



Oriente



Órgano Informativo del Plantel Oriente
Séptima época • núm. 911 • 14 de enero de 2019
www.cch-oriente.unam.mx

informa

Cecehacheros destacados y talentosos



**Triunfadores en la
Olimpiada del
Conocimiento** 4y5



**Acreedor a la
medalla Gabino
Barreda** 3



**Medallistas en
competencia
nacional de
biología** 8

DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIECHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELI VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. BENJAMÍN BARAJAS SÁNCHEZ

SECRETARIA GENERAL

DRA. MARÍA LETICIA DE ANDA MUNGUÍA



DIRECTOR

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

SECRETARIO GENERAL

BIÓL. MARCO ANTONIO BAUTISTA ACEVEDO

SECRETARIA ACADÉMICA

MTRA. GLORIA CAPORAL CAMPOS

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ING. MARIO GUILLERMO ESTRADA HERNÁNDEZ

SECRETARIO DOCENTE

I.Q. ADOLFO PORTILLA GONZÁLEZ

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ARIAS

SECRETARIA DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

C.D. PATRICIA GARCÍA PAVÓN

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

BIÓL. HUGO JESÚS OLIVERA GARCÍA

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

LIC. MIGUEL LÓPEZ MONTOYA

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

Bachillerato exitoso

Cumplir metas y propósitos es la aspiración de muchos de quienes laboramos en una institución como la Universidad Nacional Autónoma de México. Alcanzarlos, depende en buena medida de nuestro actuar cotidiano al frente del salón de clases o del laboratorio, en un puesto directivo, o en las labores administrativas.

Por eso, al inicio de este semestre y con el arribo de este 2019 no está de más hacer algunas recomendaciones, especialmente a nuestros jóvenes estudiantes, para que logren culminar de buena manera esas expectativas académicas que parten de su propia responsabilidad, a través de su asistencia permanente a clases, del cumplimiento puntual de tareas y trabajos escolares, de su inserción en proyectos de investigación, talleres o práctica deportiva, pero además de su exigencia para ser atendidos y orientados por sus profesores.

Juntos, estudiantes y planta docente, habrán de procurar un buen plan de trabajo que favorezca el proceso de enseñanza aprendizaje que es parte fundamental para la formación integral y, por supuesto,

para la adquisición de los conocimientos y saberes.

Sabemos que ambos, profesores y estudiantes, son los puntales que con su actuar fortalecen este proyecto educativo que requiere además del respaldo de las labores directivas y administrativas para que continúe como un bachillerato exitoso y siga posicionándose como uno de los mejores de la Universidad Nacional.

Entonces, el compromiso debe ser compartido en el que alumnas y alumnos, profesoras y profesores, cuerpo directivo y personal administrativo, sumen esfuerzos para que se cumpla a cabalidad la máxima institucional de educar más y mejor a un mayor número de mexicanos. 📍



Enseñanza Aprendizaje

■ Alumno del Plantel Oriente obtiene la medalla Gabino Barreda

Ayuda a los semejantes

Desde pequeño le ha gustado nadar, practicar el box, ejercitarse en el ciclismo; tiene apego por la literatura, por la divulgación científica, por las ciencias duras. A los 13 años de edad empezó a escribir sus historias, de esa vida atribulada que ha padecido desde su nacimiento.

En su paso por el CCH Plantel Oriente aprendió a convivir con los amigos, pocos por cierto, a relacionarse con sus profesores, quienes le brindaron apoyo y conocimientos; a divertirse a su manera, asistiendo a la biblioteca, pues fue un asiduo visitante de ella. Del mismo modo se interesó por el estudio de la medicina, pues uno de sus propósitos de vida es ayudar a sus semejantes.

En sus estudios fue un excelente alumno, a tal grado de haber alcanzado 9.9 de promedio en el bachillerato universitario que lo hizo merecedor a la Medalla Gabino Barreda, máximo galardón que la Universidad Nacional Autónoma de México otorga a sus estudiantes por su desempeño académico.

David Corona Fino es un joven de 20 años que a través de esta entrevista nos narra ese peregrinar que le ha puesto la vida desde que nació, pues según sus familiares “fue un niño muy enfermizo, que ha estado peleando por la vida”.

Con cierto pesar, nuestro entrevistado relata sus avatares y señala que su objetivo es ayudar a otros, “por eso ingresé a la carrera de medicina en la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza, pero un

padecimiento denominado microadenoma hipofisiario de 3 milímetros, entre la hipófisis y la silla turca”, le ha impedido continuar sus sueños que viraban hacia la solidaridad con los otros.

Con nostalgia pero con el orgullo de haber obtenido un reconocimiento universitario, David Corona menciona que aún le queda el aliento para seguir luchando contra esta enfermedad que de manera irónica, le llama “Tomi”, es decir un tumor pequeño que le ha mermado sus facultades físicas, a partir del agotamiento y dolores de cabeza y del brazo que le impiden continuar con su formación profesional.

Sin embargo eso no lo arredra, por el contrario tiene en proyecto continuar preparando “esa gran novela” que cambie la historia nacional, pues desde los 13 años de edad se ha inclinado por escribir la narrativa ciudadana de la Ciudad de México, a partir de la descripción de sus monumentos y de retratar lo bello de sus alcaldías en donde se encuentra Chapultepec, el Zócalo, Xochimilco, Coyoacán y, por supuesto, Ciudad Universitaria.

David Corona destaca que esta novela es una sátira a la sociedad actual, un documento gráfico con la historia de dos personas que buscan hacer la diferencia, enfrentar y desterrar la violencia ciudadana, pero también retratar y exhibir la belleza de la ciudad.

Sabe que es difícil concluir esta tarea, por eso se sigue acercando a los libros, que son un apoyo invaluable

para su formación académica y de vida. Bajo este contexto, recomendó a los universitarios, especialmente a sus compañeros cecehacheros, acercarse a la lectura, tener el hábito de leer bien y permanentemente. No condeno a los videojuegos o las nuevas tecnologías, señala, pero siempre será más provechoso acercarse a un buen libro, y en la biblioteca del Plantel Oriente se encuentra ese mundo de conocimiento e imaginación.

Nuestro joven alumno es un fiel creyente de Dios y está agradecido con la vida, pese a todas las vicisitudes que ha padecido y ha tenido que enfrentar, por lo que no vaciló en enviar un mensaje a sus compañeros para que aprovechen la oportunidad que brinda la UNAM para trascender individual y socialmente. Deben comprometerse, seguir alcanzando metas y sueños, prepararse para afrontar los retos que nos pone la vida, expresó tajantemente.

Por último, destaca que si se le desea comparar con

un animal, él sería un jaguar, pues es poco sociable, con pocos amigos, pero agradecido con la vida, con su familia y especialmente con su madre, con quien conjuntamente han recorrido caminos para encontrar cura a esos males como la alergia al polen de fresno, o a la humedad. También soy asmático, y cada vez los males por caminar grandes distancias se hacen más recurrentes, además de que soy susceptible a ciertas vibraciones de sonido que producen un dolor de cabeza por los ruidos intensos.

Actualmente David Corona Fino ha suspendido sus estudios de Psicología, pues su enfermedad lo orilló a dejar la medicina. Tiene en alta estima a su madre “que se ha partido el alma y es la gran guerrera de su vida”. Medicamente se sigue tratando, a partir del factor de transferencia que ayuda al mejoramiento de las células. Sigue corriendo poco, anda en bicicleta, colabora con la familia, pero continúa con el entusiasmo y la ilusión de terminar su etapa universitaria. 📍



Alumna de Oriente obtiene oro en la Olimpiada del Conocimiento Crecer académica y personalmente



legio de Ciencias y Humanidades y la Escuela Nacional Preparatoria, García Mena destacó que este logro ha sido fruto del esmero de todos los galardonados, pero en su caso, fueron dos intentos que hizo para conquistar este resultado, el cual hoy es compartido con sus profesores, familiares y amigos.

En la primera ocasión, resaltó, “me inscribí a la olimpiada con el pensamiento, no pierdo nada con intentarlo”, además de que vio la oportunidad de entrar en el área de biología, su materia favorita, por lo que tomó esta competencia como un reto personal.

Agradezco a nuestra Alma Máter, la Universidad Nacional Autónoma de México, la formación académica e integral que hará de quienes formamos parte de ella buenos ciudadanos y excelentes profesionistas, expresó tajante Lissette Haydee García Mena, ganadora de la medalla de oro en el área de Biología en la Octava edición de la Olimpiada del Conocimiento.

Al hablar en representación de sus compañeros del CCH, y ante la presencia de funcionarios universitarios y directivos del Co-

Hoy, para su satisfacción, la estudiante del Plantel Oriente se siente agradecida por el apoyo institucional brindado, especialmente con la profesora asesora, Daría Razo Balcázar, quien gracias a sus conocimientos y pasión por la biología, “me contagió su entusiasmo por esta materia, además de que siempre estuvo motivándome y preparándome académicamente”.

En su discurso felicitó y reconoció el esfuerzo y dedicación que cada uno de sus compañeros, quienes



participaron en este certamen, y dijo estar segura que todos ellos lograron llegar a estas instancias, gracias al apoyo de quienes pusieron su confianza en ellos, a su compromiso con el saber, pero principalmente a la motivación, pieza clave de la que lograron adquirir conocimientos, traducidos en el aprender a aprender.

A la par, abundó, desarrollamos habilidades en el uso y manejo de distintas herramientas e instrumentos: aprender a hacer, que les permitieron tomar decisiones: aprender a ser, y asimismo, pusieron en práctica el aprender a convivir, motivo de nuestra presencia en eventos como éste, “donde el amor, el orden y el progreso siembran en nosotros la semilla que nos impulsará a crecer académica y personalmente, en la búsqueda perpetua del éxito”.

Durante esta ceremonia realizada en diciembre pasado, Leonardo Lomelí Vanegas, secretario General de la UNAM, quien habló en representación del doctor Enrique Graue Wiechers, rector de esta casa de estudios, resaltó que la fortaleza de la institución radica en cultivar todas las disciplinas y esforzarse de manera cotidiana para alcanzar la excelencia en cada una de ellas.



Este certamen, dijo, pretende cultivar y fomentar la vocación temprana y la superación personal, para que así los jóvenes del bachillerato universitario se formen sobradamente y en breve sean los futuros profesionales que atiendan los problemas del país.

Cabe destacar que en este certamen Ángel Lenny Ayala Leyva, también alumno del Plantel Oriente, obtuvo mención honorífica en el área de Biología.

Cabe destacar que en esta ceremonia estuvieron presentes directivos de este centro educativo, quienes compartieron el reconocimiento de los dos jóvenes talentosos, quienes compitieron en un universo de 3 mil 161 estudiantes de ambos subsistemas del bachillerato universitario.

Están cordialmente invitados a los

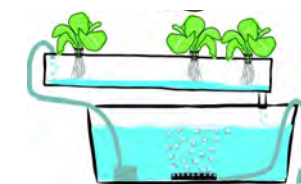
Cursos-taller

Hidroponía para emprendedores

Día martes
Inicio: 22 de enero

Educación Ambiental y Manejo de áreas verdes

Día viernes
Inicio: 18 de enero



Horario de cursos-taller: 13 hrs.

Favor de inscribirse en el edificio J,
Departamento de Laboratorios

Informes con la profesora Julieta Sierra
bconciencia@yahoo.com.mx



SILADIN LACE QUÍMICA

“INSCRIPCIONES
ABIERTAS”
Hasta el 22 de enero

Atención: Mtra.
Griselda Chávez
Fernández

SILADIN edificio “A”
LACE QUÍMICA

Horario:
9:00 a 16:00 hrs.



TE INVITA AL CURSO-TALLER PARA
ALUMNOS
“ELEMENTOS BÁSICOS PARA LA
ELABORACIÓN DE MEDICAMENTOS”

Lugar:
SILADIN
todos los
miércoles y
viernes de
13:00 a
15:00 hrs. a
partir del
23 de enero

EL PEREGRINAR DE UNOS CUENTOS

Ulises Soriano



«**V**en conmigo a dar un paseo por el parque/ Porque tengo más cuentos que contarte que García Márquez». Quién diría que una reseña, de una obra magistral, de uno de los autores más reconocidos del siglo XX y XXI, comenzaría de esta manera. Más que una reseña, esto es una invitación a la lectura de uno de los libros que, a mi parecer, es de los más entrañables del Gran Gabo: *Doce cuentos peregrinos*. Diez años después de haber recibido el premio Nobel de literatura en 1982, publicó estos cuentos.

Gabo –como se referían sus amigos y lectores- nació en Aracataca, Colombia, en el año de 1927. Fue un ensayista, crítico cinematográfico, autor de guiones y sobre todo, un intelectual comprometido con los problemas de nuestro tiempo. Máxima figura del llamado “Realismo Mágico”; entre sus obras más notables desfilan: *Cien años de soledad*, *El coronel no tiene quien le escriba*, *Relato de un naufrago*, *El amor en los tiempos del cólera* y *Memorias de mis putas tristes*. José Emilio Pacheco, en 1982, en su columna *Inventario*, lo definirá como “un gran narrador colombiano”.

A su regreso a México de Barcelona, en 1974, fue claro al decir que ese libro no debía ser una novela, sino una colección de cuentos cortos basados en hechos periodísticos donde cinco de ellos fueron notas periodísticas, guiones de cine y uno más fue una serie de televisión. También cabe recalcar que este libro fue para García Márquez, una rara experiencia creativa.

Según contó dichos cuentos peregrinaron incesantemente, de ida y vuelta, del cajón de la basura a la pluma del maestro; esto fue durante dieciocho años debido a que no podía encontrar la manera adecuada y fluida para escribirlos. Decía que «el esfuerzo de escribir un cuento corto es

tan intenso como empezar una novela. Pues en el primer párrafo de una novela hay que definir todo».

El cuento, en cambio, no tiene principio ni fin: fragua o no fragua. Y si no fragua, la experiencia propia y la ajena enseñan que en la mayoría de las veces es más saludable empezar de nuevo o tirarlo a la basura» y esto hace una referencia a una frase en que «Un buen escritor se aprecia mejor por lo que rompe y no por lo que publica».

Cuentos que superan la ficción y se vuelven reales en la infinita imaginación del lector, donde todo es mágico y sobre todo crea una atmósfera que envuelve a la historia y, además, seduce a los dichosos en aventurarse en estas páginas; toma al lector de la oreja y lo lleva de principio a fin, sin querer abandonar la lectura. Me atrevería a afirmar que en todas sus obras, García Márquez imprime un nivel de descripción potente y eso hace a las historias tangibles, al igual que los personajes.

Dentro de los doce cuentos, mi favorito fue “La luz es como el agua” que en su prólogo escribe: «Lo conté hace quince años en una entrevista grabada, y el amigo a quien se lo conté lo transcribió y lo publicó y ahora lo he vuelto a escribir a partir de esa versión» Aquel amigo al que hace referencia fue el periodista Jacobo Zabłudovsky. Cuando *Gabo* dedicó el libro a Jacobo, escribió de puño y letra: “Para Jacobo con su cuento, pero ahora, bien escrito”.

El cuento “La luz es como el agua” se origina –bien lo cuenta García Márquez en una entrevista- un día que en la casa de la calle Caponata, en Barcelona... Se fue la luz, había que llamar al electricista. Gabo, nos ilumina con una vela. Le pregunta cómo es posible medir la luz, el técnico le contesta que la luz es como el agua, se abre la llave y sale como un chorro. En ese momento nace un cuento.

Sin duda alguna, si deseas poner a volar tu imaginación, vale la pena que leas *Doce cuentos peregrinos*. Desde “Buen viaje señor presidente” pasando por “El avión de la bella durmiente”, hasta llegar a el “Rastro de tu sangre en la nieve”, el libro se vuelve mágico al momento de abrirlo. Lo puede encontrar en la biblioteca escolar Guillermo Haro con el número PQ8180.17A73D63 280855.

Si ya tuviste la oportunidad de leer este libro, vuélvete a encontrar con sus páginas, regresa a imaginar los mundos que nos son relatados. ¿No lo has leído? Entonces eres afortunado, pues puedes encontrarte con una obra extraordinaria. 🦋



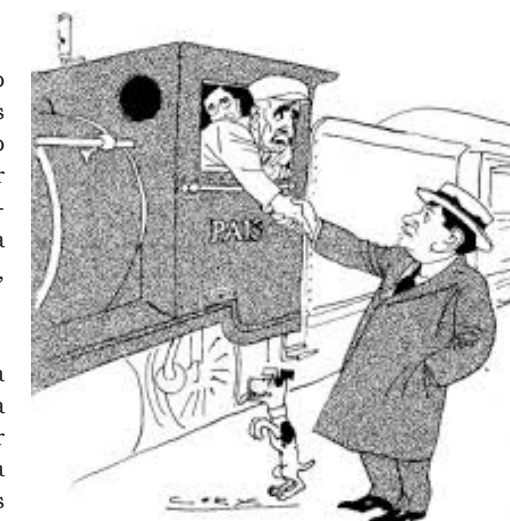
La luz es como el agua



La santa



El avión de la bella durmiente



Buen viaje señor presidente

Destacada participación en la XVIII Olimpiada Nacional de Biología

Desarrollo de potencial científico

Son dos jóvenes cececheros de quinto semestre con inquietudes por aprender cada día más y superarse: María Fernanda Hernández Amaro, con promedio de 10, y Ángel Lenny Ayala Leyva, con 9.4 de promedio, obtuvieron medallas de bronce en la XVIII Olimpiada Nacional de Biología, realizada en Hermosillo, Sonora y organizada por la Academia Mexicana de Ciencias y la Universidad de Sonora, realizada en noviembre pasado.

Fue una ardua travesía. En primera instancia, participaron en la XXVIII Olimpiada Metropolitana de Biología, donde destacaron entre 200 participantes y fueron dos de los seis representantes de la Ciudad de México para la Olimpiada Nacional, para la cual se asesoraron con docentes de la Facultad de Ciencias de la UNAM durante dos semanas, y repasaron temas de ecología y biología.

Ya en Hermosillo, la competencia fue agotadora y compleja, comentan nuestros entrevistados. La primera etapa consistió en un examen teórico con 380 reactivos durante tres horas. “En realidad, fueron distintos exámenes, pues eran diferentes temas como bioquímica, anatomía

vegetal y animal, biología celular y genética. Había un tiempo limitado para contestar, después recogían las hojas y ya no había posibilidad de rectificar”.

Esa misma noche les dieron resultados y, con emoción, comprobaron que habían pasado a la siguiente etapa que consistió en una evaluación práctica. En esa ocasión, hicieron cuatro exámenes. En primer lugar fue analizar la anatomía de una larva de coleóptero, la cual tuvieron que diseccionar e identificar su aparato respiratorio, nervioso y digestivo.

En segunda instancia, realizaron la prueba de morfofisiología cardiovascular, donde se les proporcionó una muestra de tejido que tuvieron que identificar y teñir. Posteriormente, diseccionaron un corazón de pollo e identificaron sus partes con alfileres de colores.

La tercera evaluación fue sobre biomasa y parámetros foliares, donde en una hoja cuadriculada se representaba un bosque y debían calcular la biodiversidad por cuadrante. Los jóvenes cececheros comentaron que fue una etapa difícil porque implicó realizar muchos cálculos

estadísticos y graficarlos.

Finalmente, realizaron un examen de cianoprocariontes y clorófitas con muestras de lagos y cultivos para, con la ayuda de un microscopio, describir los organismos presentes, así como señalar sus componentes, especie y diversidad.

A pesar de la incertidumbre de sus resultados por la dificultad de las pruebas, siempre confiaron en obtener un buen resultado pues habían realizado su mejor esfuerzo y sabían que los conocimientos adquiridos en las aulas del plantel son de excelente nivel.

Con satisfacción, recuerdan la alegría de haber obtenido sendas medallas de bronce. Afirmaron que fue la recompensa por el trabajo realizado y la ratificación de que las enseñanzas de los profesores de la escuela han sido provechosas. Para ellos, este logro representó un estímulo para estudiar alguna carrera científica, que en el caso de María Fernanda le gusta la neurociencia o la investigación biomédica, y Ángel Lenny se siente atraído por la biología.

Asimismo, nuestros entrevistados recomiendan a sus compañeros que desarrollen todo su potencial y destrezas participando en las distintas actividades académicas, concursos y cursos que se ofrecen en el plantel. “No se limiten a aprobar sus materias, confíen en ustedes mismos, tengan nuevas experiencias y vivan su universidad”.

Por último, nuestros dos brillantes estudiantes hicieron un reconocimiento a la profesora del área de Experimentales, Daria Razo Balcázar, por su apoyo y ayuda para buscar información y realizar los trámites necesarios, así como a los profesores del curso de Biología Molecular, impartido en este centro educativo, por desarrollar su gusto por la ciencia. 📌



Technology and social networks



By Mario Cruz Camargo

Technology is an everyday issue due to the fact that everybody is in touched or connected believe it or not and social networks have been evolving, not only our lives but also the way of behave or act.

To begin with, everything has to do with the concept of “Smart”. For instance a smart house, screen, machines, cars or phones to make our lives much better. However, I have my second thoughts and the rising question that comes to my mind is Do we know how to use technology properly? to make my point I would like to set up the following example:

A group of people is hanging around in a bar and suddenly a guy is taking some selfies and someone is having some texting meanwhile a third guy is having a call; the time had passed and they hardly ever took face to face communication. At least that is all about when spending quality time with your closest friends, right! But nowadays that “quality time” has changed, the interaction is a little bite different because “everything” is in Instagram and Face book; It seems like we have two lives the real and the virtual life.



I AM TRYING TO
ADD MORE FRIENDS

1. There are some advantages when going on internet and social media like meeting people who love the same hobbies or interests.
2. If you want to learn a foreign language, you can interact to native speakers.
3. You can also visit faraway places virtually

But getting back to the previous example this group of people did face to face interaction and the event has to be “official” which means uploading the menu, the kind of food served, selfies, and tagging everybody, looking for some kind of social recognition being popular with the amount of likes and friends’ comments or from a complete stranger.

No matter if a user posts valuable and personal information such as the last vacation taken, everyday activities, pictures related to personal belongings or just shares memes; at this point here comes the following questions what actions do we take not to be so vulnerable on social networks?, how much privacy do we have on it, have you ever talked to your parents about it?

I think that it is time to take some suggestions when using Facebook, Instagram or another kind of social media.

First of all it is ok to express everything you want but you have to be more suspicious and please do not hurt people’s feelings (bullying) or let others to hurt you.

Interact with familiar people (your real friends), I mean family members or classmates everything on display may not be real.

If you suffer from bullying or sexual harassment, let you parents know as soon as possible.

You do not have to be an open book so don’t post everything on social media. 📌

EL SISTEMA DE LABORATORIOS PARA EL DESARROLLO E INNOVACIÓN (SILADIN)

LA JEFATURA DE LOS LABORATORIOS CREA

Invitan

A los alumnos al segundo ciclo de documentales científicos

Asignatura	Profesor	Tema	Horario y Fecha	Lugar
Biología	Elizabeth Karina Galván Sánchez	“La célula y genética”	Jueves 17 de enero 9:00-11:00	Sala 4
Física	Francisco Mario Molina Guzmán	“Ocultas a plena Luz del día”	Miércoles 23 de enero 13:00 - 15:00	Sala 4
Química	Álvarez Hernández Isaías	“El carbono”	Miércoles 30 de enero 9:00- 11:00	Sala 4
Biología	Blanca Estela Sandoval Miranda	“Vida y evolución “	Jueves 7 de febrero 9:00 - 11:00	Sala 4
Química	Daniel Jerónimo García	“El alimento de las cosechas abonos y Fertilizantes”	Miércoles 13 de febrero 17:00-19:00	Sala 4
Química	Martha Elizet Herrera Hernández	“ Los secretos del petróleo”	Lunes 18 de febrero 15:00-17:00	Sala 4
Biología	Araceli Bautista Acevedo	“Secretos de nuestra herencia”	Martes 26 de febrero 11:00-13:00	Sala 4
Química	Fidel Enrique Solís Burgoa	Fertilizantes: ¿Qué y cómo se hacen?	Miércoles 6 de marzo 15:00-17:00	Sala 4
Física	Gerardo Galicia Toledo	“El magnetismo “	Jueves 14 de marzo 15:00-17:00	Sala 4
Biología	Leticia Martínez Ortiz	“ADN - El secreto de la Foto 51”	Viernes 22 de marzo 19:00-21:00	Sala 4
Física	Melo Muñoz Marisol	“ La luz a través de la historia”	Lunes 25 de marzo 15:00 – 17:00	Sala 4
Física	Alejandro Colorado González	“Física Cuántica”	Martes 02 de abril 11:00-13:00	Sala 4

Organizadoras: María Lorena Ovalles Hernández y Cecilia Espinosa Muñoz

Alumno de 4º semestre

Unidad de Planeación
Depto de Psicopedagogía

Participa en las pruebas para conocer tus aptitudes e intereses, potencialidades y limitaciones, a través de

PROUNAM II e INVOCA

Regístrate del 10 al 18 de enero
en la dirección electrónica:

132.248.122.106/estudiantil

¿Qué carrera debo elegir?



¿Cuándo se aplican?

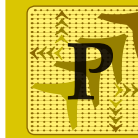
Sábado 19 de enero de 2019
7:30 am en el Plantel Oriente.

No olvides

Lápiz, goma, pluma y tu comprobante.
Ven bien desayunado.

¿Tienes alguna duda?

Acude al Departamento de Psicopedagogía o a la Unidad de Planeación (edif. T planta alta).



PSICORIENTA

SOR

Ma. Luisa Novoa Aguilar
Departamento de Psicopedagogía

¿Cómo estudiar?



Bienvenido al segundo semestre de este ciclo escolar! Seguramente sigues disfrutando las secuelas de tus vacaciones, sientes un poco de flojera, aún con sueño, y te está costando más esfuerzo retomar tus actividades y tu ritmo de trabajo.

Como cada inicio de año, tal vez hiciste un balance de lo que viviste el que pasó, y eso te lleva a plantearte metas y propósitos para este año que estamos estrenando.

Si revisaste tu desempeño escolar y observaste que pudiste haber tenido excelentes calificaciones, si hubieras estudiado más o mejor, justo éste es el momento de corregir ese detalle. ¿Qué técnicas para estudiar conoces y utilizas?

Antes que nada, ¿cómo está tu motivación para estudiar? ¿Tienes el hábito de hacerlo?, es decir, ¿le asignas un tiempo y espacio exclusivo para hacerlo cotidianamente? Si respondiste que no estás muy motivado, ni tienes el hábito de estudiar, puedes acudir a Psicopedagogía para que te orientemos al respecto, y se trabajen esos puntos que son muy importantes en la vida de un estudiante.

Otros elementos necesarios para mejorar tu desempeño, son:

Administración del tiempo, es fundamental para ser excelente estudiante, pues es necesario organizar, planear, jerarquizar las tareas en orden de presentación, dificultad o cantidad. Es oportuno analizar en qué actividades empleas tu tiempo, si lo malgastas o tienes hoyos negros (donde el tiempo se esfuma sin saber en qué se ocupó). Tal vez te sorprenda darte cuenta que la manera cómo

usas tu tiempo es un desperdicio total, pues duermes de día y te entretienes con el celular durante la noche y no sabes por qué vas mal en la escuela! Cuidado, es importante un análisis honesto y real del uso de tu tiempo. Si no eres sincero, a nadie engañas, sólo a ti mismo.

¿Qué tal tus técnicas para recoger y seleccionar información? ¿Tus apuntes son legibles, ordenados, cuaderno por materia, uso de distintos colores? Te preguntamos esto porque tomar apuntes puede ser todo un arte, hay personas que los tienen muy limpios, letra clara y bonita, con un espacio al margen del cuaderno para comentarios; usan plumas de distintos colores para señalar lo importante, resaltan si es una definición o ejemplo del tema, el cuaderno está forrado; en fin, ese cuaderno brinda todos los elementos para estudiar y repasar. Pero si tienes un cuaderno hecho un chicharrón, sucio, letra como patas de araña, lo usas para todas las materias, sin fechas, sin títulos y detalles así, pues va a ser difícil que tus apuntes te ayuden a estudiar.

En el mismo tenor de recoger información, ¿al leer subrayas, hacer resúmenes, parafraseas lo leído, revisas con cuidado y atención las gráficas y dibujos que acompañan al texto? Si utilizas estas técnicas, ¡bien por

ti!!! Si no, busca ayuda para que te enseñen cómo hacerlo.

Al procesar la información resultan muy buenas ciertas técnicas, por ejemplo: los cuadros sinópticos, los mapas mentales o conceptuales, los cuadros comparativos, hacer esquemas, entre otros. Te sugerimos que revises en la biblioteca cómo utilizar estos recursos para estudiar, hay una sección grande con suficientes libros sobre Técnicas de Estudio y Estrategias de Aprendizaje que te brindarán muchos elementos. Incluso asistir a la biblioteca es muy valioso e importante. Úsala, te gustará.

Además de usar las técnicas para aprender, también hay otras para repasar y recordar lo que estudiaste, te recomendamos las uses.

Cómo podrás ver, ser estudiante es algo complejo, interesante y muy entretenido. Al estudiar cualquier materia desarrollas tu cerebro con distintas habilidades, aptitudes y funciones del pensamiento, como relacionar, comparar, clasificar, analizar, sintetizar, memorizar, y una larga lista de verbos referentes al pensamiento e inteligencia. Estudiar es más que mencionar hechos, conceptos o fenómenos, es algo más... completo, enriquecedor... es algo maravilloso que hacemos como seres humanos.

Te invitamos a desarrollar tus capacidades mentales mejorando tus técnicas para estudiar.

¡¡¡Bienvenido 2019!!!

Fuente:

<http://www.edu.xunta.gal/centros/iesfelixmuriel/system/files/metodo+estudio.pdf>, 7/1/19. 12:30, Ciudad de México.



El Programa Universitario de Estudios de la Diversidad Cultural y la Interculturalidad, a través del Proyecto Docente, invita a los alumnos de los Colegios de Ciencias y Humanidades, planteles Sur y Oriente a inscribirse en el:



CURSO TALLER

MÉXICO, NACIÓN MULTICULTURAL

Semestre 2019-2



Contenido:

1. Presentación del Programa
2. Nación Multicultural
3. Pueblos y Comunidades Indígenas
4. Conflictos y Negociaciones Contemporáneas
5. Nuestra Tercera Raíz
6. Los mexicanos que nos dio el mundo
7. Buen vivir o desarrollo
8. Medio Ambiente y Pueblos Indígenas
9. Derechos indígenas
10. Mujeres Indígenas
11. Migración
12. Educación Indígena
13. Salud y Medicina entre los Pueblos Indígenas
14. Literaturas Indígenas
15. Relaciones Interétnicas

• Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Oriente: miércoles de 13 a 15 hrs. Inicia: 16 de enero. **"Sala 1: Pablo González Casanova"**.

• Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Sur: viernes 11 a 13 hrs. Inicia: 18 de enero. **"Sala de Audiovisuales"**.

Informes PUIC

Tels. 56160355, 56160020, 56161045
Extensiones: 119, 203, 223 y 224
pueblosdiversidad14@gmail.com

Para consultar el calendario completo, fechas y salones de las sedes: www.nacionmulticultural.unam.mx

