

LAS ÚLTIMAS NOTICIAS DESDE EL IES MAESTRO JUAN CALERO

## APRENDER INGLÉS A TRAVÉS DEL CINE: CONCURSO DE CORTOS DE HALLOWEEN

José Antonio Rodríguez Díaz | Jefe de departamento de inglés

A finales de Octubre celebramos con los alumnos la festividad anglosajona de Halloween. En esta ocasión los miembros del **Departamento de Inglés** acordamos llevar a cabo una actividad novedosa en nuestro centro para esta festividad. Así pues, decidimos organizar un concurso de **cortos cinematográficos en lengua inglesa** con un hilo argumental vinculado con la intriga e historias propias de Halloween.

Los alumnos de los **distintos niveles de la ESO, Bachillerato y Ciclos Formativos** se agruparon en equipos de cuatro o cinco componentes y fueron ellos los verdaderos protagonistas de cada una de las tareas que conlleva realizar un cortometraje tanto en la propia pantalla como detrás de bambalinas: elaboración de un guion para ejecutar la trama argumental, la escenografía, el montaje, vestuario, música ambiental, elección de localizaciones, etc.

**Todos los alumnos participantes** coinciden en que, con indiferencia de si han sido o no reconocidos con alguno de los premios convocados, **han disfrutado inmensamente** dando rienda suelta a su imaginación, ilusión y sentimiento de protagonismo como actores en un filme casero de corta duración desempeñando uno u otro papel. La repetición de distintas tomas en busca de la toma deseada no los ha desalentado de **conseguir el objetivo perseguido**; más bien, ha sido un revulsivo para tomar decisiones democráticamente, llegar a un consenso entre los componentes de cada grupo, disfrazarse, dar rienda suelta a risas y carcajadas improvisadas, esforzarse en encontrar la eficiencia en la pronunciación y entonación de sus producciones orales en una lengua extranjera como el inglés y, en definitiva, conocer mejor **los entresijos del mundo del celuloide por dentro y por fuera**, así como desarrollar las distintas **competencias claves**.



El **jurado** que ha visionado la totalidad de trabajos presentados estaba conformado por un conjunto de nueve docentes vinculados de una u otra manera con los distintos aspectos evaluables en estos cortometrajes de Halloween. Por tanto, además de **los cinco miembros** del Departamento de **Inglés** y la propia auxiliar de conversación, contamos con el apoyo de los **dos miembros** del Departamento de **Educación Plástica, Visual y Audiovisual**, así como con **Valeria Zapata**, profesora del **Departamento de Lengua Castellana**, con amplia trayectoria en la elaboración de varios cortos (junto a nuestra compañera Jara Rodilla) que han sido galardonados en distintos certámenes de cine nacionales e internacionales. La decisión no ha sido fácil, pero al final los tres premios de **50 €, 40 € y 30 €** respectivamente a emplear en material escolar en las distintas **librerías de Monesterio**, han recaído en los siguientes cortometrajes:

-**Primer premio** para la obra **"Inherited Shadow"**, de las alumnas Laura Calderón, Paula Megías, Inés Vasco y Alicia Zoilo, todas ellas pertenecientes al grupo de B2HCS.

-**Segundo premio** para el corto **"The Hostel"**, de los alumnos Manuel Calderón, Fernando Zoilo (ambos de B2CT), Francisco Javier Garrote y Marcos Llimona (ambos de B2HCS).

-**Tercer premio** para el trabajo **"Halloween Challenge"**, de las alumnas de B1CT Blanca Real, Isabel Mestre, Milagros Llimona y Ester Moré.



Desde el **Departamento de Inglés** estamos muy satisfechos y orgullosos por el trabajo desarrollado por los pupilos y la gran calidad existente en la mayoría de ellos. De hecho, gran parte del esfuerzo se aprecia incluso en las tomas falsas que muchos de los cortometrajes incluyen al final. Todo lo que se ve en el resultado final no es sino la punta del iceberg de todo ese esfuerzo y tiempo que se ha empleado en su elaboración y que no siempre aparece en la pantalla.

Cabe señalar que esta actividad ha recibido una **gran acogida** y respaldo entre el alumnado y, sin duda, tendrá su continuidad en años posteriores, si bien se plantea la posibilidad de organizarla por distintas categorías atendiendo a los niveles educativos que los alumnos estén estudiando.

## FINAL DEL PRIMER TRIMESTRE MUY MUSICAL

Manuel V. Pascual Gómez | Profesor de música  
Alumnado de Atención educativa 2ºESO

Durante los meses de noviembre y diciembre, la asignatura de Música se convirtió en una de las protagonistas del centro educativo. El alumnado dedicó gran parte de este tiempo a preparar el **recital de villancicos** que tuvo lugar el 19 de diciembre a las 11:30 horas, convirtiendo el mes de diciembre en un periodo especialmente musical.

Desde el **Departamento de Música** se propuso la realización de un recital de villancicos internacionales, para el cual se elaboró un cuadernillo de villancicos correspondiente al curso 2025-2026. Durante estos dos meses, el alumnado dejó de utilizar el libro de texto habitual para centrarse en el aprendizaje e **interpretación de los villancicos** incluidos en dicho cuadernillo.

El material constaba de una portada decorada por el propio alumnado y varias canciones navideñas en distintos idiomas, como **The First Noel** en inglés, villancicos en francés y castellano, y **Ei vi u minino Jesús** en **cachipurrau**, la variedad lingüística propia de **Valverde del Fresno**, localidad de la Sierra de Gata (norte de Cáceres), de donde es originario el profesor de Música.

Cada villancico iba acompañado de una actividad artística: en cada página se debía dibujar la bandera del país de origen de la canción, lo que permitió al alumnado recordar algunas banderas y aprender otras nuevas. En la penúltima página, los estudiantes tuvieron que escribir un villancico a su elección, ya fuera mediante notas musicales o en pentagrama. En la contraportada se incluyó una ficha de trabajo navideña en la que familiares, amigos o vecinos debían firmar tras escuchar la interpretación de varios villancicos. El objetivo de esta actividad era **fomentar la participación del alumnado** y llevar la música a la comunidad educativa y al entorno cercano.

Además, el Departamento de Música ofreció la posibilidad de subir un punto en la segunda evaluación a quienes asistieran de forma voluntaria a los ensayos realizados durante los recreos, entre el 8 y el 19 de diciembre, los lunes y miércoles. En estos ensayos se trabajó con instrumentos como xilófonos, flautas dulces y otros materiales musicales proporcionados por el centro. Para obtener el punto adicional era imprescindible participar en el concierto final. En total, **30 alumnos** se beneficiaron de esta iniciativa cultural.

Mientras tanto, el profesorado también realizó ensayos previos en el aula de música durante los recreos de noviembre y diciembre, utilizando un cuadernillo específico con los villancicos que se interpretarían posteriormente.

Durante la semana del 15 al 19 de diciembre, alumnado y profesorado ensayaron conjuntamente en los recreos. Para ello, los alumnos de 1.º y 2.º de ESO, junto con los docentes voluntarios que acompañaron con sus voces, reorganizaron el aula de música: trasladaron bancos del polideportivo, colocaron metalófonos y xilófonos sobre ellos, situaron las guitarras a los lados, organizaron los atriles para las partituras, desplazaron las sillas al fondo del aula y dejaron un espacio libre para el coro de profesores.

El día del recital, los alumnos de 2.º C se encargaron de trasladar todos los bancos e instrumentos al polideportivo, incluido el piano, que fue bajado entre diez alumnos.

Durante la audición sonaron xilófonos, metalófonos, flautas dulces, piano, tres guitarras, dos triángulos, un cajón flamenco, además de las voces del coro de profesores y del alumnado.

Sin duda, este recital supuso un cierre musical y artístico del primer trimestre, demostrando el esfuerzo, la colaboración y la ilusión de toda la comunidad educativa.



## REFLEXIONAMOS: LA CRISIS MIGRATORIA EN EUROPA. ¿CÓMO RESOLVERÍAMOS EL PROBLEMA DE LA INMIGRACIÓN ILEGAL ?

Andrés Naranjo Zamudio | Profesor de Geografía e Historia  
2ºESO C Educación en Valores Cívicos y Éticos

Desde la asignatura de **Educación en Valores Cívicos y Éticos**, nuestro alumnado aprende a reflexionar y desarrollar su pensamiento crítico, tratando temas actuales. Sobre todo, aprenden a desenmascarar ese mundo de bulos que nos rodean.

Los alumnos de **2º ESO C** de la asignatura de Educación en Valores Cívicos y Éticos han trabajado problemas actuales como las migraciones forzadas, los refugiados o la crisis migratoria en el Mediterráneo.

---

Dentro de las actividades que han realizado, han planteado en parejas unas reflexiones sobre la falta de apoyo de los políticos a esta situación y qué harían ellos si pudieran, adquirir el rol de gobernantes, y poder cambiar las circunstancias actuales.

Aquí os dejamos algunas de ellas:

#### **Iván Bencerrey y Gonzalo Pecellín**

Hoy venimos a hablaros de un tema muy serio y que da mucha pena como es la inmigración ilegal. Es muy triste que haya países muy pobres y que las personas tengan que irse de sus hogares y dejar toda su vida atrás.

En nuestra opinión las críticas a los políticos son justas ya que dicen que van a ayudar, pero la ayuda llega tarde, porque se hacen muchas reuniones, pero no toman una decisión rápida y no ponen el dinero suficiente para que estas personas tengan donde dormir y comida.

Pensamos que deberían tomar medidas diferentes como ayudar más rápido porque hay personas en peligro y las deberían dejar entrar antes.

Otra idea que también pensamos es que los países más ricos paguen más dinero para ayudar a los países más pobres y a su gente, y a los que intentan llegar a Europa.

#### **Ángela Barroso y Helena García**

Si nosotros fuéramos políticos de España, haríamos varias medidas para mejorar el problema de la inmigración.

En primer lugar, sería importante intentar solucionar los problemas en los países de origen, como la pobreza o la guerra. Cuando las personas llegan a los países europeos que tienen frontera con el Mediterráneo, se debería evitar que todos se queden allí y favorecer que también se repartan por Europa central y otras zonas.

Además, cuando estas personas lleguen a Europa, deberían hacerlo con la intención de estudiar y trabajar.

Por último, los gobiernos de los países de origen y de destino deberían ponerse de acuerdo para que las personas inmigrantes pudieran venir con un contrato de trabajo.



También, se podrían realizar charlas informativas en los países de origen para que supieran adónde van y en qué condiciones, ya que muchas veces llegan sin trabajo, sin dinero ni un lugar donde dormir.

Nos gustaría que este problema se resolviera porque estas personas buscan un futuro mejor mediante los estudios y el trabajo, para ayudar a sus familias y a su país.

#### **Manuel Mateos y Mari Ángeles Rubiales**

Si nosotros fuéramos políticos de la actualidad, las medidas que tomaríamos para solucionar el problema de la inmigración serían las siguientes:

Lo primero sería que los inmigrantes que vengan no solo se queden en los países más cercanos, como España, Italia o Grecia, sino que se repartan en el resto de países para que así se pueda gestionar mucho mejor.

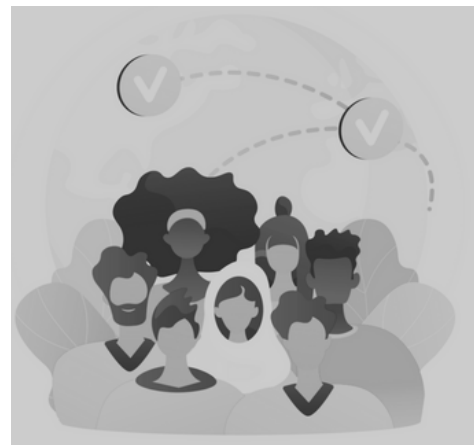
Después, la siguiente medida que tomaríamos sería que las personas que vengan a buscar una oportunidad se queden y se les reconozca con el tiempo, la nacionalidad del país al que han llegado.

Esto sería difícil porque habría que esperar un tiempo y costaría mucho ver quien aporta y quien no, y también hay que pensar que cuando llegan a Europa sufren de discriminación y racismo, lo que les complica mucho más la búsqueda de oportunidades o de un hogar, pero es una buena opción porque así habría más trabajo y la economía mejoraría.

La última y más importante sería que se intente solucionar la situación en los países de origen; es decir, que ese país se convierta en un lugar más habitable y que puedan sobrevivir sin ayudas, y que puedan quedarse allí sin que lo más importante sea sobrevivir un día más ya que la mayoría de esos países están en guerras civiles o en muy malas condiciones. Como consecuencia, los hace países inhabitables y sin futuro.

Esto haría que ya no tengan necesidad de migrar y que puedan seguir con sus vidas sin dejarlo todo atrás. Para nosotros, sería una de las mejores soluciones para el problema de la inmigración.

En conclusión, la inmigración es uno de los problemas más importantes en la actualidad y es muy difícil encontrar una forma de mejorarlo.



---

## EN PERSPECTIVA

---

Natalia Prat | Orientadora  
1ºESO| Atención Educativa

### “Uno para todos”: cine para reflexionar sobre el acoso escolar

El alumnado de 1.º de ESO ha analizado durante este mes la película *Uno para todos* como una actividad de reflexión sobre el acoso escolar y la convivencia en el aula.

Estrenada en 2020 y dirigida por David Ilundain, la película está protagonizada por David Verdaguer, quien interpreta a Aleix, un maestro sustituto que llega a un colegio rural de Zaragoza para hacerse cargo de una clase de 6.º de Primaria. Allí se enfrenta a una situación complicada: la vuelta a clase de Carlos, un alumno que ha superado una grave enfermedad y que es rechazado por sus compañeros debido a conflictos del pasado.

A través de un proyecto cooperativo —la creación de un videojuego— el profesor intenta unir al grupo, fomentar el trabajo en equipo y ayudar al alumnado a recuperar la confianza, la empatía y la autoestima.

*Uno para todos* aborda temas como el bullying, el miedo, el rencor y la importancia de las segundas oportunidades, destacando el papel fundamental del profesorado en la resolución de conflictos. La interpretación de David Verdaguer fue reconocida con varios premios y nominaciones en 2020.

Desde 1.º de ESO, esta película se considera una propuesta muy recomendable para reflexionar en familia y en el aula sobre el acoso escolar y la importancia del respeto. Actualmente puede verse en RTVE Play, así como en plataformas como Netflix y Amazon Prime.



---

## EL CLUB DE LECTURA DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA DEL IES MAESTRO JUAN CALERO, YA ES TODO UN ÉXITO

---

Azahara Bellido | Profesora de inglés

El club de lectura del IES Maestro Juan Calero se está consolidando como un espacio de encuentro y crecimiento para toda la comunidad educativa.

Nació, hace ya unos años, con vocación de abrir las puertas de la lectura más allá del aula y hoy reúne ya a 17 participantes, entre docentes, nuestra conserje y, también madres y padres del centro, enriqueciendo aún más la experiencia compartida. Cabe destacar que aun seguimos recibiendo nuevos miembros, ya que este club de lectura tiene la característica de estar abierto durante todo el curso.

Desde nuestra primera reunión, en la que acordamos leer *Tokyo Blues* escrito por el autor Japonés Haruki Murakami, el club ha ido creciendo tanto en número como en profundidad. En diciembre nos sumergimos en *Persuasion*, un clásico de la literatura británica y en la reunión de enero elegimos la lectura de *Te receto un gato*, escrito por la autora Japonesa, Syou Ishida.

Cada lectura se convierte en una excusa para dialogar sobre temas universales como el amor, la soledad, las relaciones humanas, el paso del tiempo o la importancia de cuidar las emociones.

Nos reunimos los miércoles a las 16:30, en un ambiente distendido y cercano, donde todas las voces cuentan. Estas reuniones no solo fomentan el hábito lector, sino que también nos ayudan a abrir la mente, desarrollar el pensamiento crítico y fortalecer los lazos entre los distintos miembros del centro.

El club de lectura se ha convertido, así, en un espacio motivador que demuestra que la literatura une, inspira y transforma.



## PROYECTOS EN NUESTRO CENTRO

Sheila del Valle Vaca Matamoros | Profesora Ciclo formativo Atención a personas en situación de dependencia.

### Seminario Virtual “Armario Solidario”: educación, sostenibilidad y compromiso social

El Seminario Virtual “**Armario Solidario**” nace con el apoyo y la colaboración del Centro de Profesores y de Recursos de Hoyos y del IES Jálama de Moraleja (Cáceres), centro desde el que se impulsa esta iniciativa. Se trata de un grupo de carácter técnico y académico, integrado por docentes de distintos centros de Educación Secundaria de Extremadura, unidos por un objetivo común: profundizar en la promoción de la sostenibilidad y la solidaridad a través de la reutilización, el mantenimiento de prendas de vestir y otros materiales. Además de su vertiente formativa, el seminario pretende fomentar la participación activa del profesorado mediante el intercambio de experiencias y el debate, convirtiéndose en un espacio dinámico de aprendizaje colaborativo.

Este seminario surge como una evolución natural del proyecto “**Armario Solidario**”, desarrollado con gran éxito en el IES Jálama durante el curso 2022/2023. En colaboración con Cáritas, dicha iniciativa promovió la recogida de ropa y alimentos, convirtiéndose en una experiencia educativa de gran valor social y pedagógico para toda la comunidad educativa.

El proyecto fue llevado a cabo desde los **Ciclos Formativos de Grado Medio en Atención a Personas en Situación de Dependencia**, a través del módulo de Apoyo Domiciliario, y desde el Ciclo Formativo de Grado Básico en Actividades Domésticas y Limpieza de Edificios, mediante el módulo de Mantenimiento de Prendas de Vestir y Ropa de Hogar. Todo ello se desarrolló siguiendo una metodología de **Aprendizaje-Servicio (ApS)**, que permitió trabajar de forma práctica los contenidos teóricos mientras se reforzaban valores como la solidaridad, la sostenibilidad y el compromiso social.

El impacto positivo del proyecto en la formación del alumnado y su repercusión en el entorno social del centro han sido claves para la creación de este seminario virtual, concebido como un espacio de encuentro, reflexión y aprendizaje compartido. Su finalidad es dar continuidad a la filosofía del proyecto original, ampliando su alcance e incorporando a alumnado de Educación Secundaria Obligatoria y de otras especialidades de Formación Profesional, enriqueciendo así la experiencia educativa.

Los centros participantes son:

- IES Maestro Juan Calero (Monesterio, Badajoz)
- IES Gregorio Marañón (Caminomorisco, Cáceres)
- IES Bárbara de Braganza (Badajoz)
- IES Fuente Roniel (Fuente del Maestre, Badajoz)
- IES Castillo de Luna (Albuquerque, Badajoz)
- IES Al-Qázeres (Cáceres)
- IES Gabriel y Galán (Montehermoso, Cáceres)
- IES Jálama (Moraleja, Cáceres)



‘**Acciones concretas realizadas en el IES Maestro Juan Calero**’  
Nuestro centro participa en el proyecto “**Armario Solidario**” para fomentar el consumo responsable y la reutilización de textiles, desarrollándolo con el alumnado de **segundo curso del Ciclo Formativo de Grado Medio en Atención a Personas en Situación de Dependencia**, dentro del módulo de Apoyo Domiciliario. Con el taller “**No más residuos textiles en el domicilio**” se promueve prácticas sostenibles relacionadas con la gestión de ropas y textiles en el hogar.

Durante **cinco sesiones** el alumnado aprende a diagnosticar los residuos textiles que se generan en los hogares y transformarlos en alternativas reales de reutilización. El taller incluye la elaboración de un **catálogo práctico de reutilización textil para el hogar** y culmina con una **mini campaña de sensibilización** en el centro, vinculada a iniciativas solidarias como “**Armario Solidario**”.

Para más información, escaneando el siguiente código **QR**, podrá escuchar un **programa de radio colaborativo** (publicado en nuestra radio educativa Majukalradio) donde profesores participantes y alumnado de todos los centros implicados, explican esta exitosa iniciativa.



## XIV OIEX: Olimpiada informática de Extremadura

Francisco Bermejo Bonilla | Profesor de Tecnología.

El pasado 30 de enero, los alumnos **Darío Bautista, Luis Hernández y Rafael Granadero**, del IES Maestro Juan Calero, participaron en las **XIV Olimpiadas de Informática de Extremadura (OIEX)**, celebradas en la ciudad de Mérida. La jornada estuvo marcada por el aprendizaje, la convivencia y el contacto directo con el entorno universitario.

El evento se desarrolló a través de **dos pruebas principales**. Por un lado, una prueba de **ingenio**, centrada en el razonamiento lógico y la resolución de problemas; y por otro, una prueba de **programación**, en la que el alumnado demostró sus competencias técnicas y su capacidad para aplicar conocimientos informáticos en un contexto competitivo. El centro estuvo representado en **ambas modalidades**, reflejando la **preparación y motivación de sus estudiantes**. De manera paralela, el profesorado acompañante asistió a una charla sobre **ciberseguridad**, impartida por el ponente **José Carlos Sancho Núñez**, en la que se trataron temas de gran actualidad como los **riesgos digitales**, las buenas prácticas en el uso de la tecnología y la importancia de la concienciación en el ámbito educativo.

Como broche final, la organización ofreció un tentempié, diversos obsequios y un recorrido guiado por la universidad, permitiendo a los participantes conocer de primera mano sus instalaciones y recursos. Sin duda, una experiencia enriquecedora y muy valorada por todos los asistentes.



## EL ENCUENTRO

Azahara Bellido Jiménez | Profesora de inglés  
Félix A. Gutiérrez Santolino | Profesor de matemáticas

### Encuentro con Clara Grima: Pura inspiración

El pasado 19 de enero nuestro instituto recibió la visita de **Clara Isabel Grima Ruiz**, destacada matemática, investigadora y divulgadora científica española, reconocida por su labor en la promoción de las matemáticas en la sociedad y por su participación en el descubrimiento de los **escutoides**, una forma geométrica publicada en la revista **Nature Communications** en 2018.

Nuestro centro dedica sus pasillos, y aulas de materias especializadas, a figuras influyentes en la Cultura y el Arte. Por iniciativa del departamento de Matemáticas, que en su momento inició la profesora Alicia Villalba; del equipo directivo y responsable de biblioteca, se nombró el pasillo correspondiente a 1º de ESO, en su nombre; lo que le enorgulleció enormemente.

La jornada se organizó en dos sesiones. En primer lugar, un grupo seleccionado de alumnado de ESO asistió a una charla divulgativa en la que Grima destacó la importancia de la investigación matemática, su aplicación en distintos campos y cómo enfrentarse a los retos con creatividad y perseverancia.

La asistencia a esta charla estuvo condicionada a una serie de **retos** propuestos por el Departamento de Matemáticas y los ganadores fueron quienes pudieron disfrutar de la intervención.

Cabe destacar la cercanía con la que se expresa y cómo conecta con su público.

Comenzó agradeciendo el encuentro al departamento de matemáticas y los esfuerzos realizados por los profesores, para que tuviera lugar. Acto seguido comenzó aportando datos específicos sobre su vida personal y laboral. Y a continuación aportó ejemplos de figuras matemáticas como **Maryam Mirzakhani** o **Gauss**, para dar a conocer al alumnado que la vocación, en la mayoría de los casos, se construye, no se nace. Grima añade que ella misma tomó la decisión de estudiar Matemáticas un día antes de presentarse a la selectividad. Ella pensaba estudiar Filosofía.

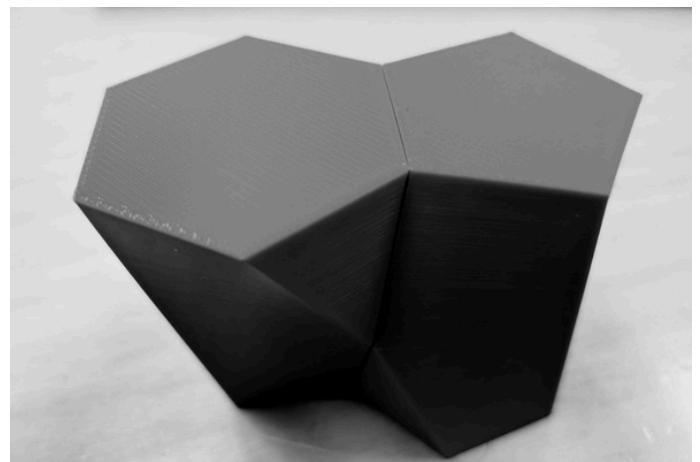
Otro aspecto destacable de su discurso fue el uso de mensajes positivos que transmitía durante la exposición, como, por ejemplo, **“a todo el mundo le gustan las Matemáticas”**. Resulta fundamental ofrecer a nuestros jóvenes mensajes positivos que refuercen su confianza y motivación.



“En mi barrio no había nadie que quisiera ir a la Universidad”. Con estas palabras, Grima explicó la realidad de su época y, a continuación, expuso cómo una persona anónima puede llegar a ser reconocida por su labor. La respuesta que dio fue a través del estudio. “¿Cuántos niños y niñas quieren ser como Ibai Llanos? Millones... Pues la probabilidad de serlo es de uno partido por millones, con lo cual cero’. ¿Qué es lo más fácil para subir la escala social? Estudiar, prepararse”.

Tras el descanso del recreo, arrancamos la segunda sesión de la jornada con alumnado de los dos cursos de bachillerato los cuales cursan la modalidad de ciencias.

Para esta sesión, con un toque más serio, Grima explica cómo a través de las Matemáticas y la inteligencia artificial, prácticamente, un individuo puede trabajar en cualquier ámbito laboral, tales como la moda, el deporte, sanidad etc. A continuación, profundiza en la explicación del Escutoide, y cómo el equipo de investigación al que pertenece lo descubrió. El Escutoide está estrechamente relacionado con las células epiteliales.



Además, de una manera divertida, explicó cómo se le enseña a las máquinas, intuición geométrica a través del diagrama de Voronoi. **¿Qué es un diagrama de Voronoi?** Un diagrama de Voronoi es una forma muy útil de dividir un espacio en regiones, dependiendo de cuáles puntos estén más cerca unos de otros.

“Imagina que tienes varios puntos en una hoja de papel (por ejemplo, las ubicaciones de las farmacias de tu ciudad)” explica Grima. “El diagrama de Voronoi toma ese conjunto de puntos y divide toda la hoja en tantas zonas como puntos hay, de tal manera que:

Cada zona corresponde a un punto y está formada por todos los lugares del plano que están más cerca de ese punto que de cualquier otro. En otras palabras, si te mueves por una de esas zonas, el punto “dueño” de la zona será siempre el más cercano a ti.”

Una vez finalizado el encuentro, gracias a la colaboración de nuestro profesor, Diego, del **departamento de Tecnología**, se le hizo entrega de varias reproducciones de escutoides y un lapicero con forma de escutoide. Estos escutoides han sido diseñados en el taller de tecnología y obtenidos gracias a la impresora 3D que dispone nuestro centro.

El encuentro con Clara Grima nos dejó algo más que fórmulas y conceptos Matemáticos. Nos mostró que las matemáticas están en el fútbol, en las ciudades, en la naturaleza y en nuestra vida cotidiana, aunque muchas veces no sepamos reconocerlas. A través de ejemplos sencillos y cercanos, aprendimos que entender el mundo también pasa por hacerse buenas preguntas y **mirar la realidad con curiosidad**. Su visita nos recordó que las Matemáticas no son solo números, sino una forma apasionante de comprender cómo se organiza el mundo que nos rodea.

# DESAFÍA TU MENTE

Azahara Bellido | Profesora de inglés  
4ºESO A/Diversificación. Atención Educativa

¿Listo para darle un poco de ejercicio a tu cerebro? En esta sección te esperan crucigramas, juegos y acertijos que te harán pensar, reír y, sobre todo, disfrutar. ¡Pon a prueba tu lógica y reta a tus amigos a ver quién resuelve más!

Resuelve los siguientes retos:

1. ¿Qué sube y baja pero nunca se mueve de su lugar?
2. ¿Qué tiene ciudades, pero no casas; ríos, pero no agua; y caminos, pero no personas?
3. ¿Qué se moja mientras seca a los demás?
4. Un padre y su hijo tienen 36 años entre los dos. El padre tiene 30 años más que el hijo. ¿Cuántos años tiene cada uno?
5. ¿Qué siempre va delante de ti, pero nunca lo puedes alcanzar?
6. Si me nombras, dejo de existir. ¿Qué soy?
7. ¿Qué tiene un ojo, pero no puede ver?
8. Un hombre vive en el décimo piso de un edificio. Todos los días baja en ascensor a la planta baja para ir a trabajar. Al volver, sube en ascensor hasta el séptimo piso y luego sube caminando hasta su casa. ¿Por qué?
9. Blanco por dentro, verde por fuera. Si quieres que te lo diga, espera. ¿Qué es?

(Recuerda que el solucionario aparecerá en el próximo número de 'El Nido')

## Solucionario nº12 de 'El Nido':

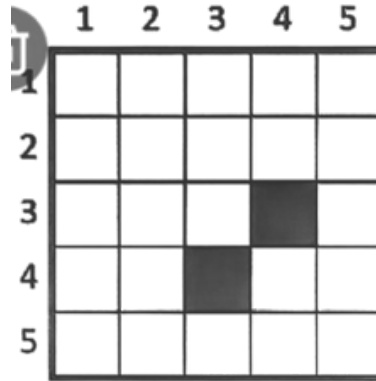
**Reto:** 1. El teléfono, 2. El Everest, 3. Ana vive en el Emisferio Sur, 4. El otro extremo de la cuerda no está atado a ninguna parte, 5. Juan tiene 7, Susana tiene 5, 6. una cebolla.

**Solución:**

## Crucigrama de números.

Hay más de una opción correcta, pero tiene que cumplirse.

			15	+	3	=	18	
			x					+
45	-	10	+	3	=	38		14
+		x	=	-		=		
25		7		45	-	13	=	32
=		=		=		=		-
70	-	70	=	0		25		8
								=
13	x	3	=	39	-	15	=	24



### HORIZONTALES

1 Aleación de hierro y carbono. - 2 Potente haz de luz. - 3 Hermano del padre. 500. - 4 Anno Domini. Noreste. - 5 Causa, motivo.

### VERTICALES

1 Mesa consagrada. - 2 Pérdida del equilibrio. - 3 Lo de ahí. La última letra. - 4 Segunda nota musical. Negación. - 5 Mandato.



**FERretería INdustrial  
MONesterio**

C/ El Cerezo, s/n.  
Telf: y Fax: 924 516 618 - Móvil: 665 697 691  
06260 MONESTERIO (Badajoz)  
E-mail: feinmo@gmail.com

PUBLICIDAD



PUBLICIDAD

# PÍLDORAS DE SALUD

Jael Molina Barroso | Profesora de Inglés  
1ºESO. Atención Educativa

## LA IMPORTANCIA DE DESARROLLAR HÁBITOS SALUDABLES

En el número anterior de nuestro periódico, trabajamos la salud mental y cómo a través de la lectura, nuestro alumnado puede encontrar respuestas ante tantas preguntas relacionadas con el mundo que nos rodea y a veces nos hace pensar de más.

Y es que la adolescencia, es una etapa de transformación profunda. Es el puente entre la infancia y la edad adulta, un periodo donde el cuerpo y la mente experimentan cambios acelerados. Por ello, establecer hábitos saludables ahora no solo mejora el presente, sino que construye los cimientos para una vida plena y equilibrada. Mantenerse sano no es solo "comer verduras"; es un equilibrio entre lo **físico**, lo **mental** y lo **emocional**.

### 1. Salud Física: El motor de tu vida

La salud física es la base de tu energía diaria. Durante la adolescencia, el cuerpo necesita nutrientes y movimiento para desarrollarse correctamente. Un hábito fundamental es la alimentación consciente: priorizar alimentos reales (frutas, legumbres, proteínas) sobre los ultraprocesados.

Otro pilar es el descanso. El cerebro adolescente se "recablea" por la noche, y la falta de sueño afecta la concentración y el crecimiento. Finalmente, el ejercicio no debe verse como un castigo, sino como una celebración de lo que tu cuerpo puede hacer.

- Ejemplos:
  - Practicar un deporte de equipo o caminar al menos 30 minutos al día.
  - Dormir entre 8 y 10 horas cada noche.
  - Sustituir bebidas azucaradas por agua natural.

### 2. Salud Mental: La claridad para decidir

A menudo confundimos salud mental con la ausencia de enfermedades, pero en realidad es la capacidad de procesar información, aprender y mantener el enfoque. En un mundo hiperconectado, el hábito más valioso para los jóvenes es el consumo digital responsable. Pasar horas frente a pantallas puede generar fatiga mental y distorsión de la realidad.

La salud mental también se nutre de la curiosidad y el aprendizaje constante fuera del ámbito escolar. Mantener la mente activa y organizada ayuda a reducir el estrés académico y la sensación de agobio.

- Ejemplos:
  - Establecer un "toque de queda digital" dejando el móvil fuera de la habitación una hora antes de dormir.
  - Leer libros por placer o aprender un nuevo hobby que no involucre tecnología.
  - Organizar las tareas diarias con una agenda para evitar la procrastinación.



### 3. Salud Emocional: Tu brújula interna

La salud emocional se refiere a cómo manejas tus sentimientos y cómo te relacionas con los demás. La adolescencia es una montaña rusa de emociones debido a los cambios hormonales. El hábito clave aquí es la autoconsciencia: aprender a identificar qué sientes (ira, tristeza, alegría) sin juzgarte.

Tan importante como entenderse a uno mismo es construir relaciones sanas. Rodearte de personas que te apoyen y te respeten es vital. La salud emocional también implica saber decir "no" y poner límites para proteger tu bienestar.

- Ejemplos:
  - Escribir un diario de gratitud o de pensamientos para desahogarse.
  - Practicar la asertividad: expresar tus opiniones de forma clara y respetuosa.
  - Dedicar tiempo a la meditación o ejercicios de respiración cuando te sientas ansioso.

**Hábitos Saludables**

**SALUD FÍSICA**

La salud física es la base de tu energía diaria. Durante la adolescencia, el cuerpo necesita nutrientes y movimiento para desarrollarse correctamente.

El cerebro adolescente se "recablea" por la noche, y la falta de sueño afecta la concentración y el crecimiento. Finalmente, el ejercicio no debe verse como un castigo, sino como una celebración de lo que tu cuerpo puede hacer.

**SALUD MENTAL**

A menudo confundimos salud mental con la ausencia de enfermedades. En un mundo hiperconectado, el hábito más valioso para los jóvenes es el consumo digital responsable. Pasar horas frente a pantallas puede generar fatiga mental y distorsión.

**SALUD EMOCIONAL**

La salud emocional se refiere a cómo manejas tus sentimientos y cómo te relacionas con los demás. La adolescencia es una montaña rusa de emociones debido a los cambios hormonales. El hábito clave aquí es la autoconsciencia: aprender a identificar qué sientes.

### Conclusión

El bienestar integral no es un destino, sino un viaje diario. Pequeñas acciones, como elegir una fruta en lugar de un dulce o desconectar el Wi-Fi a tiempo, tienen un impacto gigante a largo plazo. Al cuidar tu cuerpo, tu mente y tus emociones, no solo te sentirás mejor hoy, sino que estarás preparando al adulto fuerte y resiliente que serás mañana. Recuerda: **tu mayor proyecto eres tú mismo**.

## EL MES EN CIFRAS

Azahara Bellido | Profesora de inglés  
4º ESO A y 4º ESO Diversificación | Atención Educativa

### NOVIEMBRE

**Semana de la Ciencia y la Tecnología:** participación récord con más de 150 actividades en 23 localidades de Extremadura para acercar ciencia y tecnología a la sociedad y la juventud.

**Encuentro de docentes extremeños:** más de 400 docentes participaron en una jornada regional para impulsar la dimensión internacional de los centros educativos.

**Descenso del paro en 2025 en Extremadura:** el paro registrado se redujo en 5.737 personas (-8,2 %) y la región cerró el año con 64.370 desempleados, la cifra más baja desde que hay registros comparables.

**Adhesión de Badajoz a la candidatura de Cáceres como Capital Europea de la Cultura 2031:** Badajoz se suma al proyecto cultural junto a más de 40 municipios, representando ya 50 % de la población regional apoyando la candidatura para 2031.

**Jornadas Europeas de Patrimonio en Extremadura:** Celebradas a final de noviembre con numerosas propuestas culturales, restauraciones y actividades patrimoniales para acercar la historia y cultura local a la ciudadanía.

### DICIEMBRE

**51.º Festival de Flamenco de Cáceres (programación en noviembre, activo hasta diciembre):** actividad cultural que refuerza identidad y patrimonio social regional, con eventos, talleres y exhibiciones.

**compromisos políticos** para crear 3.000 plazas públicas de educación infantil y equiparar sueldos docentes, según programas electorales difundidos en diciembre.

**Récord anual de descenso de paro en Extremadura:** el paro terminó diciembre en 64.370 personas (-8,18 % interanual) y se redujo en 443 personas solo en diciembre respecto a noviembre.

**Violencia de género en España (2025):** 46 mujeres y 3 menores asesinados, cifra trágica que remarca la importancia de políticas sociales y educativas contra la violencia.

**Empleo femenino:** Aumento de 243 578 mujeres afiliadas (dato del cierre de 2025).

**Resultado de las elecciones autonómicas del 21 diciembre 2025 en Extremadura** (datos oficiales):

890 967 votantes registrados, de ellos 26 695 jóvenes votan por primera vez.

### ENERO

**Empleo nacional:** España creó 605 400 empleos en 2025 y la tasa de paro cayó al 9,93 %, por debajo del 10 % por primera vez en 17 años.

**Subida salarial a docentes extremeños:** 18 841 docentes verán reflejada en enero una subida salarial de 80 € mensuales con efectos desde el 1 de enero de 2026.

**Presencia destacada en FITUR 2026:** Extremadura promocionó su turismo cultural y patrimonial con crecimiento del turismo extranjero +7 % y estancia media +10 % en la región.

**Extremadura albergará la Final Four de la Copa del Rey (fútbol sala)** los días 23 y 24 de mayo 2026, reforzando el papel de la región como escenario cultural-deportivo.

**Regularización extraordinaria de migrantes:** el Gobierno aprueba un Real Decreto que podría beneficiar a entre 500 000 y 800 000 personas migrantes que acrediten residencia de al menos 5 meses y sin antecedentes penales.

## QUÉ LEER ESTE INVIERNO

A todos nos han hablado alguna vez del famoso personaje *El principito*. Y es que a todo buen lector, le fascina este entrañable personaje. ¿Y si el Principito regresara para enseñarnos a vivir mejor en el mundo actual? En *El nuevo viaje del Principito*, Eloy Moreno recupera al famoso personaje para hacerlo viajar de nuevo y enfrentarlo a problemas muy presentes hoy, como la falta de empatía, las prisas o la dificultad para escuchar a los demás. A través de encuentros sencillos pero profundos, el autor nos invita a reflexionar sobre la amistad, el amor y la importancia de no olvidar al niño que fuimos. ¿Estamos mirando el mundo con el corazón o solo con los ojos? Un libro emotivo, breve y lleno de mensajes que invitan a pensar.



En días grises de invierno es necesario llenar nuestros días con cielos cálidos y amarillos.

¿Qué harías si supieras que tu amor tiene fecha de caducidad?

*Cuando el cielo se vuelva amarillo* escrito por Nerea Pascual, sigue a Lola; una adolescente llena de dudas sobre su futuro, y a Nico, que vive cada día como si fuera el último, porque su realidad es incierta. Sus caminos se cruzan y se convierten en “la persona perfecta en el momento perfecto”, pero ¿puede un amor tan intenso resistir el tiempo? Basada en hechos reales, esta novela es un canto al **carpe diem** y una reflexión sobre cómo amar y vivir con todo el corazón. ¿Estás preparado para sentir cada página?

LIBRERÍA-PAPELERÍA  
Monesterio

PUBLICIDAD

---

## CULTURA : SONIDOS ANCESTRALES DEL RENACIMIENTO

---

Azahara Bellido | Profesora de inglés  
Manuel V. Pascual | Profesor de música

Esta semana, el aula de Música del instituto se ha transformado en un auténtico viaje al pasado gracias a una iniciativa muy especial del profesor Manuel Pascual, que ha traído al centro varios instrumentos originales del Renacimiento. Lejos de limitarse a vídeos o imágenes, el alumnado ha podido ver, escuchar y tocar instrumentos históricos que rara vez salen de museos o colecciones privadas.

Manuel denomina 'cuarto musical' a toda su colección de instrumentos. Así que pasemos a describir los instrumentos que nuestro alumnado ha podido descubrir.

La espineta es un instrumento de cuerda. Dentro de la cuerda, pertenece a la cuerda pinzada. Ya que la cuerda no es percutida como en el piano, ni frotada como en los instrumentos de arco como el violín. El mecanismo es muy fácil. La tecla se comporta como un balancín. Al bajar por un lado, sube por el otro. Al subir, da en una pieza que se llama Saltador, que tiene una espina al final de él. Y que al subir para arriba el saltador hace que dé con esa espina a la cuerda. así se produce el sonido. El sonido se apaga, cuando el saltador al bajar se apoya con un fieltro rojo en la cuerda. El nombre de espineta viene por el uso de espinas de pescado que hacían esa función. Aunque técnicamente se llaman plectros. La espineta tiene 4 octavas. El registro sonoro necesario para la época de su tiempo, el renacimiento.

La espineta que se ha expuesto es hexagonal irregular. No es cuadra ni en forma de triángulo. La forma de las espinetas no está definida. Es uno de los primeros instrumentos de tecla. Cuando se dejó de usar, el piano todavía no había nacido como instrumento. Además de la espineta, otro de los instrumentos del renacimiento que tiene el maestro Manuel en el "Cuarto Musical" de su casa, son las cornetas renacentistas.



La corneta renacentista, también conocida como cornetto, es un instrumento de viento. Y aunque pertenece a la clasificación de viento metal, por la forma en la que se produce el sonido (juntando los labios como en una trompeta) está construida de madera y de piel. Aunque la boquilla con la que se toca, está hecha de cuerno. Su origen es el cuerno, del que toma tanto el nombre (cuerno, corno, corneta) como la forma como el material para la boquilla.

Al lado hemos visto una flauta dulce de madera. Que si pertenece a la familia de vientos de madera y que suena con solo soplar un poco y hacer vibrar la columna de aire que contiene en su interior. Hay varios tipos de cornetas renacentistas: corneta blanca, negra y recta. Cada una con sus características.

La negra es la mas común y conocida. La blanca es mas apagada en su color, pero mas dulce. Y la recta es mas intensa y directa que la negra. Solo la blanca (que también se llama corneta muda) no tiene boquilla. Es un instrumento de una única pieza de madera. Es muy raro encontrar un instrumento de una única pieza de un material. ¿Serías capaz de pensar en uno?



Para poder verlas y escucharlas en manos de nuestro maestro Manuel Pascual, puedes ver alguna de estas películas: *Juana la Loca*, *La conjura del Escorial*, *La corona partida*, o *De occulta philosophia*.

Todo el alumnado de 1 y de 2 de ESO ha podido ver estos instrumentos en el aula de música durante sus clases en esta semana y han hecho todo tipo de preguntas al maestro sobre la corneta y la espineta. Desde: dónde los ha comprado, cuánto cuestan, dónde ha estudiado, con qué otros grupos tocan, como se afinan...

Preguntas que cuando vas a un museo y ves estos instrumentos, no te pueden responder en primera persona.

Además, todo el alumnado mencionado, ha tocado la que posiblemente sea la única espineta o corneta que puedan tocar con sus manos en su vida.

---