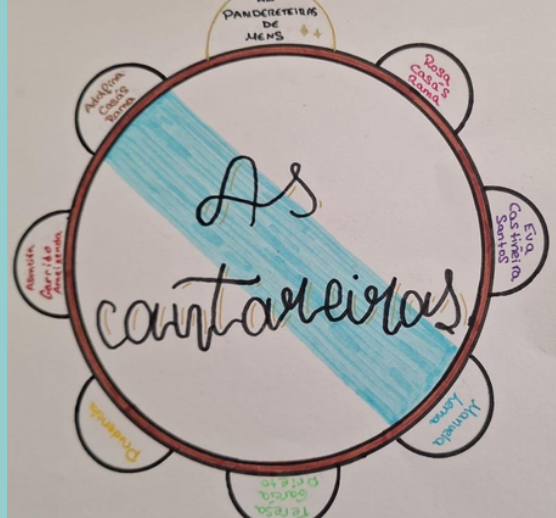




Latricadas

IES MURALLA ROMANA

Curso 2024/2025

30ª Edición



Equipos de
Dinamización
da Lingua Galega

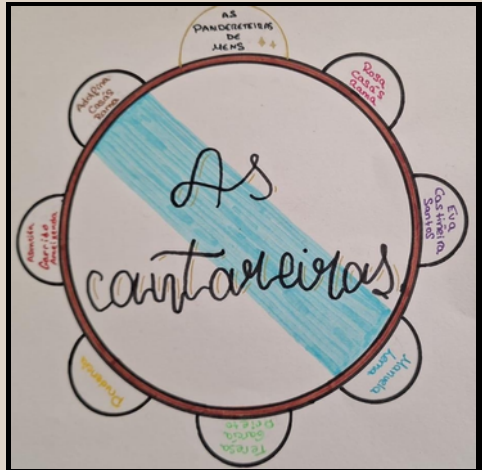


POLOS
CREATIVOS



Cantareira

A Palavra do Ano soa a poesía e música, a gana de compartir bos momentos, a voz feminina e colectiva, a lingua propia. **Cantareira** impúxose na votación popular promovida pola Real Academia Galega e a Fundación Barrié a través do Portal das Palabras, nunha chamada colectiva a ollar con ilusión cara ao futuro cando está a piques de comezar un novo período de doce meses no que Galicia enteira lles ha render homenaxe ás mulleres que ao longo dos séculos mantiveron vivo, transmitiron e arriqueceron o cancionero popular e o idioma do país.



Lucia Rodriguez

Palabra do Ano



Cantareira xa forma parte do paseo das Palabras do Ano de Lugo.

O académico Víctor Freixanes participou no descubrimento da inscrición con esta voz no pavimento da rúa Menorca, na que o concello lugués rexistra os resultados da votación popular promovida polo Portal das Palabras da Real Academia Galega e a Fundación Barrié. O acto contou coa actuación musical das Cantareiras d'Xanares.

O público escolleu "cantareira" como Palavra do Ano 2024 só unhas semanas antes do inicio das Letras Galegas 2025, celebración que a Real Academia Galega lles dedica precisamente ás cantareiras e á poesía popular oral.

ÍNDICE

- 01 Editorial**
- 02 Novidades**
- 05 Efemérides**
- 15 Os Nossos Éxitos**
- 20 Actividades**
- 50 Criatividade e Opinião**
- 67 Alimenta a tua mente**
- 72 Agradecimentos**

Editorial



Laura Rodríguez

Ao pechar este curso é momento de reflexionar sobre os desafíos aos que nos enfrontamos e os logros que conseguimos xunt@s. Este ano, como moitos outros, estivo cheo de obstáculos que nos puxeron a proba. A adaptación ás novas metodoloxías de ensino, a nosa multiculturalidade, a integración da tecnoloxía nas aulas e a necesidade de manter a motivación e o benestar emocional do noso alumnado foron só algúns dos retos que tivemos que superar. Aínda así, cada un destes desafíos tamén nos brindou a oportunidade de medrar e aprender como comunidade.

O noso alumnado demostrou unha resiliencia e un compromiso admirable. Os seus logros, tanto académicos como persoais, son un testemuño do seu esforzo e da dedicación do seu profesorado. Dende proxectos innovadores ata a participación activa en actividades extracurriculares, cada éxito é un paso cara a un futuro prometedor. Estamos inmensamente orgullosos de cada un deles e do que representan para a nosa centro.

Neste contexto, quixera tamén tomar un momento para destacar a pegada que deixarán os profesores do Muralla que para o próximo curso non estarán connosco. A súa dedicación, paixón e compromiso co ensino marcarán a vida de moit@s alumn@s e deixarán unha marca indeleble na nosa comunidade. Aínda que a súa ausencia se sentirá profundamente, sabemos que a súa influencia perdurará a través dos valores que inculcaron e das leccións que ensinaron. Sempre formarán parte da nosa historia e do noso legado educativo.

Agradecemos a cada un deles, ao alumnado de 2º de BAC e de Ciclos que rematan esta etapa no centro todo o legado que aportaron e desexámoslles o mellor nos seus futuros camiños. A súa contribución non será esquecida, e a súa esencia seguirá viva entre nós.

Afrontamos o próximo ano con esperanza e determinación, list@s para seguir superando desafíos e celebrando os éxitos do noso alumnado. Xunt@s, como comunidade, seguiremos construíndo un futuro brillante dentro da nosa diversidade.



Calendario 2025

Durante o mes de Outubro, levouse a cabo a realización do Calendario 2025 baixo o lema de "Vida Saudable" no que os alumnos de 1º FPB de INFOFI xunto coa súa profesora Iris Amado contribuíron á realización e maquetación do mesmo.

Vida Saudable
2025

Axuda Burundi

O 4 de outubro o alumnado de 4º PDC tivo unha visita por parte dos membros da ONG Axuda Burundi: os fundadores Ana e Antonio e a colaboradora Estíbaliz estiveron explicando como se chegou a crear esta pequena ONG que se centra en axudar a un orfanato en Burundi e como se afanan en conseguir a máxima colaboración.

O alumnado de 4º de PDC está inmerso nun proxecto de colaboración con esta ONG, participando activamente na recollida de plásticos e tapóns.



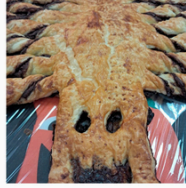
Taboleiro da Língua

A comezos de curso decidimos crear un rótulo para o noso taboleiro . A encargada de deseñar este marabilloso proxecto foi Laura. Nel plasma unha variedade cromática que quere representar a nosa multiculturalidade, sendo este un dos nosos signos de identidade que nos axuda a achegarnos ás diferentes miradas culturais e a enorgullecernos tamén do noso.

Parabéns, Laura.

Laura Rodríguez
3º ESO





EFEMÉRIDES

2025





Día das Bibliotecas

Con motivo do día das bibliotecas, 24 de outubro, encargamos aos biblioaxudantes unha importante tarefa: escoller novas lecturas para a nosa biblioteca escolar.

Ademais tamén fixemos unha visita moi interesante co alumnado do Ciclo Superior de "Asistencia á dirección", xa que visitamos o Arquivo Histórico Provincial para descubrir algúns dos tesouros que alí se gardan: documentos notariais, fotografías, mapas...

Magosto

Este ano celebramos o Magosto cunha divertida degustación de castañas e moitos xogos tradicionais aprendendo a valorar as nosas tradicións e a disfrutar do que nos une..

Foi un momento especial para compartir risos, historias, xogos, disfrutar das castañas asadas e fortalecer os lazos entre toda a comunidade educativa.

Unha festa que nos encheu de ledicia e orgullo por manter vivas as nosas tradicións





Samaín

Este ano o Muralla organizou o primeiro concurso de doces terroríficos. O evento foi un auténtico éxito, con participantes de todas as idades que trouxeron as súas mellores creacións para deleitar aos xurados e comensais.

Desde o cerebro de Samaín ata dedos de bruxa ou cemiterios con sepulturas, a variedade de doces foi impresionante. Cada participante demostrou unha gran dote de imaxinación e habilidades culinarias, transformando ingredientes sinxelos en auténticas obras de arte. A incorporación de elementos temáticos, como xelatina vermella para simular sangue e decorados de chocolate que facían referencia a películas clásicas de terror, fixo que cada doce contase a súa propia historia.

Parabéns a tod@s!

25N “Nin unha máis”

Este 25 de novembro, baixo o lema de “Nin unha máis”, celebrouse o día Internacional da eliminación da violencia contra a muller, lembrando así a tódalas mulleres vítimas deste tipo de inxustizas.

Durante o día, leváronse a cabo diferentes actividades tales como a recitación de versos ou unha performance para combatir contra tremendas inxustizas e non esquecer a aquelas mulleres que hoxe non nos poden acompañar.

Sumádevos á nosa reivindicación!





Concurso de Nadal

Durante o Nadal tivemos con nós o Concurso “A árbore da túa aula” no que cabe destacar a gran participación por parte dos alumnos de ESO, BAC e FPB.

O alumnado optou por árbores ecolóxicas; unha maneira de celebrar a maxia do Nadal promovendo a conciencia ecolóxica e o respecto pola natureza.

As aulas gañadoras foron:

- 4º PDC
- 2º ESO B
- 1º BAC B

Parabéns !

Árbore Reciclada

Queremos agradecer ás profesoras Paula e Laura que dende a materia de Proxecto Competencial levaron a cabo co seu alumnado esta fermosa árbore de nadal con botes de reciclaxe .

Este proxecto non só decorou o noso espazo, senón que, tiña como obxectivo promover a conciencia ecolóxica entre o alumnado e a comunidade educativa , contribuíndo cun dos ODS da axenda 2030 :

“ Consumo e produción responsable ” .

Parabéns ás profesoras e ao seu alumnado !.



Feliz Nadal



2024/2025



Mercado de Nadal



Mercado de Nadal

O alumnado de 4º da ESO e 1º de Bacharelato participou nunha fermosa iniciativa organizada polo Departamento de Tecnoloxía: a creación artesanal de bolas de Nadal, unhas pezas únicas e cheas de creatividade que engalanaron moitos dos nosos fogares .

O obxectivo principal da actividade foi recaudar fondos para a excursión de fin de curso. Unha maneira orixinal e solidaria de festexar o Nadal, colaborando entre todos.

Parabéns ao alumnado e profesorado !.

Agasallos de Nadal

Este Nadal, os agasallos entregados no centro viñeron acompañados duns envoltorios moi especiais , xa que estes foron deseñados polos alumnos de 2º da ESO no marco da materia de Tecnoloxía.

A actividade, organizada polo Departamento, tiña como obxectivo principal fomentar a creatividade, o traballo en equipo e a reutilización de materiais,

Grazas e parabéns !.



Bo Nadal!!



AGASALLOS

DE

NADAL



Día da Paz

No pasado 30 de xaneiro, Día da Paz, a nosa comunidade uniu forzas para celebrar un evento especial que nos recordou a importancia da paz e a solidariedade. A actividade centrouse na creación de pombas de paz, un símbolo universal de esperanza e harmonía.

@s alumn@s participaron con entusiasmo na elaboración destas fermosas pombas, utilizando materiais reciclados e creatividade. Cada pomba foi decorada con mensaxes de paz e desexos para un mundo mellor, reflectindo así os valores que queremos promover na nosa sociedade.

Día da muller e a nena na ciencia

Durante o mes de Febreiro, o alumnado de 1º, 2º e 3º da ESO elaborou actividades creativas para visibilizar o papel das mulleres na ciencia dentro da materia de Tecnoloxía e Dixitalización e de Educación Dixital.

Os estudantes deseñaron marcapáxinas e chapas nos que plasmaron os nomes e logros de mulleres científicas destacadas.

Ademais, o alumnado de 3º da ESO investigou e realizou presentacións sobre dez mulleres científicas galegas que deixaron unha pegada significativa en distintos campos do coñecemento e limitacións.





Día de San Valentín

O Día de San Valentín é unha ocasión especial para celebrar o amor en todas as súas formas. Este ano aproveitamos esta data para reflexionar sobre o que realmente significa o amor verdadeiro. Non se trata só de namorarse, senón de respectarse a un mesmo e aos demais, de valorar a empatía, a comprensión e a sinceridade nas nosas relacións.

O alumnado participou activamente nesta reflexión, escribindo mensaxes de amor no taboleiro. Estas mensaxes foron un fermoso recordatorio de que o amor tamén se manifesta en pequenos xestos, palabras de agarimo e respecto mutuo.

Día de Rosalía

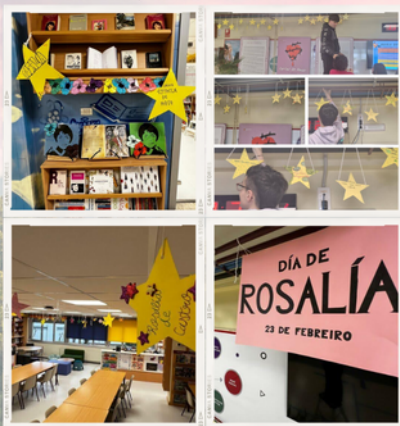
O 23 de febreiro celébrase o Día de Rosalía de Castro e, con motivo de se sumar a esta conmemoración, o centro programou unha iniciativa baixo o lema "Rosalía, unha estrela de noso":

A instalación dunha "constelación" de versos rosalianos na biblioteca e no corredor, en alusión á estrela que leva o nome da escritora na constelación de Ofiúco.

Grazas a todo o alumnado da ESO e a todo o profesorado por colaborar nesta homenaxe a Rosalía, e traela á nosa Biblioteca e aos corredores do Muralla.

Este traballo en equipo non só fixo que o proxecto fora un éxito de seu, senón que tamén reforzou os lazos entre todo o alumnado, ensinándonos o valor de traballar xuntos.

2025
Rosalía, unha estrela de noso



*Grazas a EDLIG, Biblioteca,
Departamentos de Lingüas e Alumnos!
Sen vós, isto non podería ter saído á luz.*

Concurso de Larpeiradas de Entroido

En colaboración coa Biblioteca, o día de Entroido celebrámonos cun concurso de larpeiradas nos que puido participar o alumnado da ESO e FP.

Tralo veredito do xurado o alumnado tivo a oportunidade de degustar produtos típicos desta festa e asistir á entrega de premios.

Agradecemos ao alumnado de 4º de PDC a creación do letreiro "Concurso de larpeiradas de entroido".

Parabéns aos gañadores :

Zaida Bermúdez (1º ESO C)

Luz Ariadna Soto (1º ESO A)

Mateo Núñez. (1º ESO B) .



ENTROIDO 2025



8M, Descubrir Xogando

Conmemoramos este 8M cun escape room cuxas pistas levaban a libros escritos e/ou protagonizados por mulleres senlleiras.

De escoller os libros, pensar as preguntas e deseñar o xogo encargáronse os axudantes de biblioteca.

Foron varios grupos do centro os que puideron competir e, de paso, aprender algo máis sobre mulleres destacadas nas letras, no deporte, na ciencia... En concreto, o alumnado de FP básica e o de 4º de ESO.





Visita ás mulleres do Hula 8M

Co gallo de conmemorar o Día Internacional das Mulleres o noso alumnado de 4º ESO acudiu ó HULA para escoitar testemuños das súas profesionais. Baixo o lema "O talento non ten xénero", participaron, neste encontro, traballadoras de diferentes sectores que conflúen no Hospital Universitario Lucus Augusti de Lugo, para dar unha boa atención hospitalaria.

Todas as profesionais, a través de interesantes intervencións, detallaron, ó noso alumnado, en que consiste o seu traballo co obxectivo de fomentar o seu interese por carreiras profesionais do ámbito sanitario.

Compartindo Contos

Iniciamos a Semana das Letras cunha actividade de lectura compartida. CEIP Luís Pimentel e IES Muralla Romana Non só compartimos unha cancela, senón tamén o noso amor pola lectura. Pero hoxe compartimos tamén espazo, pois o equipo de biblioteca e de radio do Muralla podemos visitar ao alumnado de infantil e primeiro ciclo de primaria para contarles algúns dos nosos contos favoritos. Foi unha experiencia marabillosa !





Cita a Cegas cun Libro

Con motivo do Día do Libro, o alumnado do centro preparou unha actividade moi especial que combinou lectura, tecnoloxía e creatividade: "Cita a cegas cun libro".

Empregando a placa Makey Makey e o programa Scratch, crearon unha instalación interactiva na biblioteca na hora do lecer. Cada libro estaba forrado con papel de aluminio e conectado á placa, e ao tocalo, activábase un audio previamente gravado polo alumnado en francés, castelán ou galego, que ofrecía unha pista ou pequena presentación do contido do libro. Así, sen ver o título nin a portada, as persoas participantes podían deixarse levar polas voces e polos idiomas para elixir a súa próxima lectura. Unha forma orixinal e multisensorial de celebrar o pracer da lectura.

FELIZ DÍA DO LIBRO!

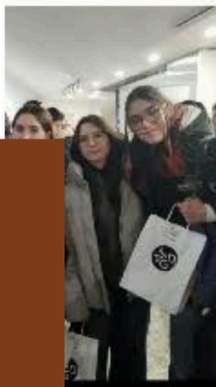
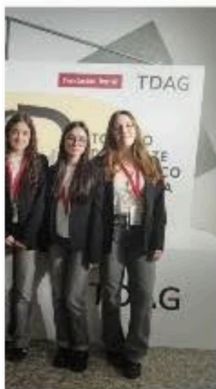
Letras Galegas

Este ano, a homenaxe recae nas cantareiras, un colectivo que representa unha voz feminina forte, chea de historia, tradición e identidade.

As cantareiras non só entoan melodías, senón que tamén reivindicán o feminino en toda a súa pluralidade, lembrándonos a importancia de recoñecer e valorar a presenza das mulleres na cultura popular.

Este acto de homenaxe é un paso importante cara a unha maior visibilidade e respecto pola súa contribución, que durante moito tempo foi silenciada ou subestimada. Celebrar as cantareiras é celebrar a diversidade, a historia e a forza dunha voz que, aínda que moitas veces ignorada, segue resonando con forza na memoria colectiva.





Os Nossos Éxitos





Victoria no Programa-me

Os alumnos do Ciclo formativo de grao superior de Desenvolvemento de aplicacións multiplataforma, Juan David Artunduaga, Brais Darriba e Xoán Sangiao, acadaron o 27 de Marzo o primeiro posto na fase rexional do concurso de programación Programa-Me, sendo os únicos que lograron resolver os oito problemas.

No concurso, organizado polo IES Serra Perenxisa (Torrent-Valencia), participaron 96 equipos de toda España. O IES Muralla Romana, ademais de acadar o primeiro posto, contou con outros dous equipos que resolveron sete problemas.

Parabéns a todos!!!

Participación no Videoxoga Fest

O 28 de marzo os alumnos do curso de especialización Videoxogos e realidade virtual participaron no Videoxoga Fest, un encontro educativo de videoxogos de referencia en Galicia.

Os nosos estudantes acadaron dous dos tres premios na categoría de videoxogos rookie.
PARABÉNS !



Participación no TDAG

O día 6 e 7 de febreiro levouse a cabo a final do torneo de debate académico de Galicia da Fundación Barrié, no que o IES participou con dous equipos.

Na segunda categoría coas alumnas de 2º BACH (Sara, Carla, Laura, Silvia e Nerea) e na primeira coas alumnas de 3º ESO (Malak, María, Malena, Moraima e co alumno Iago).

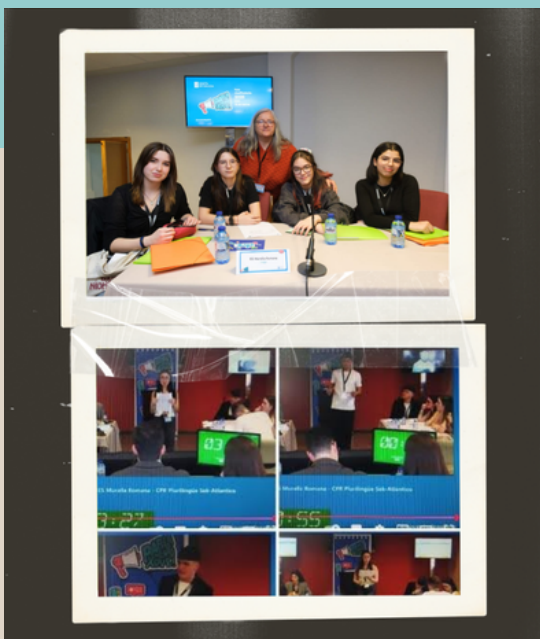
Sentimos moito orgullo do seu traballo e esforzo; os dous equipos pasaron á fase final, posicionándose entre os dezaseis mellores de Galicia e, finalmente, quedando de terceiras de Galicia o noso grupo de 3º da ESO. Parabéns tamén a Xulio e Cristina polo seu traballo !



Victoria no Parlamento Xove

O IES Muralla Romana vén de participar, o 22 de marzo, na fase clasificatoria do Torneo de Debate "Parlamento Xove", organizado pola Dirección Xeral de Xuventude. Unha participación que se saldou cuns resultados moi satisfactorios, posto que o equipo de BAC clasificouse no primeiro posto e estará, na fase final a oito, que se vai realizar no Parlamento Galego.

Parabéns ao alumnado e profesorado !





Lucus Intercentros

O XII Concurso Lucas Intercentros reuniu ao alumnado dos sete institutos da capital nunha nova xornada de convivencia organizada polo IES Muralla Romana e coordinada por Pilar Andón Saavedra.

A **Deputación de Lugo** colaborou un ano máis coa emisión en directo do certame realizada por estudantes do seu Centro de Formación de Audiovisuais.

Parabéns a todos!

Moz@s que se explican ben

Arredor de 200 estudantes de secundaria, bacharelato(entre os cales Pablo Dorado, Carme Casanova, Antía Núñez e David Pereira do noso instituto) e universidade de toda Galicia participaron no Torneo Lugo Debate no que amosaron as súas habilidades dialécticas.

O noso alumno David Pereira Santín proclamouse coma mellor introdutor e mellor orador.

Parabéns rapazas e rapaces!!





Xadrez entre institutos

O día 10 de abril, no Soto da Praza de Abastos de Lugo, tivo lugar o Torneo de Xadrez entre institutos no que se disputaron 5 roldas de partidas rápidas entre un total de 92 participantes.

O noso instituto participou por primeira vez nun torneo destas características e acadou un merecido 6º posto na clasificación por equipos.

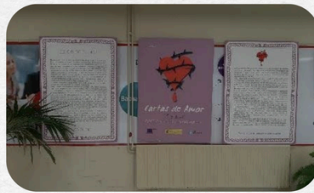
Parabéns ós nosos representantes. Contamos con eles e moitos máis para a próxima edición

O noso maior éxito

O noso maior éxito é un verdadeiro reflexo do poder da multiculturalidade, do esforzo colectivo e da unión de todas as persoas (alumnado, persoal non docente e profesorado) que forman parte do noso proxecto. A través do traballo en equipo, conseguimos crear un ambiente enriquecedor onde a diversidade cultural é valorada e celebrada, permitindo que cada un teña a súa oportunidade de brillar. Este logro é o resultado do compromiso, da dedicación e do entusiasmo de todos, e demostra que, cando unimos forzas, podemos acadar grandes obxectivos. Ademais, non só logramos o éxito, senón que tamén desfrutamos do proceso, facendo que cada paso sexa unha experiencia memorable. Este logro é un exemplo de que a colaboración, o respecto e a ledicia poden levarnos moi lonxe.

Parabéns a todo o alumnado de 2º de BAC e Ciclos que remata esta etapa no Muralla !.





Actividades





Asistencia ao “Lugo Máxico”

O día 13 de setembro, o alumnado de 2º da ESO asistiu ao gran festival de maxia de Lugo, “Lugo Máxico”, no cal, puideron contemplar e participar no espectáculo “Abaddón” de Ricardo Frazer representado no Auditorio Gustavo Freire.

Campañas Solidarias

O 26 e 27 de novembro tivo lugar a Campaña informativa e solidaria de Médula Ósea e Doazón de Sangue no que se impartiron charlas informativas e se instalou unha mesa informativa de médula ósea.

Estas actividades e campañas ensinan ao alumnado a importancia de empatizar, compartir e facer un mundo mellor .

**MESA INFORMATIVA
DOAZÓN DE MEDULA ÓSEA**

26 DE I

I.E.S. M

Infór
o d
r

**Non perdas este bus
DA SANGUE**

Avísalo de inmediato para que desparezca de las quinielas por donde pasa el bus. Solo se otorgará un premio de 4000 millones por el primer ganador.

I.E.S. MURALLA ROMANA

Mércores, 27 de novembro

**UNIDADE MÓBIL
DIANTE DO INSTITUTO**

09:30 a 14:30 e 16:00 a 21:00 horas

Para participar en esta campaña de sensibilización y promoción de la donación de sangre, debes estar en posesión de un DNI y tener menos de 65 años. La campaña se realizará en el instituto de Muralla Romana, el día 27 de noviembre, de 09:30 a 14:30 y de 16:00 a 21:00 horas.

Señales múltiples de 10 metros e puntos múltiples de 50 sig. en puntos de 40 metros cuadrados. Véase el plan de circulación en el documento adjunto.



Realidade ou CSI

O día 15 de novembro o alumnado de bioloxía de 4º ESO, 1º e 2º BACH tiveron a oportunidade de escoitar, dentro do programa "A Ponte" da USC a charla "Realidade ou CSI: que nos conta o ADN de ti?", impartida por investigadores da Unidade de Xenética forense do Instituto de Ciencias Forenses Luis Concheiro da USC (Mª del Carmen de la Puente, Javier González e Lucía Casanova).

Esta charla estivo centrada en contar ó alumnado o funcionamento do laboratorio de xenética forense e a aplicación das novas tecnoloxías de análise de ADN, como factores determinantes para a resolución de casos complexos.

Visita ao Cimus

O día 5 de novembro o alumnado de 1º BAC visitou os centros de investigación CIMUS e Instituto de Medicina xenómica, guiados polo Dr. Anxo Carracedo. Na visita percorreron os diferentes laboratorios onde se levan a cabo todos os procesos que van dende a extracción do ADN, a súa amplificación, a detección de mutacións e a súa análise





Visitando o Parlamento

O día 17 de decembro o alumnado de 1º CS de Administración e Finanzas, 1º CS Asistencia á Dirección, 2º CS de Asesoría de Imaxe Persoal e Corporativa, acompañado polos docentes María del Carmen Maciñeiras Nuñez e Pedro Viadé Borrego, realizaron unha visita cultural o Parlamento de Galicia para apoiar os contidos adquiridos ó longo do primeiro trimestre nos módulos de Protocolo e Organización de Eventos recibindo unha clase interactiva pola Xefa de Protocolo do Parlamento de Galicia, Doña María Isabel Cao Santamaría.

Viaxe a Malta

O alumnado do Ciclo Superior de Administración e Finanzas (Dual) tivo a oportunidade de realizar unha viaxe de inmersión lingüística e cultural a Malta dende o 18 ó 21 de novembro, acompañados polas seus profesores Marisa, Alicia e Luis.

Alí, puideron contemplar a tremenda beleza deste país facendo diferentes rutas turísticas nas que descubriron monumentos como a Concatedral de San Juan, o Palacio dos Grandes Maestres...





De ruta pola zona franca viguesa

Os alumnos dos Ciclos Superiores de Administración e Finanzas, de Asistencia á Dirección e do Ciclo Medio de Xestión administrativa, realizaron unha visita á Zona Franca de Vigo e ao Museo de Arte Contemporánea.

Alí puideron aprender a historia da zona franca, coñecer as distintas actividades desenvoltas nos polígonos da zona franca de Vigo e tamén disfrutar das exposición dos pintores Bosco Caride, Benjamín Palencia e Manuel Calmeiro no Museo vigués.

Visitando Compostela

O 5 de novembro o alumnado de 4º PDC visitou a cidade de Santiago de Compostela na que coñeceron lugares de interese cultural tales como a Catedral, a Praza da Quintana, Alameda...

Posteriormente, tiveron unha visita ao Museo do Pobo Galego, no que aprenderon curiosidades sobre a escaleira en espiral que hai na entrada e, posteriormente, asistiron a unha actividade titulada "De remuda" sobre música tradicional.





Intercambio Francés

O Departamento de Francés organizou a recepción do alumnado do IES Notre Dame da cidade de Elbeuf, que participa no intercambio Erasmus.

Os 5 alumnos acompañados da súa profesora, Blandine, chegaron ao noso centro o día 26 de novembro e o noso alumnado de francés encargouse de facerlles a visita guiada das nosas instalacións.

Despois, o Tenente Alcade Rubén Arroxo recibíunos na sala de plenos ademais de facernos unha visita guiada do consistorio.

Charla con María García

O 12 de decembro levouse a cabo na biblioteca unha charla coa escritora María García sobre o seu libro "Alma de Grilo", lido no club de lectura durante o 1º trimestre.

Esta charla foi organizada pola profesora Delia Polo.

O día 6 de maio virá tamén ao club de lectura de adultos do noso centro. Será unha actividade intercentros co IES Ánxel Fole .





A Ciberseguridade Galega

O día 6 de novembro o alumnado de 2º SIMIRE - 2ºADSIINRE e SIMIRE de adultos asistiu á Cidade da Cultura en Santiago de Compostela ó IV Encontro Galego de Ciberseguridade.

Alí puideron escoitar unha charla de Chema Alonso, Chief Digital Officer de Telefónica e experto en ciberseguridade na que aprenderon como protexer os nosos datos.

Galicia Tic 2024

O 7 de novembro tivo lugar, na Cidade da Cultura en Santiago de Compostela, o evento Galicia TIC 2024.

Neste evento estiveron presentes empresas do sector TIC con stands para coñecer o alumnado interesado en realizar as prácticas ou mesmo traballar unha vez finalizado o ciclo. O alumnado puido coñecer as diferentes oportunidades do sector e diferentes experiencias dos profesionais presentes no evento.





National Cyber League

O alumnado que está a cursar a materia de Dixitalización de 4º ESO tivo a oportunidade de participar na Ciberliga organizada pola garda civil. Nesta competición, @s estudantes recibiron unha formación previa sobre técnicas de investigación OSINT, coñecendo as ferramentas que os investigadores empregan para desenvolver o seu traballo.

Tras esta sesión teórica os equipos enfrontáronse a unha serie de retos de diferente complexidade na que participaron con outros institutos.

Estamos moi contentos do desempeño do noso alumnado!

Talleres de Ciberseguridade

O martes 26 de novembro, o INCIBE impartiu dous talleres de Ciberseguridade, dirixidos ós alumnos de segundo curso dos ciclos de formación profesional: Sistemas microinformáticos e redes e tamén a Administración de sistemas informáticos en rede.

O obxectivo do obradoiro foi capacitar aos asistentes con coñecementos prácticos sobre ciberseguridade e emprendemento, centrándose na identificación das principais vulnerabilidades actuais e proporcionándolles ferramentas útiles que poidan empregar no seu día a día.





Ciclos de Fol

Os días 11 e 18 de novembro o alumnado de 1º de ciclos formativos das tres Familias Profesionais do centro: Administración e Xestión, Imaxe Persoal e Informática e Comunicacions asistiron ao Obradoiro de primeiros auxilios impartido pola Cruz Vermella no salón de actos do noso centro.



Visita ao Cei-Nodus

Os días 21 e 23 de outubro o alumnado de 2º de Ciclos Formativos das Familias Profesionais de Imaxe Persoal e Informática e Comunicacions realizaron unha visita ó Centro de Empresas e Innovación (CEI-Nodus), unha aposta do Concello de Lugo para a promoción económica e social da cidade e un apoio á posta en marcha de novas iniciativas empresariais.





Caracterización de Personaxes

Nesta actividade a figurinista Aránzazu Domínguez explicou, o día 3 de decembro ó alumnado de 1º CS ASIMPE, en que consiste o traballo dun asesor de vestiario nas producións audiovisuais, traballo que leva desempeñando dende hai 20 anos, e as semellanzas e diferenzas que pode ter cun traballo de asesoría personalizada.

A práctica consistiu en que cada alumno recibía unha tarxeta cun personaxe: un oficio, personaxes de época... e debían construír ese personaxe seleccionando as prenda e complementos máis axeitados.

Actividades durante o 25N

Durante o 25 N, levouse a cabo durante o recreo unha performance por parte do alumnado, dirixida por Iván, profesor de Educación Física, en contra da violencia de xénero. Como música de fondo destacou a ambientación con "A porta violeta" de Rozalén e as Tanxugueiras.

Ademais do alumnado, tamén colaborou o profesorado, coordinación da biblioteca e o persoal non docente na decoración do centro, con globos, murais e lazos de cor morada en contra da violencia de xénero.





Rompendo Estereotipos

O día 10 de decembro recibimos no Instituto ó grupo de moteiras "gasmamis" que nos faloron sobre como a sociedade ten materializado as súas afeccións e soños.

Contáronnos a súa experiencia, dende o inicio da súa aventura moteira ata chegar a converterse en parte fundamental da súa vida.

Neste encontro percibimos como a súa adicación reflicte tanto a propia liberdade persoal como a independencia, fronte a determinados estereotipos sociais que poden condicionar a equidade e igualdade de xénero.

Homenaxe a María Wonenburger

A figura da matemática coruñesa María Wonenburger foi rememorada no noso Instituto grazas ao profesor Víctor Pollán, quen nos introduciu na biografía e as circunstancias adversas que viviu esta gran científica para levar a cabo a súa vocación.

María desenvolveu o seu talento como docente e investigadora fóra do noso país e hoxe é considerada un referente a nivel internacional nesta disciplina.





Programa A Ponte

En relación co programa “A Ponte” da USC participouse en diversas actividades durante a 2ª avaliación.

O venres día 17 de xaneiro de 2025 o alumnado de 2º BAC do IES Muralla Romana recibiu unha charla de presentación de diferentes titulacións das facultades e escolas do Campus de Lugo, no marco do programa A Ponte da USC (Universidade de Santiago de Compostela).

Coa finalidade de dar a coñecer diversas alternativas, visitáronos representantes das distintas Facultades de Lugo, ademais das dúas Escolas Universitaria de Lugo.

Desde o centro agradecemos a súa colaboración para axudar a que o alumnado poida facer unha toma de decisións máis realista respecto ao seu futuro académico-profesional.

Visita a CocaCola

O 22 de xaneiro o ciclo de ASIMPE visitou as instalacións da factoría CocaCola na Coruña, facendo unha presentación da marca, centrándose nas súas estratexias de márketing e nas iniciativas relacionadas coa sustentabilidade que están a desenvolver.

Posteriormente, desprazáronse á Fundación Marta Ortega Pérez para visitar a exposición de Irving Penn, onde ademais de facérenlles unha visita guiada pola exposición, participaron nun taller de creación de estísimos e fotografía.





Visita a Prodiapel

O 9 de xaneiro alumnado de 2º curso de ESBE acoden ás instalacións de Prodiapel (O Ceao) para realizar unha formación en diferentes equipos estéticos 8 Therapy cool, termoeestimulación, equipos de diatermia...

Foi unha experiencia marabillosa, pois ademais de enriquecedora e interesante a nivel curricular tivemos unha oportunidade para compartir momentos cos compañeir@s e profesores,

Visita á escola Ramón Falcón

As alumnas de Estética e Beleza colaboraron coa Escola de Artes Ramón Falcón para unha divertida sesión fotográfica.

Nesta actividade, as alumnas de Estética foron as encargadas de realizar a maquillaxe, poñendo en práctica os seus coñecementos.

Mentres que os alumnos/as de Asesoría de Imaxe traballaron con moito entusiasmo para crear o mellor estilo, elixindo vestimentas que combinasen con cada personaxe.

Parabén a todos/as polo voso éxito!



RAMÓN FALCÓN

ESCOLA DE ARTE E SUPERIOR DE DISEÑO LUGO



Visita a Termaria

O Luns 17 de febreiro os alumnos de 2º CS de Estética Integral e Benestar e de 1º CS de Asesoría de Imaxe Persoal e Corporativa tiveron a oportunidade de realizar varias actividades formativas na Coruña.

Alí visitaron Termaria, centro de talasoterapia especializado en estética corporal, saúde e benestar. Alí @s alumn@s realizaron sesións prácticas dirixidas por profesionais con gran experiencia no ámbito hidrotermal.

Visita a Iuvenor Lab

O 12 de marzo, @s alumn@s dos Ciclos Superiores de Imaxe Persoal tiveron a oportunidade de visitar Iuvenor Lab no Carballiño, empresa que conta cun gran equipo de recoñecida experiencia no sector da cosmética.

Pola tarde visitaron as Termas Prexigueiro en Ribadavia para experimentar e analizar técnicas hidrotermais e gozar das súas instalacións,.





Asistencia á Cosmoprof

O luns 17 de marzo, @s alumn@s do Ciclo formativo de Perruquería e Asesoría de Imaxe participaron nunha viaxe a Italia na que o punto culminante foi a asistencia á Feira Cosmoprof, un dos eventos máis importantes, a nivel mundial, no sector da estética, cosmética e perruquería onde @s alumn@s descubriron as últimas tendencias do sector.

Global Game Jam

Os alumnos do Curso de Especialización en Videoxogos e Realidade Virtual do IES Muralla Romana veñen de participar na Global Game Jam (GGJ) que se celebrou en Pontevedra entre o 24 e o 26 de xaneiro. O propósito da Game Jam é crear un videoxogo de xeito colaborativo e rápido.

A experiencia, igual que o ano pasado, foi todo un éxito. Estimúlase a innovación, a experimentación e o traballo colaborativo. Este é o maior evento de creación de videoxogos que se celebra, en localizacións físicas, en todo o mundo.





Ponte nas Ondas

o 26 de marzo, o noso alumnado de "Radio Llama" asistiu á celebración do XXX aniversario de 'Ponte nas Ondas' cun maratón radiofónico especial no auditorio "Fuxan os ventos".

Durante a xornada, destacou-se a importancia da radio escolar como ferramenta educativa.

A iniciativa forma parte do maratón radiofónico que se está a desenvolver de maneira simultánea en distintos puntos de Galicia e Portugal, coa participación de 250 persoas entre alumnado e profesorado só en Lugo.

Visita ó Cesga

O alumnado de segundo curso do ciclo Sistemas Microinformáticos e Redes e o alumnado de primeiro curso de Desenvolvemento de Aplicacións Multiplataforma participou nunha visita ó CESGA (Centro de Supercomputación de Galicia).

Alí puideron coñecer de primeira man o labor que levan a cabo, as características xerais dos recursos e as áreas coas que colaboran.

Entre outras cousas puideron ver o supercomputador Finisterrae III e o computador cuántico QMIO instalado no centro.





Visita ao Gustavo Freire

O día 8 de xaneiro, o alumnado de 3º ESO, 4º ESO e 2º FPB, acompañados por profesores do Departamento de Inglés e do Departamento de Tecnoloxía, acudiron ao auditorio Gustavo Freire para ver unha extravagante versión da novela de Agatha Christie “Asasinato no Expreso de Oriente”, en inglés.

Visita á Innovart-25

O día 7 de febreiro, alumnado de 1º de BAC, 2º de FPB e 3º de PDC acudiu á Cidade da Cultura en Santiago de Compostela para visitar InnovArt-25, un evento que aglutina as ensinanzas artísticas, as ensinanzas de idiomas e as ensinanzas deportivas que se imparten en Galicia.

O noso alumnado tivo a ocasión de ver diferente material expositivo e actividades interactivas de distintas artes. Ademais, tamén puideron desfrutar dunha representación do Conservatorio de Danza de Lugo na que participaban dúas alumnas de 1º de Bacharelato do noso centro.





O Breogán no Muralla

O martes 6 de marzo, os xogadores do Club Baloncesto Breogán, Arturs Kurucs e Darrun Hilliard, acompañados da súa mascota Máximus, visitáronnos para falarnos da súa afección ó baloncesto dende cativos ata a actualidade,.

O alumnado, entusiasmado, tivo oportunidade de facerlles preguntas, pedirilles autógrafos e mesmo lanzar a canastra para conseguir entradas para o vindeiro encontro.

Tirando con Arco

O día 17 e 21 de marzo o alumnado de 4º ESO e 1º BACH asistiu a unhas sesións de tiro con arco, resultou ser unha actividade divertida e entretida na que o alumnado comprobou a súa precisión e coñeceu de primeira man as características deste deporte, grazas á actividade organizada polo departamento de Educación Física.





Xogando no lecer

Agradecemos ó alumnado de ASIDIR a magnífica organización dos torneos de UNO e XADREZ na biblioteca no tempo de lecer.

Hora de ler

O equipo da Biblioteca e os biblioaxudantes organizan cada trimestre a Hora de Ler .

Durante 15 minutos diarios, o alumnado pode fuxir da rutina cotiá das aulas para sumerxirse en mundos novos e emocionantes.

Para facer esta experiencia máis emotiva, a biblioteca prepara cada trimestre mochilas de recomendación de libros. Cada mochila contén unha selección de títulos cuidadosamente elixidos para satisfacer os gustos e as preferencias de cada alumn@.





Concerto Xisco Feijoo

Grazas á Normalización Lingüística, o músico Xisco Feijoo visitounos para dar a coñecer seis temas musicais da tradición oral galega e os instrumentos de percusión, como apoio á voz e ó baile.

A muller erixiuse como eixe vertebrador, por ser unha recuperadora e transmisora do patrimonio oral galego, ademais de ser unha peza fundamental na organización dos bailes veciñais.

Deste xeito, este concerto didáctico convertiuse nunha homenaxe ás mulleres cantadeiras e pandereteiras galegas, ás que se lle adican as Letras Galegas 2025.

Visita ó Festinema

O martes 25 de febreiro tivo lugar por primeira vez en Lugo o Festinema, no edificio do Multiusos da Xunta de Lugo.

É un evento organizado pola Alliance Française en colaboración co servizo cultural da Embaixada francesa.

Alí os alumnos puideron ver a película "La petite bande"





Charla de Antonio Rigueiro

O Dr. Antonio Rigueiro, Catedrático emérito da USC e Académico Numerario da Real Academia de Ciencias, impartiu unha charla dentro do programa "A Ponte" da USC, sobre as "Árbores Senlleiras" de Galicia, un percorrido polas árbores máis sobranceiras da nosa comunidade.



Charlas de Convivencia

Ó longo do ano leváronse a cabo diferentes charlas sobre as seguintes temáticas:

- Protección legal de datos persoais
- As TIC e os seus riscos
- Adicións (apostas, videoxogos...)
- Diversidade Afectivo-sexual.

Agradecemos aos organizadores esta iniciativa que nos axuda a convivir de xeito máis respectuoso e harmonioso, e a mellorar o ambiente que compartimos día a día.





Por 365 días de igualdad

Durante o mes de febreiro presentouse a Exposición “Cartas de amor”, en liña de continuidade coas unidades didácticas traballadas polo alumnado dos diferentes cursos vinculado co obxectivo de desenvolvemento sostible das Nacións Unidas respectivo á Igualdade de Xénero.

Graduación dos ciclos FP

Durante o día 28 de marzo, tivo lugar acto de graduación de 2º de Ciclos FP, en colaboración con 2º CS Asesoría de Imaxe Persoal. Este evento tivo lugar no salón de actos do Edificio Administrativo da Xunta de Galicia en Lugo.



Festival de Teatro Grecolatino

O 26 de febreiro os alumnos de latín do instituto acoden ó Festival xuvenil de teatro grecolatino onde se representaron importantes obras de Sófocles y Plauto.

A finalidade deste festival foi poñer ó alcance dos estudantes de secundaria as obras do teatro grecolatino.



Visita á Facultade de Ciencias

O 21 de xaneiro o alumnado de 4º da ESO acudiu ó laboratorio de Ciencias da Facultade de Ciencias de Lugo para visitar as instalacións.

Alí os alumnos puideron ver diferentes experimentos realizados.





Visita a Sotavento

Durante a visita ao Parque Eólico Experimental de Sotavento en Xermade, aprendemos como funciona a enerxía eólica e vimos un aeroxerador por dentro. Tamén nos explicaron como se produce e almacena a enerxía renovable.

Unha das partes máis interesantes foi a Casa Bioclimática Demostrativa, onde vimos como se pode vivir aproveitando o sol, o vento e outros recursos naturais. Ensináronnos sistemas como o chan radiante, paneis solares e unha caldeira de biomasa. Ademais, fixemos experimentos sobre enerxías limpas e visitamos a aula didáctica e o centro de control.

Visita a Cel e a Naturleite

Grazas ó programa Eduemprende promocionado pola Xunta de Galicia, o mércores 19 de marzo parte do alumnado de 2º foi de excursión á Fundación CEL en Lugo e a Naturleite en Meira.

A primeira hora ensináronnos a Fundación cos seus viveiros de empresas e logo fomos a unha sala onde nos explicaron que é o emprendemento.

Cando rematamos na fundación CEL viaxamos en autobús a Meira onde nos ensinaron unha fábrica de leite. Alí puidemos ver o funcionamento da fábrica e, ao saír, déronnos unha cunca como agasallo.





Visita a Cel e ao Progreso

Grazas novamente ao programa Eduemprende, o xoves 3 de abril o resto de alumnos de 2º puideron visitar a fundación CEL e as instalacións de “El Progreso” no Ceao.

Ao saír da fundación CEL, fixemos un tentempé e viaxamos no bus ao Ceao para ver as instalacións onde se atopan as rotativas do periódico “El Progreso” onde nos ensinaron os pasos que se dan para crear cada un dos xornais que lemos a diario.

Ensináronnos as placas coa tinta, as grandes bobinas con papel e regaláronnos un xornal e unha bolsa moi chula.

Visita a ITG Calaxi Lab

O xoves 10 de abril @s alumn@s de 4º da ESO de Economía e Tecnoloxía e o alumnado de 1º de BAC de Física e Química e Tecnoloxía fixeron unha saída á cidade da Coruña.

Pola mañá visitaron ITG Galaxi Lab (Laboratorio do Instituto Tecnolóxico Galego). Alí puideron ver o laboratorio de enerxía e o laboratorio de montaxe de vehículos aéreos non tripulados.

Pola tarde, o alumnado desfrutou dun tempo de lecer no parque de Bens onde puideron ver un exemplo de como unha catástrofe ambiental pode converterse nunha oportunidade para a sostiabilidade e o benestar social.





Obradoiro de Cosmética

Esta práctica ten como obxectivo complementar a formación teórica que se imparte na aula favorecendo a adquisición de competencias sinaladas no currículo.

Os alumnos tiveron a posibilidade de observar demostracións técnicas e realizar prácticas participando de forma activa na elaboración dunha cosmética ecolóxica, natural e sostible, moi vencellada aos nosos recursos naturais e dirixida por un grupo de mulleres, constituíndo a súa vez unha experiencia educativa para a educación en igualdade de xénero.

Foi un obradoiro moi interesante na que participaron Ciclo Medio de Perruquería e Cosmética, Ciclo Superior de Estética Integral e Benestar e Asesoría e Imaxe.

Visita ao Castro de Viladonga

O martes 22 de abril, o alumnado de 1º ESO visitou o Castro de Viladonga para coñecer de primeira man como sería un poboado castrexo e a vida na antigüidade galega.

Desde primeira hora da mañá ata o mediodía puideron desfrutar das instalacións do Museo, percorrendo o castro por dentro e por riba, realizando diversas actividades de catalogación de pezas de cerámica e identificación de moedas e ferramentas.

Ademais, algúns deles conseguiron facer lume cos instrumentos e coñecementos da época.





Feira de Xogos de Mesa Caseiros

Na materia de Tecnoloxía e Dixitalización os alumnos de 2º da ESO elaboraron distintos xogos de mesa con materiais de refugallo.

Para isto, o primeiro que fixeron foi buscar ideas dos xogos a facer. Posteriormente, analizar que materiais poderían utilizar e, finalmente, cando xa estaban confeccionados, puxéronlles distintos nomes orixinais.

Ademais, elaboraron memorias técnicas de cada xogo coas diferentes intrucións de uso.

No mes de maio, farán unha feira na que darán a coñecer estes xogos permitindo o seu disfrute a todo o Instituto!

Conquistando América

O alumnado de 2º ESO C realizou unha obra de teatro en varios actos representando baixo a súa interpretación os acontecementos máis importantes do cambio de Idade Media a Idade Moderna, desde as primeiras viaxes de exploración de Marco Polo e os portugueses, pasando polo descubrimento de América e as conquistas de Cortés e Pizarro, ata a primeira volta ao mundo de Magallanes e Elcano.

O guión foi realizado integralmente por eles, participando todo o conxunto da clase.





Visita do CPR Divino Maestro

O Departamento de Orientación organizou para o luns 10 de febreiro a visita solicitada pola orientadora do CPR Divino Maestro de Lugo ao IES Muralla Romana para dar a coñecer ao seu alumnado a nosa oferta formativa de ciclos de Formación Profesional.

Sesións de Acollida

Durante os meses de febreiro-marzo realizáronse sesións de acollida dirixidas ás familias do novo alumnado no curso 2025-2026 procedente dos centros adscritos ao IES Muralla Romana: os CEIP Albeiros e Paradai.

O luns día 24 de febreiro foi a sesión co CEIP Paradai e o mércores 12 de marzo tivo lugar a correspondente co CEIP Albeiros.





Viaxe a París

O alumnado de 4º ESO e 1º BACH tivo a oportunidade de desfrutar das marabillas de París dende o 13 ao 17 de marzo.

De seguro que foi unha viaxe inesquecible!!

Feira de Educación

Un ano máis, o IES Muralla Romana participou nas Xornadas de Educación, Formación e Emprego, que se celebraron os días 9 e 10 de abril, cun espazo propio no que se amosa o traballo desenvolto polas tres Familias Profesionais do noso centro.

Nesta segunda edición, o IES Muralla Romana contou cun espazo de 60 m², onde o noso alumnado realizou diversos obradoiros interactivos cos visitantes, ofrecendo unha mostra práctica das actividades de cada familia profesional.



II Feira Educación



Aprendendo con Marcio Torres

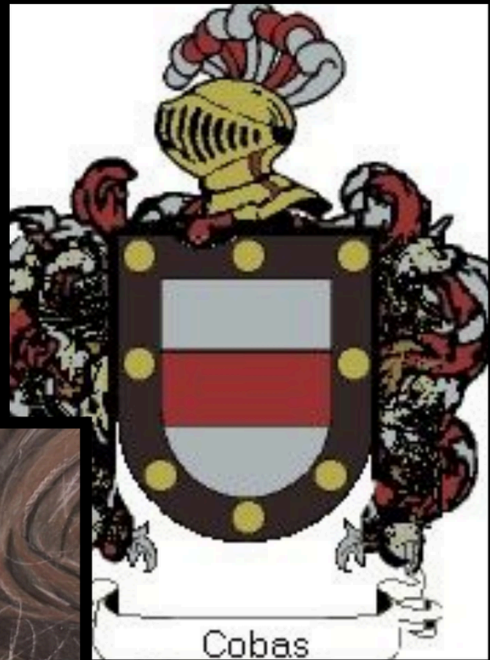
Co afán de darlle a coñecer ao alumnado actividades alternativas que poden incorporar a súa actividade diaria, acudiu ao centro educativo o noso amigo Marcio Torres de Oliveira, profesor de capoeira ,ademais de monitor de Bodycombat entre outras especialidades deportivas, facendo partícipe ao noso alumnado deste tipo de prácticas dentro da materia de Educación Física.

Visita ao Rocódromo

Nesta mesma liña, o pasado mes de novembro, a rapazada de 3º da ESO desprazouse ao rocódromo do Pazo de Congreso de Lugo, no que os amigos de "Move-Lab Escalada" lles ensinaron a desfrutar da escalada a través dunha xornada de actividade nas súas instalacións.

Dentro deste entorno seguro os rapaces e rapazas puideron desfrutar de todo o compoñente lúdico que este tipo de actividades posúen sen risco algún.





*Creatividade e
Opinião*



Pobo Xitano 1425/2025



A Miña Nova Primavera

Este impresionante debuxo foi realizado por Luisa Fernanda, unha alumna do noso centro que, durante este ano, puido superar unha situación delicada atopando a súa nova primavera, un claro exemplo de valentía e superación!

Parabéns!!

Segue afrontado a vida con esta ousadía !

Luisa Fernanda

2º ESO



Creatividade no Aburrimento

Neste número da nosa revista, queremos resaltar a capacidade creativa que pode xurdir incluso nos momentos de aburrimento. O alumno Jean Paul de 1º ESO sorprendeunos recentemente cun debuxo que reflicte a súa imaxinación e talento artístico.

Todo comezou cun simple ollo. Ao traballar na súa creación, el mesmo se decatou de que a forma e as características que estaba a plasmar recordaban á “última lágrima de Lucifer”, o que lle deu un toque especial á obra. A inspiración levou ao alumno a explorar máis aló, decidindo finalmente colorealo, en parte debido á súa pouca práctica no sombreado, pero tamén para dar vida á imaxe e facela máis impactante.

Con trazos únicos e unha paleta de cores vibrante, Jean Paul logrou capturar emocións e historias a través da súa expresión artística. Este deseño é un brillante recordatorio de que, a partir dun momento de fastío e curiosidade, poden xurdir ideas sorprendentes.

Animamos a todos os alumnos a nunca subestimar o poder do aburrimento; nese instante tranquilo é cando, ás veces, as mellores ideas cobran vida.

Grazas, Jean Paul, por compartir a túa creatividade connosco!

Jean Paul

1º ESO



Normalizando Palabras

Nunha actividade de aula tratamos de recoller aquelas palabras que máis nos gustaron do trimestre, e logo de indagar no seu significado ou acepción, fixemos un deseño cunha imaxe con cada unha delas co fin de normalizalas.



Alumnos 1º Eso

Os Cómics de Unai



Unai Arias Diaz
1º ESO

Os Haikus de Alejandro e Hugo



A suave brisa,
a risa das flores:
É primaveira.



Meus ollos brillan
de tanto contemplarte
flor de cerezo.



"Bellos copos
de neve,
ningún cae
fóra de
ningunha parte"



Alejandro Fernández e Hugo Cobas

1º ESO

Traballadores na sombra

Sabiades que o alumnado de 1º de Formación Profesional de Informática de Oficina participan activamente na vida académica do centro? Pois sí, e ademais fano a través da realización de traballos moi útiles e con trascendencia para o resto do centro educativo.

Non fai tantos anos, desde a vicedirección do Muralla Romana levábase a cabo a elaboración dun proxecto que consistía no deseño dun calendario, onde participa todo o alumnado do centro. A primeira actividade que sae con respecto a este proxecto é un concurso onde calquera persoa da comunidade educativa pode participar enviando unha ou varias fotografías e/ou imaxes acompañada dunha palabra ou frase, das que un xurado escollerá doce que representen cada un dos meses do ano. Esas doce, e alguna máis das participantes do concurso, formarán a portada do calendario. Cada ano é representado con un lema e o deste ano 2025 foi “Vida saudable” e o do ano 2024 foi “O ano das emocións”.

Desde hai tres anos, aproximadamente, o deseño e a elaboración do calendario asumíuno o alumnado de 1º Informática de Oficina. Así pois, unha vez que o xurado escolle as fotografías, desde o módulo de ofimática coordínase a realización da táboa do calendario, elíxese a fonte e o tamaño da mesma, a cor e o resaltado dos días non lectivos. En base a iso, colócase a imaxe na metade superior da folla e enriba a frase e o nome do alumnado participante no concurso.

O calendario é tamaño DINA4, é dicir, tamaño folio. Así que cada mes irá plasmado coa súa correspondente imaxe nunha folla. É importante engadir que o alumnado desta rama educativa está moi concienciado co respecto ao medio ambiente, a reciclaxe e a sostenibilidade en xeral, é por iso que o calendario deste ano está impreso por ámbalas dúas caras da folla. Deste xeito pódese ver o mes de xaneiro polo anverso e o mes de febreiro polo reverso, por exemplo.

Unha vez maquetado no ordenador, imprímese a cor, ordénanse as láminas e encadéranse coa técnica de espiral, que permite a súa apertura 360º, e por último realízase unha comprobación de calidade para ver que non hai erros. É un traballo en equipo, de colaboración en cadea, onde todo o alumnado se axuda entre sí e se producen sinerxias de aprendizaxe moi positivas ao tempo que se cohesiona o grupo de forma simultánea.

Co calendario rematado, son os propios alumnos e alumnas quen o reparten por todas as aulas e estancias do centro educativo, incluíndo sala de profesores, departamentos, bibliotecas e outros espazos comúns.

Porén, o calendario non é o único proxecto que saca adiante este alumnado. Asumen outro traballo que en tempos estaba relegado tamén a vicedirección: deseñan e elaboran os diplomas que se entregan desde o Muralla Romana nas graduacións dos grupos, tanto de Educación Secundaria Obrigatoria, como de Bacharelato e Formación Profesional. Un recordo que todo o alumnado do centro atesoura nas súas casas e que polo tanto sae fóra dos muros do instituto para chegar á rúa, sendo tamén unha carta de presentación do esforzo e a dedicación desta parte do alumnado do centro.

Iris Amado Verde

O meu primeiro día no Muralla

O meu primeiro día de instituto foi unha experiencia chea de emocións e incertezas. Ao principio, sentín medo e un pouco de temor ao descoñecido, porque era un lugar novo e non sabía ben o que me esperaba. Tiña medo de non facer amigos ou de non entender ben as clases. Pero, ao mesmo tempo, estaba moi curioso por descubrir todo o que o instituto tiña para ofrecerme. Deixaba atrás o cole de sempre e empezaba algo novo, con profes distintos, moitos máis compañeiros e un Instituto moi grande e con moito alumnado.

Cando comezou o curso, as sensacións cambiaron. Os profes eran moi bos, tratábons moi ben e tiñamos un para cada materia. Descubrí que era máis doado do que parecía ao principio e iso fíxome sentir máis tranquilo e confiado. A medida que pasaban os días, fun atopando o meu lugar, facendo novos amigos e aprendendo cousas novas.

A miña materia favorita foi galego porque me gusta moito a lingua e a cultura galega. Gústame aprender novas palabras e expresar as miñas ideas en galego e iso fíxome sentirme máis conectado coa miña identidade.

En resumo, o primeiro día de instituto foi unha mestura de medo e ilusión, pero ao final, descubrí que era un lugar onde podía medrar e aprender, e iso fíxome moi feliz.

Mateo Núñez
1º ESO



A Miña Estadía No Muralla

Cando era pequena imaxinaba que o instituto era como nas películas: corredores enormes, romances, amizades inseparables... A realidade non foi tan increíble, pero houbo momentos para o recordo. Todo comezou co paso do colexio ao Muralla, onde me separaba das amizades de sempre. Entrei en primeiro da ESO con moita incertidume, non sabía se entre tod@s os meus compañeir@s ía atopar o meu lugar. Co paso dos meses chegamos ao inicio do coronavirus, o que pensabamos que ían ser unas curtas vacacións rematou marcando os primeiros anos de instituto e a nosa adolescencia. A clase que me tocou en segundo foi a miña favorita, practicamente tod@s nos levabamos moi ben e nos apoiabamos entre nós. A seguir, chegou terceiro da ESO, curso no cal conectei cunha das miñas mellores amigas, Sara. Co remate da ESO rematou tamén unha das mellores etapas da miña vida, pero comezaba unha aínda mellor.

Con dezaseis anos e chea de motivación comecei 1º de BAC, curso no que percibín un gran cambio a nivel de estudos, aínda que os meus compañeiros eran case os mesmos, tod@s estabamos diferentes, supoño que pola presión do bacharelato. Teño que dicir que ao comezo custoume acostumar a ao ritmo deste curso, pero ao final conseguín as miñas metas. E chegamos ao tan temido 2º de BAC, curso que estou a rematar e que estivo marcado por infinitos exames, deberes, traballos... Neste curso aprendín que, aínda que nos esforcemos ao máximo, non sempre conseguimos o que queremos.

Estes seis anos no Muralla deron para moito, disfrutei cos meus acompañeir@s, sentín o apoio de profesores, aprendín moito a nivel académico pero moito máis a nivel persoal, e isto é o que vou lembrar desta etapa da miña vida. Despídome do Muralla con moita mágoa mais coido que esta etapa que estou a piques de comezar tamén vai ser marabillosa.

Alba López Yebra

2º BAC



Celebrando a Diversidade

O ano 2025 marca un momento significativo na nosa comunidade, xa que se declara como o ano da Etnia Xitana. Esta iniciativa busca resaltar a nosa cultura, as tradicións e os valores deste pobo, que forma parte esencial do tecido social que nos une. A etnia xitana representa unha parte significativa do rico tapiz cultural que conforma a nosa comunidade, e este ano temos unha oportunidade única para promover a nosa historia e os nosos valores.

Ao longo dos meses, organizamos actividades de aula co obxectivo de dar a coñecer aos compañeiros os nosos costumes, a nosa gastronomía e traballos enfocados a educar e sensibilizar á poboación sobre a riqueza cultural da nosa etnia xitana.

Durante o mes de maio contaremos cunha exposición no noso IES sobre a nosa cultura . Un percorrido pola historia do noso pobo , co fin de motivar unha ollada limpa e respectuosa sobre a cidadanía xitana . A exposición pretende achegar ao alumnado e profesorado a información real e documentada da historia do pobo xitano .

Ana Cortiñas Barral

1º ESO



Historia dos meus apelidos

A comunidade Xitana en Lugo ten a súa orixe en Manuel Montoya e María Camacho, máis coñecidos como "Os Santos". A comezos do século XX, percorrían a provincia nun carro, adicándose á elaboración de cestos e ao comercio de cabalos e burros.

Entre 1910 e 1925, Manuel e María tiveron un total de doce fillos, dos cales descenden preto de 5.000 persoas que hoxe viven en varias rexións de España. Un dos seus fillos, Salvador, foi o primeiro en establecerse de maneira permanente nun lugar fixo. Instalouse en Sarria e tomou o apelido Cortiñas, que é común na zona e que actualmente conta con arredor de 700 descendentes directos.

A adopción do apelido Cortiñas, por parte de Salvador ten unha historia curiosa. Cóntase que nunha ocasión, ao presentarse como "Salvador Cortiñas" en ton humorístico, ese nome foi logo asumido polos seus descendentes, afianzando así o apelido na familia.

Ao longo do século XX, a comunidade xitana de Lugo medrou significativamente. Pasou de ser unha soa familia a contar con máis de 1.500 persoas en menos dun século. Este crecemento reflicte a capacidade de adaptación e a resiliencia dos xitanos na rexión.

Na actualidade, a comunidade xitana de Lugo forma parte do tecido social local, contribuíndo ao enriquecemento cultural e social da provincia. Porén, aínda enfrontan desafíos no ámbito educativo e laboral, o que subliña a necesidade de continuar traballando cara a unha verdadeira inclusión.

A través das xeracións, a estirpe Cortiñas expandiuse máis alá do seu lugar de orixe en Sarria, establecéndose en diversas localizacións de Galicia así como en outras áreas de España.

Actualmente, é posíbel localizar individuos con este apelidos en cidades como Monforte de Lemos, Lugo e outras áreas da provincia, así como en rexións próximas.

A expansión da familia influíu tamén na inclusión da comunidade xitana na sociedade galega.

A pesar das dificultades que atoparon ao longo do tempo, os herdeiros de Manuel Montoya e María Camacho achegaron á vida cultural, social e económica da zona, preservando as súas tradicións mentres se integraban activamente na sociedade actual.

Deste xeito, o apelido Cortiñas non simboliza só unha liña familiar, senón unha narración de resistencia, flexibilidade e identidade dentro da comunidade xitana en Lugo.

Manuel Montoya Cortiñas

1º ESO

Profesor Altruísta

Asalamu aleykum!

Como se di “benvidos a esta escola” en árabe? ; Que me queren dicir con “swiya, swiya”? Canto tempo dura o Ramadán?. Estas e outras moitas cousas estamos a aprender un pequeno grupo de profes deste instituto grazas á xenerosidade de Saïd, o noso estupendo “ustad” (profe).

Este xove marroquí está a ensinar lingua árabe e cultura marroquí a nenos de Primaria mais ofreceuse a ensinarnos tamén ao profesorado que quixeramos aprender de maneira totalmente altruísta. Temos moito alumnado no insti con orixe en países como Marrocos, Alxeria ou Siria, polo que pensamos que era moi interesante aprender máis da súa lingua e cultura, xa que sempre se respecta máis o que se coñece.

Pero resulta que ademais de interesante, é divertidísimo! Así que aí estamos os mércores pola tarde, dálle que dálle, mesmo aprendendo a ler e escribir en árabe!

Moitas grazas, Saïd!

Maria Elena Montes



Mulleres escritoras

Durante o mes de xaneiro levamos a cabo unha exposición de mulleres escritoras nos corredores do centro en orde cronolóxica dende a Idade Media ata o século XXI. Nesta exposición, o noso obxectivo foi visibilizar o papel das mulleres no mundo da literatura ao longo da historia.

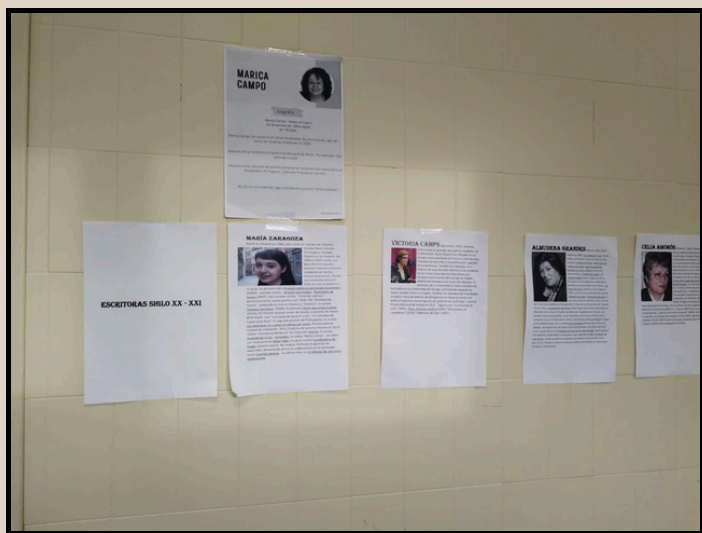
A través dunha selección de obras e biografías, amosamos que sempre houbo mulleres que destacaron como escritoras, a pesar das dificultades e obstáculos que enfrontaron. A exposición busca demostrar que a presenza feminina na literatura é tan antiga como o propio tempo e que a súa contribución é fundamental para entender a historia e a cultura. Unha oportunidade para valorar e recoñecer o talento e a forza das mulleres que deixaron a súa pegada na literatura ao longo dos séculos.

Os de terceiro da ESO escolleron fragmentos das súas obras que escribiron e puxémoslos ao lado da autora e gravaron un fragmento co que fixemos un vídeo. Despois, terceiro, un primeiro e primeiro de BAC fixeron unha xincana con preguntas sobre elas. A seguir, os de oratoria axudaron a preparar a xincana buscando preguntas e axudaron coa orde e a organización na xincana de terceiro. Esta foi unha experiencia moi enriquecedora na que quedou claro que as mulleres escritoras existen e existiron sempre.

Foi un proxecto interdisciplinar no que colaboraron os departamentos de Lingua castelá, francés, inglés e galego.

Moitas grazas a todo o alumnado e profesorado polas súas achegas!

Cristina González Grandas



A Orixe dos meus apelidos

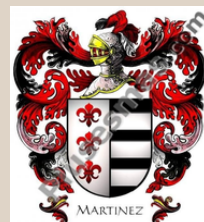
Pimeiro Apelido: Cobas



Cobas é un apelido galego pouco frecuente e disperso por España. Onde máis abunda é en Pontevedra e na Coruña. Este procede do topónimo Cobas, nome de varias poboacións na provincia da Coruña como Cobas de Boimorto, Padrón... Algúns individuos orixinarios destes lugares tomaron por apelido o nome do lugar, costume que tiñan na idade media para indicar a súa orixe xeográfica.

Respecto ao seu escudo pódese ver que ten un fondo de cor prata, sobre el unha barra horizontal de cor vermella que cruza o escudo. Rodeando o campo do escudo hai unha banda de cor negra, adornada con oito discos de ouro. Este escudo simboliza a nobreza, a coraxe e a sabedoría.

Segundo Apelido: Martínez



Martínez é un apelido patronímico, isto significa que se orixinou como derivación dun nome paterno, neste caso Martín, ao que se lle engadiu o sufixo “-ez”. En latín significa Martinus, un deus bélico romano que reflicte valor e forza. Foi moi popular na idade Media grazas a San Martín de Tours, un bispo famoso pola súa caridade e humildade.

A súa orxia ubícase en Galicia e Asturias, encontrándose moitas vivendas antigas con dito apelido. Coa emigración estendeuse ó resto da península. Os lugares de España onde residen máis Martínez na actualidade son Albacete, Murcia e Rioxa.

É o sexto apelido máis común en España e, en todo o mundo existen aproximadamente 8.700.000 persoas que contan con este apelido, sendo o país máis común México.

Existen moitos personaxes históricos españois co apelido Martínez tales como Sancho Martínez de la Roza, conselleiro na corte de Juan II de Aragón, Domingo Martínez de Irala, conquistador español ou Agustín Martínez Saenz, Xeneral Español presente na Guerra Civil e na Segunda Guerra Mundial.

Hugo Cobas Martínez
1º ESO

Debate sobre os transxénicos

Durante a semana do 17 ao 21 do mes de febreiro o alumnado de 4º ESO da materia de Bioloxía e Xeoloxía preparou e efectuou un debate sobre os alimentos modificados xeneticamente, os coñecidos como alimentos transxénicos.

Como introdución, o profesor da materia fixo unha explicación para situar o debate dos transxénicos no marco dos avances en enxeñaría xenética e as súas repercusións na sociedade actual. A clase, formada por 19 alumnas e alumnos, dividiuse en 2 grupos; un dos grupos debía buscar argumentos sobre as bondades dos transxénicos, mentres que o outro grupo debía buscar argumentos sobre os seus prexuízos. Ao final da semana, ambos grupos fixeron unha exposición oral, na cal se foron expoñendo, contrastando e contraargumentando os aspectos positivos e negativos da posta en circulación dos transxénicos na sociedade.

No transcurso do debate expúxéronse razóns que sustentan o uso dos transxénicos como son a súa maior produtividade, a súa capacidade para producir medicamentos ou a súa maior resistencia a climas extremos. Tales argumentos foron contrapostos coas consecuencias negativas do seu uso, como son a destrución da biodiversidade, a aparición de novas alerxías, ou a guerra comercial derivada das patentes. Tras finalizar o debate, realizamos unha reflexión conxunta onde se afianzaron os conceptos e se chegou a unha conclusión, na cal se resaltaron os aspectos positivos pero tamén se salientou a necesidade de mellorar nos aspectos negativos. Deste xeito, a tarefa permitiulles repasar coñecementos vistos na teoría namentres adquirían novas aptitudes, como son a búsqueda e análise de información, o debate e contraposición de ideas, e a síntese e elaboración de conclusións.

Así pois, tratouse dunha actividade que despertou o interese do alumnado e mellorou a súa aprendizaxe. Todo isto a contando coa súa participación activa e traballando o pensamento crítico a través dun tema de relevancia na sociedade actual.



Xabier Santiso Carral

Anatomía de Corazón

O día 28 de Marzo, no marco da materia de Anatomía Aplicada, o alumnado levou a cabo unha disección de corazón de porco. Durante o proceso, guiado polo profesor da materia, o alumnado puido, en primeira instancia, recoñecer externamente o corazón. Seguidamente, procederon a recoñecer, empregando o material de disección axeitado, os diferentes elementos que forman parte do corazón: as válvulas, as aurículas, os ventrículos, as veas e as arterias.

Por último, realizaron a apertura completa do corazón, de xeito que puideron observar as paredes interiores das cavidades cardíacas e o aspecto do músculo cardíaco. A execución desta actividade permitiulle ao alumnado achegarse de maneira práctica á anatomía, ao mesmo tempo que se familiarizaron co uso do instrumental de corte e disección máis axeitado para levar a cabo dita tarefa e afianzaron coñecementos vistos na teoría.

En verbas do propio alumnado, a tarefa foi moi interesante, motivadora e útil. A execución foi efectuada cunha elevada atención e cunha boa consecución dos obxectivos de observación e manexo de materiais.

Xabier Santiso Carral



Éxito no Debate Académico

É un pracer compartir a alegría e o orgullo que sentimos ao recibir o terceiro premio do debate académico de Galicia, que se celebrou na Coruña, nos meses de febreiro e marzo.

Este logro é especialmente significativo xa que o noso centro participou con dous grupos: un de 3º de ESO e outro de 1º de Bacharelato e ambos chegaron á desexada final. Este feito demostra o alto nivel de preparación, talento e compromiso dos nosos estudantes. Este éxito non sería posible sen o esforzo, a dedicación e a preparación de todo o equipo, especialmente dos nosos profesores Xulio e Cristina, cuxo compromiso e paixón pola educación foron fundamentais para acadar este logro. O seu traballo incansable inspirou aos estudantes a dar o mellor de si mesmos e a afrontar con confianza os desafíos do debate.

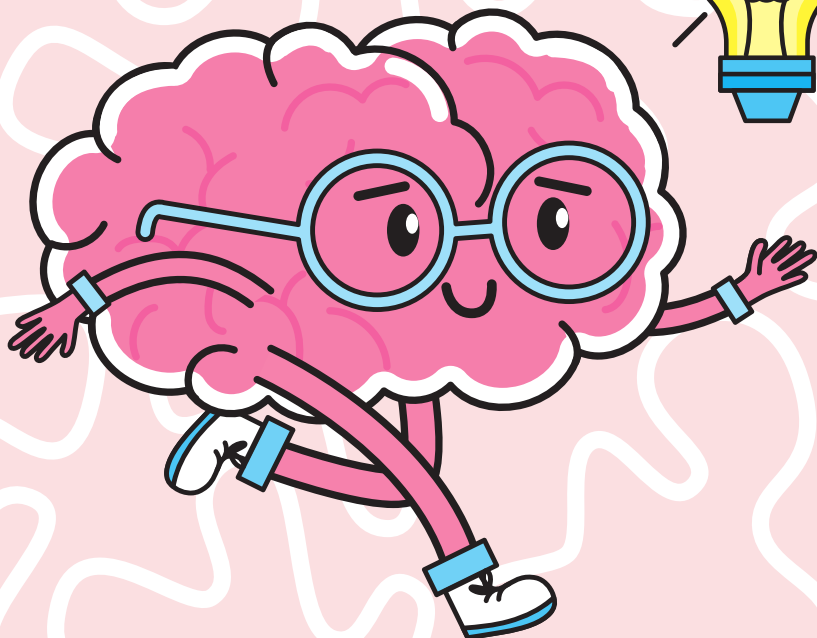
Cómpre salientar que o debate académico é unha ferramenta poderosa que fomenta o pensamento crítico, a capacidade de argumentación e a confianza en nós mesmos. Ver como os dous grupos do Muralla Romana chegaron ata a final é un motivo de orgullo para toda a comunidade educativa e un exemplo do que se pode acadar cando se combina talento, esforzo e apoio mutuo.

Queremos expresar novamente o noso máis sincero agradecemento a Xulio e Cristina, que non só transmitiron coñecementos, senón que tamén inspiraron aos estudantes a superarse día a día. O seu esforzo e preparación foron clave para o éxito dos nosos equipos e para consolidar a nosa posición como unha institución comprometida coa formación integral dos seus alumnos. Este logro é un estímulo para seguir promovendo a excelencia académica, o espírito de colaboración e o desenvolvemento de habilidades fundamentais para o futuro.

Sofía Pérez Carral

3º ESO





Alimenta a
Tua

Mente

O Rosco do Muralla



A: Clase de palabra que expresa calidades atribuídas a obxectos expresados na lingua por substantivos, aos cales acompaña concordando en xénero e número..

B: En inglés, persoa co pelo de cor claro, case amarelo.

C: Número que precede a unha variante nunha expresión alxebraica.

D: Capital do Imperio Omeia.

E: Capacidade para realizar un traballo vital para os procesos biolóxicos.

F: Instrumento musical de vento madeira.

G: Primeiro Rei de Inglaterra.

H: Pobo nómade que invadiu o Imperio Romano no século V.

I: Letras que aparecen nunha ecuación.

J: En francés, divertirse participando nunha actividade:

K: En inglés, instrumento de metal, de distintas formas e tamaños, que se introduce nun fecho para abrílo ou cerralo

L: En inglés, verbo gustar en terceira persoa do singular.

M: Materia na que se traballa cos instrumentos musicais.

O Rosco do Muralla



N: En francés, cor semellante ao carbón ou á escuridade total.

Ñ: Ave corredora de América do Sur parecida á avestruz africana.

O: Acción que practican os musulmáns cinco veces ao día.

P: Suma ou resta de varios monomios.

Q: Preparación do corpo para o exercicio físico e redución do risco de lesións.

R: En inglés, estancia da casa na que se dorme.

S: Tipo de dispositivo de almacenamento informático que utiliza conxuntos de circuítos integrados para almacenar datos de forma persistente.

T: Sílabas que leva o acento.

U: Órgano reprodutor feminino onde se desenvolve o feto durante o embarazo.

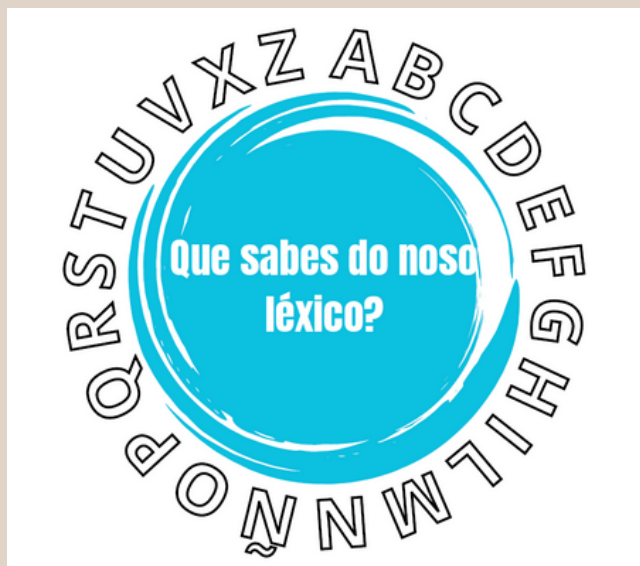
V: En francés, vehículo de dúas rodas que se fai avanzar impulsando cos pés un mecanismo composto por dous pedais, unha cadea e un piñón.

X: Instrumento musical de percusión formado por láminas xeralmente de madeira

Z: Rama da bioloxía que estuda os animais.

2º ESO B Proxecto Competencial

Que sabes do noso léxico?



Achega o significado das seguintes palabras:

A:Arela

I:Indumentaria

Q:Queixo

B:Buxaina

L:Luscofusco

R:Regueifas

C:Cativa/o

M:Morriña

S:Sentido

D:Deda

N:Nocello

T:Toxo

E:Enxebre

Ñ:Ñu

U:Unlla

F:Fervenza

O:Olimpáda

V:Vacaloura

G:Grampa

P:Parrulo

X:Xoaniña

H:Hórreo

Paula , Beatriz , Zaida , Diego e Ker 1º ESO C

Solucións

O Rosco do Muralla

ADJECTIVO
BLONDE
COEFICIENTE
DAMASCO
ENERXÍA

FRAUTA
GUILLERMO I
HUNOS
INCÓGNITA
JOUER

KEY
LIKES
MÚSICA
NOIR
ÑANDÚ

ORACIÓN
POLINOMIO
QUECEMENTO
ROOM
SSD

TÓNICA
ÚTERO
VÉLO
XILÓFONO
ZOOLOXÍA

Qué sabes do noso léxico?

Arela: Desexo moi forte dunha cousa.

Buxaina: Xoguete de madeira con forma cónica.

Cativa/o: Rapaz/a con pouca idade.

Deda: Dedo do pé.

Enxebre: Característico dun país ou dunha rexión.

Fervenza: Gran cantidade de burbullas ao precipitarse.

Grampa: Peza de arame con dúas puntas dobradas na mesma dirección.

Hórreo: Construción rural, de forma xeralmente rectangular.

Indumentaria: Conxunto de todas as pezas do vestiario.

Luscofuscus: Momento do día, entre o día e a noite.

Morriña: Sentimento e estado de ánimo depresivo.

Nocello: Parte saínte dos ósos que forma a articulación da perna co pé.

Ñu: Mamífero africano da familia dos bóvidos.

Olimpíada: Conxunto de probas deportivas.

Parrulo: Ave da familia dos anátidos da que existe nas diversas especies.

Queixo: Alimento que se obtén callando leite.

Regueifas: Disputa dialéctica improvisada en verso.

Sentido: Afectado no espírito por algunha falta de cortesía.

Toxo: Arbusto espiñento da familia das leguminosas.

Unlla: Placa córnea na que remata o extremo dos dedos.

Vacaloura: Insecto de gran tamaño da orde dos coleópteros.

Xoaniña: Insecto da familia dos coccinélidos.

Zorra: Aparello para deslizarase pola neve.

Agradecementos



Alejandro Ferreiro e Jean Paul

Desde o Equipo de Dinamización da Lingua do IES Muralla Romana, queremos expresar o noso máis sincero agradecemento a todos os que participaron na elaboración da trixésima edición da nosa revista. A colaboración de cada un de vós foi fundamental para dar vida a este proxecto tan noso.

Agradecemos especialmente as achegas do noso alumnado e as actividades que se levaron a cabo nos diferentes departamentos didácticos ,sempre coa axuda de vicedirección. Tamén nestes momentos de recapitulación decatámonos de que a unión fai a forza así que agradecemos a colaboración que xurdiu entre Club de lectura, Radio Llama, Equipo de Biblioteca e EDLG.

A colaboración e o compromiso amosados por todos vós son o que realmente fai a diferenza. Grazas ao voso entusiasmo e dedicación puidemos crear un espazo onde a lingua galega loce con toda a súa riqueza e diversidade.

Asemade, dámoslle os nosos parabéns ás persoas encargadas da portada, ás persoas que colaboraron no calendario e a todo o noso alumnado premiado nos diferentes concursos.

A arañeira presente de fondo simboliza a nosa unión e o noso labor diario en equipo tecendo pouco a pouco o noso futuro e a nosa identidade.



VIDA SALUDABLE

