pies, espalda encorvada y de mala leche. Nos saludamos con un gruñido y seguimos nuestro camino.

A las 8 bajamos de casa. Vivimos en Canterac, así que tenemos que atravesar el parque y al fin llegamos al instituto. Como ella está en 1º de la ESO tiene que subir a la 3ª planta del pabellón A, mientras yo tengo clase en el bajo del D. ¡Pringada!

Después de una “reconfortante” clase de Matemáticas a primera hora, empieza a salir el sol. Para rematar la mañana, ahora tenemos Química. Pese a ser de las asignaturas más aburridas de la historia de las asignaturas, la clase de hoy no está mal. Hemos dejado de lado las disoluciones y por fin damos un poco de física. De pronto se empiezan a oír fuertes portazos en la clase de al lado.

-“Tienen CMC, seguro que quieren huir”-dice Marco, que provoca una carcajada general. Entonces un grito horrible me deja helado.

La profesora salta como una exhalación hacia la puerta y cuando sale se queda petrificada.

¡Alguien está mordiendo a la profesora de CMC! ¡Ésta gritando sin parar! Los alumnos se amontonan en las puertas. Más gritos se suman al de ella.

De pronto aparece por una puerta el conserje, un tipo pequeño, con gafas y cara de mala leche. En el momento en que ve lo que pasa cambia su gesto y se lanza hacia el agresor. Tras un breve forcejeo, éste le muerde en la pierna. El conserje grita y un borrador vuela para darle en la cabeza a aquel hombre. Entonces los gritos se multiplican. Se da la vuelta: es un hombre alto, con la espalda encorvada y con una bata de laboratorio manchada de sangre. Su cara lo está también y tiene un trozo de pantalones entre los dientes. Sus ojos son amarillos. Con cara de loco empieza a caminar torpemente hacia mi clase.

El conserje se vuelve a tirar sobre él y grita: ¡Corred!

Con una velocidad increíble, “Guti” sale corriendo hacia la puerta y todos les siguen. Como van hacia la puerta, un grupo vamos a las escaleras pero, ¡o no!

¡Vienen más! Nos damos la vuelta y corremos hacia la puerta pero cuando cruzo me tropiezo con algo. Adrián me ayuda a levantarme y miro con que me he tropezado. ¡Es Guti!

¿Qué le habrá pasado?

Seguro que se ha caído en su huida. La marabunta le habrá pasado por encima. Que en paz descanse.

Echamos a correr y al pasar por las ventanas de mi clase vemos que muchos se han quedado. Están bloqueando la puerta con mesas y sillas. Cuando llegamos al centro del patio vemos algo aterrador. ¡Hay muchos más de esos! El otro grupo se los ha encontrado de frente.

Los gritos hacen eco en el vacío y las caras se pegan en las ventanas más altas para ver lo que pasa.

-¡Al polideportivo!-grita Marcos-. Allí podremos salir por el Delicias.

Como si fuese una orden, echamos a correr por el camino más cercano al pabellón A.

-Por Dios, ¡que esté abierto!-ruega “Adri”.

Y sí, está abierto. Entramos corriendo y digo: ¡Tamara, coge las llaves de la puerta! Estoy cerrando la verja cuando aparece “Loza”, perseguido por un séquito de esas cosas.

En cuanto entra, llega Tamara con las llaves y cierro la verja. Esas “personas” se amontonan en ella sin poder hacer nada.

Hago recuento y veo que solo somos cinco. Salimos por el Delicias, no sin antes activar la alarma de incendios para evacuar los edificios. Ya fuera quedamos en hablar por “Skipe” para saber qué hacer y nos vamos a toda prisa para casa.

Y subiendo la cuesta del parque con Tamara me doy cuenta de algo, algo importante que me he olvidado en el instituto, ¡a mi hermana! Me doy la vuelta para ir a por ella pero Tamara me agarra del brazo y me impide que vaya. No quiero creerlo, no puedo permitir que mi hermana esté muerta. De repente vemos como el ventanal del tercer piso se rompe y los gritos llegan hasta aquí. Dejo de forcejear, me rindo. La vida, mi vida, acaba de cambiar, y no pienso dejar que me coja.

Fin

## PRIMER PREMIO- CATEGORÍA C - POESIA

### MIL ESQUIRLAS- Ignacio Sanz

Me han contado que te vieron por las calles,  
que los tímidos rayos de sol no impiden que llores  
y que cada día, no se aparta de esa vía  
y bajo la carpeta ese corazón se enfría...  
No, no me preguntes si yo también salí corriendo  
al compás de los cazadores, de lejos viendo  
ni por el medio, ni lo de siempre, esta vez al margen  
no me dejé llevar por esas dudas desoídas que nos surgen.

Y más en estos días, de sin pausas y sin prisa  
donde de cada cara se rehúye la sonrisa,  
y da igual el fuego, las ascuas o las ilusiones  
si en el fondo, nos gobiernan las tensiones.  
Soy alquimia, sólo un polvo de estrellas,  
quizás una más en la larga fila de botellas  
en esa estantería de vidas y memorias  
tan entretejidas, son la red de nuestras historias...

Bien mirado, aquello fue solo un revoltijo  
de dar el paso, dejar las prisas, en mi mente cual acertijo,  
y en las culpas a quienes, volviendo, no entienden;  
lástima, ni yo mismo soy de los que al final aprenden.  
Pero cuando miro, y me caliento por dentro  
no sé si valdrá, o me arranco el sentimiento,  
o caigo de mala manera y de primeras  
total, no merece la pena de noches enteras...

Y mi corazón, son mil esquirolas  
dispersas, no puedo seguirlas,  
pero si en mis manos las recojo  
sé que se abrirá cualquier cerrojo...

Quizás sea luego, en noches sin luna, ni luces  
y mire a esas estrellas, y los momentos dulces  
de los rincones de la memoria al aflorar,  
primaveras a las que nunca supe esperar;  
ya sea de blanco o de negro vestido el recuerdo  
no siempre lo más discutido es lo más cierto,  
o que nos quedase oculto tras la basura  
quién sabe, yo entonces solo admiré tu hermosura...

Y me vuelvo a sentar aquí tan arriba  
mirando como el tiempo se derriba,  
mis llamas no son de las que arden  
pero me consumen, y me pierden.  
Dice una voz, sigue tu camino,  
pero sé que así nunca lo termino,  
como chocando con muros invisibles  
y ya quisiera otro guion de los posibles...

Total, que nunca supe las palabras correctas,  
que para la tristeza, todas las vías son directas;  
pero bueno, mañana será al pisar la calle  
cuando suenen silenciosas las notas de ese baile  
y entonces, vuelve del rescoldo esa sonrisa  
al unir lo viejo y nuevo en el fluir de la brisa;  
ni tan buenos, ni tan malos, será otra oportunidad  
y nos guíe, sonriendo, al alcance la verdad...

## PRIMER PREMIO- CATEGORÍA D - RELATO

### NUBELINDA- M.<sup>a</sup> Del Carmen Marcos

Hola niños y niñas del planeta azul:

Me llamo Nubelinda y me pusieron este nombre  
porque cuando nací parecía de

algodón y brillaba como el sol, por lo que todos  
decían de mí que era muy linda.

¿Conocéis a alguien que se llame como yo? Ahora  
os voy a contar un poquito como vivimos aquí arriba.

Vivo, como todas las nubes, en lo que vosotros

llamáis cielo y os diré que mi vida unas veces es  
divertida y amena y otras, aunque no me gustaría que  
fuera así, bastante triste.

Yo, desde este lugar, veo todo lo que sucede allí  
abajo y me disgusta pensar que, mucho de lo que  
sucede lo provocamos nosotras, bueno o malo indis-  
tintamente. ¡No comprendo porque tiene que ser así!

Ayer tuvimos un día muy ajetreado. Todas estába-  
mos muy cargadas y necesitábamos dejar caer el



agua que teníamos acumulada, pero el viento no nos dejaba parar y nos bamboleaba como si fuéramos plumas.

Todas las nubes deseábamos que nuestro agua fuera beneficiosa para el campo y caer suavemente sobre las tierras de cultivo y los huertos sembrados de mil plantas y árboles diferentes, dejando que los ríos crecieran y corrieran lentamente, hasta que los embalses recogieran el agua suficiente para que ningún pueblo tuviera necesidad de buscar agua lejos de sus casas, ni pasara hambre al no tener cosecha a causa de las sequías; pero el viento nos impulsaba y nos balanceaba llevándonos donde él quería sin poder cumplir nuestros deseos.

Mi madre tenía mucho frío y llegó un momento que no pudo aguantar más, dejando caer toda su carga en forma de trocitos de hielo o granizo (como decís vosotros), sobre unos campos sembrados de cereales y con muchos árboles en flor. ¡Qué espectáculo más desolador apareció, cuando mi mamá terminó de echar su carga!: flores arrancadas, espigas cortadas, plantas por los suelos... Los agricultores salieron de sus casas mirando todo con pesadumbre y viendo cómo había quedado todo, miraban al cielo y lloraban su infortunio, al haber perdido todas sus cosechas. ¡Qué pena sintió mi mamá y qué tristeza para mí al ver cómo lloraba! Ella no quería que sucediera eso.

Como el viento seguía soplando, muchas de mis amigas quedaron hechas un montón y al chocar entre sí se produjo una gran descarga eléctrica, que provocó una fuerte tormenta. El agua que contenían cayó precipitadamente como un aguacero, estrepitoso y rápido, llevándose todo lo que encontraba a su paso al llegar al suelo, e inundando calles, casas y campos ¡qué desastre! Llorábamos angustiadas al ver lo que sucedía. Flotaba todo y muchas personas vagaban sin saber qué hacer. ¡Qué disgusto tan grande teníamos en esos momentos!

Por fin, el viento amainó y con el nuevo día

pudimos trabajar a nuestro gusto y disfrutar de un bonito espectáculo.

Fuimos descargando nuestra agua suavemente, de forma musical y armoniosa, y pudimos comprobar como la mayoría de la gente nos miraba agradecida (aunque siempre hay algún tiquismiquis que se queja por todo). Otros admiraban el magnífico arco iris que habíamos construido con nuestro amigo el sol y por el que jugábamos subiendo y bajando sin parar de forma divertida y

observando también, cómo algunos niños nos miraban intentando adivinar por nuestras formas de qué nos habíamos disfrazado.

Otros días jugamos al escondite o echamos carreras corriendo unas detrás de otras tan deprisa como si nos persiguiera el lobo del cuento de los tres cerditos. Todos estos juegos los aprendemos de vosotros, cuando nos quedamos mirando lo que hacéis y vemos lo bien que os lo pasáis.

Otra diversión que tenemos es la de adivinar de qué forma serán los algodocillos que dejamos caer sobre las montañas, praderas e incluso playas; ¡cómo disfrutáis haciendo los muñecos con nariz de zanahoria y sombrero de bombín! Vuestras risas nos contagian y acabamos todas riendo a carcajadas. ¡Estos días si que somos felices y disfrutamos de lo lindo!

Lo que sucede después es menos alegre y es que, una vez cumplida nuestra misión, desaparecemos hasta que los magos que nacen del mar y los ríos, al igual que el mago de Aladino, nos permiten de nuevo nacer y comenzar con nuestro trabajo y diversión. Pero, ¡así es la vida! y ¡así debe ser!

¿Os gustaría ser nube alguna vez? Pues portaros bien y a lo mejor algún día os subimos para que veáis cómo es el lugar donde vivimos y cómo os vemos desde aquí.

¡Qué seáis muy felices!

## How to be a language assistant and not to die in attempt...

Whitney Griffith llegó de Estados Unidos en el mes de septiembre para trabajar en nuestro centro como auxiliar de conversación. Su trabajo y buena disposición ha servido de ayuda no solo para mejorar la competencia lingüística de nuestros alumnos sino también su conocimiento de la cultura y tradiciones de su país de origen. Los alumnos enseñada le han cogido cariño, para ellos es “la Whitney”, y todos los profesores ya la consideramos una más. Aquí os ofrecemos algunas de sus reflexiones sobre su labor en nuestro país.



“La Whitney”

It is fun to work as a language assistant! I have worked in Jarandilla de la Vera, Extremadura, and Valladolid, Castilla Leon. As a language assistant, you help non-native speakers learn about your native language and culture. Through the Ministry of Education, you can get a scholarship to be an assistant in another country. You get a stipend, 700 euros for example, and health insurance in exchange for 12-16 hours of work per week. In your free time, you can travel, learn a new language and give private lessons.

Thank you for welcoming me to IES Ramon y Cajal for the 2011-2012 school year to be your English language assistant. I have enjoyed sharing photos, stories and information about my city (Jefferson City), state (Missouri), and country (USA!) I hope my classes were fun and educational for you! We have shared many fun memories together in the past nine months; I hope you will take the memories and knowledge with you as you continue your education.

Some important lessons we learned this year:

- 1.- “OK” is not pronounced as “OAK”.
- 2.- Cuba isn’t the American state made of islands. (It is Hawaii!)
- 3.- “Pan” is not bread, but a *sarten*.
- 4.- “Embarrassed” is not to have a baby!
- 5- The President of the USA is Barak Obama, not Barako Bama.
- 6.- There are 13 stripes and 50 stars on the American



3.º ESO A

flag.

7.- In American English, you cannot say “pressurise” someone, but “pressure someone”.

8.- Flavour/Flavor and Colour/Color are the same word.

9.- Chicago and Los Angeles are cities – not states!

10.- You are from “Spain” not “Espain”.

This year I was fortunate to visit other countries and see different places in Spain! Since it is much cheaper to travel from Spain to other places in Europe vs.

the USA to Europe, I went on many weekend trips throughout the school year! I ate chocolate in Switzerland, octopus in Galicia, fish and chips in England, and waffles in Belgium. I drank wine in Porto, Portugal, and visited castles in Transylvania, Romania! I visited the beach in Valencia/Denia, Lanzarote, and San Sebastian. I rode on double decker busses in Scotland and kissed the Blarney Stone in Ireland. It has been a fantastic year, full of adventure!

I have also improved my Spanish and gained a broader understanding of Spanish culture. What did I learn?

- 1.-Spaniards think Spanish food is the best food in the world.
- 2.-Spanish teenagers don’t like learning English too much.
- 3.-Spanish teenagers are always “fine, thanks!”
- 1.-Coming home from the disco at 4am is an “early night”.
- 4.-The Spanish language has many dialects and people in Andalucía are really difficult to understand.
- 5.-Valladolid speaks the clearest Spanish.
- 6.-Not everyone is a bullfighter or dances flamenco!
- 7.-Spain isn’t always sunny. Valladolid is normally foggy. (and cold!)
- 8.-I am blond. Whitney = La Rubiiiaaaa!
- 9.-Torreznos and pig tongue aren’t that bad... but stay away from pig ears!

It has been a pleasure meeting everyone and sharing this experience with you. I wish you all the best in the future! Wherever I am next year, know that I am thinking about you all. I will definitely come back for a visit! Study your English and come visit Missouri, USA!

*Kisses to all!*  
*Whitney*

Nota de la redacción: Si queréis conocer más sobre la visión que tiene Whitney sobre España y los españoles podéis echar un vistazo a su blog: <http://www.griffi-wa.blogspot.com.es/2011/08/lessons-learned.html#comment-form>

Os aseguro que os divertiréis mucho ...



# INTERVIEW WITH WHITNEY

**W**hitney Griffith has been the English Department assistant teacher this school year. The students of 4º DIV asked her a lot of questions! Here are some of them. Read the interview so that you can learn some new things about Whitney and her country.

**Have you got any brothers or sisters?**

No, I am an only child.

**Have you got a dog?**

I don't have a dog, I have a cat.

**Do you like animals?**

I do.

**Do you live with your parents?**

In the United States I live with my family, but I have lived in Spain for almost 2 years.

**What studies have you got?**

I studied international business and Spanish.

**What are your hobbies?**

My hobbies are travelling, being with my friends, watching movies, going out...

**Do you play any instruments?**

I can play the piano.

**What kind of music do you like?**

I like house music, pop music and some Spanish bands like Maldita Nerea, Melendi...

**What is your favourite singer or band?**

My favourite singer is Justin Timberlake, ¡not Justin Bieber!

**Do you practise any sports?**

I played basketball in High School and in the University, but now I don't play any sports.

**Are there many differences between Ramón y Cajal and your school in Missouri?**

I think one of the differences is that my school had a uniform, and we also had lockers in the hallways, and we had big dances at the end of the year.

**What age do students leave school in the United States?**

They leave school when

they are eighteen to go to the university or when they're sixteen to go to a

special type of course, like computers, electricity...

**How many students are there in a class?**

In each class, like Maths or English, there are twenty students, but we have four grades or levels, and in each level there are more than a hundred, maybe two hundred.

**How did you feel in the classes at the beginning?**

Very scared! It's intimidating, because I speak English and you speak Spanish and you don't understand me all the time.

**Do you find the Spanish language difficult?**

In the beginning very difficult. For example, "ser o estar", horrible. I can't understand that. "Pretérito imperfecto", horrible. It's very difficult.

**Do you think Spanish people have a good level of English?**

I think people who study speak pretty well.

**What differences are there between Spanish and Americans? Are Americans "colder" than Spanish?**

I think the biggest difference is that Spanish people speak very loud. All the time. They are very very very loud. In the school, in the street, in the bar, it doesn't matter. But I think the cultures are different so the people are different. But individually, we're the same. Americans are colder than Spaniards? No, more quiet, but I think the people in Valladolid are colder than other people in Spain.

**Was it hard to get used to timetables and food?**

In the beginning for food, yes. For example, for dinner I was hungry at six o'clock, and I can't go to a restaurant until half past eight, or nine or ten. It was very difficult, but now I've changed and I'm accustomed to the timetable.

**And what about food?**

Spanish food is very very good, and is very different than American food because American food is a mixture of all cultures, Mexican food, Chinese food, Japanese... many types of food and a lot more spicity.



Whitney con los alumnos de 4.º DIV

**What do you like the most and the least about Spain?**

My favourite thing about Spain is how the people are in the streets and in bars and you can walk everywhere. You're very social. In the United States it's not like that. My least favourite thing about Spain is pig ears. That's the worst!

**Why did you decide to come to Spain?**

I came to Spain to practise my Spanish and to have a new experience... to see the education system and to see what working in a foreign country was like.

**Which is your favourite city in Spain?**

My favourite city in Spain I think is Salamanca, because I studied there and I have many friends who live there. I think it's very very pretty and it has a very nice night life.

**What are the differences between the weather in Missouri and Valladolid?**

It snows in Missouri, lots of snow. It rains more often, sometimes it rains for one week or two weeks. Sometimes it's sunny, so it changes like in Valladolid but in the winter there's much more snow.

**Would you like to live in Spain in the future?**

I think I would like to stay here for one or two more years, and return to the United States to work and live and be with my family.

**What are you going to do when the school year ends?**

I plan on staying in Spain for one month and travelling and then returning home to Missouri to spend the summer with my family. Then I will return to Spain in September and start again.

## A Midsummer Night's Dream

Durante el primer trimestre el Departamento de Inglés organizó la representación de la obra "A Midsummer Night's Dream" de Shakespeare a cargo de la compañía The Oxford Theatre Company, en dos pases uno para los grupos de Secundaria y otro para los de Bachillerato. Unos y otros disfrutaron presenciando la representación y también viendo a algunos de sus compañeros participando en la obra como "actores" improvisados tal y como podéis ver en las fotos.





# A MÁS CRISIS MÁS REUTILIZAR Y CON MENOS RUIDO MAYOR CONCIENCIA AMBIENTAL

Como novedad respecto a otros años, durante este curso nos hemos apuntado a reciclar una de nuestras herramientas más habituales: bolígrafos y otros elementos de escritura. Así que nos registramos en **TerraCycle**, un proyecto para reciclar bolígrafos y rotuladores. Se dispone una caja cerca del tablón del PIA, que empieza con gran éxito de recogida. Pero mira por donde que en vez de reciclar, nuestros alumnos detectan que muchos de estos bolígrafos se pueden “reutilizar” y se los lleva para escribir de nuevo. Bueno pues ya está la idea para las Jornadas Ambientales: ¡Reutilizar!

Las VII Jornadas Ambientales se han realizado en abril. Todos los actos han estado centrados en lo mismo: Reutilizar.

Así se convoca el **I Concurso de Ideas Sobre Reutilización**. El ingenio de nuestros alumnos hace que aprovechemos los trocitos de tiza pequeños que ya no utilizamos para escribir en nuestra pizarra. O que demos uso a los plásticos que unen los envases metálicos de refrescos. Y seguimos buscando la participación de la comunidad educativa con el **II Concurso de Fotografía Ambiental**, con el tema ¡cómo no! “Reutilizar”. Las fotografías nos presentan casos prácticos de uso de neumáticos, y un buen número de objetos realizados con materiales que solemos desechar. Pero, como no solo queríamos fotos, insistimos ¿con qué? El **II Concurso de Objetos y Esculturas**, realizados con Materiales Reciclados. Aquí además de la imaginación se mezcla la habilidad, para fabricar papeleras, carteras, arte, joya y muchos objetos más.

Y para que la gestión sea fácil y con poco consumo de papel, la mayoría de la recepción de trabajos e inscripción se hace a la siguiente cuenta abierta para todo lo relacionado con el Sistema de Gestión Ambiental, SGA, y que podéis todos utilizar para cualquier comunicación: [sga.ies-ramonycajal@gmail.com](mailto:sga.ies-ramonycajal@gmail.com).

¿Qué hago con objetos en uso, pero que yo ya no utilizo? Hemos organizado durante dos semanas un **Rastro con Objetos Reutilizables: “Reutilizamos para un Mundo más Sostenible”**. Aquí se han podido traer objetos que a otros les han sido de utilidad

Claro la charla también tenía un



Taller de reutilización

enfoque., ¿se podría adivinar? Pues ahí va “**Reciclaje de RAEE**”, Impartida por **Daniel Guerra**, Director Comercial de **Induraees**,

Industrias de Reciclaje de Residuos de Aparatos Eléctricos y Electrónicos. Y al éxito por la práctica.

Último día de las Jornadas: **Taller de Reutilización de Ordenadores**, con asistencia de un buen número de profesores. Ahora reutilizo el disco duro, ahora quito un ventilador y me llevo la grabadora para otra ocasión. Y al final solemne entrega de premios, en metálico patrocinados por **Clínica Naturista**, vales de compra patrocinados por el Instituto y regalos ambientales para todos los participantes, patrocinados por el Comité Ambiental, ¡que no se diga!

Estamos tan empeñados en la campaña de “Reutilizar Papel” en todas las clases y locales que hemos implicado



Taller de reciclado de ordenadores

desde nuestros alumnos hasta los alumnos que hemos recibido del proyecto europeo, Actores del Clima, procedentes de Noruega, Francia, Italia y Alemania.

Bueno algo de variación y más sonoro: miércoles 25 de abril de 2012, celebramos la **Jornada del Día Internacional Sin Ruido**. Hubo lectura del comunicado, por parte de alumnos y profesores. Se guardó un minuto de silencio a las 11,50 horas antes del recreo y durante toda la semana se realizaron mediciones de ruido en varias zonas del instituto, cuyos datos publicaremos y analizaremos en breve

Podéis tener más información y ver más fotos en el tablón del PIA y en nuestra Web.

Para terminar el menú, de postre un clásico: **Papel recogido** hasta la fecha, y llevado a reciclar a los contenedores del Ayuntamiento, 1575 Kg. netos, una media aproximada de 188 kg/mes. Objetivo de mejora continua: que no vaya ni una hoja que se pueda reutilizar.

Como siempre ¡Gracias Ambientales a todos!

*Juan José García Villalobos*  
*Coordinador Ambiental*



Midiendo con el sonómetro en la cafetería

# ENTREVISTA DE MODA

**L**as alumnas del Módulo de Imagen Personal y Comunicación han tenido que realizar un supuesto práctico que consiste en una entrevista a una persona destacada de la sociedad y lo que supone en su profesión la imagen personal. En este sentido Cristina Sánchez Agudo y Leticia Rodríguez Martín han elegido a la modelo Covadonga de Lucio García de 21 años y estudiante de Derecho en la Universidad de Salamanca.



Covadonga a la izquierda de la foto con la entrevistadora.

A continuación reproducimos la entrevista:

**Pregunta: ¿Dedicas mucho tiempo libre a ir de Shopping?**

Respuesta: No, no dedico todo lo que me gustaría, debido a mis compromisos académicos, ya que para mí es muy importante terminar la carrera.

**P: ¿Qué es lo que no puede faltar nunca en tu fondo de armario?**

R: un pantalón negro skinny (pitillo) y dos camisetas básicas, una negra y otra blanca en sus diferentes modalidades (manga corta, tirantes)

**P: Nunca saldrías de casa sin...**

R: Echarme máscara de pestañas.

**P: Color clave en tus prendas de vestir...**

R: Negro, ya que es un color que sirve para cualquier época del año, y es muy favorecedor.

**P: ¿Qué tipo de estilo te define?**

R: No demasiado extravagante, me gusta llevar la última moda con discreción y sencillez, eso sí, siempre cómoda.

**P: ¿Qué tipo de ropa utilizas normalmente?**

R: Ropa cómoda. En invierno muchas superposiciones con varias prendas, sin embargo en verano me encantan los vestidos porque son cómodos. Normalmente utilizo zapato plano, aunque en algunas ocasiones me gusta llevar un "taconazo"

**P: ¿Tienes un diseñador o marca preferid@?**

R: En concreto no tengo ninguno, aunque siempre me gusta apoyar a la moda española, destacando a David Delfín, Custo Barcelona...

**P: ¿Qué tipos de complementos te pondrías para un momento especial?**

R: Dependería de ese momento evidentemente, pero siempre apostaría por unos zapatos bonitos, ¡y evitando no llevar demasiadas joyas!

**P: ¿Maquillaje recargado o sencillo?**

R: Sencillo. Considero que el secreto del maquillaje es que ¡¡se note lo menos posible!! Además en la actualidad las diferentes modelos y celebrities optan por un look "cara lavada", que creo que es muy acertado.

**P: En cuanto al cabello, ¿recogido o melena suelta?**

R: ¡¡ Melena suelta!! Los recogidos me parecen serios y muy formales, y debido a la edad que tengo no quiero parecer una señora.

**P: ¿Sueles informarte sobre las nuevas tendencias? (revistas, programas de moda, etc)**

R: Siempre compro revistas y en Internet me gusta mirar los diferentes blogs que existen de moda y las diferentes campañas de las tiendas.

**P: ¿Quién dirías que es la "celebrity" mejor vestida del momento?**

R: Para mi gusto, sin ninguna duda, Kate Moss.

**P: ¿Y del sexo opuesto?**

R: Adrien Brody.

**P: ¿Crees que se puede vestir elegante con poco dinero?**

R: Claro que sí. No veo ningún inconveniente en ello, ya que existen marcas baratas que están siempre a la última moda. Además existen mercadillos donde puedes encontrar ropa "vintage" y complementos por poco precio.

**P: Ahora parece que el estilo "ochentero" vuelve a llevarse. ¿Te gusta?**

R: Sí me gusta, Pero repito, siempre llevado con un poco de estilo y sencillez, ya que creo que es una moda que no favorece a todo el mundo. Considero que hay que saber combinarla.

**P: ¿Crees que una persona dice cómo es según el tipo de indumentaria que lleva?**

R: No creo que siempre sea así, pero la mayoría de las veces se cumple. Aunque también depende del ámbito donde se encuentre, dependerá si es en un trabajo, en una fiesta...

**P: Por último, ¿crees que los asesores de imagen son necesarios?**

R: Considero que son necesarios para momentos claves ya sea una boda, una fiesta, un compromiso laboral...

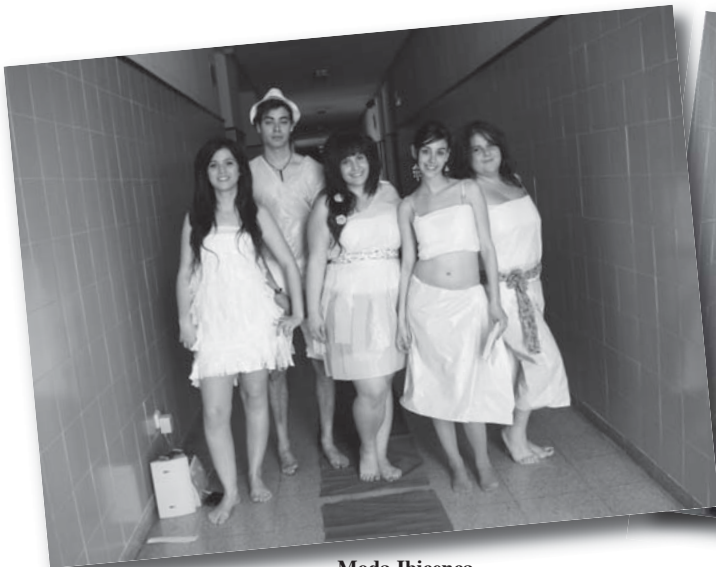


# PASARELA DE MODA EN EL “RAMÓN Y CAJAL”

**D**urante unos días los pasillos del IES “Ramón y Cajal” se han convertido en una improvisada pasarela: la **pasarela “IPC”**, que las alumnas de Asesoría de Imagen Personal llevaron a cabo durante el 2º trimestre, como uno de sus numerosos supuestos prácticos para desarrollar la imaginación, la creatividad, habilidades sociales y la comunicación ante públicos y audiencias y la comparecencia ante los medios de comunicación social.



Desfilando



Moda Ibicenca



Moda Años 50.

# LA MONTAÑA

Andrés Ursa. Sanidad.

Desde tiempos inmemoriales el ser humano ha querido saber lo que escondían las cimas de las montañas. En tiempos más recientes, la escalada de montañas se ha convertido en una afición y deporte.

Si bien la conquista de grandes cimas constituye un reto para muchos y requiere una serie de condiciones que todos no poseen, aquí nos referimos, más bien, al disfrute del contacto con la naturaleza a través de actividades al aire libre como senderismo, travesías y montañismo.

La península Ibérica es un lugar privilegiado para realizar actividades al aire libre: existen numerosos macizos montañosos, bosques, valles, cursos fluviales, lagos y lagunas, humedales, meseta, costas, marismas, desiertos, etc, que nos van a permitir un sinfín de posibilidades a la hora de planificar una excursión.

Dependiendo de nuestras posibilidades la excursión puede ser de un día (se sale por la mañana y se vuelve por la tarde-noche) o de varios días (requiere alojamiento en tienda de campaña, etc.).

La típica excursión es la que se hace en grupo, aunque la individual también tiene su encanto.

Hoy día se ofrecen numerosas rutas para realizar en una jornada. Las oficinas de turismo, los clubes de montaña, de senderismo, por Internet, etc., nos pueden proporcionar el trayecto. Siempre es deseable ir con alguien experto o con un guía que nos oriente en el camino.

Los deportes al aire libre requieren poseer cierta forma física. Los jóvenes suelen estar acostumbrados a este tipo de actividades y suelen “dar la talla” cuando hacen una escapada. No suele ser así a partir de cierta edad, ya que la condición física se pierde si uno se abandona.

El material con el que hay que contar en el deporte de montaña es diverso y muy importante para ir seguro. En primer lugar tenemos las botas de montaña. Existen diversos modelos que elegiremos según las características de cada uno y las aspiraciones que tengamos. La mochila es otro elemento clave. Para un solo día existen mochilas



Cascada de Sotillo. Sanabria. Zamora

de tamaño reducido donde podemos introducir todo lo que se precisa para un día, como la comida, el agua, chubasquero o capa, ropa de repuesto, polainas, gorro, gafas de sol, cremas protectoras, protector labial, botiquín de primeros auxilios, teléfono móvil, etc. Si salimos en la temporada de nieves nos hemos de hacer con un piolet y crampones para ir más seguros.

Antes de comenzar la actividad es recomendable realizar un calentamiento. Para este fin se hacen estiramientos durante unos 5 a 10 minutos, evitando con ello problemas musculares.

Respecto al ritmo a seguir, hay un dicho en esta actividad que dice que se debe ir al paso del más lento.

El montañismo no es solo llegar a la cima tras un esfuerzo, sino saber disfrutar de la ruta en contacto con la naturaleza, con los sonidos del viento, del agua, de los pájaros, la puesta del sol, etc.

Los beneficios que aporta a la salud el contacto con la naturaleza son numerosos.





Rocódromo del Instituto

Dependiendo de la zona donde vayamos, la época del año y lo decididos que seamos podemos realizar actividades como baño de aire, bañarse en el lecho de un río o arroyo, andar descalzo por prados, baño de luz, respirar a pleno pulmón, etc.

Las ventajas del baño parcial en un río de montaña se resumen en este cuadro:

Mejora la circulación sanguínea
Descansan los pies
Se despeja la mente
Después de unos minutos se debe sentir un calor agradable

La carga iónica del aire guarda relación con nuestra salud y bienestar. Los iones negativos abundan en la naturaleza, en las corrientes de agua, las olas, etc. La lluvia es generadora de iones negativos. Estos iones negativos ejercen una influencia positiva sobre nuestra salud. Los iones positivos abundan en los espacios cerrados, en las ciudades, etc, y se ha comprobado que son perjudiciales para la salud.

Donde más iones negativos se han registrado es en los saltos de agua, como cascadas (ver foto). Esto coincide con la sensación de bienestar que se experimenta cuando observamos estas maravillas de la naturaleza.

Las ventajas e inconvenientes del sol se resumen en lo siguiente:

VENTAJAS	INCONVENIENTES
La luz es antidepresiva	Golpe de calor
Síntesis de vitamina D en la piel	Fotoenvejecimiento
Bronceado	Cáncer de piel

Es lógico pensar que hay que tomar el sol con precaución para poder obtener los beneficios para la salud y evitar los inconvenientes.

Con todas estas recomendaciones ya estamos en condiciones de realizar una salida a la montaña el próximo fin de semana.

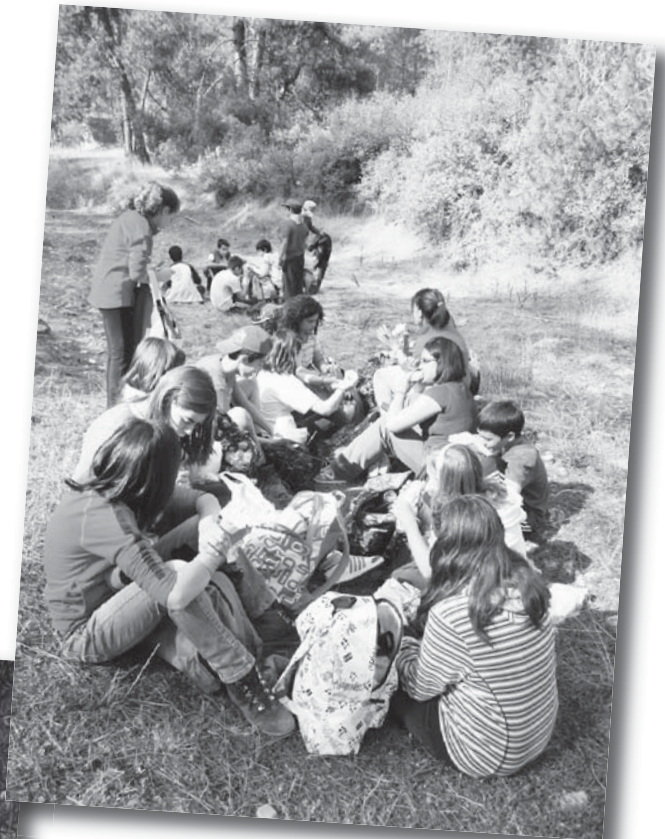


19 de Octubre de 2011

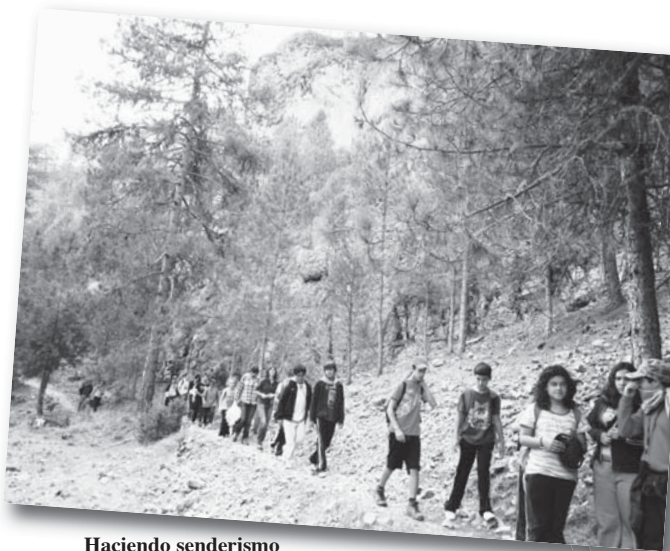
**Día Verde en el Parque Natural Cañón del Río Lobos.**

**E**l día verde nos fuimos de ruta al Parque Natural Cañón del Río Lobos por la ruta Puente de los 7 Ojos a Hontoria del Pinar. Nos paramos antes de llegar en un mirador a ver las clases de buitres. Nos explicaron cómo funcionaban y lo que hacían. Durante el camino nos paramos varias veces a explicarnos cosas. Nos dijeron por qué tenían el color anaranjado las piedras. Nos dijeron por qué había tramos del río con agua y sin agua: porque no había llovido casi ese año y cuando llovía se llenaba porque el río era un acuífero. Durante el camino unos chicos fueron hablando, cantando. Nos paramos a comer y estuvieron asustando a las chicas con arañas. Un chico se hizo un esguince. En el autobús echamos una guerra de canciones y ganamos los de 1º a los de 2º ¡FUE MUY DIVERTIDO!

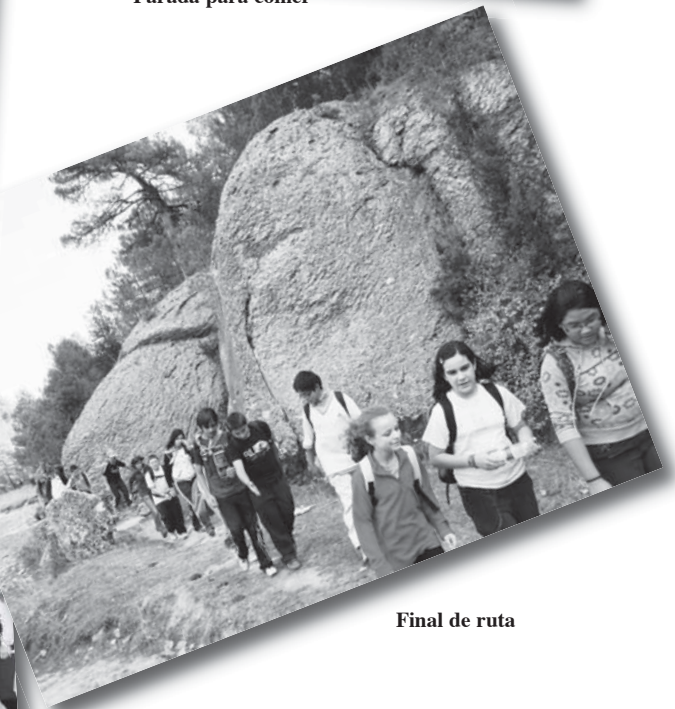
*Jairo. 1.º ESO B1*



Parada para comer



Haciendo senderismo



Final de ruta



El grupo en el cañón del río Lobos



# EXCURSIÓN BIODIVERTIDO A LA MONTAÑA PALENTINA.

## 1º ESO

### 9 A 12 DE NOVIEMBRE DE 2011.

Las 11 de la mañana de un día soleado de noviembre en un autobús. Ilusiones, ¿curiosidad? ¿temor...? ¿Motivo...? Destino: lugar desconocido.



Alumnos 1.º ESO

Algo de una montaña nos dijeron. Mucha naturaleza y bosques, animales, árboles....Nos vamos con compañeros de clase y de las otras clases, y dos profesores, el de Matemáticas, Javier y el de Naturales, Julio. Algunos dicen que son serios y otros que no. ¿A quién hacer caso?

Llegada al punto de destino: un albergue dentro de la montaña palentina. Los monitores nos explican que hemos de comportarnos bien y que vamos a hacer muchas actividades. Suena a deberes. ¡Pues vaya excursión! Nos vamos a las habitaciones y nos organizamos para luego ir a comer.



Haciendo "el indio"

Los siguientes días van a ser especiales. Salimos al campo, al bosque, al río donde se nos explican muchas cosas sobre la naturaleza, el tejo, el roble, los musgos, los líquenes, etc. Cada explicación de los monitores es muy amena y estamos atentos, ya los

profes se ocupan de llamar la atención a quien se distrae. A mí una sola vez. Pero estoy contento, porque entiendo todo lo que dicen los monitores, son muy divertidos.

Ya en el albergue hacemos juegos, bailamos, hacemos concursos, representaciones teatrales, cantamos, etc. ¡No paramos...!. ¡No tenemos tiempo para otra cosa!. Y mientras, aprendemos mucho sobre cómo debemos respetar a la Naturaleza, con una mínima contribución de nuestra parte.

Llega el viernes y tenemos que volver. Se nos ha pasado todo rápido, sin darnos cuenta, sin un minuto libre.



Con uno de los monitores

De vuelta a casa, donde nos esperan nuestros padres. Estamos contentos de haber convivido entre nosotros y la mayoría esperamos que se repita una experiencia similar.

Aún recuerdo los juegos, las canciones, el juego de preguntas, las actuaciones de los monitores vestidos de monjas. ¡Qué bonitos días!



"Torre humana"

## Recuperación y Utilización Educativa de Pueblos Abandonados GRANADILLA

El domingo 6 de mayo (día de la madre), partimos hacia Granadilla (Cáceres) 25 alumnos de 2º, 3º y 4º de ESO, acompañados por dos profesores: Julio y Pilar. Algunos iban con incertidumbre, otros nerviosos y con ilusión, pero todos, esperando pasar unos días fantásticos.



Alumnos de los tres institutos

Compartimos la semana con otros dos centros: IES "Juan de la Cierva" de Madrid y otro instituto de Nava de la Asunción (Segovia).

Tras la llegada de todos los centros, los monitores nos reunieron en la plaza del pueblo y nos repartieron en las diferentes casas: casa roja, casa de los arcos, casa de la balconada, casa del tío molina, casa de las conchas y la casa del museo. Los alumnos se mezclaron en las diferentes casas y a los profesores nos asignaron una casa a cada uno.



La boda.

Dejamos la maleta y rápidamente nos lanzamos a hacer juegos de presentación y conocimiento, ¡fue divertido!, pudimos romper el hielo y conocer el nombre y alguna cosilla más de nuestros nuevos compañeros. Después nos fuimos a la sala de reuniones del bar "Angelito", donde vimos un audiovisual del pueblo y dos monitores (Jacinto y Pepe) nos presentaron el programa, las normas y las actividades que íbamos a realizar.

La propuesta siguiente fue la elección de cargos: alcalde o alcaldesa, pregonero, concejal de deportes, taberneros etc.... los



Novia y damas

alumnos de Madrid se lanzaron rápidamente con voluntad y entusiasmo y fueron nombrados en los diferentes cargos, que por cierto, dieron mucho juego y nos reímos un montón. También 3 de nuestros alumnos fueron nombrados concejales (coordinadores de casas). A todos se les entregó una carpeta con las tareas del cargo.

El programa ha sido intenso y hemos coordinado nuestro proyecto con el plan de trabajo del pueblo.

En palabras de los monitores y especialmente de Yolanda, la coordinadora del Programa educativo en Granadilla, "uno de los aspectos que caracteriza



Foto de grupo

nuestro trabajo, es la participación activa y real de los nuevos habitantes de Granadilla en la vida diaria del pueblo". También nos recuerdan: "que vamos a tener la oportunidad de vivir el respeto al medio ambiente, la alegría, la cooperación y generosidad, la tolerancia, la paz y tranquilidad, el respeto al otro... en un lugar bucólico y mágico, durante una intensa semana que no se olvidará fácilmente.



Cuando hablo de la intensidad del programa, me refiero a que no hemos parado, desde las 8 de la mañana con un despertar marchoso y con muchos decibelios. El grupo encargado del taller de radio ponía la música, daban las noticias, los cotilleos, el tiempo y el menú diario.

Los alumnos estaban repartidos en 7 grupos y cada día hacían diferentes oficios y talleres.



Taller de cestería

Por las tardes hicimos un circuito fotográfico, ¿por quién tocan las campanas?, preparación de fiesta final, etc...

También tuvieron tiempo de descanso y de juegos, así como la participación de todos en las múltiples actividades nocturnas (desfiles de grupos variados, amigo invisible, recorrido del terror por el pueblo, bailes, etc...). En fin, a las 24 horas silencio y todos a

dormir “a veces”, pues esto costaba muchoo.



Un paseo por los sentidos

El último día, hubo cena de despedida en el castillo y todos se disfrazaron para celebrar

en la iglesia la boda de una pareja de enamorados (Javier y Andrea) y la posterior fiesta con chistes, acrobacias, bailes y el vasito limonada no faltó.

En nuestro Proyecto de centro hicimos: Juegos autóctonos y populares de la zona, circuito de orientación por el pueblo, puesta en común de refranes y juego de memori, creación de flores con material reciclado y creación de tres cuentos despleables

que dicen así:

1.- Llegamos a una maravilla. Con el nombre de Granadilla. Si vienes te fascinas. A pesar de que esté en ruinas.



Oficio: Tahona

2.- Paseando por las calles de Granadilla. Se te quedan frías hasta las costillas. Al ser nosotros los únicos habitantes.

Somos del pueblo los comandantes. En Granadilla estamos y en caballo andamos.



Aprendemos oficios y sacamos beneficios. Cuando los cerdos comen, las gallinas corren. A las 12 tenemos que irnos a dormir, pero a los profesores hacemos sufrir.

3.- Desde el bus divisamos una maravilla, aquel pueblo llamado Granadilla. Disfrutando con los oficios, empezaron nuestros primeros vicios. A los monitores conocimos y el pueblo reconstruimos.

En el bar “Angelito”, te ponen una caña y un pinchito.

Los alumnos están contentos, todos están de acuerdo que han vivido una experiencia inolvidable, que recordarán a lo largo de los años. Su huella la han dejado viva en este pueblo y también se llevan un montón de buenos amigos. Espero que cuando sean mayores y vuelvan a Granadilla digan “yo estuve aquí”.



Oficio: Artesanía

Pilar Sánchez

## Entrevista a JOSÉ CARRO SANTIAGO, Campeón en 2011 de la copa de España de Cicloturismo

Por César Salamanqués (Profesor de Latín)

**A** José Carro se le suele ver por el instituto con una Aradial, un taladro, poniendo ladrillos, colocando un fluorescente o arreglando una puerta. Lo que no sabemos es que este **eficiente compañero de mantenimiento**, además de hacer de todo en el centro, es un magnífico ciclista, hasta el punto que la pasada temporada obtuvo el **primer premio de la copa de España de Cicloturismo**, superando de esta forma el triunfo del año anterior en la misma categoría. Aquella vez en el ámbito regional. Hemos estado con él y esto es lo que ha respondido a nuestras preguntas:

**¿Nos puedes resumir qué es para ti el deporte del pedal?**

J.C.: Es un deporte duro pero gratificante y me hace sentir bien. Es un reto conmigo mismo

**Para obtener un título nacional como el tuyo, ¿cuántos kilómetros has tenido que hacer la pasada temporada?**

J.C.: En bicicleta unos 10.000 Km. Y en coche casi 6000 Km. Sólo para la copa de España.

**Tanto entrenamiento supone un esfuerzo personal y familiar. ¿Qué opina tu familia de tu dedicación a la bicicleta al nivel que lo haces?**



J.C.: Me apoyan, me dan ánimo, me acompañan a las marchas y sufren conmigo, aunque les gustaría que hiciera menos marchas.

**¿Qué es para ti lo más dulce y lo más amargo del ciclismo?**

J.C.: Lo más dulce es la satisfacción de acabar las marchas, conocer gente... y lo más amargo no sabría decir, quizá que haya gente en el ciclismo que no valore nuestros esfuerzos y se dediquen a poner impedimentos para el desarrollo del mismo.

**¿Nos podrías contar cómo fue la gala de la entrega de trofeos de la Federación Española y cuáles fueron tus trofeos?**

J.C.: La gala en Torrejón de Ardoz estuvo precedida por una charla sobre el nuevo calendario y una comida. Había periodistas de los medios relacionados con el ciclismo y los galardonados de las especialidades del cicloturismo. Me entregaron el Maillot de campeón de la copa de España. Un trofeo consistente en un plato de cristal de la Real fábrica de la Granja y un cuadro de bicicleta donado por BH de gama alta.



Jose Carro en la entrega del trofeo que le acredita como campeón de España de cicloturismo.

**Te vamos a pedir que te mojes un poco, ¿Qué opinas del “caso Contador”?**

J.C.: Es injusto, por no decir algo peor. Contador es el mejor corredor del mundo y han ido a hundirle.

**Perteneces desde hace muchos años al CC. Alaejos. Teniendo en cuenta que esta localidad está lejos de tu residencia habitual, ¿por qué has decidido llevar los colores de este club y no has elegido uno de los múltiples de tu localidad, Valladolid?**

J.C.: Conozco a gente del club que me hablaron de él y me gustó su organización y proyectos. En Valladolid no sé de ningún club que haga más actividad que andar en bici. Y aunque no he participado mucho en las que ahí se hacen, el hecho de poder optar a hacerlo junto con el trato y el cariño de los socios me reconforta y me encuentro a gusto.

**Algo que quieras decir a los alumnos del IES RAMÓN Y CAJAL.**

J C: Que se animen a practicar este deporte. Se hacen amigos, se conocen otros lugares y se disfruta de los paisajes con todos los sentidos



## OTRAS ACTIVIDADES...

### NUESTROS ALUMNOS CON EL PREMIO NOBEL DE LA PAZ 2006

Con motivo de la celebración en Valladolid de la **V Cumbre Mundial del Microcrédito**, los alumnos del Instituto participantes de los **talleres sobre Microcréditos**, que se habían desarrollado previamente en las aulas, fueron invitados a participar en el encuentro con el Profesor **Muhammad Yunus**



Muhammad Yunus saludando a uno de nuestros alumnos

El martes 15 de Noviembre de 2011 en la Cúpula del Milenio de Valladolid, un grupo de casi **50 alumnos de 4º ESO y 1º de Bachillerato** del **IES Ramón y Cajal**, tuvo la oportunidad de escuchar y saludar al **Premio Nobel de la Paz de 2006**.

El profesor Yunus se dirigió a los 1200 escolares de Valladolid presentes en el acto: **“Sois la generación del futuro, la generación de la tecnología, tenéis un enorme poder y tenéis que usarlo para cambiar el mundo”**.

Al encuentro asistió la **reina Dña. Sofía**



Los alumnos de Hª del Arte visitaron el Museo de Arte Contemporáneo Patio Herreriano el día 14 de Diciembre.



El día 8 de Marzo visitamos El Escorial, El Museo del Prado y dimos un paseo desde el Palacio Real por el Madrid de los Austrias.

### SAN VALENTÍN EN EL INSTITUTO

Coincidiendo con la festividad de San Valentín, el Departamento de Lengua y Literatura, sigue organizando **recitales de poesía en la biblioteca**. Durante este curso los alumnos de la ESO han aprendido romances medievales y otros fragmentos significativos de tema amoroso de la literatura española que fueron recitados ese día en la biblioteca del centro.





# PASATIEMPOS

## Pasatiempos por Javier Alonso

### Dominó Gardner

1	6	2	3	6	4	5	3
0	2	5	0	6	0	6	1
1	4	4	4	5	3	4	0
4	5	4	0	0	6	1	2
4	5	2	2	0	0	1	2
3	3	2	3	3	3	5	5
6	6	1	5	6	1	1	2

00							
01	11						
02	12	22					
03	13	23	33				
04	14	24	34	44			
05	15	25	35	45	55		
06	16	26	36	46	56	66	

### Sudoku

			6					4
	3			1			2	
		7			5			8
5	6				8		9	
			5		4			
	8		3				6	7
4			1			2		
	9			5			4	
1					3			

En la parte derecha tienes las 28 fichas del dominó. También están todas en el recuadro. Cada una aparece como dos números contiguos, en horizontal o vertical. Se trata de localizarlas y separarlas. El nombre es en honor a su inventor, Martín Gardner.

## A LOGIC PROBLEM

Por Maria Jesús Sánchez Colome

Three pairs of friends went to three different places yesterday; they saw a different animal in each place. From the information given below, can you say who went with whom, where each one went, and what animal they saw?

1. Harry and Mary didn't go to Wincombe Park or to the place where the eagle was.
2. The fox was in the grounds of Stockton Wood.
3. Anne was very surprised to see the bat.
4. Shirley didn't go to Rock Hill.

Clues:

FRIENDS		PLACE	ANIMAL
<b>Jim</b>			
<b>Harry</b>	<b>Mary</b>		
<b>Anne</b>			<b>bat</b>

## EXPRESIONES MUSICALES

Por Canto Coral 3º ESO B

A lo largo de la Historia, se ha utilizado el lenguaje musical para expresar ideas no específicamente musicales. Con el paso del tiempo algunas de ellas se utilizan menos o han sido sustituidas por otras. Aquí os mostramos algunos ejemplos... ¿Os animáis a intentar emparejarlas?

Antes		Ahora	
Dar el motete	1	No venir cuento	A
Llevar la voz cantante	2	Estar "Rallando"	B
Cantar el Alirón	3	Alabar	C
Ser cosa de otro cantar	4	Mandar	D
Cantar la gala	5	Habló el bocazas	E
Cantó la gallina	6	Celebrar una victoria	F

## Adivina quién es ... (2ª Edición)

Este año os lo ponemos más fácil: la Primera Comunión. Sabrís decir a qué profesor corresponde cada foto. Rellena el boleto y deposítalo en el Buzón de Conserjería antes del 21 de junio. El sorteo se celebrará el 22 de Junio a las 11:00h. Habrá un obsequio para el que adivine todos los nombres. Os damos pistas. Tenéis un listado de candidatos. ¡Ojo! Hay más nombres que fotos...

			
1.	2.	3.	4.
			
5.	6.	7.	8.
<b>A</b> Transi (Orientadora)	<b>B</b> Pilar (E.F.)	<b>C</b> Javier Vicente (Matemáticas)	<b>D</b> María Jesús (Inglés)
<b>E</b> Javier Alonso (Jefe de E.)	<b>F</b> Juana (Lengua)	<b>G</b> Fernando (Director)	<b>H</b> Antonio (Jefe de E.)
<b>I</b> Loli Nieto (Lengua)	<b>J</b> M <sup>a</sup> Eugenia (Orientación)	<b>K</b> Juanjo (M. Ambiente)	<b>L</b> Mercedes Vallinoto (Música)
<b>M</b> César (Latín)	<b>N</b> Ángela (Convivencia)	<b>O</b> David (Inglés)	<b>P</b> Marcelino (Secretario)

Nombre alumno  
Grupo

Relaciona el nº de foto con la letra	1	2	3	4	5	6	7	8

# SE NOS VAN

Como todos los cursos llega el momento de decir ADIÓS a personas que han compartido con nosotros años de trabajo, ilusiones y experiencias. Adiós a los alumnos que se gradúan porque han acabado sus estudios y se incorporan al mundo laboral o al universitario. Adiós a los profesores y personal laboral que se jubila, pasando a disfrutar de un nuevo periodo en sus vidas. Adiós a compañeros que cambian de Centro, bien por decisión propia, bien por otras cuestiones externas...

Desde este foro solo queremos desear a todos SUERTE y FELICIDAD en ese camino que ahora emprenden. Esperamos que se lleven buenos recuerdos con ellos.

Os mostramos a continuación un romance creado por tres profesores: Mercedes Vallinoto, M<sup>a</sup> José Barba y Ángel Conde que escenifica la evolución de nuestro instituto a la vez que sirve de despedida.

## ROMANCE

Buenas tardes profesores,  
profesoras, personal  
no docente, jubilados  
y algunos amigos más.

A la hora del café  
os traemos, buenas gentes,  
un histórico romance  
"pa" despejaros la mente.

Ahora que se acaba el tajo  
vamos a contar aquí  
una historia de trabajo  
y de aventuras sin fin.

Okupas en Pajarillos  
fue nuestro primer destino  
pero a la mitad del curso  
aquí mismo nos vinimos.

Era en el 79  
y trajo el 81  
un montón de tiernos profes  
de los que aún queda alguno.

Éramos sólo F. P.  
no había más que tres familias  
Administrativo Sani...  
taria y Peluquería

El pabellón A y el B  
eran las instalaciones  
el C y el D unas naves  
con varias aplicaciones.

En la fecha del patrón  
San Juan Bosco (¿ya olvidado?)  
se preparaban en ellas  
guateques muy apañados.

Iban los profes, alumnos  
chicas en su mayoría  
personal joven del barrio...  
¿eso sí que era alegría!

Pero las celebraciones  
eran algo "peligrosas"  
así es que se abandonaron  
y ¡A otra cosa, mariposa!

Mas faltaba algo importante  
"número 2" no es un nombre  
sólo es una cantidad  
y eso nunca dio renombre

Y tras muchas discusiones  
de gente muy muy formal  
¡por fin se encontró un buen nombre!  
el de "Ramón y Cajal"



En el año 85

Química llegó hasta aquí  
y entre otras novedades  
obras y cambios sin fin

Desde el principio tuvimos  
un afán reformador  
los retos eran los toros  
nosotros: el toreador

Reforma de cada plan,  
a cada plan su reforma,  
reformamos la F. P.  
Villar Palasí... a la porra

Los chicos sin E.G.B.  
o en el B.U.P. a su pesar  
buscan un nuevo horizonte...  
es la F.P. su lugar.

El ministro Maravall  
abrió las puertas al campo  
Reforma experimental...  
¡Ramón y Cajal al tajo!

Los expertos pedagogos,  
didactas, coordinadores,  
padres, otros colectivos  
y en medio... los profesores

Entre informes, documentos  
papeles y aclaraciones  
había que traer merienda  
para las evaluaciones.

Se llamó experimental  
a este nuevo experimento  
era tan innovador  
que hasta tuvimos un huerto...

El año 92  
anticipamos la L.O.G.S.E.  
cincuenta profes vinieron  
¡parecía el acabose!

La L.O.G.S.E. nos trajo alumnos  
que eran bastante pequeños  
venían sin instrucciones...  
y nos mandaron maestros.

Empezaron siendo cinco  
(nunca fueron mogollón)  
con el paso de los años  
son especie en extinción.

Para evitarnos problemas  
se buscó una solución  
los pequeños, mejor lejos...  
vino la separación.

El " Territorio Comanche"  
llamaron al pabellón D  
fue donde los colocaron...  
ya sabemos el por qué

Un mal día se llevaron  
a los de Administrativo  
pero aquí nos ha quedado  
su recuerdo muy muy vivo

Entre reforma y reforma  
cambiamos la cara al centro:  
en el exterior: jardines  
y dentro cambios... un ciento

Hubo las aulas del B.A.G.  
los chicos en las peceras  
eran los laboratorios  
"el comedor de la abuela".

Se inundó nuestro instituto  
de nuevas tecnologías  
aunque el IES e Internet  
sólo funcionen a días

Aparecieron también  
los alumnos extranjeros  
a la sombra del Aliso  
podemos bien entenderlos.

La L.O.C.E. llegó más tarde  
¡qué podríamos decir!  
lo llamábamos " pinícula"  
y lo cambiaron por " film"

Al poco vino la L.O.E.,  
dije digo, digo Diego,  
nos cambiaron los collares  
pero eran los mismos perros

De momento estamos quietos  
(con el permiso de Europa)  
y como cambie el gobierno...  
¡A ver ahora que os toca!

A la Junta hemos mandado  
a unos cuantos profesores  
aunque siempre vuelve alguno  
("pa" mí que son los mejores)

Ahora hablemos de proyectos...  
citamos el ambiental  
porque si se nos olvida  
vamos a quedar fatal.

Cada vez con más frecuencia  
intercambiamos alumnos  
que mucho, dicen, se aprende,  
moviéndose por el mundo

Las cigüeñas ya no traen  
los niños en cantidad  
y se nos quedan las aulas  
de chicos a la mitad.

Para llenar nuestras clases  
no basta con la intención  
hay que hacer publicidad,  
ganar la competición.

Y aunque seamos muy buenos  
bien nos hace la puñeta  
el que en el barrio nos pongan  
unas malas etiquetas.

Que nos falta pedigrí  
nos sobra diversidad  
demasiadas razas juntas  
¿cero en selectividad?

Nos dicen que por la crisis,  
mandarán muy pocas pelas...  
a este paso el Internet  
lo vais a encender con velas.

Ahora ya canas peinamos,  
atrás quedaron los treinta,  
las fuerzas fallan un poco  
y la ilusión ¿Dónde queda?

Seremos espectadores  
y ya, desde la barrera  
os aplaudimos diciendo:  
seguid trabajando ¡Fieras!

En cuanto al futuro incierto  
no sabemos que traerá  
para vosotros pedimos  
muchísima felicidad.

El Romance aquí se acaba,  
escrito en un pliego está  
sólo un aplauso cuesta  
a quien nos lo quiera dar.

(Mercedes Vallinoto, Angel Conde y M<sup>a</sup> José Barba)

### DESPEDIDA A LOS CICLOS QUE CONCLUYEN SU PERÍODO FORMATIVO EN DICIEMBRE

El día no acompañaba por el frío y el viento, pero lo emotivo del acto de despedida a estos compañeros recién graduados hizo que esto no se notara.

Las sentidas palabras de los que intervinieron hicieron que a más de uno se le hiciera un nudo en la garganta.

Luego, todos, uno a uno pasaron a recoger su premio, el certificado de acreditación de la finalización de sus estudios en el IES Ramón y Cajal de manos de sus tutores y tutores y una muy merecida felicitación

Una vez más, y como se dijo, enhorabuena a todos



# ALGO MÁS DE DOS DÉCADAS EN EL RAMÓN Y CAJAL

**D**espués de 12 años, “peleando” como docente en el País Vasco, llego en 1990 a Valladolid y a este Instituto. Y digo bien “peleando”, porque aquellos años “vascos”, fueron duros de verdad, era realmente una lucha contra la intolerancia, la falta de respeto, la violencia, la mala educación y el miedo. Sí, el miedo, parece que estamos hablando de hace muchísimos años, pero no, hasta hace poquito tiempo, en Euskadi, no se podía decir lo que uno pensaba.

Entonces, a mí, personalmente, la tranquilidad, me llega cuando vengo a trabajar a este Instituto. Y el comienzo aquí, empieza con una sorpresa agradable. El profesor Daniel Esteban, por tanto, en ese momento un compañero, había sido profesor mío de Física y Química en mis adolescentes años de mis 5º y 6º de Bachillerato. Allí en los Escolapios de Soria, Daniel comenzaba su etapa profesional, y yo, con mis quince años, fui su alumno. La vida, muchos años después, nos sorprendió a los dos en el Ramón y Cajal.

El primer curso fue literalmente eso, un remanso de paz. En las aulas, los alumnos te escuchaban, el trato entre todos era correcto y educado y con los compañeros, se podía hablar de cualquier cosa, e incluso hacer bromas. ¡Impensable!

Ese curso, y muy al principio, se hizo una jornada de convivencia de alumnos y profesores nuevos. Fuimos a pasar el día y disfrutar al Monasterio de la Santa Espina. Como organizadores y guías veteranos, llevábamos a Luis Palomo y Margarita Villanueva. Éramos todavía, profesores de Formación Profesional y se empezaba a experimentar, lo que en aquel momento se llamaba Bachillerato General. Más tarde se convertiría en la actual Enseñanza Secundaria.



Ese día pude comprobar y reafirmarme en que yo, desgraciadamente, había perdido la naturalidad en el trato con personas, tanto compañeros como alumnos. Esa naturalidad, ese ser uno mismo, respetando y siendo respetado, ha permanecido y permanece en la convivencia del Ramón y Cajal.

Mi siguiente curso aquí, compartí tutoría con Oscar Sabador, recién llegado. Otro recuerdo imborrable, fue nuestro viaje en tren a Matapozuelos con nuestros tutorados, para visitar el zoo, que por cierto, ya no existe. Todos hicimos un poco el “mono” y alguna especie animal más. Otro día para no olvidar.

Así, curso tras curso, con el número de alumnos aumentando, tanto en el turno diurno como en el nocturno, llegamos a contabilizar más de 1800 y más de 130 profesores. Años en los



que, los grupos de primero llegaron a alcanzar la letra “H”. ¡Qué tiempos aquellos comparados con los actuales!. Y anotando que superábamos los 40 alumnos por clase. La movilidad en las aulas resultaba bastante complicada. ¿Será que los políticos actuales, pretenden mantener la calidad de la enseñanza volviendo a esas condiciones?

Por estas épocas, otro recuerdo especial, diferente, es mi paso por la Jefatura de Estudios, compartida con José Antonio González; profesor de Lengua Española, trabajador incansable y persona generosa donde las haya, que ha tenido gran peso específico en la Historia de este Instituto.

Y precisamente, con José Antonio y también con Arturo Guillén, profesor de Geografía e Historia, compartí otra experiencia grata. Se realizó un trabajo con un grupo de alumnos de 4º de la ESO, para presentarlo al Programa Euroscola. Se ganó, y fuimos premiados, por el Parlamento Europeo, con una excursión para visitar Estrasburgo y su antiguo parlamento y París. Y allí estuvimos, toda una semana, exactamente, la primera de febrero de 1997. Para nuestros alumnos, la experiencia constituyó un hito en sus vidas. En el hemiciclo, compartieron una sesión parlamentaria con otros jóvenes como ellos, pero de los distintos países europeos, concretamente, de ocho nacionalidades.

Así, curso tras curso, han ido transcurriendo los años, y llegaron incluso las Bodas de Plata del Instituto, con su celebración y sus actividades correspondientes; transcurría el año académico 2004-05.

Una colaboración mía ha sido, desde el año 2002, y sigue siendo hasta el momento, la responsabilidad del funcionamiento de los “tamagochis”. Es de destacar mi taller de reparaciones ambulante, equipado con tecnología de última generación; y también la inestimable ayuda del

gran especialista en microsoldaduras, Félix A. Glz. Valdivielso.

No quiero olvidarme de cuatro compañeros, que nos han dejado a lo largo de estos años: Eduardo San José, profesor de Dibujo, Carmen Aranda profesora de Lengua Española, Daniel Esteban, profesor de Física y Química y Manuel Salvador, profesor de Matemáticas.

También tengo y debo hacer una mención muy especial, a mi compañero de todos los días, que jamás me ha dejado “tirado”, y que tiene, por supuesto, una gran impronta, en la Historia del aparcamiento del Instituto: MI MARAVILLOSO 4 LATAS, mi signo de identidad.

Y si mi “4 L” ha tenido su sitio, también, he tenido mi rinconcito en el bar, todos los recreos, para tomar café, con mis fieles compañeros: Juanjo, José Ángel, José Antonio y Fernando.

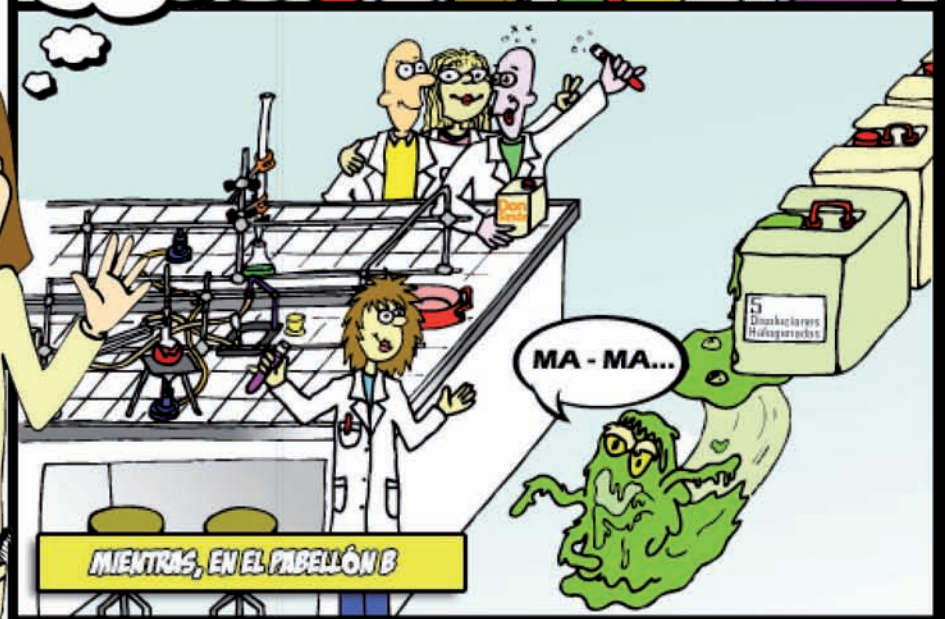
Me voy voluntariamente. En este Instituto, he desarrollado, la mayor parte de mi vida de docente. La he disfrutado plenamente y me he entregado a ella en cuerpo y alma. Me llevo lo mejor de todos: profesores, alumnos y personal no docente y los mejores recuerdos. Esta profesión, siempre ha merecido y merece la pena vivirla.

Mis mejores deseos, y quienes me conocéis, sabéis que lo digo de corazón, para este Instituto y todos sus miembros.

Muchas gracias a todos.

*Pepe Gutiérrez*

# Un día cualquiera en el RAMÓN Y CAJAL





INSTITUTO DE EDUCACION  
SECUNDARIA  
RAMON Y CAJAL

