PERIODISTAS EN CRECIMIENTO

Nº 5
1 DE JUNIO DE 2026

“ MAYO: UNA TRADICIÓN QUE FLORECE EN LA HISTORIA DE NUESTRO COLEGIO”

JAIME ZAMORANO HUERTA

“Guardo un bonito recuerdo de mis tres periodos de prácticas realizadas en este cole”.

07
5º VIAJA A LA HISTORIA EN PUY DU FOU

05
PROGRAMA ESCOLAR DE CONSUMO DE FRUTAS, HORTALIZAS Y LECHE EN CASTILLA LA MANCHA.

Este mes, los alumnos de 6º de Primaria hemos realizado una entrevista al director de la escuela de fútbol, Jaime Zamorano. A través de esta entrevista, hemos podido conocer más de cerca el trabajo que se realiza en la escuela, la importancia de los valores en el deporte y la trayectoria de su director.

¿Qué significa para ti enseñar fútbol a niños y niñas?

Para mi es unir pasión con profesión. Empecé a jugar al fútbol con 5 años y he tenido numerosos entrenadores.

De cada uno de ellos siempre me quedo con lo mejor, de todos se aprende. Ahora, como entrenador, he podido comprobar lo complicado que es tomar decisiones y que todos los jugadores estén contentos. Siempre intento ser justo con todos.

¿Qué cualidades debe tener un buen jugador?

Cuando hablamos de cualidades quizás pensamos en aspectos meramente técnicos que son los que distinguen a unos jugadores de otros. Pero para mí hay algo mucho más

importante, la mayor virtud que puede poseer un jugador/a es el respeto hacia los demás, en definitiva, el compañerismo, aspecto clave para las personas que practican deporte de equipo.

¿Cómo animas a los alumnos cuando pierden un partido?

De cada partido siempre intento sacar las cosas positivas (que siempre las hay). En las derrotas me enfoco en las cosas buenas que se han hecho y en los aspectos a mejorar, pero siempre de manera constructiva.

¿Qué sientes al ver cómo mejoran los alumnos cada año?

Es la mayor gratitud que uno puede tener en este deporte. Verlos como empiezan con 5 años y como van adquiriendo la técnica.

¿Cuál ha sido el logro más importante de la escuela?

Sería incapaz de quedarme con uno solo. Cuando uno piensa en logros, solo piensa en las veces que se gana y ganar hemos ganado mucho. Hemos conseguido torneos internacionales, hemos sido campeones provinciales, hemos logrado infinidad de ligas en todas las categorías. Pero el logro más importante de la escuela es ser una escuela referencia en la comarca que se compone de jugadores/as de Noblejas, pero también de Ocaña, Villarrubia de Santiago, Villatobas, Dos Barrios, Huerta de Valdecarábanos, Ontigola, La Guardia… Ese es el mayor legado de la escuela.

Hace un par de años te tuvimos por aquí en el cole haciendo tus prácticas. ¿Cómo fue tu experiencia como profesor de prácticas en nuestro colegio?

Guardo un recuerdo muy bonito de mis prácticas en el colegio. Desde el primer momento me sentí acogido como uno más y aprendí mucho gracias a Pilar Sáez, mi tutora de prácticas. También tuve la suerte de coincidir con Ester.

Acabo de terminar la carrera de Educación Primaria y quién sabe si algún día volveré a compartir experiencias con ellas como maestro.

¿DÓNDE PREFIERES PASAR TU TIEMPO LIBRE?

Se ha realizado una encuesta a un total de 28 personas con el objetivo de conocer cuáles son las actividades que prefieren realizar durante su tiempo libre. A través de esta encuesta, se pretende identificar los hábitos de ocio más comunes entre los participantes y analizar sus preferencias.

Los resultados obtenidos muestran una diferencia notable entre las distintas opciones propuestas. La actividad más elegida ha sido salir con los amigos, convirtiéndose en la opción favorita de la mayoría de los encuestados. Este resultado pone de manifiesto la importancia que tienen las relaciones sociales y el tiempo compartido con otras personas en la vida cotidiana.

Por otro lado, las opciones de ver una película e ir de compras han obtenido el mismo número de votos, quedando empatadas. Aunque estas actividades también cuentan con una valoración positiva por parte de los participantes, no alcanzan el nivel de preferencia obtenido por la actividad más votada.

En general, los resultados reflejan que las actividades relacionadas con la socialización son las más populares entre los encuestados. Asimismo, se observa una variedad de gustos e intereses, ya que las demás opciones también han recibido una cantidad significativa de votos.

En conclusión, la encuesta realizada demuestra que salir con los amigos es la actividad de ocio preferida por la mayoría de los participantes. Además, el empate entre ver una película e ir de compras indica que ambas son alternativas igualmente apreciadas para disfrutar del tiempo libre.

El ÉBOLA

¿Qué es?
El Ébola es una enfermedad viral grave que puede causar fiebre, hemorragias y daños en varios órganos del cuerpo. Se transmite por contacto directo con fluidos corporales de personas o animales infectados.

¿Por qué el mundo puede estar en peligro por el ébola?
Es súper peligroso porque es un virus muy fuerte que puede contagiar a la gente de manera casi inmediata y, si te enfermas, es muy difícil salvarse.
Además, como ahora todo el mundo viaja en avión, el virus podría irse a otros países en un segundo y causar un caos total.

¿Qué relación tiene con el medioambiente?
El Ébola tiene relación con el medioambiente porque la deforestación y los cambios en ecosistemas hacen que las personas tengan más contacto con animales que puedan transmitir el virus, aumentando el riesgo de contagio.

ANIMALES EN PELIGRO DE EXTINCIÓN

Los osos y muchos otros animales sufren por la pérdida de su hogar. El cambio climático destruye los bosques y el hielo donde viven. La falta de alimento los obliga a viajar distancias peligrosas. La caza ilegal y la contaminación aceleran su desaparición rápidamente. Proteger la naturaleza es urgente para salvar estas especies.

Especies en peligro crítico

- Oso polar: se queda sin hielo marino para cazar.
- Oso panda gigante: pierde sus bosques de bambú por la agricultura.
- Oso anteojos: amenazado por la deforestación en Sudamérica.
- Tigre de Sumatra: quedan menos de 400 ejemplares libres.
- Gorila de montaña: afectado por las guerras y la caza.

EXCURSIÓN PRIMARIA

Todos los años, en el Colegio Diocesano Nuestra Señora de los Desamparados, organizamos una excursión de final de curso. Este año hemos ido a un multiaventura en el pueblo de Urda (Toledo).

Hemos estado en un lugar llamado La Casa de los Forestales, donde hemos realizado muchas actividades, como escalada, tirolina, futbolín humano, tiro con arco y diferentes juegos de ejercicio, como el juego del pañuelo, entre otros.

La excursión nos ha gustado mucho. Además, ya habíamos ido hace unos años, pero eso no nos ha quitado las ganas, la emoción ni la diversión.

Salimos a las 9 de la mañana y regresamos a las 6 de la tarde, contando también las horas de viaje. La comida estuvo muy bien: comimos macarrones, patatas y salchichas.

Aunque algunas personas tenían miedo de alguna actividad, no hubo ningún problema, ya que quien no quería participar podía elegir no hacerlo.

También aprendimos cómo convertir agua muy sucia en agua limpia, algo que podría ser muy útil si alguna vez lo necesitáramos.

Ha sido una experiencia muy divertida y emocionante que recordaremos durante mucho tiempo.

PROGRAMA ESCOLAR DE CONSUMO DE FRUTAS, HORTALIZAS Y LECHE EN CASTILLA LA MANCHA.

Los alumnos de nuestro centro seguimos disfrutando del Programa Escolar de Consumo de Frutas y Leche Ecológica de Castilla-La Mancha. Cada semana recibimos diferentes frutas, como manzanas, peras, plátanos o arándanos, que nos ayudan a mantener una alimentación saludable y equilibrada.

Además, también tomamos leche ecológica, un alimento muy importante para nuestro crecimiento y bienestar. Nos gusta mucho probar las distintas frutas y compartir este momento con nuestros compañeros.

Gracias a este programa aprendemos la importancia de consumir productos saludables y de calidad, al mismo tiempo que adquirimos hábitos que nos ayudan a cuidar nuestra salud. Estamos muy contentos de participar en esta iniciativa y esperamos seguir disfrutándola durante todo el curso.

QUÉ ALIMENTOS NOS AYUDAN A LA CONCENTRACIÓN

La alimentación influye mucho en la concentración y en el rendimiento académico. Algunos alimentos ayudan al cerebro a funcionar mejor y permiten mantener la atención durante más tiempo. Entre los más recomendados están los frutos secos, el pescado azul y las frutas, ya que aportan energía y nutrientes beneficiosos para la memoria y la agilidad mental. También es importante beber suficiente agua para evitar el cansancio y la falta de concentración.

Por otro lado, los expertos aconsejan evitar el exceso de azúcar, la comida rápida y las bebidas energéticas. Aunque estos productos pueden dar energía rápida, después suelen provocar cansancio y dificultan mantener la atención en los estudios. Las comidas muy pesadas también pueden hacer que el cuerpo se sienta más lento y con menos ganas de trabajar o estudiar.

Mantener una dieta equilibrada, junto con un buen descanso y hábitos de estudio adecuados, puede mejorar notablemente el rendimiento académico. Comer de forma saludable no solo beneficia al cuerpo, sino también al cerebro y a la capacidad de aprender de manera más eficaz..

RECETA DEL MES

Arroz con verduras y huevo

Tiempo: 25 minutos para hacer una receta fácil y saludable

Ingredientes (para 2 personas)

- *1 taza de arroz*
- *2 huevos*
- *1 zanahoria*
- *1/2 pimiento rojo*
- *50 g de guisantes*
- *1 cucharada de aceite de oliva*
- *Sal y pimienta*
- *Perejil picado (opcional)*

Elaboración

1. *Se cocina el arroz en agua con una pizca de sal siguiendo las instrucciones del paquete.*
2. *Mientras tanto, se lava y corta la zanahoria y el pimiento en trozos pequeños.*
3. *En una sartén con aceite de oliva, se cocinan las verduras durante unos minutos hasta que estén tiernas.*
4. *Se añaden los guisantes y después el arroz ya cocido. Se mezcla todo bien.*
5. *Se preparan los huevos a la plancha o revueltos, según se prefiera.*
6. *Finalmente, se sirve el arroz con verduras y se colocan los huevos encima. Se puede añadir un poco de perejil picado para decorar.*

5º VIAJA A LA HISTORIA EN PUY DU FOU

Los alumnos de 5.º de Primaria de los colegios Santa Clara de Ocaña y Nuestra Señora de los Desamparados de Noblejas disfrutaron de una convivencia de dos días y una noche en Puy du Fou Toledo.
Durante la visita asistieron a espectáculos como Pluma y Espada y El Último Cantar, donde pudieron conocer mejor la historia de España de una forma divertida. Después se alojaron en la Hospedería Santa Luisa, donde cenaron vestidos con trajes medievales y participaron en una entretenida velada.

Al día siguiente realizaron más actividades y compartieron grandes momentos con sus compañeros. Fue una experiencia inolvidable que les permitió aprender historia de una manera diferente, demostrando que también se puede aprender viajando, viviendo y disfrutando de cada momento.

LAS FLORES DE MAYO

Como cada año, durante el mes de mayo nuestro colegio celebra una de sus tradiciones más queridas: las Flores de Mayo, dedicadas a la Virgen María. Se trata de una celebración con mucha historia y arraigo, que reúne a alumnos, familias y vecinos de Noblejas.

Este curso, las celebraciones tuvieron lugar los viernes de mayo y fueron preparadas por distintos cursos. Los alumnos de Infantil llenaron de color y alegría el acto lanzando pétalos de flores desde las ventanas. Otro de los encuentros estuvo dedicado a Pentecostés y, en una celebración especial, se recordaron diferentes advocaciones marianas, como la Virgen del Pilar, la Virgen de Lourdes y la Virgen de Fátima. Además, los alumnos rezaron parte del rosario en francés.

Año tras año, esta tradición sigue manteniéndose viva gracias a la participación de toda la comunidad educativa. Las Flores de Mayo son mucho más que una celebración: son un momento de encuentro, fe y convivencia que forma parte de la historia de nuestro colegio y que continúa emocionando a quienes participan en ella.

COLEGIO DIOCESANO
Nª Sª DE LOS DESAMPARADOS

en ti nos vemos