



# Oriente



Órgano Informativo del Plantel Oriente  
Séptima época • núm. 848 • 16 de enero de 2017  
www.cch-oriente.unam.mx

# informa

## Cursos intersemestrales



por una mayor preparación de los docentes

3

## Aprovecha la mediateca



5

## Organiza tus actividades

II



## DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIECHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELI VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. JESÚS SALINAS HERRERA

SECRETARIO GENERAL

ING. MIGUEL ÁNGEL RODRÍGUEZ CHÁVEZ



DIRECTOR

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

SECRETARIO GENERAL

ING. QUÍM. TOMÁS NEPOMUCENO SERRANO

SECRETARIA ACADÉMICA

MTRA. GLORIA CAPORAL CAMPOS

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ING. MARIO GUILLERMO ESTRADA HERNÁNDEZ

SECRETARIA DOCENTE

BIÓL. PATRICIA ARMIDA GÓMEZ SÁNCHEZ

SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

LIC. NORMA CERVANTES ARIAS

SECRETARIA DE ASUNTOS ESTUDIANTILES

C.D. PATRICIA GARCÍA PAVÓN

SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN

BIÓL. MARCO ANTONIO BAUTISTA ACEVEDO

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

PSIC. ÓSCAR ESPINOSA MONTAÑO

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

## Favorecer la educación del bachillerato

Una enseñanza de calidad para tener una educación de calidad, no debe ser un propósito ni una meta, sino una realidad que contribuya a que el Colegio de Ciencias y Humanidades continúe con sus aspiraciones de ser uno de los mejores bachilleratos del país.

Para ello, la institución establece diversos mecanismos, proyectos y estructuras que dé respuesta a ese objetivo, apoyándose en una primera instancia en su planta académica que requiere de apoyos e instrumentos que mejoren y fortalezcan su desempeño docente.

Una de esas formas, sin duda, son los cursos interanuales, espacios necesarios y útiles, para que profesoras y profesores contribuyan a mejorar los aprendizajes de alumnas y alumnos en un entorno, hoy en día, de exigencias curriculares, de contenidos actuales y trascendentes que los lleven a una mejor formación académica e integral.

La didáctica, los nuevos enfoques pedagógicos, el buen manejo y uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación, así como estrate-

gias de planeación son temas que estuvieron al alcance de cientos de profesores de este centro educativo, a quienes se les orientó de manera puntual para el perfeccionamiento de su cátedra, o bien para el diseño de estrategias que impacten en el aprovechamiento y rendimiento escolar de los estudiantes, a través de sus clases cotidianas y ordinarias.

De esta manera, es como nuestro centro educativo, a través del interés de su planta docente, se suma a ese propósito institucional permanente y a las acciones académicas que deben reflejarse constantemente a partir del manejo de sus habilidades, de la aplicación didáctica adecuada, del cumplimiento a los programas de estudio vigentes, del respeto y libertad de cátedra.

Todo ello, en función de mejorar la preparación de los estudiantes, quienes también deben adherirse a los nuevos entornos educativos que requieren de asistencia diaria y puntual a clases, cumplimiento en las tareas ordinarias y extraordinarias, interés y participación en actividades curriculares, entre otras acciones, que favorezcan la educación del bachillerato del Colegio y de la UNAM misma.

“**U**no los objetivos del CCH: asegurar una enseñanza de calidad”

## Enseñanza Aprendizaje



Históricamente, la formación y actualización de profesores ha representado un puntal en la preparación y adquisición de los aprendizajes de las y los estudiantes del Colegio de Ciencias y Humanidades, motivo suficiente para que en los llamados periodos inter semestral y anual, los docentes intervengan en los cursos y talleres donde se refuerzan, o bien se adquieran herramientas para su buen desempeño didáctico y disciplinario.

En función de ello, en este centro educativo en el pasado periodo inter semestral, se impartieron 16 cursos dirigidos a nuestra planta académica, a fin de que adquirieran mayores elementos para su participación en el aula y cuyo resultado desemboque en una mejor preparación de los estudiantes.

Así, en el Plantel Oriente se impartieron cursos y talleres con base en los enfoques disciplinarios y didácticos, epistemológicos y teorías del aprendizaje, así como en apoyos para el desarrollo integral de los jóvenes, a partir del modelo educativo del CCH y de los programas preventivos como el Programa Institucional de Asesorías o

Cursos intersemestrales en oriente  
Mayor desempeño didáctico y disciplinario

el de Tutorías, además del manejo en el uso de las TIC en la educación.

Todo ello, señaló la profesora Patricia Armida Gómez Sánchez, secretaria Docente de la escuela, es para que también los académicos tengan los elementos indispensables y estén preparados y actualizados en temas coyunturales o estructurales de nuestra propia educación; además, para que cuenten con los instrumentos que les sean útiles a los jóvenes a partir del manejo de habilidades, análisis y crítica constructiva que les ayuden a las alumnas y los alumnos, a adquirir mejores y mayores aprendizajes y los puedan manejar y relacionar con el desarrollo de su vida cotidiana.

Destacó que de “una adecuada formación y desarrollo profesional de los docentes, se tendrá como objetivo final

una enseñanza de calidad”, que nos oriente a una mejor aprovechamiento y rendimiento académicos, una menor reprobación y un mayor egreso de las alumnas y los alumnos.

La profesora destacó finalmente, que de acuerdo con el modelo educativo del Colegio, el perfil y las funciones del personal académico, debe ser un referente en la formación de los profesores, que “requieren de un sólido proyecto de actualización y formación que oriente al desarrollo de sus potencialidades académicas”, que redunden en la práctica de habilidades, actitudes y valores que contribuyan a la mejor preparación de nuestros educandos.

Algunos cursos y talleres impartidos en el Plantel Oriente y que contaron con el apoyo de las jefaturas de Sección de las cuatro áreas académicas fueron: “Práctica docente en Matemáticas”; “Estrategias de enseñanza para Taller de Cómputo”; “Nuevo programa de TLRIID II”; “Actualización didáctica y disciplinar para la puesta en práctica del Programa de Estudio de Química 2”; “Tutoría grupal y plan de acción”, así como la “Presentación y adecuación de guiones instrumentales para la elaboración de material didáctico del Portal Académico del CCH”.



Artes Plásticas  
Literatura  
Danza  
Teatro  
Música

Diseño e Ilustraciones: Mario Partida

Difusión Cultural  
talleres artísticos  
2017-2

Puedes localizar el DEPARTAMENTO DE DIFUSIÓN CULTURAL a un costado de las CANCHAS DEL PLANTEL.

TEATRO

DANCE EXPRESSION (TEATRO, DANZA Y CANTO)  
Profra. Doris Rodríguez Martínez  
Lunes y Miércoles 13 a 15 Hrs.

INICIACIÓN AL TEATRO  
Prof. Israel  
Martes y Jueves 13 a 15 Hrs.

TEATRO  
Prof. Mauricio García Carmona  
Jueves y Viernes 13 a 15 Hrs.

LITERATURA

CREACIÓN LITERARIA  
Prof. Leonel Robles  
Martes 13 a 15 Hrs.

OTROS

MERCADOTECNIA Y PUBLICIDAD  
Prof. Eduardo  
Prof. Víctor  
Lunes y Jueves 13 a 15 Hrs.

ARTES MARCIALES  
Prof. Balam Rupit Díaz  
Martes 13 a 15 Hrs.  
Jueves 12 a 15 Hrs.

DANZA

DANZA MODERNA  
Prof. Mauricio Sánchez Gómez  
Lunes y Miércoles (Grupo 1)  
Martes y Jueves (Grupo 2)  
13 a 15 Hrs.

DANZA MODERNA  
Prof. Diego Paredes Sánchez  
Lunes y Miércoles  
13 a 15 Hrs.

RITMOS LATINOS  
Profra. Laura Irene Zúñiga González  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

DANZA CLÁSICA / BALLET  
Profra. Verónica Martínez Esquivel  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

INICIACIÓN A LA DANZA  
Profra. Laura Irene Zúñiga González  
Miércoles 13 a 15 Hrs.  
Viernes 12 a 13:30 Hrs.

DÁNŠIKA  
Prof. Lamberto / Profra. Carolina  
Profra. Vanessa  
Jueves  
13 a 14 Hrs. / 14 a 15 Hrs.

HAWAINO Y TAHITIANO  
Profra. Alma Alejandra López Pimentel  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

DANZA ÁRABE  
Profra. Alma Alejandra López Pimentel  
Lunes y Miércoles 13 a 15 Hrs.  
Viernes 11 a 13 Hrs.

DANZA FOLKLÓRICA  
Prof. Mario Rangel Rangel  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

BACHATA  
Prof. Ulises Castro Martínez  
Viernes  
13 a 14:30 Hrs.

DANZA CONTEMPORÁNEA, JAZZ Y BALLET  
Profra. Wendy Díaz Ramírez  
Lunes y Viernes  
13 a 15 Hrs.

CAPOEIRA  
Prof. Enrique Legarreta Romero  
Miércoles  
13 a 15 Hrs.

K - POP  
Profra. Sara Pérez Hernández  
Profra. Valeria Nataly Basilio Álvarez  
Miércoles y Viernes 13 a 15 Hrs.

AMERICAN TRIBAL STYLE BELLYDANCE (ATS) Y FUSION TRIBAL BELLYDANCE  
Profra. Alma Alejandra López Pimentel  
Viernes 13 a 15 Hrs.

MÚSICA

PIANO Y VIOLÍN  
Prof. Gerardo Barragán Lira  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

GUIARRA  
Prof. Gerardo Barragán Lira  
Lunes y Miércoles 13 a 15 Hrs.

GUIARRA PARA PRINCIPIANTES  
Prof. Alejandro Ramírez Páez  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

PIANO  
Prof. Esteban Escobar Valdez  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

VIOLÍN  
Prof. Brian Alexis Salgado Escoto  
Lunes y Miércoles 13 a 15 Hrs.  
Martes y Jueves 13 a 15 Hrs.

UKELELE Y CANTO  
Profra. Vanessa Magdalena Olivos Mejía  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

SOLFEO  
Prof. Gerardo Barragán Lira  
Viernes 13 a 15 Hrs.

SOLFEO Y ENTRENAMIENTO AUDITIVO  
Prof. Brian Alexis Salgado Escoto  
Viernes 13 a 15 Hrs.

ARTES PLÁSTICAS

DISEÑO GRÁFICO  
Prof. Mario César Partida Martínez  
Lunes y Miércoles  
13 a 15 Hrs.

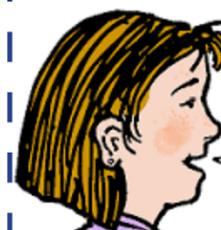
TÉCNICAS DE ILUSTRACIÓN Y PINTURA  
Prof. Mario César Partida Martínez  
Martes y Jueves  
13 a 15 Hrs.

ILUSTRACIÓN TRIDIMENSIONAL  
Prof. Mario César Partida Martínez  
Viernes 13 a 15 Hrs.

FOTOGRAFÍA DIGITAL  
Profra. Paola Carolina Trejo Cortés  
Lunes y Miércoles 13 a 15 Hrs.  
Martes y Jueves 13 a 15 Hrs.

Inglés y Francés, tesoros valiosos

LA MEDIATECA A TU ALCANCE



Por José Isabel González González y Sergio Raúl Picazo Rodríguez  
Técnicos Académicos de la Mediateca

Muchas personas, en los últimos días del año, reflexionan acerca de las actividades que pueden hacer para mejorar en diversos aspectos. Hay infinidad de propósitos, y depende de cada persona y de sus necesidades; sin embargo, entre los más comunes se encuentran: conseguir trabajo; si ya tienes empleo, mejorar y ascender; viajar, leer más o hacer mejores amigos.

¿Y cómo puede ayudarte la mediateca a cumplir estos propósitos? Este espacio académico cuenta con el equipo material y humano para que tú aprendas inglés y francés desde el nivel más bajo, hasta poseer la capacidad de obtener un puntaje alto en exámenes internacionales como el TOEFL, el First Certificate o DELF.

Si aprendes el idioma inglés, sin importar el área en la que te desempeñes, las oportunidades laborales se multiplican en cuanto se domine este idioma, pero si además sabes francés, tendrás más oportunidades al momento de conseguir empleo o al tratar de ascender en uno.

Si tu proyecto es viajar por el mundo, te podrás comunicar y darte a

entender en la gran mayoría de lugares, pues el inglés es la lengua oficial; es decir, es la primera lengua en el Reino Unido, Estados Unidos, Australia, Nueva Zelanda, Irlanda y Canadá. Pero además en otros 47 países como Belice, Jamaica o Filipinas. Dicho idioma es obligatorio en más de 25 países entre los que se encuentran México, Cuba, Alemania o Venezuela por lo que su aprendizaje es importante y necesario. Por otra parte, el francés se habla en 34 países, entre los que se encuentran Bélgica, Canadá, Mónaco y Suiza.

Debes saber que el inglés es una lengua franca; es decir, podrás comunicarte con personas cuya lengua materna no sea el inglés. Por ejemplo, si quieres comunicarte con un japonés que no sabe español y tú no sabes japonés, podrían comunicarse en el mencionado idioma. La lengua inglesa te permitirá disfrutar de tus viajes plenamente, pues se práctica en los cinco continentes, y te evitará situaciones complicadas causadas por la barrera del idioma.

Si tu meta es leer más, dominar la lengua anglosajona te da la oportunidad de practicar la lectura de libros y revistas de muchas partes del mundo, Podrás hacer uso

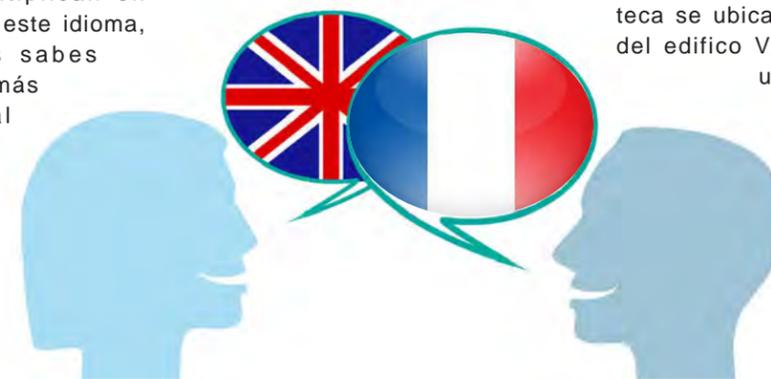
de la información más actual y completa en cualquier área de conocimiento. Además, leer novelas y textos científicos, académicos y tecnológicos, que se encuentran en este lugar exclusivo para tu mayor formación.

Sabías que alrededor del 60% de los sitios de Internet están escritos en inglés? Si a estos les añadimos los que están escritos en español y francés. ¿Te imaginas todo lo que podrías aprender?

Pero si tu objetivo es hacer nuevos amigos, éstos no necesariamente deben ser mexicanos. Si tú dominas el inglés y el francés, podrás conocer personas de diversos países, sea por Internet o en forma personal. Incluso conversar con personas cuya lengua materna no sea el español, inglés o francés.

Por las razones expuestas, dominar idiomas, principalmente inglés, en la actualidad es muy necesario en varios aspectos de tu vida. Eso te abrirá muchas puertas para tu desarrollo personal, académico o laboral. Es un tesoro valioso, el cual nadie te podrá quitar. Una persona que sabe inglés y francés vale por dos.

Te recordamos que la Mediateca se ubica en la planta alta del edificio V, y puedes hacer uso del equipo y los servicios de ésta. No tiene costo alguno y está abierta desde las 7:00 am hasta las 9:00 pm.



## Hábitos y formación de la

# GENERACIÓN Z

última parte

Por: Miguel Ángel Landeros Bobadilla

De acuerdo con datos del INEGI del 2014, el acceso de tecnologías digitales es predominante entre la población joven del país. El segmento entre los 12 y los 17 años, el 80% declaró usar Internet y representan el 23.6% de los usuarios, casi once millones de jóvenes; mientras que de los 18 a los 24 años, el porcentaje que lo utiliza es de 66%. Es decir, las dos terceras partes de los usuarios en nuestro país son jóvenes entre los 12 y 24 años de edad, y lo usa de manera frecuente el 67.9% de los estudiantes que cursan bachillerato.<sup>1</sup>

Asimismo, se reporta que las principales actividades que realizan la Generación Z mexicana en las redes sociales consisten en búsqueda de información (67.4%), acceso a las redes sociales (39.6%), para comunicarse (38.5%), educación (36.7%) y entretenimiento (36.3%). Pero en materia de ocio, la principal actividad es para el uso de redes sociales (81%).<sup>2</sup>

Adicionalmente, los jóvenes entre los 14 y 19 años se conectan alrededor de cinco horas diarias a Internet y poseen en promedio cuatro dispositivos. "Los adolescentes visitan en promedio ocho sitios o aplicaciones con mayor frecuencia por semana. En el caso de las mujeres las redes sociales y las películas ocupan el 94 y el 52% de sus preferencias, respectivamente, mientras que los hombres prefieren descargas de juegos (53%), de música (49%) y tecnología (45%)".<sup>3</sup>

Esta generación le ha tocado un entorno cada vez problemático, trastocado por la incertidumbre económica, la inseguridad y el deterioro ecológico. "Existen múltiples factores que están marcando a la generación que nació después de 1995. Quizá lo que la defina más es la enorme dificultad que enfrentan para visualizar la construcción de un futuro (...) con la crisis de la familia, violencia creciente, narcotráfico y descrédito de las instituciones, que han impactado en su presente".<sup>4</sup>

De este modo, los jóvenes mexicanos han encontrado en la red formas de saho de estas situaciones por medio de memes, pero también ha encontrado novedosos tipos de acoso, agresiones, insultos y amenazas en el llamado ciberbullying, pues "los menores de entre 12 y 18 años de edad son propensos a sufrir algún tipo de acoso o maltrato a través de los medios electrónicos. El 40% de los estudiantes de primaria y secundaria han sido víctimas de violencia y el 90% en algún momento de sus vidas han sufrido acoso. Del total de los casos de bullying, actualmente, el 80% son llevados a los medios electrónicos".<sup>5</sup>

Es decir, la Generación Z ha encontrado un medio que permite que las distorsiones, insultos y difamaciones viajen más rápido y de manera anónima, con los efectos negativos que ello conlleva como son depresiones, descontrol emocional e, incluso, suicidios.

### Educar para una nueva generación

Con estos cambios, la Generación Z representa un reto para los métodos de enseñanza-aprendizaje. Los jóvenes tienen la influencia de Internet en su forma de leer y escribir, así como en sus hábitos de estudio. Además, Z no considera que la educación y el trabajo desempeñen un papel importante en su vida. Para ellos,



más que el estudio, es más importante el conocimiento de la tecnología y la inteligencia<sup>6</sup>, por lo que la escuela enfrenta desafíos novedosos.

Según estudios, su contacto temprano y constante con las tecnologías, ha provocado que mejoren sus aptitudes cerebrales de velocidad, y son capaces de realizar dos o más actividades a la vez. Sin embargo, también ha afectado su capacidad de atención constante y pierden rápidamente la concentración.

Por otro lado, los adolescentes prefieren la economía lingüística, donde se prefiere el ahorro de letras recortando las palabras, por ejemplo: "k" en lugar de "que" o "tmb" en lugar de "también".

Otra característica es la ausencia de tildes, así como el uso particular de los signos de puntuación; por ejemplo, es común que no se incluya en primer signo de admiración o interrogación en las oraciones (vas a ir a la fiesta?). También es de hacer notar las constantes modificaciones ortográficas, intercalando mayúsculas y minúsculas, cambio en las grafías, sobre todo de "b", "v", "g", "j", eliminación de la "h", entre otras distorsiones que hacen del lenguaje una codificación muy particular (HoAa KoMoO EstAsZ. Ntp, erA vRomA). Es decir, el uso del lenguaje les proporcionan identidad propia ya que la Generación Z codifica y decodifican usando sus propias reglas, ya sea por moda, formas de expresión juvenil y, sobre todo, por la influencia de la lectura no lineal de los textos cibernéticos de Internet.

De este modo, la redacción antepone lo lúdico a la comprensión del mensaje; de hecho, ésta es secundaria, ya que lo fundamental es establecer la codificación propia de la juventud, personalizar los textos y reproducir, en la medida de lo posible, el calor oral juvenil.

A lo anterior se suma el uso de imágenes que eliminan o sustituyen palabras, conceptos, emociones y expresiones. Los "emoticons" o "emojis" "han reemplazado palabras y el uso correcto de la ortografía en cada idioma, pues los nativos digitales utilizan más estos elementos virtuales para crear conversaciones en la red a través de



#### Fuentes consultadas:

- 1) INEGI. Estadísticas a propósito del Día Mundial del Internet (17 de mayo), en [www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2015/internet0.pdf](http://www.inegi.org.mx/saladeprensa/aproposito/2015/internet0.pdf), consultado el 8 de diciembre de 2016.
- 2) Ibidem
- 3) ¿Qué hacen los adolescentes en Internet? En [http://www.milenio.com/negocios/internet\\_teens-habitos\\_internet-estudio\\_internet-adolescentes\\_internet\\_0\\_533346771.html](http://www.milenio.com/negocios/internet_teens-habitos_internet-estudio_internet-adolescentes_internet_0_533346771.html) consultado el 10 de diciembre de 2016
- 4) Poy Solano, Laura. "Libre expresión e intolerancia. Distintivos de la Generación Z". En *La Jornada*, 15 de febrero de 2015, p. 33
- 5) <http://www.pcworld.com.mx/articulos/19134.htm> consultado el 16 de diciembre de 2016
- 6) [https://es.wikipedia.org/wiki/Generaci%C3%B3n\\_Z](https://es.wikipedia.org/wiki/Generaci%C3%B3n_Z) consultado el 15 de diciembre de 2016
- 7) Gutiérrez, Norma. "¿Generación Z? Los humanos digitales". En <http://www.informador.com.mx/suplementos/2015/572509/6/generacion-z-los-humanos-digitales.htm>, consultado el 13 de diciembre de 2016.
- 8) Centeno, Marimar. "Generación Z", en <https://www.elsiglodetorreon.com.mx/generacion-z>, consultado el 13 de diciembre de 2016
- 9) Pérez Villegas Oliveiro. "Conoce a la Generación Z, hermanita de los millenial", en <http://www.altonivel.com.mx/44977-8-claves-para-conectar-con-la-generacion-z/> consultado el 13 de diciembre de 2016.

la pantalla que de viva voz<sup>7</sup>, lo que provoca pérdida de riqueza lingüística y de la capacidad de expresar pensamientos abstractos mediante el lenguaje.

Como hemos comentado, la Generación Z se caracteriza por preferir el lenguaje sencillo, directo y accesible, mientras que rechazan los discursos largos o complejos, así que valoran la información concreta, por lo que representa un problema enfrentarlos a textos más complejos o extensos.

Asimismo, tienen prácticas que afectan en su desempeño académico. "No duermen lo suficiente, consecuentemente padecen cansancio crónico, ansiedad, intolerancia y mal humor (...), la Generación Z no está dispuesta a dejar de lado sus dispositivos móviles renunciando al descanso que da el dormir profundamente".<sup>8</sup>

Pero también son jóvenes que aprenden rápido y fácilmente se familiarizan con la tecnología más reciente. Están más abiertos a métodos novedosos de enseñanza-aprendizaje y esperan que esto se refleje en el aula. En este sentido, son más críticos, innovadores y autónomos. Según datos a nivel mundial, la Generación Z es autodidacta, pues el 33% aprende por medio de tutoriales de Internet; más del 20% hace sus lecturas en tablets y otros dispositivos, y el 32% realiza sus tareas *on line*.<sup>9</sup>

Asimismo, al no considerar fundamental el seguimiento de las reglas, esperan formas de trabajo en el aula más flexibles y apegadas a su forma de vida, donde las computadoras deben jugar un papel central. Ello implica que los profesores deben actualizarse constantemente y conocer los contenidos virtuales, así como contenidos que les sean atractivos, sobre todo, los multimedia.

En conclusión, el reto educativo es atender a una nueva generación que tiene otras formas de comunicarse y expresarse, acostumbrados al intercambio cibernético cultural, social y político; que enfrenta diversas problemáticas y cuenta con formas de entretenimiento y expresión inéditas, con sus respectivas novedosas formas de acceder y generar conocimiento. Porque, como siempre ha sucedido en la historia, las nuevas generaciones van adelante que los modelos tradicionales de enseñanza, y la Generación Z no es la excepción.📶



## ¡No te quites la camiseta!

Estudiante: Si eres sorprendido consumiendo cualquier sustancia prohibida (alcohol, marihuana, inhalantes, etc.) serás remitido al Tribunal Universitario.



## ¡No pongas en riesgo tu permanencia en la UNAM!

Asistir a la Universidad en estado de ebriedad o bajo los efectos de algún estupefaciente, psicotrópico o inhalante; ingerir o usar, vender, proporcionar u ofrecer gratuitamente a otro, en los recintos universitarios, bebidas alcohólicas y las sustancias consideradas por la ley como estupefacientes o psicotrópicos, o cualquier otra que produzca efectos similares en la conducta del individuo que los utiliza **AMERITAN SANCIONES QUE VAN DESDE UNA AMONESTACIÓN HASTA LA EXPULSIÓN DEFINITIVA DE LA FACULTAD O ESCUELA.\***

\*Artículo 95 sección IV del Estatuto General de la Universidad Nacional Autónoma de México, Legislación Universitaria.



## Validación de horas de servicio comunitario

Se invita cordialmente a toda la comunidad y becarios PREPA-SÍ a validar dos horas a la semana apoyando los trabajos que desarrollamos en el marco de la **Educación Ambiental**.

Acude al **Curso-taller** los días viernes a las 13:00 horas en sala 1 de audiovisual (Informes e inscripciones).

También participa en el **cuidado de viveros y áreas verdes del plantel**, todos los viernes de 11:00 a 13:00 horas en el vivero del edificio T.

Informes Edificio T en Becas y FB Julieta Sierra

www.fppt.info

## CALENDARIO DE EXÁMENES EXTRAORDINARIOS

### TERCER PERIODO "EC"

Se informa a los alumnos de la generación 2017 y anteriores que las inscripciones al TERCER periodo de exámenes extraordinarios EC se efectuarán vía Internet, a través de la dirección electrónica:

www.cch-oriente.unam.mx

del 23 al 27 de enero de 2017, 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 23 al 27 de enero de 2017, una vez que obtuviste el comprobante de inscripción impreso y tu o tus órdenes de pago vía Internet, acude a la ventanilla del Departamento de Control Presupuestal a realizar el pago correspondiente.
- 2) Inmediatamente presenta en las ventanillas de Escolares el o los comprobantes de inscripción 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 ni podrás presentar el examen.

**Área de Ciencias Experimentales, es requisito indispensable presentar la guía resuelta y sellada el día del examen. Para el Área de Talleres, solamente presentar la guía resuelta (para más información acude al Área correspondiente).**

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.	31 de enero de 2017
2) Las imágenes de actas en las áreas, para que te informes el día, la hora y el lugar donde presentarás el examen.	23 de febrero de 2017

LAS ÁREAS APLICAN EXÁMENES

Área	Fechas
Matemáticas	2,3,9 y 10 de marzo de 2017
Ciencias Experimentales	6 y 7 de marzo de 2017
Historia	13 de marzo de 2017
Talleres	28 de febrero y 1 de marzo de 2017
Idiomas	27 de febrero de 2017

Si adeudas dos asignaturas de la misma área, solicita tu inscripción en jurados diferentes, inscribete 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 o INE.

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

SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR



COMISIÓN ESPECIAL DE EQUIDAD DE GÉNERO DEL H. CONSEJO UNIVERSITARIO

Atención alumnas y alumnos:

La Comisión Especial de Equidad de Género del H. Consejo Universitario (CEEG) te proporciona los datos de contacto con la Unidad para la Atención y Seguimiento de Denuncias dentro de la UNAM (UNAD), la Oficina del Abogado General (OAG), la Defensoría de los Derechos Universitarios (DDU) y el Programa Universitario de Estudios de Género (PUEG).

DENUNCIA

Unidad para la Atención y Seguimiento de Denuncias dentro de la UNAM (UNAD)  
T. 56 22 63 78 ext. 48063  
dentro de la UNAM

Oficina del Abogado General

01-800-ABOGRAL (2264725)  
01800abogral@unam.mx  
http://www.abogadogeneral.unam.mx



INFÓRMATE

Defensoría de los Derechos Universitarios  
01 55 5622 6220

Programa Universitario de Estudios de Género  
http://www.pueg.unam.mx/



Diseño: Fabián López S.S.



Colegio de Ciencias y Humanidades  
Plantel Oriente

La Dirección del Plantel lamenta profundamente el fallecimiento de

Jesús Martha Sánchez  
Olivo

acaecida el miércoles 4 de enero, madre de Brenda Sánchez Olivo, profesora del Área de Ciencias Experimentales.

Nos unimos a la pena que embarga a familiares y amigos.

“Por mi raza hablará el espíritu”  
Ciudad de México, a 16 de enero de 2017

Diseño: Abigail Rojas Cortés (S.S.)



PSICORIENTA

Julia Gaspar Martínez  
Departamento de Psicopedagogía

Todo cabe en un jarrito sabiéndolo acomodar

El inicio de un ciclo, generalmente viene acompañado de pensamientos positivos y una larga lista de buenos propósitos. Uno de ellos quizá sea mejorar tu situación escolar: “Ser mejor estudiante”, “echarle ganas a las matemáticas”, “pasar todas tus materias”. Pero para que estos propósitos se cumplan requieres de materializarlos en acciones cotidianas que poco a poco te dirijan a su logro.

Imagina que durante el semestre pasado experimentaste algo así: no llegabas a tiempo a tu primera clase y te dieron de baja. Tenías todo listo para elaborar el trabajo a un día de la entrega, pero no fue suficiente y el resultado nada bueno. La acumulación de tareas no te permitió estudiar para el examen y reprobaste. Si las situaciones descritas se parecen un poco a tu realidad, no te preocupes, ocúpate porque aún estás a tiempo de arreglarlo.

Este tipo de situaciones se relacionan con la planeación y organización del tiempo. Seguramente ya te han insistido en ello y iqué flojera te ha causado siquiera pensarlo! Pero revisa las ventajas que traerá a tu vida, si después de conocerlas no te interesa seguir leyendo, estará bien, pero si te convence sería bueno comprometerte con tus nuevas metas.

Ventajas de la planeación y organización del tiempo: lograrás tus metas; alcanzarás un mejor desempeño en todas tus actividades; dispondrás de **más tiempo libre**, te sentirás menos estresado, cumplirás con los plazos asignados a cada actividad, de manera que adquirirás el control de tus acciones y, por lo tanto, alcanzarás buenos resultados en la escuela.

Considera estas recomendaciones. Primero, establece tus prioridades, ubica aquellas situaciones que deben corregirse para actuar conforme a tus nuevas metas. Por ejemplo, si tu propósito y meta a lograr es acreditar

tus materias del nuevo semestre, deberás evaluar aquellos aspectos urgentes y que son necesarios cambiar; reconocer aquellos que con un poco de esfuerzo pueden mejorar y también mantener las acciones y actitudes que te permitieron avanzar. Seguramente al incluir nuevas acciones, deberás renunciar a otras, pero este costo quizá vale la pena pagarlo.

Elabora un listado de las actividades, tareas o necesidades de este momento, por ejemplo: *necesitas recurrir a asesorías para matemáticas*, organizar una exposición para presentar en dos semanas, lectura de un libro para su entrega en un mes, llegar puntual a las clases. Cada una de ellas tiene una prioridad distinta. Y también una serie de acciones pequeñas y grandes para cumplirlas.

Desglosa y desarrolla cada una de ellas, pero si decides acudir a las asesorías de Matemáticas, entonces requieres destinar tiempo extra, dejar alguna otra actividad (que ocupa tiempo pero no es necesaria), acudir a consultar los horarios, registrarte y comprometerte a asistir los días pactados. Si lo que necesitas es ser puntual en tus clases, también es importante establecer nuevas rutinas durante tu día para poder dormir más temprano y levantarte con menos pendientes por la mañana, esto te permitirá salir a tiempo y cumplir con el horario de la clase.

Elabora una lista de todas tus actividades en un día común, señalando la hora en que lo realizas y el tiempo de duración; un ejemplo, acudo a la escuela (7:00 a 13:00 hrs), regreso a casa (13:30 a 14:30 hrs.), tomo una siesta (14:30 a 16:00 hrs.), me entretengo en videojuegos, Facebook, o whatsapp (16:30 a 20:00 hrs.), hago mi tarea (20:00 a 23:30 hrs.), voy a dormir (24:00 a 5:00 horas). Con ello podrás reconocer aquellas acciones que te llevan demasiado tiempo y lo necesario o inútil para alcanzar tu meta. Reelabora un horario en el que incluyas tus nuevas actividades, reduce tiempos o elimina las que no son tan nec-

esarias, lo importante de esta nueva organización es que sea elaborada por ti y consideres cambios factibles, reales. No se trata de planear ideales que no cumplirás, sino cambios viables desde tus necesidades y prioridades.

Dedicar unos minutos a planear y administrar el tiempo que vas a emplear en cada actividad, *no hará tu vida menos divertida ni rígida*, al contrario, administrar el tiempo evitará que lo gastes en *actividades que no son importantes o necesarias* y te permitirá contar con más espacio para hacer lo que te interesa. Recuerda incluir actividades para el descanso, diversión, obligaciones y desarrollo personal.

Una herramienta útil para todo estudiante es el manejo de una agenda, que te permitirá registrar y visualizar todos tus quehaceres, de manera mensual, semanal y diaria. Es importante que anotes y, sobre todo, revises tus pendientes, incluyendo no sólo los deberes sino las tareas de recreación y diversión. (Puedes utilizar tus dispositivos móviles con este tipo de aplicación y alarmas para recordar eventos).

Esperamos que con estas breves recomendaciones tu inicio de año pueda ser diferente, organizado, planeado, pero sobre todo satisfactorio para ti y para el logro de tus propósitos.

Seguramente te saltan algunas dudas y en la elaboración de tu horario requieres de mayor precisión, para ello te recordamos que puedes acudir al Departamento de Psicopedagogía y con gusto te apoyaremos.

Referencias:

García-Huidobro, C. (2005). *A estudiar se aprende*. Metodología de estudio sesión por sesión. Chile: Alfaomega.  
Pansza, M. (1990). *El estudiante*. Técnicas de estudio y aprendizaje. México: Trillas.  
Quezada, R. (1985). *Guía del estudiante*. Administración del tiempo. México

# Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades Dirección General Secretaría Estudiantil Calendario Escolar 2017



**Enero 17**

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

**Febrero 17**

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				



**Marzo 17**

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**Abril 17**

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

**Mayo 17**

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

**Junio 17**

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

**Julio 17**

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

**Agosto 17**

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

**Ciclo Escolar 2017-2018**



Elaborado por: Secretaría Estudiantil/Control Escolar

Aprobado por el Consejo Técnico en su sesión Ordinaria del 29 de abril de 2017

Inicio de Semestre Fin de Semestre Exámenes Período Interanual o Intersemestral Asueto Académico Días Inhábiles Vacaciones Administrativas