



CRA ELENA FORTÚN

PRIMER TRIMESTRE 13-14
Número 0

Cuchifritín.es

Cuando muere 2013 *Cuchifritín.es*, nuestro periódico escolar, nace con muchas ganas de convertirse en un buen medio para que nos comuniquemos, nos informemos de lo que ocurre a nuestro alrededor y para motivar y guiar nuestro natural sentido de la curiosidad.

Cuchifritín es el nombre del hermano menor de Celia, personaje principal de los libros de Elena Fortún escritora que da nombre a nuestro colegio. Ambos hermanos, junto con otros muchos personajes protagonizan muchas aventuras, travesuras y enredos inocentes muy divertidos. .



CONTENIDO

Editorial.....	2
Nuestros cuchifritines	3
Conozco mi cole	4
Visita al Hosquillo	6
Naturaleza curiosa	9
Los tesoros de infantil	10
Día de la Constitución	12
Somos iguales	13
Noticias	14
Página musical	17
Educando en familia	18
Rincón activo	19
Las familias hablan	21
Ocio inteligente	22
Homenaje a Mandela	24

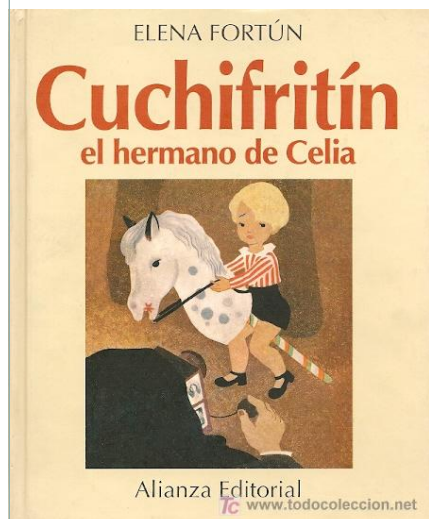


CONSEJO DE REDACCIÓN

- María, Mercedes, Julia, Pedro, Elena, Teresa, Jesús y Santiago.



EDITORIAL



Cuando muere 2013 *Cuchifritín.es*, nuestro periódico escolar, nace con muchas ganas de convertirse en un buen medio para que nos comuniquemos, nos informemos de lo que ocurre a nuestro alrededor y para motivar y guiar nuestro natural sentido de la curiosidad.

Cuchifritín es el nombre del hermano menor de Celia, personaje principal de los libros de Elena Fortún escritora que da nombre a nuestro colegio. Ambos hermanos, junto con otros muchos personajes protagonizan muchas aventuras, travesuras y enredos inocentes muy divertidos.

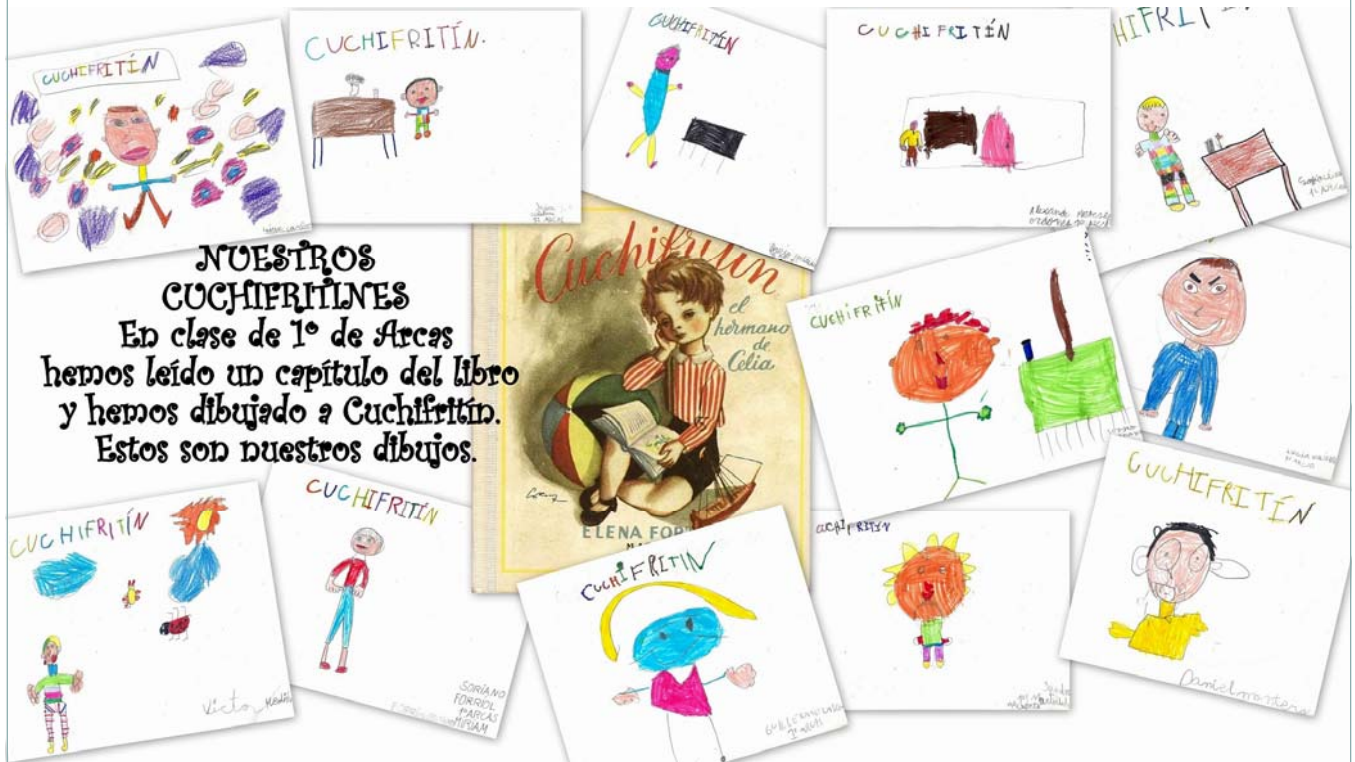
Cuchifritín.es nace también con vocación de ser útil y de servir de almacén de tesoros que habrán de ilusionar a nuestros lectores grandes y pequeños; tesoros hechos a base de información, cultura, imaginación, memoria, juegos, ingenio... Todos los que formamos parte de la comunidad educativa del cole estamos invitados a colaborar escribiendo, mandando fotos, retos, noticias, poemas, ideas, ilustraciones, cuentos... Por eso veis que tiene muchas secciones bien distintas con el fin de satisfacer todos los intereses de niños y niñas, familias, y profes. Invitaremos también a gente de fuera para que nos enriquezca con sus aportaciones.

El equipo de redacción es amplio porque en él vamos a participar prácticamente todos y queremos darlo a conocer también en las redes sociales para que otros nos conozcan y el intercambio de saberes sea cada vez más grande y más rico. Por eso, además de encontrarlo en la página web del cole, tendrá también un perfil en Facebook y tuitter.

Damos, pues la bienvenida a nuestro *Cuchifritín.es* ¡comienza la aventura! A leer y disfrutar.



NUESTROS CUCHIFRITINES



MI CUCHIFRITIN
 Mi cuchifritin se llama Marcos
 jugamos a lego citi come
 nacilla, charizo, y patatas. Pinta y
 repasa. Yo me llevo bien con mi hermano
 Sergio curso 1º FUENTES



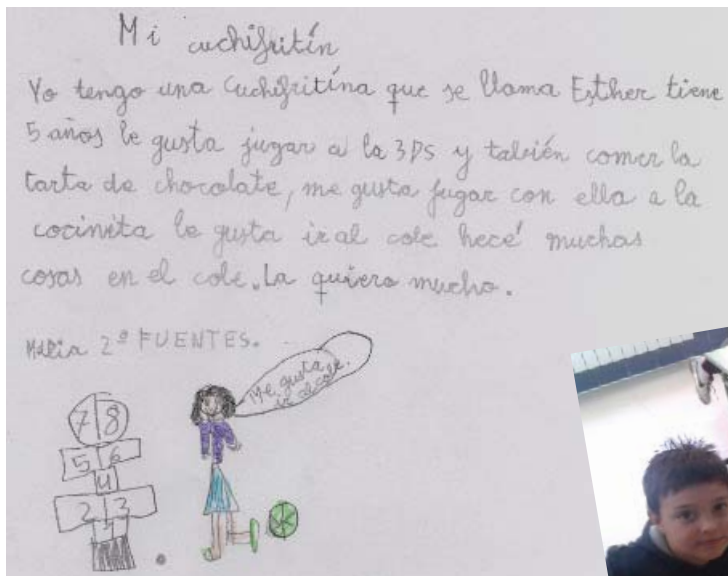
Iker CURSO 1º FUENTES

Este trimestre los alumnos de 1º, 2º y 3º de Fuentes hemos conocido quien era Elena Fortún, escritora que da nombre a nuestro Colegio. Entre sus personajes más famosos está Celia y su hermano pequeño Cuchifritin.

Algunos alumnos/as hablan de sus hermanos pequeños...

MI CUCHIFRITIN
 Mi hermano se llama Unal
 y me gusta jugar con él los
 a los dinosaurios. Come chuches
 tiene los pantalones verdes
 y la camiseta gris, tiene el pelo rubio
 y los ojos verdes nos llevamos muy
 bien y nos queremos mucho.

CONOZCO MI COLE



Elena Fortún es la escritora de literatura infantil que da nombre a nuestro colegio. Escribió muchos libros para niños y su personaje principal fue Celia.

Los niños y niñas de primer ciclo de todas las secciones del CRA, estamos investigando quién era Elena Fortún y sobre su vida y su obra. Nos han dado un carné de investigadores y con él buscamos información en libros, internet, vídeos, etc.



CONOZCO MI COLE

PREGUNTAS PARA INVESTIGAR SOBRE EL NOMBRE DEL COLEGIO:

Ahora eres un investigador o investigadora, por eso, te ofrecemos una serie de preguntas sobre las que debes buscar información para averiguar sus respuestas.

Las respuestas a estas preguntas se pueden encontrar en muchos sitios. Puedes buscar información en la biblioteca del cole, en la municipal y también en internet (PERO NO SOLO EN INTERNET). Es posible que tus padres o tus abuelos te puedan ayudar a encontrar algunas de las respuestas y te cuenten alguna anécdota relacionada con la obra o los personajes de Elena Fortún. Puedes incorporarlos al trabajo.

Cuando vayas a responder las preguntas, debes tener en cuenta que encontrarás mucha información. No debes copiar todo lo que encuentres, sino leer muchas cosas y seleccionar solo aquellas que necesites para responder a cada una de las preguntas.

Siempre que respondas, deberás hacerlo con frases completas, con sentido, bien organizadas en pequeños párrafos y cuidando mucho que la ortografía sea correcta.

Facilitará mucho tu trabajo si cada una de las respuestas la contestas en una pequeña ficha del tamaño aproximado de medio folio.

CUESTIONARIO SOBRE ELENA FORTÚN

- 1ª ¿Quién era en realidad Elena Fortún?
- 2ª ¿Dónde y cuándo nació?
- 3ª ¿En qué lugares vivió a lo largo de su vida?
- 4ª ¿Qué estudió?
- 5ª ¿Por qué decidió dedicarse a escribir literatura infantil?
- 6ª Elena Fortún fue miembro del Lyceum Club de Madrid, también llamado *El club de las maridas*? Explica qué era y para qué servía ese Club.
- 7ª ¿Cuál era su oficio?
- 8ª ¿Cuáles fueron sus obras más famosas?
- 9ª ¿Dónde y cuándo murió?
- 10ª Anota los libros, páginas web, vídeos o conversaciones de los que has sacado la información.



VISITA AL HOSQUILLO

El martes 3 de diciembre todos los alumnos de primer ciclo fuimos al Hosquillo. Allí vimos muchos animales: los lobos, el muflón, las osas con sus crías, los buitres, el jabalí y la cierva Antonia que se vino de paseo con nosotros. Ya habíamos estudiado en clase pero los monitores nos enseñaron un museo de taxidermia, el centro de interpretación y el Rincón del Buitre donde viven los osos. Tomamos notas para completar nuestros cuadernos de campo, aprendimos



6

Lince ibérico por María Rubio



VISITA AL HOSQUILLO

UN DÍA EN EL HOSQUILLO

El Martes 3 de diciembre nos fuimos al Hosquillo. A la ida nos mareamos un poco y nada más llegar desayunamos y nos fuimos a ver osos. Vimos también una Gueva que se llamaba Antonia, también vimos dos cervatillos que se llamaban Paquito y Merlina, vimos lobos, muflones, jabalís, dimos un paseo y nos explicaron las plantas que pinchan y los que tienen veneno. Fuimos a un museo donde había animales disecados como cabras montesas, gamos, lobos, osos, jabalís y ciervos. Después fuimos al rincón del águila y vimos osos. Comimos en un merendero y voluimos con el autobús y nos mareamos y me encanta.

Nombre Adriana
Curso 3º
Pueblo Fuentes



Miércoles 4 de diciembre de 2013

Adriana
2º Fuentes

UN DÍA EN EL HOSQUILLO

Fuimos en el autobús algunos niños se marearon. Llegamos merendamos e hicimos grupos. Conocimos a la monitora Virginia nos enseñó animales después hicimos juegos y nos fuimos al museo. Vimos animales disecados. Salimos del museo nos montamos otra vez en el autobús y fuimos a ver a los osos después fuimos a un merendero a comer. Nos voluimos a montar en el autobús y nos fuimos. A todos nos gustó mucha a mí lo que más me gustó fue los osos.



VISITA AL HOSQUILLO

EN EL MUSEO

COMO ÉRAMOS MUCHOS, NOS DIVIDIMOS EN DOS GRUPOS. ALGUNOS NIÑOS Y NIÑAS DE VILLAR DE OLALLA NOS CONTARON LO QUE ELLOS HABÍAN INVESTIGADO SOBRE LOS ANIMALES QUE ÍBAMOS A VER. TAMBIÉN RAÚL Y VIRGINIA NOS CONTARON COSAS MUY CURIOSAS SOBRE EL OSO IBÉRICO, EL LOBO, EL CIERVO, EL JABALÍ, EL MUFLÓN...



EN EL CENTRO DE INTERPRETACIÓN



AQUÍ APRENDIMOS COSAS SOBRE LAS AVES QUE VUELAN SOBRE EL PARQUE: DÓNDE VIVEN, QUÉ COMEN, LOS SONIDOS QUE HACEN,....



¿Sabías que las cuernas de los ciervos no tienen que ver con su edad, sino con la calidad de su alimentación ?

EN EL RINCÓN DE LOS BUITRES

PARA TERMINAR LA VISITA AL PARQUE, FUIMOS AL LUGAR DONDE ESTAN LOS OSOS.



Y PUDIMOS VER A MAMÁ OSA Y A SUS DOS OSITOS.

Y... ¡A COMER!, PARA RECUPERAR FUERZAS ANTES DEL REGRESO AL COLEGIO.



Los monitores de El Hosquillo nos han expresado su satisfacción por el buen comportamiento y la actitud curiosa que mostramos durante la visita.

Nos dicen que ya formamos parte de su blog. Para los curiosos la dirección es:

<http://ciervaantonía.blogspot.com/es/>

NATURALEZA CURIOSA

¿Sabrías decir cuántos microbios hay? Los científicos ponen la cifra de 10^{31} (escribe un 1 seguido por 31 ceros). Si todos los habitantes de la Tierra se pusieran a contarlos y cada persona tardase un segundo en contar uno sin repetirlos, se tardaría mil veces la edad del planeta —que es de unos 4.500 millones de años— en lograr la hazaña. Despreciados por su pequeñez, los microbios son el origen de la vida y los que produjeron el oxígeno que hay en la atmósfera, se encuentran allí donde hay agua líquida, son responsables, por lo menos, de la mitad del metabolismo del planeta y son capaces de influir en el clima. ¡Casi nada!



Las ardillas utilizan su larga y peluda cola para mantener el equilibrio en los múltiples saltos y cabriolas que ejecutan entre las ramas de los árboles, lo que la convierte en un auténtico acróbata forestal. Pero también para protegerse del frío, ya que la ardilla no hiberna. Carga su nido o guarida con todo tipo de frutos y semillas, de tal forma que puede resistir sin salir al frío exterior durante los periodos más duros. Además, es capaz de almacenar alimentos en grietas entre las rocas, o incluso enterrarlos en el suelo,

Para los antiguos celtas, y más tarde para los griegos, el acebo (*Ilex aquifolium* L.) era un árbol protector: plantado cerca de la casa, se decía que protegía a ésta de la mala suerte. Antiguamente se utilizaba en los rituales del solsticio de invierno (actual Navidad) para atraer suerte y prosperidad. De ahí, quizá, su uso como planta ornamental en estas fiestas, por lo que ha sufrido una gran regresión en muchos lugares de Europa. En la actualidad es una planta protegida, no protectora.



Junto a los cursos de agua y las lagunas crece el carrizo, una planta que en la antigüedad se usaba para levantar empalizadas o corrales para el ganado. Los techos de las casas antiguas conocen el uso de sus delgados tallos, que, dispuestos uno junto a otro, formaban el cañizo y servían de aislante y para dar soporte a la cal y al yeso, o bien para “sentar” las tejas.

Jaime Rodríguez Laguía

LOS TESOROS

- Ratita, ratita, ¿ te quieres casar conmigo?....

- ¿ Y por la noche qué harás?



**Los niños y niñas de Fuentes
se organizan con su nueva
maestra**



DE INFANTIL

Los niños y niñas de 5 años han viajado a la "Prehistoria" y han realizado una actividad dentro de las cuevas, dibujando animalitos y cazadores de aquella época. Hemos visitado Egipto a través de nuestra mascota y estudiado la vida de los faraones y los habitantes de aquellas tierras. También hemos aprendido los alimentos que son saludables y los que no lo son tanto y las diferentes tiendas donde los venden.



6 DE DICIEMBRE: DÍA DE LA CONSTITUCIÓN

1978 – 2013 35º ANIVERSARIO

Como cada 6 de diciembre desde hace 35 años, celebramos en España el cumpleaños de nuestra Constitución. También en nuestro cole aprendemos a conocerla y conmemoramos su fecha de aprobación por todos los españoles.

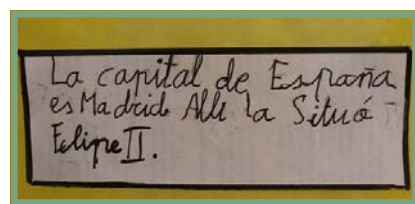
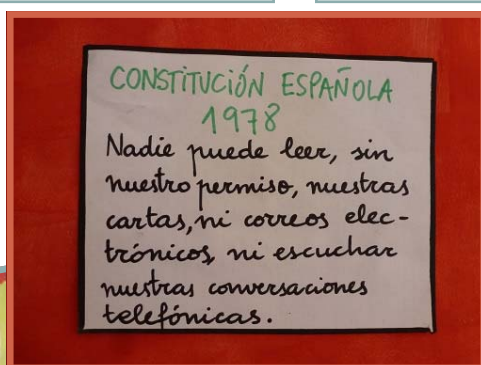


La Constitución Española de 1978 es un texto que recoge las normas más importantes por las que nos tenemos que regir los españoles: que somos una democracia, que nuestro Estado es una monarquía parlamentaria compuesto por 17 Comunidades Autónomas, pero la soberanía, es decir, el poder máximo de decisión lo tienen los ciudadanos mayores de 18 años; también, describe cómo es nuestra bandera, nuestras lenguas oficiales, los organismos más importantes que elaboran las leyes, las hacen cumplir y velan por la justicia, las fuerzas armadas... Otra parte muy importante es el

conjunto de derechos y deberes que tenemos los españoles, como el de recibir atención sanitaria y educación pública, universal y gratuita.

En nuestro cole hemos estudiado las normas más importantes que hay dentro de la Constitución, hemos visto algunos materiales en Internet y hemos elaborado un mural colectivo en el que, sobre los colores de la bandera de España, hemos pegado algunos de los artículos que más nos han llamado la atención. Laura Osma nos ha hecho un precioso escudo que hemos pegado en el centro del mural.

Como españoles que somos, estamos obligados a cumplir las normas y si pensáramos que esas normas no responden a nuestras necesidades como ciudadanos, entonces tendríamos que ponernos de acuerdo para cambiarla de manera ordenada y democrática.



LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS SOMOS IGUALES

**TODOS LOS NIÑOS Y LAS NIÑAS
TIENEN LOS MISMOS DERECHOS**



**No existen juguetes diferentes
para niños y para niñas.**

***Es falso que
"los chicos-hombres no lloran".***



**Los libros no son distintos
para niños y para niñas.**

**Niños y niñas pueden
compartir todos los juegos.**

Hemos comprobado que chicos y chicas podemos hacer las mismas cosas, y para que os lo creáis aquí se cuentan algunas experiencias:

Juegos en el recreo

Hoy miércoles veintisiete de noviembre, la clase de tercero y cuarto de Villar de Olalla hemos jugado al balón prisionero en vez de fútbol. Para jugar a este juego tuvimos que hacer dos equipos y se juega con un balón. Jugamos chicos y chicas y nos divertimos un montón, nos lo pasamos genial. A mí lo que más me gusta es que puedo estar con mis amigos y amigas, porque nos hemos dado cuenta de que jugar chicos con chicas nos divierte más que jugar separados. También me gustaría repetirlo otras veces.

Asier López Escribano 3º curso.

El miércoles a las 11:30 decidimos jugar chicas y chicos de tercero y cuarto al balón prisionero.

Empezamos bien, pero luego hubo una pequeña discusión. Luego hicimos las paces y seguimos jugando al balón prisionero. Yo me sentí bien y además me lo pasé muy bien. Creo que debemos jugar chicos y chicas de vez en cuando juntos. Yo pensé que los chicos de tercero y cuarto no querían jugar con nosotras pero sí quieren jugar con las chicas. Me sorprende que hayamos jugado chicas y chicos.

Espero jugar otro día con los chicos de tercero y cuarto.

Nora Kasmy 3º curso.

NOTICIAS

El CRA Elena Fortún recibe una visita especial. Los invitados son personas pertenecientes al

Foro de la discapacidad

Estos señores parecían ser como ciudadanos inválidos, pero resulta que se las pueden apañar perfectamente.

Luis, un ciego, nos dijo estas palabras: "A los discapacitados como yo, no nos hace falta que alguien nos guíe siempre; somos capaces de ir a lugares nosotros mismos". Luis nació con el sentido de la vista, pero a lo largo del tiempo su vista fue desapareciendo. Nuestro amigo Luis tiene un perro llamado: Babe, un perro lazarillo.

Los discapacitados que vinieron con Luis, les habían pasado cosas similares.

Una señora, Alicia, nos habló sobre un accidente de coche. Se rompió la columna vertebral. Los médicos se la reconstruyeron. Esta señora no puede realizar trabajos pesados, y ahora trabaja vendiendo cupones de

La ONCE

Al igual que estos dos ejemplos, existen otras personas con discapacidades más severas ; nadie es más que nadie, todos somos **iguales**.

SI TÚ QUIERES NO HAY BARRERAS

Si quieres lograr algo, no te rindas nunca. Si algo te sale mal, lo intentas hasta que lo consigas. Con nuestro apoyo y esfuerzo, podemos sacar las cosas adelante.

Alumnos de 4º, 5º y 6º Fuentes.

Disfrutamos de las TIC



Por fin, en Fuentes, nos han instalado la pizarra digital en el aula de 4º, 5º y 6º. En este mismo momento estamos realizando una serie de actividades en ella.

Utilizamos libros virtuales de Matemáticas, Conocimiento del Medio y Lengua para explicar los temas y hacer las actividades. Además, vemos vídeos sobre el tema que estamos dando.

También los alumnos de 1º, 2º y 3º disponen de otra pizarra digital.

Esperamos que, próximamente, los de infantil tengan otra y puedan aprovecharla como nosotros.

Realizado por los alumnos de 6º, Fuentes.

CRIEC-CEIL

El pasado 18 de noviembre, los alumnos de sexto de primaria de nuestro C.R.A acudimos al Cric- Ceil. Acudieron también los alumnos de los colegios de La Fuente de Pedro Naharro, Belinchón y Barajas de Melo. Esto es lo que hicimos durante la semana:

LUNES: La estancia comenzó con un breve almuerzo. Después los alumnos constamos de 30 minutos para conocernos. Luego nos reunimos en el comedor para repartir los grupos y habitaciones. Al final del día las profesoras nos deleitaron con una magnífica historia sobre Shakespeare.

MARTES: Tocó despertarse con música a tope y hacer un poco de aerobio. Después enrollarse en la toalla e irse a la ducha. Luego nos agruparon para hacer los talleres. Por la noche después de cenar vimos una película: Devuélveme mi suerte. Fue estupenda.

Miércoles: Hicimos un montón de talleres sobre países de habla inglesa: América y Canadá, El Reino Unido e Irlanda y Australia y Nueva Zelanda. Por la tarde tuvimos tiempo para ensayar el baile que íbamos a hacer el jueves. Por la noche hicimos una camiseta con el logo del CEIL.

Jueves: Fuimos a micrópolis, donde pudimos ser: policías, carteros, bomberos... Cuando llegamos al Ceil, tuvimos una cena especial de cumpleaños de pizza. Al final del día los alumnos hicimos 4 bailes, que hicieron que saltaran las lágrimas, sobre todo el fabuloso baile, Euphoria.

Viernes: El viernes tocó despedirse de la estupenda experiencia que habíamos vivido. Pero pudimos apuntarnos el número de los amiguets que habíamos hecho, y así poder seguir en contacto.

¡Esperamos que os haya gustado!



Elisa y Paula



TRABAJOS

Los alum@s de 6.º de Villar de Olalla hemos leído El libro de Guillermo y hemos hecho juegos de lectura sobre dicho libro. Uno de ellos ha sido un ACRÓSTICO y el que más nos ha gustado ha sido el de nuestro compañero Sergio Pastor.

Esperamos que os guste.

Guíame a través del bosque,
Único guerrero de la villa,
Indícame el camino,
Llévame cogido de la mano.
Llévame al otro lado del bosque,
El tesoro nos aguarda al otro lado.
Rápidos como el viento
Movimos nuestros fuertes cuerpos.
¡Ostras! ¡No está el tesoro!



Los chicos de 6.º de Villar de Olalla estamos cosiendo una tarjeta navideña en la clase de Plástica.

¡FELIZ NAVIDAD!

PÁGINA MUSICAL

A... cantar en Navidad

M^a Pilar del Pozo C.

Voz

A, _____ lle - gó la Na - vi - dad. _____ E, _____ nos va - mos al be - lén. _____ I, _____

12
_____ al ni - ño chi - qui - tín. _____ O, _____ lle - vo mi co - ra - zón. _____ U, _____

22
_____ no de - bes fal - tar tú. A e i o u o i e a, ya *rit..* lle - gó la Na - vi - dad.



EDUCANDO EN FAMILIA

CÓMO LE AYUDA EN LOS ESTUDIOS.

1. VALORAR LOS ESTUDIOS

- La primera pauta es que la familia valore los estudios.
- Esto se hace de diversas formas: transmitiendo expectativas y mensajes positivos hacia ellos, dándoles la prioridad que merecen en la vida del hijo o de la hija.
- Supone prestarles atención y valorar los logros que el chico consigue.
- También supone dar ejemplo de responsabilidad y cumplimiento del deber por parte de los padres.

2. GARANTIZAR UNAS CONDICIONES MÍNIMAS

- Con esto nos referimos a que se garanticen desde el hogar unas pautas de sueño y alimentación adecuadas para afrontar el trabajo intelectual.
- Que se disponga de un espacio de estudio en casa con temperatura e iluminación adecuadas y sin distracciones.
- Evitar interrupciones durante el tiempo de estudio y una serenidad emocional en la vida del chico.



3. ELABORAR HORARIO DE ESTUDIO

- Los padres pueden colaborar elaborando un horario de la tarde del niño o de la niña. En este horario se incluirán las diferentes actividades que lo ocupan, incluyendo un tiempo diario para estudiar.
- El horario se utilizará como referencia principal, aunque en algunas ocasiones se sea flexible y pueda modificarse.
- De forma orientativa proponemos los siguientes tiempos de estudio:
 - 1º y 2º de Primaria, 6 y 7 años, unos 40 minutos;
 - 3º y 4º de Primaria, entre 60 y 90 minutos;
 - 5º y 6º de Primaria, alrededor de 90 minutos;
 - En Secundaria, entre 90 minutos y 2 horas.

4. SUPERVISAR

- Supervisar implica estar pendiente de ciertos aspectos del estudio: del cumplimiento del horario de estudio, del aprovechamiento del tiempo, de la realización de los deberes... en definitiva estar informado de la marcha general. También supone estar pendiente para elogiarlo y animarlo.
- Una forma de estar informados es revisar los cuadernos de clase, donde en ocasiones, los profesores dejan observaciones.

5. AYUDAR A ORGANIZARSE

- Es bueno que le ayuden y enseñen a organizarse: a preparar lo necesario para el día siguiente, a usar la

agenda, las listas de tareas, los calendarios o a priorizar las obligaciones.

- Hasta los 8 años o 3º de Primaria, es más eficaz utilizar un cuaderno que la agenda. Esta se puede empezar a usar a partir de los 9 años o 4º de Primaria.

6. MANTENER CONTACTO CON EL COLEGIO

- Mantener contacto con el tutor o tutora es una forma de darle importancia a los estudios y de estar informado, además, es una manera de prevenir posibles dificultades. Como mínimo sería conveniente mantener una entrevista en cada trimestre, aunque el chico o la chica no tenga ningún problema.
- Si se necesita ayuda, se deben solicitar pautas claras y concretas: qué tengo que hacer; cómo y con qué lo hago.

7. OFRECER AYUDA DIRECTA

- Aunque la familia puede ayudar en aspectos concretos, ayudar no es sustituir, ni solucionar los problemas por el hijo o la hija.
- Algunas formas de ofrecer ayuda directa son: interpretar las instrucciones de una tarea, facilitar información, resaltar información clave o comprobar si se ha asimilado un contenido.

8. PROMOVER OTROS APRENDIZAJES

- Por último, siempre pueden promover otros aprendizajes como fomentar la lectura, mejorar los idiomas, profundizar en el uso educativo de las nuevas tecnologías, el gusto por la música, la visita de museos, exposiciones, el teatro, acudir a conciertos y todo lo relacionado con el enriquecimiento cultural.

Para saber más: JARQUE, J (2008) Cómo ayudar a los hijos en los estudios.

Madrid. Grupo Gesfomedia.



RINCÓN ACTIVO

LA PIRÁMIDE DE LOS ALIMENTOS

Para estar sanos y fuertes, es muy importante comer bien y llevar una dieta equilibrada. En la clase de 1º de Arcas, recortando de folletos de los supermercados, hemos hecho nuestras propias "pirámides".

Y así nos han salido.



Participamos en el proyecto Castilla la Mancha + Activa y nosotros mismos aprendemos a vivir más activos:

Tomamos desayunos saludables.

Conocemos los alimentos beneficiosos para la salud y los que nos perjudican.

Venimos al cole andando.

Hacemos ejercicio físico.

Reflexionamos en grupo sobre las ventajas de llevar una vida sana.



C.R.A. Elena Fortún



+ ACTIVO, + VIVO



TRABAJO COLABORATIVO: Lenguaje oral.

TALLER DE COMUNICACIÓN NOMBRE _____
¿Cuántos vasos de agua bebes al día? _____
¿Cómo llegas hasta el cole o hasta la parada del autobús? _____
¿Qué sueles merendar? _____
¿Cuántas veces al día te lavas los dientes, y en qué momentos? _____
¿Practicas algún deporte varias veces a la semana? _____ ¿Cuál? _____
¿A qué hora te vas a dormir? _____

POR PAREJAS, RESPONDEN A LAS PREGUNTAS.
- GRAN GRUPO: PONEN LAS RESPUESTAS EN COMÚN.
- ENTRE TODOS: ELABORAMOS ESTOS

CONSEJOS PARA UNA VIDA SANA.

1. Bebe agua varias veces al día.
2. Si puedes, desplázate andando o en bici.
3. Evita los dulces y la bollería industrial.
4. Lávate los dientes después de las comidas.
5. Haz deporte 3 veces a la semana.
6. Descansa 10 horas cada día.





CASTILLA-LA MANCHA
+ACTIVA



+ ACTIVO, + VIVO

Arucas 7-12-2013

CAMPEONATO PROVINCIAL DE CAMPO A TRAVÉS CUENCA 2013

¡LOS GANADORES!

3 1 2

El Cra Elena Fortún (Víctor, Alejandro, Miguel, Joel y Guillermo) ganaron el primer premio en equipo de la categoría alevín masculino. Era nuestra primera carrera y por eso estábamos muy nerviosos. Cuando empezamos salieron todos muy rápidos y nosotros nos quedamos los últimos. Cada vez íbamos más rápido y adelantando a más gente. A la llegada creíamos que no habíamos ganado, pero nos dijeron que sí habíamos ganado y nos quedamos con una cara de sorprendidos. Cuando subimos al podio de primeros, empezamos a saltar como locos. Estamos todos deseando que llegue la próxima jornada.



Guillermo Ballesteros Baselga

LAS FAMILIAS HABLAN

Como madre de dos alumnos de este centro que soy, me gustaría compartir con todos la alegría que me da formar parte de esta comunidad educativa. Creo que en estos últimos tiempos las familias estamos participando más activamente en las actividades del centro y en actividades realizadas fuera del centro por las asociaciones de padres y alumnos de las distintas secciones del CRA.

Creo que es muy importante ya que de esta manera nuestros hijos perciben que su “pequeño mundo” es importante para nosotros y que queremos formar parte de él, con ellos. Conocer a otros padres de distintos cursos para cambiar impresiones y que los chicos se relacionen con el resto de chicos en distintos ambientes creo que nos permite a todos crecer.

Creer en valores, como el de la solidaridad, tan importante en los tiempos que corren.

“Que nuestros hijos perciban que su “pequeño mundo” es importante para nosotros”

La última actividad realizada por el centro y por los padres de los cuatro pueblos (a través de las AMPAS); la recogida de alimentos para el Banco de alimentos de Cuenca, nos ha permitido a todos trabajar sobre ello de forma natural. Enseñar a nuestros hijos que con un pequeño gesto nuestro, colaborar con un paquete de arroz y unas galletas, por ejemplo; podemos ayudar tanto a otros, es una enseñanza que en ningún libro van a aprender.

Me gustaría animar a todas las familias a seguir participando y colaborando en las actividades organizadas y desarrolladas en nuestra comunidad educativa.

Saludos.

Gema Vicente Yanguas



OCIO INTELIGENTE

A lo largo del curso encontrarás divertidas pruebas de diferente dificultad en las que tendrás que desarrollar estrategias de lógica y cálculo. Si quieres participar, deberás imprimir la prueba, realizar las actividades propuestas y presentarlas antes del plazo establecido. Obtendrás una puntuación que se irá acumulando. La mayor puntuación ganará un premio consistente en ... En caso de empate, se realizará un sorteo.

PARA ALUMNOS DE 5º:

1. Si hay tres pizzas y coges dos, ¿cuántas tienes?
2. Uno cuesta 1€; 12, 35 o 98 cuestan 2€; 125, 200 o 418 cuestan 3€. ¿De qué se trata?
3. Conduces un tren de Madrid a Barcelona. Sales a las 9:00 de la mañana y viajas durante dos horas y media. Hay una parada de media hora en Zaragoza y luego el tren continúa durante otras dos horas. ¿Cuánto tiempo se ha estado moviendo el tren? ¿Cómo se llama el conductor?
4. Si una pelota de baloncesto pesa $\frac{1}{2}$ kilo más la mitad de su propio peso, ¿cuánto pesa?
5. Estoy pensando en tres números diferentes y menores de 10. ¿Cuál de los números siguientes no puede ser la suma? Explica tu respuesta.

a) 6

b) 15

c) 20

d) 24

e) 25

PARA ALUMNOS DE 6º:

1. Un herrero cobra 4 céntimos por poner el primer clavo al herrar un caballo, y por cada uno de los clavos siguientes cobra el doble de lo que cobra por el anterior. Si cada herradura tiene 8 clavos, ¿cuántos euros cobra por herrar un caballo?

2. Un músico y una letrista firman un contrato para componer rápidamente un disco. El promotor discográfico les recuerda su compromiso con estas palabras:

“Tenéis 47 horas para hacer 10 canciones. Es decir, 4 horas y 7 minutos por canción. Eso, si no dormís.”

¿Qué opinas?

3. Un agricultor tiene un campo triangular y quiere plantar 6 árboles en cada lado. ¿Cuántos árboles necesita?

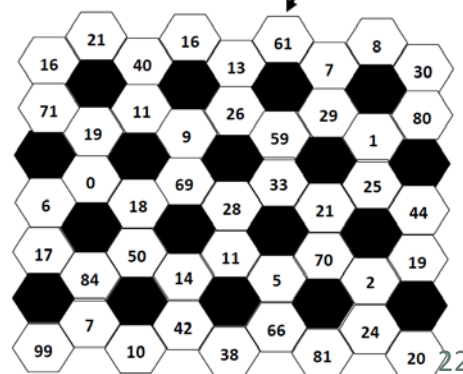
4. Busca el camino que te llevará desde la flecha de salida hasta abajo sumando un total de 430 puntos.

5. En esta suma cada letra representa una cifra menor de 5. Escribe el valor de cada letra:

$$\begin{array}{r}
 \text{A} \quad \text{B} \quad \text{C} \\
 + \quad \text{C} \quad \text{B} \quad \text{D} \\
 \hline
 \text{E} \quad \text{E} \quad \text{C}
 \end{array}$$

22

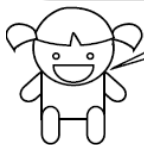
A B C D E



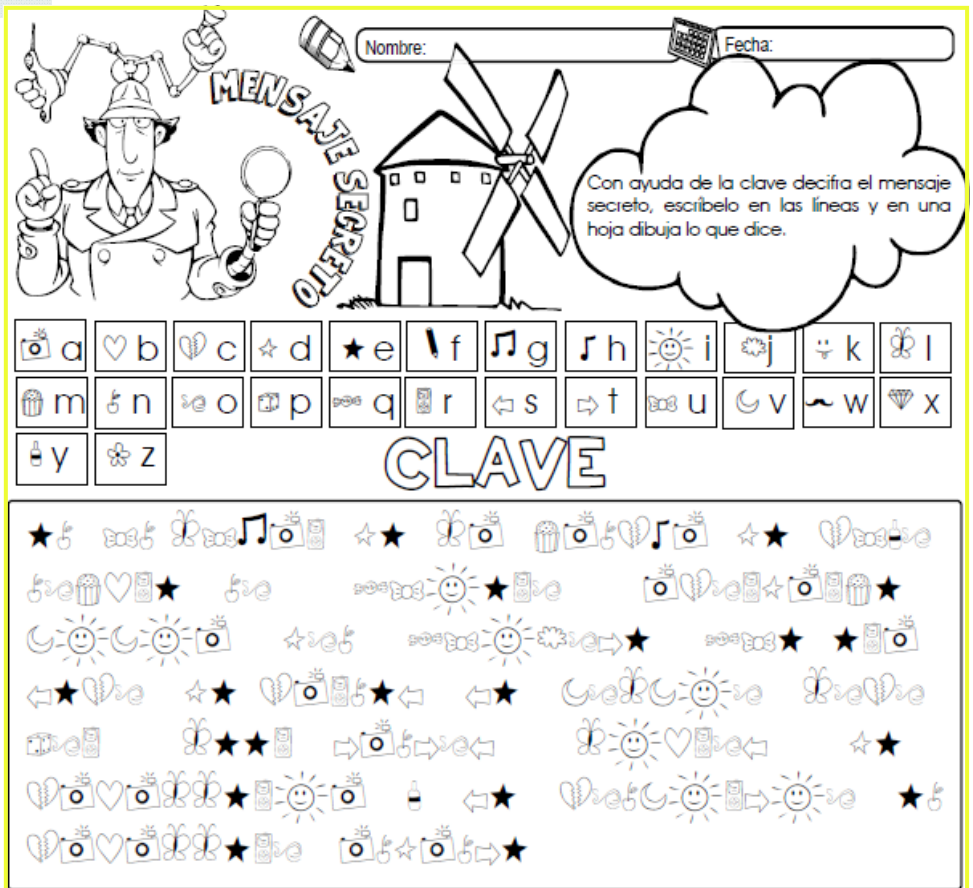
PARA LOS MÁS PEQUEÑOS:



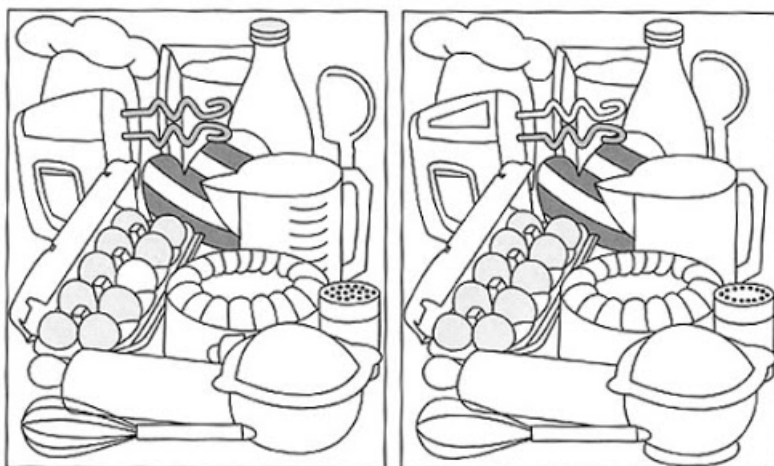
¿Sabes qué cosa será que cuando hablas lo rompes y cuando callas está?



Vence al tigre y al león.
Vence al tigre embravecido,
vence a señores y reyes
y a todos deja vencidos.



Una cosa muy potente
que sin piernas y sin alas,
crece, vuela y atraviesa,
ríos, mares y montañas.



HOMENAJE A NELSON MANDELA



Nelson

Mandela nació en 1918, en el clan de los Madiba, en Sudáfrica. Desde muy pronto quiso luchar contra la injusticia que padecía su

pueblo: la segregación racial, llamada también *apartheid*, según la cual las personas negras no podían compartir los mismos espacios, calles, escuelas, teatros, autobuses, barrios, etc... que los blancos. Por eso fundó el partido llamado Congreso nacional Africano en 1948.

Con este partido llevó a cabo campañas de desobediencia y en algún momento defendió la lucha armada para combatir el *apartheid*, y ello le costó la cárcel en dos ocasiones: la segunda vez, en 1962 fue arrestado y condenado a muerte y después le conmutaron por cadena perpetua. Estuvo en prisión 27 años; su número de preso, el 466-64 se ha hecho famoso como símbolo de la lucha contra la injusticia racial y se ha reproducido en millones de camisetas por todo el mundo. Mandela se convirtió en una figura legendaria que representaba la falta de libertad de todos los hombres negros sudafricanos.

Dentro de la cárcel, en condiciones muy penosas, realizaba trabajos forzados en una cantera de cal y las raciones de comida eran siempre más escasas por ser negro. Mandela, sólo tenía permitido recibir una visita y una carta cada seis meses. Las cartas, si llegaban, eran a menudo retrasadas durante largos períodos y leídas por los censores de la prisión. Mientras estaba en prisión, creció su fama de gran luchador por la igualdad y la libertad en todo el mundo y se pedía su liberación. Finalmente salió de la cárcel en febrero de 1990.

Nada más salir de la cárcel, tendió la mano a sus

carceleros, al Presidente de su país, Frederik de Klerk, para intentar eliminar el *apartheid* mediante el diálogo y la democracia. Gracias a ello, ambos recibieron el premio Nobel de la paz en 1993.

En 1994 fue elegido Presidente de Sudáfrica y se convirtió en el primer Presidente negro. Durante todo su mandato, su mayor preocupación fue evitar la guerra civil y llevar a cabo una política de reconciliación nacional; aprobó una nueva constitución.

Muchos expertos consideran que su gesto de apoyar abiertamente a la selección de rugby de Sudáfrica, que era un símbolo histórico del *apartheid*, en la Copa Mundial de Rugby de 1995 fue clave en el nuevo clima de

“La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo”

reconciliación. Tanto la victoria del equipo como el gesto de Mandela fue plasmado en la película *Invictus* (2009), dirigida por Clint Eastwood.

Quando terminó su mandato, se retiró de la política y de la vida pública. En sus últimos años había tenido diferentes problemas de salud, derivados principalmente de su estancia de 27 años en prisión y de su avanzada edad; su última aparición pública se remonta a la ceremonia de clausura del Mundial de Fútbol de 2010 celebrado en Sudáfrica. Su salud ha ido empeorando paulatinamente hasta el 5 de diciembre de 2013 que falleció en su casa de Johannesburgo. Su muerte ha sido llorada en todos los rincones del planeta por los defensores de la democracia y de la libertad. A sus funerales han asistido mandatarios de todo el planeta.

Violeta

