



# ORIENTE

www.cch-oriente.com.mx

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 678 • 29 DE AGOSTO DE 2011

## INFORMA

### Educación Física, parte de una educación integral



6 y 7

#### ENSEÑANZA **A** PRENDIZAJE

### Ganadores de cátedra especial



4

#### ENSEÑANZA **A** PRENDIZAJE

### Profesor del Plantel, realiza master en España



3

## 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

FÍS. MAT. FRANCISCO JAVIER RODRÍGUEZ PÉREZ

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ACT. ANDRÉS GÓMEZ VALLE

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

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

**ORIENTE**  
 INFORMA

JEFE DE INFORMACIÓN

LIC. IGNACIO VALLE BUENDÍA

DISEÑO EDITORIAL  
Y EDICIÓN DIGITAL

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  
landerbos@hotmail.com

## EDITORIAL

# La práctica deportiva, parte de la formación integral

Vivir de manera saludable, tener una mejor calidad de vida es una aspiración permanente del ser humano. ¿Pero cómo lograrlo en un mundo convulsionado, donde se vive aprisa, con tensiones y presiones, con indiferencia y preocupados más por sobrevivir, que por vivir?

Hoy en día, se hace indispensable no sólo aspirar sino alcanzar una vida saludable, especialmente en los aspectos físicos y de salud, dada la tendencia a enfermarnos de manera permanente. Tanto personas adultas, niños, hombres y mujeres, además de jóvenes y adolescentes, tienden a adquirir enfermedades, sino novedosas, si más frecuentes y que afectan su salud.

Jóvenes con diabetes, con colesterol alto, triglicéridos, caries, enfermedades respiratorias, y otros males, aquejan de manera recurrente a nuestra población escolar. Las causas son múltiples: malos hábitos alimenticios, adicción por las Tecnologías de Información y Comunicación, sedentarismo, nula práctica deportiva, incluso y lamentablemente, consumo de sustancias tóxicas, drogas o alcohol.

Entonces, ¿cómo contrarrestar estos malos hábitos? Las frases “el deporte es salud, es vida..., y mente sana en cuerpo sano”, quizá sean las claves para que nuestros jóvenes, especialmente los de este centro educativo, mejoren su calidad de vida, a través de la ejercitación de una actividad física, por pequeña que sea.

Atletismo, gimnasia, basquetbol, volibol, fútbol soccer y rápido, acondicionamiento físico general, cultura de la buena alimentación y ocupación del tiempo libre, son ofertas que ofrece el Departamento de Educación Física, cuyo potencial se refleja en la preparación de jóvenes que desean, en principio, una vida saludable.

Alumnos deportistas sería un ideal; sin embargo, debemos entender que la práctica deportiva es parte de esa formación integral que plantea nuestro modelo educativo, donde los buenos hábitos de estudios, el aprovechamiento adecuado del tiempo libre, la integración a talleres culturales, así como la ejercitación permanente, conducirá seguramente a nuestros jóvenes a ser mejores en su vida académica, individual y colectiva.

# ENSEÑANZA APRENDIZAJE

■ El posgrado, una herramienta para hacer las utopías realidad

## Realiza profesor del Plantel una estancia en la Universidad del País Vasco

“E n nuestra nación se carece de información de los efectos de la transferencia tecnológica de los países desarrollados, por ello es necesario estudiar su impacto en nuestras formas de vida, en el ambiente y nuestra percepción comunitaria, afirmó Jorge Galindo González, profesor del área Histórico Social del Plantel Oriente.

De la UNAM y, específicamente del CCH Oriente, hasta la península ibérica, las inquietudes académicas, las ansias de superación y el deseo de encontrar soluciones a los cada vez más agudos problemas que el mundo actual genera, Galindo González tuvo la oportunidad de realizar una estancia de investigación de cinco meses y medio, de enero a junio de este año, en

la Universidad del País Vasco en San Sebastián, España.

En entrevista con este medio, Jorge Galindo comentó que actualmente cursa la maestría en Filosofía de la Ciencia en la Facultad de Filosofía y el Instituto de Investigaciones Filosóficas de la UNAM y que, por un convenio existente entre la Máxima Casa de Estudios y la Universidad del País Vasco, tuvo la oportunidad de cursar un master en España para desarrollar su trabajo de investigación intitulado “Empoderamiento científico y tecnológico y su relación con el conocimiento local y tradicional”.

En dicho trabajo, existe una preocupación por analizar las consecuencias que tiene la creación, aplicación y transferencia de tecnología en los ámbitos locales, y su efecto en las prácticas comunitarias. “Es necesario crear

una conciencia del impacto del desarrollo tecnológico en nuestras formas de vida, en las tradiciones, en el medio ambiente, pero no sólo en el plano teórico, sino que incide en lo práctico para llevar a cabo acciones concretas para un desarrollo social armónico”, afirmó Galindo González.

Cabe señalar que Galindo recibió, junto con tres compañeros y por una consulta entre profesores y alumnos, el reconocimiento Saiatuena, que en vasco significa “el más esforzado”, al mejor desempeño individual y colectivo por la calidad de su trabajo en equipo en el seminario de investigación en el master. “Esto demuestra la excelente formación que se proporciona en la UNAM y su buen nivel académico”, dijo.

Sobre la experiencia de estudiar en el viejo continente, enfatizó su satisfacción de ser altamente enriquecedora al compartir con académicos mundialmente reconocidos, por ejemplo, Daniel Innerarity, quien fue asesor del actual presidente de España, José Luis Rodríguez Zapatero. Además, le permitió adquirir nuevas perspectivas reflexivas de los problemas de nuestro país y nuevas herramientas para su labor docente en el Colegio.

“Tengo el interés de promover en mis alumnos y mis compañeros docentes, una transformación en sus hábitos de investigación, que



Jorge Galindo y el premio Saiatuena

rompan con la dinámica de enfocarse sólo en lo documental, y que se orienten al trabajo de campo. De esta manera, conocerán más a fondo la realidad y podrán proponer acciones y respuestas inteligentes a los conflictos más apremiantes de nuestro entorno”.

Sobre la necesidad de que los estudiantes continúen sus estudios por medio de un posgrado, Jorge Galindo dijo que sin conocimiento no hay posibilidad de analizar los fenómenos de los diversos campos de estudio. Por ello, recomendó a la comunidad estudiantil que refuercen sus conocimientos en idiomas extranjeros, perfeccionen su redacción pero, sobre todo, tengan la convicción de que un posgrado implica un mejoramiento académico y personal pues “el saber es poder”, pero un poder no impositivo, sino un poder útil para hacer realidad las utopías, concluyó. 



Momento de recibir el reconocimiento en San Sebastián



## Profesores de este Plantel obtienen cátedra especial

La Universidad Nacional Autónoma de México, a través del Colegio de Ciencias y Humanidades hace un justo reconocimiento a la labor de los docentes quienes se destacan por sus conocimientos, sus valores, calidad humana y otras cualidades que los hacen merecedores a la Cátedra Especial, estímulo y aliciente que nuestra Universidad deposita en sus académicos, por su interés permanente en la docencia y la investigación a favor de la comunidad escolar.

Este año Rosa María Nieto Cruz (Cátedra Especial "Maestro Ignacio García Téllez") y Raúl García Acosta (Cátedra Especial "Doctor Carlos Graef Fernández"), académicos de las áreas de Talleres de Lenguaje y Comunicación y de Ciencias Experimentales, respectivamente, fueron merecedores a este reconocimiento institucional, por lo que la Dirección del Plantel Oriente y compañeros profesores, extienden una amplia felicitación a nuestros galardonados, comprometidos permanentemente con la educación de los jóvenes cecehacheros.

### Estudiante del Plantel Oriente:

El Programa Jóvenes hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales, te invita a participar en las siguientes actividades:

- Trabajos de Investigación
- Concurso de Oratoria
- Concurso "Leamos la Ciencia para Todos"



¡ Inscríbete !

Estamos en el edificio "F" planta baja.

Mtro. Miguel Ángel Pulido Martínez  
Responsable del Programa en el Plantel  
Oriente  
pjovenesoriente@gmail.com

### Convocatoria

Se invita a los profesores del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación a participar con sus alumnos, en las actividades culturales "Un paseo por la Independencia" para conmemorar un año más del inicio de este movimiento, con el fin de reforzar en las y los estudiantes los valores patrios y de identidad, así como fomentar su creatividad en la producción artística y cultural.

La temática deberá estar relacionada con el movimiento de independencia o con el contexto histórico de la época.

- Se podrá participar en las siguientes modalidades:
- Creación literaria y recitación
- Expresión artística (dibujo, caricatura o historieta)
- Expresión corporal (danza, representación escenográfica)

#### Bases:

- Para creación literaria puede incluirse ensayo o cuento corto con extensión máxima de dos cuartillas, y deberá leerse en voz alta el día del evento, a realizarse el 13 de septiembre.
- Los profesores interesados en participar, deberán llenar un formato de inscripción con los jefes de Área de Talleres.
- A los profesores que intervengan en esta actividad se les extenderá constancia de participación en Jornada Académica.
- Último día para inscribirse 2 de septiembre del año en curso.

Atentamente  
Comité organizador



Proviene de una tradición cecehachera, es el menor de la familia; sus hermanos al igual que él fueron alumnos del Plantel Oriente; hoy en día, Miguel Fernando Centeno Ramírez es alumno de la Facultad de Ingeniería, con el ingrediente de haber obtenido la medalla Gabino Barreda, máximo galardón universitario para los estudiantes, que obtienen un alto promedio en sus estudios universitarios.

Nuestro entrevistado, con la confianza de conocer el modelo educativo del Colegio, dice sentirse halagado por este reconocimiento, pero afortunado por ser egresado del CCH, entidad que le abrió el camino para hacer nuevas amistades, socializarse con los amigos, con sus maestros, pero principalmente por haber obtenido un bagaje de conocimientos que le han ayudado a enfrentar sus estudios de licenciatura.

En el CCH, menciona Centeno Ramírez, “tuve la fortuna de contar con excelentes maestros, en especial en el área de matemáticas”, lo que le ha posibilitado desarrollarse sin tantas complicaciones en la Facultad de Ingeniería. Sin embargo, añade, lo trascendente por su paso por el Plantel Oriente fue aprender el rigor académico de algunos de sus profesores, que exigían mayor profundidad en las tareas escolares, en la investigación y en la aplicación de los conocimientos; eso fue lo valioso del

**Miguel Fernando Centeno Ramírez, alumno del Plantel Oriente, ganador de la medalla Gabino Barreda**

## En el CCH, apropiación de conocimientos para enfrentar los estudios de licenciatura


Colegio, si libertad, amigos, pero también enseñanzas y aprendizajes.

Miguel Fernando señala que en el Plantel Oriente, además de la camaradería que se vive cotidianamente, también existe el espíritu solidario para compartir proyectos, objetivos, así como la ilusión de trascender a partir de las enseñanzas de quienes comparten día a día una buena parte de la vida, y cuyo resultado ayuda a madurar individual y colectivamente; “en el Colegio creces como persona, pues te interesa ayudar a otros que no tienen las mismas habilidades, pero destacan por su interés por alcanzar ‘algo’”.

El aspirante a ingeniero en telecomunicaciones, resalta el trabajo colectivo que se da en el CCH, además de la atención y preocupación de varios docentes por orientar y capacitar a los jóvenes. En el caso particular, agrega, sus mentores les ayudaron a compartir sus aprendizajes, pues tuvo la fortuna de contar con el apoyo de excelentes

matemáticos que lo orientaron y le hicieron entender que las ciencias exactas no son complicadas. Las matemáticas, subraya, son accesibles, pero se requiere práctica y ejercitación constante; no debe temérselas.

Nuestro galardonado actualmente está incorporado en grupo de alto rendimiento en la mencionada facultad, y envía un mensaje contundente a los estudiantes de este Plantel: “Disfruten lo que ofrece la escuela, aprovechen las oportunidades, hagan el mayor esfuerzo por trascender, por sobresalir. Si hacen eso, podrán alcanzar metas inimaginables”.

Aficionado a la lectura, a la práctica acuática, al fútbol, Miguel Ángel Centeno (generación 2007 con un promedio de 9.97), concluye la entrevista con esta sentencia: “la entrega, el esfuerzo, pero la dedicación que imprima cada uno de los jóvenes en sus actividades, los llevará al éxito personal y educativo”. 



El premiado y el orgullo maternal

ENSEÑANZA **A**PRENDIZAJE



“Me  
Pra  
tu





**ente sana en cuerpo sano”  
ctica un deporte, es para  
bienestar, así mejoras tu  
calidad de vida.**





## PROGRAMA DE APOYO AL EGRESO

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

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.

### INSCRIPCIONES POR INTERNET

Se realizarán los días 5,6 y 7 de septiembre de 2011, vía Internet. El 12 de septiembre del 2011 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 24 de de septiembre; 1,8,15,22 y 29 de octubre; 5,12 y 26 de noviembre y 3 de diciembre de 2011.

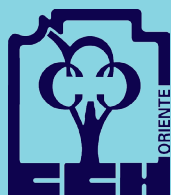
Los horarios de los cursos sabatinos son: turno matutino de 8:00 a 12:00 y vespertino de 13:00 a 17:00 horas.

Las calificaciones serán registradas en las actas correspondientes al segundo periodo 2011-1 de exámenes extraordinarios, por ello no deberán inscribirse en este periodo las mismas asignaturas que solicitaste en PAE.

#### NOTA IMPORTANTE

SE CANCELARÁ LA INSCRIPCIÓN A PAE A:


- Alumnos que estén inscritos en grupos de recursamiento de la misma asignatura.
- Es IMPORTANTE señalar que en el Periodo Especial de PAE no se abrirán grupos de materias de primero y segundo semestres.



SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

**No violencia hacia las mujeres:**

**UNAMateria**  
que todos  
tenemos  
que aprobar



**Igualdad entre mujeres y hombres**  
Nuestra manera de ser Pumas

Tu opinión es importante, participa en [www.pueg.unam.mx](http://www.pueg.unam.mx)



**AVISO IMPORTANTE**

Estudiante del CCH Oriente:  
Para garantizar tu permanencia en esta Institución deberás abstenerte de incurrir en conductas antiuniversitarias; no te expongas, no te arriesgues a ser sancionado hasta con la EXPULSIÓN del Plantel y de la UNAM.

**NO**



Ingieras bebidas embriagantes



Consumas drogas



Dañes el patrimonio universitario (graffitear, rayar o destruir)



Participes en actos porriles o delictivos

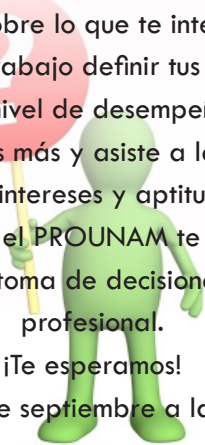




Art. 95 del Estatuto General de la UNAM  
**Oficina del Abogado General de la UNAM**

**ATENCIÓN**  
**ALUMNO (A) DE TERCER SEMESTRE**

¿Aún no sabes qué carrera elegir?  
¿Tienes dudas sobre lo que te interesa estudiar?  
¿Te cuesta trabajo definir tus aptitudes?  
¿Desconoces tu nivel de desempeño académico?  
¡No lo pienses más y asiste a la aplicación de la prueba de intereses y aptitudes PROUNAM!  
Como resultado, el PROUNAM te ofrece un gran apoyo para la toma de decisiones de tu futuro profesional.  
¡Te esperamos!  
Sábado 3 de septiembre a las 7:30 hrs.



Atentamente  
**Depto. de Psicopedagogía**

*INVITACIÓN*

Se invita a los alumnos interesados en conocer el trabajo experimental en laboratorio para participar en el proyecto:

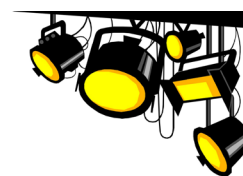
*“ESTUDIO CARIOTÍPICO Y BIOQUÍMICO EN DIFERENTES VARIETADES DE CEBOLLA ( Allium cepa) COMO MODELO BIOLÓGICO PARA LA ENSEÑANZA”*

SEDE: Laboratorio Laced de Biología en SILADIN CCH Oriente

Los días martes, de 13 a 15 horas  
Inicio: 4 de octubre; término 6 de diciembre, total 20 horas.

Inscripciones de lunes a viernes en:  
Laboratorios 21A y 21 B, Edif. R, de 12 a 13 horas, profesora Patricia Armida Gómez Sánchez y laboratorio 20-A Edif. Q de 12 a 13 horas con la profesora María del Refugio Valdez Gómez

Seminario: “Estudios cariotípicos y Bioquímicos, SILADIN”  
Integrantes: María del Refugio Valdez Gómez, Patricia Armida Gómez Sánchez, Josué Montes Leal, María Guadalupe Cortés Moreno e Irma Patricia Olivares Jiménez



Conoce los horarios de los talleres de  
**DIFUSIÓN CULTURAL**

TALLER	PROFESOR	HORARIOS
TEATRO PSICODRAMA	Salvador Regalado Baeza	Martes 13:00 a 15:00
TEATRO	Ramiro García Ramírez	Lunes, Miércoles y Viernes 13:00 a 15:00
TEATRO MUSICAL Y DECLAMACIÓN POÉTICA	Doris Rodríguez Martínez	Lunes y Miércoles 13:00 a 15:00
GUITARRA	Octavio T. Franco Baqué	Lunes y Jueves 13:00 a 15:00
GUITARRA	César Bonilla	Lunes y Martes 13:00 a 15:00 Jueves y Viernes 13:00 a 15:00
DANZA CONTEMPORÁNEA	Omar Moisés Rossáinz	Lunes, Jueves y Viernes 13:00 a 15:00
DANZA FOLCLÓRICA	Mario Rangel Rangel	Martes y Jueves 13:00 a 15:00
DANZA MODERNA	Diego Paredes	Lunes y Miércoles 13:00 a 15:00 Martes y Jueves 13:00 a 15:00
BALLET	Eduardo Roldán	Martes y Jueves 11:00 a 13:00 y de 15:00 a 17:00
HAWAIANO	Mariana Cruz Hernández	Lunes y Miércoles 13:00 a 15:00
FOTOGRAFÍA	Jonathan Gallardo	Martes y Jueves. Miércoles y Viernes 13 a 15 Sábados: avanzados 9:00 a 11:00 Básico 11:00 a 13:00
CAPOEIRA	Enrique Legarreta Romero	Miércoles 13:00 a 15:00
PERIODISMO	Óscar Moreno Corzo	Martes y Jueves 13:00 a 15:00
CINE Y CORTOMETRAJE	Adalberto Romero Rojas	Lunes y Miércoles 13:00 a 15:00
CORO	Édgar Padilla	Lunes, Miércoles y Viernes 15:00 a 20:00
AJEDREZ	Iván Jonathan García	Martes y Jueves 13:00 a 15:00
BREAK DANCE	Miguel Eduardo Marín Helen Jatziri Aguilar	Por definir
ENSAMBLE	Marco Manilla	Lunes, Martes y Miércoles 11:00 a 13:00
BAJO	Marco Manilla	Lunes 13:00 a 15:00
MÚSICA	Marco Manilla	Martes y Miércoles 13:00 a 15:00
CREACIÓN LITERARIA	Yolanda Vargas	Jueves 13:00 a 15:00
COMUNICACIÓN ORAL Y ESCRITA	Itzel Ortiz	Martes y Jueves 13:00 a 15:00
DIBUJO MANGA	Carolina Vieyra	Martes y Jueves 13:00 a 15:00
INGENIERÍA EN PAPEL	Carolina Vieyra	Martes y Jueves 11:00 a 13:00
SALSA EN LÍNEA	Sergio Alba	Lunes y Miércoles 13:00 a 15:00
SALSA CUBANA: salsa rueda de casino	Sergio Alba	Martes y Jueves 13:00 a 15:00
DISEÑO Y CREACIÓN DE UNA HISTORIETA	Diana Juárez	Por definir
PINTURA	Penélope Marín Cruz	Por definir
TÉCNICAS DE REPRESENTACIÓN GRÁFICA	Arafat Sánchez	Por definir



## PSICORIENTA



Julia Gaspar Martínez  
juliagm140901@hotmail.com

## Antes de empezar... ¿qué es una tarea?

En el artículo anterior de esta sección, leíste que en el proceso de enseñanza-aprendizaje intervienen diversos factores para que suceda la acción de aprender. En este proceso surgen dos figuras importantes: el profesor (a) y el (la) alumno (a), (maestro@ y aprendiz), quienes establecen una relación dentro de un escenario: el salón de clases. Ambos, realizan tareas específicas para lograr el aprendizaje, algunas se relacionan con factores personales como la motivación, la percepción, observación, análisis, etcétera. Otros factores están ligados con **la tarea** a realizar, en la cual tanto mentor como estudiante ejecutan acciones específicas para darla a conocer, entenderla y participar en ella o realizarla, para así **aprender**.

Antes de continuar preguntémosnos, ¿qué es una tarea?, tal vez recuerdes que desde los niveles básicos educativos “la tarea” representaban aquellas actividades que el profesor o profesora te pedía realizar en casa después de las horas de clase; por tanto, entendamos que este concepto engloba todas esas actividades que el profesor sugiere en el aula (y fuera de ella); tiene un objetivo, un estado inicial y final y una serie de indicaciones o condiciones para llevarla

a cabo. Por ejemplo, la tarea es llevar a cabo la lectura de un artículo, el objetivo de ello estará vinculado con el área de conocimiento específico. Para el caso de un artículo del área de química el objetivo a conseguir sería plantear ¿qué es una ecuación química?, mientras si otro pertenece al área de Historia, el objetivo a alcanzar sería conocer las periodizaciones (o clasificaciones) en que se divide la Historia para su estudio.

Por tanto, el estado inicial es aquello que el alumno sabe (o no sabe sobre el tema antes de leer el artículo, mientras que el estado final será aquello que ha conocido e incorporado a través de su lectura). Estos estados serán diferentes gracias al aprendizaje. La tarea también implica una serie de condiciones que orientan la realización: bibliografía del material, lectura individual o en equipo, entrega por escrito de los conceptos o resumen y número de cuartillas, definidos por el profesor.

De este modo, para realizar o enfrentar una tarea de aprendizaje, debes considerar lo siguiente:

a) La interpretación que haces de la tarea: asegúrate de que las instrucciones dadas por el profesor las entendiste claramente. ¿Qué te piden realizar? Un resumen, una reseña, sólo la lectura o resolver un problema. Trata de analizar la relación entre la actividad y el objetivo de aprendizaje. Para aclarar dudas deberás **exteriorizarlas** y


plantearlas al profesor.

b) Habilidades cognitivas y conocimiento implicado: es decir, ¿qué requiere la tarea: observar, clasificar, interpretar, inferir, evaluar? Al conocer el tipo de habilidad requerida podrás elegir los procedimientos adecuados para resolverla: un cuadro sinóptico, un mapa mental, un esquema, entre otros. Toma en consideración que los procedimientos son tus herramientas, pero éstos no son en sí la tarea. El tipo de contenido del aprendizaje también determinará tu forma de abordarla, el contenido puede ser de tres tipos: **conceptual**-relativo a hechos, conceptos y principios (saber explicar ¿qué es? y/o ¿cómo es?); **procedimental**-relacionado con saberes prácticos, aquellas acciones ordenadas que debes llevar a cabo para alcanzar una meta, y conocimiento **relativo a los valores**-relacionado al tipo de conductas que se esperan de ti: por ejemplo, respeto, participación, iniciativa, responsabilidad, creatividad, o inventiva.

c) Nivel de complejidad de la tarea: se relaciona con la familiaridad o experiencia previa que tengas con cada tipo de tarea. Al valorar adecuadamente la complejidad, podrás estimar el tiempo y el esfuerzo que debes dedicar para su realización. Si es una tarea de una o dos horas, o requiere de una semana, o bien si es un trabajo en el cual debes organizar varias actividades antes de con-

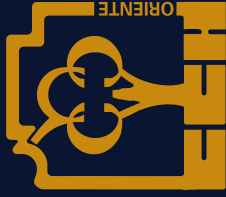
cluirlo. Debes plantearte si es un tema que conoces o es un tema completamente nuevo para ti.

Como puedes observar, para ejecutar una tarea (pero sobre todo para aprender), se requieren varios factores, por ejemplo, claridad y entendimiento de qué se espera que realices, o bien utilización de estrategias, planeación, además de un trabajo muy activo de tu parte y también del profesor. Pero no te preocupes, mientras pongas en práctica este proceso muy pronto quedará incorporado a tus hábitos de estudio y se realizará casi en forma automática, permitiéndote atender con mayor atención y concentración otros aprendizajes.

Esperamos que en estas primeras semanas de clase logres incorporarte satisfactoriamente a tus nuevos espacios de aprendizaje, a tus profesores, a tu nueva casa de estudios y cada día superes nuevos retos. Si tienes alguna duda o dificultad, puedes acudir al Departamento de Psicopedagogía. 

### Bibliografía:

Monereo, C. (1994) *Estrategias de enseñanza y aprendizaje*. Formación del profesorado y aplicación en la escuela. España. Editorial Graó p.p. 75-95



ÚNETE A LAS OPCIONES DE  
EDUCACIÓN FÍSICA QUE  
OFRECE EL PLANTEL

ACUDE AL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN  
FÍSICA UBICADO EN LAS INSTALACIONES  
DEPORTIVAS DE LA ESCUELA

