www.cch-oriente.unam.mx

ORIENTE INFORMA

Órgano informativo del Plantel Oriente • Sexta época • núm. 746 • 30 de septiembre de 2013

ENSEÑANZAPRENDIZAJE

Debate sobre la identidad y filosofía

5

ENSEÑANZAPRENDIZAJE

¿Leo y leo... y no entiendo?

11

unam donde se construye el futuro

Estudiantes demuestran su espíritu universitario y su vocación de servicio

3

Se entregaron reconocimientos a 50 alumnos del plantel quienes, de manera voluntaria y desinteresada, apoyaron en diversas actividades durante la Ceremonia de Bienvenida de la Generación 2014.

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
Mtro. José de Jesús Moncayo Sahagún

Secretario Administrativo
Lic. José Luis Sánchez Varela

Secretaria Docente
Lic. Edith Catalina Jardón Flores

Secretaria de Administración Escolar
Lic. Norma Cervantes Arias

Secretario de Asuntos Estudiantiles
Psic. Óscar Espinosa Montaño

Secretario Técnico del Siladin
Ing. Quím. Tomás Nepomuceno Serrano

Secretario Auxiliar de la Dirección
Prof. Maximiano Espina Miranda

ORIENTE
ORIENTE

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

Es tiempo de elegir y bien

Del 3 al 10 de octubre se realiza una edición más de "Al Encuentro del Mañana", exposición de orientación vocacional, cuyo propósito es informar y orientar a los estudiantes universitarios para elegir y bien su carrera profesional.

En distintos espacios del Colegio de Ciencias y Humanidades se trata este tema que, para muchos, puede ser trivial, pero que en realidad implica y requiere una serie de factores que influyen en una toma de decisión trascendental para el alumnado.

Bien sabemos que de una buena orientación, también se tendrá una adecuada selección de lo que desean estudiar los jóvenes en el nivel superior. Elegir parecería fácil; sin embargo, encierra una serie de complejidades si tomamos en consideración que nuestros alumnos carecen de información fundamentada para escoger una de las más de 100 carreras profesionales universitarias.

De ahí la recomendación para que las alumnas y los alumnos de nuestro centro educativo, especialmente de quinto semestre, asistan a este evento, convocado por la Secretaría de Servicios a la Comunidad, a través de la Dirección General de Orientación y Servicios Educativos de la UNAM, donde encontrarán información oportuna y suficiente, brindada por especialistas que ayudarán a reforzar la selección de una carrera, de un futuro académico y de vida.

Una recomendación más. Aquí, en nuestro plantel, tenemos el Centro de Orientación Educativa, coordinado por el Departamento de Psicopedagogía, espacio que cuenta con información y personal capacitado para dar respuesta a la serie de inquietudes que tienen los estudiantes, en torno a la selección de una carrera que puede ser el preámbulo para una vida exitosa, o bien el inicio de un camino escabroso en los estudios profesionales.

No esperes más y encamínate "Al Encuentro del Mañana" para saber qué carrera elegir.

ENSEÑANZAPRENDIZAJE

Reconocimiento a estudiantes por su apoyo en la Ceremonia de Bienvenida a la Generación 2014

Alumnos comprometidos con el espíritu universitario

La Ceremonia de Ingreso Generación 2014 en nuestro plantel requirió una complicada logística, así como personal capacitado y solidario para cumplir y atender a padres de familia y a 3800 alumnos que, ilusionados, ingresaron a la Universidad Nacional. Como un reconocimiento a esta labor, se entregaron reconocimientos a 50 jóvenes cecehacheros que se presentaron como voluntarios para llevar a buen puerto dicha ceremonia.

Ante la presencia de Edith Jardón Flores, Norma Cervantes Arias, Maximiano Espina Miranda y Óscar Espinosa Montaño, secretarios Docente, de Administración Escolar, Auxiliar de la Dirección y de Asuntos Estudiantiles de esta escuela, respectivamente, así como de María del Carmen Martínez Tapia, jefa de Planeación del mismo centro educativo, se realizó el pasado 10 de septiembre este reconocimiento, el cual se convirtió en una fiesta al compromiso estudiantil.

En su momento, Martínez Tapia se congratuló de contar en el plantel con alumnos que sienten el espíritu universitario por colaborar, de forma voluntaria en su tiempo libre, para dar una digna bienvenida a sus compañeros de nuevo ingreso. Afirmó que "con eso se demuestra que contamos con estudiantes de altos valores y solidarios, dispuestos a sacrificarse por el bien de los demás."

Entre las actividades de estos entusiastas jóvenes, denominados "aplicadores", pueden ennumerarse su apoyo en la recepción de sus nuevos compañeros, pero también en la aplicación de los exámenes diagnóstico académico, médico y de inglés; pláticas con padres de familia; taller de inducción al CCH; Expobienvenida; visitas guiadas; plática de derechos universitarios e inscripciones, lo cual significó una enorme carga de trabajo, que se llevaron a cabo de manera eficiente y amable.

En su momento, Maximiano Espina aseveró que "nuestro modelo educativo implica el fomento de la responsabilidad en el alumno y al cumplimiento de sus tareas, lo que aunado a estas actividades extracurriculares, demuestra una sólida formación de nuestros educandos y con valores profundamente inculcados".

Por su parte, Óscar Espinosa, Norma Cervantes y Edith Jardón coincidieron en expresar su regocijo por la capacidad de los aplicadores para cumplir con el trabajo encomendado, a pesar de la complejidad de las labores, y los invitaron a seguir apoyando a su escuela.

En esa ceremonia, algunos de los homenajeados expresaron su alegría y satisfacción por participar en este proyecto el cual, aseguraron, les permitió conocerse mejor como personas, entender el sentido del trabajo en equipo, a sentir lo que realmente significa ser universitario con valores como la solidaridad, responsabilidad y la disciplina. Finalmente, agradecieron la oportunidad de contribuir a la Universidad pues, afirmaron, "en esta actividad no sólo fuimos amigos o compañeros, formamos una familia".

PREMIOS NOBEL EN FÍSICA

12ª EXPOSICIÓN DE CARTELES

Invitamos a profesores y profesoras que imparten Física, y a los alumnos que la cursan, para participar en este evento, a realizarse el 18 de octubre del año en curso, de las 9:00 a 13:00 y de 15:00 a 18:00 hrs., en la explanada del Plantel, de acuerdo a las siguientes

BASES

1. La contribución del profesor consistirá en asesorar a los alumnos
2. La participación de los alumnos puede ser individual o por equipo (máximo 4 alumnos), con un solo asesor
3. La exposición será en la modalidad de cartel, en donde se incluirá la fotografía y el trabajo científico en el campo de la Física por cual fue premiado el personaje, en una cartulina, papel manila o papel bond (tamaño 60 x 90 cm).
4. Las inscripciones se cierran el 15 de octubre de 9:00 a 13:00 y de 16:00 a 19:00 hrs., en la Academia de Ciencias Experimentales.
5. En cada cartel, se indicará en la parte inferior derecha por el frente, el nombre de él o los alumnos al que pertenece, el nombre del profesor asesor y el número de inscripción (el que se entrega en el momento de anotarse)
6. La entrega de los carteles será el día del evento a las 8:00 hrs. para el turno matutino y a las 15:00 hrs par el turno vespertino, en la explanada del Plantel; su colocación estará a cargo de los autores participantes, en el lugar que le sea indicado por los organizadores.
7. El o los alumnos harán una réplica oral de su cartel el día del evento (a su hora de clase), pero el cartel permanecerá durante todo el turno respectivo, al término de la exposición (13:00 hrs para el matutino o 18:00 hrs., para el vespertino). Cada equipo recogerá sus materiales y dejará limpio su lugar.
8. Se entregará constancia a los profesores que asesoren más de 2 carteles y a los alumnos que cumplan con el punto anterior.
9. Cualquier aclaración será resuelta por los miembros del comité organizador

México, D. F., septiembre de 2013

Sabías que...

en el plantel, tenemos profesores, trabajadores y estudiantes interesados en mejorar:

- Las áreas verdes, cuidándolas, arborizando, manteniéndolas limpias y en buenas condiciones.
- Que tenemos dos viveros: uno ubicado atrás del edificio T y otro detrás del F.
- Que promovemos la separación de residuos.
- Que trabajamos para construir un Jardín Botánico.
- Que puedes cumplir con tus horas de servicio comunitario con nosotros: Prepa-sí
- Que promovemos el uso racional de nuestros recursos
- Que pretendemos dejar un mejor plantel para las siguientes generaciones.

"Únete a nuestro equipo para contar con espacios dignos de trabajo"

Informes e inscripciones, martes 13:00 horas, sala 2 de audiovisual, o viernes 13:00 horas en el edificio T

Por UNAMbiente limpio

Profra. Julieta Sierra

Colegio de Ciencias y Humanidades
Plantel Oriente

La Dirección del Plantel lamenta profundamente el fallecimiento de

María Martínez Mendieta

acaecida el 12 de septiembre, madre de Haideé Jiménez Martínez, profesora del Área de Talleres de Lenguaje y Comunicación de este centro educativo. Nos unimos a la pena que embarga a familiares y amigos.

"Por mi raza hablará el espíritu"
México, DF, a 30 de septiembre de 2013

Filocafé Oriente, espacio de libre discusión

La compleja labor de la construcción de la identidad

Un café filosófico consiste en un espacio libre y democrático donde se privilegia el diálogo abierto, franco y respetuoso. A imagen del Ágora griega, lugar donde los ciudadanos acudían a discutir y compartir puntos de vista, el pasado 11 de septiembre se inauguró la segunda etapa del Filocafé Oriente con el tema de la identidad, con la numerosa presencia de estudiantes de todos los semestres interesados por los temas filosóficos.

El coordinador del Filocafé Oriente, profesor Mario Santiago Galindo, comentó que la intención no es enseñar filosofía, sino comprender el mundo desde esta perspectiva, pero también impulsar el debate y argumentación y generar, entre todos, un conocimiento. Posteriormente, explicó que en este espacio los participantes deciden los temas a discutir, por lo que son distintos en cada sesión y donde la participación en el diálogo es voluntaria.

"No es necesario que los asistentes tengan conocimientos de filosofía, pues la intención es generar un saber mediante el libre flujo de ideas a través de un lenguaje sencillo y ameno. Asimismo, para mantener el respeto, existe un moderador diferente por sesión, el cual cuenta con una sólida formación filosófica, y cuyas ideas enriquecen la discusión".

En primera instancia, Alfonso Lazcano Martínez, maestro del Área Histórico-social, comentó que el concepto de la identidad conlleva el problema de la percepción y plantearnos la diferencia entre apariencia y esencia. Si bien diversas disciplinas científicas inquieren sobre esta temática, por ejemplo, la psicología, los griegos fueron los primeros quienes se plantearon el problema del verdadero "yo".

"Platón hizo la distinción entre el cuerpo y el alma, es decir, que no sólo somos lo corporal, también encontramos los conflictos del humano y la búsqueda del auténtico ser, de lo esencial que nos define. Lo anterior lleva a preguntarnos ¿qué es lo que realmente me hace ser yo? Entonces debemos cuestionarnos cuál es la naturaleza inmutable del hombre, y llevar a

cabo una labor de definición a partir de cuestiones existenciales como el amor, el orgullo y nuestros sentimientos los que, a fin de cuentas, nos indican quiénes somos realmente".

Lazcano Martínez afirmó que otra pregunta básica es ¿somos lo que realmente queremos o un producto de los deseos de los demás? En este punto, afirmó que somos resultado de múltiples factores, que involucran tanto las condicionantes genéticas, las presiones sociales como las experiencias personales. La búsqueda de la identidad entraña el libre albedrío, es decir, nuestras decisiones y el conocimiento de nuestros límites y fortalezas. Para lograrlo, afirmó el moderador, debemos seguir el sabio aforismo de Sócrates, "conócete a ti mismo", lo cual nos conducirá al auto

conocimiento.

Durante el diálogo, los asistentes externaron sus inquietudes sobre el tema. Se discutió la complejidad de la construcción del yo; se debatió la importancia que tienen los demás como factor de construcción identitaria, ya sea para compararnos, diferenciarnos o para integrarnos a los otros. También se expusieron ideas sobre la influencia de los estereotipos en la consolidación del "yo", y de los autoengaños en los que solemos caer en las relaciones sociales al ponernos "máscaras" que encubren nuestro ser verdadero y ocultan nuestra originalidad.

En su momento, el director de este plantel, Arturo Delgado González, felicitó a los estudiantes por dedicar horas extraclase para esta actividad tan enriquecedora, la cual continuará en próximas sesiones, y se congratuló que los participantes muestren su entusiasmo por el cultivo de la ciencia del "amor a la sabiduría". Finalmente, aseguró que el Filocafé Oriente es un proyecto consolidado y que sirve de apoyo para una materia pilar del CCH, la cual forma a los jóvenes en el arte del pensar: la filosofía.

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
CLUBES DE MATEMÁTICAS

Los Clubes de Matemáticas de los Planteles Azcapotzalco, Naucalpan, Oriente y Sur invitan a todos los estudiantes que cursan el nivel medio y el medio superior, a participar en el

XXVI CONCURSO LOCAL DE MATEMÁTICAS

BASES

1. Podrán participar todos los alumnos inscritos en el nivel medio y en el nivel medio superior del CCH, ENP, o de cualquier otra institución educativa.

2. Los alumnos se agruparán en cuatro categorías:

Categoría I: alumnos de Secundaria y primer año de Bachillerato.
Categoría II: alumnos de segundo año de Bachillerato.
Categoría III: alumnos de tercer año de Bachillerato.
Categoría IV: equipos de 3 a 5 alumnos de Secundaria y Bachillerato.

3. Las inscripciones se realizarán en el Club de Matemáticas de cada Plantel, del 9 de septiembre al 4 de octubre de 2013.

4. Al momento de inscribirse recibirán una guía con problemas similares a los que se preguntarán

5. Los exámenes se realizarán a las 10:00 horas en cada Plantel del CCH, conforme con el siguiente calendario:

Eliminatoria Individual (Categorías I, II y III): 5 de octubre.

Final Individual (Categorías I, II y III): 12 de octubre.

Equipos (Categorías IV): 19 de octubre.

6. La evaluación de la Eliminatoria y la Final tendrán el mismo peso.

7. El jurado estará integrado por profesores de los Clubes de Matemáticas.

8. La premiación se efectuará el viernes 25 de octubre a las 13:00 horas en cada Plantel.

México D.F. Octubre 2013.
Atentamente
El Comité Organizador

Diseño Avril M. Serna Ávila S.S.

SÓLO PARA CECEACHEROS

SE BUSCA
DARTE LA MEJOR INFORMACIÓN

COMIDA "MUTANTE" ¿TE IMAGINAS COMERTE UN "MUTANTE"?

Por Marlen Vázquez del Mercado Solís

¿Cómo negarnos a una pizza con doble queso; o evitar comer unas papas fritas ---con "capsú" y salsa valentina--- después de un largo día de clases? Un buen número de nuestros jóvenes estudiantes se hacen estas preguntas cada vez que son informados sobre los problemas de salud a causa de una alimentación conocida por los jóvenes como "comida rica", entre ellas las banderillas, los "suculentos huaraches", las sopas "Maruchan", además de las tortas con salchicha doble o con queso triple, pero eso si con su 'coca light'.

La situación antes descrita permea día a día en nuestro plantel, incluso en muchas escuelas a nivel nacional, por lo que la temática de una "mala alimentación" representa un riesgo peligroso para la salud de los estudiantes, niños, jóvenes, adultos y de la sociedad en general.

Tal vez, por falta de información, o simple gusto a esta comida, no reflexionamos sobre cuántas enfermedades podemos adquirir, a causa de esta "comida" con exceso en grasas, y adicionada con elevados niveles de carbohidratos, grasas "malas", sal, azucares, químicos, además de su alto costo monetario y, por supuesto, del deterioro de la salud. Sabemos que estos productos son de una baja calidad, con escasas proteínas y nutrientes que en nada ayudan a nuestro cuerpo, sin embargo los seguimos consumiendo.

El problema de la salud por el consumo de esta comida, se hace más evidente con la aparición de la obesidad y más recientemente con problemas cardiovasculares en nuestra comunidad juvenil. Lamentablemente, ahora con la mayor industrialización y el "bombardeo mediático", este tipo de alimentación se ha infiltrado en las mesas de los mexicanos, aun cuando sabemos que son productos nocivos para la salud. Tristemente nos dejamos llevar por curiosidad, para conocer a qué sabe, por lo que consumimos más y más sin medir las consecuencias.

Sabemos que al paso de los años y de los "kilos", la población mexicana fue engordando más y más, hasta llegar a ser el número uno en obesidad en todo el mundo, con las consecuencias de las enfermedades crónicas irreversibles como la diabetes, la hipertensión, la gordura y el sobrepeso; males cardiacos, colesterol alto, triglicéridos, y demás enfermedades que van deteriorando súbitamente la salud.

¿Por qué no comer una buena y saludable ensalada de pepino?, ¿verduras cocidas con un aderezo que nos guste? O bien ¿una ensalada de pollo, o de frutas?

Éstas, creo, son sólo algunas alternativas que tenemos que tomar en consideración en nuestra dieta diaria y, hoy junto con "el plato del bien comer", propuesto por la Secretaría de Salud del Gobierno Federal y del Distrito Federal, cuidar nuestra salud y tomar conciencia del mal que nos puede causar una alimentación inadecuada.

Alumno, alumna, te recomendamos observar este fin de semana un documental en internet muy bueno intitulado "Super Size Me" (Súper engórdame), cuya temática trata sobre un joven sano que se pone a dieta, alimentándose por treinta días con comida rápida de una cadena muy reconocida, el propósito de este programa es observar cómo la comida chatarra deteriora considerablemente la salud y pone en peligro la vida.

Aquí les ponemos la dirección electrónica en la que está disponible el documental: www.veoh.com

Te invitamos a convertirte en un cecehachero saludable, comiendo vegetales, legumbres, pescado, carne de aves, además de que tu dieta esté basada en el plato del bien comer, a fin de que tengas una vida plena y sin enfermedades. Dí no a los "mutantes", es por tu salud.

FUENTES CONSULTADAS.
- vivirsalud.imujer.com
  http://vivirsalud.imujer.com/2010/10/04/que-es-la-comida-chatarra
  3.09.13/ 5:30p.m.
- mexico.cnn.com
  http://mexico.cnn.com/salud/2013/07/12/la-historia-de-como-kilo-tras-kilo-mexico-se-volvio-lider-en-obesidad
  3.09.13/ 4:15 p.m.
- www.terra.com.mx
  http://www.terra.com.mx/Cine/Pelicula/default.aspx?PeliculaId=1576
  3.09.13/ 7:20 p.m.
- www.veoh.com
  http://www.veoh.com/watch/v14139914cdZf59Dh?h1=SUPER+SIZE+ME+(ESPA%C3%91OL)
  3.09.13/ 3:25 p.m.
- www.alu.ua.es
  http://www.alu.ua.es/e/ecmf/
  3.09.13/ 6.45

Diseño Avril M. Serna Ávila S.S.

Universidad Nacional Autónoma de México
UNAM

XLI Juegos Deportivos Intra CCH

SECRETARÍA ACADÉMICA
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

La Dirección General del Colegio de Ciencias y Humanidades y la DGADyR, a través del Departamento de Educación Física, **CONVOCAN** a los alumnos inscritos en los distintos planteles, a participar en los **XLI Juegos Deportivos Intra-CCH**, de acuerdo a las siguientes:

BASES

Sede. Instalaciones deportivas de los Planteles del Colegio de Ciencias y Humanidades y C.U.
Fecha de realización. Del 17 de octubre al 19 de noviembre de 2013.
Participantes

- Podrán participar los alumnos inscritos en el CCH con número de cuenta 312, 313 y 314.
- Los alumnos de 3º y 5º semestre deben contar, por lo menos, con el 65 por ciento de avance académico (3er semestre máximo 4 materias reprobadas y 5º semestre máximo 8).

Categorías

Disciplina	Categoría
Atletismo	Única
Ajedrez	Única
Basquetbol	Juvenil Menor Juvenil Mayor
Fútbol Soccer	Única
Fútbol Rápido	Única
Voleibol	Juvenil Menor Juvenil Mayor
Aerobics	Única
Acondicionamiento Físico General	Única
Gimnasia	Única

Ramas

- Varonil y Femenil

Inscripciones. Las inscripciones quedan abiertas a partir de la publicación de la presente convocatoria y hasta:

Disciplina	Fecha
Atletismo	20 de octubre
Ajedrez	
Basquetbol	10 de octubre
Fútbol Soccer	
Fútbol Rápido	
Voleibol	
Aerobics	
Acondicionamiento Físico General	
Gimnasia	

- Las inscripciones se realizarán en el Departamento de Educación Física de tu plantel con el profesor responsable de cada disciplina.
- En el caso de las disciplinas que no se imparten en el Colegio, el responsable de la inscripción es el coordinador de cada turno.

Reglamento y sanciones. Se aplicarán de acuerdo a las disposiciones de la presente convocatoria, anexos técnicos y el código de la Federación correspondiente.
Árbitros y Jueces. Serán designados por el Comité Organizador, su decisión será inapelable.
Premiación. Se otorgarán medallas a los tres primeros lugares de ambas ramas y categorías, en los deportes de Basquetbol, Voleibol, Fútbol Soccer, Fútbol Rápido y Atletismo.
Comité de Honor y Justicia. Estará conformado por los integrantes de la Jefatura de Departamento y los Coordinadores de los cinco planteles.
Transitorios: Los casos no previstos en esta convocatoria serán resueltos por el Comité Organizador.

ATENTAMENTE
"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"

Comité Organizador

Escanea el código QR con tu teléfono celular o tablet

Juegos Deportivos Intra CCH

CALENDARIO DE EXÁMENES EXTRAORDINARIOS

SEGUNDO PERIODO "EB"

Se informa a los alumnos que la inscripción al SEGUNDO periodo de exámenes extraordinarios EB se efectuará vía Internet, a través de la dirección electrónica:

www.cch-oriente.unam.mx

del 14 al 18 de octubre de 2013, 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 14 al 18 de octubre, una vez que obtuviste el comprobante de inscripción vía Internet, acude a la ventanilla del Departamento de Control Presupuestal a realizar el pago correspondiente.

2) Inmediatamente presenta en las ventanillas de Control Escolar los dos comprobantes de inscripción que imprimiste vía Internet 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.

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.	21 y 22 de octubre de 2013
2) Las imágenes de actas en las áreas, para que te informes el día, la hora y el lugar donde presentarás el examen.	5 y 7 de noviiembre de 2013

LAS ÁREAS APLICAN EXÁMENES

Área	*Fechas*
Matemáticas	28 y 29 de noviembre y 5 y 6 de diciembre de 2013
Ciencias Experimentales	25 y 26 de noviembre de 2013
Historia	27 de noviembre de 2013
Talleres	2 y 3 de diciembre de 2013
Idiomas	4 de diciembre de 2013

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

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

SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR

Club del Jardín Botánico

Se invita cordialmente a toda la comunidad y becarios PREPA-SÍ, apoyar los trabajos que desarrollamos en el marco del **Taller de Educación Ambiental**.

Curso-taller los días martes a las 13:00 horas en sala 2 de audiovisual (Informes e inscripciones).
Cuidado de viveros y áreas verdes del plantel, así como la construcción **de un Jardín Botánico.**
Todos los viernes de 11:00 a 15:00 horas, a un costado de los edificios V y T (Informes e inscripciones).

Julieta Sierra

Defensoría de los Derechos Universitarios

Estamos para atenderte, orientarte e intervenir a favor de los derechos universitarios de estudiantes y personal académico.

www.ddu.unam.mx
ddu@unam.mx

Teléfonos: 5622-6220 y 21, 5528-7481
Horario de atención
Lunes a viernes
9:00 a 15:00 y 17:00 a 20:00 hrs.

Colegio de Ciencias y Humanidades
Plantel Oriente

La Dirección del Plantel lamenta profundamente el fallecimiento de

Pascual Robledo Gutiérrez

acaecido 21 de septiembre, padre de Roberto Pedro Robledo Arana, profesor del Área de Matemáticas de esta escuela.
Nos unimos a la pena que embarga a familiares y amigos.

"Por mi raza hablará el espíritu"
México, DF, a 30 de septiembre de 2013

EL ÁREA DE TALLERES DE LENGUAJE Y COMUNICACIÓN
invita a la presentación de la revista

MASCARAS

"EL TEATRO DESDE EL CCH"

Sala Pablo González Casanova

9 de octubre
17:00 hrs

PSICORIENTA

Julia Gaspar Martínez
Departamento de Psicopedagogía

"Leo y leo, y no entiendo"

¿Te ha sucedido que por más que repases un texto no logras entenderlo? Para comprender un texto y también varios sucesos en la vida, es importante *estar dispuesto* y estar *conectado* con lo que estás haciendo.

Para disponerte a leer y comprender, es importante ubicarte en un lugar donde tu atención pueda centrarse, un espacio en silencio o con el menor ruido posible, cómodo, iluminado; sintiendo tu cuerpo de la misma forma, cómodo, despierto, relajado, evitando factores que puedan distraer tu atención como la sensación de hambre, cansancio, prisa, etcétera.

Si tienes controlados estos factores, ahora puedes disponerte a leer un texto del tipo que sea. Al parecer, los textos que representan una tarea o 'algo' que "debes" hacer, cuestan un poco de más trabajo, pero no te desanimes, puesto que son varios procesos los que están involucrados.

Para comprender:

Antes de leer, hojea el material. Haz una exploración preliminar.

Ejercita tu imaginación, crea imágenes a partir de lo que lees.

Lo más importante son las ideas no las palabras, pon atención en las ideas principales y tradúcelo a tus propias palabras.

Trata de predecir los contenidos, a través de los títulos y subtítulos.

Busca el significado de las palabras, a partir del contexto.

Trata de relacionar la información de la lectura con tu experiencia (conocimientos previos sobre el tema).

Expresa con tus propias palabras la idea del autor.

Apóyate con preguntas clave:

1. ***¿Quién?*** Sujeto
2. ***¿Cómo?*** Características, cualidades
3. ***¿Cuándo?*** Tiempo
4. ***¿Dónde?*** Lugar
5. ***¿Cuánto?*** Cantidad
6. ***¿Qué?*** Acción
7. ***¿Por qué?*** Razón de la acción
8. ***¿Para qué?*** Razón de la utilidad
9. ***¿Cuál?*** Elección

Las preguntas clave te ayudarán a recuperar la información y organizarla en categorías, favoreciendo la atención y concentración, además de permitir la comprensión.

Finalmente para comprobar que comprendiste lo leído...

Serás capaz de expresar el asunto central (de qué trata la lectura) en forma oral o por escrito.

Podrás dar ejemplos diferentes a los expuestos en la lectura.

Reconocerás cuando se está hablando de un mismo asunto pero de diferente forma.

Podrás aplicar la información en distintos problemas.

Podrás realizar una valoración crítica y razonada del contenido.

Recuerda que tu método para la comprensión de un texto podrá irse perfeccionando, sólo debemos de practicar diariamente hasta integrarlo como un hábito en tu vida.

Ahora sí, cuando comprendes lo que lees, el texto adquiere un sentido y un significado.

Bibliografía

García-Huidobro B. Cecilia. 2005. **A estudiar se aprende**. Metodología de estudio sesión por sesión. 9ª Edición. Alfaomega. México.

Pansza Margarita. 1990. **El estudiante. Técnicas de estudio y aprendizaje**. Editorial Trillas. México.

Al Encuentro del MAÑANA 2013

DÉCIMO SÉPTIMA EXPOSICIÓN DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL

Qué carrera elegir

3 al 10 de octubre

9:00 a 17:00 horas
Estacionamiento para Aspirantes
Av. del IMAN s/n
Ciudad Universitaria

www.dgose.unam.mx

Universidad Nacional Autónoma de México
Secretaría de Servicios a la Comunidad
Dirección General de Orientación y Servicios Educativos