

***MEMORIA DA PARTICIPACIÓN  
DO I.E.S PRAIA BARRAÑA NO  
PROXECTO CLIMÁNTICA***

***Curso 2007 - 2008***

## ÍNDICE

<b>1.- Datos técnicos.....</b>	<b>páx. 3</b>
<b>2.- Fundamentación no marco de Climántica.....</b>	<b>páx. 7</b>
<b>3.- Obxectivos.....</b>	<b>páx. 9</b>
<b>4.- Contidos.....</b>	<b>páx. 10</b>
<b>5.- Metodoloxía.....</b>	<b>páx. 11</b>
<b>6.- Actividades.....</b>	<b>páx. 12</b>
<b>7.- Recursos.....</b>	<b>páx. 13</b>
<b>8.- Avaliación.....</b>	<b>páx. 14</b>
<b>9.- Implicación da comunidade educativa e interrelacións nivelares e disciplinares.....</b>	<b>páx. 15</b>
<b>10.- Fichas técnicas dos traballos.....</b>	<b>páx. 17</b>

## **1.- Datos técnicos.**

### **a. Título da experiencia curricular**

COÑECENDO BOIRO

### **b. Cursos implicados**

No proxecto participaron os 35 alumnos e alumnas dos dous grupos de 1º de E.S.O.

### **c. Departamentos implicados e datos do profesorado**

O Departamento de Bioloxía e Xeoloxía asumiu a responsabilidade de impartir esta materia durante o curso 2007 – 2008.

Profesora responsable do Proxecto Interdisciplinar:

Ana Urbieto Balado.

Xefa do Departamento:

Marina Raíces Madriñán.

***d. Materias implicadas e relacións cos seus currículos.***

- Ciencias Naturais. O bloque I (Contidos comúns), o bloque III (Materiais terrestres: atmosfera, hidrosfera e xeosfera) e o bloque IV (A vida na terra e os seres vivos), abordan diversos temas que tamén se traballan no proxecto, como a explicación dos factores que condicionan o tempo atmosférico establecendo a relación entre tempo e clima, a interpretación de mapas de clima sinxelos, uso de instrumentos par medir variables ambientais, ou a recollida sistemática de datos e representación gráfica

- Ciencias Sociais. Os contidos do bloque I (Contidos Comúns) e o bloque II (A Terra e os medios naturais) teñen relación directa co proxecto

- Lingua galega. Os contidos do bloque I (Comunicación oral: escoitar e falar) e o bloque II (Comunicación escrita: ler e escribir) constitúen a porta de acceso a tódolos saberes e son imprescindibles para a realización de calquera aprendizaxe.

- Lingua castelá e literatura. É válido o dito xa para a lingua galega e só engadir que amplía as posibilidades de acceso ao coñecemento do noso alumnado

- Matemáticas. Tódolos bloques de contidos desta materia teñen relación co proxecto: a resolución de problemas, os números, a álgebra, a xeometría, as funcións e gráficas, ou a estatística e probabilidade, constitúen as ferramentas básicas para analizar o mundo no que vivimos.

*e. Outros aspectos singulares en relación ao proxecto educativo e a organización escolar.*

Os alumnos e alumnas de 1º de E.S.O do I.E.S Praia Barraña atopáronse este curso cunha nova materia no seu currículo, o PROXECTO INTERDISCIPLINAR, ao que dedicaron unha hora semanal ao longo de todo o curso. Tratábase de realizar un traballo de investigación, en equipo, sobre Boiro, que tivese o cambio climático como fío condutor. A través deste traballo se pretendía que desenvolvesen diversas competencias básicas, entre elas:

- A competencia en comunicación lingüística.
- A competencia dixital.
- A competencia para aprender a aprender.
- A competencia en resolución de problemas.
- A competencia en habilidades sociais e autonomía persoal.

Neste nivel educativo o noso centro recibe, sobre todo, a alumnos e alumnas procedentes de parroquias situadas nas zonas rurais do concello. A lingua materna da maior parte destes estudantes é o galego e é a que empregan habitualmente. Entre os dous grupos había tres alumnos e unha alumna procedentes de Chile, Arxentina e Colombia.

O coñecemento da actual crise ambiental que tiña o alumnado de 1º de E.S.O era o adecuado para o seu nivel educativo. Tiñan interese polo tema pero, como a maioría de nós, sentíanse abraiados pola magnitude planetaria do problema e

desanimados pola pouca incidencia que na súa solución podían ter as accións individuais.

A realización das actividades contempladas no proxecto e a utilización dos recursos necesarios implicaba o frecuente movemento de alumnos e alumnas polos corredores: da aula á estación meteorolóxica, da estación meteorolóxica á aula de informática. Ou ben, da aula ao laboratorio, ou da aula á biblioteca. Ao principio causaba un pouco de estrañeza na comunidade educativa e provocaba perdas de tempo, pero a medida que transcorrían as semanas, os cambios de aula se producían con máis rapidez e os alumnos e alumnas comezaban antes as súas tarefas. Con todo, o interese que poñían tanto nas actividades que se desenvolveron no laboratorio, como nas que se levaron a cabo na aula de informática, compensaba os retrasos e o desorde que se producía.

Durante o mes de maio “trasladámonos” a aula de informática para traballar exclusivamente no blogue, durante a hora de proxecto interdisciplinar. Participar no blogue facilitou a colaboración entre os alumnos e destes coa profesora, e permitiunos ver os resultados do traballo do profesorado e o alumnado doutros centros.

A posibilidade de ofrecer ao alumnado un entorno óptimo para a realización de actividades de educación ambiental, sen o condicionamento dos horarios establecidos no marco da organización escolar, e por un período de tempo máis longo do habitual, animounos a participar no programa do MEPSYD, Aulas de Educación Ambiental.

## **2.- Fundamentación no marco de Climántica.**

### ***a. Relacións co cambio climático e coa educación ambiental.***

A participación do I.E.S Praia Barraña durante este curso 2007 – 2008 no Proxecto Climántica, e a inclusión desta iniciativa no seu proxecto interdisciplinar permitiu aos alumnos e ás alumnas de 1º de ESO, adquirir coñecementos de meteoroloxía e climatoloxía e achegarse aos grandes problemas medioambientais aos que nos enfrontamos a principios do século XXI, nomeadamente o Cambio Climático.

O instituto contaba cunha estación meteorolóxica manual mais, a raíz da nosa colaboración con Climántica, animámonos a formar parte da rede galega de “MeteoEscolas” de MeteoGalicia. Durante todo o curso, os alumnos e alumnas de 1º de ESO, recolleron cada día de clase os datos meteorolóxicos proporcionados pola estación. Estes datos introducíanse periodicamente na web de MeteoGalicia, onde podiamos visualizalos en forma de mapas, gráficas e táboas. Aparte da contribución que realizamos ao coñecemento dos microclimas de Galicia, esta actividade pretendía mellorar os logros dos estudantes en ciencias e matemáticas e aumentar a súa concienciación ambiental.

Aínda que o centro xa estaba implicado na procura de sistemas de aforro enerxético e na recollida selectiva e reciclaxe dos residuos que xera o propio instituto – e mesmo algúns residuos que aporta toda a Comunidade Educativa como pilas e cartuchos baleiros de impresora – a participación en Climántica reactivou estas iniciativas.

***b. Recursos de Climántica que se usaron.***

- O libro e a guía didáctica : *Climaeucambio*
- A páxina web: [www.climantica.org](http://www.climantica.org)
- O noso blogue: <http://ies.praia.barrana.climantica.org>

***c. Observacións sobre a aplicación do proxecto Climántica nesta experiencia curricular.***

O I.E.S Praia Barraña elaborou o seu propio proxecto interdisciplinar titulado: COÑECENDO BOIRO que tiña como obxectivo o recoñecemento do patrimonio cultural, urbanístico, industrial, artístico e natural de Boiro. Ao aparecer a proposta de Climántica pareceunos apropiado modificar o proxecto inicial para que pasase a ter como fío condutor o cambio climático producido polo quentamento atmosférico e as súas posibles repercusións futuras no entorno natural, artístico, urbanístico, económico e social do concello. Deste xeito, os obxectivos iniciais ampliáronse, para incluír o estudo do estado da atmosfera ao longo do ano, afondar no coñecemento do clima, e intentar detectar as alteracións que puidera estar sufrindo.

A posta en marcha dun blogue, dentro do Proxecto Climántica, supuxo a actualización urxente de coñecementos informáticos – facilitada polo Curso de competencia Dixital de Climántica - por parte da profesora responsable, mais permitiunos sentirnos membros dunha comunidade de alumnos, alumnas, profesores e profesoras, implicados no coñecemento do medio que nos rodea e na análise do impacto ambiental que as actividades humanas teñen sobre ese medio.



### **3.- Obxectivos.**

- Desenvolver o espírito de observación e análise do contorno.
- Utilizar ferramentas matemáticas para o tratamento e análise de datos.
- Coñecer as técnicas e métodos máis adecuados que respeten e axuden a desenvolverse nun medio natural.
- Distinguir a complexidade do medio ambiente e tomar conciencia da pertenza do ser humano á rede de relacións do Ecosociosistema.
- Identificar e analizar o impacto sobre o medio ambiente das nosas actividades diarias.
- Valorar as condutas de aforro e reutilización dos recursos.
- Coñecer, valorar e respetar o patrimonio cultural, artístico e histórico.
- Tomar conciencia das responsabilidades individuais e colectivas e da necesaria solidariedade entre os distintos territorios, así como fomentar a convivencia e o intercambio entre persoas de distinta procedencia.
- Valorar o traballo en equipo.

## **4.- Contidos.**

- Análise do contorno do centro. Busca de información por parte do alumnado sobre edificios, monumentos, ou entornos naturais do concello de Boiro.

- A representación da Terra. Técnicas de localización xeográfica. Localización no mapa de continentes, océanos e mares do planeta. Consecuencias dos movementos da Terra. Componentes e estrutura vertical da atmosfera.

- Diferenzas entre tempo e clima.

- Meteoroloxía e climatoloxía. Elementos do clima: temperaturas, ventos e precipitacións.

- O emprego dos instrumentos da estación meteorolóxica para realizar medicións de temperatura, humidade relativa, presión atmosférica, dirección e intensidade do vento e precipitación. Interpretación de climogramas.

- O cambio climático. Causas e consecuencias futuras. Os cambios climáticos no pasado.

- As fontes de enerxía. Fontes de enerxía renovables e fontes de enerxía non renovables.

- O estudo dos ecosistemas: elementos da paisaxe, vexetación, fauna, impactos ambientais.

## **5.- Metodoloxía.**

As limitacións de tempo, impostas polo propio horario da materia, obrigaron a centrar a explicación na comprensión dunhas poucas ideas e a traballar a comunicación oral e escrita dos contidos da materia tanto na aula como na casa.

As características do proxecto obrigaron ademais ao emprego dunha metodoloxía activa na que o alumnado foi protagonista da súa propia aprendizaxe, a través da busca e o tratamento de información procedente de diversas fontes, enfrontándose ao emprego de novas ferramentas informáticas e solucionando os problemas que ían xurdindo.

A metodoloxía utilizada na exposición dos contidos axustouse a seguinte secuencia:

- 1.- Crear condicións para que os alumnos e alumnas tomen conciencia, expliciten e discutan as súas ideas previas sobre o tema que vai ser estudado.
- 2.- Provocar a sorpresa e a curiosidade do grupo con algunha información nova, ou pouco coñecida sobre o tema que imos tratar.
- 3.- Proporcionar a información curricular sobre o tema.
- 4.- Procurar que aprendan a realizar observacións e medicións e a interpretalas.
- 5.- Propoñer a aplicación dos novos coñecementos para resolver aquelas cuestións e problemas que anteriormente non podían solucionar.
- 6.- Conseguir que expoñan os resultados e conclusións mediante una linguaxe precisa.

## **6.- Actividades.**

Ao longo do curso leváronse a cabo actividades curriculares encamiñadas a contar cunha fundamentación teórica, un traballo na aula e unhas prácticas nas que se fixeron experimentos relacionados co cambio climático, o aforro enerxético, e o coñecemento dalgúns ecosistemas do contorno.

Como actividade complementaria ao currículo participamos, durante a primeira semana de xuño, no Programa Aulas de Educación Ambiental do MEPSYD, que permitiu que 21 alumnos do proxecto interdisciplinar, acompañados por 2 profesoras, se desprazasen a Cantabria, participasen en diversas actividades de educación ambiental, adquirisen coñecementos, hábitos e condutas de coidado e mellora do entorno medioambiental, reflexionasen sobre os problemas medioambientais e descubrisen parte do patrimonio artístico, cultural e natural de Cantabria.

### ***a. Actividades Curriculares.***

- Recollida de información sobre o patrimonio cultural, urbanístico, artístico e natural do concello. Elaboración de informes.
- Recollida de datos da estación meteorolóxica.
- Tratamento e análise dos datos da estación meteorolóxica.
- Realización de predicións meteorolóxicas a partir da análise dos datos de presión atmosférica.
- Realización das actividades propostas no libro de Climántica, **Climaeucambio.**

- Elaboración dun Blogue dentro do Proxecto Climántica.
- Realización de prácticas de laboratorio:
  - Simulación do desxeo ártico e antártico.
  - Construción dun forno solar.
  - Recoñecemento de micromamíferos (roedores e insectívoros) en egagrópilas de curuxa.

***b. Actividades complementarias ao currículo***

- Participación no programa Aulas de Educación Ambiental do MEPSYD no Centro de Educación Ambiental de Viérnoles (Cantabria).

## **7.- Recursos.**

Para a exposición de contidos e o traballo cos alumnos e alumnas empregáronse os seguintes recursos:

- Encerado, canón, reprodutor de vídeo e DVD,...
- Papel , libros.
- A Aula de informática.
- A estación meteorolóxica.
- Os laboratorios de Bioloxía e Xeoloxía.
- A biblioteca.

## **8.- Avaliación.**

- Competencia en comunicación lingüística. Mediante a elaboración de documentos escritos e a súa exposición oral.
- Competencia dixital. Mediante o manexo de Internet, de distintas aplicacións informáticas de tratamento da información e a colaboración no blogue.
- Competencia en aprender a aprender. Tomando conciencia de que aprendizaxes dun determinado tipo, pódense aplicar en situacións que en principio son distintas e sen aparente conexión.
- Competencia en resolución de problemas. Traballando con escalas, con táboas de datos e facendo predicións.
- Competencia en habilidades sociais e de autonomía persoal. Dándose conta de que co traballo persoal pódense conseguir obxectivos que en principio poden parecer complicados. Recoñecendo a evolución social, cultural e natural do entorno de Boiro. No caso do alumnado participante no Programa Aulas de Educación Ambiental, convivindo con alumnos e alumnas doutra comunidade, e participando na organización das actividades do Centro de Educación Ambiental.

## **9.-Implicación da comunidade educativa e interrelacións niveles e disciplinares.**

Toda a comunidade educativa se interesou no proxecto interdisciplinar e respondeu positivamente cando se solicitou a súa colaboración. Alumnos e alumnas, pais e nais, profesores e profesoras e persoal non docente.

Os departamentos cunha implicación máis directa no proxecto foron:

O propio Departamento de Bioloxía e Xeoloxía, a través da profesora responsable do proxecto interdisciplinar, Ana Urbieto. A xefa do departamento, Marina Raíces, que non tivo inconveniente en que o presuposto de laboratorio se modificase para adquirir o material necesario para as prácticas de Climática, algunhas das cales se realizaron cos alumnos de Ciencias Medioambientais de 4º de E.S.O. O profesor de Ciencias Naturais de 1º de ESO e titor dun dos grupos, Alberte Rodríguez de Bernardo, que colaborou na realización das prácticas de laboratorio.

O Departamento de Xeografía e Historia, representado polo seu xefe Rodrigo Rey López, que tivo un papel fundamental na coordinación da recollida de datos da estación meteorolóxica e o seu envío a MeteoGalicia. O profesor de Ciencias Sociais de 1º de ESO, Darío Doval Blanco, que desenvolveu na súa materia unha parte dos contidos curriculares do proxecto interdisciplinar.

O Departamento de Matemáticas, a través da profesora Luz González Faílde que participou, xunto con Ana Urbieto, no Programa Aulas de Educación Ambiental do MEPSYD e do xefe do departamento, Andrés Lorenzo Pin, responsable de mantemento da aula de informática, cuxas indicacións nos axudaron a solventar algunhas das dificultades que atopamos na elaboración do blogue .

O Departamento de Galego, coa colaboración imprescindible da profesora Ana Castro, titora de parte dos alumnos e alumnas, que facilitou a comunicación da profesora de proxecto interdisciplinar coas familias.

O Departamento de Tecnoloxía, do que partiu a proposta inicial de proxecto interdisciplinar, co seu xefe de departamento, José Manuel Resúa.

O Departamento de Orientación, a través do seu xefe Miguel Saa, sempre atento a tódalas convocatorias de premios, concursos, becas e programas que sexan de interese para o alumnado e o profesorado.

Ademais foi fundamental a colaboración do Equipo Directivo:

- A directora do centro, Inmaculada Robleda, que apoiou tódalas actividades que se lle foron propoñendo ao longo do curso.

- A xefa de estudos, Pilar Tobar, que non puxo ningún obstáculo á modificación do proxecto inicial.

- O vicedirector, Andrés Martínez Cao, que colaborou na organización das excursións didácticas que se realizaron.

- A secretaria, Ana Taboada, que aportou a súa experiencia de participación en diversos proxectos.

Para finalizar, tamén contamos coa colaboración da bióloga Sofía Leis Palacios, técnico do Parque Natural das Dunas de Corrubedo, que a parte de guiarnos durante a nosa visita ao parque, se desprazou ata o noso centro para organizar unha das prácticas que realizaron os alumnos e alumnas do proxecto interdisciplinar: Os habitantes da noite. O caso das egagrópilas.



## **10.- Fichas técnicas dos traballos.**

Os alumnos e alumnas foron realizando traballos ao longo do curso. A práctica totalidade destes traballos devolvéronselles corrixidos no seu día. Entre os poucos dos que poden presentar evidencias están estes :

**1) Título: O Pazo de Torre Xunqueiras**

**Autor: Eloy Ferreirós Laíño**

**Curso: 1º ESO A**

**Modalidade: Investigación sobre o contorno**

**Breve descripción: Documento realizado utilizando diversas aplicacións informáticas no que se describe un edificio emblemático do contorno.**

**2) Título: O clima de Galicia e o Cambio Climático.**

**Autor: Eloy Ferreirós Laíño**

**Curso: 1º ESO A**

**Modalidade: Traballo sobre o clima e o cambio climático.**

**Breve descripción: Documento escrito a man no que se resumen as características do clima de Galicia, e post con algunhas reflexións sobre o cambio climático publicado no blogue**

**3) Título: Erupción dun volcán en Chaitén**

**Autor: Enrique José García Vidal.**

**Curso: 1º ESO A**

*Modalidade: Post con vídeo e con ligazón. Publicado no blogue.*

*Breve descripción: noticia sobre catástrofes naturais cun vídeo sobre a erupción do volcán Chaitén e unha ligazón á unha páxina da Wikipedia con información sobre o volcán.*

**4) Título: Presentamos a nosa vila ós nosos compañeiros de Madrid**

*Autores: Víctor Bolla Beltrán e Alberto Blanco García*

*Curso: 1º ESO A*

*Modalidade: Post con presentación en slide-share.Publicado no blogue.*

*Breve descripción: presentación en Power Point con fotos de Boiro e textos con información sobre a vila en castelán*

**5) Título: Terremoto**

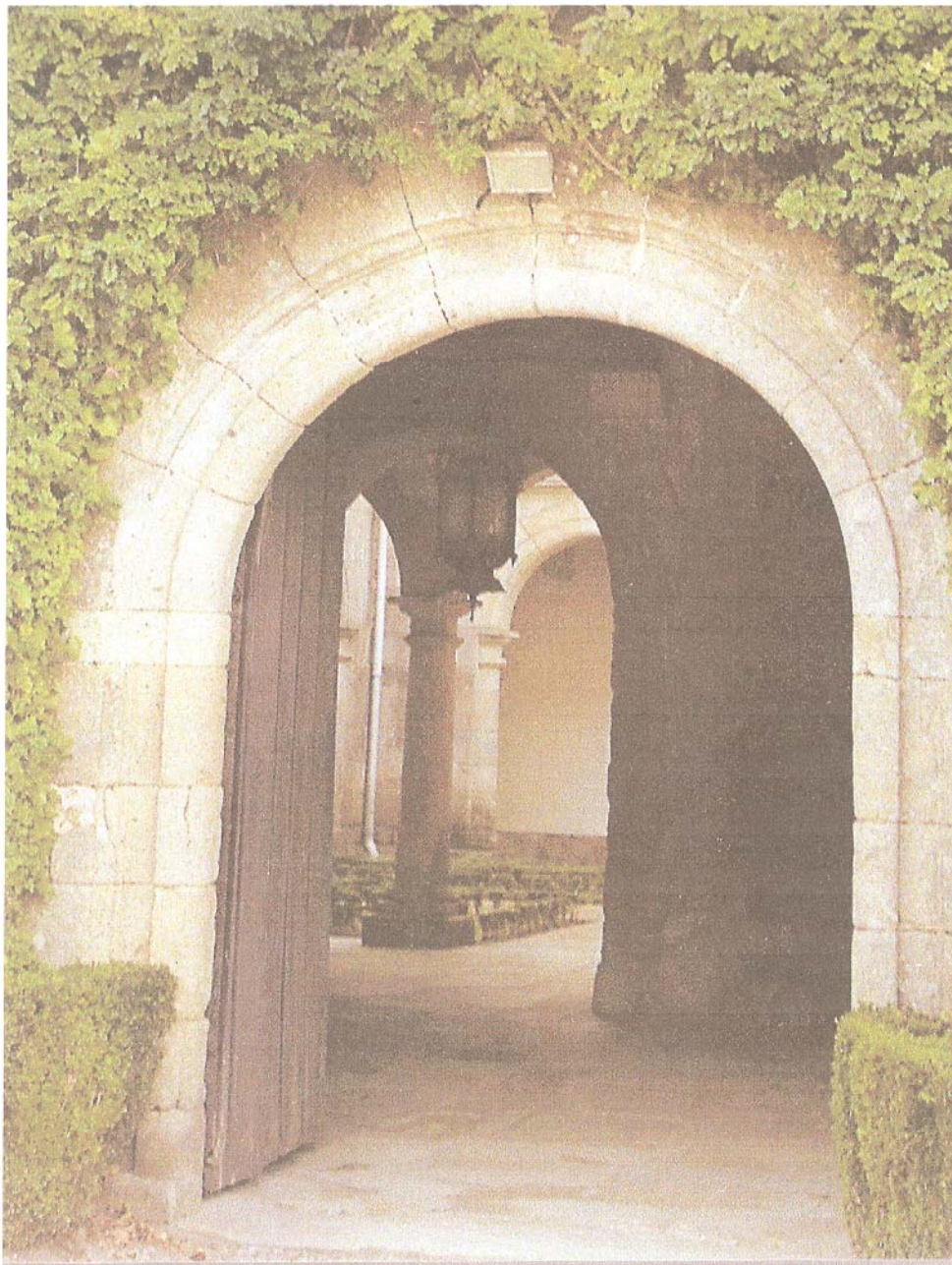
*Autor: Diego Boga Vilasoa*

*Curso: 1º ESO B*

*Modalidade: Post con vídeo e ligazón. Publicado no blogue.*

*Breve descripción: noticia sobre catástrofes naturais cun vídeo sobre o terremoto de China e unha ligazón cunha páxina de información meteorolóxica e sismolóxica mexicana con datos técnicos sobre o suceso.*

# PAZO DE TORRE XUNQUEIRAS



ELOY FERREIRÓS LAÍÑO  
1º A

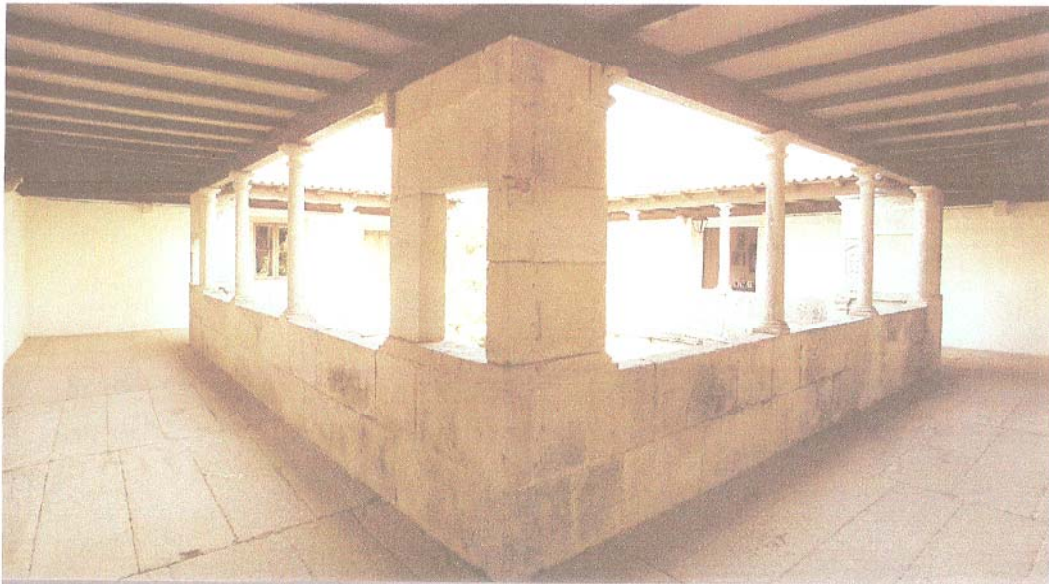
## PAZO – TORRE XUNQUEIRAS

O pazo – torre Xunqueiras atópase a un kilómetro da Pobra do Caramiñal, na estrada comarcal que une este pobo con Ribeira. Está ben conservado e amoblado.

Unha parte deste pazo adícase ó turismo rural e o resto disfrútao a familia propietaria. Xunqueira é o nome do lugar, que está poboado de xuncos, e é tamén o nome do fundador, Fernán Martín de Xunqueiras. A actual propietaria chámase Filomena Teresa de la Serna e Gasset, que é curmá do filósofo Ortega e Gasset.

Neste pazo destaca a torre, que era unha fortaleza do século XIII, pero dela só queda unha torre rectangular sobre unha forte base. Ten un patio interior moi hermoso, todo de pedra. A través deste patio pode accederse á casa. A torre e a casa foron ampliadas no século XVIII, e no século XIX añadeuse a capela.

Pola parte interior ten unhas escaleiras de pedra que levan a un corredor que bordea o primeiro andar, no que hai moitos salóns.





A parte máis adicada ó turismo está na zona máis antiga da casa, que está decorada de forma cómoda, pero con mobles antigos.

No salón-comedor para os almozos hai unha lareira de pedra, que agora só se usa para decorar.



A torre tamén está na parte de explotación turística. Desde ela pode verse unha marabillosa paisaxe da ría de Arousa.



A zona privada ten mobles típicos dos pazos e moitos recordos das xentes que pasaron pola casa. Entre estes recordos está un dos primeiros teléfonos que chegaron á Pobra do Caramiñal, un gramófono antigo, unha das primeiras radios que chegaron a Galicia e un billar situado no vestíbulo. Moitos cadros modernos que decoran as estancias, sobre todo as de uso turístico, son de Cristina da Serna Gasset, irmá da propietaria do pazo.

As habitacións son moi grandes e teñen mobles dos séculos XVIII e XIX, e incluso anteriores. Algunha das portas das habitacións que dan ao exterior está feita con madeira de máis de trescentos anos perfectamente conservadas. O comedor conserva unha mesa para unhas trinta persoas e mobles adecuados á decoración dos pazos, tamén se conservan cadeiras de época.



A capela foi construída nunha zona na que antes había almacéns de sal, por iso nese lugar hai moita humidade. Fíxose para a voda dos avós da actual propietaria.

Ten un xardín con magnolios e camelias, con céspede moi ben coidado. Conserva un hórreo e unha eira de moer. En conxunto o terreo do pazo abarca seis hectáreas. A auga nace a uns metros dos límites, pero pertence ós propietarios, que a reparten cos veciños gracias a un pacto feito hai moitos anos. A auga atravesa o xardín nun pequeno regato.

No corredor interior hai un escudo no que se observan unhas cadeas e unha media lúa.

*Excelente*



①

## O clima de Galicia

- Galicia é unha comunidade autónoma situada no noroeste da península Ibérica. Limita ó norte co Mar Cantábrico, ó oeste co océano Atlántico, ó sur con Portugal e no leste unha serie de cordilleiras sepáranas das comunidades de Asturias e Castela e León.

- A xeografía de Galicia é o que máis a caracteriza. As costas son moi recortadas e con grandes acantilados e rías. Hai grandes montañas, sobre todo no leste e no sur. Tamén atopamos unha gran cheira situada no interior da provincia de Lugo.

Toda a xeografía galega marca o tipo de clima da comunidade. Deste xeito, o clima de Galicia é o máis representativo da Iberia húmida.

MB



②

- Trátase dun clima atlántico no que abundan as choivas en toda a rexión e no que as temperaturas son xeralmente suaves. Sen embargo; apréciase diferent~~as~~as en canto o clima dependendo do lugar no que nos atope mos:

- Nas zonas costeiras acostuma a haber moito vento e precipitacións abundantes. As temperaturas son suaves durante todo o ano, desta maneira os invernos non son excesivamente fríos nin os veráns son demasiado calurosos.

Por outra banda no interior da comunidade (na zona sur de Lugo e en Ourense) e nas zonas de alta montaña e precipitacións son tamén abundantes pero as temperaturas tenden a ser moi variables no inverno e no verán.



③

- Na estación fría as temperaturas son moi baixas e xeralmente con neve; no verán as temperaturas son máis elevadas que na costa e o clima ten de a ser máis seco.

A característica máis común no clima de toda a comunidade é a humidade, que vai descendendo según nos alonxamos da costa.

- O clima desta comunidade exerce influencia nos tipos de cultivos e tamén a vexetación natural da zona se corresponde con isto: abundan os prados naturais (sobre todo no sueste da Coruña e no centro e sur de Lugo) e nos bosques predominan os carballos, os castiñeiros e as faias.

\* Os ríos de Galicia tamén se ven influenciados polo clima, pois aínda que son moi curtos, son ríos moi caudalosos debido as abundantes choivas e a fusión das Neves das montañas. *Víñase ben algunhas ilustracións*