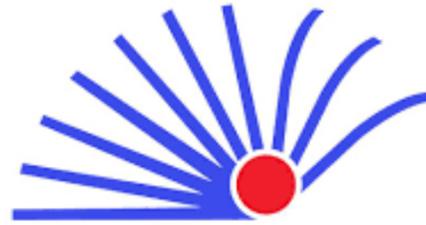


INSTITUTO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



LEÓN FELIPE
BENAVENTE

PIE Escuelas Saludables

IES León Felipe

Curso 2024-2025

P



I

E

E



R

S

Proyecto de
Innovación
Educativa Red de
Escuelas Saludables



Líneas de intervención

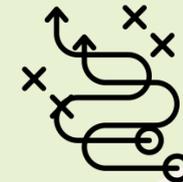
Nuestros programas

Estilos de vida saludable: alimentación y nutrición, actividad física y ejercicio



Programas "Muévete " y "Come sano"

Medio ambiente y sostenibilidad: uso y gestión de espacios, consumo energético y responsable, gestión de residuos y reciclaje, entre otros.



Programas "Eco-Patios Verdes" y "El patio renaturalizado como espacio de aprendizaje"

Educación emocional: conciencia emocional, autorregulación, autonomía y competencia social, competencia para la vida y bienestar.



Programa "Emociones en movimiento"

Prevención de consumo de sustancias adictivas: desarrollo de actitudes críticas y hábitos relacionados con la salud y el consumo responsable.



Programas "Disfrutamos de la vida sin adicciones" y "Fiestas saludables"

Autocuidados y accidentalidad: higiene corporal, salud bucodental, higiene del sueño, higiene postural, seguridad y educación vial, seguridad en la escuela y en el hogar



Programas "Cuidarse es quererse" y "RCP para todos"

Uso positivo de las TIC: estilos de vida saludable en una sociedad digital, adicciones a las TIC, buenas prácticas y recomendaciones.



Programa "Espacios seguros en Internet"

Formación profesorado



MOOC Escuelas Promotoras de Salud CentroEducativoSaludable

GOBIERNO DE CASTILLA Y LEÓN MINISTERIO DE EDUCACIÓN, FORMACIÓN PROFESIONAL Y DEPORTE
 INTEF INSTITUTO NACIONAL DE TECNOLOGÍAS EDUCATIVAS Y DE FORMACIÓN DEL PROFESORADO
 SGCOTJE Subdirección General de Cooperación Territorial e Innovación Educativa

Junta de Castilla y León

Curso

RED DE ESCUELAS SALUDABLES ZAMORANAS: BUENAS PRÁCTICAS EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Justificación

Esta propuesta formativa tiene carácter preventivo y pretende dotar al profesorado de estrategias herramientas adecuadas para "actuar" en los centros educativos. La propuesta intenta dar respuesta a docentes de los centros interesados en la mejora de la educación para la salud y la promoción de hábitos saludables a lo largo de la vida. El curso - taller será impartido por los docentes de los equipos de trabajo participantes en el PIE Escuelas Saludables de Castilla y León 22 -24 con amplia experiencia en las líneas estilos de vida saludable, medio ambiente y sostenibilidad, educación emocional, prevención de consumo de sustancias adictivas, autocuidado y accidentalidad, uso positivo de las TIC, educación para la salud, además, del desarrollo de las buenas prácticas de los docentes pertenecientes a la Red de Escuelas Saludables Zamoranas integrados en el Plan de Equipo de Profesorado de Zamora.

Objetivos

- 1.- Ampliar la Red de Escuelas Saludables Zamoranas potenciando las "sinergias" entre los equipos de salud de los centros educativos de Zamora y provincia participantes en PIE ESCyL 2022 /2026.
- 2.- Diseñar, desarrollar acciones didácticas e innovadoras que mejoren los procesos de enseñanza y aprendizaje, a diferentes niveles, analizando las diferentes situaciones de riesgo.
- 3.- Gestionar y utilizar escenarios cooperativos, creándolos con la adquisición de habilidades para la vida dentro de los centros educativos.
- 4.- Aplicar metodologías activas, crear recursos y materiales educativos.
- 5.- Establecer procesos de observación entre los docentes evaluando su impacto en las aulas para la mejora de la práctica docente.

Junta de Castilla y León

Curso on-line

APRENDIENDO JUNTOS A SALVAR VIDAS

Justificación

Se trata de una formación teórica de la Fundación Mapfre en la que se proporciona de una manera sencilla y clara todos los contenidos teóricos relativos a la RCP, así como al uso del desfibrilador, las maniobras de actuación en caso de atragantamiento o la posición lateral de seguridad, entre otras cuestiones.

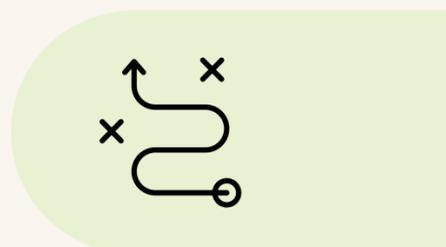
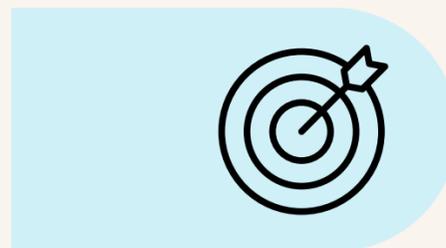
El objetivo principal es que el profesorado adquiera las habilidades y los conocimientos necesarios para saber actuar ante una situación de parada cardiorrespiratoria para que pueda transmitirlos posteriormente a su alumnado y poder guiarles en el proceso de aprendizaje.

Objetivos

- 1.- Formar al profesorado en la reanimación cardiopulmonar y en atragantamientos.
- 2.- Aprender estrategias que permitan concienciar al alumnado sobre la importancia de actuar rápida y correctamente ante una situación de parada cardiorrespiratoria y sensibilizar a sus familias.
- 3.- Ofrecer recursos para trabajar con los alumnos la adquisición de conocimientos indispensables para poder actuar inmediatamente en diferentes situaciones que impliquen una parada cardiorrespiratoria.

Contenidos

- 1.- La RCP básica en personas adultas y básica pediátrica



Junta de Castilla y León

Curso

PRIMEROS AUXILIOS EN EL ENTORNO ESCOLAR

Justificación

Curso en colaboración con Cruz Roja Castilla y León en el que se abordan de una manera sencilla las situaciones más frecuentes en el entorno escolar sobre Primeros Auxilios, facilitando las habilidades necesarias para poder hacer frente de una manera efectiva y segura a las diversas situaciones de emergencia que se pueden encontrar en situaciones diarias. Este curso contiene una fase formativa presencial y un taller práctico con el alumnado de cada docente seleccionado con la colaboración de los voluntarios de Cruz Roja.

Objetivos

- 1.- Conocer los fundamentos básicos del servicio de emergencias 112.
- 2.- Conocer y aplicar técnicas y procedimientos sobre Reanimación Cardio Pulmonar (R.C.P.).
- 3.- Conocer y aplicar técnicas y procedimientos sobre obstrucción de la vía aérea.
- 4.- Conocer las lesiones más frecuentes que podemos encontrar en el entorno escolar y como hacer frente a las distintas situaciones que se nos pueden presentar.
- 5.- Establecer protocolos de actuación ante diferentes situaciones.

Contenidos

- 1.- Sistema de emergencias
- 2.- Soporte vital básico
- 3.- Heridas
- 4.- Traumatismos
- 5.- Protocolos de actuación

Junta de Castilla y León

Curso

DISCOVER (AÑO I) 24-25

Justificación

El Modelo de Prevención escolar del consumo de drogas de Castilla y León que impulsan las Consejerías de Educación y de Familia e Igualdad de Oportunidades cuenta con tres programas acreditados "Discover", "Construyendo Salud" y "Unplugged". La formación del profesorado es un requisito para desarrollar en el aula estos programas y, una pieza clave para garantizar la calidad de implantación y la eficacia de los mismos. La formación para el desarrollo de estos programas, forma parte de las líneas prioritarias del Plan de Formación de la Consejería de Educación"

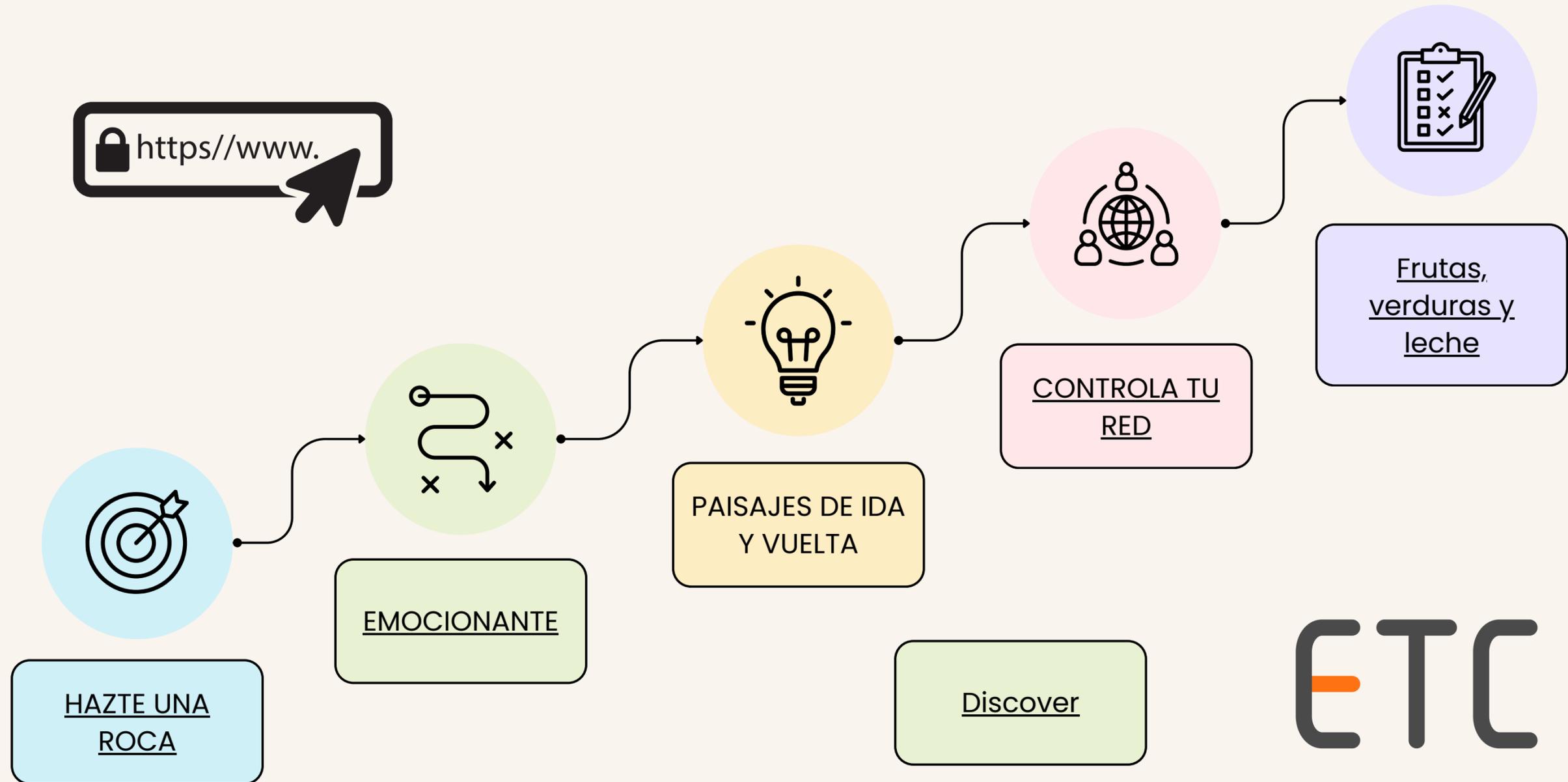
Objetivos

- 1.- Capacitar al profesorado para la implantación en el aula del Programa Discover
- 2.- Conocer los fundamentos teóricos de la prevención del consumo de alcohol, tabaco y drogas.
- 3.- Potenciar las capacidades de dinamización del profesorado para la implantación en el aula de los programas de salud.
- 4.- Integrar la estructura del programa, sus componentes y cronología de desarrollo, en el aula
- 5.- Lograr una implantación rigurosa y de calidad de las sesiones del Programa al aula

Contenidos

- 1.- Aspectos generales: El papel de la escuela en la prevención; bases científicas de los programas de salud; detección y abordaje de situaciones.
- 2.- El Modelo de prevención escolar en Castilla y León: programa acreditado, resultados de las evaluaciones, el Modelo de Prevención.
- 3.- Componentes del programa: información sobre drogas; habilidades de comunicación; habilidades de resistencia y presión de grupo; la publicidad; toma de decisiones; autoestima y autocontrol.
- 4.- Integración del programa.
- 5.- Cumplimentación en las aulas.

Programas (de otras instituciones) elegidos



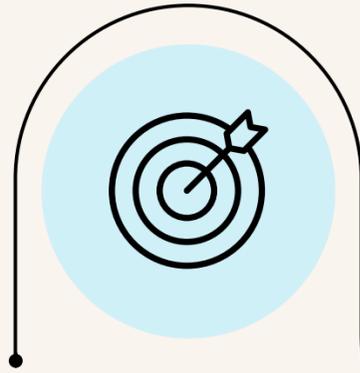
Visita de observación

IES Maestro Haedo
(Zamora)

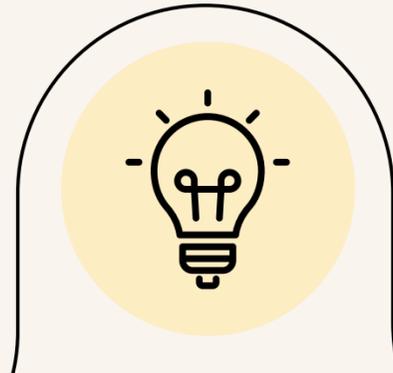
Participan tres miembros
del equipo

Evidencia de visita

1



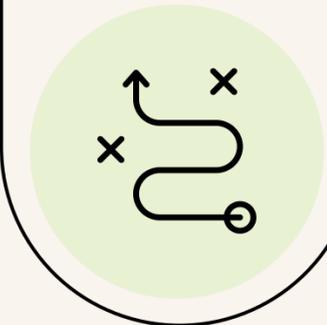
3



5



2



4



Fecha 27 de febrero
De 10 a 14 h.

Protocolo

PIERES Proyecto de Innovación Educativa Red de Escuelas Saludables

Visita de observación

El día 27 de febrero de 2025, tres profesoras del IES León Felipe (Benavente) visitan el IES Maestro Haedo (Zamora) en el marco de su primer curso en el PIE Escuelas Saludables, con objeto de aprender por observación sobre impacto del proyecto en su centro y utilizarlo como de fuente de inspiración hacia los objetivos globales planteados por el centro.

Página de recuerdos

1. Recepción por parte del Equipo Directivo

En la reunión de bienvenida se discutieron intereses comunes y líneas de intervención conjuntas entre centros educativos. También se abordaron la aplicación al aula, vínculos institucionales, implicación comunitaria, y estrategias para la ejecución, difusión y evaluación del proyecto.



2. Línea Medioambiente y sostenibilidad

Presentación de carteles de hábitos saludables por alumnos de 3º ESO en materia de Biología y Geología.

3. Línea Estilo de Vida Saludable

Café-charla sobre la organización de almuerzos saludables.



4. Línea Educación Emocional

Tratamiento de la convivencia en el centro a través del proyecto Hermano Mayor y alumnos colaboradores

5. Conocer las adaptaciones realizadas en el centro

Patio, huerto escolar y rincones temáticos adaptados en el marco



Álbum

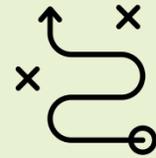


Cómo participamos

Con actividades y contenidos curriculares de nuestra materia o módulo



1



Con los programas del centro educativo incluidos en el Plan de Actuación.

Con programas de otras instituciones



2



Hacer solicitudes y colaborar como contactos/responsables y logística

Como contenidos de trabajo y creando materiales de difusión.



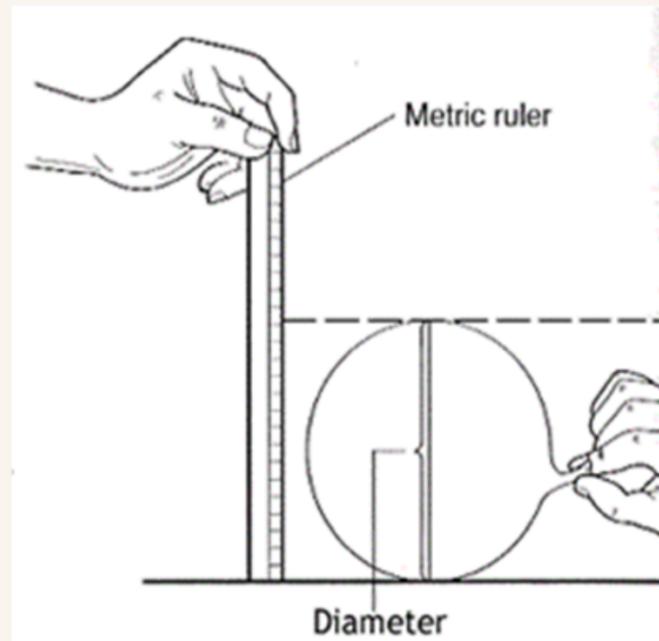
Memoria gráfica

Estilos de vida saludable: alimentación y nutrición, actividad física y ejercicio.

Programas "Muévete " "Come sano"



Oxígeno



SAN SILVESTRE SOLIDARIA IES León Felipe

DORSAL SOLIDARIO DESTINADO A **Save the Children**

18 DE DICIEMBRE 2024

Luego picoteo, música y **SORPRESAS...**

PREMIOS POR GÉNERO Y CURSO **3€**

FECHAS PARA APUNTARSE:
Desde el 21 de noviembre hasta el 5 de diciembre
EN EL GIMNASIO A LA HORA DEL RECREO



FRANCÉS. 2ESO.

Actividad realizada por los alumnos de francés de 2ESO dentro del PIE Escuelas Saludables.

Unidad Didáctica: Alimentación y hábitos de vida saludables.

Objetivos:

1. Conocer la pirámide de alimentos y su importancia.
2. Identificar los componentes de un desayuno equilibrado.
3. Fomentar hábitos de vida saludables.

Contenidos:

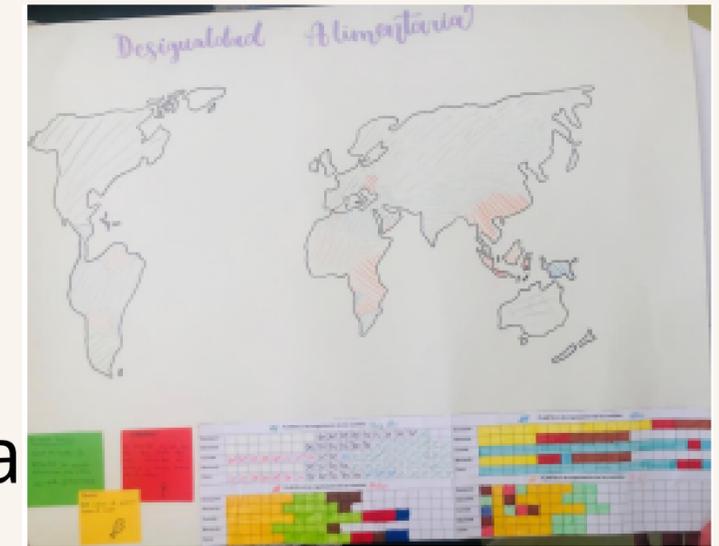
1. Pirámide de Alimentos:
 - o Explicación de los diferentes niveles de la pirámide alimentaria.
 - o Ejemplos de alimentos en cada nivel.
2. Desayuno Equilibrado:
 - o Componentes esenciales: carbohidratos, proteínas, grasas saludables, vitaminas y minerales.
 - o Ejemplos de desayunos equilibrados.
 - o Beneficios de un buen desayuno para el rendimiento escolar y la salud.
3. Hábitos de Vida Saludables:
 1. Salud física y mental.

Metodología:

- **Actividades Interactivas:**
 - o Creación de una pirámide de alimentos.
 - o Preparación de mi desayuno equilibrado.
 - o Selección de mis hábitos saludables.
- **Recursos Didácticos:**
 - o Presentaciones multimedia.
 - o Fichas y cuestionarios.
 - o Materiales para talleres prácticos.

Evaluación:

- Observación y participación en actividades.

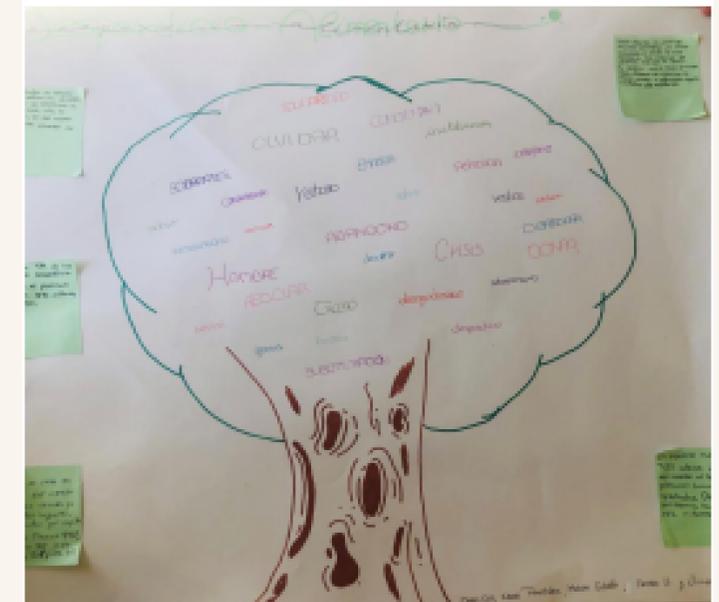


Desigualdad alimentaria



asociación
española
contra el cáncer

Hábitos saludables



✦ ✦ Hábitos
para una
vida saludable
mediante
ecuaciones ✦ ✦



Autores: 3º ESO



EL HUERTO ESCOLAR. CULTIVOS SALUDABLES

Departamento de Biología y Geología.

Las siguientes actividades han sido realizadas por los alumnos de 1º ESO C durante el segundo y tercer trimestre del curso.

1- RECOLECCIÓN Y GERMINACIÓN DE ALMENDRAS

Se realizó en el mes de febrero, los alumnos recogieron las almendras y las repartieron para germinarlas en casa, se trata de un proyecto a largo plazo en el que los alumnos pondrán a prueba la perseverancia y la paciencia para completar el proceso de germinación.

FEBRERO



2 MESES DESPUÉS.....

Algunos proyectos no llegaron a completar el ciclo las causas más comunes fueron de los hongos y la falta de riego, pero muchos de ellos actualmente tienen este aspecto:



2- CULTIVO DE ALIMENTOS SALUDABLES. ESPINACAS

La siembra se realizó en el mes de marzo, los alumnos con muy buena actitud prepararon la tierra del bancal y repartieron equitativamente las semillas.

MARZO



RECOLECCIÓN DE PUERROS

teníamos plantados del primer trimestre y ahora era el momento de recogerlos

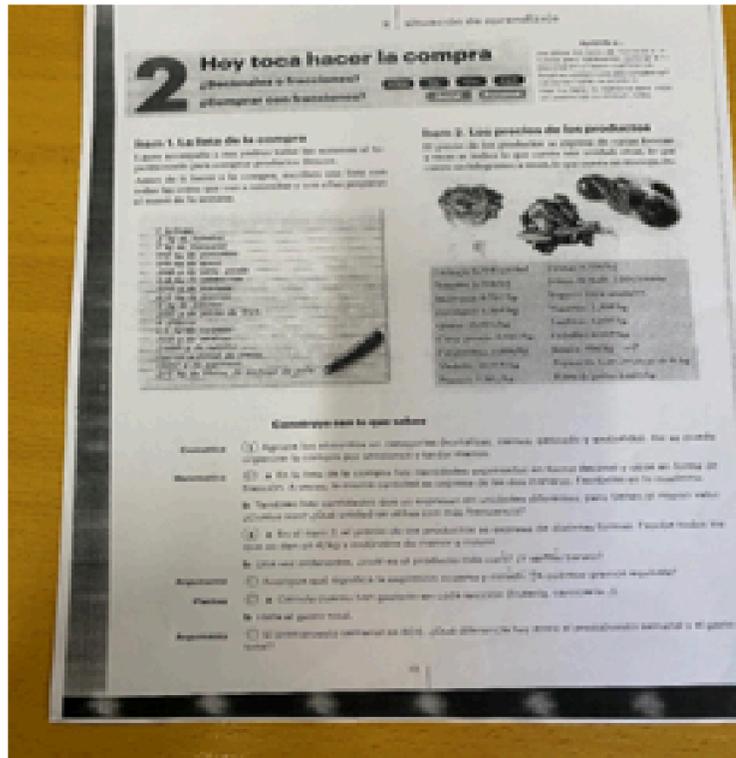


STINO:

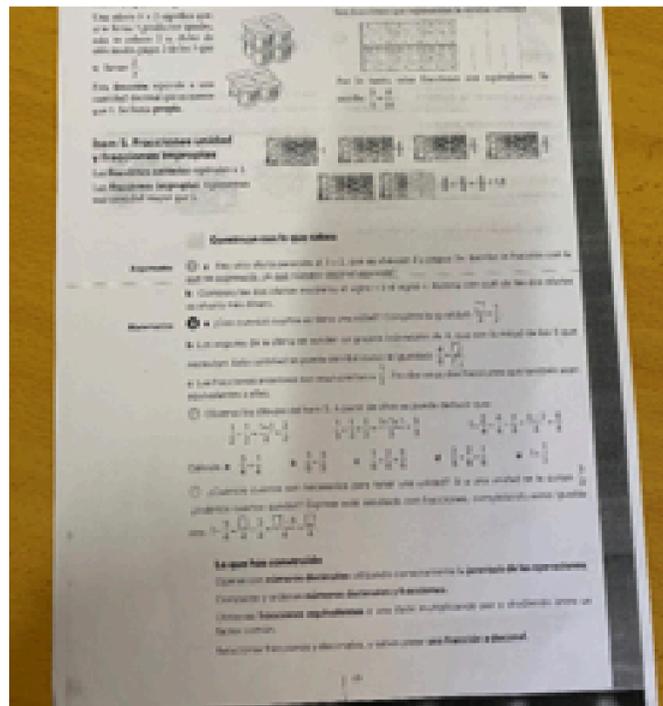
A. Receta saludable: " Rollitos de puerros con jamón york y queso"

B. Laboratorio: "observar al microscopio células vegetales"
Células epidérmicas y células parenquimáticas junto con tejidos conductores





Medir el estrés



INSTITUTO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA



LEÓN FELIPE
BENAVENTE

IES León Felipe
Combas 3º ESO



5/12/2024

CONDICIÓN FÍSICA

PATRICIA PÉREZ BEITIA
PROFESOR: JULIO DIEZ RUIPEREZ

1ºA BACHILLERATO
I.E.S LEÓN FELIPE BENAVENTE

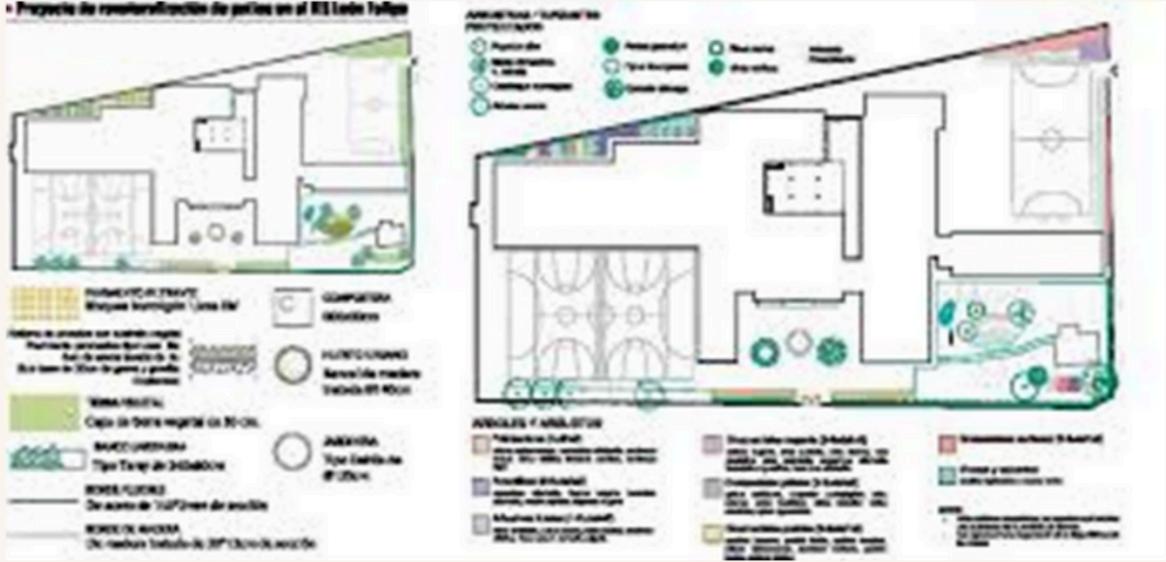


Podcast Mitos sobre el
azúcar



Medio ambiente y sostenibilidad: uso y gestión de espacios, consumo energético y responsable, gestión de residuos y reciclaje...

Programas "Eco-Patios Verdes" y "El patio renaturalizado como espacio de aprendizaje"



Hazte una roca

TRUEQUES

INTERCAMBIO DE ROPA

¿PARA QUE?

LO QUE BUSCA LA GENTE CON ESTE TRUEQUE ES AHORRAR Y RENOVAR EL VESTUARIO



01

VENTAJAS

CON ESTO EVITAMOS QUE LA ROPA TERMINE EN VERTEDEROS Y TAMBIEN DISMINUYA LA DEMANDA DE PRODUCCIÓN TEXTIL



02

VENTAJAS PARA NOSOTROS

PUEDES ENCONTRAR MUCHAS VARIEDADES DE ROPA Y HAY PRENDAS UNICAS Y ORIGINALES



03

DESVENTAJAS

PUEDA QUE LA ROPA ESTE MUY USADA Y SE TE GASTE ENSEGUIDA Y PODRIA LLEGAR A ROMPERSE O A DESCOLORAR



04

¿POR DONDE?

PUEDES USAR PARA HACER EL TRUEQUE APLICACIONES MUY FACILES DE ENTENDER O TAMBIEN LO PUEDES HACER EN LAS REDES SOCIALES COMO EN FACEBOOK O TAMBIEN PUEDES DESCARGARTE APPS COMO: SWAP SOCIETY O REHASH



05

CAMBIOS EN TIENDAS POR OTROS PRODUCTOS

Quando compras un producto en una tienda y despues de comprarlo te das cuenta de que no te gusta, a veces se te ofrece cambiarlo por otro producto del mismo valor

RAZÓN

Esto se hace porque muchas veces compras cosas y al final no te sirven para lo que lo habias planeado o no te gustan directamente y es una forma de que cliente y vendedor ganen



BENEFICIOS PARA EL CLIENTE

Los beneficios para el cliente son que no tiene que quedarse con un producto si no le gusta, ya que tiene la opcion de cambiarlo por otro que le guste mas



BENEFICIOS PARA EL VENDEDOR

Los beneficios para el vendedor son que no tiene esa perdida de dinero que seria devolver el dinero a el cliente, porque aunque recuperen la prenda puede que no la vuelvan a vender



DESVENTAJAS

Las desventajas para el cliente son que no puede recuperar el dinero para comprarse otra cosa en otra tienda, mientras que para el vendedor no hay



CONCLUSION

En conclusion creo que es un metodo beneficioso para ambas partes y aunque para al lado del comprador tenga algunas desventajas es mejor que nada



TIPOS DE TRUEQUES

SWAP PARTY

Un Swap Party es un evento donde un grupo de personas intercambian unos bienes. La gente lleva un bien como ropa, libros o algo que no utilicen y allí lo intercambian sin necesidad de gastar dinero en nada.

¿CÓMO FUNCIONA UN SWAP PARTY?

Primer paso

Cada persona que va a la "fiesta" lleva un bien o varios bienes que no usen o no necesiten. En un lugar donde se juntan personas, las intercambian esos



Segundo paso

De que las personas llegan a ese lugar, dejan cada uno sus bienes en una exposición para que todas las personas puedan ver todo lo que hay disponible y así poder intercambiarlo.



Último paso

En allí los asistentes eligen los artículos en los que están interesados y cambian sus bienes por otros sin necesidad de gastar comprarlo nueva.



PLATAFORMAS DIGITALES DE TRUEQUE

INDIRA TALADRID VILLA 4ESO C

¿QUÉ SON? / INFO. EXTRA

Las plataformas digitales de trueque son aplicaciones en las cuales puedes intercambiar productos que ya no usas por productos que puedas necesitar sin necesidad de pagar. Estas plataformas han revolucionado la forma en que todo el mundo pueda intercambiar productos sin necesidad de usar cualquier método de pago.

¿QUÉ APLICACIONES HAY?

Algunas de las aplicaciones más populares son: Wallapop, Letgo y Barty. Estas aplicaciones permiten publicar productos con opción de intercambio, además, se pueden negociar los intercambios a través del chat en la app. Wallapop y Letgo están más especializadas en la compra-venta, aunque permiten trueques si los usuarios están de acuerdo. Barty, sin embargo, es una plataforma especializada en el trueque, donde la gente puede intercambiar directamente.

¿CÓMO FUNCIONAN ESTAS APLICACIONES?

Es tan fácil como crear un perfil, buscar algo que te interese y contactar con el dueño del producto para negociar, solo tienes que esperar a que esa persona esté interesada por tu oferta y por último, se acuerda la entrega, que puede ser en persona o con envío por correo.

VENTAJAS Y DESVENTAJAS

VENTAJAS: ahorro de dinero, reducción del desperdicio al reutilizar productos, acceso a una gran variedad de artículos y conexión con personas locales para intercambios rápidos.

DESVENTAJAS: dificultad para encontrar coincidencias exactas, falta de regulación y seguridad, limitación geográfica y valor subjetivo de los bienes.

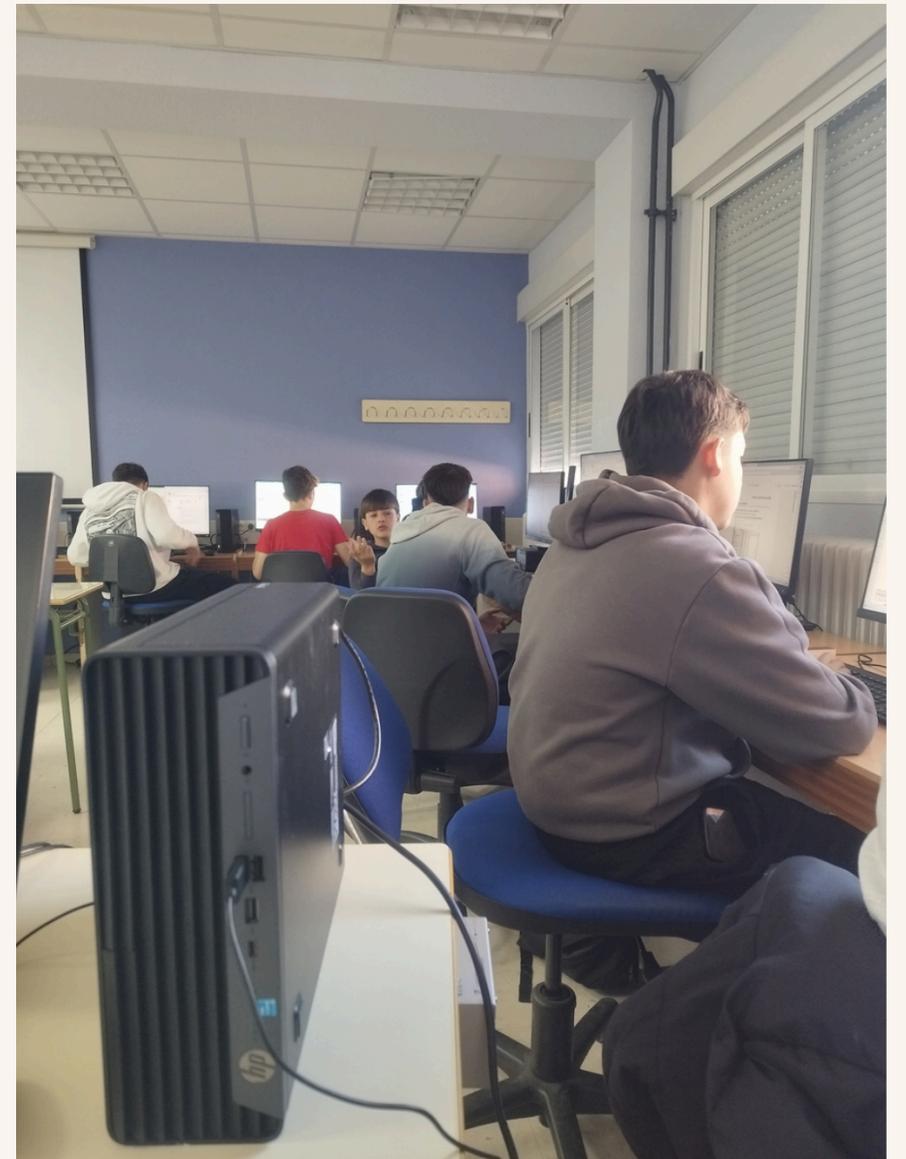
DAÍSES DONDE SE USA MÁS E



PROYECTO

Porcentajes en Navidad

Matemáticas 3ºESO. León Felipe. 2024/25





EMPRESA GULLÓN

Natalia Esteban Macías
Marina Colinas Blanco
1ºb

1



ÍNDICE

Historia sobre la empresa Gullón.

Explicación de conceptos.

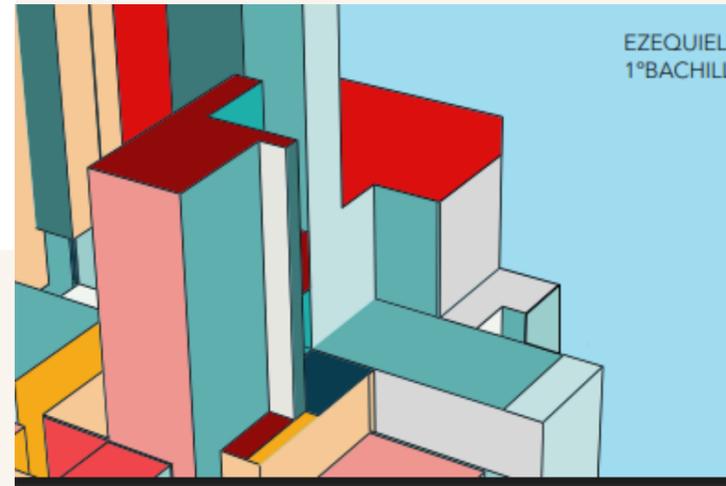
Responsabilidad social corporativa.



Alberto Huerga Pordomingo
Ismael Zahouri
4º E.S.O. -B

ÍNDICE

1. Introducción
2. Perfil de Veolia
3. Pilares de la RSC
4. Programas específicos
5. Impacto Real de la RSC
6. Conclusión



EZEQUIEL B
1ºBACHILLE

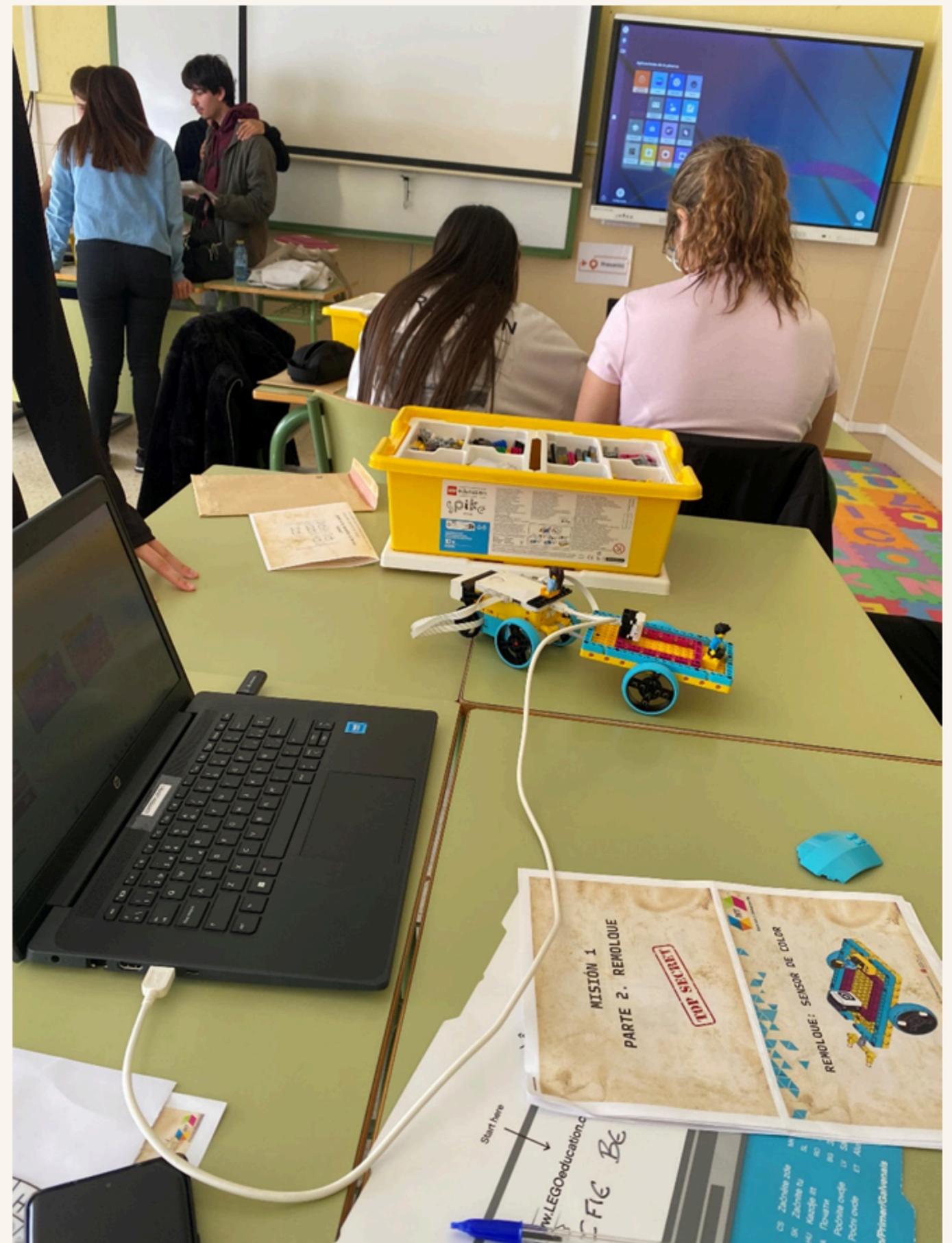


INTRODUCCIÓN

- Sede en Aranda del Duero
- Productos como Agua Bezoya, Leche Pascual o Zumo Bifrutas.
- Apuesta por el bienestar social.
- ¿Cómo lleva a cabo la RSC?



Eficiencia energética con Lego



Sostenibilidad aplicada al sistema productivo

ODS RELEVANTES PARA LA EMPRESA

ODS	SEÑALA SI ES RELEVANTE O NO SI/NO	ACCIONES LLEVADAS A CABO POR LA EMPRESA QUE MUESTRAN LA RELEVANCIA	DATOS QUE EVIDENCIAN LA CONTRIBUCIÓN AL ODS																
			<p>EVOLUCIÓN DEL CONSUMO ANUAL DE COMBUSTIBLES</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>2021</th> <th>2022</th> <th>2023</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Consumo total de combustibles en kWh</td> <td>656.471</td> <td>525.792(*)</td> <td>549.432,73</td> </tr> <tr> <td>Superficie de la zona de servicio en m²</td> <td>4.092.636</td> <td>4.092.636</td> <td>4.092.636</td> </tr> <tr> <td>Ratio (kWh/m²)</td> <td>0,160</td> <td>0,13</td> <td>0,13</td> </tr> </tbody> </table>		2021	2022	2023	Consumo total de combustibles en kWh	656.471	525.792(*)	549.432,73	Superficie de la zona de servicio en m ²	4.092.636	4.092.636	4.092.636	Ratio (kWh/m ²)	0,160	0,13	0,13
	2021	2022	2023																
Consumo total de combustibles en kWh	656.471	525.792(*)	549.432,73																
Superficie de la zona de servicio en m ²	4.092.636	4.092.636	4.092.636																
Ratio (kWh/m ²)	0,160	0,13	0,13																
<p>ODS 13 ACCION POR EL CLIMA</p>	<p>SI</p>	<ul style="list-style-type: none"> Estrategias adoptadas por la Autoridad Portuaria para impulsar la intermodalidad puerto-ferrocarril en los ámbitos de la infraestructura, de la coordinación funcional y de gestión comercial. Mediciones de partículas PM 10. 	<ul style="list-style-type: none"> Evolución del porcentaje de tráfico por ferrocarril: 10,8% en 2021 a 14,44% en 2023 Valor límite de 50µg/m³ sin poder superarse en más de 35 ocasiones por año. <p>Concentración PM10 2023</p> <p> ■ 2023 PM10 (µg/m³) Musel — 2023 Media PM10 Musel — Límite anual PM10 ■ 2023 PM10 (µg/m³) Puerto Deportivo — 2023 Media PM10 Puerto Deportivo </p>																

CONSTRUCCIÓN DE UNA MAQUETA DE UN CIUDAD SOSTENIBLE

- Destinatario: alumnos de 3º ESO
- Colaboradores: Junta de Castilla y León e Iberdrola.
- Objetivo:
 - Construcción de maquetas con materiales reciclados, que simulasen un espacio habitable del futuro próximo donde la energía se obtuviese de fuentes limpias.
 - Llenar con deseos escritos por los alumnos una cápsula del tiempo, que se va a depositar en alguna estación de Iberdrola en el mar

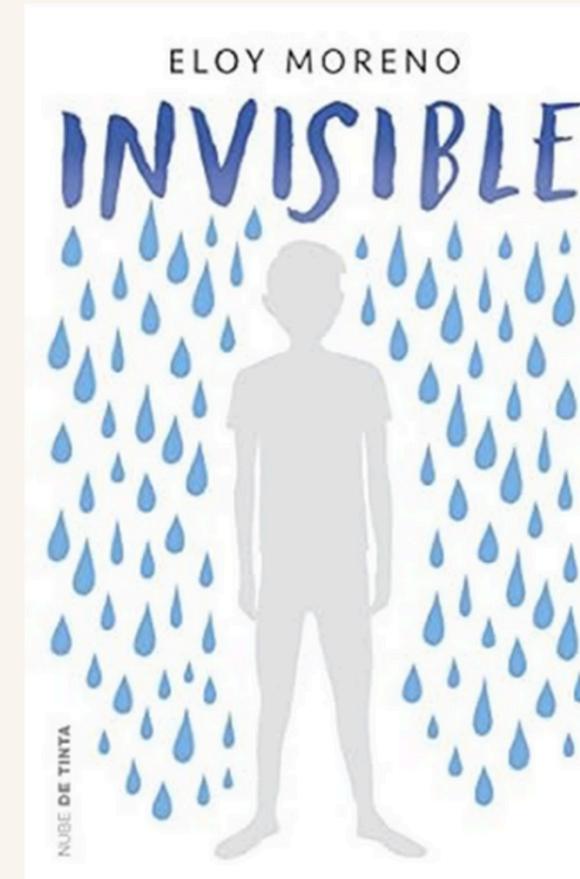


Educación emocional: conciencia emocional, autorregulación, autonomía y competencia social, competencia para la vida y bienestar

Programa "Emociones en movimiento"

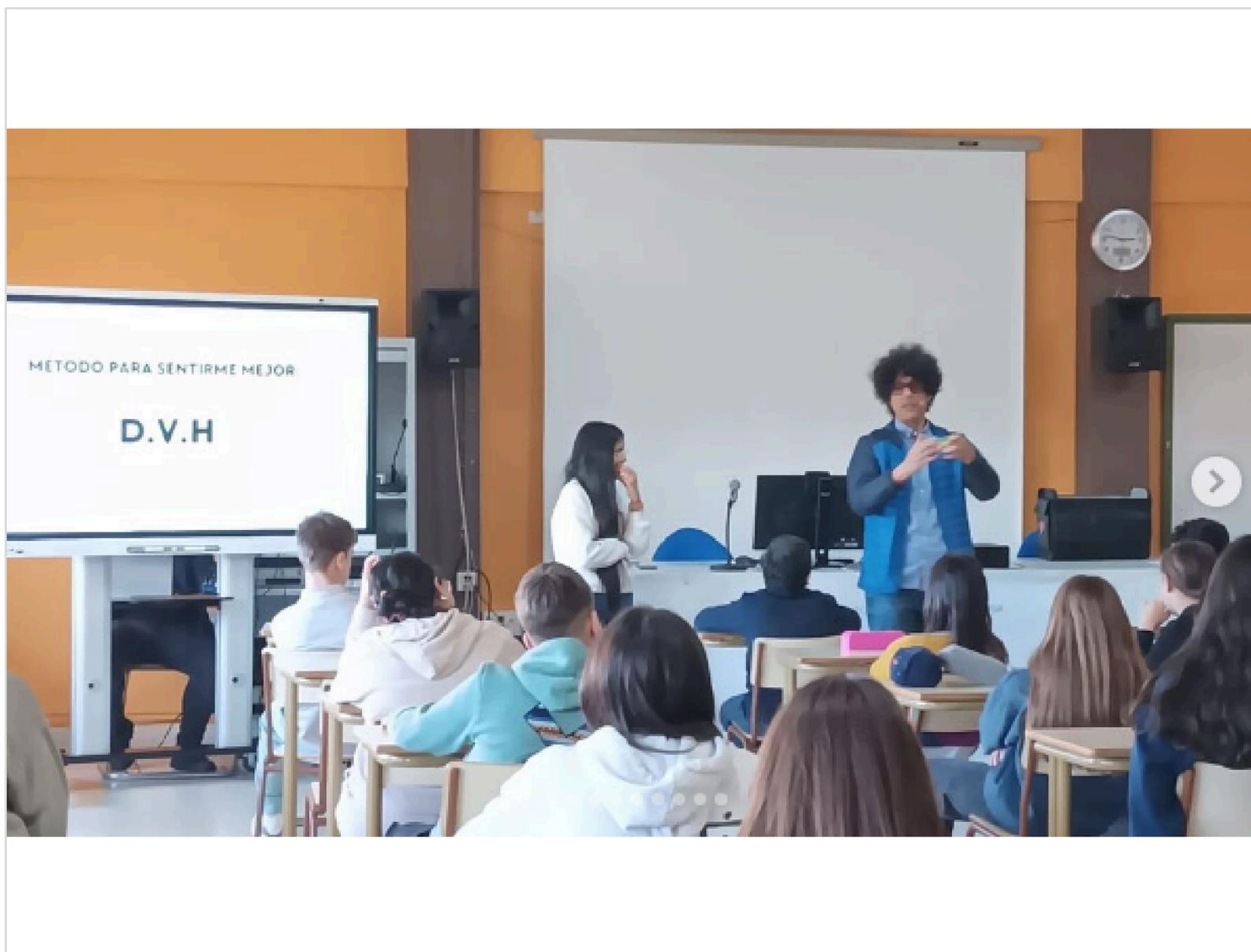
Educación
emocional:
relaciones

sanas y
consentimiento
Cruz Roja



Instagram

-  Inicio
-  Búsqueda
-  Explorar
-  Reels
-  Mensajes
-  Notificaciones
-  Crear
-  Panel



ies.leonfelipe • [Seguir](#)



ies.leonfelipe 15 sem

El pasado 23 de enero nuestros alumnos de primero de ESO vivieron una experiencia única en el programa Emocionante, que combina la magia con la educación emocional para fomentar valores como la autoconfianza, la autoestima y la empatía.

El acto, que se enmarca dentro del proyecto de innovación educativa "Escuelas Saludables", organizado en



68 Me gusta

31 de enero

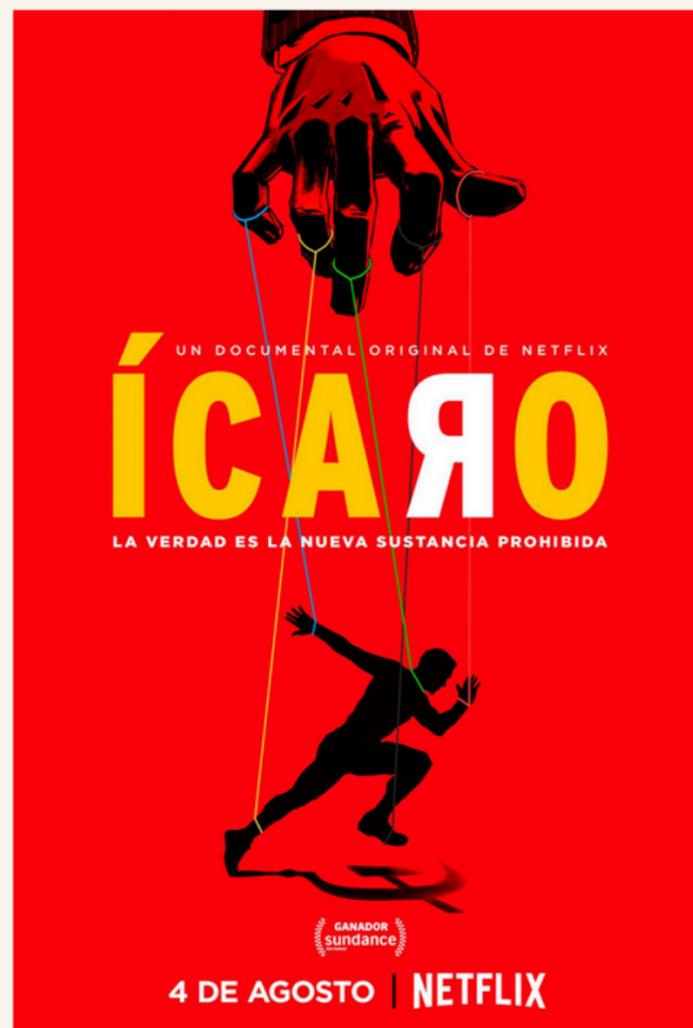


Añade un comentario...



Prevención de consumo de sustancias adictivas: desarrollo de actitudes críticas y hábitos relacionados con la salud y el consumo responsable

Programas "Disfrutamos de la vida sin adicciones" y "Fiestas saludables"



Digitéo



Discover

**Autocuidados y accidentalidad: higiene corporal, salud
bucodental, higiene
del sueño, higiene postural, seguridad y educación vial,
seguridad en la escuela
y en el hogar**

Programa "Cuidarse es
quererse"



Cuidado de la voz,
respiración, relajación
Jacobson...

ÍNDICE

1	Introducción	7	Opinión personal y de autoridad
2	¿En qué se basan los estudios que dicen que el alcohol es saludable?	8	Anécdotas
3	La paradoja francesa	9	Según otras fuentes
4	El resveratrol	10	Conclusión/Aprendizaje
5	Preguntas frecuentes	11	Webgrafía y Bibliografía



Uso positivo de las TIC: estilos de vida saludable en una sociedad digital, adicciones a las TIC, buenas prácticas y recomendaciones

Programa "Espacios seguros en Internet"



ies.leonfelipe • Seguir



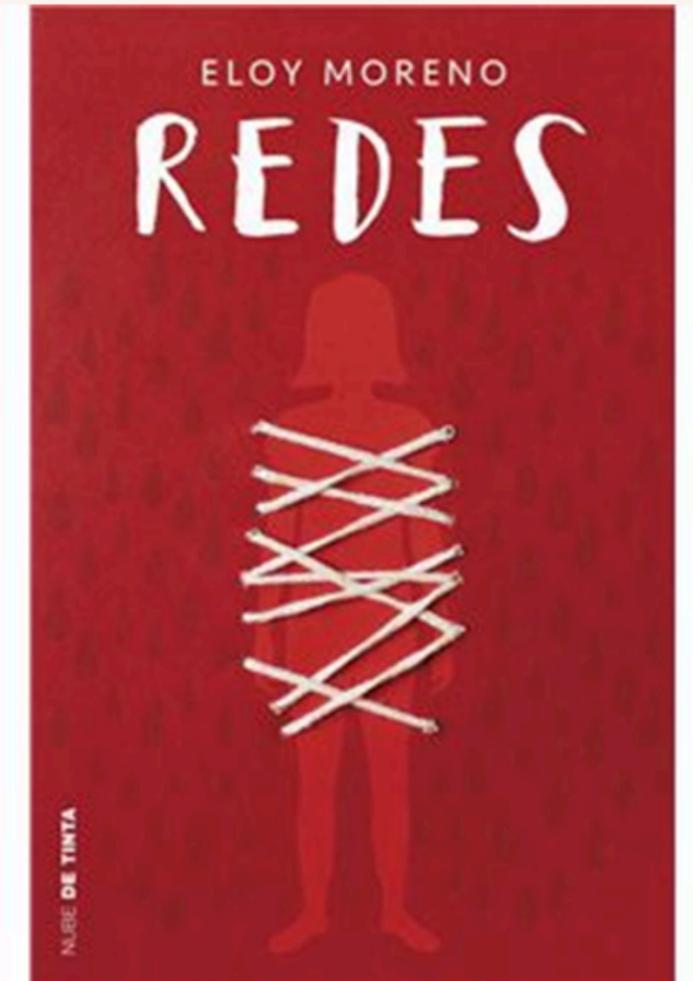
ies.leonfelipe Hoy hemos recibido la visita de la Guardia Civil, los alumnos de 4º ESO han podido participar en la National Cyber League - Modalidad Pre-Amateur, que es una iniciativa de esta entidad que busca fomentar la ciberseguridad entre los jóvenes. A través de competiciones y actividades educativas, se promueve el uso responsable de la tecnología y se capacita a los participantes en la identificación y gestión de riesgos en el entorno digital. La Ciberliga también busca crear conciencia sobre la importancia de la seguridad online. Muchas gracias a la Guardia Civil por esta jornada tan interesante para nuestros alumnos. #guardiacivil #benavente #nationalcyberleague #leónfelipeseguridadtecnológica #ciberliga

10 sem



102 Me gusta

4 de noviembre de 2024



punto 1 y 2

1

Internet es una gran herramienta, pero tiene sus peligros. Un ordenador no es un sitio completamente seguro, y necesitamos tener en cuenta algunos puntos antes de poder usarlo:

- Saber utilizarlo
- Conocer la herramienta de seguridad
- Aplicar normas de seguridad básicas

2.1

Ahora hablaremos sobre las amenazas del ordenador, y como evitarlas:

- Software malicioso (malware), sus síntomas:
- *El ordenador va muy lento
- *Disminuye el espacio del disco duro
- *Aparecen programas desconocidos
- *El teclado o el ratón hacen cosas extrañas

2.2

Tipos de malware:

- Virus
- Keylogger
- Gusano
- Spyware



Otras terminologías importantes:

- Hacker
- Man in the middle
- Pharming
- Cookies
- SPAM
- Fake news



Software para proteger el hardware:

- Antivirus
- Firewall
- Proxy
- Contraseñas:
- Biometría/Autenticación en dos pasos
- Criptografía



¿SABÍAS QUÉ?

El primer virus de computadora fue creado como una broma. Se llamó "Creep" y decía: "¡Soy Creep! ¡Atrápame si puedes!". No causaba daño, solo se copiaba por diversión.



Algunas apps gratuitas ganan dinero vendiendo tus datos. Si no pagas con dinero, probablemente estás pagando con tu información personal.

La contraseña más larga jamás usada tenía 1,273 caracteres. ¡Era como una novela! Insegura pero escribirla era otro tema.

1ºA Bach
IES LEON FELIPE



SEGURIDAD EN INTERNET

LA IDENTIDAD DIGITAL. SEGURIDAD Y PROTECCIÓN DE DATOS.

Cuando nosotros dejamos una huella en la huella digital, nuestra identidad...

...las precauciones que hemos visto para proteger nuestra identidad existen otros como el certificado digital.

CERTIFICADO DIGITAL

Un certificado digital electrónico es un documento que contiene datos identificativos válidos en el mundo electrónico.

¿Cómo hacer con un certificado digital? Necesitas algunas cosas y ayudas.

1. Necesitas la declaración de la renta.

- Consultar los puntos y las sanciones de tráfico.
- Solicitar certificaciones.

SEGURIDAD EN LOS DISPOSITIVOS

El malware son programas que pueden atacar a tu ordenador o robar información sin que te des cuenta.



Tipos de Malware (Software Malintencionado)

- **Virus:** Se instala sin permiso del usuario y puede dañar archivos y afectar otros dispositivos.
- **Gusano:** Programa que se copia a sí mismo para que el ordenador se bloquee.
- **Keylogger:** Graba lo que escribes en el teclado para robar contraseñas y datos personales.
- **Adware:** Muestra publicidad no deseada y puede guardar información tuya para venderla.

Peligros en Internet

- **Hackers:** Roban información o causan daños en tus dispositivos.
- **Pharming:** Cuando te llevan a una página falsa que parece real para engañarte.
- **Spam:** Correos basura que pueden traer virus.
- **Cookies:** Archivos que guardan información de las páginas que visitas.
- **Fake news:** Noticias falsas que intentan engañarte.

Cómo protegerte

- Copia tus archivos importantes por si algo falla.
- Usa contraseñas difíciles y no las compartas.
- No uses Wi-Fi abiertas que no conozcas.
- Cuidado con los programas gratis, a veces traen virus.

Herramientas que te ayudan

- **Antivirus:** Busca y elimina virus.
- **Doble verificación:** Un paso extra para entrar en tus cuentas.
- **Biometría:** Usar tu huella o cara para desbloquear.

PROPIEDAD INTELECTUAL

El software, al igual que libros o canciones, está protegido por la ley de propiedad intelectual.

Los derechos de autor regulan los derechos de los creadores sobre sus obras.

La propiedad intelectual cubre los derechos sobre la explotación de creaciones. Al descargar aplicaciones, es crucial conocer las licencias que las regulan.

LICENCIAS INFORMÁTICAS

Las licencias informáticas regulan el uso del software. Si puede ser modificado, copiado. Existen tipos como: shareware, freeware, libre, copyleft, Creative Commons, cada uno con sus propias reglas. Algunas permiten el acceso al código fuente, otras no permiten su redistribución, otras lo...



Ciberseguridad

"La mejor seguridad se basa en la prevención"



INTRODUCCIÓN A LA CIBERSEGURIDAD

Internet ofrece ventajas, pero también riesgos. Usar un ordenador requiere:

- Saber utilizarlo: No usar herramientas que no conozcamos.
- Conocer las herramientas de seguridad: Saber si estamos protegidos frente a virus y spam.
- Aplicar normas básicas de seguridad: Usar buenas prácticas al interactuar en la red.

Tipos de seguridad:

-Activa: Proteger el ordenador (contraseñas seguras, antivirus actualizado).

-Pasiva: Minimizar daños (copias de seguridad).



CIBERSEGURIDAD

Patricia Pérez Beitia
Carla Gómez Temprano
Sergio Vinagre Primo
Ezequiel Bermudez Bermudez
Yuki Santos Sakaguchi

Profesor: Alejandro Espeso Lorenzana

INSTITUTO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA
LEON FELIPE
BENAVENTE

Educación digital



Cibervoluntarios

Uso positivo de YouTube

Daniela Machado

Economía

Uso positivo TIC

LOS "me gusta" De INSTAGRAM... ¿SON TIKTOK, UNA NECESIDAD?

Redacta y justifica en una hoja por una cara, tu opinión sobre este tema. Relaciónalo con conceptos que hemos visto en el tema y da una opinión personal sobre el mismo. Cuida la redacción, la presentación, y no copies. Los trabajos que sean un copia y pega son un cero.



Eloy Moreno

Redes

NUBE DE TINA

1º trimestre

los influencers

... ¿Quiénes son? ...

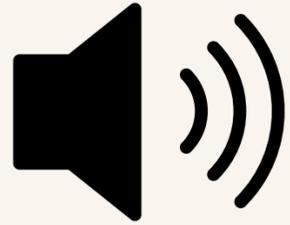
-Son personas jóvenes dedicadas a las redes sociales. Pueden ser tanto jóvenes de 20 años, como adultos de 30 años. Cuando se habla de influencers, los seguidores de aproximadamente 20 años, ya que a su vez están iniciando una carrera. Su vida prácticamente depende de millones de seguidores que les dan like a lo que publican. Conducen mucho la opinión de sus seguidores.

... ¿Qué hacen? ...

-Principalmente se dedican a las redes sociales. Algunos de ellos están estudiando o trabajando en otros trabajos. Para ganar dinero en plataformas como Instagram, TikTok, Twitter... promueven productos de marcas importantes, cuando su vida y sobre todo hacen actividades que llaman la atención para que tengan más likes.
-Algunas veces participan en programas de televisión.



Varias líneas



ivoox

¿Qué me cuentas? Edición Escuelas Saludables 1AB.

Especiales podcast

Suscribirse Descargar App

00:00 18:40 30



ivoox

¿Qué me cuentas? Edición Escuelas Saludables 1CB

Especiales podcast

Suscribirse Descargar App

00:00 13:48 30

Por IES León Felipe > Libros recomendados



Podcast

Libros recomendados

Por IES León Felipe

63 3

[Suscribirse](#)



¿Qué libro nos recomiendas? En este programa de entrevistas encadenadas, los alumnos de 1º de Bachillerato recomiendan a sus compañeros libros que han leído.



Programa de Recuperación y Utilización Educativa de Pueblos Abandonados - Umbralejo





AMPA- Familias

Charla informativa para FAMILIAS

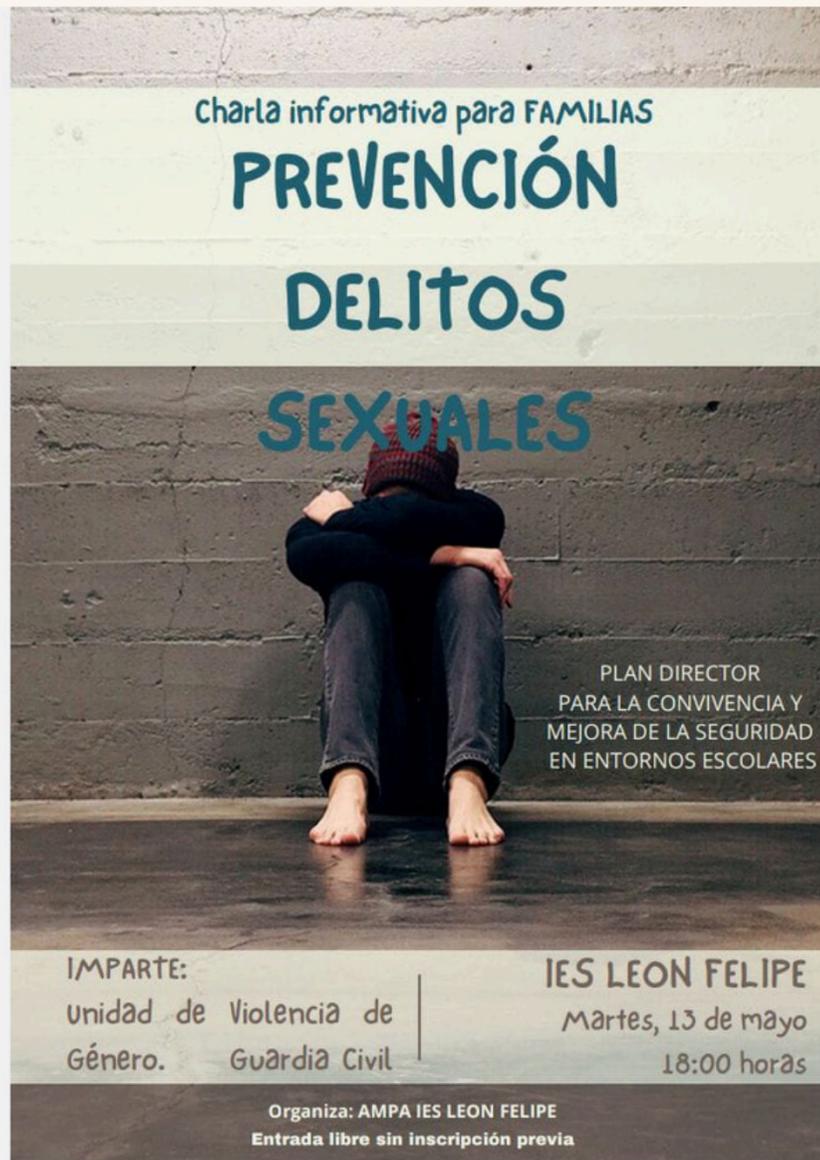
PREVENCIÓN DELITOS SEXUALES

PLAN DIRECTOR PARA LA CONVIVENCIA Y MEJORA DE LA SEGURIDAD EN ENTORNOS ESCOLARES

IMPARTE: Unidad de Violencia de Género. Guardia Civil

IES LEON FELIPE
Martes, 13 de mayo
18:00 horas

Organiza: AMPA IES LEON FELIPE
Entrada libre sin inscripción previa



Taller de gestión emocional

AMPA IES LEÓN FELIPE

Para familias y comunidad educativa del IES León Felipe

Jueves 15, 22 y 29 de mayo de 17 a 19 h

PLAZAS LIMITADAS

Inteligencia emocional

Comunicación con adolescentes

Mejorar la convivencia

IMPARTE: Angélica Martínez Llamas
Experta en coaching
Máster en Implantación de Inteligencia Emocional (PIIE)

Necesario inscripción previa
Email: iesleonfelipeampa@gmail.com
Tlf. AMPA: 644 45 42 81

Ven y... ¡aprenderemos juntos!



Programa Formativo en competencias digitales para la ciudadanía

CYL digital

APRENDE A MANEJAR LAS REDES SOCIALES

ii100% PRESENCIAL Y GRATUITO!!

Días 10, 11 y 12 de junio de 2025
De 16:00 a 19:30h

Avenida Federico Silva, 46, Benavente.
En IES León Felipe

Infórmate e insíbete en:
cyldigital.es · ayuda@cyldigital.es · Teléfono gratuito: 900 909 752

Financiado por la Unión Europea (NextGenerationEU)

Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia

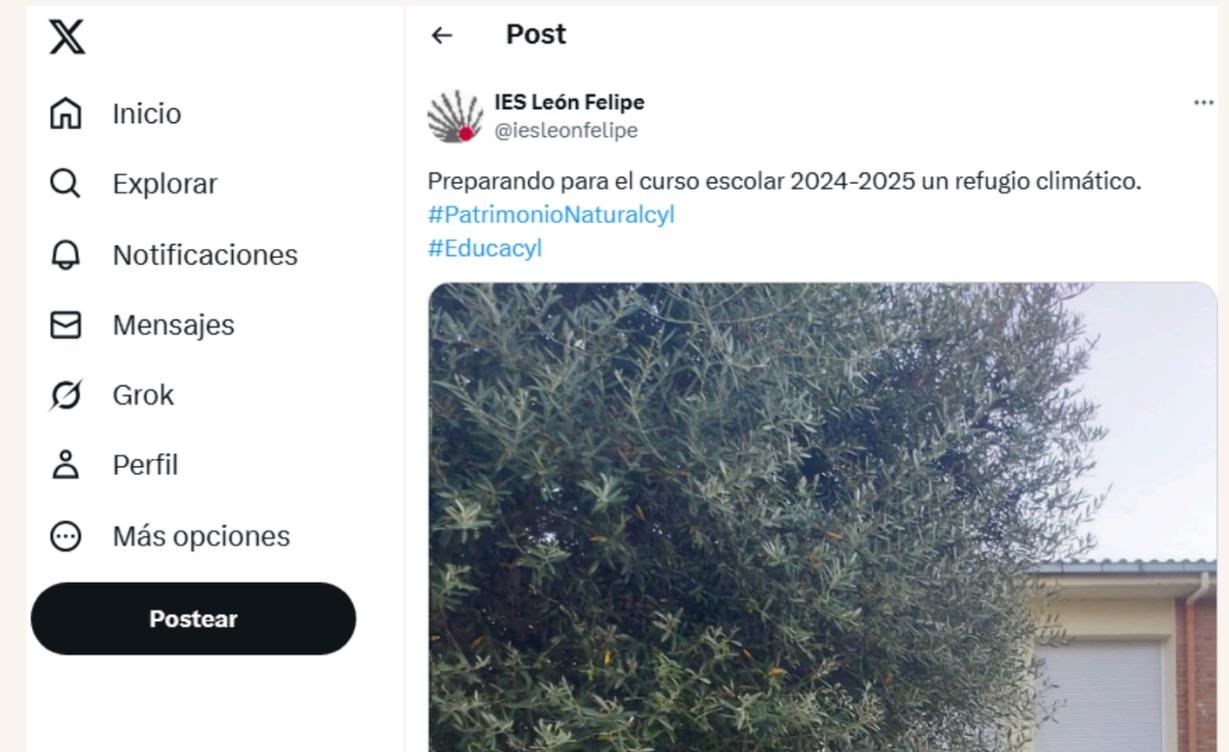
Junta de Castilla y León



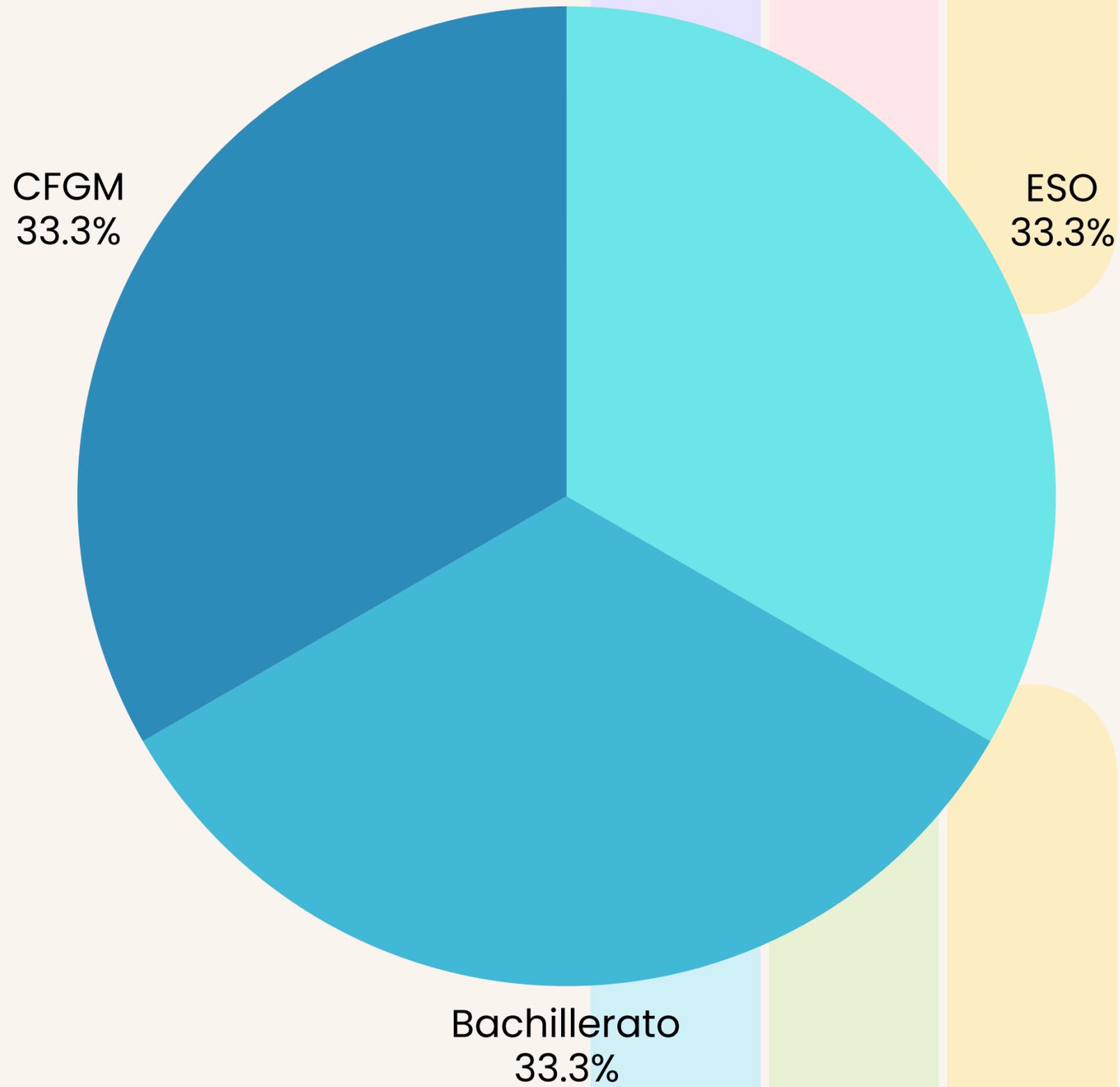
Difusión

Instagram y Facebook

X/ Twitter



Destinatarios



ESO	Bachillerato	CFGM
1º	1º	AC
2º	2º	GA
3º		
4º		



P **I** 

 **E** **R**

 **E** **S**

Proyecto de
Innovación
Educativa Red de
Escuelas Saludables



 **gracias** 