



www.cch-oriente.unam.mx

ORIENTE

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 718 • 22 DE OCTUBRE DE 2012

INFORMA



ENSEÑANZA **A** PRENDIZAJE



**Prevención de
males cardio-
vasculares**

3

unam
donde se construye el
futuro

40 años de los juegos INTRA-CCH



**Emotiva inauguración de esta
justa deportiva cecehachera**

6y7

DIRECTORIO



RECTOR

DR. JOSÉ NARRO ROBLES

SECRETARIO GENERAL

DR. EDUARDO BÁRZANA GARCÍA



DIRECTORA GENERAL DEL CCH

LIC. LUCÍA LAURA MUÑOZ CORONA

SECRETARIO GENERAL

ING. GENARO JAVIER GÓMEZ RICO



DIRECTOR

LIC. ARTURO DELGADO GONZÁLEZ

SECRETARIO GENERAL

LIC. VÍCTOR DAVID JIMÉNEZ MÉNDEZ

SECRETARIO ACADÉMICO

MTRO. JOSÉ DE JESÚS MONCAYO SAHAGÚN

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

LIC. JOSÉ LUIS SÁNCHEZ VARELA

SECRETARIA DOCENTE

LIC. EDITH CATALINA JARDÓN FLORES

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ÁRIAS

SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

ING. QUÍM. TOMÁS NEPOMUCENO SERRANO

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

PROF. MAXIMIANO ESPINA MIRANDA

ORIENTE
INFORMA

JEFE DE INFORMACIÓN

LIC. IGNACIO VALLE BUENDÍA

DISEÑO EDITORIAL

LIC. MIGUEL ÁNGEL LANDEROS BOBADILLA

DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

C. ROSENDO VARGAS TORRES

Oriente Informa aparece los lunes publicado por el Departamento de Información, de la Secretaría General del Plantel Oriente. Edificio de la Dirección. Teléfono: 57738325, ext. 142.

Correos electrónicos: ignacio.valle@cch.unam.mx
landerosbo@hotmail.com

EDITORIAL

Ejercer un modo de vida saludable

Comer sanamente, ejercitarse cotidianamente; en otras palabras “estar bien”, es un propósito al cual todos debemos aspirar. La alimentación, afirman los especialistas en nutrición, es la base principal para nuestro desarrollo físico y mental; pero si a eso le añadimos la práctica de algún deporte, estaremos entonces ejerciendo un modo de vida saludable, libre quizá de las calamidades y enfermedades de nuestro tiempo.

Entonces, ¿cómo prevenir padecimientos como la obesidad, el sobre peso, males crónicos degenerativos, cardiovasculares, diabetes, incluso el estrés? Hace algunos días, profesores de nuestro Plantel e investigadores y docentes de la Universidad Autónoma Metropolitana Iztapalapa, realizaron una investigación descriptiva, cuyo propósito fue conocer la prevalencia de algunos factores de riesgo cardiovascular –bioquímicos, somatométricos, hábitos y antecedentes heredofamiliares-- en adolescentes de este centro educativo, con la intención de contribuir a la toma de decisiones, pero fundamentalmente para emprender acciones planificadas a corto y mediano plazos, que ayuden a disminuir los factores de riesgo en nuestros estudiantes.

Bien sabemos que nuestro país se encuentra en el nada agradable primer lugar en sobrepeso y obe-

sidad, y si adicionamos la falta de la práctica deportiva, seguramente estaremos en deplorables condiciones de salud. Es evidente que la mala alimentación son generadores de varias enfermedades ya muy familiares en nuestro entorno, como son los padecimientos por los altos consumos de alimentos ricos en grasa, sal y azúcares, pero bajos en nutrientes, vitaminas o minerales.

La idea, dijeron los impulsores de este proyecto, es que los alumnos se concienticen de los problemas de sobrepeso y obesidad y lamentablemente de los padecimientos diabéticos contraídos ya a corta edad, por ser éstos generadores de diversas enfermedades ya consideradas de salud pública en nuestro país.

Los especialistas sugirieron una adecuada dieta balanceada, comida nutritiva, especialmente en nuestros jóvenes estudiantes, quienes son vulnerables y presa fácil de “comida chatarra” propia de los centros educativos como el nuestro. Si a eso se añade, continuaron, la ejercitación cotidiana, tendrán menores posibilidades de padecer enfermedades en su etapa adulta.

Por tanto, “comer frutas y verduras” y “aliméntate sanamente”, no deben ser frases huecas o sin sentido, por el contrario deben ser el preludio para una vida saludable futura. ♀

ENSEÑANZA APRENDIZAJE

■ Proyecto compartido entre profesores del Plantel e investigadores de la UAMI

Ubicar los riesgos cardiovasculares en estudiantes del CCH Oriente



Está demostrado que la frecuencia de sobrepeso y obesidad entre mexicanos ha venido en aumento, alcanzando un 26.5 por ciento en niños, 33 en adolescentes y un 71 por ciento en adultos. Según la Organización Mundial de Salud, el sobrepeso y la obesidad son el quinto factor principal de riesgo de defunción en el mundo, provocada por la escasa actividad física, la ingesta de alimentos hipercalóricos ricos en grasa, sal y azúcares, pero pobres en vitaminas, minerales y otros micronutrientes.

En estos términos se expresó Luz Angélica Hernández Carbajal, profesora del Área de Ciencias Experimentales de este Plantel, quien junto con investigadores de la Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Iztapalapa, realizaron una serie de estudios acerca de los factores de riesgo cardiovascular en una población de estudiantes en el Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Oriente.

Como consecuencia del sobrepeso y la obesidad, señaló, en la edad adulta existe mayor posibilidad de padecer enfermedades crónico degenerativas, cardiovas-

culares o diabetes, entre otras. De ahí la importancia de alertar a nuestros jóvenes de los riesgos que causan los malos hábitos alimenticios, la ausencia de la práctica deportiva, el consumo excesivo de azúcares (refrescos y golosinas), entre otros.


En coordinación con los investigadores Gloria Ruiz Guzmán, Alma Guadalupe Arellano Meneses, Alejandra Cabrera Reyes, de la UAM-I, y Celso Miguel Luna Román, profesor del Plantel Oriente, Luz Angélica Hernández resaltó que en diferentes poblaciones de estudiantes mexicanos del nivel básico se han llevado a cabo estudios para observar la prevalencia de circunstancias que favorecen el desarrollo y aceleración de enfermedades cardiovasculares (Factor de Riesgo Cardiovascular FRC) como la hipertensión, dislipidemias, debido a hábitos poco saludables, pero modificables, como el tabaquismo, el sedentarismo y tipo de dieta.

Por esa razón y con el propósito de conocer la prevalencia de algunos factores de riesgo cardiovascular, (bioquímicos, somatométricos, hábitos y antecedentes hereditarios) en adolescentes de este bachillerato, se realizó una investigación descriptiva en este centro educativo para contribuir con elementos que permitan la toma de acciones planificadas a corto y mediano plazos, que coadyuven a la disminución de estos factores de riesgo en una institución como la nuestra.

Cabe destacar que durante estos ejercicios se elaboraron pruebas de laboratorio en estudiantes específicamente, además de algunos profesores, seleccionados aleatoriamente para determinar factores de riesgo cardiovascular bioquímicos como los niveles de glucosa, colesterol (alta y baja densidad --bueno y

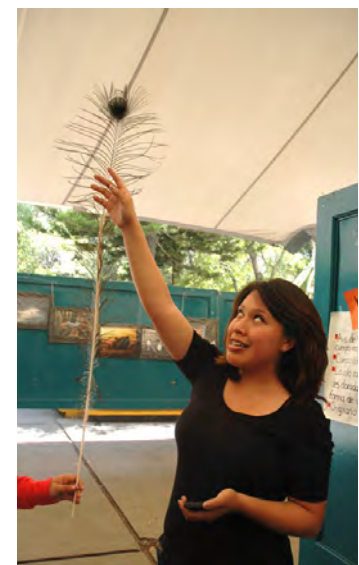
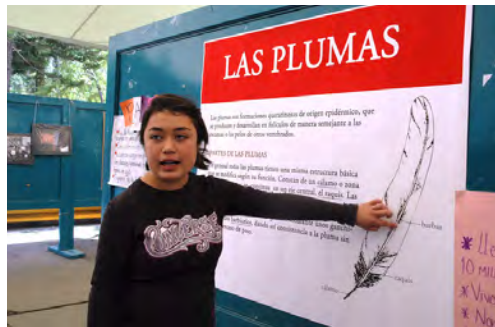
malo--) y triglicéridos. Asimismo se determinó la relación cintura cadera, el Índice de Masa Corporal, el porcentaje de grasa corporal, tensión arterial y los antecedentes heredo familiares de enfermedades crónico degenerativas. Finalmente se identificaron a estudiantes con riesgo de sufrir o que presenten enfermedades cardiovasculares y sugerir la visita con el especialista para la aplicación de medidas correctivas a fin de propiciar una mejora en las condiciones de salud de los jóvenes.

Debe resaltarse que los integrantes de este equipo de trabajo, insistieron en que los jóvenes deben tomar medidas precautorias y llevar una mejor calidad de vida. Asimismo, destacaron que la obesidad no es el exceso de peso, sino la demasia de grasa en el cuerpo. Algunas veces la gente puede ser muy pesada, pero no tiene grasa; por ejemplo, los jugadores de fútbol americano, beisbolistas o practicantes de lucha libre.

Para finalizar, profesores e investigadores agradecieron el apoyo y colaboración de alumnos y profesores para la realización de este proyecto; asimismo, adelantaron que pese a los malos hábitos alimenticios y falta de actividad física, los resultados preliminares arrojaron una baja incidencia de casos con alteraciones en glucosa, lípidos u obesidad. 



ENSEÑANZA APRENDIZAJE



Festival Mundial de las Aves 2012

Las aves: arquitectos de la Tierra

Las aves son animales vertebrados de sangre caliente; sus extremidades anteriores están modificadas como alas, las cuales, junto con las plumas, son sus características morfológicas más notables. Éstas últimas fueron el motivo principal del “Festival Mundial de las Aves 2012 Grupo de investigación Huitzitzil”, presentada en la velaría del Plantel el pasado 16 de octubre.

En dicho evento se presentaron diversas imágenes de distintos tipos de aves para exhibir la amplia variedad de plumajes. Hicieron acto de presencia el verde resplandeciente del magnífico quetzal; los flamencos con su hermoso color rosado; las guacamayas con su colorido color rojo o el abigarrado plumaje verde, azul, rojo y anaranjado de los tucanes, fueron algunas muestras de aves y plumas presentadas por los alumnos de los grupos 382, 542 y 587 de las asignaturas de Biología I y III, junto con el grupo de investigación ya referido.

La profesora Sandra Luz Marcela Anaya Pérez, organizadora del festival con el apoyo del Siladin del Plantel a cargo de Tomás Nepomuceno Serrano, comentó que las plumas son estructuras que cuentan con un tallo hueco y ligero para que el ave pueda volar; el cálamo, que es la base de la pluma, y la parte extendida denominada vexillo o estandarte. Al conjunto de plumas,


comentó, se le llama plumaje.

“Las plumas no sólo tienen funciones relacionadas con su color y vistosidad. También cumplen funciones de camuflaje, para el reconocimiento entre los miembros de la misma especie y facilita la interacción entre ellos; además, funciona como diferenciador entre sexos y elemento de atracción sexual durante el cortejo”.

En entrevista con este medio, Anaya Pérez, comentó que el propósito del festival consistió en formar grupos de investigación estudiantil, en el plano científico, es decir, en el planteamiento de problemas, de hipótesis y la búsqueda de fuentes bibliográficas. También se profundiza en el diseño de procedimientos para registrar datos y elaborar conclusiones.

“En lo conceptual, este año se eligió el tema de evolución y las plumas, para que con actividades prácticas y lúdicas, como este festival, se incidan en los valores de los alumnos para respetar y conservar la biodiversidad. Y ello se representa con el nombre del grupo Huitzitzil, que significa colibrí en náhuatl, como muestra de la riqueza de aves en el altiplano mexicano.”

Por último, Sandra Luz Anaya señaló la importancia de las aves en los hábitats, pues se encargan de esparcir las semillas, lo cual permite que se “siembren” diversas especies de árboles y plantas. También polinizan las flores y abonan la tierra. “Además de ser el adorno de la naturaleza con su belleza de plumas y cantos, son los arquitectos de la Tierra pues con sus acciones hacen posible la vida en este planeta”.

En su momento, Arturo Delgado González, director del Plantel Oriente, comentó la trascendencia formativa del festival y resaltó la importancia de este tipo de investigaciones pues permite difundir temas fundamentales como la conservación del ambiente en la comunidad estudiantil y que el aprendizaje se vuelve una actividad agradable y dinámica. 



Diferentes visiones de la juventud

Los jóvenes y la ciudad de México en el cine

Cuatro fueron las películas mexicanas exhibidas en este ciclo, cada una trataba una época diferente y por resultante, un contexto distinto de la sociedad y la juventud. En estas cintas, se mostraban los grandes cambios que han tenido los jóvenes, desde sus acciones y pensamientos, hasta la forma de vestir, de hablar y de expresarse. Cada una de ellas fue presentada por un profesor diferente, con la intención de obtener varios puntos de vista sobre un mismo tema: la juventud.

El profesor Miguel Ángel Pulido Martínez, fue el encargado de presentar la primera obra *Los Olvidados* (1950) del aclamado director Luis Buñuel, con la cual daba inicio el ciclo. Este filme, explicó Miguel Ángel Pulido, “trata sobre lo absurdo e irracional de la vida misma; los deseos ocultos, los sueños y las pasiones son los elementos que mantienen vivos a los personajes. *Los olvidados* en sí, trata acerca de la fatalidad del destino”, apuntó.

El encargado de comentar la segunda cinta fue el docente Alejandro Ramírez Páez. La película fue *Los Caifanes* (1966) de Juan Ibáñez.

“Esta cinta marcó el rumbo de nuevas formas de hacer cine en nuestro país. A través de ella se cuestiona el poder y la hegemonía de la burguesía nacional; los llamados decentes en conflicto incesante contra los trabajadores representados por los cuatro Caifanes que son los sucios, los mugrosos, los que ni nombre tienen”, comentó Alejandro Ramírez.


Por su parte, el profesor Israel García Gómez fue el encargado de presentar la tercera cinta *¿Cómo ves?* (1985) de Paul Leduc. “Esta película no trata solamente acerca de la vida en los barrios pobres de las zonas más marginadas de nuestro país, sino también es uno de los pocos memoriales con producción que le hacen justo tributo al rock nacional. *¿Cómo ves?* tuvo muchas carencias debido a la falta de estímulos económicos al trabajo de los cineastas y sin embargo logró su objetivo: retratar la vida urbana de zonas necesitadas como lo eran Pantitlán y Ciudad Neza”, argumentó García Gómez.

En tanto, Juan Carlos Galindo Arévalo, profesor del Plantel, comentó el último largometraje, *Sólo con tu pareja* (1991) de Alfonso

Cuarón. “Es una de las películas mexicanas de mayor relevancia de principios de los noventa tanto por su éxito comercial y por parte de la crítica. Partiendo de un tema central que podría ser demasiado serio como lo son el SIDA y el suicidio, *Sólo con tu pareja* se desarrolla como una comedia de enredos, madura y entretenida basada principalmente en el absurdo y el ridículo de sus personajes y situaciones”, recalcó el profesor.

De esta manera el Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación presentó el ciclo “Los jóvenes y la ciudad de México en el cine”, coordinado por el profesor Alejandro Ortiz López.

“Queríamos revelar, a través del cine, cómo se ha mostrado la realidad de los jóvenes en las distintas épocas a partir de 1950 hasta la década de los 90’s”, explicó el profesor Juan Carlos Galindo, uno de los presentadores de este ciclo. “Esperamos que este curso le sirva al alumnado para reflexionar qué tanto ha cambiado la sociedad mexicana y su contexto social desde esos tiempos hasta la realidad actual” finalizó.

Así como ésta y otras actividades, son presentadas por el Área de Talleres de Lenguaje y de Comunicación, con la intención de hacer reflexionar y acercar al joven hacia el arte y sus diferentes formas de expresión. 

Oscar Escorza Tapia SS



En busca de la gloria deportiva universitaria

40 años de los juegos INTRA-CCH

Goyas y goyas, un vistoso desfile deportivo, representaciones gimnásticas y un entusiasmo desbordado, engalanaron el marco de la inauguración de los Cuadragésimos Juegos Deportivos Intra CCH, iniciados el pasado 11 de octubre.

Nuestros alumnos del Plantel, ataviados con sus arreos deportivos con su fulgurante rojo, desfilaron elegante y decididamente por el tartán del emblemático estadio de prácticas de ciudad universitaria, Roberto "Tapatio Méndez", que en su recorrido fueron vitoreados por centenares de sus compañeros quienes habrán de competir en distintas disciplinas y mostrar sus habilidades y capacidades como estudiantes deportistas.

Acompañados de sus profesores de Educación Física, los jóvenes no cesaron de entonar las tradicionales goyas universitarias que dan identidad a nuestra alma mater. Felices por estar en un estadio que ha cobijado a las glorias deportivas universitarias, observaron atentos la parada deportiva, participaron en los honores de nuestra insignia patria y se maravillaron con el encendido del pebetero universitario, con lo cual dio inicio esta justa deportiva donde participan los cinco planteles del Colegio de Ciencias y Humanidades.

Momento cumbre fue el juramento deportivo, a cargo de la alumna Andrea César López, quien en nombre de sus compañeros prometió que participarán respetando y atendiendo las reglas, a partir de un juego limpio, con esfuerzo y perseverancia.

Emotivas también fueron las palabras de la directora general del CCH, Lucía Laura Muñoz Corona, quien acompañada de los titulares de los cinco planteles, dio la bienvenida a los deportistas, que desde esta inauguración "traen la camiseta bien puesta" y defenderán el espíritu deportivo de sus respectivas escuelas.

Por su parte, Severino Rubio Domínguez, director general de Actividades Deportivas y Recreativas, momentos antes de declarar inaugurados los 40 juegos Intra CCH, destacó que éstos son parte importante del deporte universitario, por lo que felicitó el entusiasmo de los estudiantes, característica de un modelo educativo en constante superación.

Cabe destacar que en esta ceremonia, se hizo un reconocimiento público a Izeth Caneda Urbina y Carlos García López, profesores del Departamento de Educación Física de este centro educativo, debido a su trayectoria docente a favor de los estudiantes.





Continúa campaña contra el Hostigamiento Sexual

De acuerdo con los datos arrojados por la primera Encuesta Nacional de Exclusión, Intolerancia y Violencia en Escuelas Públicas de Educación Media Superior, de los 3 millones 700 mil jóvenes que estudian en bachillerato, 1% afirma haber sido víctima de acoso, pero la mayoría ocultó la agresión y en 204 de esos casos, los estudiantes atribuyeron la agresión a maestros.

En México la ley define el acoso sexual como: “*todo acto, comentario reiterado o conducta con connotación sexual o sexista u homofóbica no consentida por quien la recibe y que perjudique su cumplimiento o desempeño laboral, educativo, político, sindical, institucional y/o su bienestar personal*”.

En México dicho acto está tipificado con sanción desde 1991, la cual constaba con cuarenta días de multa y sólo era procedente cuando era cometido por un jefe de rango superior. Posteriormente en el 2007 se publicó la Ley General de Acoso de las Mujeres a Una Vida Libre de Violencia, donde se reconoció por primera vez que el acoso sexual formaba parte de la violencia laboral y docente dentro del país.

En mayo de 2010, el diputado Eduardo Ledesma Romo del partido Verde Ecologista de México, solicitó reformar el artículo 259 Bis del Código Penal, en el cual se define y se tipifica el delito de acoso sexual, bajo el argumento que dicha actividad ilícita atentaba contra la integridad física, psicológica y económica de las personas, además de impedir

su desarrollo y desenvolvimiento en un ambiente seguro.

Dicha reforma, fue turnada seis meses después a la Comisión de Justicia de la Cámara de Diputados y pretendía imponer castigos a los agresores que iban de los seis meses a los dos años de cárcel, además de incrementar las sanciones de ocho meses a tres años de prisión, en el caso de que el acosador se valiera de su posición jerárquica laboral, docente, o cualquier otra que implique subordinación.

Estas modificaciones en la regulación jurídica del acoso sexual en México, fueron aprobadas en la Cámara de Diputados el martes 22 de febrero del 2011 con un total de cuatrocientos catorce votos a favor, ochenta y cuatro ausencias y una abstención. Dichas reformas siguen vigentes hasta la fecha.

El acoso sexual es un problema serio para los estudiantes de todos los niveles educativos. Desde los alumnos de las escuelas primarias y secundarias, así como las escuelas de educación media superior y superior. Este problema es más común de lo que se piensa



porque muchos estudiantes tienen miedo o para ellos es demasiado vergonzoso como para

denunciarlo.

El hostigamiento puede ser la solicitud de favores o comportamiento sexuales no deseados lo cual hace sentir a quien lo sufre incómodo, asustado o confundido y esto puede llegar a interferir con su trabajo escolar o su capacidad para participar en actividades extracurriculares, e incluso su asistencia a clases. Dicha conducta puede ser verbal (comentarios acerca de tu cuerpo, la difusión de rumores sexuales, comentarios sexuales o acusaciones, chistes sucios o historias), físicos (agarre, frotar, parpadear, suspirar, tocar, pellizcar) o visual (visualización de fotos de desnudos o de objetos relacionados con el sexo, gestos obscenos). El acoso sexual puede ocurrir tanto en hombres como en mujeres y los acosadores sexuales pueden ser compañeros, profesores, directores, conserjes y entrenadores.

Cabe destacar, que un problema asociado con este delito en las escuelas es el hecho de que las víctimas no lo denuncian ante las autoridades o hablan de ello con su propia familia, si no que simplemente dejan las clases o tratan de evitar al acosador y nunca revelan el motivo. Es por eso que encontrar cifras exactas al respecto de esta problemática se torna difícil y, en consecuencia, no es posible conocer a fondo las dimensiones del problema.



¿Qué hacer en caso de sufrir acoso sexual?

Algunas personas que son hostigadas sexualmente, se sienten demasiado avergonzadas e intimidadas y llegan a pensar que poco se puede hacer para poner fin al problema. Muchos suponen que no es un problema grave y se detendrá si simplemente lo ignoran. El acoso, sin embargo, es un problema grave, y muchos de los estudiantes que han sido sexualmente acosados reportan una baja en sus calificaciones, mientras que en otros casos han tenido que trasladarse a una escuela diferente o abandonarla por completo.

Si piensas que estás siendo víctima de acoso sexual, te sugerimos:

Decirle a la persona que te está acosando que su comportamiento te ofende y resulta incómodo. Probablemente él no se haya dado cuenta de cómo su comportamiento es perjudicial y puede ser necesario un claro mensaje para que lo suspenda.

No te culpes, la persona que acosa es quien te daña; tú no has hecho nada para provocar el acoso.

Escribir todo lo que pasó, anotar la fecha, hora y lugar del incidente. También se debe incluir lo que la persona le dijo, lo que sucedió, si alguien más estaba allí y lo que se hizo. De ser el caso es importante guardar las notas o imágenes que el acosador te proporcionó para molestarte.

Tratar de conseguir testigos que han presenciado las conductas de la persona hostigadora, así como relacionarte o identificar a otras personas que pudieran haber sido víctimas del acosador.

Buscar la ayuda de la instancia encargada de dar seguimiento a los casos de hostigamiento sexual.

La instancia legal para presentar una demanda es el Ministerio Público. Por su parte, la Procuraduría Federal de la Defensa del Trabajo y el Instituto Nacional de las Mujeres pueden brindar orientación y seguimiento de los casos. Aquí en el Plantel puedes acudir a la oficina del Jurídico.

René De Luna González SS



INVITACIÓN

14ª EXPOSICIÓN INTERACTIVA

"EL JUGUETE EN LA FÍSICA"

El evento se realizará el 9 de noviembre del año en curso, de 9:00 a 13:00 horas en la explanada del Plantel de acuerdo a las siguientes

BASES

1. La participación de los alumnos será individual o por equipo (máximo tres alumnos); contarán con un solo profesor asesor, quien apoyará, guiará y corregirá directamente a los alumnos durante el desarrollo de su trabajo.
2. Los trabajos se registrarán en la Academia de Ciencias Experimentales de 9:00 a 13:00 o de 16:00 a 19:00 horas, del 22 de octubre al 7 de noviembre de 2011.
3. Los alumnos entregarán junto con el juguete colocado a manera de maqueta, una descripción física aprendida en los cursos, que contenga los conceptos y ecuaciones que refieran el funcionamiento de éste, ya sea en la misma base o una cartulina (50 x 40) y lo colocarán el día del evento a las 8:00 hrs.
4. A cada trabajo se le **colocará** en el extremo inferior derecho (por el frente), los datos de los participantes: Nombre (s) de integrante (s), grupo, nombre del profesor(a) asesor(a) y **NUMERO DE REGISTRO** (este requisito es indispensable, lo obtienes en el momento de tu inscripción).
5. Los alumnos realizarán una réplica oral de su trabajo el día del evento (en el horario de su clase de Física); al término del evento (13:00 hrs.), **cada equipo recogerá sus materiales y dejará limpio su lugar.**
6. Sólo se entregará constancia con valor curricular a los profesores que asesoren tres o más trabajos.
7. Cualquier asunto relacionado con la presente convocatoria será resuelto por la comisión organizadora.

¡HABRÁ CONCURSOS Y REGALOS!

COMITÉ ORGANIZADOR

Profesores Eliseo Isidro Ángeles
Cisneros, Leonardo G. Carrillo
Contreras, Ana Laura Ibarra
Mercado, María Esther Rodríguez
Vite y Jorge P. Ruiz
Ibáñez





Aspecto de la reunión de los integrantes de la Comisión Mixta Central de Seguridad e Higiene en el Trabajo del Personal Académico. Durante este acto celebrado el pasado 5 de octubre en las oficinas del secretario administrativo de este centro educativo, el licenciado Arturo Delgado González, ante la presencia del licenciado Abraham Clavel López, representante de la Sección 057 de la AAPAUNAM, destacó la trascendencia de estas instancias que contribuyen a la salvaguarda de la comunidad del Plantele.

En la foto, integrantes de la Comisión de la Biblioteca “Guillermo Haro”, durante la donación de libros a la escuela secundaria “Albert Einsten”, del Estado de México. Atestiguaron este acto, el director del Plantele, Arturo Delgado González, el Secretario Académico mto. José Moncayo Sahagún, el coordinador de la biblioteca, José Antonio Carrillo Morales y el licenciado Ignacio Ponce Guerrero, titular de dicha secundaria.



SE INVITA A LA COMUNIDAD DEL PLANTEL AL

Curso: “Antecedentes y perspectivas del CCH”
Impartido por: Ernesto García Palacios y Jorge González Teyssier

Fechas: los viernes 26 de octubre; 9, 16, 23 y 30 de noviembre; 7 y 14 de diciembre de 12:00 a 15:00 hrs.

Duración: 21 horas

Sede: Sala E en el 1er piso de Av. Universidad 3000

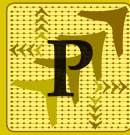
Propósitos

- Conocer los antecedentes históricos, sociales políticos y educativos que enmarcaron la creación del Colegio de Ciencias y Humanidades, como un nuevo subsistema de bachillerato.
- Analizar los principales factores en el proceso de creación y desarrollo del Colegio como actor fundamental de “cambio” de la Educación Media Superior; sus logros pedagógicos; sus alcances sociales; sus limitaciones educativas y su impacto político y educativo como factor de transformación de las estructuras universitarias.
- A 41 años de su creación hacer un diagnóstico que permita reflexionar sobre sus actividades presentes y sus tareas pendientes, así como sus quehaceres futuros.

Contenidos

- 1) Creación del Colegio de Ciencias y Humanidades.
- 2) La enseñanza en el Colegio de Ciencias y Humanidades
- 3) La Universidad en el siglo XXI. ¿Qué Universidad queremos?; la Universidad necesaria
- 4) El CCH a 20 años de su creación
- 5) Origen y contexto histórico del proyecto CCH
- 6) Retos y perspectivas del CCH
- 7) La enseñanza media en México
- 8) Por qué y para qué del bachillerato
- 9) El proyecto universitario de Pablo González Casanova

Inscripción en la Secretaría Académica del CCH



PSICORIENTA



Psic. Gabriela S. López Vega
Departamento de Psicopedagogía

De buen humor

Una de las experiencias que el ser humano puede vivir, es la capacidad de disfrutar, de ver el lado agradable de las situaciones que la vida nos presenta. ¿Te imaginas no gozar con tu música o comida favorita? ¿O no experimentar esperanza en los momentos difíciles? ¿Te imaginas que todo fuera obscuridad y pesimismo? Una de esas cualidades humanas que nos posibilita gozar es el buen humor y la consecuente capacidad de reír.

Nos referimos a ese conjunto de emociones (alegría, satisfacción, gratitud, esperanza, optimismo, felicidad) que provocan risa: juegos, bromas, chistes, viñetas, situaciones embarazosas, incongruencias, inocentadas, cosquillas... Existe humor negro, blanco, satírico, irónico, ingenioso, burdo, absurdo, gráfico, y hasta involuntario como los despistes, las “metidas de pata” o las torpezas.

Los beneficios del buen humor y la risa, han sido ampliamente documentados por estudios e investigaciones. Así, sabemos que produce sensaciones y estados de alegría, bienestar y satisfacción, reduce el estrés, previene la depresión, incrementa la tolerancia al dolor, activa el sistema inmunológico, mejora el sistema cardiovascular. Y, aunque parezca sorprendente, incrementa la motivación, la comunicación, el orden y la armonía social!

El humorismo cumple también con una función social, pues a

través de él, la sociedad puede evidenciar, y hasta denostar personajes, ideas o valores que la dañan, como se demuestra en aquella celebre escena de “El Gran dictador” en donde Charles Chaplin personifica a Hitler jugando con el mundo, como si éste fuera una pelota.

Así, el chiste o la caricatura política, son formas sociales de desahogo para la frustración y el sufrimiento de una sociedad. Si no existieran esas válvulas, quizá no habría más salida que la violencia; en cambio una caricatura o un chiste político permiten la crítica, e incluso el castigo, a personajes, comportamientos o valores importantes para un sistema sociopolítico, hecho que, de alguna manera, coloca a este humorismo en la disidencia política. ¿Sabes cuál es el colmo de Peña Nieto? Que su signo zodiacal sea Leo.

El humor, que tan bien se le da a nuestro ingenio mexicano, es una forma de mostrar el repudio de un pueblo, impotente en el terreno electoral, hacia aquellos gobernantes indolentes, que no se han esforzado en procurar mejores condiciones de vida para sus gobernados. Reímos para no llorar.

Por lo anterior y sin olvidar la inevitabilidad del dolor, procura reír siempre que puedas. Ríete de tus errores, de los fracasos que dejó el amor, de aquél que una vez fuiste, y verás cómo el humor pone distancia entre tú y esos acontecimientos, que vistos desde una nueva perspectiva ya no asustan. “Perspectiva que nos permite advertir que nada es tan importante como parecía”.



Además, debes crearte una sana y divertida cultura política, enriquecela cuestionando, discutiendo, y sobre todo lee, pregunta. Y mientras eso rinde frutos, ríete de “La Maestra” y del “copetón” (ése que cree que Mario Benedetti hace pizzas), además de los antivalores que representan, la corrupción, la ignorancia, la torpeza, o el autoritarismo. ☺

Fuentes:

Carbelo Begoña y Jáuregui Eduardo Emociones positivas Humor positivo, recuperado en <http://www.papelesdel psicologo.es/vernumero.asp?id=1281>

Función social del humor y de la risa, recuperado en http://www.risaysalud.com/funcion_social.htm

Bolaños Rojas, Froylán, La función social del humorismo, recuperado en <http://sociopoetizando.wordpress.com/2009/12/27/la-funcion-social-del-humorismo/>

¿Problemas con español y matemáticas?

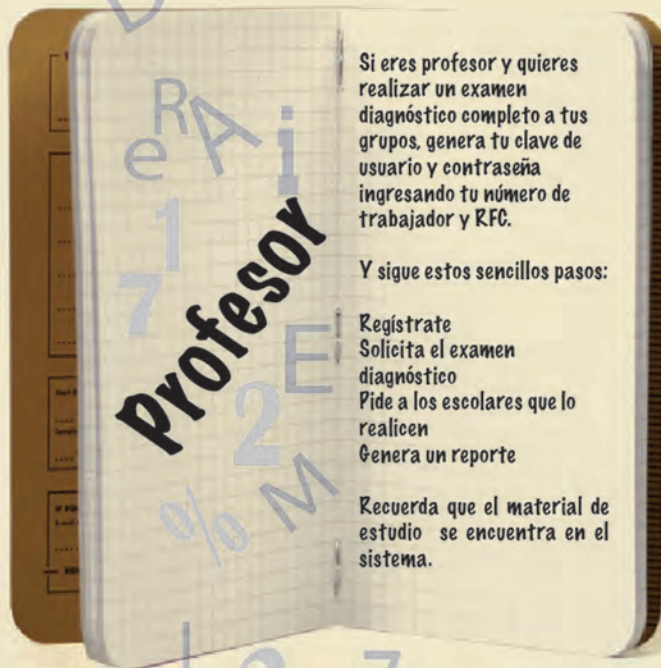


La Universidad Nacional Autónoma de México, a través de la Dirección General de Evaluación Educativa de la Secretaría de Desarrollo Institucional, pone a disposición de su comunidad estudiantil y planta docente del bachillerato opciones para reforzar la enseñanza y los aprendizajes por medio del uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación.

El Sistema de Aprendizaje para Bachillerato en Red de la UNAM te ayuda.

Sólo ingresa a la página www.saber.unam.mx

¡Fácil!



Más informes en la Secretaría de Comunicación Institucional de la Dirección General del Colegio de Ciencias y Humanidades al 56220025 o envíanos un mensaje a:

gacetacch@yahoo.com.mx

