



3ºESO - OPTATIVAS

ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

En esta asignatura se tratará de explicar los siguientes aspectos sobre la alimentación humana:

- El conocimiento de los componentes de los alimentos, que cubren nuestras necesidades nutritivas, así como la presencia y forma de conservación de los productos que consumimos, para desenvolverse con autonomía en el ámbito de nuestra propia salud.
- La valoración de la calidad de la dieta mediterránea como rasgo cultural propio ligado a nuestra alimentación.
- La utilización de hábitos adecuados en la alimentación y la introducción en la misma de nuevos productos. El conocimiento de nuestras necesidades energéticas, su adecuado reparto en la dieta, y las consecuencias tanto de la sobrealimentación, como de una alimentación deficiente, incorporando los conocimientos esenciales en el ámbito de la salud, valorando y evitando riesgos innecesarios.
- Conocer algunas dietas especiales necesarias en determinadas circunstancias.

Aquí responderemos a preguntas que se hace la gente como ¿es mejor el azúcar blanco o el moreno? ¿Qué es la dieta intermitente? ¿Es mejor tomar leche entera o desnatada? Y muchas otras que se te puedan ocurrir...

CULTURA CLÁSICA I

Aproximación al legado de Grecia y Roma para conocer el origen del pensamiento moderno y del régimen político, las bases del arte, de los deportes actuales, su mitología y su literatura y del caudal léxico del griego y del latín. Tiene, además, un valor instrumental para el aprendizaje de otras lenguas, fomenta un análisis crítico entre el pasado y el presente y favorece el desarrollo personal y social y la transmisión de valores universales.

Los saberes se organizan en cinco bloques: "Geografía e historia", "Sociedad y vida cotidiana", "Mitología y arte", "Lengua y léxico" y "Legado y patrimonio".



INICIACIÓN A LA ACTIVIDAD EMPREDEDORA Y EMPRESARIAL

Esta materia incluye aspectos teóricos y prácticos orientados a preparar a los jóvenes para una ciudadanía responsable y para la vida profesional; ayuda al conocimiento de quiénes son los emprendedores, qué hacen y qué necesitan, pero también a aprender a responsabilizarse de su propia carrera y su camino personal de formación y, en suma, de sus decisiones clave en la vida, todo ello sin olvidar los aspectos más concretos relacionados con la posibilidad de creación de un negocio propio o de ser innovadores o "intraemprendedores" en su trabajo dentro de una organización.

Esta materia está dividida en tres bloques temáticos de los cuales el primero "**Autonomía personal, liderazgo e innovación**" se centra en el conocimiento por parte del alumno de sus características personales, de forma que le ayude tanto a su desarrollo personal como de cara a sus posibilidades laborales y académicas, así como que entienda la importancia de la planificación en la toma de decisiones. Con el segundo bloque de "**Proyecto empresarial**" se pretende que el alumno sepa aplicar los conocimientos adquiridos en el bloque anterior aplicándolos a un posible proyecto de negocio o de creación de su propio puesto de trabajo.

El tercer bloque de "**Finanzas**" intenta que el alumno adquiera conocimientos financieros básicos que le permitan tomar decisiones en este ámbito en su vida personal así como poder aplicarlos en el posible proyecto empresarial desarrollado previamente. Dado que la sociedad del siglo XXI no requiere la capacidad de acumular gran cantidad de información, sino la capacidad de seleccionarla, comprenderla, organizarla y aplicarla a diferentes contextos, las orientaciones metodológicas aconsejan trabajar sobre situaciones reales, proponer actividades que relacionen el conocimiento con las situaciones de la vida cotidiana y que conduzcan al alumnado a aprender en situaciones de incertidumbre y de cambio.



PATRIMONIO HISTÓRICO ARTÍSTICO DE CANTABRIA

Cuanto más conocemos un aspecto cultural, más capaces somos de apreciarlo y de defenderlo para evitar que se pierda o que se deteriore, en particular si lo sentimos como propio por cercano.

Así, Cantabria tiene un patrimonio histórico y artístico muy valioso, empezando por el prehistórico, con cuevas declaradas patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, pasando por la herencia prerromana, el legado romano, el prerrománico con ermitas rupestres y el mozárabe, ejemplos de arte renacentista y del más abundante barroco, muestras de Neoclásico, arte contemporáneo...

A ello hay que sumar el cultural y etnográfico. Tradiciones en bailes y sonos, ritos ancestrales (por ejemplo, la Vijanera de Silió), las marzas, los bolos... y otros que se han ido perdiendo o sorprendentemente han sido sustituidos por algunos traídos de fuera con un sentido similar (el Samuín por Halloween).

¿Cuáles son los objetivos de esta materia? Queremos que conozcas ese notable patrimonio local y mundial; que aprecies la importancia de darle visibilidad; que seas tú quien identifique, comprenda e interprete sus claves para así valorarlo mejor.

¿Cómo vamos a trabajarla? De forma lúdica y práctica. Realizarás proyectos de investigación que incluirán la participación en algunos juegos tradicionales, en actividades culturales y en visitas. Estos proyectos te van a ayudar a adquirir no solo conocimientos de Geografía y de Historia, sino también de otras materias y a desarrollar competencias como la lingüística o la digital.



SISTEMAS DE CONTROL Y ROBÓTICA I

En esta materia aprenderás a programar en Scratch y Arduino sistemas robóticos sencillos. Mediante prácticas guiadas aprenderás cómo funcionan las placas Arduino, los distintos sensores (luz, infrarrojos, ultrasonidos, etc.) y actuadores (motores, servomotores, etc.).

Construirás maquetas de robots sencillos que programarás como seguidores de luz, sigue líneas, luchadores de sumo, etc.

Es una materia totalmente práctica, que se impartirá en el aula de Informática y/o taller de Tecnología.



TALLER DE CREATIVIDAD MUSICAL

En esta materia se realizan proyectos que conectan la música con otras artes: música y pintura, música y literatura, etc., contribuyendo a que el alumnado pueda comprender el papel de la música en la sociedad.

La materia está destinada a alumnos/as que tienen interés por la creación e interpretación musical, por la relación entre música e imagen, por la presencia de la música en los medios de comunicación: anuncios publicitarios, bandas sonoras de películas, música de videojuegos, etc.

Trabajamos desde una metodología interdisciplinar, colaborativa y participativa y a través de la creación e interpretación musical. Es una materia diferente, un espacio para crear y plasmar tus inquietudes musicales y artísticas.

Si eres creativo/a esta es tu optativa. ¡Te esperamos!