



ORIENTE

www.cch-oriente.unam.mx

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 826 • 4 DE ABRIL DE 2016

INFORMA

Asume Víctor Efraín Peralta Terrazas la dirección del Plantel Oriente, periodo 2016-2020



6 y 7

ENSEÑANZA APRENDIZAJE



Se festeja a la poesía en su día

3

ENSEÑANZA APRENDIZAJE



18ª exposición "El petróleo en México"

4

DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIEGHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELÍ VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. JESÚS SALINAS HERRERA

SECRETARIO GENERAL

ING. MIGUEL ÁNGEL RODRÍGUEZ CHÁVEZ



DIRECTOR

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

SECRETARIA GENERAL

LIC. EDITH CATALINA JARDÓN FLORES

SECRETARIA ACADÉMICA

MTRA. GLORIA CAPORAL CAMPOS

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

LIC. MARIO GUILLERMO ESTRADA HERNÁNDEZ

SECRETARIA DOCENTE

BIÓL. PATRICIA ARMIDA GÓMEZ SÁNCHEZ

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ARIAS

SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

BIÓL. MARCO ANTONIO BAUTISTA ACEVEDO

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
landerobo@hotmail.com

EDITORIAL

Virtudes y fortalezas para el éxito académico

Durante la toma de posesión para una nueva directiva en el Plantel Oriente, su reciente titular invitó a formar “un gran equipo de trabajo a partir de la realización de nuestras tareas, para que se haga realidad aquello que demandamos para mejorar la vida de nuestro Plantel. Las tareas y las actividades no se hacen solas ni con la crítica fácil. Si todos participamos, seremos mejores, quien solo demanda y no actúa, pierde credibilidad y no es digno de tomarse en cuenta”.

En reiteradas ocasiones, hemos insistido en que la base del éxito académico conlleva una responsabilidad, en la que todos, profesores, alumnos, trabajadores y funcionarios, deben asumir su compromiso dentro del deber ser universitario. De hacerlo así, con seguridad este centro educativo estará en condiciones de consolidarse como uno de los mejores del bachillerato universitario.

Para ello, es necesaria la actuación responsable, compro-

metida y solidaria de todos los que integramos esta comunidad para que este nuevo proyecto directivo “logre consolidar, lo hasta ahora realizado, y llevar a cabo aquellas acciones que nos permitan adecuar el funcionamiento de nuestro Plantel, para dar solución a las necesidades y problemas que se viven”.

Es evidente que tenemos problemas, pero también virtudes y fortalezas que pueden constituirse como los bastiones principales para que sigamos por la ruta exitosa a la cual debemos responder cabalmente; es decir, la formación plena de las alumnas y alumnos que se preparan en este entorno universitario.

“Nuestro Plantel es de los universitarios y como tales debemos cumplir con lo que nos corresponde”; por eso, el llamado a la asistencia permanente a clases, tanto de alumnos y alumnas y, por supuesto, de la planta académica; además, de la participación y buen desempeño que debe reflejarse cotidianamente en las labores administrativas y de directriz.



ENSEÑANZA APRENDIZAJE

◆ En el plantel se celebra el día mundial de la poesía

¿Qué es poesía;
poesía eres tú?



En el marco de la conmemoración por el Día mundial de la poesía, profesoras del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación, celebraron este acontecimiento instituido desde 1999 por la UNESCO, organismo internacional que reconoce el valor de la poesía como símbolo de la creatividad de la mente humana.

Durante el acto de inauguración, celebrado el pasado 17 de marzo, el profesor Alejandro Ramírez Páez, coordinador del Área de Talleres en el turno matutino, explicó que con esta celebración se rinde homenaje a mujeres y hombres para quienes la palabra libre es fuente de imaginación y actuación, que se traduce en la prosa elegante, en la manifestación de la tristeza, la añoranza, la melancolía y también en el amor, tal como lo definió Gustavo Adolfo Bécquer, al manifestar que “la poesía eres tú”; o bien como afirmó Edgar Allan Poe, que “la música combinada con palabras es poesía”, o mejor aún como lo señaló Antonio Machado “que la voz combinada con la música” es un acto poético.

Acompañado de Natalia González Gottdiener, Alejandro Ortiz López y Patricia López Ocampo, académicos del Área de Talleres y organizadores de este evento, Ramírez Páez destacó que este acto no fue para conocer la definición de poesía, sino para disfrutar, desde el punto de vista lúdico, la fuente de imaginación y de actuación que provocan los hechos poéticos.

Cabe destacar, comentaron algunos expositores que leyeron las semblanzas de poetas y lectura de sus poemas,



que cada año, “el 21 de marzo, la UNESCO celebra el Día Mundial de la Poesía y nos invita a reflexionar sobre el poder del lenguaje poético y el florecimiento de las capacidades creadoras de cada persona”.

Durante este acto que inició por la mañana y concluyó por la tarde se realizó una presentación de danza del Sur de la India Mohiniyattam; se hizo la proyección del documental “El ruiseñor y la noche, Chavela Vargas canta a Lorca”, con Rubén Rojo Aura, además de un recital músico poético y la lectura abierta de versos queridos o versos propios, por profesores y alumnos del plantel.





■ En la 18ª exposición “El petróleo en México”

Investigaciones escolares y elaboración de carteles

El pasado 18 de marzo fue el 78 aniversario de la expropiación petrolera en México. Articulistas y comentaristas políticos y economistas, señalan que “esta fecha debería ser una fiesta nacional si se hubieran cumplido a cabalidad los postulados dichos del presidente Lázaro Cárdenas, al leer aquel viernes de 1938, a través de la radio, el decreto expropiatorio del petróleo”.

Sin embargo, hoy en día esta fecha emblemática pasa, en la mayoría de las veces, inadvertida por muchos; no así para los estudiantes del Plantel Oriente, de las materias de química, física y biología que año con año recuerdan este suceso, trascendente en la historia nacional.

A través de investigaciones escolares y elaboración de carteles, además de una amplia explicación a sus compañeros, los jóvenes dan cuenta de los beneficios, de la

riqueza generada o producida por este hidrocarburo, de las bondades y beneficios, pero también del manejo mal habido, y del aprovechamiento de pocos, de esta riqueza nacional

En la 18ª. exposición “El petróleo en México, no solo se habla de la transformación, refinación, explotación, o de la importancia de este hidrocarburo como uno de los principales productos que movilizan a toda la industria en general, entre ellos los combustibles como las gasolinas, el gas, la turbocina, aceites automotores, carburantes, o producción de energía. También los jóvenes estudiantes se refirieron a los procesos de cómo operan las industrias, a través de derivados del petróleo como los plásticos, polietilenos y polímeros que son indispensables para cualquier área industrial y comercial, además de la producción de asfaltos, lubricantes, grasas y parafinas.

Pero aún más, tocaron puntos como “el dispendio, la ineficiencia, la corrupción y el enriquecimiento de gran parte de la clase política, de los grandes empresarios y de la cúpula del sindicato, a costa de la industria petrolera”, lo que ha llevado a que nuestra nación, aún con toda su grandeza

petrolera, siga como un país subdesarrollado y carente de todo crecimiento económico y social.

Organizada por las profesoras Ana Laura Ibarra Mercado, María Esther Rodríguez Vite y María Hilda Ruiz Figueroa, del Área de Ciencias Experimentales, esta exposición tuvo el propósito de apoyar la enseñanza y los aprendizajes de los programas de Química II y IV y su relación con otras asignaturas del Plan de Estudio del CCH, así como conmemorar un aniversario más de la expropiación petrolera en México.

“¡Queremos que el petróleo sea para beneficio esencial de todos los mexicanos, no solo para los intereses de las grandes empresas nacionales y extranjeras!”, rezaba esta frase en uno de las decenas de carteles de esta 18ª exposición, que seguro manifestaba la inconformidad por el desastre en que han convertido la industria energética, por esta empresa llamada Pemex que hace años, nuestro país aspiraba a que fuera una “entidad productiva nacional, motor del crecimiento económico y del desarrollo nacional”.



10ª EXPOSICIÓN “LA FÍSICA EN TU CASA”

A los profesores y alumnos que cursan Física, los invitamos a participar en esta exposición, a efectuarse el 15 de abril del año en curso de 9:00 a 13:00 horas, para que los estudiantes presenten un trabajo relacionado con los aprendizajes adquiridos a lo largo de sus cursos de Física y lo relacionen con fenómenos y/o aparatos de su casa, a partir de su vida cotidiana; por ejemplo, en la cocina, la sala, el baño, la recámara, el patio, el jardín, u otros espacios.

BASES

1. La participación de los alumnos puede ser individual o por equipo (máximo 3 alumnos), con un solo asesor; es responsabilidad de los profesores verificar que el trabajo esté terminado (no se permitirá terminarlo en el lugar de la exposición).
2. El registro concluye el 13 de abril, en la dirección:

<http://goo.gl/forms/9NLz475aSc>
3. A cada trabajo se le colocará en el extremo inferior derecho de la parte de enfrente, los datos de los participantes: Nombres de los alumnos, profesor asesor y número de registro (se obtiene al momento de confirmar su registro el día del evento).
4. La entrega de los trabajos terminados será el día del evento a las 8:00 hrs., en la explanada principal del Plantel. Los trabajos se colocarán conforme lleguen, en el lugar que le sea indicado por los organizadores al confirmar su registro (no se permitirá apartar lugares, ni sacar mesas de los salones de clases).
5. La participación será con carteles, maquetas o dispositivos que se ocupen en el hogar, cuyo tema central será algún concepto o fenómeno relacionado con la Física.
6. La exposición de los trabajos y su réplica oral se hará entre las 9:00 y las 13:00 horas, los trabajos permanecerán en la exposición durante todo el horario del evento y se recogerán a las 13:00 horas. SE LES EXHORTA A NO SACAR MESAS O BANCOS DE LOS SALONES Y DEJAR LIMPIO SU LUGAR AL TÉRMINO DEL EVENTO.
7. Se entregará constancia de participación a los profesores que asesoren al menos 3 trabajos y verifiquen el cumplimiento de estas bases, por parte de sus alumnos.
8. Los casos no previstos en estas bases serán resueltos por la comisión organizadora, su decisión será inapelable.

COMISIÓN ORGANIZADORA

Ana Laura Ibarra Mercado María Esther Rodríguez Vite Jorge P. Ruiz Ibáñez



ATENTA INVITACIÓN A:
Profesores, Técnicos Académicos y Alumnos

A participar este 14 de Abril en las elecciones para
**Consejo Universitario y
Consejo Académico del Bachillerato**

Víctor Efraín Peralta Terrazas, director del Plantel Oriente para el periodo 2016-2020

Oportunidad de crecimiento y de renovación académica

- Valiosa participación, de manera responsable y universitaria, en el proceso de designación.
- Cumplimiento cabal de la asistencia a clases, sobre todo en el turno vespertino, reto y compromiso institucional.
- Creación de un ambiente de seguridad.
- Impartir todas las clases a cabalidad y actividades de aprendizaje que son indispensables para una formación académicamente sólida.
- Formación de un gran equipo de trabajo para mejorar la vida institucional del Plantel.

Reconocer los esfuerzos del trabajo realizado, seguir mejorando en la labor educativa y formativa de los jóvenes, debe ser un compromiso fundamental en este momento de cambio de dirección, que da la oportunidad de crecimiento y renovación académica, aseguró el doctor Jesús Salinas Herrera, director General del CCH, momentos antes de la toma de protesta, al licenciado Víctor Efraín Peralta Terrazas, como nuevo director del Plantel Oriente para el periodo 2016-2020.

Luego de leer la designación hecha por el rector de la UNAM, Enrique Luis Graue Weichers, el titular del CCH resaltó la valiosa participación, de manera responsable y universitaria, por manifestarse en favor de los candidatos, a partir de los valores, el respeto y la diversidad de propuestas enmarcadas en los proyectos de trabajo de dirección y dirigidos en favor de la formación de alumnas y alumnos.

Un aspecto fundamental y un sentir generalizado, expresado por la comunidad en este proceso de designación, y que es digno de considerar, es el cumplimiento cabal de la asistencia a clases, sobre todo en el turno vespertino. Ésta, añadió el director del CCH, será una de las metas centrales "en las que tendremos que avanzar como Colegio, porque una de las responsabilidades como institución universitaria y como profesores, es proporcionar las herramientas formativas para los estudiantes a través de la impartición de clases, aquí en éste, y en los otros planteles del bachillerato del Colegio".

Necesitamos, añadió, revitalizar la actividad docente de calidad, pero además la necesidad en la creación de un ambiente de seguridad, debido al entorno social difícil en que vivimos a nivel nacional, por lo que debemos seguir trabajando en este terreno, a fin de garantizar que la comunidad pueda acudir a sus labores académicas y administrativas en las mejores condiciones posibles, a pesar de los recursos insuficientes, que no deben ser obstáculos para hacer un gran esfuerzo para cumplir con los compromisos institucionales y con ello seguir impulsando generaciones de estudiantes bien preparadas.

A lo largo de estos años, la riqueza de participación y compromiso comunitario, abundo Salinas Herrera, nos llevan a buscar estrategias para reforzar la seguridad en el plantel, a partir de propuestas consensuadas y de manera responsable, que orienten a mejorar y garantizar el entorno y el trabajo académico y estudiantil.

Para finalizar y luego de la toma de protesta correspondiente, el director del CCH presentó al licenciado Víctor Peralta Terrazas, y sugirió la conformación de un cuerpo directivo incluyente para dar respuesta a las necesidades docentes y



esfuerzos para crear un ambiente digno en el trabajo académico.

En su discurso, ante un numeroso grupo de profesores, estudiantes y trabajadores administrativos, comentó que "la administración que hoy inicia, asume, también el compromiso de ser incluyente y respetuosa. Caminaremos con aquellos que quieran compartir con nosotros el camino que empezamos a andar. Seremos respetuosos de la normatividad que nos rige y no vacilaremos en su aplicación cuando haya necesidad de hacerlo".

Después de agradecer al doctor Enrique Graue Weichers, rector de la Universidad Nacional Autónoma de México, y al doctor Jesús Salinas Herrera, la confianza depositada en su persona para dirigir este centro educativo, invitó "a todos para que formemos un gran equipo de trabajo y hagamos realidad, con la realización de nuestras tareas, aquello que demandamos para mejorar la vida de nuestro Plantel. Las tareas y las actividades no se hacen solas ni con la crítica fácil. Si todos participamos, seremos mejores, quien solo demanda y no actúa, pierde credibilidad y no es digno de tomarse en cuenta. El Plantel es de los universitarios y como tales debemos cumplir con lo que nos corresponde", concluyó.

Nombramientos de funcionarios

Cabe destacar que en una sesión de trabajo posterior, realizada el viernes 1 de abril, el licenciado Víctor Efraín Peralta Terrazas hizo nombramientos de funcionarios para su administración. De este modo, Gloria Caporal Campos, Patricia Armida Gómez Sánchez y Mario Guillerrmo Estrada Hernández, fueron designados secretarios Académico, Docente y Administrativo, respectivamente. Asimismo, tomó posesión Marco Antonio Bautista Acevedo como responsable del Siladin; Erick Moreno Montes de Oca como jefe de Departamento de Personal Administrativo; Josué Montes Leal como jefe de Departamentos de Laboratorios y Hugo Jesús Olvera García fue nombrado jefe de la Unidad de Planeación.

También se nombró a Ana Lilia Baltazar Ornelas como jefa de Control Presupuestal y a Francisco Javier Gómez Castañeda responsable del Departamento de Bienes y Suministros. Por su parte, Gerardo Sánchez Mejía y el profesor Celso Miguel Luna Román fueron designados jefe de Departamento de Servicios Generales y del Departamento de Mantenimiento, respectivamente. Por último, se ratificó a Verónica Cruz González como jefa del Departamento del Personal Académico.



CIENCIAS Y HUMANIDADES



Reportaje Gráfico 	Periódico 	Fotorama 
Video 	Revista 	Podcast 
Cartel 	Radio 	Cortometraje 

Muestra de COMUNICACIÓN 2016

21 y 22 de abril
Sala Pablo González Casanova 1 de Audiovisual



PROGRAMA DE APOYO AL EGRESO PAE ESPECIAL 2016-2

El PAE ESPECIAL tiene como propósito apoyar a los alumnos de la generación 2014 y anteriores a fin de regularizar su situación escolar, para que estén en condiciones de concluir su bachillerato en el presente año escolar.

Por 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 estos requisitos, el profesor correspondiente procederá a la BAJA DEL ESTUDIANTE.

INSCRIPCIONES POR INTERNET

Se realizarán los días 5, 6, 7, 8 y 9 de mayo de 2016, vía Internet en la página del plantel.

El 12 de mayo de 2016 consulta por Internet, los grupos que fueron autorizados, así como el salón y horario al que deberás asistir.

Solo aparecerán en actos de evaluación los alumnos que se inscribieron en tiempo y forma, vía Internet o en las ventanillas de escolares.




DURACIÓN DEL PROGRAMA

Se llevarán a cabo los días 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25 y 26 de mayo de 2016.

El PAE ESPECIAL se cursa diario, de 8:00 a 12:00 horas para el turno matutino y de 13:00 a 17:00 horas para el vespertino.

Las calificaciones serán registradas en las actas correspondientes al Periodo Especial 2016-2 de exámenes extraordinarios.

SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR



La Universidad Nacional Autónoma de México y La Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades



Invitan a la comunidad a la

Commemoración del 45 Aniversario de la Fundación del Colegio

Preside la ceremonia Enrique Graue Wiechers, rector de la UNAM.



Auditorio Raoul Fournier de la Facultad de Medicina de la UNAM.

12 de abril de 2016

Registro 10 Horas, inicio 11 Horas.

AAPAUNAM invita

"Plática sobre las razones más comunes de rescisión de contrato"

- Actos de violencia y malos tratos a los alumnos
- Delitos de acoso sexual y hostigamiento
- Prestar servicio en dos instituciones en el mismo horario

7 de abril 13:00 horas
Sala 2 audiovisual




PSICORIENTA

SCOR

Psic. Arturo Arroyo Nieves
Departamento de Psicopedagogía

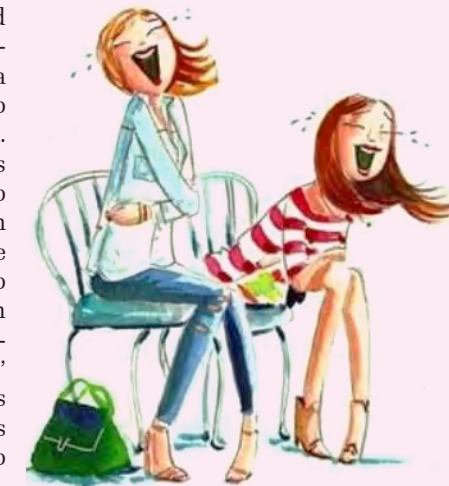
Para reírse... a carcajadas

Vivimos en una sociedad donde el ritmo que llevamos cada día, nos obliga a ser compañeros del estrés y otro tanto de la ira y la agresividad. En general, nuestras actividades cotidianas demandan un tiempo considerable y no nos permiten brindarnos el tiempo suficiente para reflexionar acerca de nuestro estado de ánimo o de cómo están nuestras relaciones interpersonales. Estamos tan 'pre-ocupados' por todas las situaciones que nos acontecen, que desatendemos aspectos o acciones en beneficio de nuestra salud.

Y por increíble que parezca, uno de esos aspectos es la risa, además de un descanso efectivo, una adecuada activación física y el fomento de las relaciones personales afectivas; reír es entonces, un aspecto fundamental para lograr un desarrollo personal basado en nuestra salud mental.

Los beneficios de reír son conocidos desde la antigüedad; Platón y Sócrates concebían la carcajada como una fuente de placer. Sigmund Freud afirmaba que la risa es esencial para liberar tensiones y energías negativas de nuestro organismo. Debes saber que actualmente la risa se ha contemplado como una herramienta terapéutica en el tratamiento de ciertos padecimientos emocionales como el estrés, la depresión y la angustia.

Por ello, reír brinda beneficios a nuestro cuerpo y mente, y van desde una sensación de bienestar hasta un mejoramiento en las relaciones interpersonales. Así como el llanto y la tristeza nos debilitan o nos bajan el ánimo, la



risa tiende a hacer el efecto contrario en nuestra persona.

¿Entonces, porqué es importante reírnos? Los efectos que produce la risa son múltiples, positivos y recomendables. "Cuando reímos movemos más de 400 músculos de nuestro cuerpo; en algunas investigaciones realizadas, se considera que reír 100 veces es equivalente a realizar 10 minutos de ejercicio aeróbico". Asimismo, se fortalece el sistema inmunológico. Pero aún más, con la risa se genera más inmonoglobulina A y linfocitos, anticuerpos que se encargan de luchar contra algunos virus y bacterias.

Por otra parte, también quemamos grasa corporal, pues al reírnos nuestro abdomen y diafragma se contraen, facilitando el proceso digestivo, eliminando grasa y toxinas de nuestro cuerpo. Además, mejora la oxigenación, limpia y ventila los pulmones.

Durante el acto de reír, segregamos endorfinas, una droga natural que provoca euforia y efectos tranquilizantes, además de generarse dopamina y

serotonina, sustancias fundamentales en la regulación de nuestro equilibrio emocional. Posee un efecto anti estresante, porque al reírnos se activan muchos músculos que, una vez que hemos parado, vuelven a relajarse. Eso provoca un estado de distensión física y psicológica, es una forma eficaz de eliminar pensamientos y emociones negativos.

Nos ayuda a mejorar el funcionamiento de nuestro cerebro, ya que al reír se estimula la producción de catecolamina, una sustancia que está relacionada con el correcto funcionamiento de nuestro cerebro. Además, se fortalecen los lazos afectivos, se incrementa la autoestima y la confianza.

Es evidente que la risa es importante, pues nos permite afrontar mejor la vida, cambiando la forma de pensar de negativo a positivo, transformando nuestro estado de ánimo, además de que es una manera sana de mantener nuestro cuerpo y mente en buena forma.

Así que cuando tengas la oportunidad de disfrutar de un momento de humor con tus amigos o familia, no te reprimas y deja fluir la risa. Recuerda los beneficios que puede generar en tu cuerpo y mente. ☺

Fuentes:

La importancia del humor en la salud.
Cristina Sánchez Sánchez
www.efisioterapia.net/articulos/importancia-humor-salud
Consultado 29/03/16
Reír para sanar el cuerpo y la mente.
www.udg.mx/es/noticia/reir-para-sanar-el-cuerpo-y-la-mente
Consultado 29/03/16

Por tu seguridad, ¡tú construyes tu futuro!

¡La seguridad somos todos!

Cuando te soliciten tu credencial **¡muéstrala!**
Con ello te reconocemos como parte de la comunidad universitaria.



¡VA POR TI!

◆ **Te recomendamos que:**

- No aceptes invitaciones a fiestas, convivios, salidas, "toquines" y tardeadas cuando desconozcas quién las organiza.
- Tengas cuidado con las convocatorias de grupos porriles; éstos te pueden involucrar en conductas inadecuadas o delictivas.
- Evites el consumo de drogas y alcohol en este centro educativo. No observar esta recomendación, te acarreará consecuencias graves en tu salud, formación académica y personal.
- Asistas puntualmente a tus clases. Aprovecha la oportunidad que te brinda la UNAM para prepararte académicamente.

Recuerda: el artículo 95 del Estatuto General señala como causas especialmente graves de responsabilidad universitaria, sujetas a expulsión provisional o definitiva: ingerir, vender o proporcionar gratuitamente en los espacios universitarios, bebidas alcohólicas o estupefacientes, o asistir al Plantel en estado de ebriedad o bajo los influjos de alguna droga.

