MÁS CHULO QUE EL 8

EL PERIÓDICO DEL I.E.S. FEDERICO GARCÍA LORCA

CONTACTO: maschuloqueel8@gmail.com

AÑO 1 NÚMERO 9

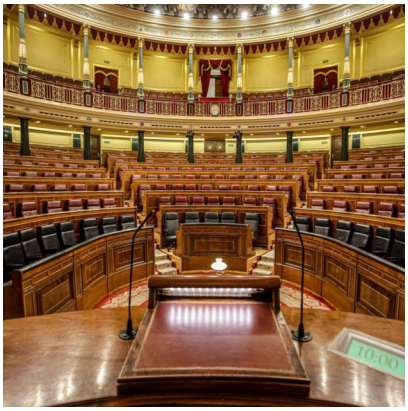
5 DICIEMBRE 2022

CONOZCAMOS NUESTRA CONSTITUCIÓN

El próximo viernes, día 9 de diciembre, el Instituto Federico García Lorca me invita a comentar ante un grupo de alumnos el texto constitucional que preside y garantiza la convivencia en libertad en España.

Han pasado ya cuarenta y cuatro años (veintidós en el siglo pasado y veintidós en el actual) desde que, el 6 de diciembre de 1978 se aprobó, por más del 90% de la ciudadanía de toda España, una norma de capital importancia para expresar y fijar nuestros derechos, nuestros deberes, la organización de poderes del Estado con la estructura autonómica, la elaboración de las normas jurídicas y las bases de la conciencia ciudadana, que son la libertad, la igualdad y el pluralismo político.

La Constitución de 1978, primera de toda la historia de España que se redactaba y aprobaba como fruto del acuerdo de todos los grupos parlamentarios surgidos de las urnas en las elecciones generales del 15 de junio de 1977, tras las primeras elecciones libres en España desde la Guerra Civil de 1936, suponía la superación de "las dos Españas" a las que se refería Antonio Machado. Además, brindaba la posibilidad de que España pudiera integrarse, como así ha sucedido, en la Unión Europea, de la que éramos parte en el sentido geográfico pero no en el institucional, económico o de colaboración con el resto de países que la componen.



Es difícil exponer con brevedad los detalles del texto y de su elaboración pero mi intención es la de hablar con los alumnos asistentes a mi charla del viernes próximo para cumplir con la invitación de la Dirección del centro a la vez que recuerdo una etapa más que interesante de mi vida, al haber tenido el honor de haber estado en los escaños del Congreso de los Diputados (como representante de Albacete) durante unos años decisivos para todos los ciudadanos de nuestro país. Asimismo, responderé con mucho gusto a todas las cuestiones que los estudiantes quieran plantearme sobre los artículos más interesantes o los que más nos costó aprobar, sobre los primeros años de democracia o, incluso, sobre el Golpe de Estado de 1981, en el que estuve secuestrado. Por otro lado, me gustaría comentar también las diferencias más importantes que en el terreno laboral, económico, social, académico, deportivo o artístico se han producido en este casi medio siglo de vida española bajo la protección de esta norma. JOSÉ LUIS MORENO

JESÚS DÍEZ, MÚSICO Y EXALUMNO DE NUESTRO INSTITUTO

Hoy, en MÁS CHULO QUE EL 8, contamos con el lujo de charlar con JESÚS DÍEZ, un ex alumno de nuestro centro, guitarrista reconocido de primer nivel, que triunfa con su música por todo el mundo. ¿Qué recuerdos tienes del centro?

RESPUESTA. De todo tipo, claro. Como yo fui de la primera promoción, recuerdo la votación que hicimos para elegir el nombre del instituto. Tengo buenos recuerdos de la parte académica, de emocionarme al aprender ciertas cosas, como en Física, y de sentirme muy motivado, como en Lengua y Literatura. Desde luego el profesor de la materia influye mucho en eso. También tengo otros recuerdos más trágicos, como nuestra compañera Carmen, que tristemente falleció por una enfermedad durante uno de los cursos.

P ¿Cómo se ha desarrollado tu carrera profesional tras tu paso por el García Lorca?

R. Al principio se desarrolló entre la música y la educación. Después trabajar en videojuegos sustituyó a la educación, pero la música siempre ha estado ahí. Nunca me había imaginado trabajar en videojuegos, y haber estado en empresas como Nintendo y Square Enix, a cuyos juegos jugaba incluso de pequeño, es increíble.

P. ¿Qué se siente al tocar por todo el mundo?

R. Tanto tocar como grabar me llenan de emoción y gratificación. La música me ha acompañado en los peores momentos y también me ha traído algunos de los mejores de mi vida. Me encanta tocar en directo, aunque yo disfruto mucho más del estudio, del momento creativo en que todas las ideas van tomando forma y pasan de estar sólo en tu cabeza a existir en forma física. Lo gratificante que es ese proceso es indescriptible. Recuerdo en particular el segundo disco, que grabamos en Italia, cerca de Florencia, durante un mes entero. Fueron días larguísimos de pasar muchas horas en el estudio dándole forma al álbum, una experiencia maravillosa llena de sentido y propósito.

P. ¿Qué premios has recibido en tu carrera?

R. En 2011 el segundo álbum lanzado con mi anterior grupo fue elegido mejor disco del año por una revista estadounidense. Hace unos años recibí el premio a la mejor revisión en español de un videojuego por la precuela de Life is Strange. El año pasado una de mis fotografías resultó ganadora de un concurso nacional en Reino Unido y está expuesta en el aeropuerto de Londres-Heathrow.

Uno de los mejores premios es sin duda ver que algo que he creado existe y también cómo llega a otras personas. Recuerdo una ocasión en que un chico escribió un mensaje diciendo que una de las canciones que yo había escrito lo había salvado de suicidarse. Eso es abrumador.

P. ¿Cuáles son tus proyectos actuales?

R. Acabo de lanzar el videoclip de mi último tema, Solitude, una pieza instrumental de guitarra acústica, y de completar la composición de la banda sonora del vídeo de lanzamiento de una novela de fantasía que acaba de salir: Mosgaira.

Ahora estoy trabajando en nuevas canciones para un futuro disco. También tengo algunas ideas e historias que me gustaría desarrollar por escrito y publicar, aunque todavía queda mucho trabajo por delante.

CAMPEONATO DE VOLEYBOL EN EL INSTITUTO GARCÍA LORCA

Durante el mes de Noviembre se ha celebrado la competición de Voleibol entre los cursos de 1º y 2º de la ESO.

Una competición muy Igualada donde lo más destacado ha sido la igualdad y el buen ambiente de todos los partidos, sin importar el resultado final.

El comportamiento de todos/as los jugadores/as ha sido excelente y los encuentros se han celebrado en un ambiente de fiesta cada día.

Después de Navidad comenzaremos otro nuevo campeonato con nuevos equipos que se han apuntado, animados por el buen ambiente generado en la actual competición.

Gracias a todos/as por este campeonato tan maravilloso. FELICIDADES

KUNDALINI YOGA

¿Quieres mejorar tu forma de relacionarte con los demás y sentirte con confianza y seguridad en cualquier situación o entorno? ¿Te gustaría progresar más en los estudios? ¿Te vendría bien gestionar tus emociones sin cambios bruscos en tu estado de ánimo?

KY Te puede ayudar a lograrlo. ¿Qué son estas siglas? ¿La última tendencia en moda? ¿El nuevo álbum del grupo que sigues? Podrían corresponder a cualquiera de estas opciones pero no es así. KY son las iniciales de Kundalini Yoga, una disciplina del yoga, que se asocia a las prácticas que realizaban hace miles de años los yoguis de la India, muchas de ellas mantenidas en secreto hasta que el maestro espiritual y emprendedor, Yogi Bhajan, las introdujo en occidente a finales de los años 60.

Las técnicas de KY permiten en poco tiempo de práctica generar cambios significativos llegando a elevar tu potencial interno para mejorar en todos los ámbitos de tu vida: resolviendo tus dudas, diluyendo tus miedos, reduciendo el sufrimiento y superando las dificultades del día a día.

Para que este proceso sea posible, KY te ofrece una serie de métodos y herramientas como son: pranayamas (respiraciones), asanas (posturas), mudras (gestos), kriyas (secuencias de ejercicios), mantras (canciones y oraciones), meditaciones,… Todas ellas con una técnica y secuenciación específicas en función de aquel objetivo para el que estén enfocadas.

Por ejemplo, "samavriti" o "respiración cuadrada" te ayudará a reducir la ansiedad. Los pranayamas del sol y la luna te permiten activarte y cargarte de energía para afrontar el día y calmarte y relajarte para conciliar el sueño. El mantra SA TA NA MA mejora la memoria, facilita el romper hábitos y conseguir un equilibrio emocional…

Esto son solo algunos de los beneficios que puedes encontrar al practicar esta disciplina. Date la oportunidad de probarla, experimentar con ella y descubrir qué te aporta a ti personalmente. A continuación te dejo algunos buenos motivos que pueden aminarte:

⇒ Para que te sientas bien contigo mismo/a y disfrutes de hacer todo lo que haces.

⇒ Para que seas capaz de gestionar tus pensamientos y emociones.

⇒ Para que conectes con tu verdadero potencial (dones y habilidades) y los pongas a disposición de los demás.

⇒ Para que estés totalmente satisfecho de ser quien eres.

¡ES UNA OPORTUNIDAD PARA REENCONTRARTE CON TU MEJOR VERSIÓN! ANA BELÉN GARCÍA RUANO

ALUMNOS DE NUESTRO IES FINALIZAN EL PROYECTO DE FP DUAL DITEC

El proyecto de formación profesional dual DITEC se ha desarrollado durante los cursos escolares 2021-2022 y 2022-2023, en el ciclo formativo de grado superior de Administración y Finanzas del IES Federico García Lorca de Albacete. El departamento implicado en su desarrollo es el departamento de Administración.

Con este proyecto se ha pretendido establecer las actividades formativas necesarias para que el alumnado adquiera las competencias profesionales, personales y sociales propias de su perfil profesional, teniendo en cuenta el entorno socioeconómico, el tejido empresarial del área de influencia del centro educativo y los sectores con más posibilidades de inserción laboral o con mejores perspectivas de futuro.

Durante su estancia en el centro educativo, el alumnado ha adquirido la competencia general del Título en "Administración y Finanzas". Posteriormente, han complementado su formación con el programa DITEC, reforzando las competencias profesionales necesarias para el ejercicio del perfil profesional que demanda el sector empresarial, en cuanto a formación en Negocio digital e Industria 4.0, diseño gráfico, e-commerce, marketing digital y softwares de gestión empresarial, necesarios para la digitalización de cualquier empresa.

Después de la formación digital a cargo de ADECA, los alumnos han realizado la Formación en Centro de Trabajo en las empresas adjudicadas por la Asociación de empresarios. A continuación, ya en septiembre, octubre y noviembre de 2022, sólo un alumno ha continuado su Formación Profesional Dual remunerada, en la misma empresa que ha realizado la FCT.

Los alumnos que iniciaron el proyecto fueron Francisco Mínguez del Rey, en la empresa Exclusivas del Bebé, y Luis Lara Puente, en la empresa Smile Box Fitness. Aunque la participación este año en el proyecto no ha sido muy alta, esperamos que en próximos años aumente y se incremente la inserción laboral a través de estos proyectos singulares. MILAGROS FUENTES

¡NUESTRAS MEJORES GALAS!