



www.cch-oriente.com.mx

ORIENTE

ÓRGANO INFORMATIVO DEL PLANTEL ORIENTE • SEXTA ÉPOCA • NÚM. 703 • 16 DE ABRIL 2012

INFORMA



Reducir, reutilizar y reciclar, las claves para conservar el medio ambiente

6



1972 • 2012

CCH
ORIENTE
40 ANIVERSARIO

ENSEÑANZA APRENDIZAJE



Mitos helénicos en muestra de carteles

3

En este número...

Práctica del inglés a ritmo de los Beatles

7

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

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
landerosso@hotmail.com

EDITORIAL

Trabajo creador y formativo

El centro de atención de toda nuestra actividad es el aprendizaje de los estudiantes. Brindar apoyo, orientación, y sobre todo cumplimiento a nuestro trabajo cotidiano es una función que no debe descuidarse en ningún momento. Por eso, el exhorto y el reconocimiento a los profesores y alumnos quienes continúan con sus actividades en este último tramo del año escolar.

Lo hemos establecido así, que el “corazón cultural” de este centro educativo es la explanada principal. De ahí que sea grato observar la diversidad de muestras, exposiciones, pláticas, proyección de películas, entre otros espectáculos que dan vida no sólo a este lugar, sino que demuestran el interés por fortalecer la formación integral de los jóvenes que finalmente deben ser los beneficiados en este proceso educativo.

Por tal razón, es de reconocer las actividades de jóvenes entusiastas que ofertan a sus demás compañeros sus trabajos escolares, sus experimentos e investigaciones, así como su talento y creatividad en muestras y talleres, espectáculos musicales o teatrales en este “corazón cultural”, que al paso de los días ha tomado

más fuerza como escenario para el trabajo creador y formativo.

Estamos a días de finalizar el semestre, pero no está de más hacer un llamado a los alumnos y alumnas, a los profesores y profesoras a dar el “extra”, el “último esfuerzo”, a cumplir con el compromiso asumido desde el inicio de este año escolar, para que se obtengan resultados satisfactorios tanto en la enseñanza como en el aprendizaje.

Por ello, también hacemos un llamado a los jóvenes de sexto semestre quienes están a punto de culminar su etapa de bachillerato, a no claudicar en su afán de egresar bien y mejor, pues de sus resultados obtenidos en este nivel, podrán evaluar su potencialidad para iniciar sus estudios de licenciatura.

No nos descuidemos y cumplamos con las exigencias de todo proceso educativo. Arribemos a buen puerto, con la firme idea de haber respondido con el compromiso estudiantil, con el deber ser universitario, pero sobre todo con la característica que los cecehacheros deben tener: formarse como buen estudiante, mejor persona y excelente ciudadano o ciudadana.

ENSEÑANZA APRENDIZAJE



Mitología griega, vigente en la construcción de mensajes publicitarios

Primera exhibición “De la percepción a la comunicación a través del texto icónico-verbal”

Personajes de la mitología griega se hicieron presentes en la explanada central del Plantel Oriente para promocionar productos y servicios. Zeus bajó del cielo para ofertar pilas que superarían a las del conejito, Poseidón invitó a playas paradisíacas que serían ideales para disfrutar las próximas vacaciones y Hades presentó el perfume que le llevó a abandonar el inframundo. Lo anterior estuvo plasmado en los carteles de la exposición *De la percepción a la comunicación a través del texto icónico-verbal*, que tuvo lugar el pasado 26 de marzo.

En el salón de clases, a los alumnos de Latín de la profesora Leslie Martínez González se les entregaron distintos mitos helénicos que debieron comprender y retomar para la construcción de anuncios publicitarios. Así, con conocimiento e ingenio, vincularon historias de hace siglos con juramentos de satisfacción de necesidades cotidianas, más algún plus; por ejemplo, *Fragancia Hefesto* prometía que, además de brindar un aroma duradero, te auxiliaría a conseguir a tu Afrodita, la diosa más bella del Olimpo.

Otras muestras de agudeza publicitaria encontraron cabida en el sector de los alimentos. El Minotauro, ser temido con cuerpo de hombre y cabeza de toro, se convirtió en el sello de calidad de la

carne de res; mientras Atreo, parricida que dio de comer a su hermano los restos de sus sobrinos, invitaba desde un cartel a consumir la comida de un restaurante con el atractivo eslogan: “¡Los dioses te invitan a pecar! Ellos lo crearon, tú debes probarlo”.

Para complacer a la vanidad se ostentó la existencia de una línea de ropa avalada por Helios, dios del sol, cuya premisa de venta fue: “Hará que deslumbres... sólo déjate llevar”. Y en el caso de que la carencia fuese más espiritual que superficial, se anunció una conferencia motivacional basada en la premisa de que si Sísifo, rey de Efría, está condenado eternamente a empujar una roca en el averno, las demás personas no están subyugadas a tal castigo y por lo tanto pueden librarse de cargar su propio bagaje (temores, decepciones, etcétera) y triunfar.

Martínez González, organizadora de la presentación, comentó en entrevista con este medio que la actividad de combinar ficción antiquísima con la construcción de mensajes publicitarios estuvo encausada a complementar la formación integral de los estudiantes, dado que al tiempo que se les dotó de conocimientos culturales primordiales, también se les estimuló a encontrar nuevas perspectivas para dar a comprender los textos, como es la realización de un cartel.

Aunado a las atractivas propuestas de todopoderosos a mortales, hubo un espacio dedicado a carteles en los que se desglosaron los elementos semióticos de anuncios publicitarios actuales. Igualmente, se exhibieron grabados, propaganda e incluso, se realizó una dinámica en la que los jóvenes tenían que otorgarle sentido a una serie de imágenes sin diálogos, con el fin de crear una historia.

El evento fue organizado por académicas del Plantel Oriente, Leslie Martínez González, profesora de Griego y Latín, Rosa Ilescas Vela, de Taller de Expresión Gráfica, y Haideé Jiménez Martínez, de Taller de Comunicación. A su vez, participaron las docentes Martha Leticia Hernández Valencia, de Taller de Lectura, Redacción e Iniciación a la Investigación Documental, y Virginia Lara del Razo, de Taller de Expresión Gráfica, y sus respectivos alumnos. 

Rosa Ramírez Hernández SS





ATENCIÓN

alumnos generación 2010 y anteriores

Si estás por concluir el bachillerato en el presente ciclo escolar, o eres alumno de generación anterior y no haz ejercido el Pase Reglamentado, es importante que conozcas las fechas en que realizarás este trámite.

Recuerda que del **30 de abril al 18 de mayo** son las fechas en que tomarás la decisión más importante de tu vida, que es elegir carrera.

Por ello te sugerimos que antes de hacer tu trámite o registrarte, leas con atención la **convocatoria que se publicó en Gaceta UNAM y por Internet del 9 y 12 de abril de 2012**, para que conozcas qué elementos se toman en cuenta en la asignación de carrera:

- 100% de créditos de acuerdo al plan de estudios cursado. **No existen ni permisos especiales ni cartas compromiso.**
- Se consideran los años transcurridos y el promedio obtenido en el bachillerato.
- Para asignación de carrera y campus, no se considera el domicilio del alumno; **son aspectos de carácter académico los que ponderan.**
- Es importante que en el momento de elección de carrera y plantel, tomes en cuenta que hay carreras y planteles con una demanda muy alta.
- Antes de elegir una carrera, te sugerimos revisar las características particulares de esa profesión, ya que algunas tienen prerequisites, es decir, requerimientos adicionales para su ingreso.

Si tienes dudas en cuanto a la elección de carrera, acude al Departamento de Psicopedagogía del Plantel, en donde el personal especializado te dará una mayor orientación.

**RECUERDA QUE DEBES EFECTUAR EL TRÁMITE DE PASE
REGLAMENTADO A PARTIR DEL 30 DE ABRIL AL 18 DE MAYO.**

¡NO HABRÁ PRÓRROGA!

Biología, ciencia que debe ser asequible para los alumnos **Presentación de la obra *Biología I*, en el Plantel Oriente**



Los profesores, además de sus conocimientos y métodos de enseñanza, requieren de obras didácticas actualizadas que les auxilien a acercar a los estudiantes a la ciencia. Por lo anterior, se ha de destacar la presentación del libro *Biología I*, que tuvo lugar el pasado 26 de marzo en la sala 2 de Audiovisual, del Plantel Oriente.

Durante el evento, los biólogos y coautores de la publicación, José Luis López Arenas y Fernando Fernández Ramírez, puntualizaron la importancia de su obra como instrumento de enseñanza y difusión científica que busca convertir en asequibles los conceptos y eventos biológicos para todo estudiante de nivel medio superior.

Raúl García Acosta, profesor de Biología en el Plantel, reseñó los temas principales de la publicación, entre los cuales están los niveles de organización de la materia, características y componentes de los seres vivos, teorías de la evolución y herencia, y la biodiversidad.

Distingue a *Biología I* que su creación partió de las experiencias en aulas de sus artífices, pues, como lo señaló Emilio Román Hinojosa, también docente de Biología y encargado de realizar una breve reseña curricular de ellos, tanto López Arenas como Fernando Ramírez, además de sus actividades de investigación, se dedican a dar cátedra en el Plantel Oriente y en la Facultad de Ciencias de la UNAM, respectivamente.

Para Francisco Javier Rodríguez Pérez, Secretario Académico, que estuvo en representación de Arturo Delgado González, director del Plantel, la relevancia del evento fue que se presentó un libro perfectible que se pondrá a prueba y completará en los salones de clase en las que varias de las ideas para su creación, tuvieron origen.

López Arenas y Fernández Ramírez han publicado dos volúmenes: *Biología I* y *Biología II*, ambas obras pueden adquirirse en librerías, bajo el sello editorial de Fernández Editores.

Rosa Ramírez Hernández SS



DEFENSORÍA DE LOS DERECHOS UNIVERSITARIOS



**Académicos
y
Estudiantes:**

La Defensoría
hace valer sus derechos

Emergencias al 5528-7481

Lunes a viernes

9:00-14:00 y 17:00-19:00 hrs.

Edificio "D", nivel rampa frente a *Universum*

Circuito Exterior, Ciudad Universitaria

Estacionamiento 4

Teléfonos: 5622-6220 al 22 Fax: 5606-5070

ddu@servidor.unam.mx

En un evento cultural en la Escuela Normal de Chalco, los alumnos de teatro y psicodrama, del profesor Salvador Regalado Baeza presentarán dos obras:

"La barca sin pescador" de Alejandro Casona, dirigida por el alumno Carlos Gutiérrez; y "La herencia" producida por el profesor Salvador Regalado.

Dicho evento se realizará en el auditorio de la Normal de Chalco a las 12:00 horas del domingo 22 de abril.

¡Adelante muchachos, a representar a la UNAM!

Botellas de plástico, cartones de huevo, retazos de periódico, envolturas de alimentos, entre otros elementos, se consideran desperdicios, material que se desaprovecha, dado que con él se puede llegar a elaborar muebles, juguetes, canastas y hasta prendas, como lo demostraron los estudiantes del Plantel Oriente en la 3ª Jornada académica de reciclaje que se llevó a cabo el pasado 30 de marzo en la explanada central.

Ajustar los hábitos de las personas hacia el consumo responsable es primordial para asegurar la conservación del ambiente y la salud de cada individuo. A diario, en la ciudad de México, se generan seis toneladas de basura, mismas que contaminan y dañan el bienestar de los habitantes, sin embargo, sólo se recicla el 12% de esos desechos, cuando, al menos el 70% es reciclable, de acuerdo a la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales, Semarnat.

Para ejercer el consumo responsable, sólo hace falta apegarse a la regla de las tres erres: reducir, reutilizar y reciclar, ámbitos que se vinculan estrechamente. Por ejemplo, en tiempo de calor se suelen adquirir envases de agua, los cuales pueden reutilizarse varias veces al ser llenados desde casa y así se reduce la adquisición y desperdicio de plástico, así como el material puede cambiar a un nuevo producto.

¿En qué se puede transformar una botella de plástico? Por medio de talleres y actividades durante el evento, los presentes observaron e incluso, practicaron cómo transformar recipientes en macetas, dulceros, floreros, porta-

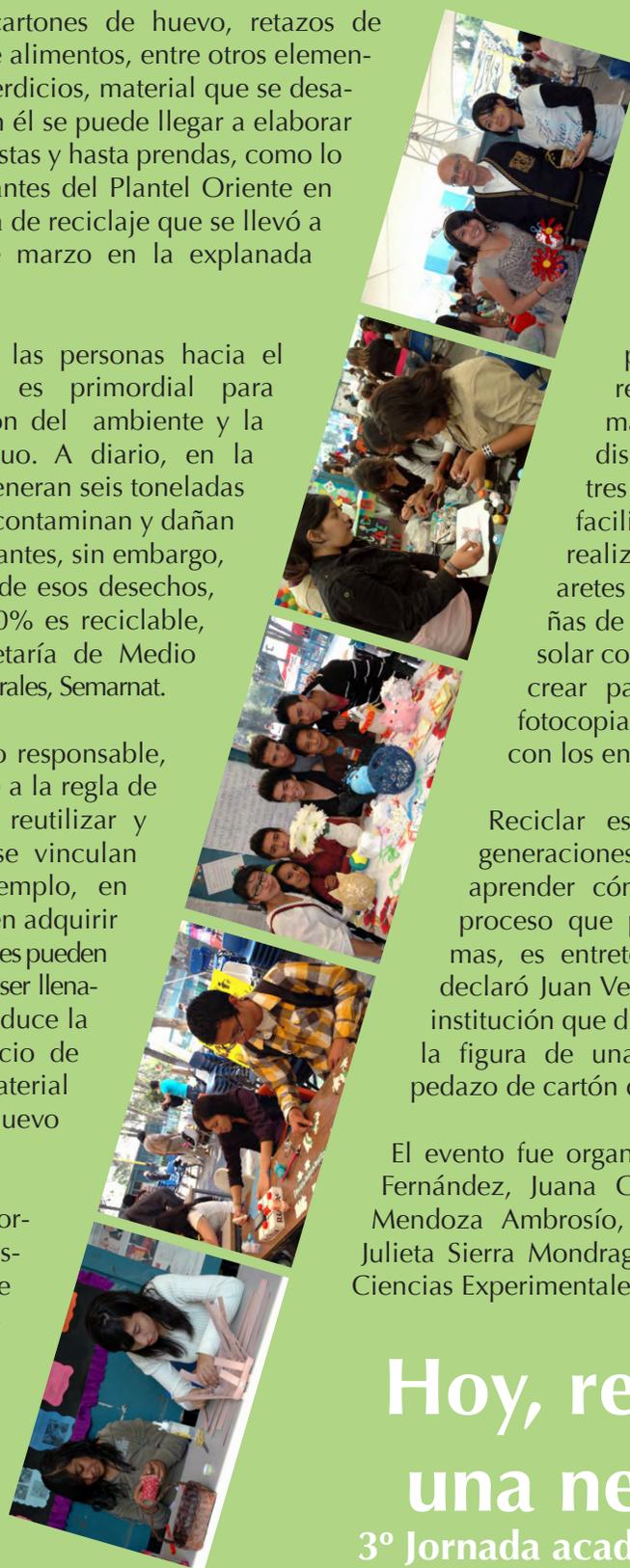
lápices, pulseras, adornos o sillones de descanso.

La exhibición no sólo constó de muestras acerca de qué hacer con envases, contempló otros productos de desecho cotidiano que los jóvenes pueden reciclar sin más requerimientos que tener el material, tiempo y disposición. Si se juntan los tres anteriores elementos, con facilidad el adolescente puede realizar accesorios (collares, aretes o brazaletes) con las pestañas de las latas, construir un horno solar con aluminio, vidrio y madera, crear papel nuevo procedente de fotocopias o confeccionar un vestido con los envoltorios de panqués.

Reciclar es una necesidad para las generaciones actuales, por ello se debe aprender cómo hacerlo y disfrutar del proceso que podrá parecer complicado, mas, es entretenido y genera beneficios, declaró Juan Velasco García, alumno de la institución que durante la exposición elaboró la figura de una tortuga con base en un pedazo de cartón de huevo.

El evento fue organizado por Griselda Chávez Fernández, Juana Garduño Yépez, Ana María Mendoza Ambrosío, Areli Oropeza Grande y Julieta Sierra Mondragón, profesoras del Área de Ciencias Experimentales del Plantel Oriente.

**Hoy, reciclar es
una necesidad**
3ª Jornada académica de reciclaje



La música es el lenguaje universal y cuando se interpretan melodías inmortales como las canciones de los Beatles, se vuelve motivo de nostalgia, enlace generacional, fuente de recuerdos compartidos e incluso una herramienta para aprender la lengua originaria de la isla británica: el inglés.

Con el propósito de que los alumnos de segundo semestre practiquen el idioma de Shakespeare, el pasado 10 de abril se llevó a cabo el concurso *"Here comes el son, letras de The Beatles en diferentes ritmos"*, donde entusiastas jóvenes desplegaron su talento vocal y dancístico, así como su dominio del inglés, para convencer a los jueces y fascinar al público que abarrotó el recinto.

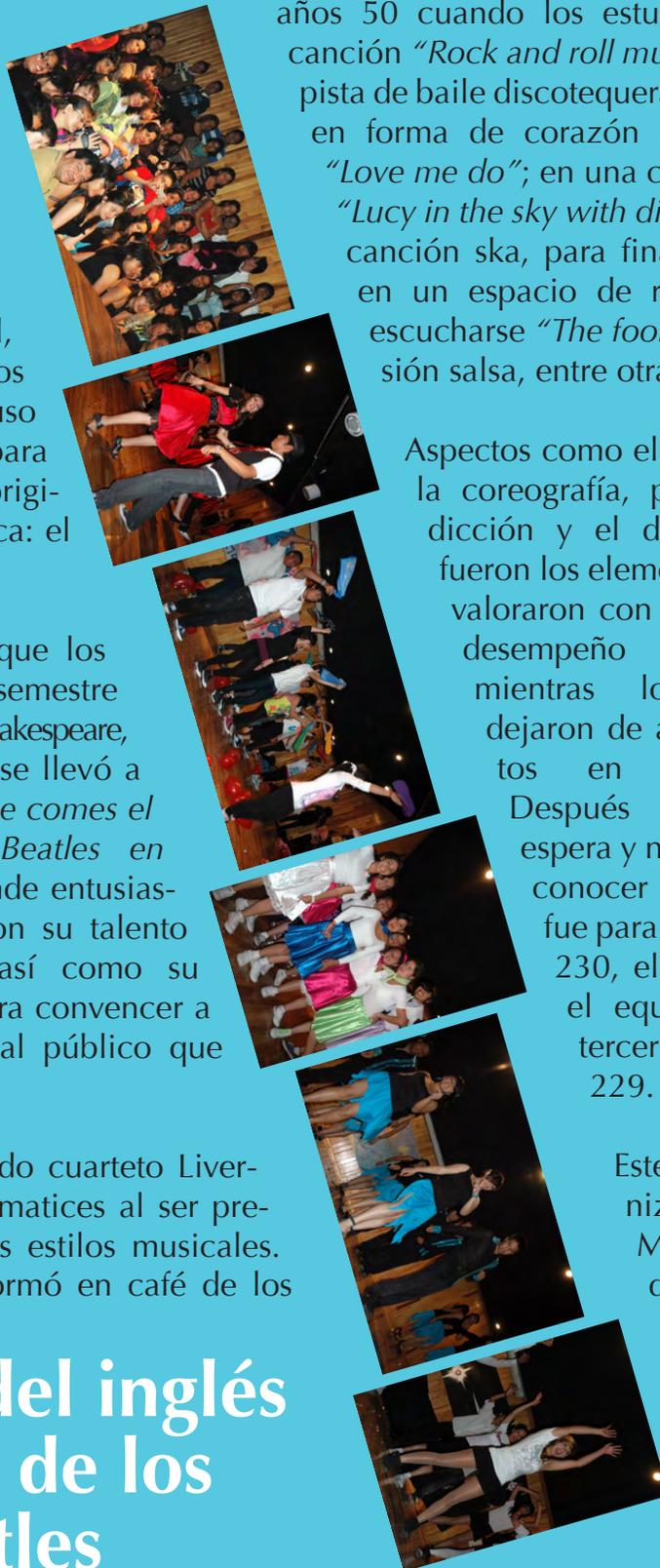
Los clásicos del llamado cuarteto Liverpool adquirió nuevos matices al ser presentados en novedosos estilos musicales. El escenario se transformó en café de los

años 50 cuando los estudiantes bailaron la canción *"Rock and roll music"*; devino en una pista de baile discotequera cubierta de globos en forma de corazón al ritmo dance de *"Love me do"*; en una calle para interpretar *"Lucy in the sky with diamonds"* como una canción ska, para finalmente convertirse en un espacio de ritmos tropicales al escucharse *"The fool on the hill"* en versión salsa, entre otras canciones.

Aspectos como el vestuario, el canto, la coreografía, pero sobre todo la dicción y el dominio del inglés, fueron los elementos que los jueces valoraron con cuidado durante el desempeño de cada equipo, mientras los asistentes no dejaron de apoyar a sus favoritos en ningún instante. Después de momentos de espera y nerviosismo, se dio a conocer que el primer lugar fue para el equipo del grupo 230, el segundo sitio para el equipo del 211 y el tercer lugar para el grupo 229.

Este evento fue organizado por María Martha Ramos Reséndiz, Yessica Palomino Ocañas y Miguel Ángel Ríos Núñez, profesores del Departamento de Inglés de este Plantel.

Práctica del inglés a ritmo de los Beatles





PROGRAMA DE APOYO AL EGRESO

PAE ESPECIAL

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

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 mayo de 2012, vía Internet en la página del Plantel. El 9 de mayo de 2012 consulta por Internet, los grupos que fueron autorizados, así como el salón y horario al que deberás asistir.

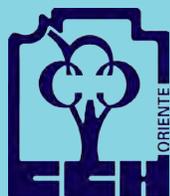
DURACIÓN DEL PROGRAMA

Se llevarán a cabo los días 12, 14, 16, 17, 18, 19, 21, 22, 23 y 24 de mayo de 2012.

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

Las calificaciones serán registradas en las actas correspondientes al Periodo Especial 2012-2 de exámenes extraordinarios.

SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR



Abril 2012

La escuela también es para los progenitores

**Conferencia para padres:
Los jóvenes y las adicciones**

El modelo educativo integral del Plantel Oriente implica la participación de los progenitores en el proceso formativo de los estudiantes. Por este motivo, el Departamento de Psicopedagogía del Plantel, a cargo de la pedagoga María del Rosario Pétriz Elvira, organizó *Escuela para padres*, un ciclo de conferencias del cual la penúltima charla: *Los jóvenes y las adicciones*, se llevó a cabo el pasado 28 de marzo en la sala 2 de Audiovisual, Ignacio Chávez.

La ponencia estuvo a cargo de la doctora Luz Guadalupe Razo Rojas, integrante del Centro de Atención Primaria de Adicciones, CAPA, la cual informó a los asistentes acerca de los índices del consumo de tabaco, alcohol y drogas en los jóvenes, asimismo los instruyó en los factores de riesgo y protección que deben tener en cuenta con sus hijos.



En suma, la especialista en salud externó que en caso de que los progenitores detectaran un problema de adicción en sus descendientes, tienen la posibilidad de acudir a alguna de las 32 Unidades Médicas de Atención a las Adicciones (UNEME-CAPA), en donde recibirán orientación personalizada.

Este tipo de eventos auxilia a que los padres de familia se mantengan informados sobre temas relevantes en el desarrollo de sus hijos y así consigan apoyarlos en caso de ser necesario, aseguró Angélica Lorena Virgilio Garfías, madre de una alumna del Plantel Oriente, quien ha estado presente en la mayoría de las charlas impartidas.

El ciclo de conferencias que comprende este curso escolar concluirá el 24 de abril con la disertación: *Los jóvenes y las tecnologías* en la sala 2 de Audiovisual.

Rosa Ramírez Hernández, SS



Cápsula Científica

La cebolla

Aunque no lo creas una porción de 100g de cebolla, te aporta algo sorprendente, que aunque no te dará súper-poderes, contiene una gran variedad de nutrimentos: Glúcidos, Lípidos, Proteínas, Fibras, Calcio, Magnesio, Potasio, Hierro, Vitamina C, Vitamina B1, Vitamina B3, Vitamina B6, Vitamina B9 y Vitamina E; por ello amigos, antes de rechazar cualquier platillo con cebolla, piensa en todo lo que te ofrece para tu buena alimentación...¡Hasta pronto!

Orozco Romero Brian Uriel, Pérez Durán Iván Gabriel
y Eric Isay Espinosa Mendoza.
Alumnos del Seminario local Siladín Biología

**EL PROGRAMA JÓVENES HACIA LA INVESTIGACIÓN
EN HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES,
PLANTEL ORIENTE**

FELICITA

a

- Angélica Hernández Zalazar
- Karen López Casimiro
- Zahira Yamilet Pérez Molina

Por haber obtenido los 3 primeros lugares en el 2º Concurso de Oratoria, Plantel Oriente "Los jóvenes y los derechos humanos"

Asimismo, les deseamos éxito en la gran final interplanteles que se llevará a cabo en el Plantel Nautcalpan el próximo 17 de abril a las 10:30 horas.

Para mayores informes acude al cubículo del Programa Jóvenes hacia la Investigación en Humanidades y Ciencias Sociales, ubicado en el edificio F, planta alta.

Correo electrónico angeluz2k@yahoo.com.mx

El Área de Ciencias Experimentales del
Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Oriente

Invita

A los Profesores en activo integrantes del Área al

Primer encuentro de profesores del Área de Ciencias Experimentales

A realizarse el 7 y 8 de mayo del 2012 en las instalaciones
del Plantel.

Propósito:

Que los profesores participen en la revisión y elaboración de propuestas de ajuste al plan de estudios y programas de las diferentes asignaturas que integran el área.

Se le pide a cada profesor, por favor de asistir con el Programa de las asignaturas que imparte y el Cuadernillo "Diagnóstico Institucional para la Revisión Curricular del Colegio de Ciencias y Humanidades". Éste último se puede consultar en el siguiente sitio:

http://www.cch.unam.mx/sites/default/files/diagnostico_institucional.pdf

*Se entregará constancia con valor curricular.

*Asistencia y permanencia del 100%

Atentamente
Comité Organizador





PSICORIENTA



María del Rosario Pétriz Elvira *
mrpetriz@yahoo.com.mx

Ocupa tu tiempo con inteligencia

Es posible que te hayas encontrado con diferentes personas, cuya característica común es la forma en cómo organizan su tiempo; algunas suelen realizar actividades que van surgiendo (o por impulso) y no consiguen perseverar en ellas, por eso las abandonan; otras, por el contrario, planean con anticipación lo que les interesa llevar a cabo, y aprovechan el tiempo de forma más eficaz, persisten en aquello que desean, les gusta perfeccionarse en su tarea. Y una característica peculiar en estas personas, es el disfrute de lo que hacen, y eso las hace capaces de dedicarle tiempo extra a lo que les resulta atractivo.

Si tú deseas desarrollar actividades que has decidido libremente, y te sirven para tu crecimiento personal, te recomiendo que las priorices de acuerdo al tiempo que puedas dedicarle.

Te propongo realizar el siguiente ejercicio:

Escribe un listado de cinco actividades más importantes para ti, y luego su nivel de prioridad:

Número	Actividades	Prioridad

Analiza cuántas de esas actividades se refieren al trabajo académico que actualmente realizas, y cuáles se refieren a la recreación o a la cultura. Después considera las tareas domésticas (aseo del hogar), porque frecuentemente pasan inadvertidas, cuando en realidad, consumen gran parte de nuestro tiempo. Así que debemos de reflexionar sobre la colaboración constante en la limpieza del lugar donde vives, preocúpate por conocer todas las funciones del mantenimiento de una casa: lavar, planchar la ropa, preparar alimentos, trapear y barrer pisos, además de estudiar y hacer las tareas..

Con estos elementos reflexionados, es conveniente que tengas a la mano una agenda y aprendas a programar tus labores; de modo que puedas desarrollar el hábito de estudiar por lo menos dos horas diarias; tengas o no examen, comienza a acostumbrarte a repasar las clases que has tomado y revisar el material que sigue, para que a la hora de la clase puedas participar activamente en ellas.

Es positivo que lleves a cabo un plan diario para administrar tu tiempo:

Tareas a realizar	Objetivo	Dificultad	Tiempo previsto	Distribución

Finalmente, toma en cuenta tu actitud ante de lo que planeas efectuar, conviene modificar el enfoque de culpar a terceros (profesores, papás, amigos, o compañeros de clase), de tus dificultades, cuando te corresponde revisar tus responsabilidades, en cuanto al compromiso que has adquirido; la autocrítica es sana, porque ayuda a corregir donde es necesario. ☺

Referencia bibliográfica:

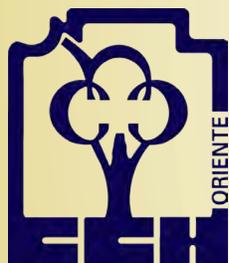
Juan Castañeda, *Habilidades académicas, bachillerato*. Ed. Mc Graw-Hill, México, 2009, 309

XII Carrera Atlética 5k CCH ORIENTE - FESZ

"Juventud Segura"



DELEGACION
IZTAPALAPA



XL Aniversario CCHO

2 de mayo 2012 10:00 Hrs.

Informes:

CCH Oriente Tel. 57-73-63-17

FES Zaragoza Tel. 56-23-07-16

www.deportivasfesaragoza.wordpress.com