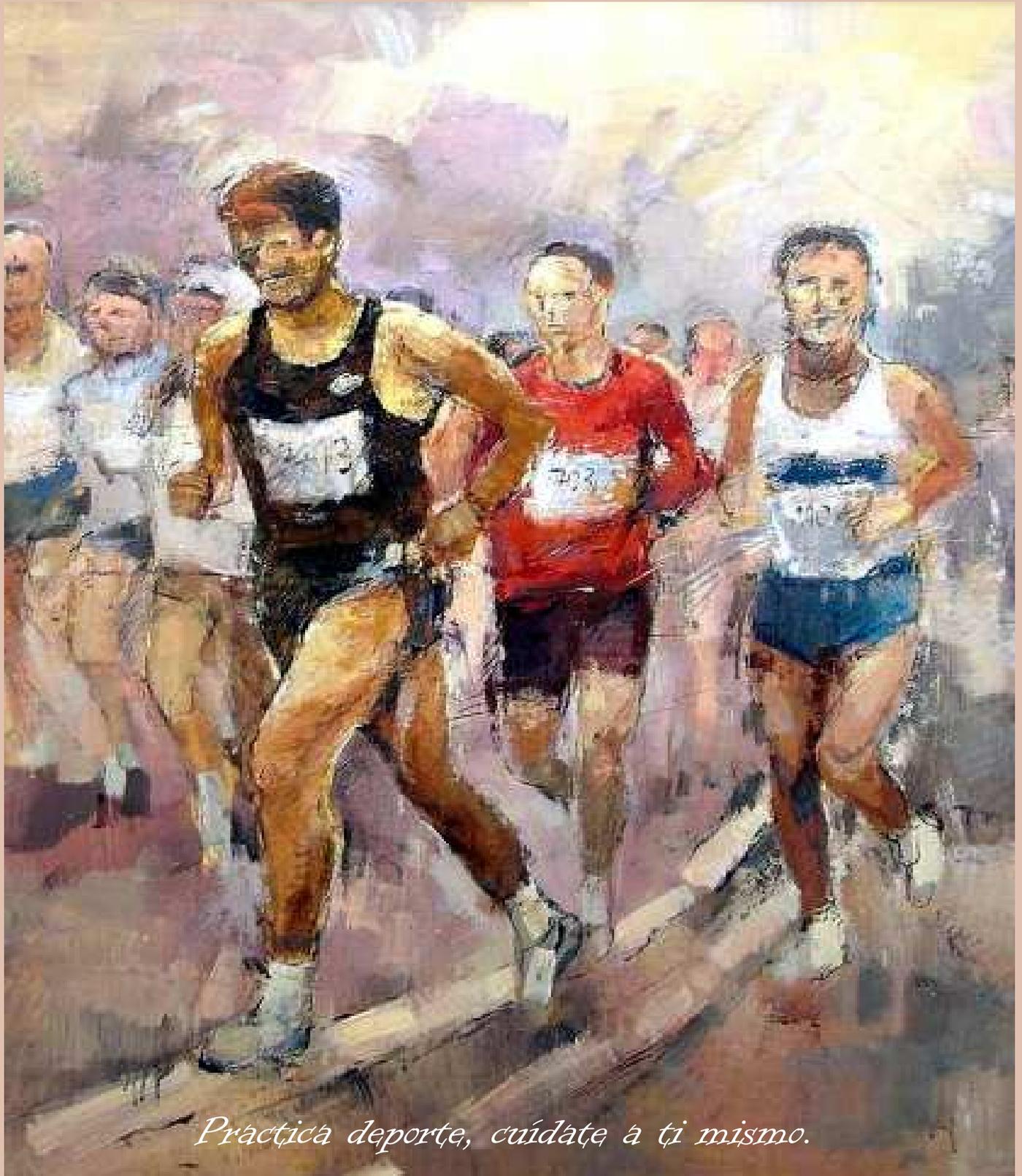


Revista del I.E.S. Miguel de Molinos. Año 4 Nº 13 Invierno 2006



Practica deporte, cuídate a ti mismo.



El verdadero sabio sólo es riguroso consigo mismo; con los demás es amable.

Plutarco (siglo I)

Un perro aúlla a la luna mientras un niño arroja piedras a un estanque soñando con no romper su reflejo. Los tiempos cambian, los nuevos dioses son cada vez más poderosos... El respeto se pierde. ¿Sabemos realmente lo que hacemos? ¿Pensamos por nosotros mismos o todos llevamos una televisión en la cabeza? O la revista de moda, o el último libro de éxito... Campañas de solidaridad con seres lejanos que no conocemos. Todo eso está bien pero ¿la solidaridad con el compañero que se sienta a nuestro lado? ¿Y el respeto para con todos?

La democracia parece conseguida (por fin) pero ¿sabemos cuidarla, cultivarla y trabajarla día a día, cada uno en su puesto, cada uno en su lugar? La educación se plantea grandes cambios reflejo de los cambios de la sociedad en que vivimos. ¿Impartir conocimientos o educar de forma que el individuo pueda pensar por él mismo? Pero para todo, no cuando nos interesa... Afortunadamente siempre existe la esperanza. Quizá únicamente debamos abrir los ojos (esos del Principito) y unirnos en esta empresa común: el avance comunitario, la sociedad pacífica desde el interior, la paz... Esas guerras que nos preocupan ¿no empezarán, siguiendo la teoría del caos, por procesos que desconocemos o que no queremos conocer...? Podemos hacer algo, cada uno en su medida para evitarlas. Seguro que sí. Pero, pongámonos en marcha, la caballería andante está en camino. Pero dejemos todo y volvamos al principio. ¿Cómo era? ¡Ah, sí! Un perro aúlla a la luna mientras un niño arroja piedras al estanque soñando con no romper su reflejo...

Javier García Castel

El grito (Munch 1893)



Sumario

Editorial	2
Impresiones	3
La Antártica	4
Vigelands's Park	5
La voz	6
Guerra Civil en Aragón	7
Davina, notre letrice	8
Nuestra vida en Argelès	10
6ª Feria del libro	10
Elecciones a Consejo Escolar	11
Proyectos y Programas del IES	12
Otro mundo es posible	15
Carlos Marzal	16
Fiestas del Pilar	17
Sos del Rey Católico	18
Actividad Física y salud	19
Prevención de obesidad	21
Semana del deporte	22
Hábitos deportivos	23
Aznar, en su línea	26
Voto femenino	27
El hombre busca el sentido	31
Crimen y castigo	32
El existencialismo	34
La literatura actual	35
El burlador de Sevilla	36
Destino: Etiopía	37
Cine	39
El ratón. Red@tón	40
Pool	41
La cuisine easy	42
PIEE	43

CONSEJO DE REDACCIÓN

El Consejo de redacción agradece todas las colaboraciones que aparecen en este número e insta a todos los alumnos y alumnas a mejorar más sí cabe, esta revista. Aprovecha también para desear a toda la comunidad educativa unas...

FELICES VACACIONES

PORTADA

El maratón

Ernest Descats. (Manresa 1956)

CONTRAPORTADA

Cartel Republicano 1936-39

Tono

ILUSTRACIONES

M. C. ESCHER

Todos mis trabajos son juegos.
Juegos serios.

IMPRESIONES

Ha pasado un tiempo, pero recuerdo que el primer día que vine al instituto me sentí deprimido, porque otra vez empezaban los exámenes, las presiones, los nervios...

Peor fue cuando entré a la clase, porque en cuanto vi las ventanas con barrotes pensé: "ya he vuelto a la cárcel"

Miguel 1º ESO

Recuerdo mi entrada al instituto como algo totalmente distinto a lo que me había imaginado. Estaba muy nervioso porque no sabía con quién me tocaría en clase, si me adaptaría al cambio, si mi nivel estaba a la altura,... y otras cosas que me preocupaban. Admito que el cambio fue duro.

Víctor 1º ESO

...encontré un amigo que me dijo que para la presentación debía llevar una mochila, por lo que me volví a casa, la busqué como una loca, y no la encontraba, lo que hizo que me pusiera más nerviosa aún de lo que estaba, así que, empecé a tartamudear, a temblarme las piernas y a tener hipo...

Conchita 1º ESO

Coincidió el primer día de instituto con que había llovido y todo estaba gris y encharcado. El instituto era enorme comparado con mi antigua escuela.

Juntando todo eso, que mi mochila pesaba toneladas y que tenía más sueño que el que se perdió en la isla, estaba de lo más nervioso y asustado... y no era el único.

Carlos 1º ESO

... volví a casa y me pegué veinte minutos contando todo.

Siempre recordaré la imagen de mi hermana mayor que empezaba al día siguiente; estaba envuelta en las sábanas, a la una del medio día. Luego llegó mi padre, que me dijo que le contase todo lo que me había pasado ¡pobre de él! Creo que se aburrió demasiado.

Luego vino la comida ¡ay qué rica estaba después de nueve años comiendo en el comedor del colegio!

Andrés 1º ESO



LA ANTÁRTIDA Y EL CALENTAMIENTO GLOBAL

El pasado 8 de noviembre los alumnos de 3º de E.S.O. estuvieron presentes en una exposición sobre la Antártida y el calentamiento global. Dicha exposición corrió a cargo del periodista gallego Emilio Alfaro. Éste había realizado un gran viaje desde España hasta la Antártida, pasando por Chile y la Patagonia argentina. La charla constaba de dos partes. La primera parte trataba de su viaje.

Alfaro narra a los alumnos una serie de fotografías, realizadas por él mismo, en las que mostraba una infinita variedad de ecosistemas que encontraba a su paso. Había fotografiado las montañas más altas, los valles más extensos, los animales más impresionantes apenas conocidos en éste nuestro lado del charco...

Se podía observar a un albatros en pleno vuelo, un pingüino hembra dando de comer a su cría hambrienta, leones marinos luchando por obtener el liderazgo de la manada, zorros de Sudamérica, pingüinos saltadores de rocas y muchas más curiosidades de la naturaleza.

El periodista gallego se tuvo que preparar física y psicológicamente contra el frío, pues es bien sabido que en la Antártida, si uno no está muy bien acondicionado, puede que no se le vuelva a ver con vida. Y que mejor lugar para ese entrenamiento que las montañas andinas, donde las temperaturas son bastante similares a las del Polo Sur.



Para dirigirse a su punto de destino, tuvo que navegar en un rompehielos desde el Cabo de Hornos hasta la Tierra de Graham. Al llegar se dirigió a la base española, en la que suele haber entre quince y treinta personas que se van turnando cada cierto tiempo.

Las condiciones climáticas son tan extremadamente bajas, que los pocos seres vivos que habitan en ese lugar son unas determinadas especies de animales, que están acondicionados para poder sobrevivir. Por tanto, no es de extrañar que los expedicionarios tengan que usar varias capas de abrigo, ya que pueden registrarse temperaturas de hasta -89°C .

Entre las distintas especies de animales, la de los pingüinos es la que posee más ejemplares diferentes. Uno de ellos es el pingüino emperador, originario del Polo Sur. Puede llegar a tener una altura de 1 m, siendo así el mayor de los pingüinos.

La Antártida se constituye por una gruesa capa de hielo, formando una gran meseta que se eleva a 2.790 m. Los icebergs que se desprenden de la costa son arrastrados por las corrientes oceánicas durante varios años. En la Antártica Central, la capa de hielo llega a alcanzar 2770 m de grosor.

En la segunda parte de la exposición, Alfaro mostró un documental realizado por un museo norteamericano y que trata precisamente de la Antártida, pero profundizando más en el tema; explicando, por ejemplo, que el primer ser humano en llegar al Polo Sur fue, en 1911, el noruego Roald Amundsen.

Emilio Alfaro trató también el tema del calentamiento global. Exponía el problema del agujero que se está formando en la capa de ozono, debido a los componentes químicos de algunos productos o armas.

La charla transcurrió de una forma tranquila, excepto en algunos "sectores" de la sala. Lo bueno es que fue muy participativa, lo que favoreció a aprender más sobre esta tierra tan poco conocida llamada Antártida.

Aldín Motatu 3º ESO



Vigeland's Park

exchange with Norwegian students from Oslo



Last year, 35 students of 1º Bachillerato from IES Miguel de Molinos and Elaios had an exchange with Norwegian students from Oslo. We went there in April 2006 and stayed there for a week. Two teachers, Daniel Aldana and Miguel Cortés were in charge of the exchange and came with us to Norway.

We enjoyed ourselves staying in Oslo and took part in many different activities. For example we visited the former Olympic Games site, which was full of snow. We, students and teachers, looked like little children playing with it; snow fighting was great fun. We all had a wonderful time. Another amazing activity was the trip to the forest. It was a fantastic experience in spite of the freezing weather. We had sausages in a tent and we crossed the forest in carts drawn by horses.

Another day we visited the city. They took us to a visit to the Parliament. We went to the Vikings Ship Museum, where we admired the huge viking ships that crossed the sea in the old times. We also visited Maihaugen, an open air museum with churches and houses from different centuries. There you could enter the houses and see how people used to live and how their houses had been built. The old churches were made of wood.

We visited Vigeland's Park, where we took a lot

of photos. It's a park full of huge naked sculptures. We had never seen a park like that.

In the evenings, our Norwegian mates had prepared different activities for us. One day we went to a bowling alley, another day we all had a pizza together in a restaurant, they invited us to parties, where we had a wonderful time. Instead of going out and having the party in discos or pubs it is usual for them to invite you to their houses. Their houses are really big and going out is terribly expensive.

Apart from these activities we made close friendship with our Norwegian partners. In our opinion it is the best way of travelling. Instead of going to hotels or campsites, etc. you see life from inside, you learn about their customs because the families treat you as if you were one of them. During those days, Norway became a real home away from home. All the families were very warm and friendly to us.

We think it is worth living this kind of experience, it is an interesting way of learning English, having fun and making friends. We would recommend these exchanges to everybody. In fact, all the students that went there are looking forward to coming back some day.

Lorena Pinilla y María Vela 2º Bto.



NUESTRO MEJOR INSTRUMENTO LA VOZ

No basta con oír la música, además hay que verla. Igor Stravinski (1882-1971)

El día 16 de noviembre, 2ºC y algunos alumnos de 2ºB fuimos a ver un grupo de música contemporánea que únicamente utilizaban su voz para hacer los instrumentos.

B-Vocal, que así se llama el conjunto, es un grupo zaragozano de cantantes contemporáneos que no usan instrumentos ya que lo simulan con la voz. **B-Vocal** lleva diez años practicando un estilo personal diferente a los demás estilos de música "a capella" que significa que la música es representada sin ningún apoyo instrumental.

Aparte del concierto, también hicieron una obra de teatro que consistía en una clase de música: La academia "RIN BON BANG". En ella nos explicaron el funcionamiento del diafragma al cantar entre otras muchas cosas. Luego sacaron a una chica del público y le cantaron la canción de Roy Orbison, Pretty Woman.

Además de los cinco componentes que vimos tenían un técnico de sonido e iluminación que daba más o menos volumen a la voz de los cantantes, producía resonancias e incluso cambiaba las luces del escenario.

A mi personalmente me gustaron mucho ya que me impresionó bastante la facilidad que tenían de imitar instrumentos. Las voces de cada uno de los componentes eran increíblemente combinables con el ritmo de la canción .

Al terminar el concierto el grupo cantó un rap que habían compuesto ellos mismos, hablaba de ellos. Después nos dieron la mano y hablaron con nosotros. Nos preguntaron si nos había gustado, si nos habíamos enterado de todo y nos dijeron que tenían una página web.

La gente salió del concierto relativamente satisfecha, o al menos mis compañeros.

Debían de hacer muchos conciertos porque cuando entramos salía otro instituto y cuando nos fuimos venía otro.

Carlos Coscojuela 2º ESO

Hazte socio del

A.

M.

P.

A.

en el

2007



Guerra civil en Aragón 70 años después

El pasado 10 de Noviembre, las clases de 2º bachillerato tuvimos una cita con la Guerra Civil en Aragón.

Hicimos una visita a las trincheras de esta guerra, situadas en la Sierra de Alcubiérre. Allí pudimos leer, gracias a una serie de paneles, los diferentes periodos de la Guerra Civil. Recordamos que la línea del frente aragonés permaneció prácticamente inalterable en esta sierra casi un año y medio (1936-1938) y que todo empezó con la sublevación militar de 1936 que se impuso en muchas zonas de Aragón, pero, gracias al frente de norte a sur que se estableció, no se permitió el control de toda la provincia.

Pudimos comprobar cómo eran las trincheras, unos pasadizos estrechos con pequeños ventanales abiertos al exterior para vigilar el frente. Pudimos recorrer las trincheras y "revivir", de alguna manera, los largos días de guerra.

Después acudimos a la exposición en Robres (Huesca) sobre la Guerra Civil en nuestra región. La exposición contaba con varias salas en las que pudimos ver cartas, pasaportes, licencias, banderas, armas, artículos de prensa, etc, sobre estos años. En definitiva, una serie de objetos con los que pudimos hacernos una idea más concreta de cómo se vivió esta época. Lo más impresionante, personalmente, fue un cuadro realizado con nombres de los fusilados del frente aragonés: nos impresionó ver nuestros apellidos entre éstos.

Aparte de toda la información que allí había, pudimos ver una serie de películas realizada en la época que reflejaban a la perfección estos años grises.

La verdad es que todos hemos estudiado, o estamos en ello, la Guerra Civil, pero yo creo que la mejor forma de entenderla y conocerla más a fondo es acudiendo a sitios como éste.

Miriam Julián 2º Bto.

Alma del mundo desalmado
alma mía, tu recuerdo
es el dolor que siento en mi costado
la sombra que ensombrece cuanto veo

Al atardecer se alza el viento
a recordarnos que el otoño viene
y, yo tengo miedo a perderte
y tengo miedo a mi miedo

Camino de tuerca, en el último tramo
una barrera para nuestro honor,
tan tímidamente pienso en ti, amor,
como si estuvieras a mi lado.

Y si la muerte acaba con mi vida,
dentro de una fosa mal cavada
acuérdate de toda nuestra dicha
no olvides que yo te amaba

una miliciana





DAVINA, notre lectrice



Cette année, notre lectrice de français s'appelle Davina. Elle a vingt ans, elle vient de la banlieue de Paris et a étudié l'anglais et l'espagnol appliqués aux civilisations et au droit international.

Question – Pourquoi est-ce que tu as décidé d'apprendre l'espagnol ?

Réponse – Quand j'ai commencé à apprendre l'anglais, je me suis rendue compte que j'aimais beaucoup apprendre les langues étrangères.

En 4^{ème}, on devait choisir une autre langue, et on pouvait choisir entre l'allemand et l'espagnol. J'ai choisi l'espagnol parce que ça me plaisait plus et parce que ça me paraissait plus beau à entendre, et je le trouvais aussi plus facile que l'allemand. Ça, c'est un préjugé !

Question – Est-ce que tu aimes l'Espagne ?

Réponse – Oui, j'aime beaucoup l'Espagne et les gens, (du moins les gens de Saragosse) parce que je les trouve beaucoup moins « individuels », pour ainsi dire, que les gens de Paris.

J'habite à Saragosse parce que je la connaissais déjà, je suis venue ici il y a deux ans, en Erasmus. Je suis restée cinq mois, mais j'aurais voulu rester plus de temps.

J'aime Saragosse pour ses gens, mais aussi par la taille de la ville, laquelle n'est ni très petite, ni très grande. À Paris, comme c'est énorme, tout le monde marche dans la rue comme s'ils étaient toujours pressés, et c'est pour ça que personne te dit rien, ils sont seulement préoccupés par aller vite à leur travail, leur maison, etc.

Question – Est-ce que tu as rencontré beaucoup

de différences entre les deux pays ?

Réponse – Surtout les horaires. Arriver et manger à deux heures et demie c'était très bizarre. En France, on mange à douze heures, nous nous couchons plus tôt aussi.

Un autre exemple c'est qu'en France, au lycée, on sort à douze heures pour déjeuner, et on n'a pas de récréation pour manger un sandwich, comme vous faites ici.

Question – Quelles sont les choses que tu changerais de Saragosse ?

Réponse – Je changerais le vent, parce que des fois c'est un peu gênant. Et je crains que la ville ne croît beaucoup à cause de l'Expo de 2008, parce que comme je l'ai dit je trouve que sa taille est parfaite pour y vivre.

[Je lui ai posé des questions sur notre lycée, ce qu'elle pense des élèves, de l'ambiance, etc.]

Question – Est-ce que c'est ta première année comme lectrice dans un lycée ?

Réponse – Oui, c'est ma première année comme lectrice.

Question – Est-ce qu'il y a beaucoup de différences entre un lycée espagnol et un autre français ?

Réponse – La plus grande différence consiste en ce qu'en France nous sommes répartis selon l'âge, de onze à quinze ans, on est au collège, et de quinze à dix-huit ans, on est au lycée. Par contre vous êtes dans le même « bâtiment » depuis que vous avez douze ans jusqu'à vous avez dix-huit ans. Et, en France, les professeurs n'ont pas « guardia », mais quand il y a une classe libre, ils y ont les surveillants, qui sont des jeunes filles et garçons qui s'occupent seulement de ça. Là on ne met pas des admonestations, par contre, les profs punissent les élèves en les mettant des « heures de colle » qui sont des heures d'étude supplémentaire. Ce sont aussi les surveillants qui s'en occupent.

Question – Qu'est-ce que tu penses des élèves espagnols ?

Réponse – Je trouve que vous parlez beaucoup, mais ça je crois que c'est international ! Ça vous ennue le français ?

[Après ça, je lui ai posé des questions sur sa vie, sur ce qu'elle aime faire pendant ses temps libres]

Question – Qu'est-ce que tu aimes faire pendant tes temps libres ?

Réponse – J'aime être avec mes amis, bavarder avec eux, les inviter à manger, écouter de la musique, et j'aime beaucoup danser.

Je suis aussi volontaire dans une ONG « Centro de Estudios Rurales y Agricultura Internacional. (CERAI) ».



L'ONG s'occupe du développement des zones rurales du Maghreb (La Tunisie, le Maroc et l'Algérie). Par exemple, elle fait de la coopération internationale, (le département où je travaille le plus), je peux donner ma contribution parce que je parle français, comme les personnes de ces pays, et je m'occupe de traduire des documents, etc.

Question – Est-ce que tu as visité des autres pays à part l'Espagne ?

Réponse – Oui, j'ai visité l'Italie, la Hongrie, l'Angleterre, le Portugal (parce que mon père est portugais), la Hollande, la Belgique et pour mon travail à l'ONG, le Maghreb, que j'adore.

Question – Quelle musique écoutes-tu ?

Réponse – La musique pop rock anglo-américaine c'est ce que j'écoute le plus, et même si j'aime la nouveauté je préfère les vieux groupes des années 70 ou 80 tels que THE DOORS, Police ou les vieux albums des RED HOT d'il y a 15/ 20 ans.

J'aime aussi la musique pop rock française, bien sûr, nouvelle ou ancienne génération.

Et puis la musique noire - américaine type blues, soul j'adore aussi.

Les groupes Espagnols ? Le typique Bunbury de Saragossa et le Flamenco guitare et voix

Question – Est-ce que tu parles d'autres langues ?

Réponse – Anglais et espagnol vu mes études. J'ai quelques notions de portugais car ce sont mes origines paternelles, je le parle peu mais dans l'ensemble je le comprends. J'ai aussi étudié 4 ans de chinois mais c'est si difficile qu'en 4 ans on apprend peu de choses, et puis comme je ne le pratique pas, j'ai tendance à l'oublier.

Maintenant, vu que je travaille au Maghreb, j'ai envie de me mettre à l'arabe...de toute façon les langues j'adore ça alors je suis toujours curieuse d'en connaître plus.

Question – Ton plat espagnol favori ?

Réponse – Heeuu je ne sais pas trop, je ne suis pas difficile.

Tout ce que je peux dire c'est que la paella ici est délicieuse et que je ne veux plus jamais en manger en France...sauf si elle est faite à la maison. Venez manger une crêpe en France et vous direz la même chose.

Question – Les sportifs espagnols plus connus en France ?

Réponse – Il y a bien sûr Alonso en F1 (de marque française !) et puis Nadal en tennis.

Si vous attendez que je vous donne des noms de footballeurs ça va être dur...en France tout le monde connaît le Real Madrid mais c'est pour Zidane.

Alicia Sancho 1ºBto.

Que la fuerza te acompañe



D. Daniel Tejero, entusiasta deportista, y constante entrenador, nos mostró el pasado 19 de diciembre su pasión; la halterofilia. Este laureado deportista, 6 veces campeón de España, 7º en unos Europeos, 13º en unos Mundiales, Olímpico, bronce en los Juegos del Mediterráneo, entrenador nacional y actualmente presidente de la Federación Aragonesa de Halterofilia y entrenador en el C.N. Helios, nos presentó el deporte por excelencia más representativo de la fuerza.

No es un deporte para unos pocos decía, es un deporte para todos, no importa la edad, no importa el sexo, lo importante es hacer deporte y con eso es suficiente. Esta especialidad deportiva, esta disciplina, como él decía, nos aportará una adecuada condición física ya que se trabajan todas las cualidades en general, nos ayudará a mejorar, curiosamente, nuestra postura corporal y nos otorga valías psico-afectivas. Expuso su técnica básica; la arrancada y los dos tiempos y destacó la fuerza explosiva necesaria para realizar ambas técnicas ante todo la arrancada en la que los campeones mundiales de la máxima categoría (según pesos) son capaces de levantar en menos de un segundo más de 200Kg, aunque en la halterofilia se desarrollen todas las clases de fuerza.

El futuro de la halterofilia en Aragón lo vio esperanzador, sobre todo para las chicas y nos citó para estas Navidades en el gimnasio de Helios en el que gratuitamente nos enseñará, esta vez prácticamente, este extraordinario deporte.



Nuestra vida en Argélès-Gazost

Capitulo 1

Ahora mismo nos reímos al recordar los primeros días en los que nos encontrábamos totalmente perdidos, pero la semana del 4 de septiembre en el internado de chicas desde luego se escuchaban mas llantos que carcajadas.

Al principio, sí, mucha euforia, un sitio nuevo con un paisaje muy bonito y un patio MUY grande... Pero ya fuese por la repartición de las clases, de las habitaciones o por el cambio de costumbres te acababas sintiendo solo, conociendo o sin conocer a la gente.

En el comedor había mucha variedad para elegir entre entrantes, postres y plato principal; pero eso de comerse la ensalada sin aliñar... fue una tortura ¡Hasta que descubrimos el vinagre! El resto de la comida, aliñada o no, era del agrado de pocos por lo que al principio todo el mundo perdió bastante peso.

La llegada al instituto no fue mucho mejor... todo el mundo te hablaba en un idioma que creías conocer y que en realidad DESCONOCIAS. Y aunque el instituto no fuese muy grande... ¡IMPOSIBLE encontrar las aulas ! Toujours en retard, Toujours en retard.

Pero cuando el día parecía terminar porque no había más clases ¡ Vida de "relax" en el internado! ¡ JA! Dos horas de estudio para tu gusto y disfrute.

Después de esto cena y más tarde otra horita de estudio que terminaba a las nueve, y a las nueve y media debíamos estar durmiendo porque sino... ¡CASTIGO!

Claro está cuando llegaba al final del día con la acumulación de todo esto y de que nadie te entiende, que en el momento que hablas normal, te echan la bronca por gritar, etc. Pues no estás muy contento que digamos... Y así en el transcurso de una semana.

Pero después ya vas mejorando con el idioma por lo que vas entendiendo al profesor y a tus compañeros, también te acostumbras a la comida, empiezas a darte cuenta del privilegio que estar allí y además de que vas conociendo a todo el mundo, al fin y al cabo todo se reduce a acostumbrarse.

Ahora después del mes y medio ya tenemos nuestras primeras vacaciones, ya hemos hecho muchos exámenes (y las notas son bastante buenas) y lo más importante estamos a gusto y contentos.

CONTINUARÁ

Berta Jiménez

6ª Edición de la feria del libro



Un año más, y van unos cuantos, hemos celebrado en el Instituto la Feria del Libro los días 17,18 y 19 de octubre, como se aprende con la experiencia, este año ha estado mejor organizada, se han vendido más libros y apenas han quedado encargos pendientes para más tarde.

Por señalar alguna pequeña crítica podemos decir que ha habido un muestrario de libros no solicitados pero de posible interés algo más reducido que otros años.

También en la Biblioteca hemos aprovechado la ocasión para hacer algunas adquisiciones que hemos tenido expuestas y a vuestra disposición.

Como muestra citaremos; Entre los juveniles: *El desierto de hielo, El mar de los Trolls, Alas de fuego, Cielo abajo, Vampiratas, El clan de la Loba* y otros. Y en otro tipo de Literatura para lectores más avezados: *El sol de los Scorta, Ursúa, Verdes valles, Colinas Rojas o La gramática descomplicada* y otros.

Mercedes Juny



ELECCIONES PARA LA RENOVACIÓN A CONSEJOS ESCOLARES 2006/2007

Durante el mes de noviembre se desarrolló todo el proceso electoral que la normativa vigente obliga a los Institutos de Secundaria. Expuesto el censo, proclamadas las candidaturas, el pasado 28 de noviembre se efectuaron los comicios. Los nuevos consejeros son los siguientes:



Quiero participar, colaborar y aportar para el desarrollo y mejora del Centro.

J. Ramón Pablo.



Entro al Consejo Escolar para saldar una deuda con él y ayudar en lo que pueda.

Rodrigo Alonso



Me presenté al C.E. Porque quería aportar algo más de mí al Centro.

Luis García



Quería conocer mejor el funcionamiento del Instituto, por eso me presenté.

Alicia Sancho

Mi deseo era conocer más de cerca el nuevo instituto de mi hijo y colaborar en lo que pueda para su mejora.

M^a Victoria Marcos



Soy miembro del Consejo escolar para colaborar en el buen funcionamiento del Centro en beneficio de todos los miembros de la Comunidad Educativa.

Moisés Camba





PROYECTOS Y PROGRAMAS DEL INSTITUTO

Como cada curso el Centro está implicado en un aserie de Proyectos Educativos que muchas veces son conocidos exclusivamente por sus participantes o como mucho por los Departamentos Didácticos correspondientes, por eso, desde ACANTO, y en el primer número del curso, queremos darlos a conocer e invitar a toda la Comunidad Educativa a participar en aquellos que les resulten más interesantes.

“AQUITAINE AQUA 2008”

Coordinador: D. Moisés Cambra

Proyecto internacional entre las regiones de Aragón y Aquitania (Francia) compuesto por los I.E.S. “Río Gállego” y “Miguel de Molinos” de Zaragoza por parte española y “ el Collège du Vic-Bilh de Lambeye y el Collège Maurice Ravel de Saint-Jean de Luz “ por parte francesa.

Los profesores de nuestro centro que participan son D. Rodrigo Alonso (Dto. Física), D. Moisés Cambra (Dto. Francés) y D. Angel Herrero (Dto. Historia), y son los alumnos de 3º B de la ESO con los que se va a realizar.

Para la elaboración de este proyecto los alumnos utilizarán diversos materiales y herramientas de las nuevas tecnologías. Todos trabajarán con el programa informático *FGIS* para la manipulación y tratamiento de los datos geográficos. También establecerán contacto entre ellos mediante el programa *Marratech* a través de Internet. Se creará un aula virtual en la que los alumnos intercambiarán datos y podrán conocerse a través de videoconferencia.

El tema sobre el que girará todo el trabajo estará relacionado con el agua. La duración es de los cursos 2006/07 y 2007/08

“UTILIZACIÓN DE LAS TIC EN LA SECCIÓN BILINGÜE”

Coordinadora: Dña. Milagros Pérez (profesora de la Facultad de Ciencias de la Educación)

El grupo de investigación para la elaboración de materiales curriculares, está constituido por profesores de las disciplinas no lingüísticas y de Lengua Francesa de los Institutos “Pilar Lorengar” y “Miguel de Molinos” y tres profesores del Departamento de Didáctica de las Lenguas, de las Ciencias Humanas y Sociales de la Universidad de Zaragoza

Con este proyecto se trata de facilitar la tarea del profesorado fomentando un trabajo de equipo en la elaboración de materiales, utilización compartida de los mismos y un apoyo técnico y lingüístico.

Cooperar en la puesta en práctica y difusión de las secciones bilingües español-francés.

Potenciar el trabajo conjunto entre los departamentos lingüísticos y no lingüísticos, para diseñar modelos pedagógicos aplicables en la enseñanza bilingüe.

Fomentar la cooperación entre la Universidad y la Enseñanza Secundaria en la investigación didáctica sobre los procesos de aprendizaje, específicamente en este caso el aprendizaje bilingüe.

En estos momentos hay elaborada una página Web que os invitamos a que la consultéis.

www.unizar.es/bilingue_frances

En el Proyecto se ha trabajado los cursos 2005/06 y 2006/07.

PROGRAMA “RAMÓN Y CAJAL”

Coordinador: D. José Luis Abad

El Programa Ramón y Cajal consiste en la utilización de los medios informáticos como apoyo a la enseñanza de las distintas materias. El alumno maneja dichos medios con la ayuda del profesor. El centro dispone para su desarrollo de dos salas de ordenadores y tres puestos más para uso de alumnos y alumnas en la biblioteca.



“ITINERARIOS DIDÁCTICOS SOBRE EL URBANISMO EN ZARAGOZA PARA ALUMNOS DE LAS SECCIONES BILINGÜES”

Coordinador: D. Ángel Herrero

Proyecto interdepartamental compuesto por los Departamentos de Francés y de Historia con la participación de D. Moisés Cambra y D. Ángel Herrero, que pretende la participación activa y directa del alumno en la elaboración de materiales elaborados en lengua francesa, utilizando las TIC.

Los alumnos con los que se va a realizar este proyecto son los de tercer curso de la Sección Bilingüe

El tema a trabajar es la realización de diez itinerarios urbanísticos de Zaragoza en los que se analizarán distintos aspectos que caracterizan a una ciudad (servicios, trazado urbanístico, actividad económica, grupos sociales, patrimonio artístico, etc.).

Con el material elaborado se pretende montar una exposición fotográfica y proyectar los materiales audiovisuales realizados.

PROYECTO DE COOPERACIÓN TRANSFRONTERIZA ENTRE ARAGÓN Y MIDI-PYRÉNÉES

Coordinador: D. Ángel Herrero

Proyecto internacional entre las regiones de Aragón y Midi-Pyrénées, compuesto por el I.E.S. “Miguel de Molinos” de Zaragoza por parte española y los Lycées “Pierre Méndes-France” de Vic-en-Bigorre y “Climatique” de Argelés por parte francesa.

Los Departamentos que participan son los de Música, Educación Física y Extraescolares

El objetivo es potenciar la cooperación entre las dos regiones y dar a conocer las actividades complementarias y extraescolares de los centros implicados en el proyecto. En este curso, y en los liceos franceses antes mencionados, se va a dar el concierto “Música de cine” por los alumnos del grupo de música del instituto, la representación de la obra “La ratonera”, por el grupo teatral del centro “Cuatro Estaciones” y una jornada deportiva con alumnos de los centros.

En el Proyecto se ha trabajado los cursos 2005/06 y 2006/07.

PROGRAMA TIC

Coordinador: D. José Luis Abad

El Programa T.I.C. de aplicación de las tecnologías de la información y la comunicación, consiste en la utilización de las pizarras digitales para mejorar los procesos de enseñanza y aprendizaje. Cada pizarra digital consta de un ordenador portátil con conexión a Internet, un proyector digital y una pantalla. El profesor o profesora utiliza programas de aplicación para enriquecer o clarificar su explicación, para hacerla más efectiva, atractiva o motivadora.

EL INGLÉS COMO HERRAMIENTA

Coordinador: Miguel Cortés

El Programa El Inglés como Herramienta consiste en la utilización del idioma inglés para aprender otras materias, se imparte en la asignatura de Tecnología para los grupos bilingües de 1º, 2º y 3º de E.S.O. El proyecto se desarrolla con el apoyo de fichas con contenidos tecnológicos en idioma inglés, mejora el aprendizaje del inglés técnico y aumenta la motivación de los alumnos hacia las asignaturas de Inglés y Tecnología.

PROGRAMA CINE Y SALUD.

Programa promovido y desarrollado por el Servicio Aragonés de la Salud y el Departamento de Educación y Ciencia de la D.G.A., aborda diversos aspectos relacionados con la promoción de la salud en la adolescencia utilizando el cine como recurso.



INVITACIÓN A LA LECTURA

Coordinadora: Dña. Charo Usieto

Departamento que participa: Lengua y Literatura
Este proyecto pretende acercar a los alumnos a periodistas, críticos, y autores literarios conocidos por sus obras y colaboraciones periodísticas. La experiencia está pensada para alumnos de 4º curso de la ESO y de 1º y 2º de Bachillerato.

Este curso está dedicado especialmente a la poesía, los autores sobre los que se va a trabajar y con los que se va a debatir su obra son D. Carlos Marzal, Luis Eduardo Aute y D. Raúl Gafía

PROYECTO DE CONVIVENCIA

Coordinador: D. Eduardo Arruego

Este Proyecto pretende educar en la convivencia, respeto y tolerancia, en la aceptación del pluralismo y la diversidad, en la capacidad y predisposición para ponerse en el lugar del otro, en la utilización del diálogo como enriquecimiento mutuo y como solución para resolver los conflictos por la vía del consenso.

Educar en la convivencia significa educar en la participación, en la responsabilidad que cada uno tiene en mejorar su parcela de sociedad

PROYECTO HELENA

Coordinador: D. Luis Moreno Universidad de Zaragoza

Proyecto que se lleva a cabo en once ciudades de la Unión Europea que consiste en potenciar los estilos de vida saludables en Europa a través de adolescentes europeos de 13 a 16 años.

PROGRAMAS DE INTERCAMBIOS

Siguiendo los planteamientos de años anteriores, pero ampliándolos este curso, se van a realizar los siguientes intercambios:

IES Miguel de Molinos/ Nostrand Skole (Oslo)

Profesores responsables: Dña. Pilar Muñoz y Dña Mercedes Juny

Alumnos implicados: alumnos de 1º de bachillerato

Fechas: Alumnos españoles en Oslo: del 21 al 28 de marzo

Alumnos noruegos en Zaragoza: del 11 al 16 de febrero

Se realiza conjuntamente con el IES Elaios

IES Miguel de Molinos/ Lycée Les Pierres Vives (Carrières, París)

Profesores responsables: D. Angel Herrero y D. Victor Lisón

Alumnos implicados: alumnos de 4º de ESO

Fechas: Alumnos españoles en París: del 9 al 16 de febrero

Alumnos franceses en Zaragoza: del 17 al 23 de marzo

PROGRAMA DE EDUCACIÓN SEXUAL Y AFECTIVA

Coordinadora: Dña. Claudia Riesco

Alumnos a los que va dirigido: 2º, 4º de la ESO y 2º de bachillerato.

Este programa que viene desarrollándose desde varios años atrás, pretende que nuestro alumnado adquiera unos hábitos sexuales y afectivos saludables.

Este programa se desarrolla en tres ciclos en función de las diferentes etapas de desarrollo y siempre trabajando de forma conjunta con las familias.

IES Miguel de Molinos/ Lycée Pierre Méndes-France (Vic-en-Bigorre)

Profesores responsables: D. Angel Herrero, Dña. Nuria Villanueva

Alumnos implicados: alumnos de 3º de ESO

Fechas: Alumnos españoles en Vic: del 16 al 24 de marzo

Alumnos franceses en Zaragoza: del 20 al 28 de abril



PROYECTO DE CONVIVENCIA 2006/2007

OTRO MUNDO ES POSIBLE

Algunas reflexiones

“Escuela de Barbiana. Carta a una maestra”

Cuando dejéis de suspender resolveréis al mismo tiempo el problema de las aulas.

“Si un ejercicio merece un cuatro yo se lo doy” *No hay nada más injusto que tratar con igualdad a quienes son desiguales.*

La vocación es la misma para todos: Hacer el bien dondequiera que nos encontremos.

La obra de arte: una mano tendida al enemigo para que cambie.

*Tratamos de educar a los niños para ser **soberanos**. Pasar la cultura por el tamiz de la vida.*

MOVIMIENTO POR LA JUSTICIA GLOBAL

Cuando este movimiento dice que **otro mundo es posible** significa que el mundo podría permitirse dar acceso a una **vida digna** a todos los habitantes de la Tierra. Alimentos suficientes, agua potable, vivienda adecuada, educación básica, atención médica y servicios públicos, tal como establece la **Declaración Universal de Derechos Humanos** de 1948 (Artículo 25).

Las respuestas ecológicas: frenar el consumo desenfrenado de combustibles fósiles que provocan el **cambio climático** y sustituirlos por energías alternativas.

La frecuencia y violencia cada vez mayores de huracanes, tornados, granizadas, inundaciones e incendios son consecuencia directa del **calentamiento global**.

PAULO FREIRE. La educación como práctica de la libertad – Ed. Siglo XXI-1976. *Pedagogía del oprimido* – Siglo XXI-2003

“El diálogo implica la responsabilidad social y política del hombre; una conciencia libre y creadora”

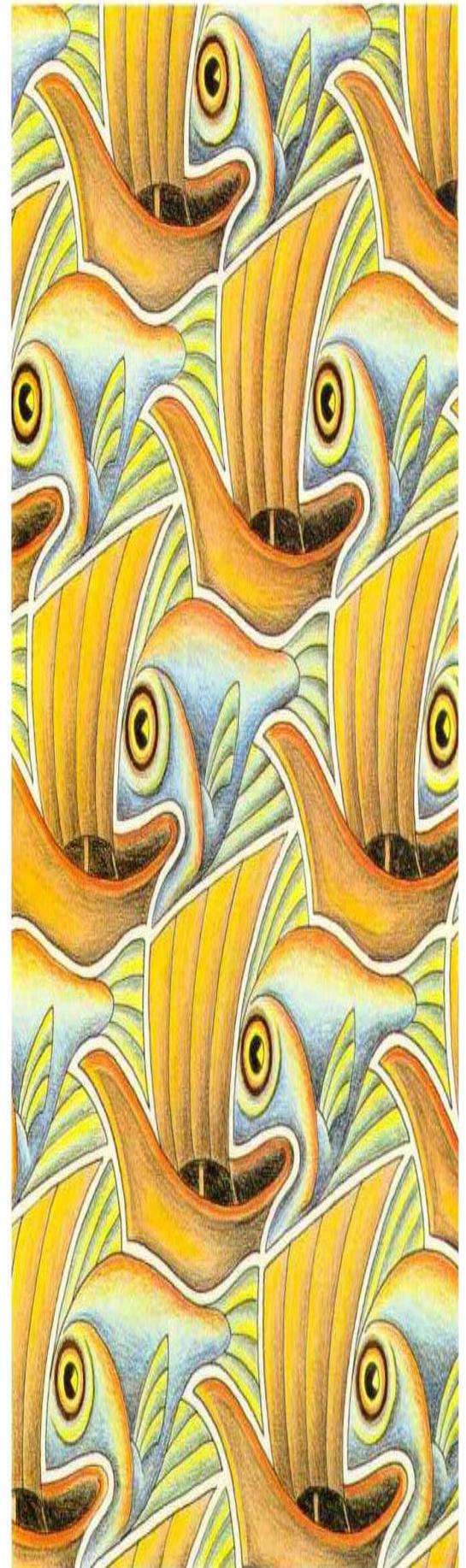
“El hombre moderno dominado por la fuerza de los mitos y dirigido por la publicidad renuncia, sin saberlo, a su capacidad de decidir, se cosifica; ya no es sujeto, se rebaja a ser puro objeto”

“El diálogo es una exigencia existencial”

JOSÉ A. MARINA. *Aprender a convivir*-Ariel-2006 “El sentimiento de justicia, la compasión, el altruismo, el sentimiento de humanidad compartida, de dignidad propia y ajena, de respeto y de responsabilidad universal, forman el dinamismo afectivo del buen ciudadano.

El **conflicto**, que es una característica humana, debe tratarse en la escuela a todos los niveles. También dentro del currículum escolar”.

Eduardo ARRUEGO





Encuentro con: CARLOS MARZAL

Un año más nuestro Centro participa en el Programa "Invitación a la lectura" y gracias a él, pudimos charlar con el escritor Carlos Marzal, en la mañana del 22 de noviembre.

Carlos Marzal nació en Valencia en 1961 y allí se licenció en Filología Hispánica. Ejerció durante varios años como profesor, fue codirector de la revista de Literatura y toros "Quités" durante los diez años de su existencia y es colaborador de periódicos y revistas literarias.

Su obra poética ha sido reunida en el volumen *El corazón perplejo*, de 2005, en el que se agrupan, además de algunos poemas inéditos, sus cinco libros de poemas desde *El último de la fiesta* de 1987, *La vida de frontera*, de 1991 y *Los países nocturnos* de 1996, hasta *Metales pesados*, de 2001 por el que recibió los premios de la Crítica y el Nacional de Poesía en 2002 y *Fuera de mí* de 2004, premio Loewe de poesía internacional.

Es también autor de la novela *Los reinos de la casualidad* (2005) y ha traducido del catalán el libro de poemas *Andén de cercanías*, de Enric Sòria.

La poesía de Marzal es una poesía en marcha; una travesía desde los países nocturnos a la luz; un viaje que celebra la vida y da testimonio de ella; vida entendida en sentido amplio, la del hombre en su intimidad –biografía- y la del hombre, el poeta, que forma parte de un mundo –el Mediterráneo-, de una cultura –la Literatura, el Arte (la tradición literaria y artística)-, de una especie.

Y la verdadera vida –dice el poeta en "Decorum"- está en lo elemental, en encontrarle un sitio al corazón entre las cosas, en la verdad, en la belleza y, sobre todo, en el afán de ser felices.

Por ello, con las palabras esenciales –cuatro o cinco nada más- ésas que pueden nombrarlo todo, esas palabras que "deben crecer hacia la luz", los poemas de Carlos Marzal, desde *Metales pesados*, cantan el júbilo y la perplejidad de ser, de estar siendo, en un mundo misterioso y eterno en su fragilidad.

Himno y reflexión : desde la calamidad y la desventura, desde la perplejidad y el desconcierto, al pasmo de vivir, tarea afanosa, heroica y finalmente esperanzada.



EL CORAZÓN PERPLEJO

DESVENTURADO corazón perplejo,
inconsecuente corazón,

no dudes.

No tiembles nunca por lo que sabes,
no temas nunca por lo que has visto.

Calamitoso corazón,

alienta.

Aprende en este ahora
el palpito que vuelve con lo eterno,
para latir conforme en valentía.
Los números del mundo están cifrados
en la clave de un sol tan rutilante
que te ciega los ojos si calculas.
Ciégate en esperanza,

errátil corazón,

suma los números.

Un orden en su imán te está esperando.

Desde el final del tiempo se levanta
un ácido perfume de hojas muertas.
Respiralo y respira su secreto.
Abre de par en par tu incertidumbre.
No permitas
que encuentre domicilio la tibieza,
ni que este inescrutable amor oscuro
cometa el gran pecado de estar triste.
Acógete a ti mismo en tus entrañas
con tu abrazo más fuerte,
tu mejor padre en ti, tu mejor hijo,
gobierna tu ocasión de madurez.

Insiste una vez más,
aspira en estas rosas
su pútrido fermento enamorado.
En este desvarío de tu voz
se desnuda el enigma, transparece
la recompensa intacta de estar siendo.

Aquí estamos tú y yo,
altivo corazón,

en desbandada.

A fuerza de caer, desvanecidos.

Y a fuerza de cantar,

enajenados.



Fiestas de El Pilar 06

Ya estamos en las fiestas del Pilar! Y parece que el curso escolar empezara ayer.

Las fiestas son un tiempo de divertimento, que sirve para descansar y para disfrutar durante los cuatro días de este puente. Para ello se organizan conciertos, actividades al aire libre y muchos otros eventos que convocan a cientos de personas. Pero también hay otro tipo de espectáculos, no tan multitudinarios, pero que también sirven para divertir a la gente que se para a escucharlos. Son los de calle, en los que muchas personas a las que les gusta ver reír a niños, y también a adultos, entregan sus habilidades a su pequeño pero importante público.

Estos cuatro días de fiestas se van a convocar conciertos de grupos de música tan conocidos como La oreja de Van Gogh, o Alex Ubago, que cantarán el Sábado en el Paseo Independencia todo su repertorio. También visitarán Zaragoza El canto del Loco, un grupo tan famoso, que pusieron a la venta las entradas para su concierto hace casi nada, y en sólo unos días se han agotado. El canto del Loco ha llegado al éxito con canciones como "Zapatillas", y llevarán a cabo su función en el Príncipe Felipe, donde podrán reunirse todos sus miles de fans. Otro de los grupos de música que van a actuar en estas fiestas en Zaragoza es Pereza, que cantará en Interpeñas, y muchos otros cantantes.

Pero no sólo vamos a poder pasar el rato bailando y cantando con todos estos grupos y cantantes que he nombrado, sino que también habrá actuaciones para los peques en, por ejemplo, el parque Torrerramona, y, por supuesto, las ferias, que están en cualquier rincón de la ciudad, presentes en todos los barrios. Eso sí, sería un despiste gordísimo olvidarse de la tradicional ofrenda de flores, que, como todos los años, se da cita en la plaza del Pilar, donde montan la grandiosa virgen a la que todos los zaragozanos tejeremos un trocito de su manto con nuestras olorosas flores. Lo malo, a mi gusto, del día de la ofrenda, es que antes de llegar a la plaza, tienes que hacer todo el recorrido, que está al sol. Y si te vistes con el traje típico de estas fiestas, por lo menos yo, no aguanto el calor. Por eso el año pasado no me quise vestir como mi padre, mi madre y mi hermana, de baturra, pero después me di cuenta de que cometí un error. ¡Casi todo el mundo iba vestido con el traje regional!

En estas fiestas voy a ir al concierto de La Oreja de Van Gogh, y seguramente algún día quedaré con algunos amigos a cenar de bocadillos por las plazas del centro. Lo malo es que no me quedará casi ningún día para quedar con mis amigas del colegio, y para eso son las fiestas. También visitaré el pueblo de mi madre, Cañizar del Olivar.

Creo que no van a ser unas fiestas malas, porque con todas las actividades que tengo previsto realizar, no me va a quedar tiempo para aburrirme. De todas formas, creo que soy lo bastante mayor para irme en autobús a algún concierto con mis amigas... ¡sin padres!, que es lo que importa para pasárselo bien, por lo menos a mi edad, pero mis padres no me dejan. ¡Dicen que tendré tiempo de sobra cuando sea aún más mayor! ¡Qué impaciente estoy!

María Hernández 2ºESO

El edificio de la feria de muestras sólo tiene una planta (la que está al nivel del suelo) pero es muy grande. En la parte de fuera hay un aparcamiento enorme con cientos y cientos (mejor dicho, miles) de plazas para coches. El interior del edificio está dividido en varios pabellones situados alrededor de una plaza central que está al aire libre, en la que la gente hacía cola para subirse a un globo aerostático y ascender apenas dos o tres metros. En el pabellón de turismo había muchos puestos con información sobre lugares de comunidades autónomas como Euskadi, Aragón y Galicia, entre otros.

En el pabellón de automóviles había coches de muchísimas marcas, tamaños, tipos y colores distintos, y algunas motos y quads. En el pabellón del ejército había aviones, helicópteros, coches y tiendas de campaña del ejército, e incluso el motor de un avión y una moto de camuflaje. En el pabellón de productos se vendían muchas cosas, como ventanas, útiles de limpieza, muebles, cojines, sillones, sillones de masaje, objetos decorativos, abrigo, etc. En el pabellón de alimentación se vendían alimentos como helados, jamones, lomos, quesos, bebidas, postres, bocadillos, comida gallega, etc. En el pabellón de la ciencia había exposiciones que trataban de temas como los planetas, la física, etc. En una sala había una exposición de unos pocos cuadros.

Daniel Montero 2ºESO



Sos del Rey Católico



Sos del Rey Católico está situado en la zona norte de la provincia de Zaragoza, en la comarca de las Cinco Villas, cercano a la comunidad Foral de Navarra. Sos tiene cerca un río, algunos veranos baja seco, es La Onsella, que es un afluente del río Aragón. Aunque históricamente la villa se denominó Sos, a comienzos del S. XX el ayuntamiento solicitó al gobierno central llamarse del rey Católico. El monarca Alfonso XIII accedió a la petición en 1925.

Los primeros pobladores de Sos llegaron hace cientos de años. Durante la conquista del Islam (siglo X). El acontecimiento histórico más importante y conocido es el nacimiento de Fernando el Católico, en el Palacio de los Sada. La intensa historia de Sos la convierten en uno de los más bellos monumentos históricos de Aragón. La villa fue declarada conjunto histórico artístico en 1968.

Sos es un recinto medieval fortificado que aún conserva siete puertas de acceso y que son: Portal de Zaragoza, de la Reina, de Jaca, de Uncastillo, de Levante y de Poniente.

Sus edificios más representativos son: La iglesia de San Esteban: fue construida en el siglo XI gracias a las donaciones de la Reina Estefanía de Navarra. La Cripta de Santa María del Perdón que está en su interior conserva pinturas murales del siglo XIV. La torre del homenaje: se construyó en el siglo X para defender la

frontera contra el Islam, es el origen de la población. Palacio de Los Sada: es uno de los edificios más emblemáticos de la villa por haber sido el lugar donde nació Fernando el Católico. Palacio de los "Español de niño": Es un palacio renacentista de finales del siglo XVI. Se usó como colegio para niñas, Hoy en día se está rehabilitando para albergar un Palacio de Congresos. Colegio "Isoldo Gil de Jaz": hoy en día es un colegio. La lonja Medieval: El edificio servía como lugar de reunión del consejo de la Edad Media. Hoy en día es una biblioteca municipal. Cerca de Sos está el convento de Nuestra Señora de Valentuñana.

Sos tiene unos 738 habitantes en invierno, su población es variada. En verano hay muchos más habitantes, ya que va gente a veranear desde muchos puntos de España. Cuando hay más gente joven en el pueblo es para las fiestas mayores que se celebran desde el tercer miércoles de Agosto hasta el lunes siguiente, aunque el día de la Exaltación de La Cruz (patrón de Sos) o sea el día 13 de Septiembre, las fiestas mayores se tuvieron que cambiar a Agosto ya que los turistas y la gente joven no estaban ya para Septiembre porque empezaban los colegios y sólo estaba, mayoritariamente, la gente del pueblo.

Las fiestas pequeñas se hacen en honor a Nuestra Señora de Valentuñana un fin de semana, en el que es costumbre bajar al convento de Valentuñana a entregarle flores a la Virgen.

La gente de Sos vive del turismo y la agricultura. Los servicios de Sos son los siguientes: Hay trece alojamientos, entre casas rurales, el parador y hostales. Alguno de estos alojamientos también son bares (cinco). Dos puntos de información y turismo. Seis restaurantes. También hay algunas tiendas (3) que se dedican a vender comida y diversos productos. Además hay una carpintería.

En cuanto a colegios, solo hay colegio de infantil y de primaria, las personas que van al instituto tienen que ir cada día a Sangüesa, un pueblo de Navarra que está muy cerca de Sos. En el colegio, al haber pocas profesoras, tienen que juntar los cursos de: primero y segundo de primaria, tercero y cuarto de primaria y, quinto y sexto de primaria. Este pueblo también tiene piscinas municipales que solo son abiertas en verano, al lado hay un campo de fútbol y un polideportivo que están construyendo. También hay un frontón y un parque llamado "Los Jardines".

Están construyendo también una residencia de día y muchas casas. Tiene una farmacia, una pastelería, una panadería y, además, un centro de salud.

Sara Learte 3º ESO



ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

Si se realizase una encuesta preguntando que es la Salud, posiblemente obtendríamos que todo el mundo dice saber lo que es, pero cada persona tiene un concepto distinto. La Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 1946 definió la salud como *“Un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”*.

La Actividad Física hace referencia al movimiento, la interacción, el cuerpo y la práctica humana. Tiene tres dimensiones: biológica, personal y sociocultural. Una buena definición debería integrar las tres dimensiones citadas: *“La actividad física es cualquier movimiento corporal intencional, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal, y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea”*.

Algunas características que debe respetar una actividad física orientada a la salud son:

-Ser moderada (permitir llevar una práctica

constante durante largo tiempo) y vigorosa (intensidad que produzca sudoración y jadeo en la respiración).

- Habitual y frecuente, de manera que forme parte del estilo de vida.

- Orientada al proceso de práctica, más que a un resultado o alto rendimiento.

- Satisfactoria.

- Social; que permita relaciones entre las demás personas.

- Si se compite, debe ser entre individuos de un mismo nivel y con el deporte adaptado a las características del que lo/a practica.

- Existirán algunos aspectos lúdicos.

- Será acorde con la edad y características psicofísicas de los practicantes.

- Habrá una amplia variedad de actividades y deportes.

Para lograr alcanzar todos estos aspectos e integrarlos en la actividad física para mejorar la salud creemos que debemos realizar un trabajo fundamentalmente de la condición física a través de la cualidad de la resistencia.

El trabajo de resistencia general constituye un excelente medio de formación cardíaca, muscular y respiratoria, podemos, en definitiva, decir que la resistencia aeróbica es un factor básico a desarrollar durante la infancia y la adolescencia.

Un trabajo de carácter aeróbico bien dosificado, para el cual el niño está bien dotado, ocasiona un desarrollo del corazón, una mejora de la circulación sanguínea y un proceso respiratorio más adaptado al esfuerzo físico. El VO_2 máx. (la cantidad de O_2 respirado y necesario para la práctica de actividad física) depende sobre todo de la masa corporal, su relación con el peso corporal del sujeto, constituye un índice más fiel para la valoración de la capacidad de trabajo de tipo aeróbico.

En el desarrollo del corazón en niños y adolescentes en el período entre los 11 y 15 años, el peso y el volumen cardíaco aumenta en un 50% mientras que el resto de la musculatura esquelética lo hace en un 70%. Podríamos decir que la capacidad de trabajo muscular puede ser mayor que la del corazón entre los 11 y 15 años.

El desarrollo de la resistencia en el período prepuberal y puberal coincide con un aumento y me-





jora del nivel neuromuscular que se produce en el organismo, la coordinación muscular y la coordinación general en los movimientos y gestos mejora muchísimo, lo que posibilita la realización de todo tipo de actividades deportivas de manera efectiva y gastando justo lo necesario.

El entrenamiento de la resistencia depende del aparato respiratorio en funciones tales como la capacidad vital ó capacidad pulmonar total. Debemos subrayar el hecho de que el entrenamiento deportivo y participación sistemática de los estudiantes durante la edad puberal a las clases de educación física, pueden asegurar un notable aumento de la capacidad aeróbica, porque es bien conocido, que el desarrollo de todos los factores (orgánicos y funcionales) que contribuyen a alcanzar la máxima potencia aeróbica, pueden ser notablemente favorecidos por el entrenamiento en la edad comprendida entre 10 y 20 años. De los 12 a 14 años, se deberá persistir en la mejora de la capacidad aeróbica, con una tarea específica que, hacia los 14 años, debe estar consolidada. También, en este final puede aparecer esporádicamente, dentro de actividades de potencia aeróbica, alguna breve penetración en el terreno anaeróbico. El trabajo aeróbico primará sobre los demás, habiéndose establecido una relación de 1:3 de trabajo anaeróbico sobre el aeróbico.

En líneas generales, el trabajo de resistencia en estas edades se caracteriza por el aumento de la intensidad y volumen, y por el incremento en la especificidad del entrenamiento. Esta especificidad se traduce en la mejora de las necesidades concretas que plantea la actividad físico-deportiva del adolescente.

Además de todos los beneficios físicos, fisiológicos, metabólicos, etc., que hemos citado y explicado anteriormente, no queremos, ni debemos olvidar los beneficios que la actividad física controlada y

continuada nos aporta al campo psicológico, al bienestar personal y a las relaciones con los demás, tan esenciales en la mejora de nuestra salud general. Obviando los beneficios instantáneos que cualquier esfuerzo provoca en cada uno de nosotros al liberar tensiones, olvidar situaciones problemáticas o pasar un rato divertido con los amigos, obteniendo sensaciones agradables y un bienestar que parece resuelto, el ejercicio sistematizado y

desarrollado a largo plazo nos aporta unos más sólidos y definitivos. Así:

- Mejora nuestras sensaciones divertidas y aleja el malhumor.
- Asiste a las relaciones con los demás y aporta otras nuevas.
- Potencia la autoestima.
- Busca la sensación placentera de sentirse bien con uno mismo física y psíquicamente.
- Aleja de las situaciones depresivas.
- Ayuda en la actividad intelectual posterior.
- Estimula la confianza, el optimismo, y la voluntad.
- Favorece el dominio sobre hábitos insalubres.
- Mejora la calidad de vida y favorece su disfrute.

Por todo ello, desde estas líneas queremos animar a todos a practicar deporte y actividad física de forma controlada y continuada.

CÚDATE A TI MISMO

Víctor Lisón





PREVENCIÓN DE OBESIDAD EN LA ADOLESCENCIA: UNA TAREA PENDIENTE



La obesidad es un problema de salud que cuando afecta a la infancia y adolescencia se valora como un problema de importantes dimensiones, por estar considerada en la actualidad como una enfermedad crónica evitable y ser un riesgo importante de padecer otro tipo de enfermedades como diabetes de tipo 2, enfermedades cardiovasculares e hipertensión, enfermedades respiratorias (síndrome de apnea del sueño), algunos tipos de cáncer, osteoartritis, problemas psicológicos, empeoramiento en la percepción de la calidad de vida.

La obesidad es una enfermedad crónica debida a la acumulación excesiva de grasa en el cuerpo y que predispone a numerosas enfermedades. Durante la infancia y la adolescencia son un complejo problema de salud multifactorial, que obedece a distintas causas. En su desarrollo están implicados factores genéticos, alteraciones psíquicas, el grado de actividad física y la ingesta calórica. Desde hace tiempo se viene asociando también a factores medioambientales, socioeconómicos, demográficos y familiares; siendo estos últimos los factores menos investigados, pero los que tienen consecuencias sociales y económicas más importantes para la vida adulta, además del riesgo que supone ya de por sí para la salud.

La cantidad de niños y adolescentes obesos ha aumentado en los últimos 20 años en los países industrializados. En Estados Unidos alrededor del 60% de la población es obesa o tiene sobrepeso. Así lo muestran los datos más recientes del National Health and Nutrition Examination Survey III, 1988-1994 (NHANES III) que indican que el 22% de los niños y adolescentes tienen sobrepeso, y que el 11% son obesos. En España los datos son también cada vez más alarmantes, según el estudio AVENA (Alimentación y Valoración del Estado Nutricional en Adolescentes) diseñado para informar sobre el estado nutricional de adolescentes españoles, la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los años 2000-2002 fue, en el grupo de 13 a 18 años, de 25,69% en varones y de 19,13% en mujeres. La comparación de los datos con estudios anteriores nos permite comprobar el incremento de la prevalencia, ya que en el grupo de 13 a 14 años, la prevalencia en ese año fue de 35% en varones y de 32% en mujeres, lo cual es preocupante, si se considera que en el año 1985 dicha prevalencia fue muy inferior (13% en varones y 16% en mujeres en ese mismo grupo de edad)

Factores del medio ambiente están jugando un papel importante en el desarrollo de la obesidad, ya que la modernización va cambiando los estilos de vida hacia otros más sedentarios, y otros tipos de alimentos, lo que puede contribuir al aumento de peso en la infancia y adolescencia.

Las estrategias de prevención de la obesidad, para que sean efectivas, se deben basar en la creación de un ambiente saludable que facilite a los y las adolescentes la posibilidad de elegir estilos de vida saludables. De acuerdo con los modelos ecológicos, la adopción de estilos de vida saludables es un proceso gradual, que se desarrolla en un espacio multidimensional, en el que elementos ambientales, culturales, sociales, psicológicos, económicos, éticos, etc. interactúan unos con otros. Esta idea es el paradigma central en el desarrollo de los programas de intervención, en los cuales las estrategias que tienen como objetivo influir en los estilos de vida, tienen una gran probabilidad de éxito, siempre que las acciones planeadas se dirijan a la vez y en la misma dirección, hacia distintos niveles.

Si nos basamos en los dos pilares: dietas saludables y evitar el sedentarismo tendríamos que apoyarnos en:



-La elección de una dieta equilibrada por parte de los padres, teniendo en cuenta una ingesta diaria de frutas y verduras, evitando la utilización de alimentos precocinados.

- Desarrollar hábitos saludables relacionados con la actividad física, evitar el sedentarismo, facilitar la realización de juegos al aire libre, animar a su participación en juegos cooperativos y no necesariamente competitivos. La actividad física en los padres puede utilizarse como predictor de riesgo de obesidad en sus hijos e hijas. También se incluye el control de las horas de televisión y las dedicadas a juegos de ordenador y utilización de internet.

Además de lo mencionado anteriormente se deben incorporar:

- Las medidas de política: integrar la nutrición equilibrada en las diferentes etapas de la vida y actividad física para la prevención de la obesidad

- Favorecer el acceso a los alimentos naturales como frutas o verduras, que sea mas barato consumir éstos que otro tipo de alimentos

- Mejorar el nivel socioeconómico y educativo-cultural de las familias

- Detectar personas de riesgo o más vulnerables a la influencia del medio, más frágiles psicológicamente que tienen mas dificultades para elegir alimentos mas saludables

- Fomentar desde los medios de comunicación la elección de alimentos saludables

Desde el punto de vista de la prevención, el reto que se plantea es crear diferentes enfoques desde la salud pública que sean capaces de reducir la prevalencia de obesidad a largo plazo y capacitar al individuo y a la comunidad para controlarla.

Dña. Concepción Tomás. Profesora de Salud Pública.
Universidad de Zaragoza



El Ayuntamiento de Zaragoza lanzó el pasado noviembre (del 20 al 26) una nueva edición de la **SEMANA DEL DEPORTE Y EL CORAZÓN SANO**. Una iniciativa práctica de colaboración entre los profesionales de la salud y el deporte. Una semana de actividades, información, iniciativas y sensibilización sobre todo lo relacionado con el deporte y el corazón sano bajo la atenta mirada de la Sociedad Aragonesa de Cardiología, de la Sociedad Aragonesa de Medicina del Deporte y la Fundación Española del Corazón. Todo ello bajo un hilo conductor: la importancia de la actividad física y la salud.

En el Pabellón Príncipe Felipe, se desarrolló la rueda de prensa de presentación de la IV SEMANA donde se expusieron sus objetivos y finalidades y se contestaron las preguntas planteadas respecto a actividad física, hábitos saludables, riesgo en la práctica de la actividad física. Etc. El programa se desarrolló según lo previsto, el lunes se realizó la clase temática de cardio-aeróbic, el martes un desayuno cardiosaludable extraordinario en el C.P. Las Fuentes, el miércoles se informó y asesoró a cuantas cuestiones se hicieron llegar, el jueves una charla sobre “el ejercicio para la salud del corazón en la persona mayor” a cargo del Cardiólogo Dr. Emilio Luengo y el Dr. Pedro Mannonelles Presidente de la Asociación Aragonesa de Medicina del Deporte, el viernes conocimos a los ganadores del concurso de dibujo y el sábado y el domingo se realizó el “Recinto Cardiosaludable” en el C.D.M. José Garcés donde se informó sobre los beneficios de la actividad físico-deportiva, la forma de realizarla de modo seguro efectuándose controles de riesgo cardiovascular, medición de la tensión arterial, análisis del nivel del colesterol, perfil de riesgo cardiovascular y un asesoramiento de tipo general.

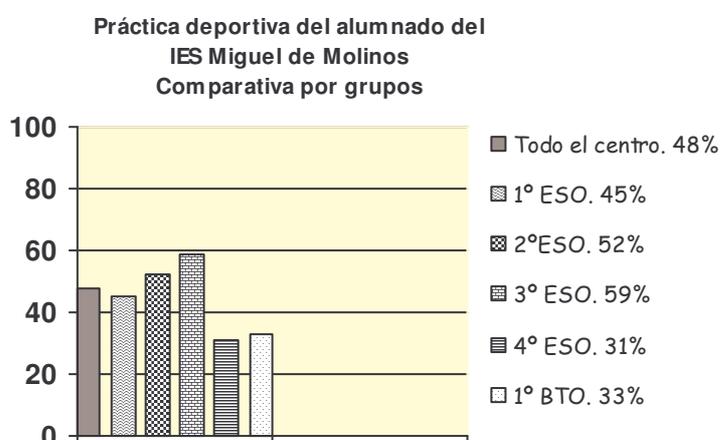
Si quieres saber más, informarte, consultar, conocer la opinión de entrenadores y deportistas y muchas cosas más, no lo dudes entra en la página

www.deportecorazonsano.com.



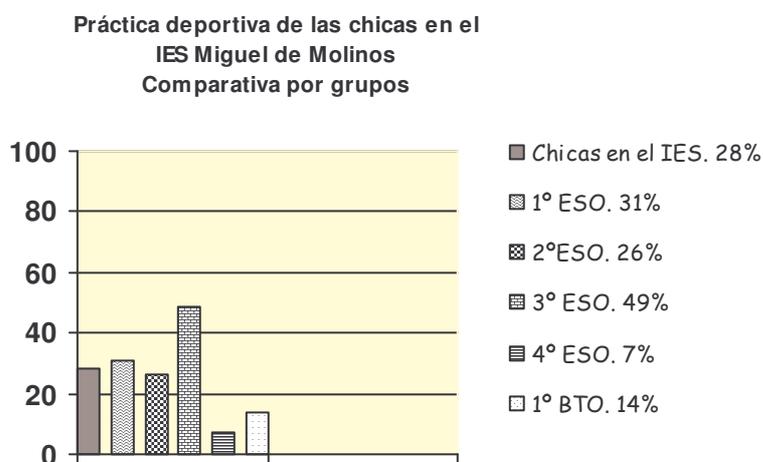
HÁBITOS DEPORTIVOS DE LOS ALUMNOS Y ALUMNAS DEL I.E.S. MIGUEL DE MOLINOS

El alumnado del IES Miguel de Molinos desarrolla a lo largo del curso y fuera del Centro, diversas actividades deportivas. Son deportes que organizan agrupaciones, sociedades, clubes o entidades de carácter privado o público y que suelen realizarse en la margen izquierda por cercanía, aunque en algunos casos, pocos, las hacen alejados de su entorno habitual para continuar con los entrenamientos de sus colegios o clubes anteriores.



Al comenzar el curso se recogió de cada uno de los alumnos y alumnas una ficha diseñada por el departamento donde aparecían entre otra cosas, datos sobre sus hábitos deportivos semanales, las modalidades practicadas y el tiempo que utilizaban. Se analizaron las actividades regladas y estructuradas (entrenamiento dos o tres días a la semana y una competición durante el fin de semana) y las actividades que hacían con los amigos y amigas o familiares en su tiempo libre y al margen del deporte sistematizado y de competición.

Los deportes que practica nuestro alumnado son: Parkour, beisbol, balonmano, danza del vientre, escalada, trekking, fútbol, bádminton, baloncesto, frontón, atletismo, gimnasia rítmica, natación, esquí, kárate, montaña, aeróbic, judo, taekwondo, tenis, tenis de mesa, defensa personal, jota, bicicleta, jockey, bailes de salón, waterpolo, breakdance, tiro con arco, equitación, actividades de gimnasio, funky, patinaje y piragua.

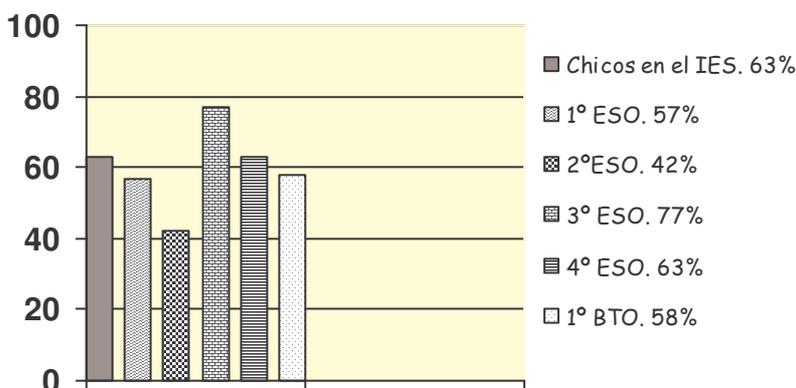


En general podemos decir que el 48% del alumnado de nuestro IES practica alguna actividad deportiva bien reglada, bien de ocio. Sin embargo sólo el 28% de las chicas lo hacen frente al 68% de los chicos; además, como veremos, las actividades también son distintas. Hemos analizado los datos por niveles, por tiempo y por actividades y de ellos se desprenden algunas observaciones:

El 45% de nuestros nuevos alumnos practican algún deporte. De ellos el 57% son chicos y el 31% chicas. Las actividades más practicadas en los chicos está el fútbol y el baloncesto y entre 2 y 4 horas. Las chicas son más partidarias de practicar el atletismo, la natación y la gimnasia rítmica. Es verdad que fuera de las horas dedicadas a la competi-



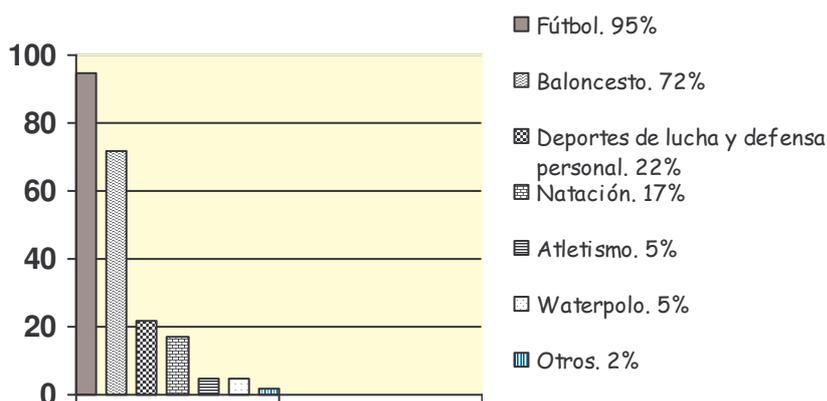
Práctica deportiva de los chicos en el IES Miguel de Molinos Comparativa por grupos



medida a la continuidad en los equipos y competiciones de años anteriores del fútbol y el baloncesto aunque se observa un incremento en las horas de práctica de hasta 6 horas o más sobre todo en el fútbol. Las chicas son sólo 11 las que continúan con actividades como el baloncesto, el bádminton y el baile.

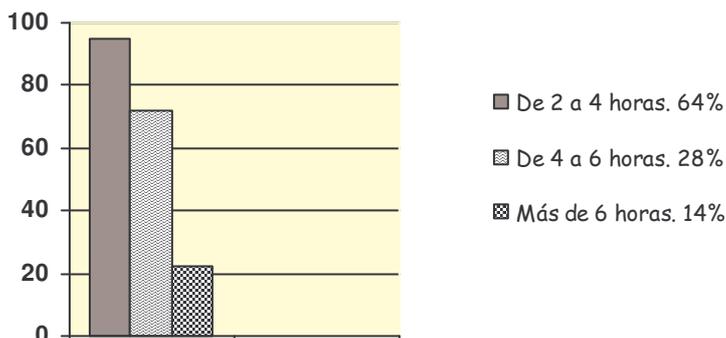
En cuanto a las actividades no regladas aparecen el esquí, el patinaje, el tenis de mesa, la natación y la defensa personal aunque representadas casi una por cada uno.

Deportes más practicados por los chicos del IES Miguel de Molinos



En 3º de la ESO el 59% del alumnado practica deporte fuera de la escuela y mayoritariamente de nuevo un 75% son el fútbol y el baloncesto, el resto, un 25% se reparten entre el atletismo, el kárate, la natación, el aerobio, el funky, el waterpolo, el tenis, el jockey, la equitación y el béisbol.

Tiempo de dedicación a la semana IES Miguel de Molinos



ción y entrenamientos oficiales, los chicos y chicas de 1º de ESO se dedican los fines de semana o en su tiempo libre a pasear con la bici, a ir a la montaña, a la danza del vientre, al tenis, al patinaje y al kárate.

En 2º de la ESO se eleva el nº de practicantes al 52% con mayor número de chicos 42% que de chicas 26%.

Los deportes más practicados en estos cursos responden en cierta

El 77% de los chicos y el 49% de las chicas son los que en este nivel desarrollan las actividades.

Las aficiones recreativas, consideradas éstas como no competitivas y realizadas los fines de semana está la bici, el esquí, el tiro con arco, el parkour, el tenis de mesa, el breakdance y el gimnasio en general.

En 4º de la ESO es



Deportes más practicados por las chicas del IES Miguel de Molinos



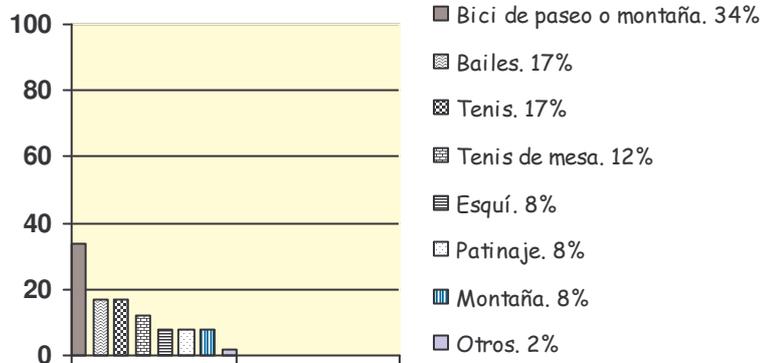
el 31% del alumnado el que practica deporte de forma sistematizada (entrenamiento y competiciones con entrenador). En este curso las actividades se centran en cinco: fútbol, baloncesto, tenis, escalada y gimnasio. Tan sólo el 7% de las chicas practican ejercicio de forma reglada y además por encima de 6-8 horas. Este dato corresponde a alumnas que practican la gimnasia deportiva de alta competición. Sin embargo es el 63% de los chicos los que de manera continuada practican sobre todo el fútbol, el baloncesto y el

tenis. Las actividades recreativas son dos, la bici y el frontón.

Deportes practicados sin competición por los chicos y chicas del IES Miguel de Molinos

En Bachillerato (sólo 1º) es el 33% el que practica los deportes comunes. El 14% de las chicas realizan danza, taekwondo, jota y natación y el 58% de los chicos practican el fútbol, el baloncesto, el balonmano, la natación o la piragua y tres alumnos juegan ociosamente al frontón los fines de semana.

Dto. Educación Física



Librería CENTRAL

CORONA DE ARAGÓN, 40 50009 ZARAGOZA

Tel. 976 354 165 Fax 976 351 043

e-mail: pedidos@libreriacentral.com www.centraldellibro.com

CAMPAÑA DE TEXTOS 2006-2007

📖 15% de descuento en libros y material escolar.

📖 Puedes reservar tus libros de texto durante los meses de julio y agosto en nuestra tienda.

📖 También puedes reservarlos a través de:

☎ Fax: 976 35 10 43

✉ e-mail: pedidos@libreriacentral.com

🌐 web: **www.centraldellibro.com**

Además, todos los cuadernos de vacaciones y material escolar complementario a tu disposición.



Aznar, en su línea

En septiembre de este mismo año, el expresidente del Gobierno, José María Aznar hacía las siguientes declaraciones en el Instituto Hudson de Washington, al hilo de las que pocos días antes hacía el Papa Benedicto XVI levantando una agria polémica en el mundo musulmán:

"Es muy interesante ver que mucha gente en el mundo islámico reclama que el Papa pida perdón, pero no oigo a ningún musulmán que me pida perdón por conquistar España y estar allí ocho siglos... Es una amenaza que está en todas partes y bajo la cual estamos todos... Esto es la guerra y para combatirla es indispensable creer en vencerla... Los líderes del mundo occidental no creen... Occidente no atacó al Islam, sino que nos atacaron ellos... Necesitamos atlantistas y reconstruir Occidente".

Unas declaraciones en la línea de las que el exdirigente del Partido Popular nos tiene acostumbrados en su gira americana para desacreditar a nuestro país. Lejos de buscar la concordia, el entendimiento o la paz estas palabras no vienen sino a exaltar la tensión existente entre las dos grandes religiones, entre Oriente y Occidente. Además de ser unas declaraciones racistas y carentes de memoria histórica, echan por tierra todo el legado cultural que esta cultura dejó durante sus ocho siglos en la Península Ibérica (por entonces el concepto de España tal y como hoy lo entendemos no existía). Además son un gran mazazo al ejemplo que para muchos ha supuesto España como convivencia de las tres grandes religiones monoteístas del mundo. Sin olvidar además que fueron los cristianos los que contrataban como trabajadores a los árabes en la construcción de sus catedrales y los que pedían préstamos a los judíos de la antigua Sefarad. Estos mismos cristianos expulsarían más tarde a árabes y a judíos de la península obligando a aque-



llos que decidieran quedarse en su tierra a convertirse al cristianismo o a morir en las llamas de la hoguera. La historia pone de manifiesto lo positivo y lo negativo de cada civilización -sin excepción- que se asentó en la actual España. No podemos remontarnos ocho siglos atrás para encontrar una justificación a por qué es necesaria la guerra de Irak o por qué las declaraciones del Papa son desafortunadas. Porque antes de los árabes, estuvieron los romanos, y los griegos y muchas otras culturas; pero Aznar, casualmente, no habla de ellos en su discurso.

Por suerte, el legado histórico que ha llegado hasta nuestros días en forma de monumentos, de tradiciones que han perdurado al paso de los siglos o de otras manifestaciones más sutiles como son la propia lengua española en forma de cientos de palabras de origen árabe como alféizar, álgebra, albañil, ... que usamos a diario, echan por tierra sus declaraciones y nos permiten hacer una reflexión más profunda y más objetiva de la Historia de nuestro país, con sus luces y sus sombras, ni más ni menos.

Alejandro Basarte.



ANIVERSARIO DEL VOTO FEMENINO



Clara Campoamor y su lucha por el voto femenino

A lo largo de este otoño hemos podido recordar y conmemorar hechos decisivos de nuestra historia contemporánea. Sin ir más lejos, el nueve de diciembre se cumplirán 75 años de la aprobación definitiva del texto constitucional republicano, es decir, de la entrada en vigor de la llamada Constitución de 1931, la primera en la historia de España que establecía, entre otros derechos, la igualdad civil y política del hombre y la mujer.

Debido a su cercanía a una fecha emblemática, la celebración el día 6 de la ratificación en referéndum de la actual constitución de 1978, su recuerdo podía resultar polémico y tan apenas se ha mencionado alguna vez en los medios de comunicación.

En cambio, la conmemoración de la aprobación el primero de octubre de 1931 de uno de los artículos de esa constitución, el que concedía a la mujer el derecho al voto, podía ser celebrada perfectamente desde cualquier ámbito político. De ahí que no haya faltado periódico o canal de televisión alguno, que no se haya hecho eco de esta efeméride.

Motivos y conveniencias políticas al margen, nadie duda de que dicho logro es merecedor de celebración, porque nos permite valorar nuestros actua-

les derechos individuales y, lo más importante, transmitir a las nuevas generaciones que dichos derechos no han existido desde siempre y lograrlos no ha sido un camino fácil.

España no fue la primera nación en ampliar el sufragio universal a la mujer, pero tampoco la última. Países con una larga tradición parlamentaria, como Francia, esperaron hasta 1945; y cuesta creer que otros países europeos, como Suiza, no concedieran el derecho al voto femenino hasta 1974, pero así es. Nueva Zelanda, Australia o Finlandia fueron los pioneros y lo aprobaron entre finales del XIX y principios del XX. Habitual mención se hace del caso británico, pues muestra como, pese a la tenaz y dramática lucha de las sufragistas inglesas, el parlamento británico sólo concedió el voto a la mujer en 1918 en compensación a los sufrimientos y trabajos desempeñados por las mujeres durante la I Guerra Mundial. Por último, podíamos mencionar que Estados Unidos, en ese momento potencia mundial emergente, hizo lo propio en 1920.

Lo curioso en casi todos los casos es que, hubiera o no un potente movimiento feminista detrás, la concesión del voto se hizo realidad en unos momentos históricos concretos, en esas primeras décadas del siglo XX, cuando en todos esos países el sis-



tema electoral de las democracias parlamentarias decimonónicas, estaba siendo criticado ampliamente o hacía aguas, como en el caso hispano.

En nuestro país el sufragio masculino pasó de ser censitario, es decir, restringido a determinadas capas sociales y económicas, a universal en 1890. Pero, a diferencia del caso británico, las elecciones fraudulentas, el caciquismo, el analfabetismo o el desinterés de las clases populares que no veían representados sus intereses por ninguno de los partidos políticos permitidos, hacían que ese derecho universal al voto se quedase sólo en una bonita palabra, y convertían el parlamento español a los ojos de una inmensa mayoría de los ciudadanos en algo ineficaz y corrupto.

Y hago hincapié en este aspecto, ya que nos permite entender porqué el movimiento feminista español no fue sufragista o político y orientó sus reivindicaciones hacia cuestiones sociales. Las diferentes asociaciones feministas, escasas por otra parte, prefirieron centrar su lucha y sus esfuerzos en conseguir, más que un derecho político poco útil en esa España de la Restauración, la igualdad de la mujer con el hombre en otros terrenos más cotidianos, si se quiere, pero donde la discriminación era más palpable. En definitiva, buscaban la igualdad educativa o la igualdad en el ámbito civil y jurídico.

Porque la realidad que ellas vivían era de una desigualdad manifiesta. Los códigos Civil (1889) y Penal (1870) establecían la obediencia forzosa de la mujer al marido; necesitaba su permiso o el del padre, en el caso de las solteras, para la administración de sus propios bienes personales, así como para todo tipo de actividades legales, laborales y educativas. La desobediencia, los insultos o los crímenes pasionales tenían diferente tratamiento penal si eran cometidos por un hombre o una mujer. En el ámbito del pensamiento la situación no era mejor. Todavía en la década de los años 20 era mayoritaria la creencia en la inferioridad intelectual de la mujer. Aún cuando algunos intelectuales, como los krausistas,

consideraban imprescindible la educación de la mujer, lo hacían pensando en el progreso del país, puesto que una mujer instruida podía desempeñar mejor su labor de esposa y madre de futuras generaciones.

Tampoco entre los movimientos obreros encontraron las mujeres especial apoyo a sus reclamaciones de igualdad. Tanto los programas de las organizaciones socialistas como anarquistas coincidían en la importancia de educar a las mujeres y promovían cursos y conferencias sobre temas femeninos, sobre sexualidad, familia, higiene o natalidad, pero cuando se hablaba de acceso al trabajo, era patente el rechazo a la competencia de la incorporación de la mujer al mundo laboral. También se escondían entre las razones argumentadas el miedo del marido a perder su autoridad familiar si la mujer no dependía económicamente del hombre.

Una de las primeras mujeres que se atrevió a desafiar todo este sistema jurídico y de pensamiento en el siglo XIX fue Concepción Arenal, brillante abogada y defensora de los derechos de las mujeres, cuyas obras son consideradas como los primeros escritos feministas españoles. Defendía que la emancipación de la mujer sólo podría conseguirse si las mujeres podían acceder a una educación adecuada. Vemos, en definitiva, que el derecho a la educación será el objetivo, el motor del movimiento feminista español. No podía ser de otra manera en una nación donde a comienzos del siglo XX sólo el 25% de las mujeres sabían leer y escribir y existían muchos obstáculos al acceso de las mismas a la enseñanza primaria, secundaria y universitaria. Que en 1916 Emilia Pardo Bazán, una de las pocas feministas del siglo XIX, fue-





ra nombrada catedrática de Universidad era verdaderamente una excepción. A finales de los años 20 la situación mejoró algo, pero las licenciadas en humanidades, farmacia o medicina, rara vez ejercían dichas profesiones. Dos de aquellas licenciadas en derecho, Clara Campoamor y Victoria Kent, llegaron a ser símbolos políticos y diputadas tras la proclamación de la Segunda República.

Según otra de las feministas más relevantes, la maestra y escritora Carmen de Burgos, el primer acto público de las feministas se produjo en 1921 cuando repartieron un manifiesto en las calles exigiendo derechos civiles y políticos y lo presentaron en el Congreso. En los años veinte coexistían diversas organizaciones feministas formadas por una pequeña elite de mujeres, cuyos objetivos iban desde demandas de educación, facilidades laborales, hasta el derecho al voto y la igualdad civil y legal.

No obstante, la concesión del sufragio no se debió a la presión de esos grupos feministas, sino a la aplicación de una legislación propia del nuevo régimen democrático inaugurado en 1931 que acabaron desembocando, aún sin pretender llegar tan lejos, en la concesión del voto a la mujer.

Tras el resultado de las elecciones municipales del 12 de abril, se proclamó de forma pacífica e inesperada la Segunda República. El gobierno provisional establecía como forma de régimen la república y como sistema político la democracia. Esto implicaba la celebración de elecciones a Cortes constituyentes y con los diputados elegidos proceder a la discusión y elaboración del texto constitucional que había de regir el país. El 8 de mayo el gobierno decretó una nueva ley electoral en la que las mujeres podían ser elegidas, pero no podían ser electoras. Dicha medida fue la que permitió que por primera vez en la historia de España aparecieran en el hemiciclo tres diputadas: Victoria Kent, del Partido Radical-Socialista, Clara Campoamor, del Partido Republicano Radical, y, posteriormente, Margarita Nelken, del Partido Socialista.

Pocos imaginaban que Clara Campoamor

(1888-1972), único miembro femenino en la comisión constitucional, iba a influir tanto en la redacción de los artículos 25 y 36 del proyecto de Constitución. Huérfana de padre, trabajadora desde los 12 años, tuvo que salir adelante sola y a fuerza de voluntad consiguió estudiar y acabar la carrera de Derecho con 35 años. Esa misma fortaleza es la que le llevó a luchar porque el artículo 23 incluyera la igualdad de derechos para la mujer, y a defender en solitario la concesión del voto para la mujer.

A grandes rasgos podemos decir que el artículo 23 establecía la igualdad jurídica de todos los españoles, sin tener en cuenta su nacimiento, clase social, riqueza, ideas o creencias. Reconocía sólo "en principio" la igualdad de sexos. Clara Campoamor protestó por esa expresión que suponía de facto un aplazamiento y consiguió que la igualdad de derechos para la mujer se incluyese en el propio artículo que quedaría redactado de la siguiente manera:

"No podrán ser fundamento de privilegio jurídico: la naturaleza, la filiación, el sexo, la clase social, la riqueza, las ideas políticas ni las creencias religiosas. El estado no reconoce distinciones y títulos nobiliarios"

Tras vencer esta primera batalla, el siguiente escollo era llevar esta igualdad al terreno político y lograr que fuese reconocido el derecho al voto para la mujer. Realmente, ganar esta batalla se antojaba muy difícil. Por un lado, se oyeron en las Cortes argumentos que defendían desde posiciones biológicas

la inferioridad de la naturaleza femenina, de la que se derivaba la incapacidad natural para el ejercicio de la ciudadanía. Por otro lado, los diputados republicanos y anticlericales consideraban que la falta de preparación cultural de la mujer podría facilitar la manipulación de su voto, especialmente, desde instituciones claramente vinculadas y cercanas a la mujer, como la Iglesia Católica. Incluso la socialista Victoria Kent consideraba que debía aplazarse dicha concesión, que todavía no era el momento oportuno. Tras escuchar su alegato, debía contestarle Clara Campoamor. Sola, sin el respaldo del grupo político al que pertenecía, pronunció uno de los discursos más brillantes que se habían escuchado en la Cámara. Enfrentada a un ambiente hostil, entre bromas y abucheos, logró articular un discurso en el que defendía el concepto de ciudadanía política sin ningún tipo de restricciones. El régimen republicano no podría considerarse legítimo si no





establecía la igualdad política, si así fuese violaría el principio de soberanía del pueblo:

“El primer artículo de la Constitución podría decir que España es una República democrática y que todos sus poderes emanan del pueblo; para mí, para la mujer, para los hombres que juzgan obligatorio el principio democrático, este artículo no diría más que una cosa: España es una República aristocrática de privilegio masculino. Todos sus derechos emanan exclusivamente del hombre.”

Junto a estos argumentos políticos democráticos y liberales, fundamentaba la igualdad de la mujer también desde posiciones feministas y filosóficas:

“Es un problema de ética, de pura ética, reconocer a la mujer, ser humano, todos sus derechos; sólo aquel que no considera a la mujer ser humano es capaz de afirmar que todos los derechos del hombre y el ciudadano no deben ser los mismos para la mujer que para el hombre.”

Fue una sesión larga, pero al final el artículo 36 fue aprobado por 161 votos a favor y 141 en contra, apenas 40 votos de diferencia. Quedó redactado de la siguiente forma: “Los ciudadanos de uno y de otro sexo, mayores de 23 años, tendrán los mismos derechos electorales conforme determinen las leyes”. A favor votaron los parlamentarios socialistas, los catalanistas y galleguistas, intelectuales como José Ortega y Gasset, Gregorio Marañón o Miguel de Unamuno, y la práctica totalidad de los diputados derechistas. En contra, los republicanos lerrouxistas y los republicanos de izquierda.

Aprobado el texto constitucional, la mujer fue a votar en las elecciones generales de 1933. Ganaron los partidos de derechas, pero todavía faltan estudios electorales que demuestren realmente la responsabilidad de la mujer en dicho resultado. De hecho, en las siguientes elecciones, las de febrero de 1936, también votaba la mujer y ganó el Frente Popular. En cualquier caso, Clara Campoamor no consiguió renovar su acta de diputada en 1933. Como dice su biógrafa Amelia Valcárcel, a Clara Campoamor su conquista le valió su carrera política y después un solitario exilio, primero en Buenos Aires y luego en Lausane, donde murió en 1972. El reconocimiento de su logro le llegó de Francia y de otros países iberoamericanos. Las asociaciones feministas españolas también le dedicaron diversos homenajes públicos.

El triunfo de las tropas franquistas y la instauración de la dictadura militar acabaron con la igualdad política, civil y jurídica para las españolas, que tuvieron que esperar hasta la Constitución de 1978 para recuperar dichos derechos.

Pilar Maluenda



*“...En la gruta que parte en dos tu cuerpo,
me he marchado por fin de mis orillas...”*

C. Marzal



EL HOMBRE EN BUSCA DE SENTIDO

El autor, psiquiatra judío, que pudiendo eludir la persecución nazi, dada su brillante carrera profesional en ese momento y teniendo un visado para emigrar a los Estados Unidos, se le planteó una grave duda de conciencia, si ocuparse de su profesión o cuidar de sus padres, así que dejando caducar su visado para los Estados Unidos, la familia Frankl al completo fue deportada a Auschwitz, en donde su esposa, su futuro hijo y sus padres murieron.

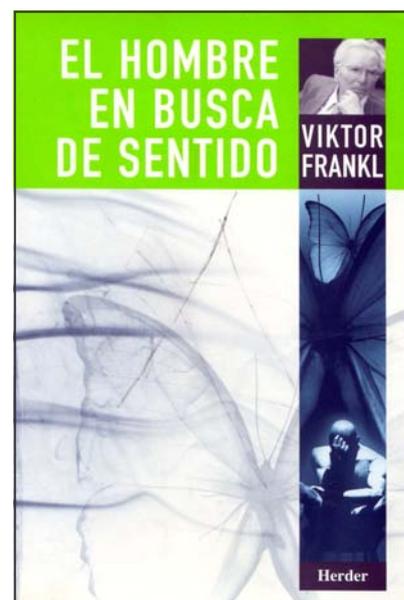
Víctor Frankl protagonista de esta historia y autor de este libro, nos cuenta la vida en un campo de concentración vista desde dentro, de cómo afecta el DIA a DIA en la mente de un prisionero, de la dura batalla por la supervivencia que se entabla entre los prisioneros, cómo cada uno se aferraba a un pensamiento casi obsesivo, permanecer vivo para regresar al lado de familiares y proteger a algún amigo.

Describe desde su experiencia y desde su perspectiva de psiquiatra, cómo el prisionero normal vivía la vida en el campo y cómo esa vida influirá en su psicología. No trata de hablar de los campos de concentración, sino de describir las experiencias como vivencias concretas de un ser humano, penetrar y delinear la precisa naturaleza psíquica de esas vivencias, como el mismo autor dice en su libro. Nos explica la situación como observador y cautivo esforzándose para superar el posible subjetivismo, teniendo el coraje para contar con sencillez experiencias muy íntimas y personales, lo hace con palabras sencillas sin truculencia, casi con frialdad, nos

relata la vida cotidiana en Auschwitz, desde el ingreso y la fase de adaptación hasta la liberación.

Y se pregunta ¿la actitud subjetiva de los internos tiene alguna influencia en cómo se sobrellevan las condiciones de extrema crueldad? Los supervivientes no fueron forzosamente los mejores, pero con frecuencia, apunta Frankl, solían tener UN PROPÓSITO EN LA VIDA, UNA TAREA POR HACER, ALGO O ALGUIEN QUE LES ESPERABA FUERA DEL INFIERNO.

El modo en que un hombre acepta su destino y todo el sufrimiento que éste conlleva, la forma en que carga su cruz, le da muchas oportunidades, incluso bajo las peores adversidades, para dar a su vida un sentido más profundo. Puede CONSERVAR SU VALOR, SU DIGNIDAD, SU GENEROSIDAD. O bien en la dura





lucha por la supervivencia, puede olvidar su dignidad humana y ser poco más que un animal. Una situación difícil puede proporcionarle la oportunidad de hacer méritos en el camino de superación.

El ser humano es alguien inevitablemente afectado por su entorno, pero tiene una capacidad de elección, ya que puede conservar un vestigio de libertad espiritual, de independencia mental, incluso cuando se encuentra en circunstancias terribles de tensión psíquica y física. Al hombre se le puede arrebatar todo, Salvo una cosa: LA ÚLTIMA DE LAS LIBERTADES HUMANAS, LA ELECCIÓN DE LA ACTITUD PERSONAL ANTE UN CONJUNTO DE CIRCUNSTANCIAS PARA DECIDIR SU PROPIO CAMINO.

Aun cuando parezca que las circunstancias son mas fuertes, siempre hay ocasiones para elegir si uno va a ser o no juguete de dichas circunstancias, renunciando a la libertad y a la dignidad.

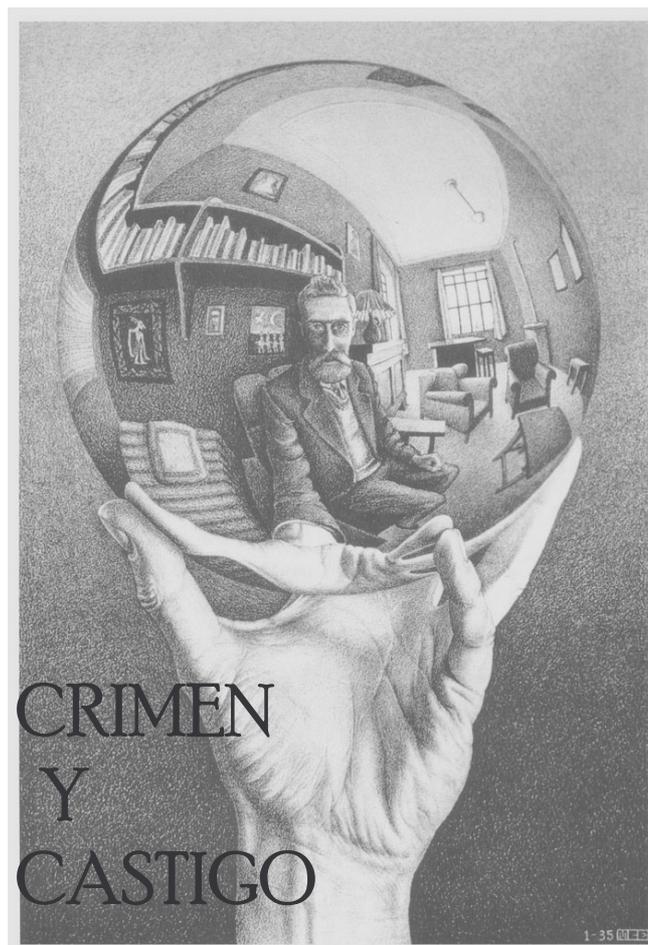
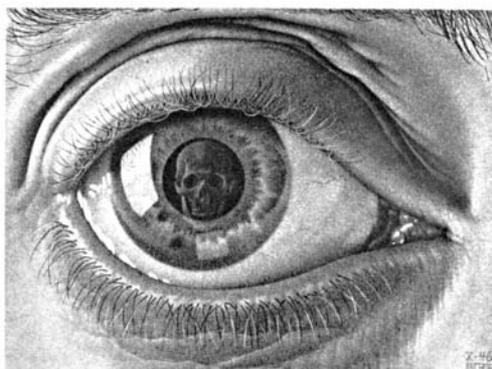
Es esta libertad espiritual, que no se nos puede arrebatar lo que hace que la VIDA TENGA SENTIDO O PROPÓSITO.

Vivir significa asumir la responsabilidad de encontrar la respuesta correcta a los problemas que se nos plantean y cumplir las tareas que la vida nos asigna continuamente.

Concluyendo, el hombre para Frankl...es el ser que siempre decide lo que es, en medio y a pesar de las circunstancias.

Me hubiera encantado que alguien me hubiera recomendado esta lectura cuando yo tenía vuestra edad....

Ascensión Jiménez Val



Cuando pensamos en grandes clásicos como es el caso de Crimen y Castigo nos viene a la cabeza la imagen de un libro enorme, viejo y difícil de comprender. Sin embargo, esta novela es una de las más apasionantes que he leído en mi vida. La trama puede parecer simple (un asesinato y los remordimientos posteriores), el autor indaga en los rincones más oscuros de la mente humana, reflejando los problemas y las dudas que siente el joven estudiante Rodia Raskolnikof ante cometer un asesinato.

Raskolnikof es un joven estudiante que partió del pueblo, dejando a madre y hermana, a la ciudad en busca de una vida sin estrecheces. Sin embargo, el carácter apático y antisocial de Rodia harán que no todo sea como quizá había pensado; un único compañero, Razumikin, y necesidades económicas que le obligan a empeñar numerosos objetos personales. En una de estas conoce a una vieja y despreciable usurera, y, al ver la cantidad de riquezas que posee, decide matarla. Es aquí cuando el libro sobresa de entre los demás, y por eso es recordado. Fiodor Dostoievski tiene un estilo único para reflejar las dudas y remordimientos que siente el joven incluso antes de cometer el crimen. Páginas y páginas reflejan el dolor, aunque no sientes que sobre ni una sola palabra. Para ayudar a crear



una atmósfera adecuada, el autor narra también las condiciones familiares de Raskolnikof, las cuales hacen de Rodia un personaje excepcional, perfectamente definido.

Cuando la novela arranca, Rodia no tiene suficiente dinero para pagarse los estudios, y el poco que tiene lo malgasta en bebida. En una taberna conoce al funcionario Marméladof, quien le cuenta a su vez su situación personal. Es una narración increíble, que refleja quizá más pasión de la que debiera al estar Marméladof borracho. En ella se nos narra la pérdida de su mujer y cómo saco a sus tres hijas adelante. Posteriormente se casó otra vez, aunque la escasez económica, característica de la época, hacen que la familia lo pase mal y la joven Sonia se prostituya. El relato de Marméladof sólo se puede describir como excepcional, el cual leemos casi con lágrimas en los ojos, al percibir el dolor y la frustración rezumando en cada palabra, en cada frase. Podemos sentir también el amor que siente Marméladof por su nueva mujer, a la que adora sin medida.

Poco después de la conversación, Raskolnikof se decide a matar a la vieja, pero no lo hace como esperaba y tiene que matar también a su hermana, que es completamente inocente y querida en todo el barrio. Aún así, no puede robar todo porque unos obreros se acercan por el ruido. Consigue escapar, pero tiene que abandonar el botín. Cuando vuelve a recogerlo, un coche de caballos arrolla a un hombre que se arrastraba borracho. Al acercarse, ve que es Marméladof. Sin dudarle, obedeciendo a una fuerza oculta, asume todos los gastos del funeral, aunque difícilmente pueda sobrevivir él solo. Así entra en la vida de la familia de Marméladof y en especial en la de la joven Sonia.

Pronto Raskolnikof enferma, y luchará contra ella el resto de la historia, asumiendo en ella una de las ideas de la novela: la lucha entre el deseo y el deber, el bien y el mal, presentes en la conciencia de Rodia. No podemos catalogar su comportamiento en uno de ellos, ya que a lo largo de la novela va haciendo cosas de un lado y del otro. Aunque asesina

a la usurera y su hermana, asume los gastos de la familia de Marméladof, al cual apenas conocía; y así un largo etcétera. Por eso no puede amar al protagonista sino odiarlo. Odiarlo por ser siempre cortante, casi hiriente, incapaz de mostrarse amable siquiera con su familia. Eso cuenta mucho a favor del autor, ya que transmite el debate de Raskolnikof al lector, haciendo que este tome partido sin poder permanecer como un mero espectador.

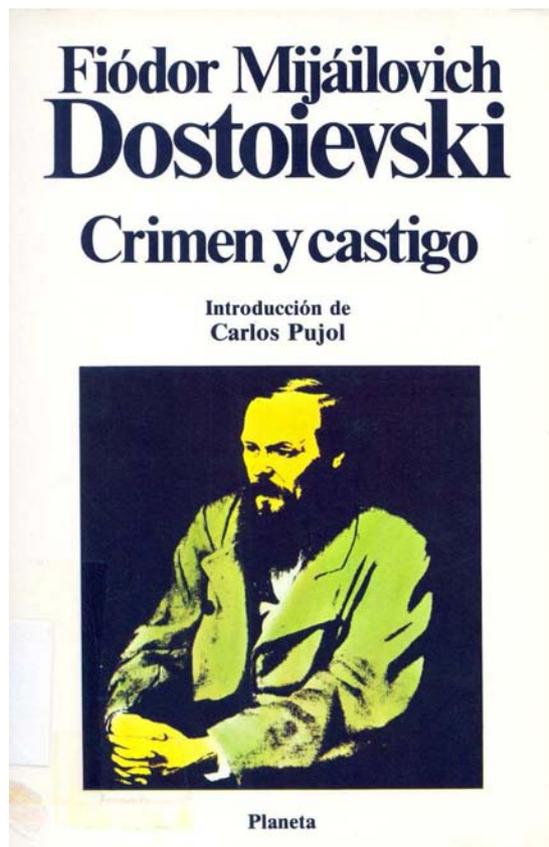
Otro tema muy importante que aparece en la novela es la creencia del protagonista en la existencia de dos tipos de hombres: aquellos destinados a mantener el mundo y aquellos que lo cambian. Estos son superhombres de la talla de Napoleón o Julio César. Estos últimos están destinados a saltarse las normas, que no están hechas para ellos. El fallo de Raskolnikof, del que se da cuenta mucho después, es que no ha cometido el crimen por el botín sino para comprobar que él era un hombre excepcional.

La forma de transmitir los pensamientos es escalofriante, de una forma apasionada, casi a vida o muerte.

Estas ideas hacen de esta novela una novela psicológica, en la que se indaga en la mente humana a través de un criminal, por lo que también puede ser considerada una novela policiaca.

De lo que no hay duda es de que es una gran obra, en la que se reflejan los miedos y vicios de la sociedad que, aunque sea del s.XIX, tiene los mismos problemas que la actual. La novela refleja casi en su totalidad dolor y angustia, pero algunos momentos de humor hacen la lectura un poco más amena. Si alguien la lee, que sepa que problemáticamente sentirá cosas diferentes a las que sentí yo, pero seguro que sentirá algo profundo, que hará que siempre que oiga hablar de *Crimen y Castigo*, Fiódor Dostoievski o incluso de la literatura rusa sentirá un escalofrío en la espalda, y un torrente de sentimientos y pensamientos llenará su mente durante un buen rato. Por algo pertenece a la categoría de clásicos.

Santiago Peribáñez 1º Bto.





El existencialismo



El año pasado leí en literatura una novela íntimamente relacionada con el existencialismo (doctrina filosófica del s.XX), cuyo autor consideraba que la existencia humana carecía de sentido. El título es *El extranjero* y al leerla nos encontramos con una novela de tesis en la que se plantea que lo absurdo es la característica esencial entre la relación hombre/mundo. La trama es sencilla y el autor deja que el lector haga su propia lectura.

La novela comienza en Argel con la muerte de la madre de Mersault, pero éste no se muestra tan afectado como todos los demás querían. Al poco tiempo conoce a Marie, con la que inicia una relación. Hace amistad con su vecino, quien le llevará a conocer a otro amigo. Ese día, el autor crea un ambiente caluroso que genera confusión y Mersault comete un asesinato involuntario por el que será juzgado. Todos esperan que él se declare culpable y en el juicio Mersault será considerado culpable, pero realmente es más juzgado por no sentir la muerte de su madre y por comenzar una relación al día siguiente, que por el propio crimen.

El nos dice que el hombre es “arrojado al mundo” y que la vida carece de sentido, y éste es el caso de nuestro personaje que se ve en el mundo “condenado” a vivir. Mersault se siente ajeno a las

leyes de los hombres y de Dios, es extranjero entre los hombres, sin embargo no se siente así en la naturaleza de la que recibe estímulos que siente, aunque no llegue nunca a reflexionar sobre ellos. Mersault ha cometido un crimen aunque él nunca se considere culpable, ya que él alega que no ha sido, ha sido su mano. Todos los demás quieren que confiese, pero él no lo va a hacer, mostrando un acto de rebeldía aquí, él es firme en sus valores, por eso dice que cuando muera quiere que los demás le chillen con odio, de esta manera él habrá ganado y será, por fin, extranjero totalmente frente al mundo. Al lector le asombra la pasividad de Mersault. En su propio juicio, es como si no existiera y se nos presenta como un espectador, allí será donde tome conciencia del crimen, pero no se arrepentirá.

La visión que la novela nos da de la vida es que no tiene sentido, que estamos aquí porque sí, pero que la vida no tiene más sentido que la muerte y aceptar esto es lo que lleva a los existencialistas a la angustia, aunque en el caso de Mersault, esta angustia se transforma en rebeldía contra el mundo, él es libre y rebelde, ajeno al mundo, como lo demuestra con su silencio, muy mal interpretado por los demás. Él es, en definitiva, extranjero.

Isabel Trasobares 2º Bto.

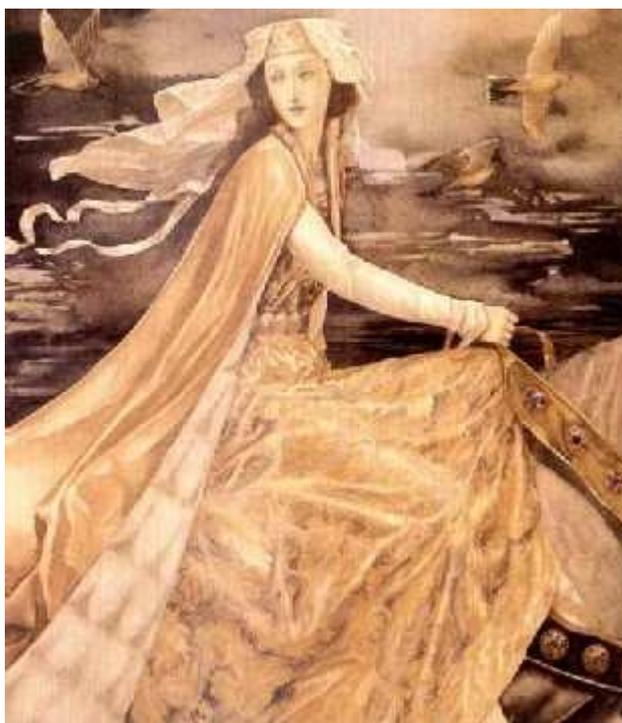


La literatura actual

Muchas veces me hago la misma pregunta: ¿Qué tiene la literatura juvenil de la actualidad que nos engancha? A veces no llego a conclusiones, pero en las que hallo una posible respuesta no es exactamente directa. Lo que pienso, es que los libros

de ahora tratan de temas fantásticos e irreales, con argumentos ficticios, y que las sagas y conjuntos de libros son los que gustan, como Harry Potter o Memorias de Idhún, y una no tan conocida, pero no por eso menos interesante llamada Molly Moon.

Molly Moon es la niña protagonista de una saga de libros que la autora Georgia Byng ha escrito: “Molly Moon y el increíble libro del hipnotismo”; el segundo, “Molly Moon detiene el mundo”; y el más reciente, “Molly Moon viaja a través del tiempo”. Tratan de una niña muy prometedora que vive huérfana en un orfanato, y aprende hipnotismo, además de otras ciencias, que le hacen llegar a la fama en ciudades tan importantes como Nueva York o Los Ángeles. Estas historias las empecé a leer hace bastante tiempo, y desde que me atrapó el primero, me encanta esta trilogía. Tal vez porque no es tan fantasioso como Harry Potter, y es más realista, tal vez por la edad en que empecé a leerlos, o tal vez... La verdad es que no lo sé, pero sí que sé que ha enganchado a mucha gente y que, para mí, son de los libros que más me han gustado. Yo os animo a que leáis Molly Moon, porque hace volar la imaginación. Pero claro, ¡empezad por el primero!



Una de las cualidades que comparten Harry Potter, Memorias de Idhún y Molly Moon son que las tres son colecciones de más de un libro. En el presente, los libros que enganchan son los que dejan el final abierto. Así el lector/a se queda con las ganas y la intriga de saber lo que ocurre después, y cuando el escritor/a publica el siguiente libro, la continuación del primero, lo lee entusiasmado. Otra característica en la que Harry Potter y Memorias de Idhún coinciden es que son libros fantásticos, habitados por seres irreales y fruto de la imaginación de sus autoras.

Sin embargo, Molly Moon no está rodeada de criaturas extrañas, como en los otros libros, sino que todos los personajes que participan en esta novela son tan reales como la vida misma. Además, Memorias de Idhún es más romántico que los otros dos libros, trata mucho los sentimientos de las personas. Los protagonistas de estas novelas tienen aptitudes fuera de lo normal, como capacidad de hipnosis, de hacer magia; y actitudes positivas, como salvarle la vida a la gente.

Mi opinión de la literatura de ahora y en concreto de estos tres libros, es que me gusta más que la de antes, pues he empezado a leer algunas obras que mi madre y mi padre leyeron, y no las he acabado, ya que no me enganchan. Los libros que en mí lo hacen son los que dejan el final inacabado, y lo retoman en el siguiente de la misma colección. En general, a mí me gusta leer, porque es como ver una película, o casi mejor: de hecho te imaginas los personajes como tu quieres, y os animo a que, si no es una de vuestras aficiones, la empecéis a practicar.

María Hernández 2º A



EL BURLADOR DE SEVILLA



EL ARTE DE LA SEDUCCIÓN

Libertino, descarado, pecador, seductor impío, descreído, inmoral, estas son algunas de las características de Don Juan, el desvinculado de Dios, y quizá alguna de las características del hombre moderno. Don Juan es un vividor y actúa según como le parece y sin atenderse a normas ni a convenciones preestablecidas. Se sirve de su atractivo y de sus engaños para burlar a las mujeres y a todos los que le rodean. Utiliza todas sus artimañas para obtener el deleite y el placer y la satisfacción de haber engañado a todos. No se arrepiente de sus actos y no se preocupa por el futuro cuando remite su conversación a la hora de la muerte. Aprovecha el tiempo y la situación en todo momento para realizar “la burla” pensando que ya tendrá tiempo de arrepentirse de sus infamias. Al igual que a otros autores posteriores a Tirso a mi también me resulta simpático, no hay más que fijarse en su astucia y lo ingenioso de su técnica. Se sabe escapar de las situaciones más comprometidas cuando se hace pasar por otra persona y promete en falso juramento como el matrimonio. Vale que algunas de sus acciones pueden ser rechazables pero no son más que un instrumento para conseguir la felicidad, que es el objetivo que cada uno de nosotros intentamos encontrar. Yo creo que sus acciones no son más criticables que las llevadas a cabo por alguien que busca un propósito con todo su empeño sin importarle el riesgo que conlleva todo ello. Cada una de las injurias y cada una de sus aventuras es una rebeldía contra el mundo circundante, aunque acabe derrotado por la eterna justicia castigadora que no deja impune a aquel que va contra la moral, tachado de desvergonzado por emplear la seducción de forma tan elocuente..

Víctor Visieres 2º Bto.

Para comenzar me gustaría decir que, pese a la mala imagen que el autor ha querido dar de Don Juan, pienso que es una figura que acaba cayendo bien al espectador en cierta manera. Ya no porque es del gusto romántico, liberal, sin ataduras ni leyes que puedan oprimirles, sino porque es una persona que se dedica a vivir con lo que a él más le gusta, las mujeres, las aventuras, los duelos, ... De forma algo reprobable, de acuerdo.

Mentiríamos si dijésemos que no nos gustaría vivir como él sin leyes que nos atasen, sin normas que nos coartasen, con toda la compañía que quisiésemos tener. En una palabra, nos gustaría vivir sin miedo, yo creo que nuestra admiración por él nace de lo feliz que se siente siendo como es, haciendo lo que quiere y sin miedo a nada. Hemos de reconocer que el proceder de Don Juan no es el más adecuado. Me gusta la filosofía que tiene de libertad, de ser y crearse el mejor, pero no me gusta en absoluto el hecho de que juega sin temor, ya no con las vidas y el honor, sino con los sentimientos de la gente que tiene la desdicha de cruzarse en su camino. Además, que es lo que peor me parece de todo, es que alardea de todo ello.

Como conclusión se podría decir que Don Juan es una figura maligna, aunque como personaje romántico representa la personalidad que tantísimo gustaba en la época y hoy.

Por otra parte, la cuestión es que podríamos decir que su figura hoy con respecto a las mujeres, da prestigio. Me refiero a que hay multitud (sobre todo de hombres, pero cada vez más mujeres) que se dedican simplemente a conseguir el favor de personas en el plano sexual como si de trofeos estuviéramos hablando, por eso creo que lo que entonces fue un personaje típicamente romántico que desafiaba toda norma con su conducta, hoy sería uno de muchos con una repercusión menor.

Para concluir terminaré hablando de la relación que Don Juan mantiene con los personajes de la obra. Personajes como las mujeres burladas, los padres protectores, su propio padre, etc. , muestran una clara sensación de repulsa al conocer su lado más altanero y pendenciero. Sin embargo, Catalinón tiene una relación de servidumbre y amistad al conocer el lado bueno y tierno de Don Juan. Una persona o un personaje puede ser para uno un monstruo o un formidable amigo para otro.

Pedro Liarte, 2º Bto.



DESTINO : ETIOPIA



Todos viajes me aportan algo, indudablemente, pero si hay uno que llene de sensaciones al viajar, ese es Etiopía. No hay manera de resistirse a ella. El norte, plagado de cultura, rica y antiquísima; el sur, con una riqueza asombrosa en cuanto a etnias. Por mucho que previamente me ilustré sobre el lugar en cuestión, nunca dejo de sorprenderme.

Extraño, de entrada, que Addis Abeba (La Nueva Flor, en idioma amhara), su capital, me reciba con un clima ciertamente benigno, lejos de ese calor sofocante al que asociamos cualquier lugar de Africa y extraño seguidamente muchas otras cosas, pero deja que te cuente.

Agosto 2005, tras aterrizar y pasar 2 días en la capital recabando información, me encamino sin prisas hacia uno de los objetivos de mi viaje: conocer los poblados y las tribus que habitan el valle del río Omo, al sur del país, lindando ya con su vecina Kenia.

Nunca pude imaginar ver lo que vi. Los caminos salpicados de gentes reconocibles por su indumentaria y su estética. Estos, de la tribu de los Karo, esos, de los Surma, aquellos otros, de los Mursi y así hasta una decena de las mismas, que eso sí cuando se entremezclan en los días de mercado semanal, te

permiten asistir a un espectáculo bellísimo que te reclama para que agudices los cinco sentidos y te empapes con su extraordinaria combinación de sonidos, colores, sabores, olores y texturas.

Todas las tribus me sorprenden pero de entre todas, hay una que se lleva la palma. Los Cursi etnia muy celosa de su intimidad, ofrecen al viajero la posibilidad de ver a las mujeres, portando un plato labial de proporciones inexplicables. Miro a una, a otra, multitud de preguntas me asaltan. Entretanto, los hombres, armados, no dejan de excrementarme con su mirada. No olvidemos, que son guerreros por antonomasia y que las relaciones entre pueblos obligados a compartir el agua del río y los pastos, escasos en tiempo de sequía les obligan a permanecer siempre alertas e incluso a llegar a guerras abiertas. ¡qué espectáculo tan digno de admirar! Pero deja, deja que te cuente.

Me tomaré un respiro antes de proseguir mi camino rumbo al Nilo Azul, Lalibela y Harar, no sin antes hacerte llegar algunas curiosidades sobre el país. ¿Sabías que el "injera" es el plato nacional de los Etiópes? Ellos lo llaman pan y es simplemente una mezcla de harina de mijo y le-



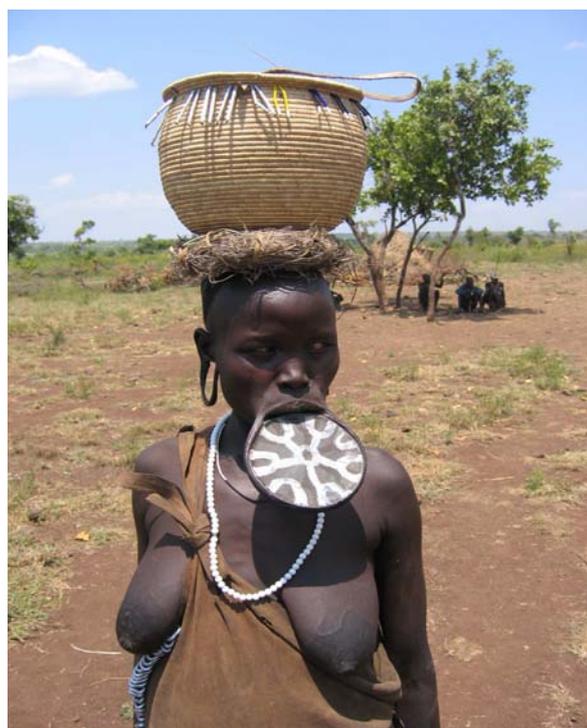
50 metros de caída vertical, rodeada por una exuberante vegetación llegas a abandonarte a los sentidos.

Creo no ser capaz de continuar mi viaje con tal intensidad de emociones pero este sentimiento se me desmorona cuando tras tres días de duras carreteras, alcanzo la sin igual Lalibela. Este santuario es único en el mundo ya que en un reducido espacio de terreno, alberga doce iglesias extraordinarias, casi todas excavadas bajo el nivel del suelo. Entre algunas de ellas, forman una laberíntica ciudad subterránea conectada por toda una red de túneles y pasadizos. Según me cuentan, el motivo de este tipo de construcción, se debe al propósito de ocultarlas a las incursiones árabes, muy frecuentes por entonces. Sea como fuere, Lalibela es hoy por hoy el lugar sagrado del cristianismo etíope, el centro espiritual en torno al cual gira la vida religiosa de todo un pueblo.

Y después de todas estas estás maravillas...sí, intentaré alcanzar la mítica ciudad de Harar, prohibida para los no musulmanes hasta el si-

vadura que dejan reposar unos días y luego cuecen sobre platos grandes de arcilla. No está indicado para estómagos delicados pero claro está, hay que probarlo. ¿Sabías que en la actualidad conviven en Etiopía cristianos, musulmanes y judíos? ¿Sabías que el calendario etíope difiere del nuestro y consta de 13 meses? ¿Sabías que los etíopes dividen el día en 12 horas, contadas desde que sale el sol hasta que se pone? Así, cuando en verano, para nosotros son las 7 horas de la mañana, para ellos es la 1h.

De nuevo, el camino y yo salimos al encuentro. En mi mente aparece el legendario Nilo Azul. En solo unos días, mi deseo se hace realidad y puedo contemplar las cataratas de Tissisat donde el río forma uno de los saltos de agua más espectaculares del mundo. Son



glo pasado y declarada patrimonio de la humanidad. Pasear por su zoco, deambular por sus estrechas callejuelas, te hacen transportarte al pasado, al cuento de las mil y una noches.

Ahora sí, mi viaje ha tocado a su fin y toca volver al hogar pero sé que pronto sentiré unas enormes ganas de partir; cuando esto ocurra, comenzaré a buscar otro Etiopía.

Carlos Lausín





Sinopsis:

Una de las musas de Goya, Inés, es acusada (Natalie Portman) de practicar el judaísmo por la Inquisición Española. Goya intenta intervenir a través del hermano Lorenzo (Javier Bardem), lo que termina siendo peor. Quince años después, durante la invasión francesa, Inés es liberada de la prisión y medio loca acude a Goya desvelándole un gran secreto.

Crítica:

Para nosotras, lo mejor de la película es la gran interpretación de Natalie Portman, que vuelve a demostrar que es una de las mejores actrices del momento, Javier Bardem aunque no le vemos de cura, tiene sus momentos. El resto del reparto es impresionante y qué decir del final, tan inesperado como extraño, refleja fielmente la época, quizá demasiado (ni se os ocurra empezar a comer las palomitas al principio). Otra gran obra de Milos Forman.

Dirección: Milos Forman.

País: España.

Año: 2006.

Duración: 106 min.

Género: Drama.

Interpretación: Javier Bardem, Natalie Portman, Stellan Skarsgård Bilbatúa).

Guión: Milos Forman y Jean-Claude Carrière.

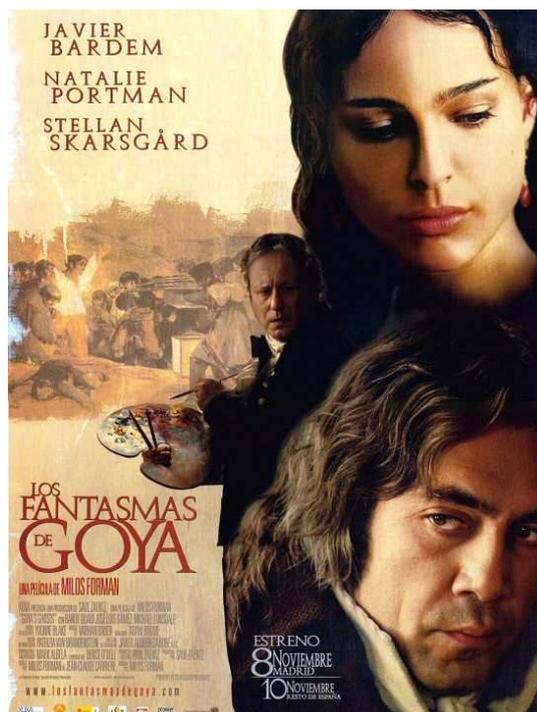
Producción: Saul Zaentz.

Música: Varhan Bauer.

Fotografía: Javier Aguirresarobe.

Montaje: Adam Boome.

Vestuario: Yvonne Blake.



to del reparto es impresionante y qué decir del final, tan inesperado como extraño, refleja fielmente la época, quizá demasiado (ni se os ocurra empezar a comer las palomitas al principio). Otra gran obra de Milos Forman.

Por Nadia Tarrío y Amaranta Cantero 3º ESO



IMPRESINDIBLE

Sinopsis:

Ollie es una niña de siete años que sueña con ganar el concurso de belleza infantil más importante del país. Cuando es seleccionada finalista, ella y su extraña familia, (un padre obsesionado por su programa de nueve pasos para ser un triunfador, un abuelo heroinómano, un hermano que ha prometido no hablar hasta que cumpla su sueño y un tío gay experto en Proust y que acaba de intentar suicidarse) emprenden un accidentado viaje en una furgoneta amarilla de los años setenta para conseguir llegar a tiempo.

Crítica:

¡Es la mejor comedia que hemos visto en años! Los actores son geniales y la historia es extremadamente surrealista. Tiene unos momentos desternillantes como las charlas del abuelo y la manera de arrancar la furgoneta. Lo mejor, el final.

Dirección: Jonathan Dayton y Valerie Faris.

País: USA.

Año: 2006.

Duración: 101 min.

Género: Comedia dramática.

Interpretación: Greg Kinnear, Toni Collette, Steve Carell

Guión: Michael Arndt.

Producción: Marc Turtletaub.

Música: Mychael Danna.

Fotografía: Tim Suhrstedt.

Montaje: Pamela Martin.

Vestuario: Nancy Steiner.



EL RATÓN

Hola a todos, ¿que tal este nuevo curso?

Como sabéis en este apartado os vamos contando cosas sobre los diferentes aspectos de la informática. En este caso os voy a hablar de la party que hubo en Zaragoza los días 24,25 y 26 de noviembre. Y estaba claro que yo no podía faltar en esa "fiesta" que se llama Red@ton y que se celebró en el auditorio.

Fueron alrededor de unas 350 o 400 personas las que acudimos con nuestro PC el día 24 viernes y salimos el día 26 a las 12 de la mañana. La verdad es que recomiendo a la gente acudir a estas "bacanales cibernéticas" ya que la gente es muy maja, y los organizadores, si tienes algún problema, te ayudan al instante a resolverlo y aprendes muchísimas cosas. En esta Reda@ton' 06 hubo reuniones de wimax o autopista inalámbrica, uso del software libre de la robótica, taller de linux, taller de modding, cluster sobre MySql y taller de simuladores de vuelo. La verdad es que solo dormí 6 horas en todo el fin de semana por lo que el domingo por la tarde tuve que descansar.

En la red@ton la gente participa en concursos o va simplemente a aprender, a compartir y a descargar los datos de las demás personas, ya que tú compartes las carpetas que tú deseas con los demás y te puedes descargar sus archivos o películas en un minuto. Había concursos de Warcraft, Counter-Strike y need for speed underground. También había concursos de modding que consiste en tunear tu ordenador, poniéndole neos, cajas con tapas de metacrilato y ampliando su capacidad. La verdad es que animo a que la gente vaya a estas "Fiestas" ya que haces amigos y te lo pasa fenomenal. Por cierto si alguien se quiere montar un clan de Counter-Strike o tunearse el ordenador que no dude en ponerse en contacto conmigo y me uniré a él. Por cierto no os olvidéis de que en verano esta la Campus Party que se realiza en Valencia y dura una semana entera, os aconsejo que si os gustan estas cosas acudáis a ésta, ya que es una de las mejores de Europa. Yo no dudo en hacerlo.

Para más información podéis visitar la pagina web: www.redaton.es

Jorge Mata Arribas 3º ESO





POOL

El billar es un juego que se practica en una mesa con un tablero de pizarra tapizada, por el cual se puede rodar un número variable de bolas. El juego consiste en impulsar la bola blanca con el taco a la demás bolas provocando choques entre ellas y con las bandas. No consiste solo en tirar por tirar para encajar bolas en las troneras, aunque no lo parezca, tienes que pensar como dejarte la bola blanca para las siguientes jugadas, puedes hacer seguros y cometer faltas, las versiones de las reglas que todo el mundo conoce de los dos tiros si metes la bola blanca o tocas la bola del contrario no existen, lo que si existe es la falta que consiste en que si tu rival mete la bola blanca en la tronera o toca antes tu bola que la suya, tu puedes colocarte la bola blanca donde quieras, sí donde quieras, y la ultima bola la número 8 que es la bola negra, cuando te quede solo esa bola puedes elegir en cada tirada en la tronera que la quieres meter. Existen dos tipos de billares:

-El francés (o carom): que fue el primero en inventarse, puede reconocerse por el billar de carambolas, este tipo de juego consiste en hacer carambolas hay cuatro tipos y todos tienen que tocar las bandas, se juega en una mesa mas pequeña y sin troneras, es lo que le diferencia del billar americano.

-El billar americano: es el más popular, conocido también como pool, su tamaño varia pero suelen ser mas pequeñas que las mesas de carom, este tiene seis troneras donde se introducen las bolas, hay quince bolas y estas están numeradas del uno al quince. Las siete primeras bolas son las lisas, y las siete ultimas son las rayadas y el número ocho es la bola negra es lisa, es el único color que no se repite y es la que da la victoria al jugador que consiga meterla en la tronera elegida tras anotar antes sus bolas (lisas o rayadas). Voy a hablar más de este tipo de billar. Hay cuatro modalidades de jugar al pool:

La bola 9: se utilizan las nueve primeras bolas, el número de jugadores es indeterminado y consiste en golpear a la bola de menor número con la bola 9 que es la hay que introducir en la tronera.

La bola 8: es el más usado. Pueden jugar dos jugadores o por equipos, cada jugador o equipo debe introducir las bolas que le corresponde (lisas o rayadas) y por último la bola número 8, Se utilizan las 15 bolas.

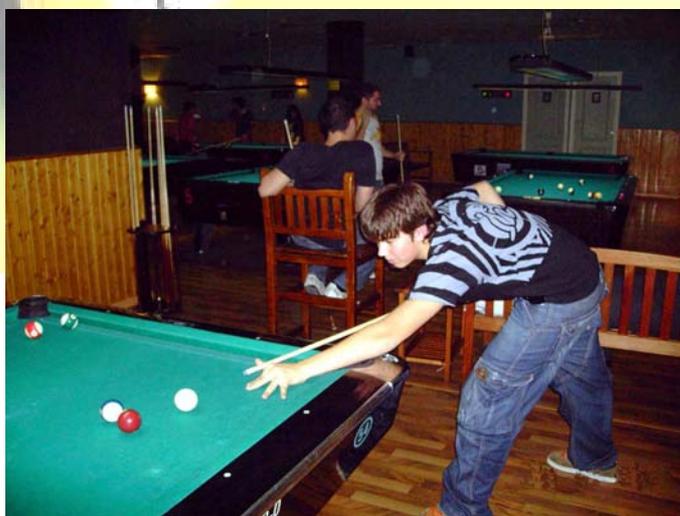
14.1 continuo: el ganador es el primero en introducir un número de bolas previamente acordado y puede ser mayor del número de bolas existentes, es decir cuando en la mesa queda una bola las demás que se habían introducido anteriormente en las troneras vuelven a colocarse en su posición inicial, así no sucede ningún tipo de interrupción.

Rotación: se deben golpear las bolas por orden ascendente. Cada bola vale puntos y gana el jugador que más puntos haya obtenido durante la partida, se juega con las 15 bolas.

En los palos profesionales, se pueden separar en dos por medio de una fácil rosca, a la parte que golpea se le llama flecha y digamos que es la más importante ya que si está desviada los tiros suelen salir desviados. Al "palo" se le llama TACO.

La tiza es un yeso azulado que se extiende por el cuero de la punta del taco, esto se utiliza para que el cuero del taco no se dañe y para que al golpear al bola blanca no te resbale, le puedes dar efectos.

La bola blanca digamos que tiene como una especie de puntos específicos donde puedes convar o ingeniártelas como tirar y dejarte un buen tiro para tu



siguiente jugada. Aquí tenéis algunos lugares donde podéis jugar al billar o pool.

Club Riviera: en el caracol, enfrenten del Hamburgo.

Drinks & pool: cesáreo abierta (16-18)

Master pool: conde Aranda 168.

P.D Yo os animo a practicar este deporte, porque pasas un rato agradable con tus amigos, echarte unas risas y tomar algo, os divertiréis, y si lo practicáis no os desesperéis.

Iván Jiménez y Sergio de Bona



La cuisine easy

La cocina fácil en tres idiomas. Una receta sencilla para que tú la hagas en casa. No te la pierdas

Hoy:

TARTA ISABEL

Ingredientes:

Pan duro
Manzanas
Huevos
Leche
Azúcar

Elaboración

Caramelizar una fuente de horno honda ó flanera y dejar enfriar.

Cortar el pan en trozos pequeños y las manzanas en gajos finos.

Cuando el caramelo esté frío comenzaremos a llenar la flanera alternando capas de manzana y pan. A continuación mezclaremos con una batidora los huevos, la leche y el azúcar en esta proporción: Por cada vaso de leche, 2 huevos y 2 cucharadas soperas de azúcar.

Rellenaremos con esta mezcla la flanera hasta cubrir y Hornaremos a 220° C al baño maría. Sabremos si está en su punto cuando al pincharlo con una varilla ésta salga limpia.

Espero que os guste

Glosario

Caramelizar: Bañar con caramelo una preparación, el fondo de un molde, etc. Se utiliza también como sinónimo de tomar color.

Baño maría: consiste en dejar un recipiente con el alimento o preparado en agua hirviendo un determinado tiempo con el propósito de aplicar el calor de esta forma y provocar que se cuaje.

GÂTEAU ISABELLE

Ingédients:

Pain dur
Pommes
Oeufs
Lait
Sucre

Élaboration

Caraméliser le sucre dans un plat à four creux ou un moule à flan et laisser refroidir.

Couper le pain en petits morceaux et les pommes en fines lamelles.

Une fois le caramel refroidi, commencer à remplir le moule en alternant une couche de pommes avec une couche de pain.

Mélanger à l'aide d'un fouet les oeufs, le lait et le sucre selon les proportions suivantes :

Pour chaque verre de lait 2 œufs et 2 cuillères à soupe de sucre.

Verser le mélange dans le moule jusqu'à recouvrir le pain et les pommes. Faire cuire au bain-marie dans le four à 220°. Vérifier la cuisson à l'aide de la pointe d'un couteau : si elle sort propre, le gâteau est cuit. **Bon appétit!**

Glossaire

Caramelizar : Baigner avec caramel une préparation, le fonds d'un moule, etc. Il est aussi utilisé comme synonyme de prendre couleur.

Bain maría : il consiste à laisser un récipient avec l'aliment ou la préparation en eau en bouillant un certain temps dans le but d'appliquer la chaleur ainsi et provoquer qu'il soit coagulé.

ELISABETH PIE

Ingredients

Stale bread
Apples
Eggs
Milk
Sugar

Elaboration

Coat a deep cake pan or a bowl in caramel and allow to cool. Next, cut the bread into small pieces and the apples in small fine segments.

When the caramel is cool, start filling the bowl alternating coats of apple and bread. After this, mix the eggs, milk and sugar in the following proportion: one glass of milk for every 2 eggs and 2 spoonfuls of sugar and whisk. Then, pour the mixture into the bowl and bake it in a bain marie in a 220° hot oven. It is just right when you prick it with a rod and it gets out clean.

I hope you will enjoy it.

Glossary:

Coat in caramel: Burn sugar to add colour and flavour to food. Caramelize.

Bain marie: Heat in a double boiler: a vessel of hot water in which cooking pans and their contents are slowly heated.

Pablo Navarro, Victoria Marín y Silvia Lahoz
4º ESO



DE NUEVO AQUÍ CON TODOS VOSOTR@S

Después de la pausa del verano y ya bien comenzado el curso, volvemos a encontrarnos con los horarios apretados, los deberes, los exámenes y las actividades extraescolares.

Algun@s aún no tenéis claro a qué os queréis apuntar, y otr@s lleváis tiempo diciendo en casa o comentando con [@s compañer@s](#) la actividad que os apetece hacer.

De nuevo volvemos a tener Proyecto PIEE en el Instituto tras el impás del curso pasado y estáis respondiendo fenomenal a las diferentes convocatorias.

Se notan las ganas que tenéis de hacer cosas, de aprender y de disfrutar haciendo teatro, funky o fútbol. Al mismo tiempo se fomenta la convivencia, la tolerancia, el respeto a los demás compañeros y se aprende a trabajar en grupo, a colaborar y a participar.

Todavía estás a tiempo de apuntarte en las actividades que acaban de comenzar .

Puedes elegir entre todas estas:

- . Funky I: lunes y miércoles de 16 a 17,30 h.
- . Funky II: martes y jueves de 16 a 17,30 h.
- . Guitarra: martes de 18 a 19,30 h.
- . Teatro Iniciación: miércoles de 17,00 a 19,00 h.
- . Teatro Avanzado: viernes de 14,45 a 16,45 h.
- . Fútbol Sala: tenemos un equipo Infantil Masculino que entrena los martes y jueves de 16,30 a 17,30 h. y juega los partidos los sábados por la mañana en la Liga de los Juegos Escolares de la DGA.
- . Warhammer: viernes de 15,45 a 17,15 h.
- . Aeromodelismo. Miércoles de 17,30 a 19,30h.
- . Cocina. Martes de 17,00 a 18,30h.
- . Solidaridad. Día y hora acordado por el grupo.

Además tenemos unas cuantas actividades que están pendientes de completar el grupo para poder empezar: Tenis de Mesa, Escalada y Defensa Personal.

Y ya por último sólo me queda presentarme. Me llamo Blanca y soy la educadora PIEE del IES Miguel de Molinos. Comparto el despacho con Angel Herrero que es el jefe del departamento de extraescolares y a la horas de los recreos de lunes, martes y jueves me podéis encontrar en el aula PIEE, entrando desde el patio, a la izquierda del gimnasio. También estoy todas las tardes en el Instituto de 15,30 a 19,30 mientras se realizan las actividades.

¡Ah! ¡Se me olvidaba! La liga interna ha empezado y se juega a la hora del recreo. También podéis proponer iniciativas nuevas.

Espero que esta información haya sido útil para los que leáis este artículo y deseo que sea un curso muy provechoso para [tod@s](#).

Hasta pronto

Blanca Portero
Educadora PIEE

Proyecto de Integración de Espacios Escolares

**PRO HIGIENE
MENTAL**

**LA CLARIDAD DE LA
INTELIGENCIA
ES LA
SALUD**

