

# SÉ VALIENTE, NO TENGAS MIEDO, ESTOY CONTIGO

“VALIENTE  
NO ES QUIEN NO TIENE MIEDO.  
VALIENTE  
ES QUIEN DOMINA SU MIEDO”

PARECE SENCILLO PERO SABEMOS POR PROPIAS EXPERIENCIAS QUE NO ES FÁCIL. TENEMOS MIEDO A MUUUCHAS COSAS, A LA ENFERMEDAD, AL DOLOR, A LAS ARAÑAS, A SUSPENDER, AL CASTIGO QUE ME PONGA MI MADRE, A QUE NO VEAN MIS INSTAMGRAM, MIEDO A QUE ME CASTIGUEN SIN MÓVIL, MIEDO A ESTAR SOLO, MIEDO A... MIEDO ....

JESÚS, QUE NOS CONOCE BIEN A CADA UNO DE NOSOTROS NOS DICE: “

NO TENGÁIS MIEDO,  
YO ESTOY CON VOSOTROS SIEMPRE”

EN LA BIBLIA APARECE ESTA EXPRESIÓN, NO TENGÁIS MIEDO UN MONTÓN DE VECES. Y ES QUE SOMOS MUY MIEDOSOS.

JESÚS NOS DICE: “YO ME IRÉ, PERO NO OS DEJARÉ SOLOS NUNCA; OS ENVIARÉ MI ESPÍRITU ”

Y ESE ESPÍRITU DE JESÚS ES EL QUE NOS HACE SER VALIENTES, EL QUE NOS HACE DOMINAR AL MIEDO. Y ESE ESPÍRITU NOS DA TANTO VALOR, TANTA FORTALEZA, TANTA INTELIGENCIA, TANTA PIEDAD, TANTA CIENCIA, TANTO CONSEJO, TANTA SABIDURÍA, TANTO AMOR A DIOS ... QUE HAREMOS FRENTE A TODO, ... COMO LES OCURRIÓ A LOS APÓSTOLES QUE INCLUSO LOS TOMARON POR BORRACHOS....

- Ven y  
descánsate

@patite

## TE PROPONGO UN EXPERIENCIA:

PONTE LOS AURICULARES.  
INTENTA NO ESCUCHAR NADA ....  
Y CUANDO ESTÉ TODO EN SILENCIO ....  
HAZ CLICK EN EL ENLACE...  
ESCUCHARÁS UNA MÚSICA ....  
PON MUCHA ATENCIÓN A  
LA LETRA  
DEJA QUE CALE DENTRO DE TI....  
NO ES IMPORTANTE EN ESTE CASO SI LA MÚSICA TE GUSTA O NO.  
REPITE EN SILENCIO LA LETRA.



## Y UN JUEGO:

EN LA SEGUNDA PARTE DE LA CANCIÓN SUSTITUYE CADA "POR TI" POR ... CONTIGO  
Y TE ASEGURO, QUE AL ACABAR EL VÍDEO, LA MÚSICA, TE SENTIRÁS BIEN ...

...Y SIN MIEDO  
PORQUE NO ESTÁS SOLO,  
NO ESTÁS SOLA ...  
ERES UN, UNA  
VALIENTE.



Dudas, o cualquier necesidad que tengáis , si os puedo ayudar porfa, me lo consultáis por

Teams (preferente) o correo [jose.casielles@fefcoll.org](mailto:jose.casielles@fefcoll.org).

El horario en el que lo podéis hacer es de 8:30 a 14:30.

## Tema 5 : Sistema de Ecuaciones

### Sistemas de ecuaciones

1.- Comprueba si la pareja de números  $x = -2$  e  $y = 3$  es solución de los siguientes sistemas.

$$\begin{array}{ll} \text{a)} \begin{cases} 2x + y = -1 \\ -x + 2y = 8 \end{cases} & \text{b)} \begin{cases} -2x - y = 1 \\ x + y = 5 \end{cases} & \text{c)} \begin{cases} \frac{3x}{2} - \frac{y}{3} = -4 \\ \frac{2x + y}{5} = 1 \end{cases} & \text{d)} \begin{cases} \frac{x}{4} + \frac{y}{6} = 0 \\ \frac{2x}{3} + \frac{y}{9} = -1 \end{cases} \end{array}$$

2.- Resuelve los siguientes sistemas de ecuaciones lineales por el método de sustitución.

$$\begin{array}{ll} \text{b)} \begin{cases} 2x + y = -1 \\ x + 2y = 4 \end{cases} & \text{c)} \begin{cases} 2x - 2y = 12 \\ 3x - 4y = 18 \end{cases} & \text{e)} \begin{cases} 2(x + 1) - 3y = 11 \\ 5x + 2(y + 4) = 2 \end{cases} & \text{g)} \begin{cases} 2x + 3y = 2 \\ x - 6y = -\frac{3}{2} \end{cases} \\ \text{b)} \begin{cases} 2x - y = 7 \\ x + 4y = -1 \end{cases} & \text{d)} \begin{cases} 2x - 3y = 3 \\ -5x + 2y = 9 \end{cases} & \text{f)} \begin{cases} \frac{x}{2} + \frac{y}{3} = 4 \\ \frac{x}{4} - \frac{y}{2} = -2 \end{cases} & \text{h)} \begin{cases} \frac{2(x + 1)}{5} + \frac{y + 4}{3} = 3 \\ \frac{x}{4} - \frac{3(y + 1)}{7} = 1 \end{cases} \end{array}$$

3.- Resuelve los siguientes sistemas de ecuaciones lineales por el método de igualación.

$$\begin{array}{ll} \text{c)} \begin{cases} 2x + y = -1 \\ 3x + y = 2 \end{cases} & \text{c)} \begin{cases} 2x - 2y = 12 \\ x - 4y = 6 \end{cases} & \text{e)} \begin{cases} \frac{x}{4} - 5y = -4 \\ \frac{x}{2} + 3y = 5 \end{cases} \\ \text{b)} \begin{cases} x - 2y = 5 \\ x + 4y = -1 \end{cases} & \text{d)} \begin{cases} -2x - 3y = -5 \\ 5x + 2y = 18 \end{cases} & \text{f)} \begin{cases} \frac{x}{2} + \frac{y}{4} = -2 \\ x - \frac{y}{2} = 4 \end{cases} \end{array}$$

Buenos días:

Os dejo las actividades para los próximos días. Las actividades serán asignadas a través de la plataforma Teams, siendo la fecha límite de entrega, el día 8 de junio a las 14:30 h.

Aquellos alumnos que por algún motivo no puedan acceder a la plataforma, las entregarán mediante correo electrónico, **en un ÚNICO archivo pdf**, a la dirección [enriqueca@educastur.org](mailto:enriqueca@educastur.org) , el día 8 de junio hasta las 14:30 h., indicando materia, curso y nombre y apellidos del alumno/a.

## Respirar, ¿para qué?; comer, ¿para qué?

La obtención de nutrientes es de vital importancia para los seres vivos. Tanto es así que se considera la capacidad de captar nutrientes como una característica para distinguir lo vivo de lo no vivo.

Los nutrientes que necesita un organismo son muy variados e incluyen el oxígeno, los minerales, las proteínas, los lípidos y un largo etcétera. Es muy frecuente que un nutriente se obtenga utilizando un órgano distante al lugar en el que se utiliza.

Vamos a analizar el caso del oxígeno. El oxígeno es un nutriente vital para los seres vivos y es captado utilizando los pulmones en la **ventilación pulmonar**. Pero el oxígeno no se utiliza en los pulmones, sino en las células, concretamente en las mitocondrias, un orgánulo celular donde tiene lugar un proceso conocido como **respiración celular**, cuyo objetivo es obtener energía.

### **1. Lee atentamente el texto que aparece arriba y completa con los términos correctos las siguientes frases, eligiendo las palabras de entre las que aparecen más abajo.**

*pulmones, mitocondrias, tomar, ventilación pulmonar, respiración celular, oxígeno, energía*

- Uno de los nutrientes básicos para el organismo es el.
- El oxígeno es captado en los, ya que al inspirar introducimos este nutriente en nuestro organismo.
- La misión de los pulmones es el oxígeno del medio, pero el lugar donde se utiliza el oxígeno es en las de las células.
- La ocurre en las mitocondrias de las células, donde el oxígeno es utilizado para obtener.
- Al proceso por el cual se capta oxígeno del medio se le llama.

### **2. Ahora que sabes un poco más de la ventilación pulmonar y de la respiración celular, elabora la definición de cada una de ellas.**

- **Ventilación pulmonar:**
- **Respiración celular:**

### **3. Lee atentamente las definiciones que acabas de escribir y trata de encontrar al menos dos diferencias entre ambos procesos.**

## Respirar, ¿para qué?; comer, ¿para qué?

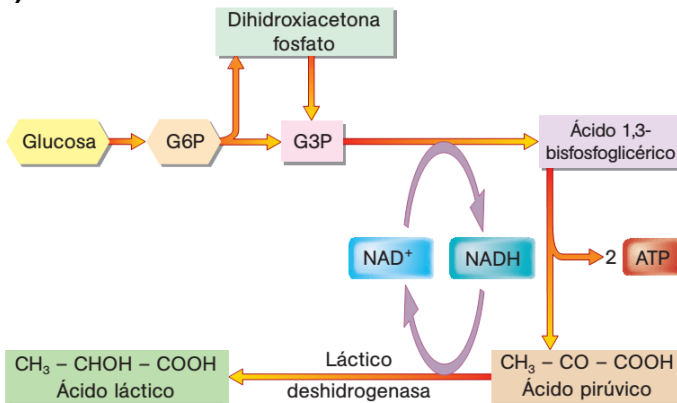
Una vez que los seres vivos han introducido en su interior los nutrientes, estos son utilizados para distintos fines. Algunos, como el oxígeno, son utilizados por el organismo para obtener la energía que nos permite movernos y relacionarnos con nuestro entorno; otros, como las proteínas o los minerales, son utilizados para “fabricar” los componentes del propio organismo. Al conjunto de reacciones químicas que ocurren en los organismos se le llama **metabolismo**.

El metabolismo, por tanto, engloba las reacciones mediante las cuales se obtiene energía (reacciones **anabólicas**) y las que se utilizan para obtener los componentes del organismo (reacciones **catabólicas**). Las diferencias entre ambos tipos de reacciones son muchas. Por ejemplo, las reacciones anabólicas producen energía, mientras que las catabólicas consumen energía. Otra diferencia es que las reacciones catabólicas reducen los nutrientes a  $\text{CO}_2$  y  $\text{H}_2\text{O}$ , mientras que las catabólicas producen otras moléculas más grandes.

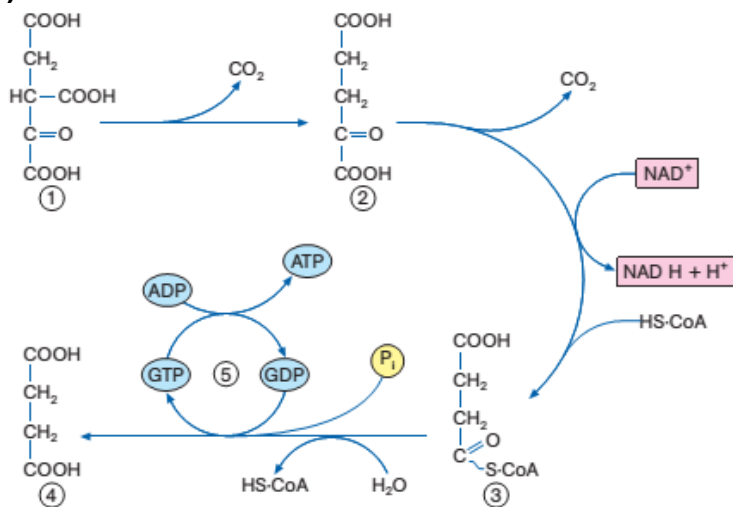
4. Lee el texto anterior y realiza un mapa conceptual para resumir las ideas fundamentales.

5. Observa atentamente estos esquemas. Indica si se trata de reacciones catabólicas o anabólicas.

a)

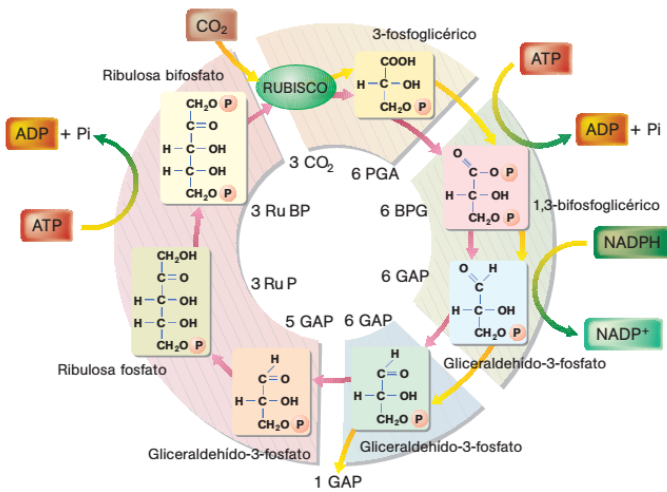


b)

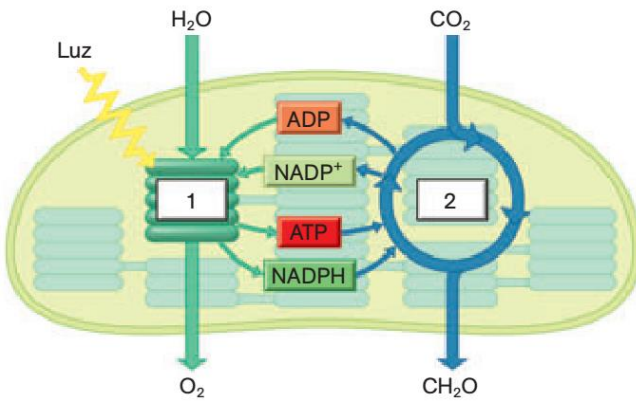


# Respirar, ¿para qué?; comer, ¿para qué?

c)



d)

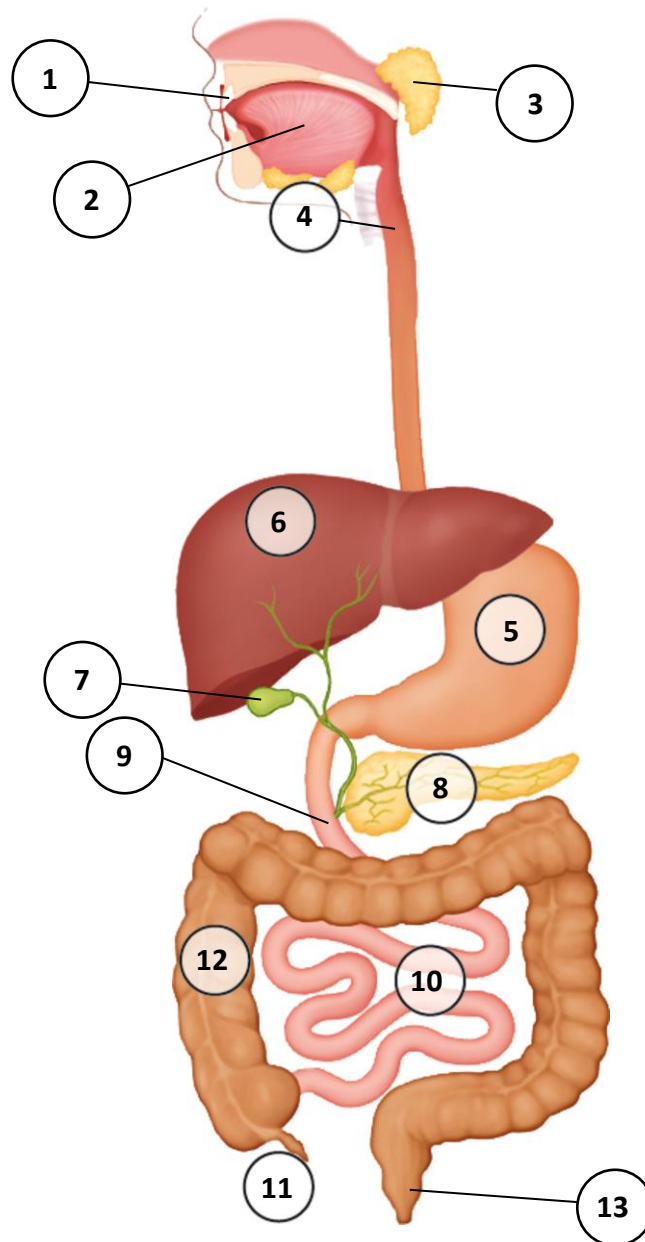


## De los alimentos a los nutrientes

1. ¿Cuáles son las fases del proceso digestivo?.

2. Observa atentamente el esquema que aparece a continuación y pon el nombre correcto a cada una de las partes numeradas.

3. Rellena el esquema, pero esta vez indica el proceso de la digestión que realiza cada parte numerada.



4. ¿Crees que tener unos dientes poco sanos puede afectar a la digestión? ¿Por qué?



## **Dolores de tripa**

Lee atentamente el artículo que aparece a continuación y contesta a las preguntas que se hacen.

### **¿Qué es el anisakis y cómo evitarlo?**

Los últimos cargamentos de anchoas que están entrando en las lonjas vascas están contaminados con anisakis en “un porcentaje muy importante”, según el Gobierno vasco. El Ejecutivo ha recordado que este parásito “puede suponer un problema de salud”, y la directora de Salud Pública del Gobierno vasco, Miren Dorronsoro, ha recomendado limpiar y eviscerar la anchoa “cuanto antes [...], comérsela bien frita y, en caso de que quiera comerse en vinagre o salmuera, congelarla”.

### **Un parásito digestivo**

Es un gusano nematodo que pasa su ciclo vital en el tubo digestivo de peces y mamíferos marinos, donde vive a costa de ellos. Cuando el ser humano ingiere pescado infectado, este gusano puede causarle alteraciones digestivas y reacciones alérgicas.

### **¿Qué síntomas produce la intoxicación?**

Como en casi cualquier otra alergia alimentaria, los síntomas son urticaria, dolor abdominal, náuseas, vómitos y diarrea. Las larvas también pueden causar una reacción alérgica que, en los casos más serios, puede derivar en un choque anafiláctico. Desde que en 1995 se describió en España el primer caso de alergia grave al anisakis, se han producido centenares de casos.

### **¿Se puede tratar?**

Aunque a veces es posible detectar y extraer el parásito, el tratamiento suele ser sintomático. Se usan protectores gástricos y en los casos de alergia se aplican corticoides y antihistamínicos.

### **¿Cuándo aparecen los síntomas?**

Los primeros síntomas aparecen de forma rápida en los primeros sesenta minutos. Hay otros síntomas que tardan alrededor de seis horas en manifestarse.

### **¿Cómo evitarlo?**

Las principales recomendaciones son limpiar el pescado, separar las vísceras cuanto antes, congelarlo previamente y cocinarlo bien.

El Gobierno vasco ha fijado en 60 °C la temperatura que debe alcanzar la pieza durante su elaboración. “El tratamiento a más de 60 °C durante 10 minutos destruye el parásito, y la congelación a -20°C durante 24 horas lo inactiva”, se indica en la nota informativa.

### **¿Cómo cocinar el pescado sospechoso?**

Se recomienda, para la preparación en el horno, a la brasa o a la plancha, abrir el pescado para garantizar que se alcanza la temperatura de 60°C en el interior de la pieza. “En ningún caso se debe de consumir crudo o marinado”, se recuerda.

## Dolores de tripa

### **¿Hay que congelar todo el pescado?**

No, ya que los pescados de ríos, pantanos (trucha, carpa...) o piscifactorías no contienen este parásito y, por tanto, no pueden transmitirlo.

### **¿Es necesario congelar el marisco?**

Las ostras, mejillones, almejas, coquinas y demás moluscos bivalvos no causan la enfermedad, aunque se consuman en crudo y sin congelar antes.

### **¿Funciona la congelación en casa?**

El tiempo recomendado de congelación es de 24 horas, a  $-20^{\circ}\text{C}$ . En un congelador estándar, cuya temperatura es algo superior (unos  $-18^{\circ}\text{C}$  en los de tres estrellas), el tiempo requerido para garantizar la muerte de las larvas es de alrededor de una semana.

### **¿Qué pescado es el más peligroso?**

En España, el 90 % de los contagios por *Anisakis simplex* se producen tras ingerir boquerones no cocinados, y en esta categoría los macerados en vinagre están por encima de cualquier otro tipo.



ABC.es. MADRID. 09/05/2014

1. **¿Qué es el anisakis? ¿Cómo se contrae?**
2. **¿Qué síntomas produce en el hombre?**
3. **¿Cómo se cura a las personas que contraen el anisakis?**
4. **¿Cómo puede evitarse contraer dicha enfermedad?**
5. **¿Conoces a alguna persona que haya tenido una infección por anisakis? ¿Le ha quedado alguna secuela? (En caso de no conocer a nadie, busca información en internet sobre las consecuencias de la enfermedad).**
6. **¿Crees que existen otras infecciones provocadas por ingerir alimentos que no están tratados adecuadamente?**

GOOD MORNING DEAR STUDENTS!

01-06-20 INGLÉS 3º ESO

Para comenzar bien la primera semana del mes de Junio y para seguir practicando la gramática de los modales hoy vais a hacer los ejercicios del 1 al Speaking de la página 42 (workbook). Si os surge alguna duda, ya sabéis dónde nos vemos siempre que queráis 😊. Un abrazo de teacher Paola.

3ª ESO

GEOGRAFÍA

1- JUNIO- 2020

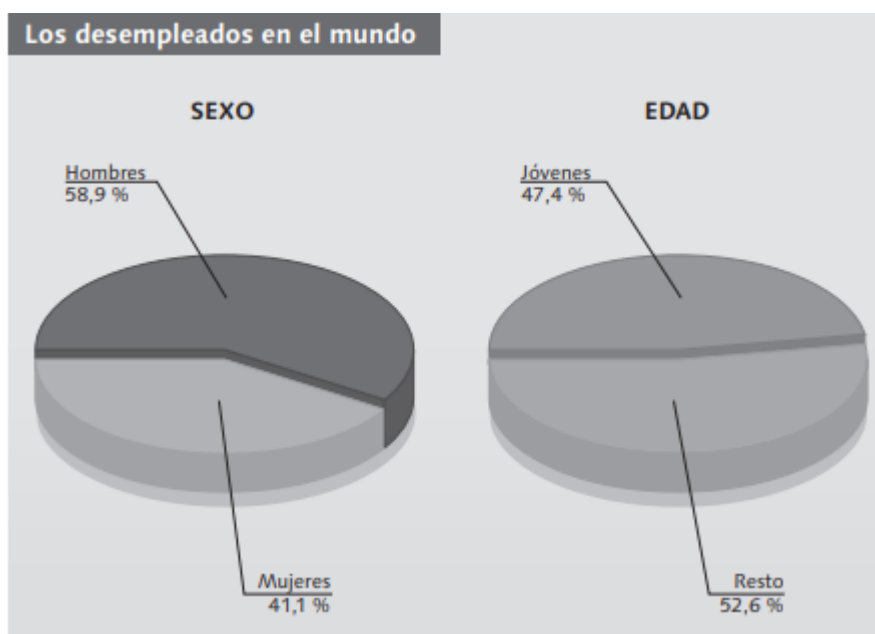
**FECHA DE ENTREGA DE ESTAS ACTIVIDADES VIERNES 5 DE JUNIO**

La policía china ha desvelado un caso de esclavitud en una fábrica situada en Shanxi, provincia situada en el centro del país: 31 trabajadores, inmigrantes rurales, sobrevivían en su interior, con jornadas laborales de 20 horas y subsistiendo a base de pan y agua. Eran 32, pero uno de ellos murió. Los trabajadores eran reclutados en estaciones de tren y otros lugares de paso y, una vez en la fábrica, tenían prohibido salir del edificio. Iban descalzos y con ropas rotas, dormían en el suelo, no tenían calefacción en invierno y se les obligaba a trabajar rápido. Cinco personas y seis perros les vigilaban para impedir su huida.

www.ELPAÍS.com, 8 de junio de 2007 (Adaptación)

Actividades Según el texto,

- ¿se reconocen los derechos fundamentales de los trabajadores de la fábrica china?
- ¿Cuántas horas trabajaban al día?
- ¿Cuál era su dieta alimenticia?
- Describe la situación que vivían los trabajadores chinos, tal y como indica el texto.
- ¿Cómo se evitaba que los trabajadores huyeran de la fábrica?



**Actividades**

- Observa el gráfico de sectores por sexo, ¿qué conclusiones extraes?
- Observa el gráfico de sectores por edad, ¿qué información ofrece?
- Según los datos analizados, ¿cuáles crees que son las tendencias mundiales de empleo en la actualidad?

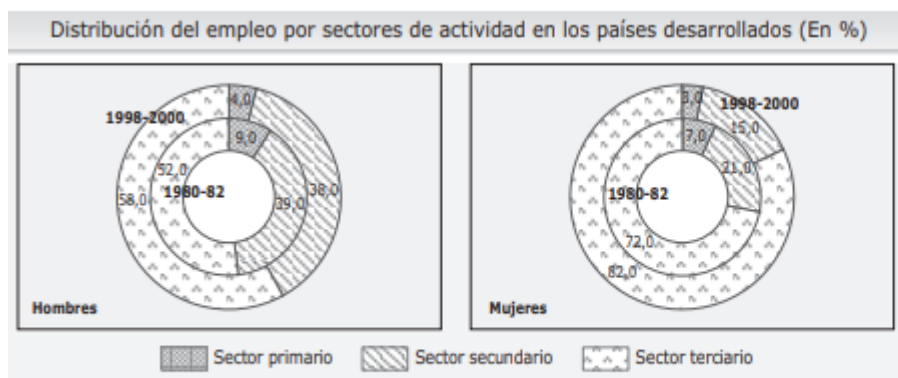
País	Superficie agraria	Superficie total	Población
China	5.552.760	9.598.050	1.292.382.000
Australia	4.555.000	7.741.220	19.338.000
Estados Unidos	4.112.590	9.629.090	285.926.000
Brasil	2.634.650	8.547.400	172.559.000
Federación de Rusia	2.168.610	17.075.400	144.664.000
India	1.808.100	3.287.260	1.025.096.000
Argentina	1.770.000	2.780.400	37.488.000
Sudán	1.338.330	2.505.810	31.809.000

Señala si son verdaderas (V) o falsas (F) estas frases.

- Los países más grandes son los que tienen mayor superficie agraria.
- El país más poblado es el que mayor superficie agraria tiene; el segundo más poblado, la segunda más alta; y así consecutivamente.

País	% Superficie Cultivada
China	57,9
Australia	
Estados Unidos	
Brasil	
Federación Rusa	
India	
Argentina	
Sudán	

Observa los gráficos y contesta a las cuestiones:



- ¿Qué sector económico predomina en cada caso?
- ¿Qué sector económico ha aumentado su porcentaje en los últimos años?
- ¿A qué característica hacen referencia los anteriores gráficos?
- ¿Qué diferencias observas entre hombres y mujeres?

Clasifica estas actividades industriales según los tipos de industrias.

- Fabricación de locomotoras.
- Producción de acero.
- Refinado de petróleo.
- Fabricación de juguetes.
- Producción de aluminio.
- Fabricación de abonos minerales.
- Fabricación de relojes.
- Elaboración de conservas de pescado.
- Fabricación de harinas.
- Fabricación de cemento

TIPOS DE INDUSTRIAS		
Industria pesada		Industria ligera
Industria básica	Industria bienes de equipo	

Completa

Elementos del relieve	Qué son	Ejemplos
Sistemas montañosos		
Mesetas		
Llanuras		
Depresiones		
Rías		
Fiordos		

Indica si estas afirmaciones sobre las grandes ciudades son verdaderas (V) o falsas (F):

En el centro urbano de los países nuevos desarrollados hay el casco histórico. **F**

Son enormes aglomeraciones urbanas que siguen creciendo y atrayendo población muy diversa. **V**

Mantienen muchas desigualdades internas entre los distintos barrios que las forman. **V**

Son competitivas entre sí debido a que tienen un papel destacado a nivel mundial. **V**

En la periferia de urbanización difusa se encuentran barrios muy poblados y desiguales. **V** Clasifica las siguientes ciudades en la tabla:

*Amsterdam, Baltimore, Barcelona, Bogotá, Cáceres, Estepona, Linares, Londres, Los Angeles, Madrid, Múnich, Nueva York, París, Porto Alegre, Roma, Santander, Seúl, Tokyo, Tordesillas, Valladolid*

METRÓPOLIS MUNDIALES	Metrópolis nacionales	Centros regionales	Centros comarcales
Londres	Amsterdam	Baltimore	Estepona
Nueva York	Bogotá	Cáceres	Linares
París	Los Ángeles	Porto Alegre	Tordesillas
Roma	Madrid	Santander	
Seúl	Munich	valladolid	
Tokyo			

Relaciona con flechas las siguientes ciudades con el nivel de jerarquía urbana al que pertenecen y con el eje de desarrollo en el que se sitúan:

	Sevilla <b>2</b>	
	Murcia <b>3</b>	
	Madrid <b>1</b>	
Metrópolis nacionales <b>1-6</b>	Valencia <b>4</b>	Mediterráneo <b>3-4-5-6</b>
Metrópolis regionales <b>2- 4-5-7-8</b>	Valladolid <b>5</b>	Cantábrico <b>8</b>
Metrópolis subregionales	Barcelona <b>6</b>	Valle del Ebro <b>7</b>
Ciudades medianas <b>3</b>	Pamplona <b>7</b>	Atlántico
Capitales comarcales <b>9</b>	Santander <b>8</b>	
	Tomelloso <b>9</b>	
	Almendralejo	

Entra en este enlace, lee el artículo y responde a las siguientes preguntas:

<http://www.tiching.com/84235>

¿Cómo se clasifican los residuos?

¿Cuáles son las técnicas para la gestión de residuos?

¿Cómo se lleva a cabo la gestión de residuos peligrosos?

**Lee el texto sobre sostenibilidad urbana, indica en qué categoría fueron ganadoras las siguientes ciudades y describe su proyecto de sostenibilidad:**

<http://www.tiching.com/743124>

Copenhague Dinamarca: controln emisiones de

Categoría **Plan clima 2025**

Proyecto de sostenibilidad Urbana **Control emisiones de carbono**

**Río de Janeiro Brasil:**

Categoría **Comunidades sostenibles**

Proyecto de sostenibilidad Urbana **Normalizar todas las favelas**

San Francisco USA:

Categoría **Gestión de Residuos**

Proyecto de sostenibilidad Urbana **Reciclaje obligatorio y compostaje**



¡Hola, chicos de 3º!

Estrenamos semana y estrenamos mes...

Y un mes muy importante para vosotros, no solo porque parece que estemos ya en verano (debido al tiempo tan caluroso que tenemos) sino porque, aunque este curso está siendo “muy especial”, es el mes de las notas finales, de terminar las “clases”, de dejar de estar todo el día (¡algunos!) enchufados a este aparato y de tomaros un tiempo de vacaciones merecidas.

Ahora ya podemos decir aquello de que “solo faltan unos días...”.

Ahora ya podéis empezar a pensar aquello de “¿pasaré con todas aprobadas?, ¿cuántas me quedarán para septiembre?”.

Ahora ya podéis empezar a hacer planes para los días de descanso (siempre dentro de lo que marcan las normas sanitarias).

Pero, mientras todo eso ella, hay que seguir trabajando un poco más.

Así que a ello. Estas actividades son para entregar el próximo **JUEVES, día 4 de junio**, en el horario de clase.

- Repasar “SENTIDO LITERAL Y SENTIDO FIGURADO” , página 86.
- Escribe diez oraciones en las que haya UNA PALABRA EN SENTIDO FIGURADO. Subráyala y explica qué significa el enunciado.
- Repasa GRAMÁTICA UNIDAD 4: páginas 88, 89, 90, 91 y 92.
- Identifica y analiza TODOS LOS SINTAGMAS de las siguientes oraciones:
  - En la estación había un señor mayor con dos maletas grandes.
  - Mi actor preferido rodará en España una película de acción.
  - Algunos cantantes harán un concierto solidario para los enfermos.
  - Esa mujer de la ventana tira flores a los limpiadores de la calle.
  - Ayer no compré el jersey verde en la tienda de mi primo.
  - Por la mañana vi una estrella fugaz a lo lejos desde mi terraza.
  - Los alumnos de este Centro no volverán a las aulas este curso.

**¡BUEN TRABAJO Y BUENA SEMANA!**