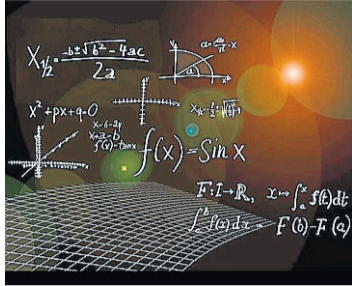


BUENAS PRÁCTICAS TIC / CATEDU

TIC II en el IES Pablo Gargallo

En el IES Pablo Gargallo de Zaragoza se ha trabajado la asignatura TIC II de 2º de bachillerato haciendo especial hincapié en la programación. En tan solo dos trimestres, los alumnos han sido capaces de realizar programas de gran complejidad y utilidad para su posterior aprendizaje, obteniendo una buena base sobre la que añadir conocimientos más



cii.alwaysdata.net/. Se han realizado en Javascript y han sido probados en Google Chrome, por lo que os recomendamos utilizarlo para visualizar la web.

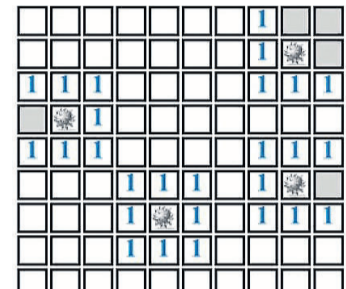
En la zona de matemáticas, podemos encontrar aplicaciones como el triángulo de tartaglia o de Pascal, resolución de sistemas de ecuaciones, cálculo de áreas y muchas otras más. Corresponden al primer trimestre de aprendizaje de programación, donde se ha trabajado con bucles y comunicación con los objetos de html. Y, en el apartado de juegos, se ha ampliado el trabajo del curso anterior, incluyendo animaciones y objetos

que corresponden a las estructuras más complejas del paradigma más reciente en programación: la Programación Orientada a Objetos (POO). Aprendido esto, trasladar sus conocimientos a otro lenguaje les resultará sencillo y podrán, sin mucho esfuerzo, realizar programas para móviles o cualquier otra plataforma que elijan. Podéis encontrar el buscaminas,



arkanoid o hundir la flota, entre otros, con un acabado visual que no tiene nada que envidiar a los juegos más profesionales.

Por: **Jorge Pérez**

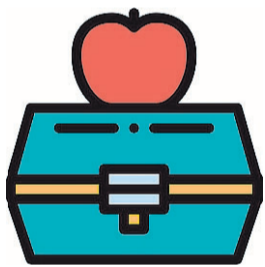


profundos y apropiados para su futuro profesional y vital. Los trabajos de estos jóvenes programadores, divididos en dos áreas: matemáticas y juegos, se pueden ver en la web: <http://tii->

TU SALUD NOS IMPORTA

Almuerzos y meriendas

Prisas, estrés y poco tiempo. Es la rutina diaria de muchos padres que luchan por conciliar su jornada laboral con la educación y actividades de sus hijos. Recursos fáciles como la comida rápida o la bollería industrial van ganando terreno en almuerzos y meriendas; y esta es una de las causas por las que un 28% de niños tienen algún problema de sobrepeso. El almuerzo y la merienda deben suponer, aproximadamente, entre el 5 y el 10% del total de calorías que se ingieren en todo el día. Por ejemplo, si un niño debe tomar, según sus circunstancias personales, unas 1.500 kcal/día, en el almuerzo y la merienda sería recomendable no ingerir más de 150 kcal.



Además de complementarios y variados, los almuerzos y meriendas no deben ser copiosos y han de formar parte de un plan de alimentación general saludable. No hay que tomarlos demasiado cerca de desayunos, comidas y cenas; y conviene adaptarlos al horario, al momento y lugar de su ingesta. No

es igual que el niño almuerce en el colegio, con preparaciones fáciles de llevar y comer, que una merienda en casa, sentado y tranquilo.

Almuerzos y meriendas pueden incluir: fruta, mejor pelada y cortada, para favorecer su ingesta, que en zumo; cereales y frutos secos; lácteos: leche entera o semidesnatada, queso y yogur, solo o con trozos de fruta. También: tostadas de pan con aceite de oliva, tomate, jamón, atún, mantequilla, chocolate... Y, por supuesto, evitar la bollería industrial, los cereales para niños, por la gran cantidad de azúcares y grasas que contienen, batidos, natillas y zumos que no sean naturales.

Por: **Joaquín Martínez / Pedro Orós**

PARA SABER MÁS... MUCHO MÁS

'Medioambiente y escuela'

Las temáticas que plantea este libro suponen una aproximación al medioambiente del que la escuela es una parte. Propone que en los centros se hable y trabaje sobre las relaciones entre la vida natural y social, cercana y global, personal y colectiva, presente y futura, imaginada y real, aprendida y vivida, descrita y participada, etc. Para ello, fundamenta teóricamente para el profesorado la necesidad de una mirada crítica del medioambiente antropizado. En la segunda parte plantea prácticas para primaria y secundaria que abordan



desde cuestiones del cambio climático, el ciclo de la vida de los productos, el uso de recursos y la generación de residuos, la gestión energética del centro escolar, el uso de las herramientas TIC en la percepción ambiental..., hasta llegar a las migraciones masivas, la ciudadanía global o los mapas del futuro global y socio natural dentro del contexto de unas escuelas más ecosociales, acordes con los tiempos en que vivimos.

'Medioambiente y escuela' / Carmelo Marcén. Octaedro. 2018

TODOS CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

¿Qué podemos hacer los padres? ¿Cómo debemos reaccionar?

Cómo actuar ante el maltrato

- ✓ No debemos aleccionar sobre el camino a seguir hasta que nos lo pregunten.
- ✓ Cuando la víctima se abra, debemos preguntarle cómo se siente.
- ✓ Es esencial mantener una escucha activa y dejar que ella lleve la conversación.
- ✓ Es aconsejable crear una atmósfera lo más cómoda posible.
- ✓ No se deben juzgar los hechos ocurridos.
- ✓ Es imprescindible tratar de empatizar con la víctima.
- ✓ Evitar los sentimientos que le generen sensación de culpabilidad.
- ✓ Sugerirle que acuda a un servicio especializado donde pueda recibir toda la ayuda que necesita.

Cómo recuperar su confianza

- ✓ Acudir a un servicio especializado de atención familiar puede ser de gran ayuda. Es importante que busque orientación para lidiar con la situación.
- ✓ Para reforzar y recuperar los vínculos familiares es bueno proponerle actividades que se solían realizar en familia.
- ✓ La comunicación que debe presidir las relaciones familiares tiene que realizarse desde el respeto, sin ofender y evitando siempre los juicios de valor.
- ✓ Hay que crear una red de apoyo -amigas, amigos, profesorado, etc.- que permita establecer alianzas para que las opiniones, consejos y respuestas a sus dudas vayan siempre en la misma línea de actuación.
- ✓ Debemos fomentar un círculo de referencia y ambiente positivo a su alrededor; así se dificulta y contrarresta el aislamiento al que quiere someter el maltratador a su víctima.
- ✓ Es muy aconsejable establecer, si es posible, normas de funcionamiento en casa, lógicas y sensatas: tiempo para aceptar llamadas, conectarse al móvil o a las redes sociales, horarios de salida y de estudio, entre otras.
- ✓ Y, por supuesto, buscar siempre un equilibrio entre confianza y autoridad.

Plan PrevenGo de Fundación Piquer
www.grupopiquer.com/plan-prevengo/