O Profisional

Xornal de Información Xeral do Instituto de Educación Secundaria "María Sarmiento"

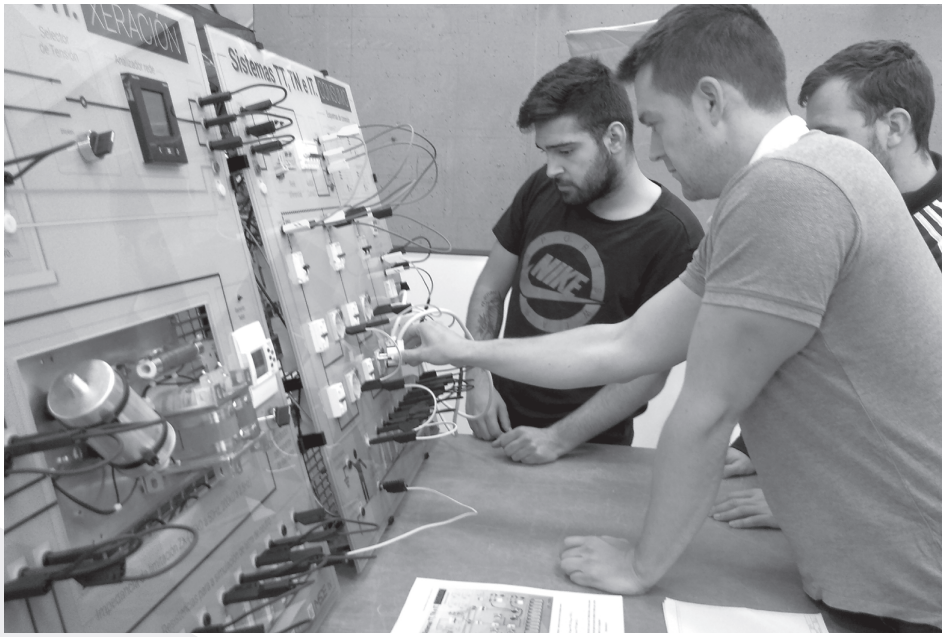
Ano XXVI - Número 72 — Viveiro, 21 de xuño de 2019

PREMIO NACIONAL ÁS MELLORES PRÁCTICAS EDUCATIVAS - CURSO 2003-04

Equipos de Dinamización da Lingua Galega

É a cuarta vez, nos últimos cinco anos, que un grupo de traballo integrado por alumnado e profesorado dos ciclos do Departamento de Electricidade acada un

PREMIO Á INNOVACIÓN EDUCATIVA NA F.P.



Alumnado do CS de Sistemas Electrotécnicos e Automatizados, traballando co panel TT, TN e IT

No curso anterior, o equipo coordinado polo profesor de Sistemas electrotécnicos e automáticos, Ramón Costeira, coa colaboración de Juan Mendoza e de Carlos Ferreiro, xa acadara un premio de 7.000 euros polo deseño dunha maqueta didáctica que permite a xestión activa do neutro en sistemas trifásicos, simulando diferentes situacións e requisitos regulamentarios que antes só se teorizaban.

Pois ben, a Dirección Xeral de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa volve premiar os nosos compañeiros polo proxecto presentado para o vindeiro curso. Neste caso con máis de 8.000 euros; trátase da confección dun simulador que permitirá controlar diferentes condicións de traballo en motores trifásicos, e poder obter medidas directas en ámbitos reais, por exemplo a plena carga.

Todo este traballo de investigación, desenvolvemento e aplicación redundará directamente na formación do alumnado dos ciclos medio e superior desta especialidade altamente demandada polas empresas electromecánicas.

CATRO MATRÍCULAS DE HONRA NO BACHARELATO

Paula Permuy Prado, Gabriela Pita López, Jorge Fraga Bouza e Claudia Rivera Vázquez acadaron senllas matrículas de honra no Bacharelato (páxina 23)

ESO students in London

O alumnado de 4º de ESO tivo a oportunidade de realizar unha viaxe, fin de etapa educativa, á cidade británica guiados polas profesoras Helena Pérez Inés, Angélica Otero Fernández e Inés Lorenzo Teijeiro.

(Máis información na páxina 18)

SUMARIO

-Outra viaxe a París
-Xubilación
-Volvemos á neve
-Entrevista: Sara Méndez Toriza
-IV Congreso FP innova
-Voz Natura
-Cultura Celta
-Correlingua 2019
-FP, opción de futuro
-Visitas a Salamanca
-Excursión a Londres
-Peixe e marisco para os pobres
-Oferta educativa 2018/19

EDITORIAL

Comezabamos este curso 2018/19 coa implantación do programa EDIXGAL no primeiro curso de ESO e coa ampliación da oferta educativa cun novo ciclo superior de Automoción.

Durante o transcurso deste ano académico, o apartado de formación interna, con accións de cara ao profesorado de materias comúns celebrando cursos sobre TEA, ou Educación Emocional, foron tamén accións significativas.

A conmemoración do 25 aniversario do noso xornal escolar O Provisional e a inminente celebración, a comezos do próximo curso, do congreso de ENCIGA son aspectos aos que adicamos tamén moito tempo.

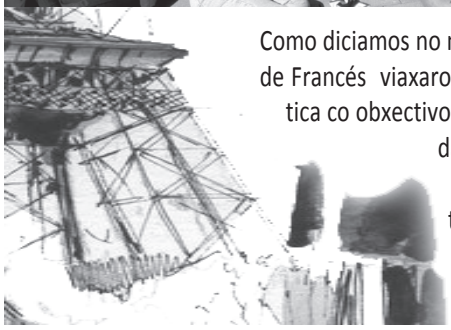
O éxito dos proxectos presentados dende os departamentos de ciclos formativos, tanto nas xornadas de emprendemento, como no congreso de FP innova, constituíron outro importante piar de traballo para nós.

Agora remata un curso máis, marcado neste último trimestre polas actividades extraescolares, principalmente as viaxes a Roma, París, Praga e Londres e, por suposto, pola novidade de que os antigos exames de setembro para bacharelato se farán agora a finais de xuño.

Todo isto, sumado á actividade diaria dun centro educativo tan complexo como é o María Sarmiento, pode darnos unha idea do traballo e esforzo diario de case cen persoas que formamos parte do cadro de persoal do noso instituto que, como vén sendo dende fai moitos anos, segue a estar á vangarda tanto das accións formativas como da aplicación metodolóxica e da autoavaliación do noso quefacer diario.

Boas, e merecidas, vacacións de verán!.

OUTRA VIAXE A PARÍS



Como diciamos no número anterior, os alumnos de Francés viaxaron a París nunha viaxe didáctica co obxectivo de mellorar o coñecemento da língua e cultura francesas. A visita tivo lugar a final do trimestres anterior entre os día 18 e 22 de marzo.

A extensa programación de visitas comezou na zona de Notre Dame, praza de L`Hôtel de Ville, barrio latino (Saint-Michel), e unha ruta en barco polo Sena, a Île de la Cité, exteriores do museo d`Orsay e da Conciergerie (antigo cárcere).

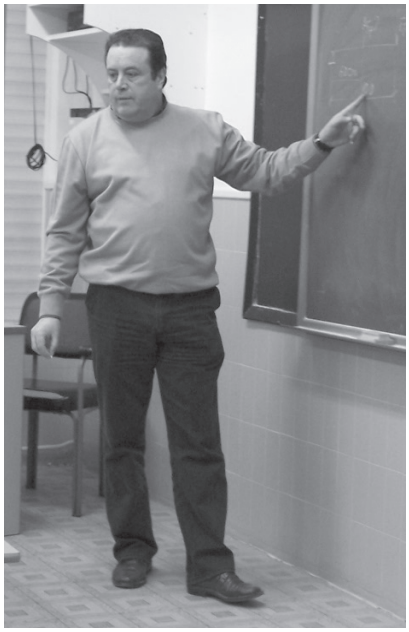
Noutro momento, percorreron a pé os Campos Elíseos, Arco do Triunfo, Torre Eiffel (os máis ousados subiron ata arriba de todo) e arredores (Trocadéro e Champs de Mars).

Outra zona visitada comezou polo parque de Luxemburgo, museo do Louvre, praza da Concordia, Obelisco, praza da Opéra, zona da Bourse e as famosas Galerías Lafayette.

Finalmente, xa preto do aloxamento, viron o barrio do Mont-Martre, onde está a catedral do Sacré Coeur (Sagrado Corazón), a praza dos pintores, a rúa Pigalle, famosa por albergar a sala de espectáculos o cabaret Moulin Rouge e pasaron un día de lecer en Disneyland.

O grupo foi acompañado polas profesoras Helena Pérez Inés, Angélica Otero Fernández e Blanca Viñas Caneda

IMS IES MARÍA SARMIENTO
85 ANIVERSARIO 1932 2017
Ensino de calidade para todos
ESO, Bacharelatos, Ciclos medios e superiores, ESA
XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA



XUBILACIÓN

Rafa, como é coñecidio por todos, comezou a súa carreira profesional como profesor de Prácticas do Metal no IES "Cabo Ortegal" de Cariño, o 22 de outubro de 1984. Despois de aprobar a oposición, ao curso seguinte, pasou ao IES "O Centiño" de Foz xa como profesor Numerario de Tecnoloxía do Metal onde permaneceu ininterrumpidamente ata o 30 de setembro de 1989.

Dende o 1 de outubro de 1989, pertence ao equipo docente do IES "María Sarmiento". Foi Xefe de Departamento en varias ocasións, Coordinador de Educación e Emprego, no 90-91, e ocupou o cargo de Secretario dende o 1 de xullo de 1992 ata o 30 de xuño de 1998.

No proceso de adscrición do profesorado de 1998, pasou a profesor de Tecnoloxía Xeral, superando tamén a oposición a esta materia.

No concurso-oposición do 2008-2009, Pedro Rafael Rivera Fernández, acadou o nivel de Catedrático de Tecnoloxía.

VOLVEMOS Á NEVE

Tamén adiantabamos a finais de marzo que o alumnado de 3º de ESO estaría na estación de Valgrande do 25 ao 28 dese mes; na fotografía vemos o grupo acompañados polos profesores Mariluz Fernández Díaz, Yolanda Fernández López e Francisco Basanta Barro.

Unha experiencia lúdico-didáctica que ano a ano se vai consolidando como habitual dentro da programación do Departamento de Educación Física.

TEATRO

O 28 de marzo, o alumnado de 3º e 4º de ESO xunto cos de 1º de Bacharelato asistiron, no teatro Pastor Díaz de Viveiro á representación da obra "Language Planning" a cargo da compañía Os Quinquilláns, producida pola Editorial Galaxia.

A actividade estivo organizada polo Departamento de Galego, cuxo profesorado acompañou aos alumnos xunto con outros que impartían nese mesmo horario.

TORNEO DE BALONCESTO

O xa tradicional torneo de baloncesto entre o IES Vilar Ponte e o María Sarmiento de final do segundo trimestre xogouse o 12 de abril no pavillón polideportivo dos dous institutos.

O resultado foi de 47 a 55, favorable ao noso centro.

MÉDICOS DEL MUNDO
MÉDICOSDELMUNDO
COMBATIMOS TODAS LAS ENFERMEDADES, INCLUIDA LA INJUSTICIA

ENTREVISTA:

Sara Isabel Méndez Toriza

Sara, con un dos seus murais deseñados para Sargadelos

Natural de Landrove (Viveiro), estudou o bacharelato no IES María Sarmiento, é enxeñeira técnica en deseño industrial e grao en enxeñería de deseño industrial.

Dende fai sete anos traballa no Departamento de deseño de Sargadelos, na planta de Cervo, do cal é coordinadora na actualidade.

En primeiro lugar, como vivíches o teu paso polo IES María Sarmiento?.

Lembras algunha anécdota, ou referencia salientable?

Teño gravados moi bos recordos dos anos que pasei aí. Lembro con especial agarimo a iniciativa do campionato de fútbol feminino (tan en voga hoxe en día) no ano 2006. Lográranse xuntar oito equipos que, coordinados polo departamento de Educación Física, xogabamos nos recreos, algunhas das rapazas eran moi boas, pero a maioría, entre as que me inclúo, eramos algo inexpertas. Este proxecto deu como resultado bos momentos de convivencia e desfrute, pódese dicir que fomos unhas pequenas precursoras.

Teño bo recordo tamén das prácticas que faciamos en moitas materias, o María Sarmiento sempre se caracterizou por ser un instituto ben equipado onde os laboratorios estaban cheos de materiais e os profesores valíanse deles para ensinarnos. A praxe é moi importante na ensinanza, cando o alumno interactúa de maneira activa co medio, os coñecementos fíxanse mellor.

E por último, xa que quero recalcalo ben, o trato próximo do profesorado cara ós alumnos, a súa preocupación por nós e os nosos problemas, debo dicir que no meu caso en concreto son verdadeiros responsables xunto coa miña familia do que son a día de hoxe.

Continúas mantendo contactos coa comunidade educativa do centro?

Si, tiven a sorte de despois de estar uns anos vivindo fóra

volver a residir en Viveiro, e sendo así, é inevitable non coincidir con algúns dos que foron os meus profesores e xente do centro. É estupendo poder comprobar que a relación segue viva.

Aínda que non fai moito tempo, como vés os cambios habidos dende que fuches alumna do noso centro**?**

Concibo a educación como unha disciplina dinámica que debe ser consciente dos cambios na sociedade. É imposible que toda a evolución tecnolóxica que vivimos nestes últimos anos non se faga notar nos centros e nas persoas. A inclusión das TICS nas aulas e o acceso a internet supuxeron un cambio salientable nas formas de ensinanza e aprendizaxe. De todas as maneiras, estas innovacións só poden ser tratadas como meras ferramentas de ensino que precisan dun bo docente detrás que as dirixa.

A túa carreira estivo sempre enfocada ao diseño industrial ou contemplache algunha outra posibilidade?

Sempre tiven claro que me gustaban máis as ciencias e as ensinanzas técnicas, e investigando neses campos descubrín o deseño industrial, unha disciplina que busca mellorar os produtos para adaptalos ao usuario final de forma funcional, emocional e sociocultural. Gracias o deseño os humanos puideron evolucionar e satisfacer as súas necesidades e os seus gustos. Como podedes ver, non sona nada mal, gustoume moito a idea de deseñar obxectos que despois a xente puidera usar e/ou desfrutar no seu día a día. Polo momento estou orgullosa da vía que escollín. A maiores teño que dicir que sempre me gustou moito o mundo da docencia, de feito realicei estudos para poder levala a cabo, pero polo momento apetéceme seguir como e onde estou, pois aínda me quedan moitas inquedanzas que me gustaría abordar.

Agora mesmo formas parte do equipo de deseño dunha das empresas máis emblemáticas de Galicia; que supón para tí traballar en Sargadelos? Como foron os teus inicios?

Traballar nunha empresa que forma parte da identidade cultural e estética dos galegos é dende logo, unha honra para min.

A miña experiencia con Sargadelos comezou nun verán que a empresa organizou uns workshops con deseñadores industriais españois, a idea pareceume moi boa e apunteime a eles. En dúas semanas de coloquios e fases prácticas tivemos que presentar un proxecto individual de cerámica para a gastronomía. Vese que o meu proxecto lles chamou a atención, xa que de alí a un tempo me chamaron para comezar a traballar na planta que Sargadelos ten no Castro en Sada.

Dende o teu traballo xa tés contribuído a logros importantes da firma: a entrada no MOMA ou os premios recentemente acadados coma o da revista Interiores. Tés novos retos profesionais?

*Sargadelos, como todas as empresas e institucións debe adaptarse os tempos, pero sen perder a identidade que o fixo ser referente a nivel de deseño e que logrou crear uns vínculos sólidos de apego coa xente deste país. Levamos un tempo traball*ando *nese eido, deseñando coa mesma esencia, pero pensando en novos produtos con novas funcionalidades adaptadas ao noso tempo, focalizando na maneira de que Sargadelos sexa máis coñecido fora de España, aumentando a presencia tanto dixital, nas redes sociais e na web, coma física abrindo novos puntos de venda.*

Respecto ao esforzo e constancia no logro dos obxectivos, no teu caso sabemos que a túa situación persoal supuxo un reto adicional, que lle dirías aos estudantes actuais?

A vida traeranos moitas situacións adversas que non podemos controlar, o que marcará a diferencia e a nosa actitude cara esas alteracións. Sede perseverantes, as cousas non sempre saen a primeira, confiade nas vosas capacidades, que son moitas, e nunca vos deades por vencidos

-REDACCIÓN-

ENTREVISTADOS ANTERIORMENTE:

Diana Ferández Gómez
Davíd Díaz Díaz
Andrés López Chao
Lorena Piñón López
Yolanda Fernández López
Susana Quintela Díaz
Jessica Lash
Catalina Rivera López
Ramón Martínez Pego
Helena Pérez Inés
David e Valeria Fernández
Atilio Díaz Luaces
Alicia Figueiras Icasuriaga
Narciso Pillo Guerreiro
Uxío Rodríguez García
Patricia Amigo Caruncho
Óscar Rolle Calvo
Javier Mariño Chao
Adrián Ben Montenegro
Juan A. Menéndez Rocha
Eric Rodríguez Wolpers
Manuel Mira Martínez
Manuel Fernández López
Gonzalo Dablanca Blanco
Rebeca Bermudez Ramudo
Ángel Rodríguez Vázquez
Patricia Mariño Bouza
José Rodríguez Costa
Pedro Álvarez Expósito
Dolores Núñez Estévez
Francisco Basanta Barro
Euloxio Xesús Rubert Méndez

IV Congreso de Innovación na Formación Profesional

A Consellería de Cultura, Educación e Ordenación Universitaria, volveo a celebrar o Congreso FP Innova que nesta edición 2019, tivo lugar entre os días 8, 9 e 10 de maio na Cidade da Cultura en Santiago. Unha representación do alumnado visitou o Congreso o día 9 e, ademais, tiveron unha participación activa a través de catro proxectos deseñados polos alumnos do noso centro.

Os alumnos do CS de Admisnistración e Finanzas, coordinados pola profesora Yolanda Fernández, presentaron o proxecto "*Ya voy yo*" unha iniciativa pàra facer compras para os clientes particulares dentro das tendas que pertencen ao casco histórico.
O Presidente da Xunta visitou o *stand*, momento que recolle a fotografía.

Dende o CS de Automoción, coa coordinación de Ramón Martínez Pego, presentouse un sistema de diagnose sobre un vehículo de última xeración e unha maqueta da cadea cinemática dun coche híbrido.

Mentres, dende o Departamento de Electricidade e Electrónica, baixo a supervisión de Ramón Costeira e Juan Mendoza, presentouse unha maqueta para a configuración TT, IT ou TN que permite a realización de prácticas sen repercusión para a instalación eléctrica principal

Finalmente, o profesor Pablo Quintela Sotelo, expuxo un sistema para a eliminación selectiva da avespa velutina

TALLER DE POESÍA

CON CARLOS NEGRO

O día 1 de abril, o autor de *Aplicacións Instantáneas*, premio Jules Verne de Literatura Xuvenil 2018, estivo cos clubes de lectura de 2º de ESO nun taller de poesía que resultou do máis creativo xerando unha gran expectación entre o alumnado participante. A actividade estivo organizada polos responsables da biblioteca e polo EDNL.

ados
axencia de doazón de órganos e sangue

AXENCIA DE DOAZÓN DE ÓRGANOS E SANGUE

Na última estancia do equipo de extracción de sangue no IES "María Sarmiento", o 4 de abril, realizáronse 13 doazóns, 8 delas foron de persoas que o fixeron por primeira vez.

Sentímonos orgullosos de colaborar co Centro de Transfusión de Galicia (e agora co ADOS) dende o 1994, acadando dende aquela un total de

1.094 doazóns

MÁIS INFORMACIÓN EN:
doadoressangue.ctg@sergas.es

FALECEMENTO

O pasado 22 de marzo faleceu na súa casa da Coruña, Francisco Fernández Murias, que fora profesor de Debuxo Técnico no noso centro alá poloa década dos anos cincuenta do século pasado.

Ademais, fora responsable técnico de Barro-Chavín e, posteriormente, desenvolveu a súa carreira profesional como profesor no IES Fernando Wirtz.

As nosas condolencias aos seus familiares e amigos.

www.enciga.org

- XXXII CONGRESO ENCIGA -

14, 15 e 16 de novembro de 2019 no IES MARÍA SARMIENTO (VIVEIRO)

Proxecto Voz Natura

CATALOGACIÓN DE FONTES E LAVADOIROS NA CONTORNA DE OUROL E O VICEDO

Fonte dos Fabás- O Folgueiro (Concello de O Vicedo)

Continuamos co noso proxecto "Voz Natura", iniciado o curso anterior, que consiste na localización e caracterización de fontes e lavadoiros.

Nesta edición decidimos ampliar a catalogación aos concellos limítrofe de Ourol e O Vicedo (por estar neles os nosos centros adscritose, polo tanto, a maioría dos nosos alumnos), e deixar que sexan eles mesmos dende a ESO ata 1º de bacharelato os que traballen libremente neste proxecto.

Para dirixir os grupos nomeouse a Nuria Díaz de Ourol e a Yuri Fernández para o equipo do Vicedo, mentres que a totalidade do proxecto segue coordinado por Francisco Basanta Barro coa colaboración dun grupo de profesores do claustro. Tamén, segundo sinalou Basanta, contaron coa colaboración dos concellos dende as áreas de PXOUM e oficinas catastrais. Parabéns!

ALDAOLADO COA BIBLIOTECA

O martes 4 de xuño levouse a cabo unhas das últimas actividades da biblioteca para este curso. Visitounos o dúo galego Aldaolado integrado por Lucía Aldao e María Lado; na súa actuación mesturan a poesía e a música co humor crítico.

O acto estivo programado para todo o alumnado de 4º da ESO, 1º de BAC e todos os ciclos formativos que se imparten no centro.

Susana Quintela, responsable da biblioteca, foi a coordinadora e sinalou como obxectivos principais os de promocionar a música, a poesía e a igualdade.

RedUNE: Rede de Prevención do Sectarismo e do Abuso da Debilidade

MARRUÁN O BARBEIRO

Antón Fraguas, protagonista do Día das Letras Galegas deste ano, adicouse a recoller, sistematizar e coñecer a memoria cultural do pobo galego.

Na súa obra "Romarías e santuarios", no capítulo Sta. María e S. Roque de Viveiro, recolle varias tradicións aínda vixentes e outras que teñen formado parte da cultura de Viveiro. Sobre este particular traballouse, na hora de titoría, cos alumnos de 1º e 2º de ESO o día 14 de maio.

FESTIVAL NO TEATRO PASTOR DÍAZ

Co obxectivo de recadar fondos para a viaxe que fixeron a Londres, os alumnos de 4º de ESO, organizaron, o pasado 5 de abril, un festival no teatro Pastor Díaz de Viveiro.

Actuaron, entre outros, o monologuista Víctor Rolle Prieto, Lara Fernández-Noriega e Elsa Palacios bailando entre poemas, o mago Kiko Carrolo, o clube de ximnasia rítmica "Viveiro", unha parella de baile de bachata romántica e o grupo de baile moderno, ambas de Chassé e o cantante Joni Ramos. Tamén, os propios alumnos de 4º de ESO prepararon unha coreografía.

O evento estivo presentado por Rosalía Fernández Barcón, alumna de 4º de ESO.

5 xuño DÍA DO MEDIO AMBIENTE

Establecido pola Asamblea Xeral das Nacións Unidas na súa resolución do 15 de decembro de 1972; celébrase dende 1973 o 5 de xuño de cada ano, data coa que se deu inicio á Conferencia de Estocolmo (1972)

NOVO TORNEO DE XADREZ

Neste último trimestre xogouse, polo sistema suízo, un novo torneo de xadrez. Nesta ocasión, foron máis de trinta alumnos de 2º de ESO, que teñen como optativa esa materia, os que participaron na actividade coordinada polo profesor de Matemáticas, Jorge Santamariña García.

No momento de pechar esta edición aínda non se xogara a final; daremos conta dos gañadores no seguinte número do Provisional.

@aribeiradixital
-Xornal dixital de Viveiro
aribeiradixital.com

PERSOEIROS AOS QUE SE LLES TEN ADICADO O DÍA DAS LETRAS GALEGAS

Antón Fraguas Fraguas
Mª Victoria Moreno Márquez, 2018
Carlos Casares Mouriño, 2017
Manuel María Fdez. Teixeiro, 2016
Xosé F. Filgueira Valverde, 2015
Xosé María Díaz Castro, 2014
Roberto Vidal Bolaño, 2013
Valentín Paz Andrade, 2012
Lois Pereiro, 2011
Uxío Novoneyra, 2010
Ramón Piñeiro López, 2009
Xosé María Álvarez Blázquez, 2008
María Mariño 2007
Manuel Lugrís, 2006
Xesús Lorenzo Varela Vázquez, 2005
Xaquín Lorenzo Fdez. "Xocas", 2004
Antón Avilés Taramancos, 2003
Frei Martín Sarmiento, 2002
Eladio Rodríguez González, 2001
Manuel Murguía, 2000
Roberto Blanco Torres, 1999
Martín Códax, Johan de Cangas e Mendinho, 1998
Ánxel Fole Sánchez, 1997
Xesús Ferro Couselo, 1996
Rafael Dieste, 1995
Luis Seoane, 1994
Eduardo Blanco-Amor, 1993
Fermín Bouza-Brey, 1992
Álvaro Cunqueiro Mora, 1991
Luis Pimentel, 1990
Celso Emilio Ferreiro, 1989
Ramón Otero Pedrayo, 1988
Francisca Herrero Garrido, 1987
Aquilino Iglesia Alvariño, 1986
Antón Losada Diéguez, 1985
Armando Cotarelo Valledor, 1984
Manuel Leiras Pulpeiro, 1983
Luis Amado Carballo, 1982
Vicente Martínez Risco, 1981
Alfonso X "O Sabio", 1980
Manuel Antonio Pérez, 1979
Antonio López Ferreiro, 1978
Antón Vilar Ponte, 1977
Ramón Cabanillas Enríquez, 1976
Xoán Manuel Pintos Villar, 1975
Xoán Vicente Viqueira Cortón, 1974
Manuel Lago González, 1973
Valentín Lamas Carvajal, 1972
Gonzalo López Abente, 1971
Marcial Valladares Núñez, 1970
Antonio Noriega Varela, 1969
Florentino López Cuevillas, 1968
Manuel Curros Enríquez, 1967
Francisco Añón Paz, 1966
Eduardo Pondal, 1965
Castelao, 1964
Rosalía de Castro, 1963

CULTURA CELTA

IMBS-97

As fontes para coñecer a cultura celta

A mitoloxía dos antigos celtas é aínda moi escura, e pouco familiar para o público en xeral, para o que si pode selo a mitoloxía dos gregos e romanos, que forma parte dos programas escolares. Isto débese, tanto ó feito de que a civilización celta por enteiro foi durante moito tempo menospreciada, canto a que sobre este tema existe unha información moi fragmentaria. Non obstante, non faltan as fontes. Sen embargo, estas son ás veces tardías, sempre confusas e moi a miúdo contradictorias.

Están primeiro as inscricións que se descubren nos monumentos galorromanos, e que dan testemuño dunha determinada situación despois da conquista da Galia e da Gran Bretaña por parte dos romanos. Unha segunda fonte constitúena os testemuños dos autores gregos e latinos. Estes testemuños son importantes na medida en que son os únicos documentos coetáneos da época na que os pobos celtas practicaban o que se coñece como a relixión druídica. Xenofonte (430-340 a. C., aprox.) é o primeiro que sinala na súa Historia grega a existencia de mercenarios celtas, que participaron, a xornal de Dionisio de Siracusa, na campaña contra os tebanos de 369-368, combatindo como aliados dos espartanos. Platón cítaos entre os pobos guerreiros que teñen o hábito de emborracharse; Aristóteles evoca os seus costumes; Xulio César documentouse sobre deles para a súa Guerra da Galias...Pero estes testemuños deben ser sometidos á reflexión crítica, pois os gregos e os romanos non sempre captaban ben os matices dun pensamento, como era o celta, moi distinto do seu.

Unha terceira fonte, a máis importante, constitúena os textos irlandeses en lingua gaélica, transcritos a partir do século VII polos monxes cristiáns. Estes testemuños, lixeiramente cristianizados, ofrecen abundante información, o mesmo que os textos galeses da Idade Media, inda que estes están moito máis cristianizados. Unha quinta fonte de información constitúena os relatos do ciclo artúrico en Francia e resto de Europa. Baixo a capa dunha epopea cortés que ten por marco a sociedade feudal dos séculos XII e XIII, escóndense moitos esquemas mitolóxicos herdados da noite dos tempos. A sexta fonte, máis confusa, constitúena os contos e relatos da tradición popular oral. Neles, a través da evolución da linguaxe e dos costumes, perfílanse mitosarcaicos e permiten unha nova ilustración sobre a permanencia das culturas marxinais.

Os druídas

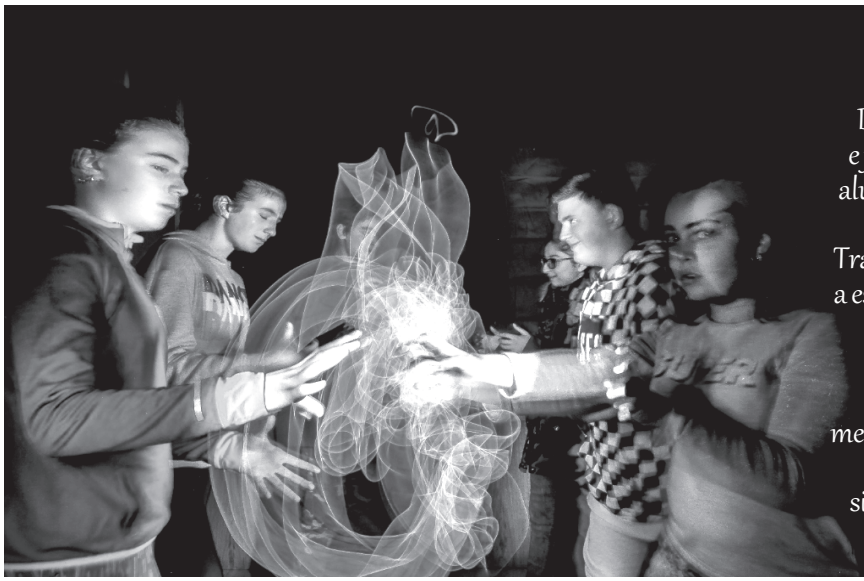
Druída era o nome do sacerdote no sistema relixioso dos celtas. O nome provén do radical dru-, que é superlativo, e dun término emparentado co latín videre e o grego idein. Un druída é, pois, un moi vidente ou moi sabio. Os druídas constitúen unha clase sacerdotal moi poderosa, dentro da que se agrupan distintas especializacións e unha xerarquización moi estricta. O druída propiamente dito está no cumio desta xerarquía. Calquera pode acceder á clase druídica despois de realizar longos estudios, de polo menos vinte anos. O druída participa na vida social, política, cultural, xurídica e relixiosa do grupo ó que pertence. Forma, co rei, unha auténtica parella, un poder bicéfalo sen o que nada pode facerse. El é quen inspira a acción que o rei executará. Nunha asemblea, o rei fala sempre a continuación do druída, inda que este non é nada sen o rei. Na Irlanda precristiá, o druída pasou a ser un file (no século IV da nosa era, os druídas son despreciados e considerados simples meigos; entón é cando os fili , á vez poetas, sabios e xuristas ocupan o cumio da xerarquía), e foi a fili a quen convertiu San Patricio ó Cristianismo. No continente, as autoridades romanas prohibiron ós druídas a ensinanza, e a institución druídica estinguiuse puco a pouco. Na Gran Bretaña, os druídas mantivéronse por máis tempo, pero fóronse integrando paulatinamente na clase sacerdotal cristiá. A partir de fins do século XVIII, vese reaparecer druídas, pero estes non son máis que neodruídas que non posúen ningún vencello cos druídas dos tempos da independencia céltica. De feito, o druída só pode existir no marco dunha sociedade céltica.

Correlíngua 2019

Temos Química coa nosa Lingua

Ribadeo acolleu, nesta edición do Correlingua 2019, a perto de 2000 escolares de todos os centros educativos da Mariña de Lugo. Foi o 8 de maio cando se desprazaron ata a Vila do Eo os nosos alumnos de 1º de ESO acompañados polos profesores Sabela Barcón, Carlos Castedo, Alicia Yáñez e Manuel Antonio López-Leitón. Para eles a xornada comezou cunha visita á praia das Catedrais (momento que recolle a fotografía), onde despregaron unha pancarta reivindicativa do uso do noso Idioma. Posteriormente, xa en Ribadeo, uníronse ao resto do alumnado para visitar os lugares máis emblemáticos da vila e leron o manifesto elaborado polos mozos de 4º da ESO do IES de Carral, baixo o lema:

"Temos Química coa nosa Lingua".



LIGHT PAINTING

Dun xeito altruista, o profesor de Historia e fotógrafo Xan Fernández impartiu, aos alumnos de 1º de ESO, un seminario sobre pintura con luz a través da fotografía. Trátase dunha técnica que, aínda que volve a estar de moda, xa se ten utlizado fai máis dun século e que consiste en realizar debuxos con luz diante da cámara; combinando os diferentes axustes da mesma acádanse resultados sorprendentes. No caso dos nosos alumnos e profesor simulan a escuridade no propio salón de actos do centro.

Formación Profesional *unha opción de futuro*

Administración

• C.S. Administración e Finanzas

Desenvolve capacidades orientadas á organización da administración da xestión do persoal e operacións administrativas tanto no sector púbico coma no privado

•C.M "Xestión Administrativa"

Desenvolve capacidades tendentes á realización de tarefas de auxiliar administrativo, tanto no sector público coma privado

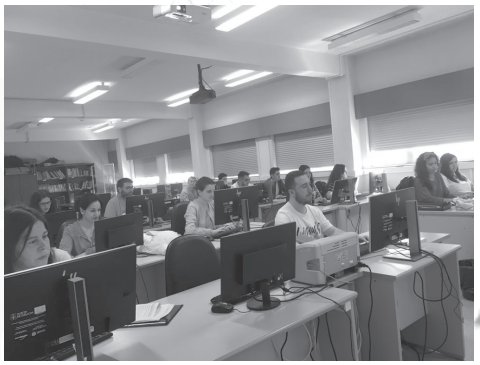
Mantemento de Vehículos

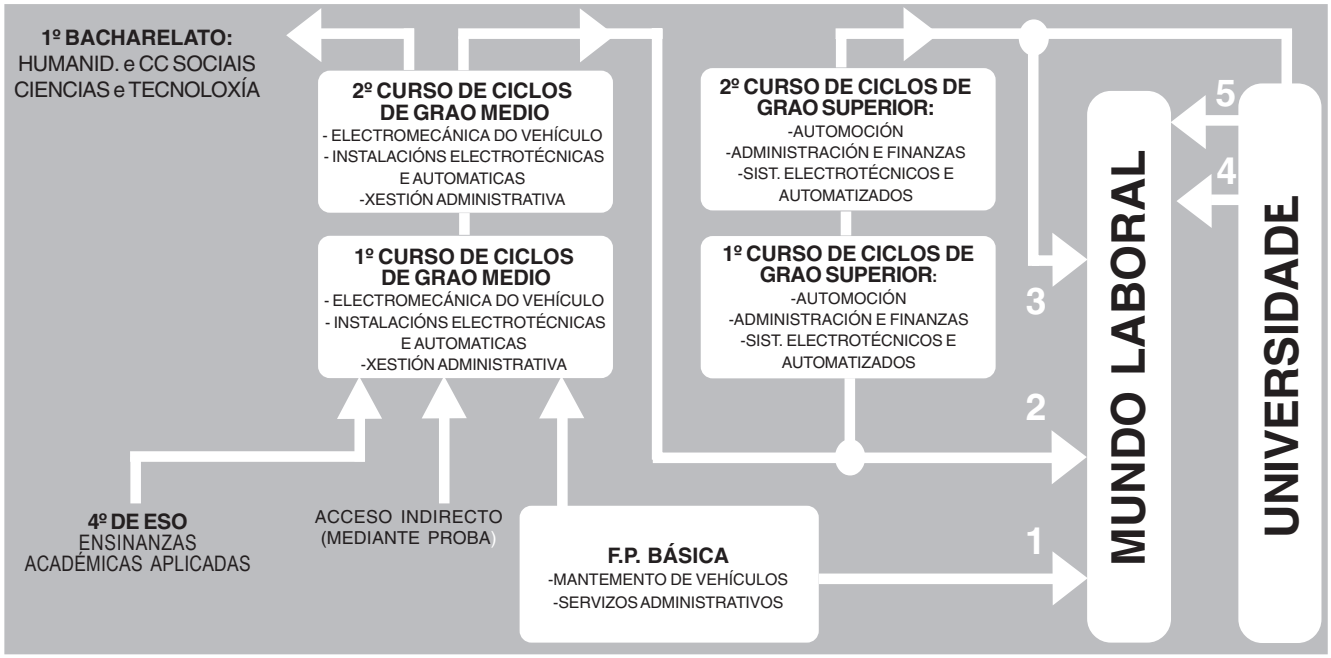
• C.M. de Electromecánica do Vehículo

As capacidades que desenvolve están orientadas ao ámbito do mantemento, preventivo e substitutivo, dos vehículos automóbiles, motocicletas, maquinaria e pequenos motores marinos

• C.S. de Automoción

Adquírense destrezas orientadas á organización e supervisión das operacións e loxística do sector da automoción, maquinaria, industrias extractivas , obras públicas e compañías de seguros





A Formación Profesional constItúe un nivel de ensino con contidos de carácter profesionalizador, orientados a conseguir unha competencia profesional (dominios, destrezas, coñecementos,...) que se precisan para exercer unha determinada profesión como traballador cualificado.

Tamén permite construír itenerarios, alternativos aos tradicionais, de cara á continuación de estudos superiores incluíndo a Universidade.

Fabricación Mecánica

• C.M. de Soldadura e caldeiraría

Realizar tarefas relacionadas coa fabricación e montaxe de estruturas metálicas é o obxectivo fundamental de formación que persegue este título

Electricidade e Electrónica

• C.M. Instalacións electrotécnicas e automáticas

O ámbito da execución e mantemento de liñas eléctricas e instalacións en vivendas e edificios é o fundamental desta preparación

• C.S. Sistemas electrotécnicos e automatizados

Desenvolve capacidades orientadas ó ámbito do proxecto, loxística e mantemento de instalacións electrotécnicas

Solicita a túa praza para cursar ciclos dende o 24 de xuño ata o 2 de xullo ás 13 horas

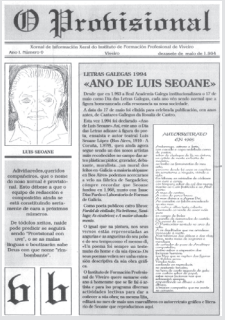
1º CURSO	2º CURSO
1º TRIMESTRE SETEMBRO-DECEMBRO FORMACIÓN NO CENTRO	**1º TRIMESTRE** SETEMBRO-DECEMBRO FORMACIÓN NO CENTRO
2º TRIMESTRE DECEMBRO-MARZO FORMACIÓN NO CENTRO	**2º TRIMESTRE** DECEMBRO-MARZO FORMACIÓN NO CENTRO
3º TRIMESTRE MARZO-XUÑO FORMACIÓN NO CENTRO	**3º TRIMESTRE** ABRIL-XUÑO FORMACIÓN NA EMPRESA (FCT)

Título Profesional Básico en:
-Electromecánica do Vehículo
-Servizos Administrativos
(NIVEL 1)

Títulos de Técnico en:
-Electromecánica do Vehículo
-Instalacións Electrotécnicas e Automáticas
-Xestión Administrativa
(NIVEL 2)

Título de Técnico Superior en:
-Administración e Finanzas
-Automoción
-Instalacións Electrotécnicas e Automáticas
(NIVEL 3)

Lápiz conmemorativo dos 25 anos do Provisional



fai 25 anos

Nº 0, publicación, 17 de maio de 1994
Editorial: Á Comunidade Educativa
Sumario: Ano de Luís Seoane, Engánchate ó deporte, A evolución da matrícula nos últimos anos, Escribe o Presidente da APA, "Hello, mi name is...", Un conserxe ilustrado, Competicións e resultados, Así se fai a augardente, Prácticas en Alternancia.

fai 20 anos

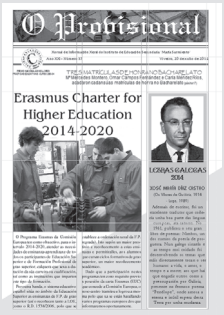
Nº 15, publicación: 23-06-99
EDITORIAL:
Un trimestre marcado polas actividades complementarias e extraescolares
SUMARIO: Intercambio co IES Cayetano Sempere, A igrexa de San Pedro, Día da árbore, III Xornadas Informativas, O souto da retorta, Visita ó Parlamento Europeo, George Borrow, Roberto Blanco Torres, A galerna do 61, Os maios, Fabricación do aluminio, Doa sangue

fai 15 anos

Nº 30, publicación: 25-06-2004
EDITORIAL:
Quince anos de intenso traballo
SUMARIO: Proceso de mantemento, Os vellos lavadoiros de roupa, Punta de Socastro, O SEAT 600, Cristo do Ecce Homo..., Renovada a ISO9001/2000, A casa dos desaparecidos, Sonny Boy Williamson II, Alma de samurai, Novo sistema de elección de directores

fai 10 anos

Nº 46, publicación: 22-12-2009
EDITORIAL:
Contra a crise estudo e preparación
SUMARIO: Visita do Conselleiro de Educación, Alumnos da promoción 60-63, Nomes propios: D. Ángel Rodríguez Vázquez, Avaliación de diagnóstico, O ferrocarril Ferrol-Xixón, A matanza do porco, Aeronáutica, o mellor..., James Cotton, O festival celta de Ortigueira, A gripe polo novo virus A



fai 5 anos

Nº 57 de 20 de xuño de 2014
SUMARIO: Entrevista a: Uxío Rodríguez García, Día de Rosalía, La imaginación de una niña, Os libros da nosa vida, A 1ª Guerra mundial vista por..., Unha romaxe sen moita romaxe, Xubilacións: Mariluz Poch e Manuel Varela, A noite máxica de San Xoán, Educadores sociais nos centros, Planificación de estudos 20014-15, Cine: "El discurso del Rey", A Educación en España (IV)

NÚMEROS ANTERIORES

O Provisional

Podes consultar os números anteriores no enderezo web do IES María Sarmiento, apartado REVISTA ESCOLAR

FOLGA

Unha parte do alumnado, sobre o 41% aproximadamente, secundou unha folga o día 24 de maio contra o cambio climático.

CARTA

Cantas menos persoas deixes entrar na túa vida, menos persoas poden facerche dano!.

Teño ese pequeno mantra dentro da miña cabeza dando voltas e voltas, dándolle sentido a moitas das cuestións que me atormentaban ata ese momento. Suponse que este texto é para cerrar un capítulo na miña vida e comenzar un novo, o que nun principio escribín non me representaba para nada, así que volta a empezar.

Con esta especie de espiral fun capaz de saír a diante e olvidar os problemas do pasado, pois sempre dixen que tiña máis sombras que luces, as cales me impedían ser dalgunha maneira feliz. Pois unha persoa pode mostrarche un sorriso cos dentes pero non é verdadeiro se non cho mostra cos ollos.

Estes problemas foron substituidos por boas experiencias con profesores e compañeiros aos que lles dou a miña gratitude por elo. Grazas a eles moitas das sombras foron clareando ata converterse en luces e o sorriso que cría olvidado, voltou pero non coa mesma intensidade de antes. Pero para iso precisas tempo, pero para iso teño dous anos.

A miña humilde gratitude a este instituto no que perdín un pouco máis a cordura e me volvín un pouco máis tola, pero dise que as mellores persoas o están.

N.D.O.

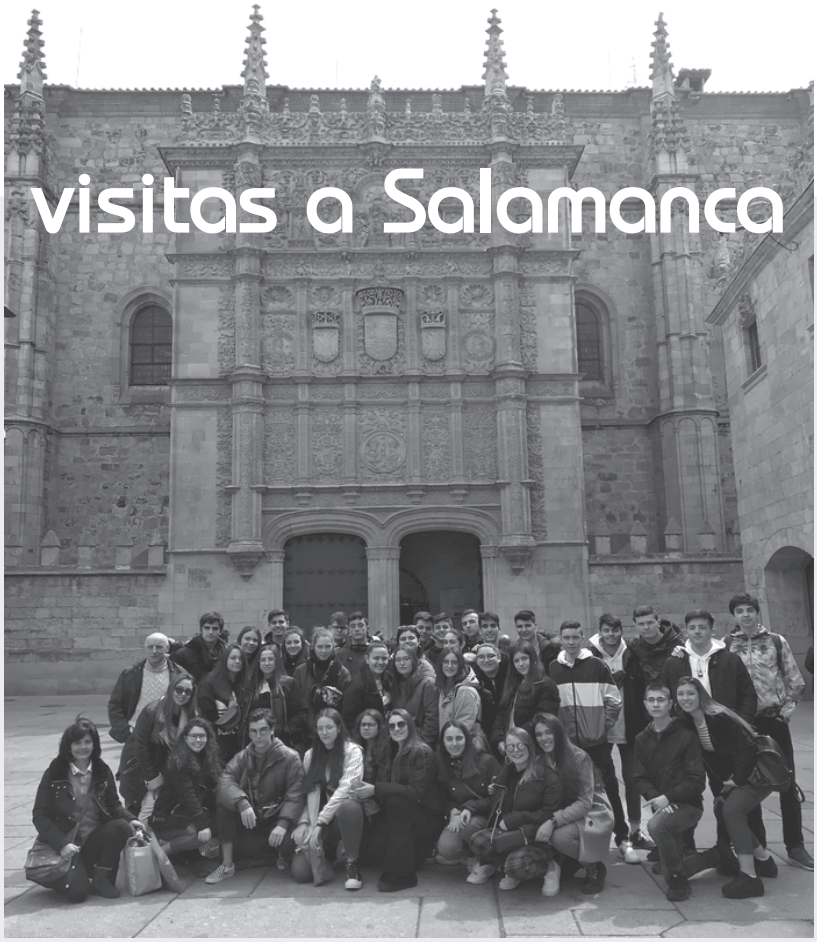
PLÁSTICA

Viaxe a Praga

Acompañados polos profesores Ana Belén Pego e Ramón Cajoto Sante, parte do alumnado dos ciclos formativos de Administración estiveron na capital checa do 3 ao 7 de maio, para coñecer os lugares máis emblemáticos da cidade. Non faltaron as citas á ponte de Carlos, prazas da Cidade Vella, torre do Concello, reloxo astronómico ou a Basílica e mosteiro de San Jorge. O barrio de Mala Strana, a igrexa de San Nicolás ou o muro de John Lennon en Praga, xunto coa visita ao barrio xudío Josefov, foron outros dos atractivos da viaxe.

Durante a estancia contaron coa guía de Irena Rudolfova, profesora de español e xefa de estudos no Gymnázium Príptocní de Praga, que visitou o ano pasado o noso centro, froito da relación co IES Monte Castelo, o cal leva moitos anos realizando intercambios con esa capital europea, polo que, ademais, se está valorando a realización de proxectos conxuntos no futuro.

visitas a Salamanca



O grupo de 1º de bacharelato, acompañados dos profesores Angélica Otero Fernández e Carlos Castedo Meilán, estiveron en Salamanca na primeira quenda, do 3 ao 5 de abril

Mentres, o segundo grupo de 4º da ESO con Angélica Otero Fernández e Helena Pérez Inés estiveron do 10 ao 12 de abril

Ao igual que en cursos anteriores, a viaxe estivo organizada polo departamento de Relixión Católica. Visitaron a Clerecía, Casa das cunchas e Praza Maior, museo de Salamanca e fachada da Universidade. Tamén estiveron na ponte romana e no famoso Verraco, horto de Calixto e Melibea. De regreso pararon en Alba de Tormes para visitar o convento da Anunciación.

CURIOSO:
PROFESORES DE VIVEIRO QUE ESTIVERON EN GUINEA ECUATORIAL
(algúns xa faleceron)

O noso centro foi o que máis profesores-colaboradores aportou, a nivel nacional, ao convenio de claboración educativa trala independencia de Guinea Ecuatorial en 1968

69-70
-Pablo Mateo Chao
-Francisco Fdez. Campo
-Antonio López Gato

70-71
-Pablo Mateo Chao
-Francisco Fdez. Campo
-Antonio López Gato

71-72
-Francisco Fdez. Campo
-Antonio López Gato
-José Solla Díaz
-Fidel Vizoso Núñez
-Andrés García Vázquez
-Francisco Carreira Díaz
-Domingo Fernández Barrera
-Manolo Álvarez Otero

72-73
-Francisco Fdez. Campo
-Antonio López Gato
-José Solla Díaz
-Fidel Vizoso Núñez
-Andrés García Vázquez
-Francisco Carreira Díaz
-Domingo Fernández Barrera
-Manolo Álvarez Otero

73-74
-Francisco Fdez. Campo
-Antonio López Gato
-José Solla Díaz
-Fidel Vizoso Núñez
-Andrés García Vázquez
-Domingo Fernández Barrera
-Manolo Álvarez Otero

74-75
-Francisco Fdez. Campo
-José Solla Díaz
-Fidel Vizoso Níñez
-Andrés García Vázquez
-Domingo Fernández Barrera
-Manolo Álvarez Otero
-José Manuel Cociña Regal
-Vicente Franco Ben
-Baltasar Insua García *(Saro)*
-José García Trasancos

75-76
-Francisco Fdez. Campo
-José Solla Díaz
-Fidel Vizoso Núñez
-Andrés García Vázquez
-Domingo Fernández Barrera
-Manolo Álvarez Otero
-José Manuel Cociña
-Vicente Franco Ben
-Baltasar Insua García
-José García Trasancos

76-77
-José Manuel Juncal López
-Manolo Álvarez Otero
-José Álvarez Otero
-José Manuel Cociña
-Vicente Franco Ben
-Baltasar Insua García
-José García Trasancos

77-78
-José Manuel Juncal López
-Manolo Álvarez Otero
-José Álvarez Otero
-José Manuel Cociña
-Vicente Franco Ben
-Baltasar Insua García
-José García Trasancos

ESTIVEMOS EN NAVANTIA-FERROL

A empresa pública Navantia, referente mundial no deseño e construción de buques militares e civís de alta tecnoloxía, acolleu a visita dos nosos alumnos e profesores do CM de Soldadura e Caldeiraría.
Con estas acción formativas no exterior do centro preténdese lograr que o alumnado teña unha mellor visión do mercado de traballo inherente á súa profesión para valorar diferentes opcións de futuro.

CHARLA SOBRE SAÚDE E ALIMENTACIÓN

Co obxecto de promover hábitos saúdables na alimentación entre o alumnado, celebráronse unhas charlas sobre este particular a cargo da enfermeira do SERGAS, Carmen Pérez.

A primeira sesión, dirixida a 1º de ESO, celebrouse o 23 de abril; e a segunda, para 2º de ESO, foi o 30 do mesmo mes.

23 de abril

* FOTO ÁLBUM *

DÍA 1 DE XUÑO DE 2019. ACTO DE GRADUACIÓN DOS 58 ALUMNOS QUE CURSARON O BACHARELATO NO NOSO CENTRO NESTE ANO ACADÉMICO

EXCURSIÓN DE 4º DE ESO A LONDRES

Do 10 ao 14 de maio, un grupo de alumnos e alumnas de 4º de ESO, saíron da Coruña cara a Hethrow, nunha viaxe fin de etapa educativa que resultou tremendamente atractiva polo seu contido cultural e pedagóxico.

Ao día seguinte, visitamos o museo Británico, onde se atopa a sala de Exipto coa famosísima pedra Rosetta, a de Grecia con partes do Partenón ou a de Roma.

Candem Town, lonxe do traidicional Londres un lugar cheo de tendas alternativas, música e postos de mercado, seguido dun tour en bus panorámico por toda a cidade ocupounos case toda a xornada; logo fomos ao Palacio de Westminster e ao Big Ben (mágoa que estaba tapado por obras) e á torre de Londres eta. Alí atópase o Parlamento Británico e fuomos o Tower Bridge a ponte máis famosa de Londres sobre o río Támesis, construída en 1894.

O día 13, o que máis nos gustou foi o London Eye, unha noria de 135 metros con 32 grandes cabinas de cristal que tarda media hora en dar a volta completa e tamén subimos ao rañaceos Sky Garden, coñecido coma o walkie talkie pola súa forma.

Tamén Picadilly Circus, unha pequeña praza con grandes reclamos publicitarios, onde está a súa famosa escultura de Eros.

Un percorrido polo Támesis, pechou as actividades más significativas desta viaxe estupenda que fixemos en compañía das nosas "profes" Inés, Angélica e a Directora, quen ademais sufriu unha caída accidental coa rotura dun brazo.

Desexámoslle que se mellore canto antes!.

Ventá aberta aos libros

X. Cabana

O BESTIARIO CIENTÍFICO DE ANXOS NOGUEIROSA

Velaquí unha lectura para quen se queira reafirmar no seu dereito a soñar. Antonio M. Fraga fainos partícipes das vivencias dun rapaz de 13 anos, Suso, quen ha de desprazarse no verán de 1933 dende a súa aldea ao Sanatorio Marítimo de Oza por mor da súa mala saúde. Xa na viaxe, coñece a Tila, unha mociña arroutada coa que non só aprenderá a nadar e amar, senón que tamén porá nas mans de Suso o Liber bestiarium scientificus, un caderno misterioso que o vai cativar coas descricións dalgunhas das criaturas marabillosas da xeografía galega, habitantes da Galicia máxica que fora recollendo a tía da rapaza nas súas escapadas a distintos recantos da nosa terra. Mais isto só é unha pequena parte da trama dunha novela cuxas dúas historias paralelas converten a súa lectura nun gozo dende o comezo, tanto polo coidado da súa lingua como polo atinado xogo entre realidade, misterio e fantasía. Unha lectura que harmoniza moi ben coa do homenaxeado no Día das Letras Galegas, Antonio Fraguas.

UTOPÍAS E DISTOPÍAS

A representación dun bo lugar que non existe, unha civilización imaxinaria e marabillosa, isto é, recollido nunha soa palabra, a utopía, a cal apareceu fai séculos en obras como Utopía (1516), de Thomas More e A Cidade do Sol (1602), de Tommaso Campanella; mágoa que aínda non estean traducidas ao galego, mais podedes gozar coa lectura das obras de Francis Bacon, Nova Atlántida (1626), que publicou na súa versión galega a editorial Hugin e Munin, e da precursora Margaret Cavendish, O mundo resplandecente (1666), da editorial Rinoceronte. Mais se o que queredes é entrar directamente na antítese dos mundos utópicos, nas utopías negativas, coñecidas como distopías, antiutopías ou cacotopías; na literatura galega están a ter un cultivo intenso nas últimas décadas, así nos anos 90, desde o Soños eléctricos de Ramón Caride Ogando ata Despois do cataclismo de María Alonso, case todas distopías postapocalípticas, incluso sucedendo na mesma Galicia e mesmo autoparodiando o xénero, como en Galiza mutante poder nuclear de Tomás González. No 2010 sae á luz Obediencia, de Antón Lopo, e, xusto neste 2019. Natura de Iolanda Zúñiga; ambas novelas nos introducen nun mundo deshumanizado onde xa resta ben pouco dese bo lugar co que os humanos levamos séculos soñando.

BENDITAS TRADUCIÓNS!

As editoras Hugin e Munin, Rinoceronte e Xerais agasállannos lecturas de gran calidade para o verán, como A herba abraiada, unha escolma da poesía de Emily Dickinson, toda a beleza do mundo recollida nunhas poucas palabras; Fame de Knut Hansum, que marcou a narrativa de comezos do século XX; A peste de Camus, que nos leva ao límite ante a ameaza e o absurdo da existencia, ou Se isto é un home de Primo Levi, un libro para ler cando un se sinta con azos para facer fronte á crúa, á brutal e desgarradora realidade dos campos de concentración nazis, que Primo Levi narra en primeira persoa porque el a viviu, porque el a soportou para poder contárnola e, unha vez cumprido ese derradeiro obxectivo, poñer fin á súa vida, pois dos lager nazis ninguén saía indemne, nin sequera un dos grandes escritores do século XX. Como el mesmo dixo: "Se comprender é imposible, coñecer é necesario".

ANTONIO FRAGUAS

Antonio Fraguas, o autor homenaxeado no Día das Letras Galegas de 2019, comezou a estudar Galicia en liberdade sendo moi novo, logo erguéronse os fusís contra as ideas e os libros; daquela Antonio Fraguas sufriu a represión franquista, mais arrostrouna con perseverança. Este investigador e etnógrafo sempre defendeu que sen a memoria e sen coñecer a nosa cultura popular dificilmente se podería avanzar, e esas ideas sempre as trasladou a todas as institucións coas que estivo vinculado e nas que traballou, como o Seminario de Estudos Galegos, o Consello da Cultura Galega ou o Museo do Pobo Galego. "Romarías e santuarios", "A festa popular en Galicia", "Do Entroido", "Do tempo e dos astros" son as portas que debedes abrir se desexades avanzar cara ao coñecemento de Galicia e a súa cultura. Adiante, mergulládevos no legado de Antonio Fraguas.

Peixe e marisco para os pobres

- José María Leal López-

Centos de persoas mariscando no navallal de Covas a comezos dos anos 70. Ao fondo a zona dos chalets e o barrio de Cantarrana onde asoma un dos primeiros edificios, onde agora está a óptica e un almacén de materiais de construción

Produciuse un feito moi curioso, coma o efecto dun búmerang, polo que en moi pouco tempo, apenas unhas décadas, algunhas especies mariñas de peixes e mariscos, noutrora moi apreciadas e consumidas, foron perdendo progresivamente o aprecio da poboación e, de forma inversa, outras, que estaban entre as menos valoradas e degustadas, convertéronse agora nas máis valoradas e demandadas.

Dende o comezo do século XX, eran tradicionais os pratos de bacallau por toda Galicia (na maioría das casas non faltaba a pela salgada colgada nun gancho na cociña) ou mesmo a sardiña, que era moi abundante por toda a costa; os barcos viñan cargados delas, polo que era un peixe moi consumido en tódolos lugares, tanto polo interior coma pola zona costeira, especialmente nos días de vixilias ou abstinencias que se facían na Coresma, segundo o rito católico.

Mais, co paso dos anos, o consumo das anteditas especies comezou a experimentar un progresivo descenso, o que fixo que fosen relegadas ás últimas posicións entre case tódolos peixes consumidos e sen se saber exactamente as causas, aínda que se achacan quizais á fartura e ó canzazo de seren consumidos tanto nas vixilias como nas épocas de máis penurias e traballos. É certo que estes peixes quitaron moita fame, así na Noiteboa nunca faltaba o bacallau con coliflor; recordar esas épocas duras puido influír notablemente en que os comezasen a considerar como peixes de pobres, tanto que aínda hoxe non é raro como hai quen elixe antes unha pescada á galega ou unha robaliza ó sal ca calquera bacallau guisado ou unhas sardiñas asadas.

A este fenómeno xa se refería o famoso gastrónomo Manuel María Puga e Parga, coñecido como Picadillo (1874-1918), que foi o primeiro gran divulgador da gastronomía galega coa súa obra "Pote Aldeano", a cal, despois da súa edición no 1911 se converteu nun clásico que aínda triunfa hoxe en día. Picadillo, que medía case dous metros e pesaba máis de douscentos quilos, foi un home moi polifacético que desenvolveu diversos traballos culturais; percorreu a Galicia rural e mariñeira durante moitos anos para atesourar unha gran experiencia culinaria e marcar dese xeito unha época na gastronomía galega. Desta forma fala do bacallau e da sardiña na súa obra:

"No os dais cuenta de la importancia de este sublime pescado, acaso por la demasía en su circulación o por el bajo

precio que dada su abundancia llegó a alcanzar en el mercado. Le paso lo mismo a las sardina, otro pescado sublime que no figura en las mesas de príncipes y de magnates por el horroroso delito de costar quince céntimos la docena".

Iso era antes, claro, pero parece que todo o descreto que tiveron estes peixes foi pola súa abundancia, agora parece que gozan dunha maior consideración polas súas propiedades nutritivas.

Co marisco pasou o efecto contrario, xa que os percebes, mexillóns, camaróns, nécoras, minchas, centolos, ourizos de mar, entre outros, eran mariscos que se desprezaban porque non se sabían cociñar e non se consumían, polo que chegaban a ser usados como abono nos terreos de cultivo. Eu recordo, cando eramos nenos, que a ría de Viveiro era riquísima, tanto en todo tipo de peixe, incluída a sardiña, coma de mariscode area e rocha, posto que na fermosa praia de Covas e na de Lavandeiras en Celeiro, que por desgraza xa non existe, había unha riqueza inmensade todo tipo de marisco, coma navallas, longueiróns, ameixas, mexillóns nas penas e cantís, minchas, nécoras, camaróns e moitos máis que non recordo. Todos estes se podían coller con suma facilidade, de maneira que nas casas de toda a ribeira era normal ver peixe e marisco na comida, que xunto co cocho, ó que se lle chamaba "marisco de cortello"; a galiña e o coello formaban o menú que máis abundaba, acompañado dos grelos e outras hortalizas.

Cando viña a época, no chamado navallal de Covas, reuníanse centos de persoas cos cestos e caldeiros para mariscar berberecho, navallas, longueiróns, etc., e polo cauce da ría, tamén ameixas e nécoras, unha parte das capturas eran para o consumo e outra para vender na lonxa, de onde as enviaban a restaurantes e conserveiras. Era moita a riquezade peixe e marisco que había na ría, onde en épocas de temporais batía o mar con forza, pero agora xa non quedou case nada, unha pena: os muros, espigóns e recheos influíron notablemente e logo a desidia, a falta de protección e de cultivo acabaron con todo.

A partir da metade do século XX, sobre os anos 60, cando o nivel de vida comezou a mellorar e o desenvolvemento industrial foi a máis,

Descarga de peixe en Celeiro. 1970. Foto extraída do libro de Remigio Mestre "Viveiro-Memoria fotográfica de medio século"

sobre todo nas grandes cidades, o marisco foi acadando o status que ten na actualidade, debido en boa medida á nova cociña e ós diferentes modos de preparalo. Por isto a actividade marisqueira, que ata aquela época era meramente ocasional e de forma libre e altruísta, pasou a ser un oficio profesionalizado ao que se dedica moita xente, principalmente polas Rías Baixas onde hai zonas de cultivo de ameixa e de mexillóns nas bateas. Aquí, na mesma ría de Viveiro, houbo varias bateas para a cría de mexillón na Concha a rentes do peirao do cargadoiro do mineral de minas da Sivarosa, mais hoxe tampouco queda nada.

Ata fai unhas décadas o consumo de marisco era mínimo e ata os mariñeiros e labregos o rexeitaban porque se cría que o seu poder alimenticio era moi baixo, ademais por ter pouco poder calorífico, tan necesario nos duros traballos do mar e da terra; dicíase popularmente "o consumo de carne, carne cría, e o de peixe e marisco crían auga fría". Pero o marisco ao que apenas se lle daba valor daquela, na actualidade constitúe unha auténtica marabilla.

Agora, coa cociña tan variada que hai e con tanta diversidade de produtos, coma legumes, carnes, hortalizas e verduras, froitas, etc., tanto o marisco coma o peixe forman unha parte fundamental na cesta da compra polas súas propiedades nutritivas e un baixo contido en graxa e colesterol, ao que se lle engade o grande contido en proteínas, vitaminas, minerais e outros constituíntes como ferro, cinc, magnesio, calcio e tamén un grande aporte en iodo, moi necesario para evitar o bocio, que antigamente era moi común nas persoas que vivían no mundo rural, onde consumían moita carne e pouco produto do mar, o que ocasionaba a carencia do devandito iodo. Así pois, está claro que o noso metabolismo necesita dos mariscos e dos peixes para un bo desenvolvemento e funcionamento. Hai constancia de que na antigüidade xa se comía peixe e marisco, dado que en diversas escavacións se atoparon, á parte de útiles e ósos, tamén cunchas de diversos mariscos, uñas de percebes ou pugas feitas de espiñas de peixes.

Se ollamos calquera libro de cociña, vemos as distintas formas que hai de cociñar o marisco, con definicións tan gráficas comas estas: "Los percebes tienen una carne mas sabrosa que sana, correosa y de mala digestión, además salpican", ou tamén "la zamburiña, su comida es de mediano gusto", ou "la vieira tiene un tufillo desagradable", tamén "la ostra es considerada desde siempre el manjar mas exquisito junto con los mejillones", etc. Hai moitas máis opinións; en fin, que todo o marisco e o peixe teñen as súas características e as súas técnicas de cociñado, de xeito que a uns lles gusta dunha forma e a outros doutra; pero non cabe dúbida de que o marisco é o rei de calquera menú gastronómico.

Viveiro, maio de 2019.

EXCURSIÓNS A CANGAS DE ONÍS E MANZANEDA

Para complementar as actividades docentes de 2º ESO, os noso alumnado realizou unha excursión a Cangas de Onís (Asturias) do 22 ao 24 do pasado mes de maio.

Durante a estancia, nun ambiente lúdico e ameno, os rapaces e rapazas poidan interactuar co medio e participar nas actividades propostas, entre as que estiveron a subida aos lagos de Covadonga, un descenso en canoa polo río Sella ou a visita ao museo da minaría.

Foron acompañados das profesoras Belén Pérez Pérez, Blanca Viñas Caneda e Elvira Lestegás Pérez.

Mentres, o alumnado de 1º de ESO xunto coas profesoras Noelia Pérez Yáñez, Lucía Campaña Laíño e Alicia Yáñez Puentes estiveron en Manzaneda do 29 ao 31 de maio.

Nese tempo realizaron unha intensa programación lúdica, deportiva e cultural (rocódromo, sendeirismo, *kayak, karts*) ao tempo que se traballaron aspectos relativos á convivencia e integración social.

ODA Ó GALEGO

Vouvos falar do galego
porque non sei outro xeito
de mostrarvos o meu apego
á lingua das nosas nais

Corrían tempos medievais,
cando o rei Afonso o Sabio
comezou a enviar sinais,
de que falar en galego
non era para nada agravio.

Veu o Rexurdimento, e chegou Pondal de forma casual
apareceu Curros chamanzo cazurros ós que falaban en murmurios.
E por fin una muller, Rosalía, que ainda sendo acusada de harpía
fixo defensa da terra, toda a súa guerra.

Seguíronlle neste empeño
varios homes ilustrados,
que por non ser madrileños
fixéronlle un guiño ó Fado,

era Risco, Amor e Castelao
e todos eles con moito coidado
defenderon a nosa língua
e non de forma ambigua.

Como ben dicía Cabanillas
cando escribía nas beiras,
esta terra de cruceiros
e patria tamén de Cunqueiro,
tiña que manter sempre a fronte erguida
á luz que caía enriba.

A Longa Noite de Celso Emilio
foi para moitos un gran alivio
pensaban que prohibindo esta fala
«quizais alguén se desalente»
non foi así Seoane,
chegaría coma unha bengala
o uso do castelán,
como tiña emoregado Bazán.

Pero "Ó CARALLO"
Non fixo saso Pedraio
púxolles un cero Calero,
e eles que eran moi chulos
mandaron aforcar a Lorca
porque non cabía nos seus "cálculos".

Impuxéronse no cole
pero non puideron con Fole
e aína que nos amole
case perdemos o noso
sendo ben o máis meloso,
amoroso, gracioso e marabilloso.

Ó final segue habendo un pano branco
unha banda celeste
e como defendía Dieste
levantarei berrando do chan
unha e mil veces máis
VIVA A NACIÓN DE BREOGÁN!

-Paula Goás Gómez 4º B-

MATRÍCULAS DE HONRA NO BACHARELATO

Paula Permuy Prado, Gabriela Pita López e Jorge Fraga Bouza do bacharelato Científico/Tecnolóxico, xunto con Claudia Rivera Vázquez de Humanidades, acadaron cadansúas matrículas de honra cos mellores expedientes do Bacharelato do noso centro. Parabéns.

-Nada puede venir de la nada-
(William Shakespeare)

CACHIBOL NO DOMUS-VI

Esta foi unhha acción dirixida aos alumnos de 3º de ESO , en colaboración coa residencia de maiores Domus-Vi-Viveiro e organizada dentro da semana de Actividade Física e Saúde.

A diferencia do o boleibol tradicional, neste deporte pódese coller o balón coa man por iso tamén é coñecido boleibol para a terceira idade.

Primeiro xogaron os nosos alumnos un partido ao boleibol na praia en presenza dos residentes e a continuación xogaron un partido entre os dous colectivos.

Dende o noso instituto, a actividade realizada o pasado día 17 de xuño estivo coordinada polo profesor de Educación Física, Francisco Basanta Barro.

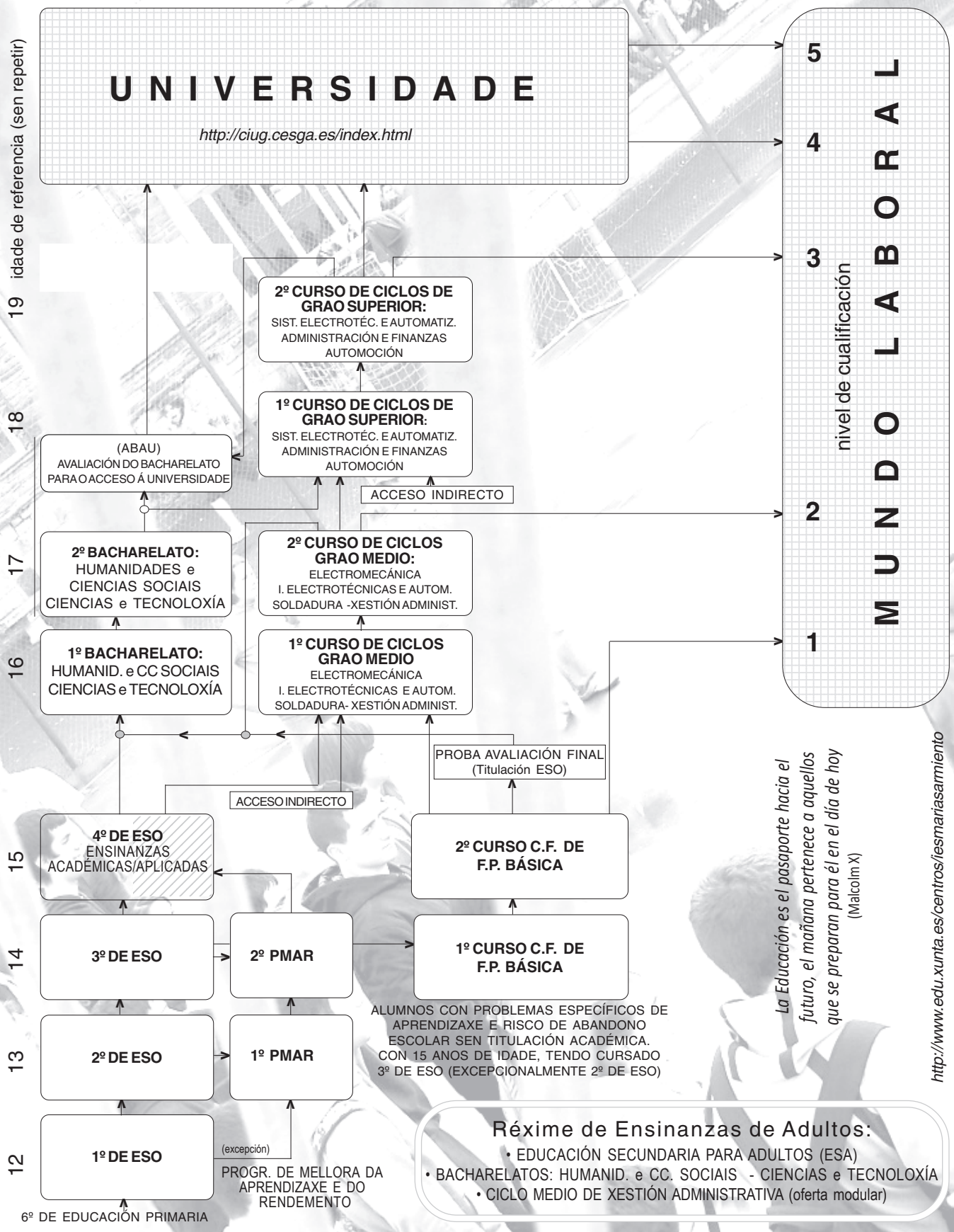
O Provisional

Rúa: Misericordia, 58
27850 - VIVEIRO (Lugo)
¡NOVO! Teléf.: 982.870916
¡NOVO! Fax: 982.870933
Móbil 606.54.11.55 e 615.396.604
ies.maria.sarmiento@edu.xunta.es
https://www.edu.xunta.gal/centros/iesmariasarmiento/
Impreso, en papel reciclado, en PUBLILAR - Magazos - Viveiro
Depósito Legal: LU - 402-1994
Viveiro, 21 de xuño de 2019
ANO XXVI, NÚMERO 72
TIRADA 825 EXEMPLARES
DISTRIBUCIÓN GRATUÍTA a alumnos e profesores: 800 exemplares, por correo a antigos profesores, institucións, centros e medios de comunicación: 25
SUBVENCIONA:
EQUIPO DE DINAMIZACIÓN DA LINGUA GALEGA DO IES MARÍA SARMIENTO

COLABORAN NESTE NÚMERO:

ALUMNOS
alumnos de 1º de ESO,
Rosalía F. Barcón
Yaiza Fanego Fernández,
Nuria Díaz Otero, Paula Goás Gómez
PROFESORES
Xosé Cabana, Sabela Barcón,
Xan Fernández
EX-PROFESORES
José María Leal López
DISTRIBUCIÓN, COMUNICACIÓN E ARQUIVO
José López Peña, Lucía Lage de Pol
Antonio González da Torre
Javier Caneda González
COORDINACIÓN E MAQUETACIÓN
Néstor Timiraos Labaen

.gal

85 A MS17 220132

Planificación de estudos no IES María Sarmiento
para o curso 2019/2020 (Réxime Ordinario)