

IMPACTO SÚBITO

IES JOAQUÍN TURINA



2026 - Año 1. Número 2



IES Joaquín Turina
Sevilla (España)
41010541.edu@juntadeandalucia.es
<https://www.iesjoaquinturina.es/>

Impacto Súbito. Revista Digital del IES Joaquín Turina
<https://www.iesjoaquinturina.es/>



Esta obra está bajo una licencia Creative Commons 4.0 internacional: Reconocimiento-No Comercial-Compartir Igual.

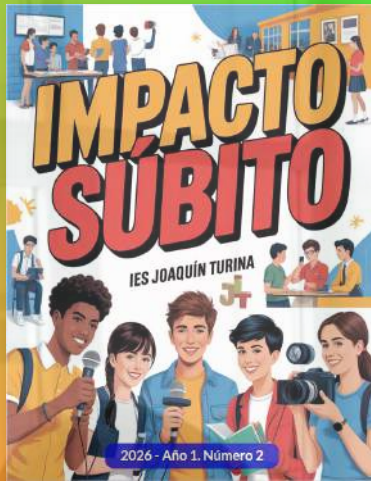
“Impacto Súbito. Revista Digital del IES Joaquín Turina” nace como un espacio dinámico y abierto, creado por y para la comunidad educativa de este instituto sevillano del barrio de San Pablo, con el propósito de expresar ideas, compartir conocimientos y experiencias y dar visibilidad a inquietudes, logros y talentos.

El título de esta revista digital recupera y rinde homenaje a la publicación impresa *Impacto Súbito*, que se editó en nuestro centro durante la década de los años 90, y que hoy renace en formato digital para seguir dando voz a nuestra comunidad educativa.

En esta nueva etapa, nuestra revista se caracteriza por su formato digital e interactivo, que permite al lector interactuar con los contenidos de forma contextualizada. Su carácter accesible, inmediato y enriquecido con recursos multimedia ofrece una experiencia más cercana y dinámica.

Participar en este proyecto es una oportunidad para expresarse y, al mismo tiempo, una experiencia formativa. A través de la creación de contenidos y el trabajo en equipo, se desarrollan competencias clave como la comunicación, el pensamiento crítico, la competencia digital, la creatividad y la responsabilidad, convirtiendo la revista en un verdadero espacio de aprendizaje activo y significativo.

En cada edición, *Impacto Súbito* ofrecerá contenidos diversos: noticias, artículos de opinión, creaciones de diferente naturaleza, entrevistas, reseñas culturales, proyectos del aula, reportajes, actividades del centro, nuevas iniciativas, reflexiones sobre temas actuales, y mucho más. Queremos que esta revista sea tan plural y viva como nuestro instituto, y que refleje la riqueza de voces que lo habitan. Invitamos a toda la comunidad a participar, a leer, a opinar y, sobre todo, a hacer suya esta revista. ¡Bienvenidos a sus páginas!



Consejo Editorial

Jesús M. Muñoz Calle
M^a Carmen Rueda Magallanes
Esther Márquez Rodríguez
M^a Isabel Blanco Pérez
Francisco Padilla Sánchez

Equipo técnico, soporte digital, diseño y maquetación

Jesús M. Muñoz Calle

Equipo de creación, edición, difusión y comunicación

Jesús M. Muñoz Calle

Colaboradores

Todos los autores y correctores de los artículos



EDITORIAL

COMPROMISO



Compromiso: es la promesa de colaboración, la responsabilidad común, la implicación y dedicación. Aplique esto al aspecto de su vida que prefiera... Encaja (la amistad, el trabajo, la familia, los estudios, la política). No es adhesión, ni obediencia, ni filiación. Ni siquiera es aceptación.

Compromiso es hoy una palabra extraña en un mundo de traiciones y personalismo, de falso individualismo (¿o debiera decir sentimiento de soledad?).

Existe un temor justificado a perder la propia libertad, a sacrificar los aspectos personales. Y, sin embargo, nadie es más libre que quien hace algo porque sabe que tiene que hacerlo. Porque es lo justo. Porque está comprometido.

La responsabilidad ética que todo esto implica no es pequeña y por eso, en ocasiones, establecemos "reglas de compromiso", que aclaran las expectativas y ponen límites a la resolución de problemas, pero ofreciendo un espacio a la propia iniciativa (esa libertad que tememos perder).

La paciencia, la comprensión, el apoyo... forman parte del compromiso. En definitiva, es aceptación. Es el secreto de treinta años de matrimonio, por ejemplo.

06

Tanque de tiburones

Lorena García Cobos

10

Entrevista a Calisto

Alejandro Zamir Lara Hernández

12

Entrevista a Melibea

Javier Defranc Toro

14

¿QUÉ FLORECE EN TU CORAZÓN?

Rosana Balastegui Galván

17

Carrera Solidaria Navideña

Manuel Delgado Pérez

20

Límites y Pantallas: “Del conflicto a la conexión”

Elena Alonso Cabello

30

UN SUEÑO COMPARTIDO

Rosana Balastegui Galván

32

CARTAS ANÓNIMAS A TU YO FUTURO

Sonia Rodríguez Ramírez

Recursos digitales para educación I

Jesús M. Muñoz Calle

38

POEMA OBJETO

Carmen Bernáldez Lancha

43

El contrato de aula de 1ºCFGB

Lidia Benavides Linares

49

Película "La Regla del Juego"

Isabel Díaz Serrano

53

Ciencia, Tecnología, Historia, Arte y Granada blanca como la nieve

Alicia Anaya y Elena García

58

Pasatiempos

Lucía Zamora Rodríguez

67

Problema "El club de los cinco caprichosos"

Roberto del Amo Corredera

69

Cuadrados Mágicos

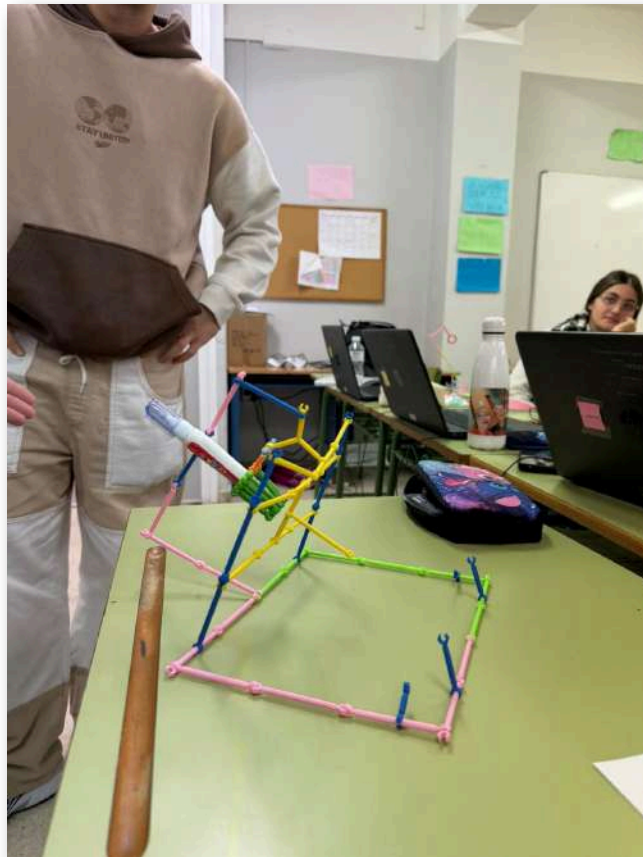
Esther Márquez Rodríguez

70

Tanque de tiburones

Lorena García Cobos
Profesora de FOL

En una de las últimas sesiones del módulo de IPE II decidí transformar el aula en un pequeño “reality show” inspirándome en el concurso estadounidense Shark Tank. La propuesta era la siguiente: mi alumnado se convertía en emprendedores dispuestos a competir por ganar financiación para sus ideas de empresa ante un jurado.





Organizados en equipos, los estudiantes debían diseñar un producto físico capaz de resolver un problema cotidiano, como por ejemplo la incomodidad y el dolor cervical que provoca leer inclinados sobre las mesas del instituto. Para ello, cada grupo disponía de quince minutos para idear y construir un objeto sencillo, útil y fácil de utilizar, empleando únicamente barras de construcción de juguete.

El uso de ordenadores o Internet no estaba permitido durante la dinámica. En un entorno como el actual, detenernos a pensar, imaginar y “estrujar” el cerebro junto a los compañeros, utilizando materiales tan simples como aquellos con los que jugábamos de pequeños, supone un ejercicio especialmente valioso para desarrollar la creatividad, fomentando las conversaciones, la concentración plena y la libre imaginación.



Una vez diseñado y construido el prototipo, cada equipo lo presentaba ante un jurado de “tiburones”, que decidía cuánto dinero invertir en cada proyecto –50 €, 100 €, 200 € o 500 €– siguiendo criterios como la construcción, la originalidad, la funcionalidad y la defensa de la propuesta. El equipo ganador sería aquel que, tras abordar distintas problemáticas planteadas, hubiera logrado recaudar más fondos para sus productos innovadores.

Más allá del componente creativo y lúdico, esta actividad pretendía poner de manifiesto la importancia de **prototipar**. Cuando obligamos a una idea a convertirse en algo tangible, deja de ser una imagen abstracta en nuestra mente y pasa a percibirse con los sentidos; la imaginación se vuelve visible transformándose en objetos que podemos sostener entre las manos.

Asimismo, tener que defender el producto ante el jurado y competir con el resto de los equipos proporciona un valor añadido al aprendizaje: **no basta con crear**. Aunque el producto sea ingenioso, es imprescindible saber explicarlo y defenderlo, convencer y vender.



Con esta dinámica he querido transmitir que la creatividad no es un talento reservado a unos pocos, sino una competencia que se aprende, se entrena y se mejora.

Todos podemos tener buenas ideas. Todos podemos volver a pensar e imaginar si nos concedemos el tiempo y el espacio necesario para hacerlo.

Entrevista a Calisto

Alejandro Zamir Lara Hernández
Alumno de 1ºBAC

Entrevistador: Calisto, desde vuestro primer encuentro con Melibea afirmáis haber quedado profundamente enamorado. ¿Consideráis que ese sentimiento fue amor verdadero o un capricho momentáneo?

Calisto: Capricho no puede llamarse aquello que me apartó de mí mismo y me hizo vivir ajeno a la razón. Desde aquel instante supe quién era y a quién pertenecía, pues, como yo mismo declaré, «Melibeo soy y a Melibea adoro». No fue antojo ligero, sino amor que me tomó por entero y me hizo su cautivo.

Entrevistador: Ese amor surge de manera inmediata. ¿No os parece una reacción desproporcionada para un sentimiento nacido de una sola mirada?

Calisto: Amor no se rige por medida ni espera consentimiento del tiempo. En un punto entra y en otro reina. Bastó verla para que mi voluntad quedase rendida, y desde entonces mi entendimiento sirve donde antes mandaba.

Entrevistador: Tras el rechazo inicial de Melibea, decidís recurrir a Celestina. ¿Os preocupó que su intervención pudiera condicionar la voluntad de ella?

Calisto: Cuando el deseo apremia y la esperanza flaquea, el amante busca remedio sin detenerse en escrúpulos. Si Celestina fue medio para alcanzar mi gloria, no quise preguntar por la limpieza del camino, pues el fin me parecía justo y necesario.

Entrevistador: Celestina utiliza engaños y presión psicológica. ¿Nunca dudasteis de que Melibea os amara libremente?

Calisto: Dudar hubiera sido perder lo ganado. Si Melibea resistió y luego cedió, fue porque el amor ya combatía en su pecho. Celestina no sembró lo que no existía; tan solo despertó lo que dormía en silencio.

Entrevistador: Parece que os importó más conseguir el amor de Melibea que reflexionar sobre su autenticidad. ¿Lo reconoceríais así?

Calisto: Confieso que no quise escudriñar verdades que pudieran turbar mi dicha. Quien ama prefiere la posesión a la certeza, y yo elegí creer antes que razonar, pues la razón era enemiga de mi deseo.

Entrevistador: Para terminar, si el amor de Melibea hubiera nacido del engaño y no de la libertad, ¿habría perdido valor para vos?

Calisto: Aunque naciera de artificio, para mí sería bienaventuranza. Más vale gozar un amor dudoso que padecer una verdad sin Melibea. Yo no sirvo a la razón, sino a la pasión que me gobierna.

Basado en la famosa obra de Fernando de Rojas "La Celestina"

Entrevista a Melibea

Javier Defranc Toro

Alumno 1ºBAC

La entrevista empieza con Melibea que, tras llegar al infierno, la muerte ha deshecho el hechizo y le ha enseñado todo lo que ha ocurrido a sus espaldas; eso incluye los tratos de Calisto y Celestina. (El entrevistador es un demonio). Melibea entra y ve una prenda que le resulta familiar.

Melibea: ¿De quién es este abrigo?

Entrevistador: Posiblemente se lo haya dejado aquí a quien entrevisté antes, pero da igual. Sabes por qué estás aquí, ¿verdad?

Melibea: Eso creo y me arrepiento de lo pasado.

Entrevistador: ¿Cómo fue tu pasado amoroso?

Melibea: Deberías saberlo, fue terrible, con una persona a la cual en realidad no quería.

Entrevistador: Tengo que rellenar el papeleo, ¿sabes?, y aparte que la muerte es el único que tiene contacto con vuestro mundo... ¿Cuál es la persona a la que más odias?

Melibea: El innombrable de Calisto, la persona que me tenía hechizada.

Entrevistador: ¿Cómo lo conociste?

Melibea: En una iglesia. Se me declaró al instante; lo rechacé.

Entrevistador: ¡Casi se me olvida! ¿Cuál fue la razón de tu m... (alguien llama a la puerta e interrumpe)?

Calisto (sin reconocer que Melibea era quien estaba de espaldas):
¿Aquí dejé mis harapos?

Melibea: (se da la vuelta y le pega un tortazo en la cara) Este desgraciado fue el que provocó mi muerte.

Calisto: ¿No estabas enamorada de mí? ¿No estabas viva?

Melibea: Solo por el hechizo que fue removido tras mi muerte, hechizo el cual me llevó a la locura y la posterior llegada a este mundo.

Entrevistador: Calisto, vete, ya tendrás tu tiempo para hablar con ella durante la tortura eterna.

(Calisto se va, cabizbajo, con su abrigo)

Entrevistador: ¿Cómo fue que te hechizaron?

Melibea: Con un hilo el cual me convenció una alcahueta para que me pusieran en mis prendas.

Entrevistador: ¿Cuál fue tu religión?

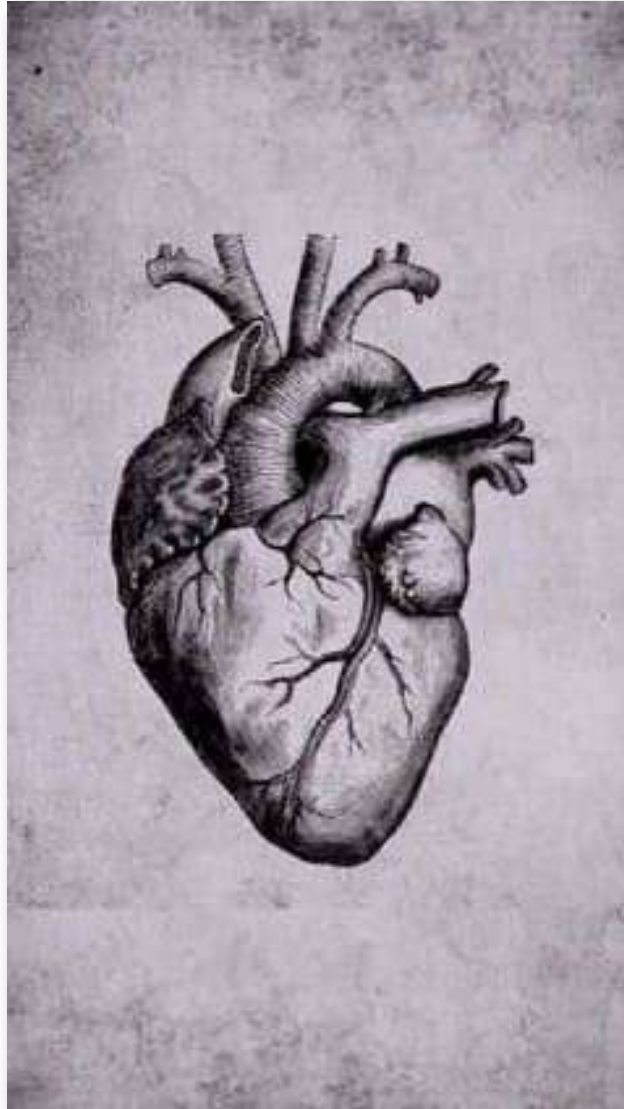
Melibea: La religión judía, pero nos obligaron a aparentar ser cristianos. ¿Por qué?

Entrevistador: Porque nos sorprende aún lo que estáis tardando en daros cuenta de que ninguna de vuestras religiones es verdad completamente. Con esto damos por terminada la entrevista, gracias por tu tiempo.

Melibea: De nada y espero que tu próxima entrevista sea más tranquila.

¿QUÉ FLORECE EN TU CORAZÓN?

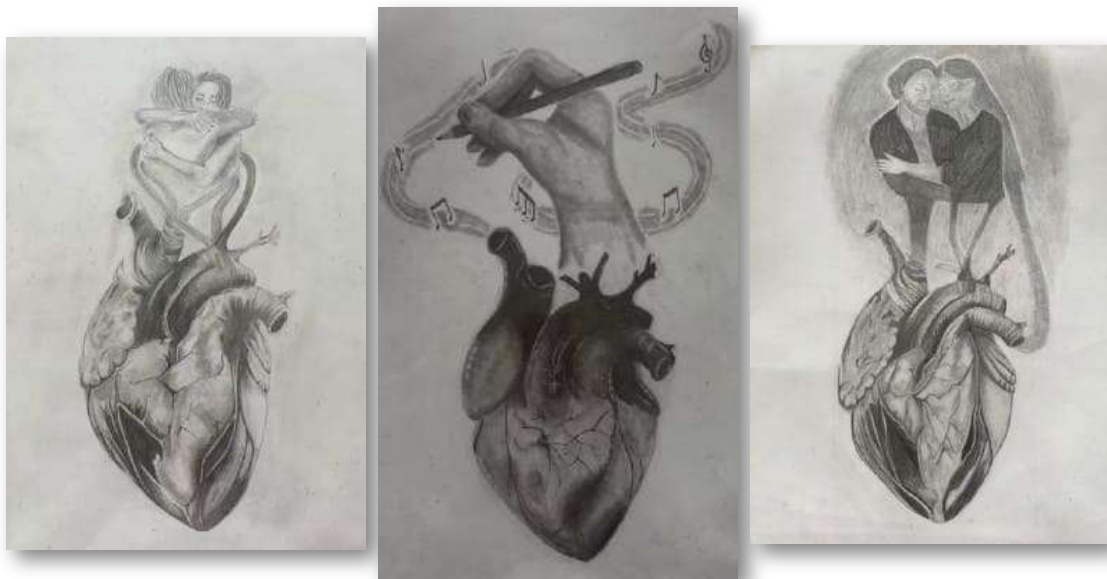
Rosana Balastegui Galván
Profesora de Dibujo



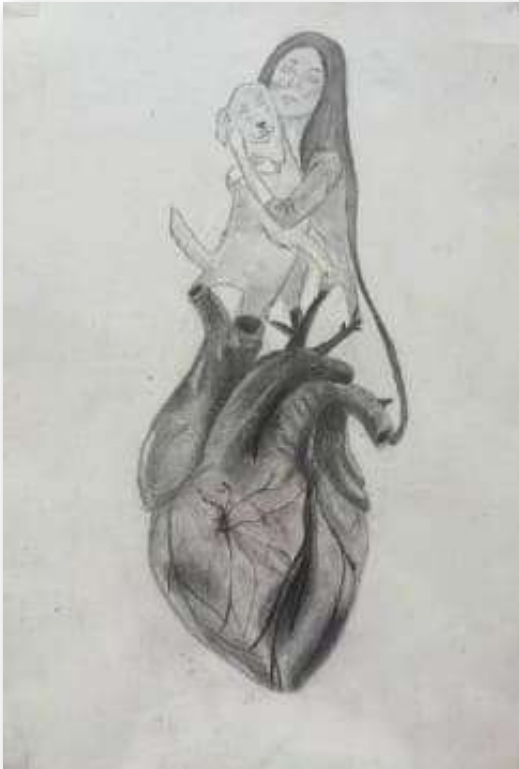
En el siguiente [enlace](#) se incluye un vídeo mostrando el desarrollo del proyecto.

¿Qué florece en tu corazón? ¿Qué te mueve en tu vida? ¿Qué nace de tu interior?... Son algunas de las preguntas que nos hemos planteado en el aula de dibujo, un reto con un claro mensaje de **AMOR**.

Hemos reflexionado sobre el amor, compartiendo lo que nos hace sentir, buscando en nuestro interior más profundo, convirtiéndose cada dibujo en una ventana al corazón de quien lo creó, reconociendo el amor sereno que habita en los pequeños gestos cotidianos, en los recuerdos que nos marcan con nostalgia, el amor incondicional de seres queridos que ya no están, la pasión que nos mueve hacia lo creativo...



La composición de los dibujos parte del estudio analítico de un corazón humano, del cual salen de sus arterias formas difuminadas que construyen la representación del recuerdo, sentimiento, emoción...



Lo que florece es la música ya que siempre ha estado presente en mi vida y me despeja mentalmente, es terapéutica.

Lo que crece es el amor hacia mi abuela, que aunque no esté conmigo, la sigo queriendo.

Lo que bombea mi corazón es mi familia y amigos, que me apoyan y tratan bien.

Lo que florece en mi corazón es el arte ya que me ayuda a encontrar mi propia esencia.



Lo que mueve mi corazón es conocer nuevas culturas, viajar.

Lo que florece es el amor de mi familia que es constante y auténtico, y me acompaña en cada etapa de mi crecimiento personal.

Lo que florece es la figura de un bufón, que se encuentra libre, que hace sonreír a los que le rodean.

Lo que me mueve el corazón es el arte, dibujar siempre ha sido mi refugio y mi forma más sincera de expresarse.

Al recorrer esta exposición, el espectador no solo observa, sino que se reconoce y conecta, ya que aparecen fragmentos de experiencias, alegrías, nostalgia, intereses... Es, por tanto, que el objetivo que pretende esta muestra es invitar a completar la diversidad, la fragilidad y la fuerza que mueve el mundo, pues, ¿qué es sino **EL AMOR** lo que mueve el mundo?

Carrera Solidaria Navideña

Manuel Delgado Pérez
Profesor de Educación Física

Pasos de Solidaridad: La Navidad se vive corriendo en el IES Joaquín Turina

El pasado jueves 18 de diciembre, el Parque Miraflores no solo albergó a los corredores habituales, sino que se transformó en el escenario de una jornada inolvidable para la comunidad del IES Joaquín Turina. Lo que empezó como una idea del departamento de Educación Física terminó convirtiéndose en una celebración vibrante de unión, deporte y generosidad.



Un kilómetro por la solidaridad

Más de 100 alumnos, desde los más jóvenes de 1º de ESO hasta los veteranos de 2º de Bachillerato, se calzaron las zapatillas con un objetivo común. Acompañados por un buen número de profesores, todos compartieron la línea de salida con un propósito sencillo pero poderoso: el precio de un dorsal, un euro, transformado en ayuda solidaria.



A lo largo de los 3,5 km de recorrido, el ambiente era pura magia navideña. Entre gorros de Papá Noel, espumillones improvisados y alguna que otra nariz de reno, el instituto demostró que, cuando se trata de disfrutar juntos, no existen barreras generacionales entre el alumnado y el profesorado.

"Lo mejor no fue la meta, sino ver cómo todos nos animábamos los unos a los otros, independientemente del curso en el que estuviéramos."



Los más rápidos, pero no los únicos protagonistas

Aunque el cronómetro estuvo presente, la competición quedó en un segundo plano frente al compañerismo. Sin embargo, es justo reconocer el esfuerzo de quienes lideraron la prueba en sus respectivas categorías:

- **Sebastián (1° de Bachillerato):** Demostró una gran forma física y determinación.
- **Madeleyn (4° de ESO):** Impresionante carrera, marcando el ritmo entre las alumnas.
- **Roberto (Profesor):** ¡El “profe” que demostró que el ejemplo empieza dando zancadas!



La verdadera victoria

Si algo quedó claro al cruzar la meta es que el verdadero ganador de la jornada fue el ambiente. Se respiraba alegría, complicidad y, sobre todo, ese deseo colectivo de que esta no sea la única vez. La sonrisa de los participantes al terminar la carrera, compartiendo anécdotas bajo el aire fresco de diciembre, es la mejor prueba de que esta primera edición ha dejado una huella profunda en todos.

El IES Joaquín Turina no solo corrió ese día; el instituto demostró que es capaz de caminar unido hacia metas solidarias. **¡Que esta sea la primera de muchas!**

Límites y Pantallas: “Del conflicto a la conexión”

Elena Alonso Cabello

Profesora de Administración de Empresas

1. Introducción: El cerebro en "obras"

El cerebro humano no termina de construirse hasta los 25 años. La última parte en madurar es la corteza prefrontal, que funciona como el centro de control, el freno de los impulsos y el asiento del pensamiento crítico.

Entregar un smartphone con acceso a redes sociales a un adolescente (especialmente antes de los 16 años) es como darle las llaves de un coche de carreras a alguien que aún no ha desarrollado los reflejos para frenar. Biológicamente, su cerebro no está preparado para gestionar la intensidad de estímulos que ofrece el mundo digital.

La realidad en cifras (Estudio UNICEF)

Estos datos de un estudio de UNICEF nos sitúan ante un reto de salud pública.

- **El acantilado:** A los 12 años, el 72,1% de los menores ya tiene móvil propio.
- **Salud mental:** Los casos de ansiedad, depresión e ideación suicida son el doble de frecuentes en adolescentes con uso intensivo de pantallas.

- **La soledad:** El 50% de las familias no pone normas. Tu guía hoy es su salud mañana.

2. La neurobiología de la adicción: el móvil como "droga"

La analogía de la droga no es una exageración retórica; es una realidad química. El cerebro adolescente es como "plastilina" (altamente moldeable). Lo que sucede en las pantallas deja una huella física en su estructura.

El secuestro de la dopamina (adicción)

- **Dopamina barata:** Las aplicaciones están diseñadas para disparar ráfagas de dopamina inmediata mediante "likes", notificaciones y el scroll infinito. Están diseñadas bajo el "refuerzo intermitente" (como las tragaperras).
- **El secuestro del sistema de recompensa:** Cuando un cerebro joven recibe dosis masivas de dopamina sin esfuerzo, pierde la capacidad de disfrutar de la "dopamina de esfuerzo" (estudiar, leer, practicar un deporte).

Consecuencia: Cada like o nivel superado libera dopamina, el neurotransmisor del placer.

El riesgo: El cerebro se acostumbra a niveles tan altos de estimulación que la vida real (leer un libro, estudiar, esperar el autobús) le parece aburrida, lenta y frustrante. Se pierde la capacidad de disfrutar de las cosas sencillas.

La "luz azul" y la melatonina (sueño)

La luz de las pantallas inhibe la secreción de melatonina, la hormona que nos dice cuándo dormir.

- **Consecuencia:** El cerebro cree que es de día. Esto retrasa el sueño profundo hasta 2 horas.
- **El riesgo:** Un cerebro cansado es un cerebro irritable, con menos memoria y más propenso a la depresión y la ansiedad. Sin sueño no hay crecimiento cerebral.

Atrofia de la función ejecutiva (atención)

El contenido rápido (TikTok, Reels) entrena al cerebro para mantener la atención solo durante 15 o 30 segundos.

- **Consecuencia:** El "músculo" de la atención sostenida no se ejercita.
- **El riesgo:** Dificultad extrema para concentrarse en tareas largas, falta de perseverancia y aumento de la impulsividad.

El "efecto Google" (memoria)

Al saber que la información está a un clic, el cerebro deja de esforzarse por almacenar datos.

- **Consecuencia:** Se debilita la memoria a largo plazo y la capacidad de síntesis.

3. Señales de alerta (adicción grave)

Las familias deben intervenir de inmediato si observan:

- **Anhedonia:** El adolescente parece "muerto" emocionalmente si no tiene una pantalla.
- **Alteración del sueño:** El móvil es lo primero y lo último que ve, sacrificando horas de sueño.
- **Abandono escolar y social:** El rendimiento baja y ya no hay interés por ver a los amigos en persona.

4. El síndrome de inercia digital

¿Por qué les cuesta tanto soltar el móvil? No es solo rebeldía; es inercia digital. Se trata de un estado de flujo pasivo o "trance" donde la voluntad del adolescente queda suspendida. El cerebro entra en un modo de bajo consumo donde solo reacciona a los estímulos externos. Romper este estado de forma brusca genera una "frenada química" que provoca irritabilidad, agresividad y un vacío emocional profundo.

5. El espejo de Silicon Valley

Es fundamental observar qué hacen los creadores de esta tecnología. En los círculos de élite de Silicon Valley, los ingenieros de Google, Apple y Meta protegen a sus hijos de sus propios productos:

- **Steve Jobs:** Limitaba drásticamente la tecnología en casa y sus hijos no usaron el iPad.
- **Bill Gates:** No permitió móviles hasta los 14 años y prohibió las pantallas en la mesa.

El mensaje es claro: quienes mejor conocen el algoritmo saben que está diseñado para hackear la voluntad humana. Si ellos protegen a sus hijos, nosotros debemos hacer lo mismo.

6. El movimiento internacional: el caso de Australia

Australia ha tomado el liderazgo mundial al prohibir por ley el acceso a redes sociales a menores de 16 años. Las razones del gobierno australiano son tres:

- **Salud mental:** Vínculo directo entre redes y tasas de suicidio, ansiedad y depresión.

- **Protección algorítmica:** Los adolescentes no tienen madurez para filtrar contenidos que promueven trastornos alimenticios o autolesiones.
- **Responsabilidad corporativa:** La ley obliga a las empresas a ser los guardianes, reconociendo que el entorno digital es hostil para un menor.

7. El iceberg de la conducta: "lo que se ve vs. lo que hay debajo"

Este es uno de los conceptos más potentes para entender el por qué de conductas y comportamientos que vemos.

Si un adolescente contesta mal por el móvil o ignora tu llamada, eso es solo la punta del iceberg (la conducta). Si solo atacamos la punta, el problema sigue ahí abajo.

Las necesidades no cubiertas que puede haber debajo de una mala conducta con las pantallas son:

- **Necesidad de pertenencia:** "Si no juego ahora, mis amigos se olvidarán de mí o se reirán en el recreo".
- **Necesidad de autonomía:** "Siento que me controlas todo, y el móvil es el único lugar donde yo decido".
- **Necesidad de evasión/desahogo:** "He tenido un día horrible en el instituto y el juego es mi única forma de no pensar en mis problemas".
- **Necesidad de competencia:** "En la vida real me siento inseguro, pero en este juego soy un experto y me siento valioso".

Las familias, por lo tanto, antes de corregir, deben preguntarse qué le está pasando a su hijo/a por dentro para que necesite reaccionar así.

8. Principios clave para guiar a los adolescentes en el mundo digital

Más allá del miedo al móvil

Muchas familias se enfrentan a un dilema complejo: por un lado, temen que no dar un móvil a su hijo adolescente lo aisle de su grupo de amigos, quienes socializan principalmente a través de la tecnología. Por otro, les preocupa exponerlo a los innegables peligros del mundo digital.

La idea central que debemos comprender es que el problema no reside en el dispositivo en sí, sino en la falta de una educación tecnológica previa que lo acompañe.

Dar un móvil sin educación en valores y sin educación emocional es como darle a alguien un coche sin tener un freno.

Para construir esa educación necesaria, podemos apoyarnos en una "caja de herramientas" compuesta por cinco principios fundamentales.

Principio 1: Hablar antes de prohibir

Este es el pilar sobre el que se construye toda la estrategia: una base de confianza y valores compartidos.

En lugar de prohibir sin más, pregunta y conecta. Al hablar de temas como la pornografía, las apuestas o las presiones sociales, inicia con preguntas que exploren los valores del respeto, el autocontrol y la empatía.

Principio 2: Educar con criterio, no con obediencia

Existe una diferencia fundamental entre enseñar a obedecer ciegamente y formar un criterio propio.

Enfoque de obediencia	Enfoque de criterio
Se centra en la prohibición: "No lo hagas".	Se centra en la reflexión: "¿Por qué lo haces? ¿Para qué? ¿Qué buscas con ello?"
Genera seguimiento de reglas por miedo.	Fomenta la toma de decisiones conscientes.

El gran beneficio de educar con criterio es que equipamos al adolescente con una brújula interna.

Principio 3: Normas claras y coherentes

- **Horarios:** Definir cuándo y por cuánto tiempo se puede usar la tecnología.
- **Contenidos:** Acordar qué tipo de aplicaciones o sitios son apropiados.
- **Consecuencias:** Establecer qué ocurre si no se cumplen las normas.

Principio 4: Más vínculo que control

La herramienta de protección más poderosa no es un software de control parental, sino una relación fuerte y de confianza.

Principio 5: El ejemplo adulto

Los adolescentes aprenden más de lo que ven que de lo que oyen.

¿Cómo podemos pedirles que suelten el móvil si nosotros no lo hacemos?

9. El semáforo de la comunicación

- **Estilo violento:** Gritos y juicios. Resultado: el adolescente se defiende o miente.
- **Estilo permisivo:** Ruegos y culpa. Resultado: el adolescente se siente al mando e inseguro.
- **Estilo asertivo (el guía):** Firmeza serena. "Te quiero demasiado para dejar que esto te dañe".

10. El mapa de navegación: límites vs. normas

Los límites (lo innegociable – la "pared")

Son las líneas rojas que protegen la integridad del menor. Son pocos, claros, firmes y coherentes.

Las normas (lo negociable – la "puerta")

Son acuerdos de convivencia que pueden flexibilizarse según la edad y la confianza ganada.

Los tres pilares de los límites

- Seguridad
- Salud
- Dignidad y respeto

11. De la negación a la colaboración: herramientas prácticas

A. El poder de las afirmaciones positivas

En lugar de decir	Prueba a decir
¡No dejes el móvil en la mesa!	Pon el móvil en la cesta de la entrada, por favor.
¡No grites!	Háblame más bajo para que pueda escucharte mejor.
¡No estés con la pantalla hasta tarde!	Recuerda apagar el dispositivo a las 10 para que tu cerebro descanse.

B. Gestión de crisis: el puente cognitivo

- **Anticipación:** Avisar con tiempo.
- **Transición:** Permitir unos minutos de aterrizaje.
- **Validación:** Reconocer la emoción del adolescente.

C. El "menú de dopamina buena"

- Dopamina de habilidad.
- Dopamina social real.
- Dopamina de superación.

D. La predisposición y la "hucha emocional"

Para que un adolescente nos haga caso, su "hucha emocional" con nosotros debe estar llena.

- Interés genuino.
- Ratio 5 a 1 de comentarios positivos frente a correcciones.

E. Cómo crear un ambiente libre de pantallas

- Parking de dispositivos.
- Zonas sagradas sin pantallas (mesa y dormitorio).
- Alternativas visibles: libros, juegos de mesa o conversación.

F. Contrato familiar de convivencia digital

- Zonas rojas: comidas, dormitorios y baño.
- Horarios y tiempos de uso.
- Compromisos de seguridad.
- Consecuencias lógicas.

G. Consecuencias lógicas (R.E.L.A.)

Para que un límite se respete, la consecuencia debe ser:

- Relacionada con la falta.
- Expresada con respeto.
- Lógica y proporcional.
- Acordada de antemano.

Conclusión: la conversación es la clave

En definitiva, la clave de una crianza digital exitosa no reside en el dispositivo, ni en prohibirlo o permitirlo. La verdadera clave está en las conversaciones continuas que se tienen antes, durante y después de su uso.

No consiste en buscar la perfección, sino la conexión. Los adolescentes no necesitan padres que sepan todo de tecnología; necesitan padres que estén presentes, que los vean y que sepan decir "no" con amor y "sí" con entusiasmo.

UN SUEÑO COMPARTIDO

Rosana Balastegui Galván
Profesora de Dibujo

La instalación artística “**Un sueño compartido**” es una experiencia activa que invita al espectador a interactuar en un espacio cargado de simbología sobre la **PAZ**. En el siguiente [enlace](#) se incluye un vídeo mostrando el desarrollo del proyecto.



Fomentar la paz ayuda a interiorizar valores como el respeto, la solidaridad y la tolerancia, contribuyendo a formar ciudadanos conscientes, responsables

y comprometidos con la sociedad.

Los objetos que forman parte del espacio invitan a reflexionar, a recorrer la mirada, a pararse e incluso a transformar la obra.

La escena recrea una ensoñación sobre un campo verde con 16 amapolas (símbolo de compasión, esperanza, renovación, imaginación y creatividad) bajo un cielo azul.





El vuelo de unas grullas cruza la huella del grafito, invitando al espectador a pararse y reflexionar sobre valores como el respeto, la unión, la solidaridad y la tolerancia.

La composición se rompe con un largo pergamino que cae verticalmente y reposa sobre un escritorio de líneas gráficas, invitando a participar en la creación artística con la aportación de una reflexión personal y, a su vez, un sueño compartido a alcanzar.

Gracias al alumnado de **2º de Bachillerato de Artes** por su emoción, entrega y compromiso para llevar a cabo esta iniciativa, consiguiendo transmitir ese deseo de **PAZ**.



CARTAS ANÓNIMAS A TU YO FUTURO

Sonia Rodríguez Ramírez
Orientada

CARTAS ANÓNIMAS A TU YO FUTURO

Escribir cartas a tu yo futuro es un ejercicio de reflexión que permite conectar con tus emociones, visualizar metas y crear un camino de crecimiento personal. Plantea que las cosas que hoy parecen inalcanzables pueden ser reales dentro de unos años. Asimismo, es un ejercicio de valoración personal para vivir el momento presente, implicando afrontar con una actitud de apertura todo lo bueno y malo que nos ocurre; permitiéndonos disfrutar de cada situación, ser conscientes y coherentes con nosotros mismos y nosotras mismas, y con nuestro alrededor.

En realidad, es un ejercicio de optimismo que consiste en una actitud mental de enfocarse en el lado positivo de las cosas, considerar los desafíos como temporales y tener la esperanza de que se pueden alcanzar objetivos. Es una forma de ver la vida con una perspectiva esperanzada, incluso ante las adversidades. El objetivo consiste en entrenar la mente para pensar de forma más positiva, lo que puede llevar a una mayor felicidad, resiliencia y éxito.

Al final, se convierte en una forma de recordarte tu potencial y el progreso que has logrado cuando la lees en el futuro.

Nuestros alumnos y alumnas que publican de forma anónima estas cartas tendrán este tesoro dentro de unos años, con la oportunidad de conectar con su yo pasado. Espero que hayan disfrutado esta actividad de clase y animo a cualquier miembro de la comunidad educativa, tenga la edad que tenga, a que realice este ejercicio de inteligencia emocional tan sanador.

EJEMPLOS DE CARTAS:

CARTA ANÓNIMO A

13/11/2025

Hola mi yo del futuro, soy anónimo. En este momento tengo 14 años y estoy haciendo esta carta para mi yo de 30 años.

Estoy practicando fútbol, y los videojuegos son dos cosas que me apasionan, aunque mi mayor dedicación tiene que ser estudiar.

Otra de mis aficiones es salir a pedalear en bicicleta, me gusta mucho.

La materia que más me gusta es matemáticas y educación física.

Mi sueño es tener una YZ125 negra o blanca y rosa y ser ingeniero aeronáutico.

Mi meta es este año marcar algún gol y jugar lo mejor posible al fútbol.

¿Crees que eso se ha cumplido de alguna manera?

Bueno, espero tener salud y educación.

Te recomiendo no dejarte influenciar por la opinión de los demás, vestir como quieras y siempre ser real.

Espero que me haya ido muy bien en la vida.

CARTA ANÓNIMA B

13/11/2025

Hola, yo del futuro. Te vengo a contar un poco de mí. Me llamo anónima, tengo 15 años, por si no te acuerdas. Me gusta mucho el baile. Tienes una gran familia: tus padres, tus primos, tu hermano, tu perro, tus tíos y tus abuelos. Ahora mismo, con 15 años estás en el instituto. Mis compañeros están en otra clase, menos dos que están conmigo, A y A.

Te describo cómo es A con 15 años: es una niña muy buena, está para mí en lo que sea, tiene el pelo rizado, etc.

Lo que a mí me hace única es mi pelo, mis ojos, mi risa, todo. Lo que yo quiero conseguir en mi vida es todo lo que sueño: viajar por el mundo, tener dinero, tener buena salud, buena familia y superar todos los miedos que tengo, por ejemplo la oscuridad o algunos animales como las arañas.

Para la anónima de 30 años quiero decirle que espero que haya cumplido todo lo que se ha propuesto: no tenerle miedo a nada, poder viajar, tener dinero, tener el título de la ESO, conseguir un buen trabajo, tener buena familia, tener carnet y un buen coche, ser sociable con las personas, ser más amable y tener buenas amistades.

El consejo que te quiero dar, anónima de 30 años, es que no te apagues pase lo que pase, porque tú sin brillar no eres tú. No seas tímida. Tus ideas son geniales, porque algunas de las cosas de la vida suceden fuera de tu zona de confort. No temas expresar tu opinión ni arriesgarte, aunque tengas miedo. Los mayores arrepentimientos en la vida suelen ser las oportunidades que no aprovechamos.

CARTA ANÓNIMO C

Jueves 6 de noviembre de 2025

Hola querido yo del futuro, tengo 13 años. Me gusta el campo. Desde el instituto estoy escribiendo esta carta para acordarme de mi yo del pasado. Tengo muchos amigos y paso mucho tiempo con ellos; me echo muchas risas y todo eso.

He logrado ir mejor en las clases y me llevo muy bien con los profesores. Estar en diversificación me ha cambiado la vida. Me ha hecho tener más amigos. En mi clase tengo amigos desde el colegio y me llevo muy bien con ellos.

Este año estoy sacando muy buenas notas: 9, 10, 8 y a veces 5 o 6, pero tengo todos los exámenes aprobados. Cuando ya tenga el título de la ESO esperaré hasta los 18 años para sacarme el carnet de conducir y de la máquina.

Lo que me hace único es tener a mi familia. ¿Has formado una familia maravillosa con una buena vida, como la que tengo en la actualidad?

Espero que mi yo de 20 años esté en este momento sentado en una máquina y haya obtenido el título de ESO. Que tenga un buen trabajo y que no sea muy presumido, como me dice mi abuelo.

Le aconsejo que no sea tímido, porque mi yo del presente lo es a veces, y sobre todo que valore a su familia, que sin duda será lo que más feliz le haga.

CARTA ANÓNIMO D

Hola a mi yo del futuro. Hoy, día 06/11/2025, con 15 años escribo esta carta a mi yo del futuro. Soy una persona que desde los 4 años ha sido muy aficionada al deporte, pero sobre todo al fútbol.

También me gusta bajar a la calle con mis amigos, ir de fiesta o, en ocasiones, dar una vuelta.

Aparte de eso, he sido una persona muy fuerte emocionalmente, ya que la vida muchas veces no es como parece.

Le quiero dar un consejo a mi yo del futuro: después de la tormenta viene la calma, o después del susto viene el gusto.

Espero cumplir todas las metas que tengo pensadas. Una de ellas es ayudar a mi hermana para que tenga una vida mejor. También quiero que mi yo del futuro tenga una buena casa y un buen medio de transporte.

Me despido y retornaré a leerla dentro de siete años, cuando tenga veintitrés años. Tengo mucha curiosidad por ver un antes y un después.

CARTA ANÓNIMO E

Hola a mi yo del futuro. Hoy, 13/11/25, con 14 años vivo en Sevilla y estoy estudiando 3º ESO.

Mis aficiones son salir con mis amigos, viajar, jugar a la play e ir con la bicicleta.

Mis relaciones con mis amigos son muy buenas. Con respecto al amor, no tengo ninguna relación.

Mis valores son la educación, el respeto y la empatía, entre otros.

¿Cómo soy como persona? ¿Soy una persona educada, amable, cariñosa y me gusta ayudar a los demás?

Lo que espero de mi futuro es ser médico, tener un buen sueldo, una buena casa, formar una familia, encontrar al amor de mi vida y ser feliz.

Lo que me preocupa del futuro es no tener un buen trabajo, no tener pareja, no ser feliz o no poder tener hijos. Por lo que te aconsejo, mi yo del futuro, que te esfuerces mucho en tus estudios y que seas muy responsable en tu trabajo.

Recursos digitales para educación I

Jesús M. Muñoz Calle
Coordinador TDE

En este artículo vamos a presentar algunas herramientas digitales de interés para usar en el aula o en nuestros proyectos educativos. Realizaremos una pequeña descripción e insertaremos un vídeo con la explicación de su funcionamiento.

Avatar Maker

Avatar Maker es una herramienta digital que permite crear avatares personalizados, es decir, representaciones gráficas de una persona para utilizarlas en entornos digitales como redes sociales, foros, videojuegos o plataformas virtuales. Estas aplicaciones suelen ofrecer diferentes estilos de diseño, como caricaturas, ilustraciones tipo anime o personajes en 3D, y permiten modificar numerosos elementos del avatar, como el peinado, los rasgos faciales, la ropa o los accesorios.

Muchas herramientas de **Avatar Maker** también incorporan funciones basadas en inteligencia artificial que permiten generar un avatar automáticamente a partir de una fotografía. De esta manera, el usuario puede obtener una versión digital de sí mismo de forma rápida y sencilla, sin necesidad de tener conocimientos de diseño gráfico.

Gracias a su facilidad de uso y a las múltiples opciones de personalización, Avatar Maker se ha convertido en un recurso muy utilizado para crear imágenes de perfil, personajes para comunidades online o representaciones visuales en proyectos educativos, creativos o de comunicación digital.



Blockposter

Blockposter es una herramienta en línea que permite crear pósteres de gran tamaño a partir de una imagen o documento. La aplicación divide la imagen en varias páginas que pueden imprimirse en papel estándar y luego unirse para formar un póster más grande.

El funcionamiento de Blockposter es muy sencillo: el usuario sube una imagen, selecciona el tamaño final del póster y el número de páginas en que desea dividirlo. La herramienta genera automáticamente un archivo listo para imprimir, generalmente en formato PDF, con cada parte numerada para facilitar su montaje.



Mentimeter

Mentimeter es una herramienta digital que permite crear presentaciones interactivas en las que los participantes pueden responder preguntas, votar o aportar opiniones en tiempo real desde sus dispositivos móviles o desde un ordenador. Su objetivo principal es fomentar la participación del público durante las sesiones.

La plataforma ofrece diferentes tipos de actividades, como encuestas, nubes de palabras, cuestionarios, escalas de valoración o preguntas abiertas. Las respuestas de los participantes se muestran al instante en la pantalla del presentador, lo que facilita la interacción y permite conocer la opinión del grupo de forma visual y dinámica.

Esta herramienta permite lanzar diferentes formatos de participación para el alumnado, lo cual permitirá que jueguen e interactúen con la herramienta y a la vez aprenderán viendo y haciendo.

Gracias a su facilidad de uso y a su enfoque participativo, **Mentimeter** se utiliza con frecuencia en entornos educativos, formaciones y presentaciones profesionales, ya que ayuda a mantener la atención del público y a recoger información o ideas de manera rápida y organizada.



KINEMASTER CHROMA KEY

KineMaster Chroma Key es una función incluida en la aplicación de edición de vídeo KineMaster que permite cambiar el fondo de una grabación utilizando la técnica conocida como “pantalla verde” o chroma key. Esta técnica consiste en grabar a una persona o un objeto delante de un fondo de color uniforme, normalmente verde o azul, para poder sustituirlo posteriormente por otra imagen o vídeo.

Mediante esta herramienta, el usuario puede eliminar el color del fondo y reemplazarlo por distintos escenarios, imágenes o clips de vídeo.

Además, KineMaster ofrece controles para ajustar la intensidad del efecto, mejorar los bordes del sujeto y conseguir una integración más realista entre la persona grabada y el nuevo fondo.

La función **Chroma Key** se utiliza con frecuencia en la creación de contenidos educativos, vídeos para redes sociales, presentaciones o producciones audiovisuales sencillas, ya que permite generar efectos visuales llamativos de forma relativamente fácil desde un dispositivo móvil.



La combinación de herramientas de edición avanzadas y una interfaz relativamente sencilla hace que KineMaster sea una aplicación muy utilizada por creadores de contenido, estudiantes y docentes que desean producir vídeos con efectos visuales sin necesidad de utilizar software profesional en ordenador.

POEMA OBJETO

Carmen Bernáldez Lancha
Profesora de Dibujo

¿QUÉ ES POEMA OBJETO?

Un Poema Objeto es una forma de creación artística de vanguardia que combina poesía y artes plásticas. Un poema-objeto es, literalmente, un objeto nuevo. Un objeto que, antes de que lo haga el poeta, el creador o el experimentador, no existe. Es una imagen que nos sugiere una idea, una opinión, una reflexión, unos sentimientos, una crítica, etc.

El Poema Objeto es una composición visual con significado propio que suele impactar al espectador.

¿CÓMO SE CREA?

Uniendo dos conceptos, dos imágenes, dos cosas en principio muy diferentes, pero con las que comparte alguna cualidad y busca el significado que se crea al unirlos, como una metáfora.

Algunos ejemplos:

Un helado-planeta: al ponerlo sobre un cucurucho, el planeta adquiere las características del helado y se derrite.

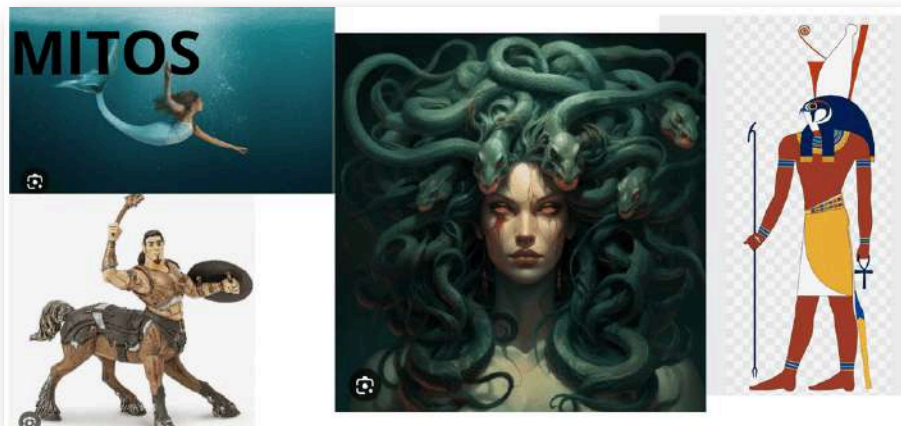
En seguida nos sugiere un tema: el calentamiento global a través de una imagen impactante y crítica.



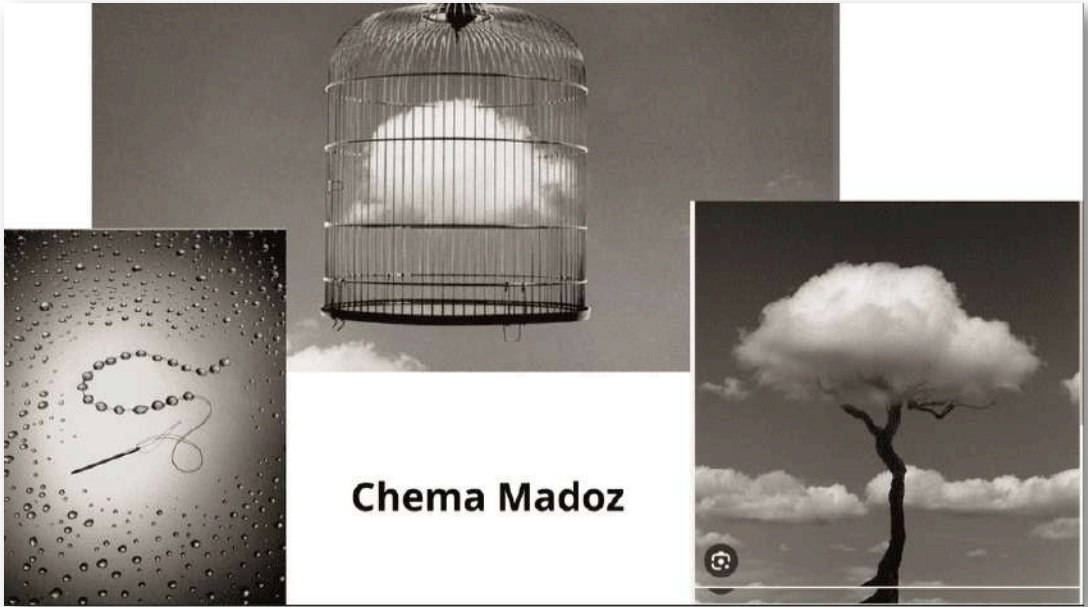
Man Ray utilizó esta herramienta creativa para realizar su obra *Le Violon d'Ingres* (1924).



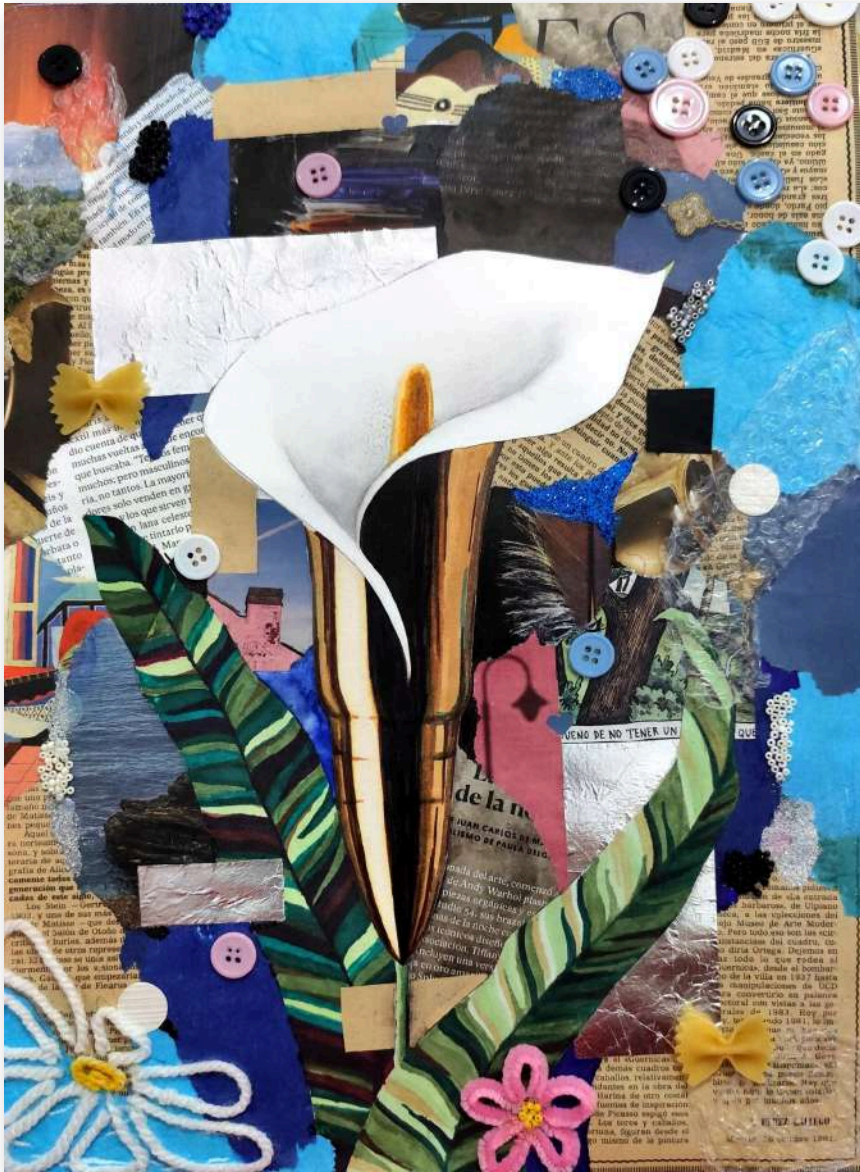
Pero no solo en el arte; en todos los ámbitos de la cultura y en todas las épocas se ha usado este recurso creativo de unir dos seres u objetos diferentes.



Otros artistas contemporáneos que usan esta técnica son:



Os presento algunos trabajos de alumnos que han realizado Poemas Objeto con la técnica de collage y su reflexión acerca del objeto creado.





La creatividad es la producción de algo nuevo y la expresividad la proyecta libremente. Los proyectos creativos desarrollan la autonomía, la resolución de problemas, la autoestima, el carácter crítico y analítico, el respeto hacia otras ideas y, en general, el desarrollo personal.

Albert Einstein: “La creatividad es la inteligencia divirtiéndose”.

El contrato de aula en 1.º CFGB: una estrategia para mejorar la convivencia y la motivación

Lidia Benavides Linares
Tutora de 1.º CFGB

En el grupo de 1.º del Ciclo Formativo de Grado Básico (CFGB) hemos puesto en marcha este curso una iniciativa educativa denominada “Contrato de Aula”, cuyo objetivo principal es mejorar la convivencia, fomentar la responsabilidad del alumnado y aumentar su motivación hacia el aprendizaje.



El contrato de aula consiste en un acuerdo compartido entre profesorado y alumnado, donde se establecen normas, compromisos y dinámicas que ayudan a crear un ambiente de trabajo positivo dentro del aula.

En lugar de centrarnos únicamente en las sanciones, el proyecto apuesta por reforzar las conductas positivas y la participación activa del alumnado.

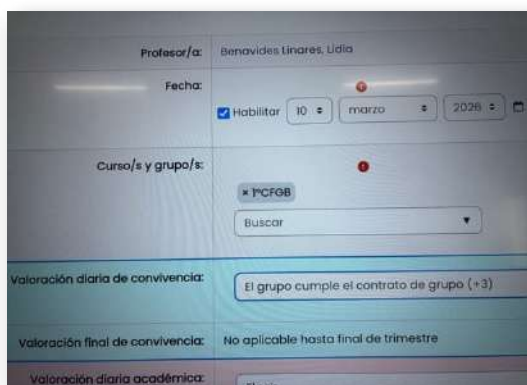
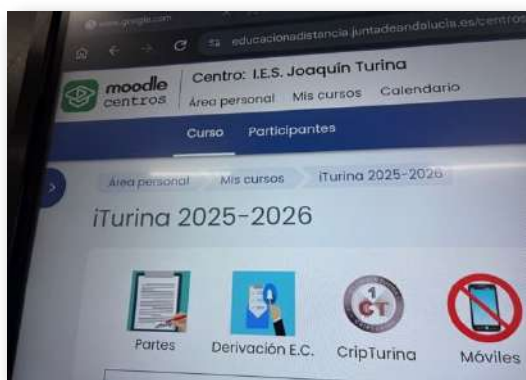
Un sistema basado en la responsabilidad y la colaboración

El alumnado participa activamente en el cumplimiento del contrato mediante pequeñas rutinas que se repiten cada día de clase. Una de las medidas adoptadas es finalizar cada módulo diez minutos antes, lo que permite dedicar ese tiempo a revisar el aula, ordenarla y comprobar que todo queda en buenas condiciones. De esta forma, se fomenta el cuidado del material, la organización y el respeto por el espacio común.



Además, dentro de este tiempo, el profesor, a través de la pizarra digital, aplica el sistema de puntos motivador establecido en el IES a través del denominado “Cripturinas”, que funciona como un registro visible para el grupo. En él, el profesorado puede otorgar puntos al alumnado en función de diferentes aspectos relacionados con la vida en el aula, como:

- Convivencia diaria
- Trabajo académico
- Limpieza y cuidado del aula
- Actitud positiva y colaboración con los compañeros
- Cumplimiento del contrato de aula
- Entre otros



Este sistema permite reconocer, a través de los puntos —que más tarde se convertirán en monedas ficticias y premios—, los esfuerzos del alumnado de forma inmediata, lo que contribuye a reforzar conductas positivas y a crear un clima de aula más constructivo.

El valor del juego en el aprendizaje

Otro de los elementos que forman parte del contrato de aula es la incorporación de momentos de juegos de mesa educativos.

Estos espacios lúdicos se utilizan como herramienta para trabajar habilidades sociales, la cooperación, la toma de decisiones y el respeto por las normas.

Los juegos de mesa permiten además generar momentos de convivencia positiva, donde el alumnado aprende a ganar y perder, a esperar turnos y a interactuar de forma respetuosa con sus compañeros.



La Regla del Juego, Jean Renoir (1939), crónica fascinante del fin de una época.

Isabel Díaz Serrano
Profesora de Geografía e Historia



El estilo de Renoir es transparente, hasta tal punto llega esta transparencia que se resuelve en opacidad.

Se podría decir que la claridad se vela de tal manera que apenas cabe ver de qué nos está hablando el director. La máxima luz, de forma inesperada, se convierte en oscuridad. Así como en la Carta Robada de Poe, esa carta que todos buscan y que solo el detective Dupin ve porque está a la vista, y es precisamente esa exposición a la luz la que la esconde.

La Regla del Juego, fastuosa celebración del caos y canto de cisne de la III República francesa, o como bajo el autocomplaciente espíritu de la época surge la señal del fin de un largo periodo.



No en vano, la peripecia que narra el film sucede en el año que antecede al comienzo de la II Guerra Mundial.

Renoir curiosamente parece que nos acerca al mundo despreocupado y frívolo de la alta sociedad francesa, empeñada en mirarse al ombligo y en ignorar los signos evidentes que anuncian la disolución de un tiempo condenado a desaparecer y permaneciendo completamente opaca a las señales alarmantes que van a precipitar a la III República francesa a su colapso final.

Muy al contrario, los personajes de la película se diría que se obcecaban en una suerte de huida frenética hacia delante y en la disolución moral absoluta, en el seno de una fiesta enloquecida, en medio de la cual se manifiesta ese gran guiñol francés, ese vodevil caótico que se revela fascinante como una verdadera ceremonia del desorden, bajo la cual ya empiezan a surgir las primeras señales inequívocas de descomposición.

En efecto, el guardabosques Schumacher persigue a tiro limpio al mujeriego Marceau, aspirante al amor de su mujer, la casquivana Lisette; el aviador Jurie busca insistentemente a su amada la marquesa; a su vez el marqués intenta impedir que su mujer huya con el aviador. Los signos de descomposición se agolpan y se extienden, son corrientes profundas que transitan por el fondo de un mundo condenado, y que ya están saliendo a relucir. Por supuesto, todas estas amenazas intentan reconducirse en el interior de ese mundo que no sabe que se halla al borde del colapso; puede que quizá lo intuya, pero desde luego no lo sabe. Jurie y el Marqués se reconcilian, Schumacher y Marceau de igual manera, pero tales componendas ya no van a dar resultado sino, muy al contrario, precipitan de manera absurda el drama en que se resolverá el final de la cinta.

No podía ser de otra forma, esa tragedia en que concluye lo que era una comedia bufa es el principio del fin de una clase social, de un estado de espíritu y de la III República.

Al modo de ceremonia fúnebre con que La Montaña Mágica de Mann viene a dar en la I Guerra Mundial, al estilo en que los pervertidos personajes de Diario de una Camarera de Buñuel están avocados a la II Guerra Mundial, los despreocupados y frívolos personajes de La Regla del Juego corren desenfrenados en su huida hacia adelante al catastrófico desenlace que se avecina.



De cualquier manera, ni los unos ni los otros terminan de darse cuenta de lo que está pasando. El marqués pretende cerrar en falso una situación imposible de cancelar, y algunos, pocos, son conscientes de ello. Todo parece resuelto, pero el camino hacia el desastre continúa. Solo el observador, el outsider Octave parece haber notado algo, pero en realidad únicamente se hace eco de su propio fracaso y no del mundo en que a duras penas sobrevive.

En La Regla del Juego no hay nadie que parezca enterarse de nada, habida cuenta de la situación terminal en que se vive; es como un tren corriendo pendiente abajo hacia el precipicio. Ya no hay reglas para esa sociedad decadente y crepuscular y, si aún quedase alguna, estaría a punto de ser barrida por los próximos invasores alemanes.

La Regla del Juego es la crónica de un mundo condenado a muerte, con el apocalipsis en ciernes, que Renoir muestra en toda su inconsciencia, en un frenesí de agitación absoluta que no le permite ver lo que está muy cerca de suceder. Renoir podría haber hecho sesudas disquisiciones, agudos comentarios, profundas observaciones; en su lugar nos deja que veamos la realidad, a ese mundo caótico y sin duda brillante, marchando hacia su destrucción en medio de una completa inconsciencia.



Se puede ser un director de cine intelectual o se puede ser un grandísimo cineasta que escoge a la vida para que nos lleve a las ideas, y no a las ideas alumbrando la vida; sin duda Renoir es del segundo grupo y La Regla del Juego es un testimonio magistral de uno de los cambios de época más grandes que se hayan dado. Tal y como el que vivimos en el presente.

¿CREES POSIBLE COMBINAR CIENCIA Y TECNOLOGÍA, HISTORIA Y ARTE CON UNA GRANADA BLANCA COMO LA NIEVE? ¿CUESTIÓN DE MAGIA?

Alicia Anaya y Elena García
Profesoras de Ciencias

3º ESO os demostrará que si algo se desea con mucha fuerza, al final se consigue.

A veces los proyectos más especiales nacen simplemente de una idea compartida. Eso fue lo que ocurrió con el viaje de 3º ESO a Granada, una experiencia en la que conseguimos unir arte, historia, ciencia, tecnología y deporte en la nieve. Pero, sobre todo, fue una actividad que demostró que cuando un grupo trabaja unido, los objetivos se alcanzan.

Desde el principio teníamos claro que queríamos un viaje diferente. Granada nos ofrecía la oportunidad perfecta para combinar varios ámbitos del conocimiento y vivir experiencias muy distintas en pocos días.

Una de las paradas imprescindibles fue la visita a la Alhambra, donde pudimos recorrer uno de los conjuntos monumentales más importantes de nuestro patrimonio histórico y artístico.



Sus palacios, patios y jardines nos permitieron comprender mejor la historia de Al-Ándalus y admirar la increíble belleza del arte nazarí. Caminar por sus estancias fue como realizar un viaje en el tiempo.



El segundo gran escenario del viaje fue el Parque de las Ciencias, un espacio dedicado a la divulgación científica y tecnológica.



Allí pudimos experimentar, observar y aprender de forma interactiva. Cabe mencionar la visita al Biodomo, que nos dejó fascinados.





Las exposiciones y talleres nos mostraron que la ciencia no es algo lejano ni abstracto, sino una herramienta para comprender el mundo que nos rodea.



Y el espectáculo de aves rapaces nos dejó a todos sin palabras.



No pudo faltar la velada nocturna y el paseo por Granada, con sus plazas y su Catedral.



Después de un merecido descanso, nos quedó tiempo para la aventura. En Sierra Nevada vivimos la experiencia de la nieve, muchos de nosotros por primera vez. Entre risas, caídas y momentos inolvidables, descubrimos la emoción de las actividades en la montaña y disfrutamos de un paisaje espectacular.



Pero quizá lo más importante de este viaje no fueron solo los lugares visitados, sino cómo conseguimos hacerlo posible. El alumnado de 3º ESO fue el verdadero protagonista. Con ilusión y esfuerzo lograron sacar adelante la actividad y conseguir el apoyo del Consejo Escolar. Además, entre todos demostramos que la colaboración es fundamental: organizamos actividades para recaudar fondos y nos ayudamos mutuamente para que nadie se quedara sin participar. Compartir ropa de nieve, colaborar en las iniciativas y apoyarnos unos a otros hizo que este viaje fuera realmente de todos.




Por eso, más allá de lo aprendido sobre historia, ciencia o naturaleza, esta experiencia nos dejó una lección aún más importante: cuando existe ilusión, trabajo en equipo y solidaridad, los proyectos se hacen realidad.


Granada nos enseñó que sí es posible combinar arte, ciencia y nieve... y que, a veces, lo que parece magia en realidad es simplemente el resultado del esfuerzo de muchas personas trabajando juntas.





Pasatiempos Holy Week Crossword

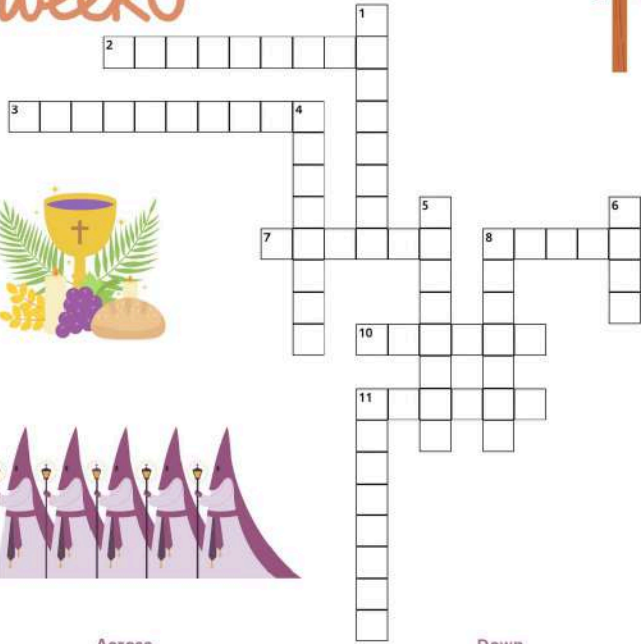
Lucía Zamora Rodríguez
Profesora de Inglés











Across

2. Person who carries a paso on their neck and shoulders.
3. Religious parade through the streets.
7. Neighborhood in Seville known for an important Holy Week brotherhood.
8. Famous flamenco-style religious song sung during processions from balconies.
10. Religious statue of the Virgin Mary carried in a procession.
11. Long candle carried by many participants in the procession.

Down

1. Religious group that organises a Holy Week procession.
4. Member of a brotherhood who walks in the procession wearing a robe.
5. One of the most famous brotherhoods in Seville, associated with a famous Virgin.
6. The decorated structure that carries statues during the procession.
8. The Andalusian city famous for this celebration.
11. Pointed hood worn by penitents in the procession.

Encuentra las diferencias

¡Encuentra las 7 Diferencias!



IES Joaquín Turina
- Sevilla -

Encuentra las siete diferencias entre estas dos imágenes.
¡Observa con atención!

Imagen A



Imagen B



¿PUEDES ENCONTRAR TODAS LAS DIFERENCIAS?

1

2

3

4

5

6

7

Problema "El club de los cinco caprichosos"

Roberto del Amo Corredera
Profesor de Matemáticas

EL CLUB DE LOS CINCO CAPRICHOSOS:

Alberto, Sonia, Carolina, Daniel y Elías son candidatos para un examen oral. El examinador los deja elegir el orden en que quieren pasar, lo que genera una disputa. De hecho, ni Alberto ni Elías quieren pasar los últimos y, Elías, no quiere tampoco pasar el primero; además, Sonia quiere pasar justo después de su amiga Carolina quien, a su vez, no quiere pasar en lugar impar; finalmente, Daniel insiste en que él quiere dejar pasar a las dos chicas antes que él.

Contesta de forma razonada en qué orden deben presentarse para que todos queden satisfechos.

Alberto, Sonia, Carolina, Daniel y Elías son candidatos para un examen oral. El examinador los deja elegir el orden en que quieren pasar, lo que genera una disputa. De hecho, ni Alberto ni Elías quieren pasar los últimos y, Elías, no quiere tampoco pasar el primero; además, Sonia quiere pasar justo después de su amiga Carolina quien, a su vez, no quiere pasar en lugar impar; finalmente, Daniel insiste en que él quiere dejar pasar a las dos chicas antes que él.

Contesta de forma razonada en qué orden deben presentarse para que todos queden satisfechos.

Cuadrados Mágicos

Esther Márquez Rodríguez
Profesora de Matemáticas

Creo que mi afición a los cuadrados viene de mi más corta infancia, como demuestran las cabezas cuadradas de las personas que dibujaba. Esto supuso la preocupación de mi tutora y mi madre, que no conseguían saber qué significaba esta forma de representar algo que parecía tan sencillo. Lo de la magia vino un poco después, con magos como el gran Juan Tamariz y cuando descubrí lo interesante que podían ser los números, sus propiedades y significado. ¡Pura magia!

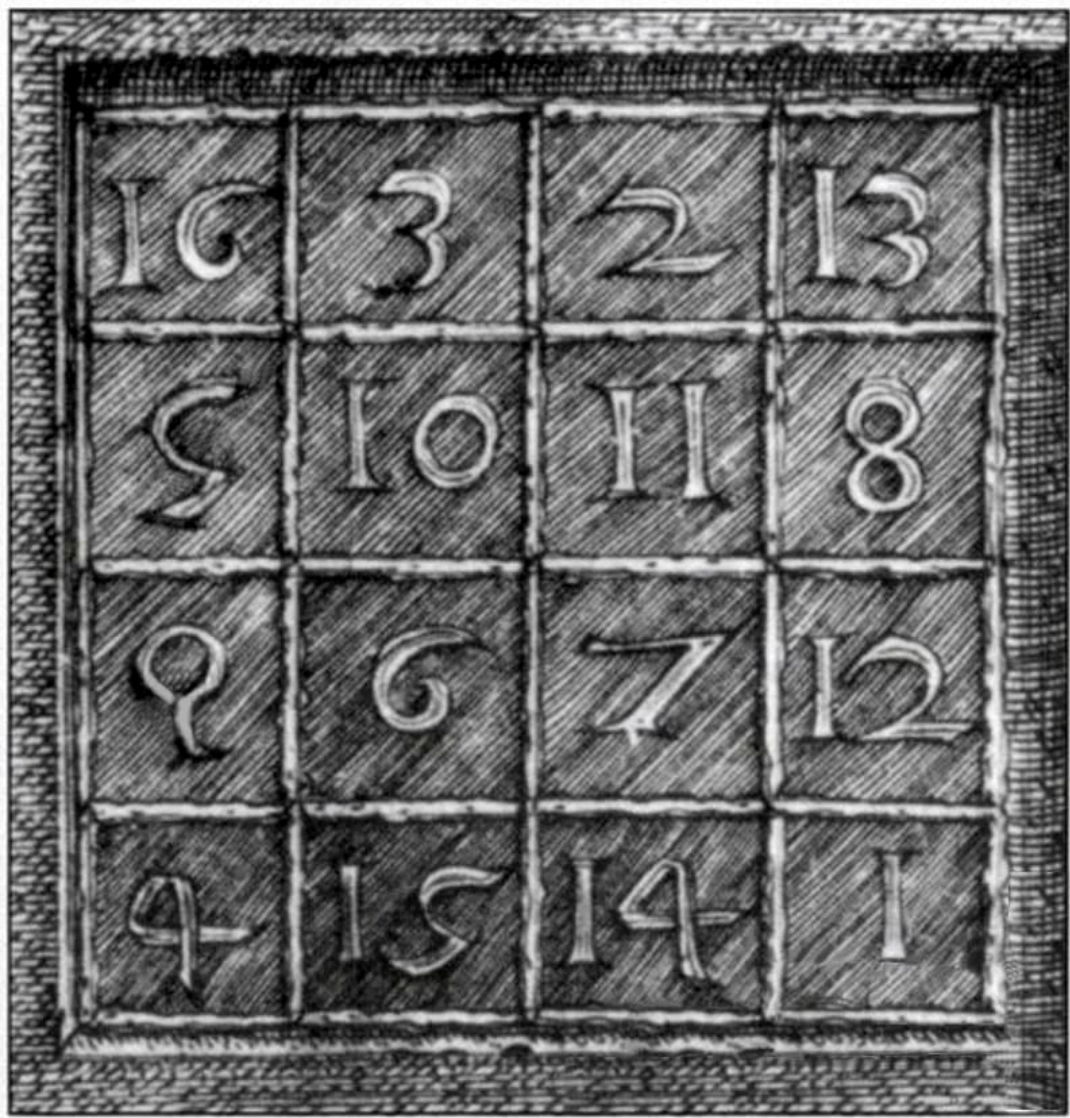
Los cuadrados mágicos han maravillado al mundo desde la antigüedad. La intención de este artículo no es enumerar los que se conocen, que son muchos, ni hacer un recorrido histórico por ellos. Esto lo puedes buscar en internet si tienes curiosidad después de leerme. Mi intención es introducirte en el tema, utilizar las Matemáticas para demostrar algunos y retarte a formar tu propio cuadrado mágico.

Vamos a definir lo que se entiende por cuadrado mágico, por si aún no lo conoces. Como su nombre indica, es una tabla o matriz cuadrada formada por números que cumple que la suma de los elementos de cada fila, columna y diagonal es siempre el mismo número, que se llama *constante mágica*.

Entre los cuadrados mágicos más famosos, y el primero que yo descubrí, se encuentra el de Alberto Durero. Es una obra de arte europea de constante mágica 34. Aparece en el grabado en cobre “Melancolía” de Alberto Durero, matemático y artista famoso del Renacimiento. Aquí te dejo una imagen de esa obra y antes de seguir te invito a buscar en él el cuadrado mágico.



Ahora que lo has encontrado, fíjate bien en él. Bajo estas líneas lo puedes ver con más detalles.



Dedica unos minutos a comprobar su constante mágica.

¿Ya te has dado cuenta? Es tan mágico que en la parte inferior del cuadro se puede leer la fecha de ejecución de la obra, 1514. La leyenda cuenta que está la fecha completa del fallecimiento de su esposa, 4 de enero (mes 1) de 1514.

Pero tiene más propiedades mágicas: existen hasta 86 combinaciones diferentes de cuatro números cuya suma es el número mágico 34; la suma de los cuadrados de los números de las dos primeras filas (o columnas) es igual a la suma de los cuadrados de los números de las dos últimas filas (o columnas); la suma de los cuadrados de los números de filas (o columnas) alternadas (primera y tercera, segunda y cuarta) es la misma; la suma de los cuadrados de los números situados sobre las diagonales es igual a la suma de los cuadrados de los números no situados sobre las diagonales, propiedad que también se cumple con los cubos. Es una maravilla de cuadrado mágico.

Elaborar un cuadrado mágico no es tarea fácil y hay varios métodos. Así que, para principiantes y aficionados a las Matemáticas, te ofrezco jugar un poco con una variante de cuadrados mágicos llamados **reversibles**. Te muestro a continuación uno de ellos.

6	9	7	11
3	6	4	8
4	7	5	9
7	10	8	12

Ahora sigue los pasos:

- 1 - Elige un número cualquiera del cuadrado.
- 2 - Elimina todos los números que estén en su misma fila y columna.
- 3 - De los números que quedan, elige otro número cualquiera.
- 4 - Vuelve a eliminar todos los que estén en su misma fila y columna.
- 5 - De los números restantes, elige otro.
- 6 - Elimina los de su misma fila y columna.
- 7 - Te habrá quedado sin eliminar un único número. Elígelo también.
- 8 - Si sumas los cuatro números que has elegido voluntariamente, el resultado es...

TA, TA, TA CHÁN... ¡29!

Te animo a que hagas de mago con juegos como estos con tus amigos y familiares.

Podéis repetir el proceso cuantas veces queráis. El resultado no depende de los números elegidos, lo cual resulta sorprendente y mágico, ¿no?

Este cuadrado mágico reversible es de Pedro Alegría, de constante mágica 29. No cumple la definición clásica en cuanto a la suma de los números de sus filas y sus columnas, pero sí es constante la suma de los números de las diagonales y resulta ser 29.

Te voy a explicar cómo se construye dicho cuadrado.

- 1 - Empieza descomponiendo el número 29 en 8 sumandos, repetidos o no.

$$29 = (2+5+3+7) + (4+1+2+5)$$

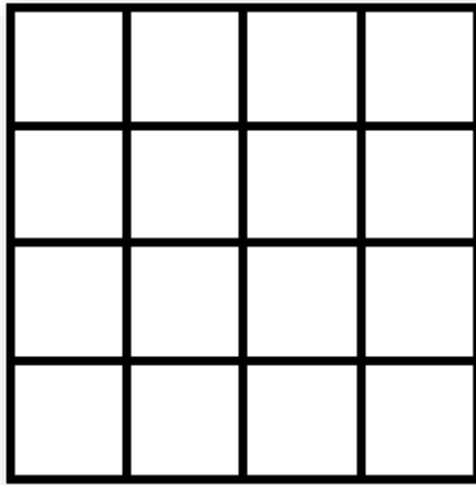
2 – Coloca cuatro sumandos en fila y otros cuatro en columna.

29	2	5	3	7
4				
1				
2				
5				

3 – Rellena cada celda sumando el correspondiente número de su fila y su columna hasta completar el cuadrado.

29	2	5	3	7
4	6			
1				
2		7		
5				12

¿Te atreverías a hacer tú un cuadrado mágico con cualquier otro número? Aquí te dejo un cuadrado en blanco para que te hagas el tuyo (te recomiendo que elijas un número mayor de 30 porque te resultará más fácil) y puedas jugar a hacer de mago haciendo un pronóstico antes de empezar. Dale emoción como hacía Juan Tamariz.



APLAUSOS Y SALUDOS DEL MAGO.

Apéndice:

Para los más incrédulos o curiosos, os dejo aquí la demostración matemática.

Demostración

Supongamos que queremos demostrarlo para un cuadrado (matriz) 4x4 como en este artículo. Llamemos S a la constante mágica que queremos obtener y que lo expresamos así:

$$S = (a+b+c+d) + (e+f+g+h)$$

Al elegir un elemento de cada fila y columna, tenemos cada sumando una sola vez. Como la suma es conmutativa,elijamos las casillas que elijamos, siempre sumarán:

$$a + b + c + d + e + f + g + h = S$$

Con lo que queda demostrado.

IMPACTO SÚBITO

