



www.cch-oriente.com.mx

ORIENTE

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 756 • 20 DE ENERO DE 2014

INFORMA

Aprendizaje práctico durante el curso de separación de mezclas



3

ENSEÑANZA APRENDIZAJE

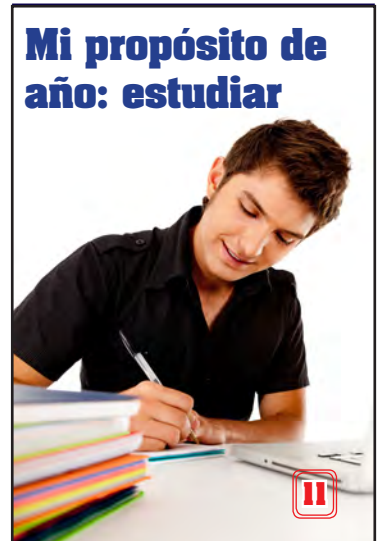
El sutil arte del quehacer poético



4

ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Mi propósito de año: estudiar



11

unam
donde se construye el
futuro

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: 57736325, ext. 142.

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

EDITORIAL

Misión del CCH: formar académica e integralmente a los estudiantes

Iniciar bien un ciclo, siempre será provechoso si consideramos que los resultados finales de proyectos, planes y objetivos, habrán de ser positivos y satisfactorios. “Empezar con el pie derecho”, es una frase que implica no sólo voluntad o propósitos, también obliga a comprometerse, responsabilizarse y esmerarse en las actividades cotidianas que debemos cumplir en este recinto universitario, cuya misión principal es la formación académica e integral de nuestros jóvenes estudiantes.

Por ello, la recomendación para que desde el principio del presente semestre escolar, tanto profesores como estudiantes, sujetos principales en este proceso educativo, atiendan sus obligaciones de impartir y asistir a las clases respectivas, a fin de lograr los objetivos académicos y personales que se fijaron en el arranque de este ciclo.

Cumplir y bien debe ser una meta y trabajarse en el día a día, por lo que planta docente y comunidad escolar, deben de asumir una actitud positiva hacia las labores del proceso enseñanza aprendizaje. De ahí la

recomendación, especialmente a los alumnos, para que se involucren en su quehacer estudiantil que va desde la asistencia permanente a clases, cumplimiento de trabajos escolares, presentación de exposiciones, además del trabajo extracurricular que demanda el sistema del Colegio de Ciencias y Humanidades.

En tanto, la planta académica deberá ser el artífice fundamental, para que los jóvenes alcancen los aprendizajes y conocimientos requeridos en este centro educativo que, como en cada inicio de año, aspira a ser el mejor del bachillerato universitario.

Por ello también, la solicitud reiterada para que nuestros docentes cumplan a diario y a tiempo en la impartición de sus labores académicas, sea en el aula, laboratorio u otro espacio habilitado para la transmisión de sus saberes.

Estamos seguros que si profesores y estudiantes hacen caso a estas sugerencias, no habrá duda de alcanzar el propósito inicial y básico de nuestra institución: educar más y mejor.

Afán por el saber
La curiosidad motiva nuestra voluntad de hacer

ENSEÑANZA APRENDIZAJE

■ Apoyo para el conocimiento de los fenómenos químicos

Curso de separación de mezclas en alimentos



Prácticas de cromatografías y destilaciones simples y con base de vapor

El conocimiento y el aprendizaje no descansa; por ello, durante el pasado periodo vacacional, cecehacheros acudieron al 3^{er} Curso Taller de Separación de Mezclas en Alimentos, realizado en las instalaciones del Siladin de este plantel, con el fin de profundizar en los fenómenos químicos, así

como aprender métodos de separación de mezclas.

A lo largo de 20 horas, del seis al 10 de enero pasado, los asistentes practicaron y aprendieron conceptos como mezclas, destilación y cromatografía. El laboratorio se convirtió en espacio lúdico y se impregnó de diversos olores. La canela, el romero, e incluso el vaporub, fueron los materiales utilizados durante la destilación simple para extraer su aceite y, así, capturar su aroma esencial.

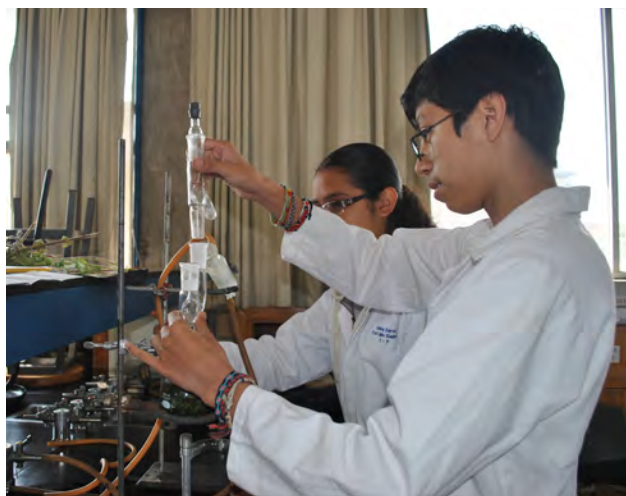
También se llevó a cabo una cromatografía, una colorida actividad donde se obtuvieron pigmentos a partir de alimentos como la zanahoria, tomate, chile guajillo y espinaca. Asimismo, se trabajó con la tradicional bebida del tepache, para comprobar que, aparte de su atractivo sabor a piña, también sirve para destilar alcohol.

Finalmente, cabe anotar



Equipo de destilación por arrastre de vapor directo

que este curso fue organizado por las profesoras Irma Patricia Olivares Jiménez y María Guadalupe Cortés Moreno, quienes resaltaron el entusiasmo de los jóvenes a pesar de ser una actividad extracurricular, y el cual sirvió de apoyo para sus futuros estudios en las materias de Química III y IV. ♀



ENSEÑANZA APRENDIZAJE

Joven poeta del plantel se presenta en la Casa del Lago, en Chapultepec

La poesía, belleza incomparable

“Decir más en poco es difícil”, pero más bello; ésta, es una expresión de un joven promesa, estudiante cecehachero que habla y escribe “una prosa libre, democrática, rebelde”, a partir de su poesía, que para él se transforma en un mundo relativo pequeño y gigante a la vez, donde puede decir menos de manera elegante e intensa.

Es un reto escribir todo un capítulo en un verso, dice con seguridad Cristian Jair Galicia Hernández, joven de 16 años de este centro educativo que está convencido que la poesía es de una belleza incomparable; y para escribirla se requiere esfuerzo y dedicación; sin embargo, su recompensa es el cansancio, “pero sabroso y apasionante”, y lo más importante, la satisfacción de que les vas a escribir a un público, a alguien a quien no conoces.

Nuestro entrevistado, alumno de cuarto semestre, recientemente hizo una presentación en la Casa del Lago del Bosque de Chapultepec con poemas que revelan una realidad social plagada de violencia, injusticias, del caos citadino y, al mismo tiempo, de la ilusión y de la esperanza.

“Sumergir el palpitar en el fijo caos,

*arrebato de bolsos, secuestro de vidas,
asesinato de ilusiones,
sacrificios humanos*

*en nombre de la violencia y la injusticia,
el sistema y los dejados”.*



La poesía, prosigue, es también un mundo pequeño y gigante que refleja el verdadero sentir de sus creadores, por eso soy “multifacético, pues escribo cuento, prosa, que manifiesta una realidad a veces dura, cursi, pero que es libre, real y con un enorme sentido social”.

En mis inicios, añade Galicia Hernández, empecé escribiendo sobre el amor, pero hoy en día mis poemas van cargados de un sentido social que fusiona el amor, el romanticismo, la realidad y la fantasía.

*Omnipresente verso
fijas tus sentidos
sobre el color del viento y la fuerza de la
gravedad,
callas
confinas las lágrimas en aquellos
símbolos
lloras con quien te visita
ta lee
se lee
nos lee.*

Apasionado por la literatura, y admirador de poetas como Juan José Arreola, César Vallejo; Adriana Tafoya, Andrés Cisneros de la Cruz y Salvador Mendiola, estos últimos vigentes y vivos, Cristian Galicia se refiere a la escuela y destaca que “no es una obligación, es una oportunidad para saber más, porque el verdadero aprendizaje está en tu casa, aquí en la escuela sólo encuentras la orientación, la libertad, y de ti depende tu formación, tu aprendizaje y tu forma de ser”.

Inspirado en textos como *La Rebelión en la Granja*, 1984, *El Gigante Egoísta*, y en cuentos de Edgar Allan Poe, el poeta en ciernes resalta que el Colegio de Ciencias y Humanidades es una institución que, al formar parte de la Universidad Nacional, es grandiosa, que causa inspiración y que brinda las herramientas y medios para expresarse. Te proporciona los instrumentos para escuchar, para ver y analizar.


Aficionado también a la música, al cine, a la lectura y compartir con los amigos, Cristian Galicia resalta que



la escuela no debe verse como una obligación, sino como una oportunidad para saber más. De ahí que envía un mensaje a sus compañeros para que se involucren en el estudio, tengan más consciencia en la realización de sus actos, para que no se coarte su libertad, aquí y en su casa. La libertad debe ser aprovechada, pues es una línea delgada entre el trascender y el fracasar, aquí en la escuela y en la vida. Vive tu vida con libertad, pero respeta la de los demás, remata el joven poeta.

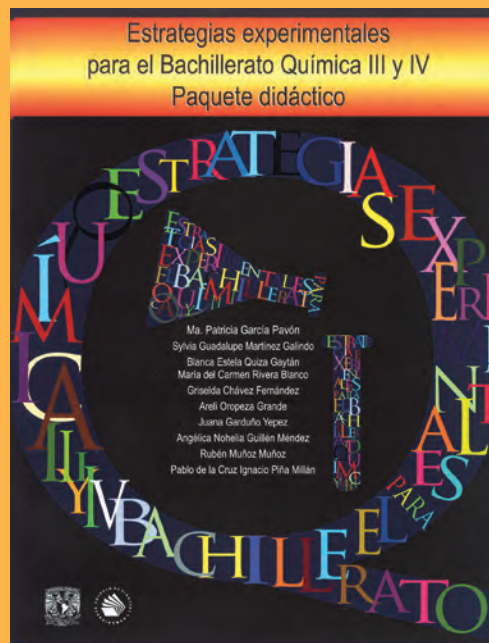
*“Me desangro
gritan ardiendo mis heridas,
mi sangre forma un río
pretendiendo ser raíz de algún árbol,
solo tú*

*poesía
absorbes mi desangramiento
y configuras poemas,
con los densos coágulos
formas la pasta de nuestro libro...”*

El aspirante a la carrera de Letras Clásicas o Letras Modernas, ha escrito cerca de un centenar de textos poéticos, cuentos y varios artículos de opinión en distintos medios, especialmente en páginas de Internet; se ha presentado en el Museo de Universitario de Arte Contemporáneo y ha participado en la presentación de la Antología de Poesía, elaborada por el Departamento de Difusión Cultural de la Dirección General del CCH, además de haber intervenido en varios talleres de Creación Literaria. 

Presentación del libro:

ESTRATEGIAS
EXPERIMENTALES
PARA EL
BACHILLERATO
QUÍMICA III Y IV



5 de febrero
Sala 3 de audiovisual
12:30 horas

Porque más sabe quien entra a:

www.saber.unam.mx

Donde encontrarás lecciones interactivas de:

Álgebra



Cálculo



Geometría



Química



Estadística



Física I



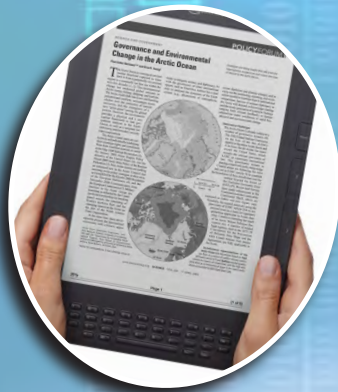
Español



Biología



Sólo necesitas tu número
de cuenta de la UNAM y
tu fecha de nacimiento



BIBLIOTECA

El plantel Oriente cuenta con una nueva herramienta digital, podrás acceder una amplia colección de títulos por página <https://www.cch.unam.mx/bibliotecadigital/> A continuación, te enlistamos los primeros títulos disponibles

BIOLOGÍA : LA VIDA EN LA TIERRA	AUDESIRK, TERESA	INTRODUCCIÓN A LA VISION CIENTÍFICO H
CÁLCULO DIFERENCIAL E INTEGRAL	PURCELL, EDWIN J.	PSICOLOGÍA : PARA
CONCEPTOS DE GENÉTICA	KLUG, WILLIAM S.	QUÍMICA : LA CIENC
EDUCACIÓN PARA LA SALUD	SALAS CUEVAS, CONSUELO B.	QUÍMICA QUÍMICA UNIVERSIT
EL MUNDO MODERNO Y CONTEMPORÁNEO II : DEL SIGLO XX A LOS ALBORES DEL SIGLO XXI	DELGADO DE CANTÚ, GLORIA M.	BIOLOGÍA
FÍSICA	GIANGOLI, DOUGLAS C.	BIOLOGÍA : CIENCIA
FÍSICA	WILSON, JERRY D.	BIOLOGÍA : CONCEP
FÍSICA : CONCEPTOS Y APLICACIONES	TIPPENS, PAUL E.	BIOLOGÍA : LA CIEN
FÍSICA 1 : PRINCIPIOS CON APLICACIONES	GIANGOLI, DOUGLAS C.	BIOLOGÍA : LA UNID DE LA VIDA
FÍSICA CONCEPTUAL	HEWITT, PAUL G.	BIOLOGÍA : SECUEN PARA BACHILLERATO SOBRE LA BASE DE GENÉRICAS Y DISCI
GEOMETRÍA ANALÍTICA	OTEYZA DE OTEYZA, ELENA DE	BIOLOGÍA 1
HACIA LA SOCIOLOGÍA	PUGA, CRISTINA	CÁLCULO
HISTORIA DE MÉXICO	BARRY SÁNCHEZ, HÉCTOR C.	CÁLCULO DE UNA Y TRASCENDENTES TE
HISTORIA DE MÉXICO : LEGADO HISTÓRICO Y PASADO RECIENTE	DELGADO DE CANTÚ, GLORIA M.	CÁLCULO DE VARIAS TRASCENDENTES TE
HISTORIA DE MÉXICO I : EL PROCESO DE GESTACIÓN DE UN PUEBLO	DELGADO DE CANTÚ, GLORIA M.	CIENCIAS DE LA SA
HISTORIA DE MÉXICO II : DE LA ERA REVOLUCIONARIA AL SEXENIO DEL CAMBIO	DELGADO DE CANTÚ, GLORIA M.	DERECHO MEXICANO
HISTORIA UNIVERSAL : DE LA ERA DE LAS REVOLUCIONES AL MUNDO GLOBALIZADO	DELGADO DE CANTÚ, GLORIA M.	ECOLOGÍA Y MEDIO
HISTORIA UNIVERSAL	GÓMEZ NAVARRO, JOSÉ LUIS	ESTADÍSTICA ELEMEN
INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA	MORRIS, CHARLES G.	ÉTICA Y VALORES : COMPETENCIAS
		ÉTICA Y VALORES I
		ÉTICA Y VALORES II
		ÉTIMOLOGÍAS GREGO ESPAÑOL
		FÍSICA : UNA MIRAD

BIBLIOTECA DIGITAL

LA DIGITAL

Para apoyarte en tus estudios. Por medio de la biblioteca para que los consultes. Para utilizarla ingresa a la

librerías.



PSICOLOGÍA : UNA
HUMANISTA

ZEPEDA HERRERA,
FERNANDO

FUNDAMENTOS DE ANATOMÍA Y
FISIOLÓGÍA

RIZZO, DONALD C.

BACHILLERATO

PAPALIA, DIANE E.

FUNDAMENTOS DE FÍSICA

SERWAY, RAYMOND A.

ACADEMIA CENTRAL

BROWN, THEODORE
LAWRENCE

GENÉTICA HUMANA Y SOCIEDAD

YASHON, RONNEE K.

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

CHANG, RAYMOND
GARRITZ RUIZ, ANDONI

GEOGRAFÍA : BACHILLERATO

TORRE DÍAZ, JOSÉ LUIS
DE LA

SOLOMON, ELDRA PEARL

GEOGRAFÍA : ENFOQUE POR
COMPETENCIAS

ESCOBAR MUÑOZ, ALICIA

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

BIGGS, ALTON

HISTORIA UNIVERSAL

SPIELVOGEL, JACKSON J.

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

STARR, CECIE

HISTORIA UNIVERSAL CONTEMPORÁNEA :
ENFOQUE POR COMPETENCIAS

MONTOYA RIVERO,
PATRICIA

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

ERICE ZÚÑIGA, ELENA
VICTORIA

INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA : EL
ACCESO A LA MENTE Y LA CONDUCTA

COON, DENNIS

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

STARR, CECIE

LITERATURA I

BETANCOURT LAMADRID,
MAURICIO A.

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

RAMÍREZ HERNÁNDEZ,
ERNESTO

LITERATURA UNIVERSAL

OCHOA, ADRIANA MARIA
DE TERESA

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

OÑATE OCAÑA, LEONOR

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN
PARA BACHILLERATO

HERNÁNDEZ SAMPIERI,
ROBERTO

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

AYRES, FRANK

PRECÁLCULO

LARSON, RON

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

STEWART, JAMES

PRECÁLCULO : MATEMÁTICAS PARA EL
CÁLCULO

STEWART, JAMES

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

STEWART, JAMES

PSICOLOGÍA

MARCUSCHAMER
STAVCHANSKY, EVA

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

HIGASHIDA HIROSE,
BERTHA YOSHIKO

PSICOLOGÍA : PARA BACHILLERATO

FELDMAN, ROBERT
STEPHEN

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

TORRES ESTRADA,
ALEJANDRO

QUÍMICA GENERAL

EBBING, DARRELL D.

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

CALIXTO FLORES, RAÚL

QUÍMICA ORGÁNICA

MCMURRY, JOHN

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

JOHNSON, ROBERT
RUSSELL

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

LIBRERÍA DE LA
ACADEMIA CENTRAL

SAGOLS SALES, LIZBETH
MARGARITA

GARCÍA CÁZARES, AURA
ELIZABETH

GARCÍA CÁZARES, AURA
ELIZABETH

MUÑOZ ROCHA, CARLOS
I.

KIRKPATRICK, LARRY D.



CALENDARIO DE EXÁMENES EXTRAORDINARIOS

TERCER PERIODO "EC"

Se informa a los alumnos que la inscripción al TERCER periodo de exámenes extraordinarios EC se efectuará vía Internet, a través de la dirección electrónica:

www.cch-orientе.unam.mx del 27 al 31 de enero de 2014, las 24 horas del día.

Los horarios para presentar los exámenes son:

Turno matutino Turno vespertino
Para las materias de Matemáticas, será únicamente matutino

Para concluir el trámite de inscripción atiende las siguientes indicaciones:

- 1) Del 27 al 31 de enero, una vez que obtuviste el comprobante de inscripción vía Internet, acude a la ventanilla del Departamento de Control Presupuestal a realizar el pago correspondiente.
- 2) Inmediatamente presenta en las ventanillas de Control Escolar los dos comprobantes de inscripción que imprimiste vía Internet y la orden u órdenes pagadas para sellarlas. Con esto se concluye la inscripción.
- 3) Asegúrate de no adeudar libros en la biblioteca o material de laboratorio. De no seguir estas recomendaciones, no se llevará a efecto la inscripción.

Verifica:	Fechas
1) Las prelistas, para que, en caso de error u omisión, acudas con tu comprobante sellado al Departamento de Escolares, para corregir la inscripción correspondiente.	5 y 6 de febrero de 2014
2) Las imágenes de actas en las áreas, para que te informes el día, la hora y el lugar donde presentarás el examen.	24 y 25 de febrero de 2014

LAS ÁREAS APLICAN EXÁMENES

Área	Fechas
Matemáticas	6, 7, 13 y 14 de marzo de 2014
Ciencias Experimentales	3 y 4 de marzo de 2014
Historia	5 de marzo de 2014
Talleres	11 y 12 de marzo de 2014
Idiomas	10 de marzo de 2014

Si adeudas dos asignaturas de la misma área, solicita tu inscripción en jurados diferentes, inscríbete en una asignatura en el turno matutino y la otra en el vespertino.

Para realizar el examen extraordinario deberás presentar tu CREDENCIAL de la escuela.

NOTA: Si tienes algún contratiempo o dificultad para tu registro, acude a las ventanillas de Control Escolar, en donde te atenderemos con gusto.

SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR



Entrega de
diplomas de

Opciones Técnicas

25 de enero

10:00 horas

Velaria del Plantel





PROGRAMA DE APOYO AL EGRESO

El PAE tiene como propósito apoyar a los alumnos de la generación 2012 y anteriores que deseen regularizar su situación escolar, y estén en condiciones de concluir su bachillerato el próximo este año.

Se sugiere inscribirse en las asignaturas que presenten mayor dificultad y que correspondan a los primeros semestres. Debido a las características del Programa por ser intensivo, es requisito indispensable haber cursado la o las materias en grupos ordinarios para tener un mínimo de conocimientos y lograr mayor aprovechamiento en los cursos; además, cubrir el 100% de asistencia y acudir puntualmente a sus clases para tener derecho a la evaluación. Si no cumples con este requisito, el profesor correspondiente procederá a la BAJA DEL GRUPO.



INSCRIPCIONES POR INTERNET

Se realizarán los días 20, 21 y 22 de enero de 2014 vía Internet. El 24 de enero de 2014 consulta por Internet, los grupos que fueron autorizados, así como el salón y horario al que deberás asistir.

DURACIÓN DEL PROGRAMA

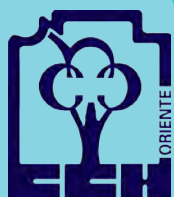
Se llevarán a cabo los sábados 8, 15 y 22 de febrero; 1, 8, 15, 22 y 29 de marzo; 5 y 12 de abril de 2014.

Los horarios de los cursos sabatinos son: turno matutino de 8:00 a 12:00 y vespertino de 13:00 a 17:00 horas.

NOTA IMPORTANTE

SE CANCELARÁ LA INSCRIPCIÓN A PAE A:

- Alumnos que estén inscritos en grupos de recursamiento de la misma asignatura y que correspondan a generaciones 2013 y 2014.



SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR



XXXV Feria Internacional del Libro del Palacio de Minería

19 de febrero al 3 de marzo de 2014
Tacuba núm. 5, Centro Histórico, Ciudad de México

Estado invitado: Morelos
Jornadas Juveniles 24, 25 y 26 de febrero

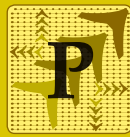
Universidad Nacional Autónoma de México / Facultad de Ingeniería

<http://feria.mineria.unam.mx>



Ilustración del cartel para la edición FILPM 2014
Colección FilMOTECA UNAM





PSICORIENTA



Julia Gaspar Martínez
Departamento de Psicopedagogía

Mi propósito de año: estudiar

Alguna vez te has preguntado ¿qué necesitas para estudiar?, ¿qué te hace falta para “ponerte las pilas” y esforzarte en el estudio? En este espacio hablaremos de lo que se requiere para ponerte en acción; aquello que has vivido en algún momento de tu vida y quizá, por ciertas circunstancias, esa energía ha quedado guardada y hoy no puedes reconocer en ti.

Por lo pronto, debemos establecer la diferencia entre estudio y aprendizaje. El primer concepto es una actividad personal, consciente y voluntaria para analizar, comprender y profundizar conocimientos y experiencias, poniendo a disposición todas las capacidades intelectuales de la persona; mientras el segundo concepto es un cambio en la capacidad, disposición o conducta de un ser humano que persiste, pese al tiempo transcurrido. De esta manera, el estudio será el medio por el cual logremos aprender.

Para favorecer tanto el estudio como el proceso de aprendizaje es necesario contar con ciertas condiciones tanto ambientales, cognitivas y afectivo-sociales. En esta ocasión revisaremos las afectivo-sociales.

Una de las condiciones para el estudio es la **motivación** que es el deseo de hacer alguna actividad, el interés por..., tener ganas de obtener ‘algo’. Este interés es un aspecto personal, quizá proviene de experiencias exitosas y las ganas de volver a repetirlas; otras vienen de malos resultados escolares, por ejemplo, si obtuviste notas insatisfactorias en el semestre anterior, tu motivación hoy puede ser: recuperarte y mejorar tus calificaciones. En este sentido es importante ser consciente y saber ¿para qué estudias?, ¿cuál será tu recompensa o las ventajas de estudiar?, y tener presente lo que necesitas hacer;



al plantearte objetivos claros, precisos y delimitados, podrás definir el camino a recorrer, hasta alcanzar la meta.

Otro elemento importante que acompaña a la motivación es la **voluntad**, es decir la capacidad personal que hace posible esforzarse por obtener logros y alcanzar metas. Es un acto intencional de dirigirse hacia ‘algo’. Es una decisión, para lo cual es preciso saber lo que uno quiere o hacia dónde va. La voluntad va más allá del deseo de querer hacer ‘algo’, involucra el cómo lograrlo, y la decisión de hacerlo, requiere ser educada y ejercitada. Tomar tus propias decisiones es la mejor manera de conseguirlo, y si los resultados (de esas decisiones) han sido óptimos para ti y tu desarrollo es muy probable que tu voluntad se fortalezca.

Una vez que has decidido ponerte en acción hacia tu meta, aún queda por escoger la forma en cómo asumes la tarea, a partir de la **actitud**. Ésta, es la forma en cómo abordas la situación, la cara con la que enfrentas el reto. Quizá el hecho de estudiar puedas tomarlo más como una obligación, que por un gusto; es cierto que a veces no realizamos todo lo que nos gustaría hacer y hay ‘cosas’ que “debes de hacer” para alcanzar otras. Pero TU actitud al iniciar una tarea, *sí es tu decisión*. Así que te recomiendo *mantener una actitud positiva*, si te esfuerzas para lograr tus metas el éxito será tuyo! Lo que realices hoy te traerá la satisfacción

de alcanzar lo que deseas para tu futuro mediano o inmediato. Con esto, estás tomando tus propias decisiones y trabajando por tu independencia.

Finalmente las **habilidades sociales** son las herramientas que te permitirán relacionarte con tu medio y establecer interacciones favorables para el estudio o para cualquier situación en la vida. Éstas, se expresan en sentimientos, actitudes, conductas de seguridad y confianza, independencia y autonomía, valoración positiva, autoestima, tolerancia, respeto, comprensión, cooperación y servicio, es establecer vínculos adecuados con cada persona y circunstancia.

Las habilidades sociales son aprendidas y adquiridas en tu historia de vida en casa, escuela y lugares a donde vas, ellas hablan de ti y de los ejemplos que has recibido, de la reciprocidad, de gratas o desafortunadas experiencias. Así, las habilidades sociales son también elementos que favorecerán tu tarea como estudiante y el proceso de aprendizaje.

Ojo, mencionamos como *condiciones para favorecer o facilitar el trabajo de estudio*, lo cual no quiere decir que sin ellas no se logre el objetivo de aprender, sino que contando con ellas las actividades y tareas podrían fluir de manera más sencilla y con ello disfrutar la etapa de ser estudiante. ♀

Bibliografía

García-Huidobro, B. Cecilia. 2005. A estudiar se aprende. Metodología de estudio sesión por sesión. Editorial Alfaomega. México

Artículo: Condiciones para el aprendizaje, en la página Técnicas de estudio

<http://www.tecnicas-de-estudio.org/articulos/condiciones.htm>

Consulta realizada el 02 de diciembre de 2013 / 11:54 a.m.

¡Ocupa tu espacio!

Intercambia tus opiniones en

La mirada *cecehachera*: encuentro de expresión juvenil jueves 30 de enero de 2014 en tu plantel

y conoce más acerca de lo que te interesa

Te invitamos a participar con la elaboración de una ponencia que aborde alguno de los temas siguientes:

Amor y sexualidad

Escuela y proyecto de vida

Arte, expresión y tecnología

Convivencia e identidad

Intereses y uso del tiempo libre



Redacta tu ponencia, en equipo o de manera individual (extensión de una a tres cuartillas, en formato Word, letra Arial 12, espacio 15), y regístrala en línea: <www.cch.unam.mx>. Las ponencias se discutirán en cada plantel en mesas de trabajo.

Descubre qué piensan tus compañeros en un ambiente dinámico, de interacción y diálogo estudiantiles.

