



Oriente



Órgano Informativo del Plantel Oriente
Séptima época • núm. 910 • 7 de enero de 2019
www.cch-oriente.unam.mx

informa



Premio Universitario del Deporte 2018 3

PEMBU, semillero de científicos 4



DIRECTORIO



RECTOR

DR. ENRIQUE LUIS GRAUE WIECHERS

SECRETARIO GENERAL

DR. LEONARDO LOMELI VANEGAS



DIRECTOR GENERAL DEL CCH

DR. BENJAMÍN BARAJAS SÁNCHEZ

SECRETARIA GENERAL

DRA. MARÍA LETICIA DE ANDA MUNGUÍA



DIRECTOR

LIC. VÍCTOR EFRAÍN PERALTA TERRAZAS

SECRETARIO GENERAL

BIÓL. MARCO ANTONIO BAUTISTA ACEVEDO

SECRETARIA ACADÉMICA

MTRA. GLORIA CAPORAL CAMPOS

SECRETARIO ADMINISTRATIVO

ING. MARIO GUILLERMO ESTRADA HERNÁNDEZ

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. HUGO JESÚS OLIVERA GARCÍA

SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN

LIC. MIGUEL LÓPEZ MONTOYA

Oriente
informa

JEFE DE INFORMACIÓN

LIC. IGNACIO VALLE BUENDÍA

DISEÑO EDITORIAL

LIC. MIGUEL ÁNGEL LANDEROS BOBADILLA

DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES

C. ROSENDO VARGAS TORRES

Oriente Informa aparece los lunes publicado por el Departamento de Información, de la Secretaría General del Plantel Oriente. Edificio de la Dirección. Teléfono: 57736325, ext. 142.

Correos electrónicos: ignacio.valle@cch.unam.mx
landerosso@hotmail.com

EDITORIAL

Empezar el 2019 con ímpetu y entusiasmo

Este 2019 se vislumbra como un año de desafíos, los cuales debemos de hacer frente para seguir como un bachillerato exitoso y uno de los mejores de la Universidad Nacional Autónoma de México; para ello, desde el inicio de este semestre, es necesario y oportuno que todos como comunidad, cumplamos con nuestras responsabilidades que nos orientarán y nos ayudarán a alcanzar proyectos, metas y propósitos que deben tener la mejora institucional y personal.

Debemos empezar un semestre que hoy inicia, con el rigor que exigen las actividades académicas, directivas y administrativas, en el que cada uno debe ser responsable de lo que tiene encomendado al pertenecer a una institución universitaria reconocida y con prestigio nacional e internacional.

Recordemos que tenemos el compromiso de formar a las y los alumnos, a partir del deber ser universitario, que implica, entre otras tareas, la asistencia y permanencia a clases, el cumplimiento de las labores administrativas y de dirección, el respeto y aplicación de las normas institucionales; pero lo más importante, el trabajo individual y colectivo dentro y fuera del salón de clases que, seguramente, nos fortalecerán como un centro educativo que responde a la demanda social de una educación y formación de calidad para miles de jóvenes mexicanos.

Entonces empecemos este semestre, este 2019 con ímpetu y

entusiasmo, pero también con la convicción de ser mejor día con día, de establecer proyectos, pero también cumplirlos, de contribuir académicamente a partir de la acción y no solo del discurso, de participar activa y solidariamente en el proceso enseñanza aprendizaje, que reclama y exige la participación comunitaria de profesores, alumnos, cuerpo directivo y administrativos, a fin de seguir como uno de los mejores planteles del bachillerato universitario.

Comenzamos un año más, una nueva etapa política nacional que genera expectativas, esperanza y el bien común de los mexicanos, pero que al mismo tiempo, demanda la participación y responsabilidad cabal de una comunidad que debe ser solidaria con el país y la sociedad, la cual espera de todos nosotros un crecimiento educativo, económico y social para el bienestar comunitario, especialmente de nuestros jóvenes estudiantes. 📌



Enseñanza Aprendizaje

■ Karla López Lozada, Premio Universitario del Deporte 2018

El deporte, inseparable de la educación

El año pasado, en este espacio, titulamos una nota informativa con la frase “Una deportista con garra y pasión”, de una gloriosa universitaria quien obtuvo al finalizar el 2017 el reconocimiento a la mejor atleta en el deporte adaptado en la Universidad Nacional Autónoma de México.

A 365 días de ese hecho, hoy nuevamente Karla Itzel López Lozada, alumna de este centro educativo, nos sorprende con el Premio Universitario del Deporte 2018, equivalente al Premio Estatal del Deporte, a nivel nacional.

López Lozada se hizo acreedora a este premio luego de haber obtenido dos medallas de oro en lanzamiento de jabalina, lanzamiento de disco, y una plata en impulso de bala durante la Paralimpiada Nacional 2018, realizada en el estado de Colima en el verano pasado.

De hablar seguro y convencida de lo que representa ser alumna deportista, nuestra jovencita, hoy con 9 de promedio en sus

estudios, insistió en que ser atleta y estudiante no es sencillo, sin embargo procura disciplinarse en sus actividades como practicante y como alumna de este plantel, en donde ha encontrado la atención, la comprensión, pero principalmente el reconocimiento de sus compañeros, quienes ven ella un ejemplo a seguir para la práctica deportiva y para la formación académica.

Durante este reconocimiento celebrado el pasado 3 de diciembre en el auditorio Javier Barros Sierra de la Facultad de Ingeniería, acompañada de los directores general del CCH y del Plantel Oriente, Benjamín Barajas Sánchez y Víctor E. Peralta Terrazas, la galardonada recibió sonoros aplausos cuando se le otorgó este premio, que a decir de Alejandro Fernández Varela Jiménez, titular del Deporte Universitario, recibir este galardón es “reconocer sus éxitos en el deporte, es reconocer el camino que han decidido emprender los atletas para promover

el desarrollo de habilidades que les serán de gran utilidad como futuros egresados, porque el deporte es inseparable de la educación y fomenta valores como la lealtad, la honradez, la disciplina, el respeto y la superación personal”.

La mejor deportista en 2017, con gran entusiasmo declaró que este gallardete “es una mezcla de orgullo y satisfacción, pues el esfuerzo ha valido la pena, por lo que agradeció a todos los que están cerca de ella, para alcanzar metas deportivas y académicas”.

Cabe destacar que en esta ceremonia también fueron reconocidos los mejores 41 deportistas que se ejercitan en igual número de disciplinas en la Universidad Nacional, todos ellos con participaciones y actuaciones destacadas para la UNAM en el ámbito nacional e internacional federado, quienes también fueron seleccionados para participar en otras competencias y selectivos para representar a esta casa de estudios y al país. 📌



■ Charla en el PEMBU del plantel

Orientación para el desarrollo de proyectos científicos

Los efectos del cambio climático, como sequías, huracanes más potentes y constantes ondas de calor, requieren estudiarse de manera interdisciplinaria. Para ello, en el Programa de Estaciones Meteorológicas del Bachillerato Universitario (PEMBU), los alumnos pueden realizar investigaciones donde vinculen conocimientos de otras asignaturas para explicar estos fenómenos, así como fomentar hábitos de análisis científico.

Lo anterior lo afirmó el maestro



en Ciencias Enrique Azpra Romero, durante una plática que sostuvo con cececheros que están realizando sus proyectos para la siguiente convocatoria del Día Meteorológico Mundial a celebrarse en marzo de este año, y a quienes brindó orientaciones teórico-metodológicas.

Así, aconsejó a los jóvenes investigadores a clarificar los conceptos que utilicen para garantizar la precisión y rigor científico. Por ejemplo, si desean emplear el término “onda de calor”, debe definirse con exactitud, anotar sus características, precisar cuántos grados de temperatura y tiempo de duración debe tener para considerarla como tal, entre otros datos. Sólo así, aseveró, es un concepto válido y operacional.

Al responder preguntas sobre los proyectos de los alumnos, como captación de agua pluvial en nuestro plantel, predicción de huracanes, afectaciones de las lluvias en la zona oriente de la ciudad o los efectos de la contaminación en la temperatura

y estado del tiempo, Azpra Romero los orientó sobre las formas correctas de medir y analizar los datos, además de su tratamiento, uso de gráficos, enfoques metodológicos, así como el empleo de variables meteorológicas.

Asimismo, el ponente, quien labora en el Centro de Ciencias de la Atmósfera de la UNAM, exhortó a los jóvenes a utilizar las bases de datos con las que cuenta el PEMBU del plantel como temperatura, presión, humedad, radiación solar y UV, entre otros, lo cuales son actualizados cada media hora y pueden consultarse en el link www.ruoa.unam.mx/pembu/.

Para finalizar esta charla efectuada el pasado diciembre, Julieta Moreno Reséndiz, responsable del PEMBU local, felicitó a los alumnos asistentes por su interés por la ciencia en esta actividad extracurricular, y aseveró que este tipo de charlas con expertos enriquecen su formación académica y los vuelve estudiantes más críticos y analíticos. 📍

COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
PLANTEL ORIENTE

¡LA seguridad SOMOS TODOS

Por tu seguridad,
Itú construyes tu futuro!

Cuando te soliciten tu credencial
¡muéstrala!

con ello te reconocemos
como parte de la comunidad
universitaria.

EN ESTE 2018, DESEOS QUE CUMPLIR PARA UN AÑO PRODUCTIVO

Sí, son doce uvas, pero... ¿por qué solo pedir doce deseos? Obviamente, entre esos están los clásicos de ir al gimnasio, hacer dieta –que por cierto, nunca empieza– y bajar de peso; ahorrar la beca, estudiar y trabajar, entre otros más, los cuales, por pretextos muy simples se olvidan dentro de los primeros días del inicio de enero.

En un año hay trescientos sesenta y cinco días, tiempo suficiente para cumplir sueños que nos llenen de satisfacción, alegría y orgullo. Lo primero en la vida de todo cecechero es “pasar” las materias; por eso, ahora que iniciamos un nuevo semestre, no nos cuesta nada dejar los malos hábitos y vicios para salir con buenas calificaciones, estudiar con ímpetu, llegar puntualmente a clases, hacer las tareas, entre otros proyectos personales y, con eso, no meternos en problemas y cumplir sobradamente con nuestros deseos.

Pero, si algunos de ustedes ya tienen buenas y suficientes calificaciones y está buscando amor, una canción, leer más, ser más comprometido y responsables, seguro éstas serán las mejores opciones. En este 2019, podemos iniciar nuestro periplo, dedicando uno de los veinte poemas de amor de Pablo Neruda; aquí una probadita del poema 12: «Para mi corazón basta tu pecho,/para tu libertad bastan mis alas./ Desde mi boca llegará hasta el cielo/lo que estaba dormido sobre tu alma.»

Y santo remedio, tendrás su atención y podrás rematar con el poema 14: «A nadie te pareces desde que yo te amo./ Déjame tenderte entre guirnaldas amarillas./Quién escribe tu nombre con letras de humo entre las estrellas del sur?/Ah déjame recordarte cómo eras entonces, cuando aún no existías.» Recuerden que hay historias de amor que nunca terminan, o que simplemente se esconden a la vuelta de la esquina.

Y si de ahorrar dinero se trata, no hay que gastarlo en chucherías que no valgan la pena y que solo vamos a usar una vez en toda la vida. Mejor consumirlo en un libro, en un cuaderno, o en las copias del profesor de matemáticas, de inglés, comunicación o ¡¡¡filosofía!!! El dinero tiene su flujo, pero también hay que saber usarlo y no desperdiciarlo. Se puede hacer un presupuesto para saber el máximo que podemos gastar o guárdalo abajo del colchón, porque de vez en cuando puede funcionar.

Si queremos hacer ejercicio, debemos comenzar poco a poco y tener en cuenta que el ejercicio no solo cambia tu cuerpo, también tu mente, tu actitud y tu humor. Ya es momento de comenzar a hacer ejercicio, la belleza interior no siempre funciona y también hay que decir que las excusas son para las personas que no desean lo suficiente y esto aplica para todos los ámbitos de nuestra vida. Todos los logros y satisfacciones comienzan con la decisión de intentarlo.

Debemos volvernos más humildes y aceptar nuestros errores, eso hace la diferencia entre nosotros y los demás. Dejemos de ser del montón y volvamos a ser únicos, con una manera diferente de pensar, de actuar; es por nuestro bien. Dejemos de dar problemas a nuestros padres y no hagamos acciones buenas que parezcan malas.

Seamos felices y salgamos con una sonrisa cada día de nuestra casa, enfrentémonos a este mundo lleno de adversidades y a las afrentas que hoy pasan. Volvernos más empáticos y aprender a convivir sin usar el bendito celular. Dejemos por un momento la tecnología y recordemos que hay un mundo que descubrir, que no solo existe YouTube, sino también la calle, el circo, el teatro, el calor de hogar, es decir lugares insólitos donde la imaginación se puede “echar a volar”.

Entre esos deseos puede estar el soñar, porque ningún sueño es pequeño ni demasiado grande. También están las oportunidades, porque como dijo Oscar Wilde «Nunca dejes pasar una oportunidad que te haga feliz, aunque a los demás no les guste» Debemos de aprender a hacer justicia «pero yo no hablo de venganzas ni perdones, el olvido es la única venganza y el único perdón», como en algún momento escribió Jorge Luis Borges.

Sí, hay doce uvas, pero ¿por qué no tener más deseos, más sueños que sepamos qué podemos hacer realidad?

Solo les quiero recordar una frase, que como lector me cambió la vida. Adolfo Bioy Casares escribió que «Leer es la otra aventura y que, posiblemente, la primera era la vida misma»

Les deseo un buen inicio de semestre y, por supuesto de año, para que tengan más de doce deseos y más de veinte mil sueños, porque la vida es corta, y ustedes los saben. 🍇

Por: Ulises Soriano



Una vida formando al futuro del país

Una vida formando al futuro del país

Dos y tres décadas y media de asistir al aula y cumplir con la noble labor de la docencia, fueron premiadas en noviembre pasado durante una emotiva ceremonia donde docentes de nuestro plantel que cumplieron 25 y 35 años de labor académica recibieron un reconocimiento público por su esfuerzo y dedicación.

Durante este evento, el titular de este centro educativo, licenciado Víctor Efraín Peralta Terrazas, comentó que el trabajo de los homenajeados ha engrandecido a la institución la cual, gracias a su compromiso profesional, ha superado momentos complicados y sigue consolidándose como formadora de los futuros profesionistas.

Al tomar la palabra en representación de los docentes que cumplen 25 años de labor, el profesor Alfredo Enríquez Gutiérrez comentó la complejidad del trabajo académico que abarca desde los aspectos laborales, pedagógicos y burocráticos, sin olvidar las expectativas, sentimientos y personalidad de cada profesor, son aspectos que inciden en su labor profesional. Además, debemos tomar en cuenta el momento de formación de la identidad que atraviesan nuestros estudiantes, lo que dificulta aún más el trabajo en el aula.

“En estos 25 años, la vida en el CCH puede ser distinta para cada profesor, como seguramente lo fue para muchos de quienes pasamos aquí como alumnos, dependiendo de cómo vivan y construyan un significado en torno a la experiencia de haber sido estudiante y ahora docente, pues aunque dos personas enfrenten el mismo acontecimiento, como el hecho de pasar parte de nuestra vida en el Colegio, no viven la misma experiencia”.

25 Y 35 AÑOS LA LABOR DOCENTE



Por su parte, el profesor Sergio Quevedo Bonilla, a nombre de los maestros con 35 años de actividad docente, comentó que vemos el pasado como etapas de alegrías y tristezas, pero que este tipo de reconocimientos nos hacen valorar nuestro trabajo realizado durante todos estos años. Asimismo, consideró que al ser los jóvenes un grupo vulnerable representan una responsabilidad muy grande, que requieren una absoluta dedicación por parte de los académicos.

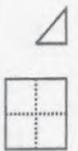
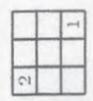
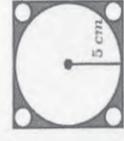
“La docencia es un trabajo compartido junto con el resto de la comunidad universitaria. Es una noble actividad donde alumnos y maestros aprenden mutuamente. Es un sentimiento de gratitud, orgullo y gusto por nuestro trabajo aunque, afirmó, debemos seguir mejorando y seguir trabajando para formar alumnos responsables y propositivos, porque de ellos depende el futuro de nuestra sociedad”.

Para amenizar y despertar los recuerdos, se exhibió un diaporama con fotografías en distintas etapas de la vida de los homenajeados, varios años de labor siempre con el compromiso y vocación por la formar jóvenes. De este modo, la ceremonia tuvo un conmovedor cierre con un goya que demostró que los años pasan pero que las experiencias y la recompensa del trabajo cumplido permanecen. ●



Club de Matemáticas

Se invita a los alumnos a acudir al Club de Matemáticas, planta baja del edificio Q, martes y jueves de 13 a 15 horas, donde se les aclararán sus dudas

<p>1</p> <p>Elige dos números del conjunto $\{18, 24, 44, 45, 56, 75, 80, 112\}$ tales que su producto sea el cuadrado de un número entero.</p>	<p>2</p> <p>Se fijó el vértice O y se rotó el cuadrado 45° en el sentido contrario a las manecillas del reloj. Si el lado del cuadrado mide 1 cm, ¿cuál es el área de la región sombreada?</p> 	<p>3</p> <p>Sean a, b, c, d números reales tales que $0 \leq a \leq b \leq c \leq d$ y que $c + d = a^2 + b^2 + c^2 + d^2 = 1$. Encuentra el valor máximo de $a + b$.</p>	<p>4</p> <p>¿De cuántas maneras puedes rellenar un cuadrado de 2×2 con triángulos que son la mitad de un cuadrado de 1×1? (No se permite encimar triángulos.)</p> 
<p>7</p> <p>El modelo de $2 \times 2 \times 2$ con 8 cubitos de lado 1 cm usa 54 cm de alambre. ¿Cuántos cm de alambre se necesitarán para hacer el modelo de un cubo de $1.0 \times 1.0 \times 1.0$, con 1000 cubitos de lado 1 cm?</p> 	<p>8</p> <p>Cada día en la escuela de Mónica hacen una rifa donde venden 5 boletos y eligen al azar un ganador. Mónica participó en la rifa durante 5 días consecutivos. ¿Cuál es la probabilidad de que gane al menos en un día?</p>	<p>10</p> <p>¿Cuál es el mayor valor que puede tomar la expresión $a + b - a^2 - b^2$, donde a y b son números reales?</p>	<p>11</p> <p>Juan compró cierta cantidad de chabacanos. El 90% del peso de los chabacanos es de agua. Luego los puso a secar hasta que el 60% de su peso original sea de agua. En ese proceso se evaporaron 15 kg de chabacano. ¿Cuál era el peso inicial de los chabacanos en kilogramos?</p>
<p>14</p> <p>¿Cuántos dígitos tiene el número $2^{20} \times 5^{25} + 2^{25} \times 5^{20}$?</p>	<p>15</p> <p>¿Cuál es el área de un triángulo con lados 16 cm, 30 cm y 34 cm?</p>	<p>17</p> <p>¿Cuántos triángulos habrá en la columna 100?</p> 	<p>18</p> <p>Encuentra un entero positivo que cuando lo multiplicas por 9 te da un entero entre 1100 y 1200, y cuando lo multiplicas por 13 te da un entero entre 1500 y 1600.</p>
<p>21</p> <p>En los cuadrados vacíos acomoda los números 1, 2 o 3 de manera que en cada renglón y en cada columna aparezcan estos tres dígitos.</p> 	<p>22</p> <p>Eran las ocho de la mañana, luego permaneciste despierto por 38 horas y, a continuación, te dormiste por las siguientes 11 horas. ¿Qué hora era cuando te despertaste?</p>	<p>24</p> <p>¿Cuántos números de cuatro cifras tienen exactamente dos dígitos iguales a 0?</p>	<p>25</p> <p>¿Cuál es el área de la región sombreada?</p> 
<p>28</p> <p>Carlos escribió en su libreta los números enteros del 1 al 1000. Diana borró todos los números pares y en su lugar escribió sus mitades. ¿Cuántos números diferentes hay ahora en la libreta de Carlos?</p>	<p>23</p> <p>¿Cuántos números reales x cumplen la siguiente ecuación? $(x - 2018)^3 + (2x - 2018)^3 + (4036 - 3x)^3 = 0$.</p>	<p>30</p> <p>Una bolsa contiene un número suficiente de pelotas rojas, azules y blancas. Cada niño de un grupo toma, de la bolsa, tres pelotas al azar. ¿Cuál es el menor número de niños que tienen que tomar pelotas para poder asegurar que las pelotas de dos de los niños tienen la misma combinación de colores?</p>	<p>31</p> <p>El trapezo tiene ángulos rectos en los vértices A y D. Sean M y N los puntos medios de los lados DA y BC, respectivamente. Si $AB = 1 \text{ cm}$ y $CD = 10 \text{ cm}$, ¿cuánto vale MN?</p> 

Nombramiento de Secretario Docente

Atención oportuna a profesores

En una breve ceremonia realizada el pasado noviembre, Víctor Efraín Peralta Terrazas, director de esta escuela, dio posesión a Adolfo Portilla González como secretario Docente del plantel, con la consigna de atender requerimientos de los profesores tales como apoyarlos en concursos para plazas de carrera, orientarlos en sus promociones y coordinar cursos y talleres académicos, entre otros trámites y actividades.



Al momento de tomar la palabra, Adolfo Portilla agradeció la distinción y la oportunidad de colaborar de una forma distinta con el Colegio después de 41 años de labor de enseñanza con alumnos y 30 años impartiendo cursos a profesores, y se comprometió a dedicar su mejor esfuerzo para cumplir de la mejor manera con su nueva encomienda.

Asimismo, la saliente secretaria Docente, Patricia Armida Gómez Sánchez, agradeció la oportunidad de participar en dicho puesto y haber tenido la oportunidad de fortalecer el proyecto educativo más importante del país a nivel bachillerato.

Cabe destacar que Portilla González es licenciado en Ingeniería Química por la Facultad de Química de la UNAM. Ha cursado diversos diplomados e impartido 18 cursos a profesores del CCH, además de haber elaborado diversos materiales didácticos, dirigido tesis de licenciatura, impartido conferencias y organizar eventos académicos locales, entre otras labores profesionales.



Profesor | Alumno

Utiliza tu correo **@cch.unam.mx**

Si aún no lo usas, puedes obtenerlo en <https://plataforma.cch.unam.mx>



Consulta esta información en: <https://www.cch.unam.mx/correoinstitucional>



Aprovecha las aplicaciones que están incluidas con tu correo gratuitamente





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.



PROGRAMA DE APOYO AL EGRESO

SEGUNDO PERIODO 2019-2

El PAE tiene como propósito apoyar a los alumnos de Generación 2017 y anteriores que deseen regularizar su situación escolar, y 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. Si no se cumple con ese requisito, el profesor correspondiente procederá a la baja del grupo.

Se sugiere inscribirse en las asignaturas que presenten mayor dificultad y correspondan a los primeros semestres.

INSCRIPCIONES POR INTERNET

Se realizarán los días 13, 14, 15 y 16 de enero de 2019, vía Internet, en la página del plantel. El 21 de enero consulta por Internet, los grupos que fueron autorizados, así como el salón y horario a que deberás asistir.

Aviso: sólo aparecerán en actas de evaluación los alumnos que se inscribieron en tiempo y forma por vía Internet o en las ventanillas de escolares; es decir, no aparecerán en actas quienes no se inscribieron en las fechas mencionadas.

DURACIÓN DEL PROGRAMA

Se llevarán a cabo los sábados 2, 9, 16 y 23 de febrero; 2, 9, 16, 23 y 30 de marzo y 6 de abril de 2019.

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

Es requisito importante para ingresar al plantel la credencial del PAE. El trámite se efectuará a partir del 21 de enero de 2019; presenta una fotografía tamaño infantil reciente. Por ningún motivo se aceptarán fotografías escaneadas. ¡Recuerda que sin credencial no se permitirá el acceso al plantel!

NOTA IMPORTANTE
SE CANCELARÁ LA INSCRIPCIÓN A PAE A:

- Alumnos que estén inscritos en grupos de recursamiento o en exámenes extraordinarios de la misma asignatura, que correspondan a generaciones 2017 y anteriores, que adeuden hasta nueve asignaturas.

SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR



PSICORIENTA

— S O C R —

Sergio Castellón Vázquez
Departamento de Psicopedagogía

Un nuevo ciclo; una nueva oportunidad

Cuando concluye un año, experimentamos diferentes sensaciones; entre ellas, la alegría por los logros obtenidos, por comenzar un nuevo ciclo y, en cierta forma, también un poco de incertidumbre por dejar inconclusas algunas tareas.



está implícito experimentar, innovar y transformar el mundo para renovar.

Por eso, un proyecto de vida puede permitirnos consolidar todo aquello relacionado con uno mismo, con lo que se es y lo que se quiere ser y hacer; pero sobre todo, con aquello que deseamos para nuestro futuro escolar, laboral y personal, que incluye los esfuerzos y la disposición para su construcción, así como los compromisos y la constancia para su logro.

El proyecto de vida será diferente en cada uno de nosotros, y se relaciona con la historia de vida, esa que se construye cada día. Por ello, es importante considerar la influencia de las personas adultas cercanas a uno: los padres, hermanos, maestros, otros familiares y amigos quienes han estado cerca durante nuestro desarrollo. Las historias de logros de cada uno de ellos pueden constituirse en la guía para construir el proyecto de vida deseado. Más aún, no necesariamente deben ser seres cercanos a uno, también pueden ser personajes que han obtenido el éxito en el arte, la música, la actuación y los deportes.

A pesar de ello, debemos tener cuidado; algunas personas son mucho más soñadoras y con frecuencia establecen metas ambiciosas, que en ocasiones no son acordes con sus posibilidades reales. Pero otras, tienden a ser más pesimistas, pues se han dado cuenta de que la vida no

es tan sencilla y sus sueños, sin bases reales de materializar, no se logran.

Ninguna de las dos actitudes es adecuada, ni la de las personas quienes no miden sus posibilidades ni la de los que dejan de soñar.

Una actitud sensata, implica plantearnos metas con base en nuestro análisis personal y social, a fin de planificar una estrategia que nos ayude a conseguirlo.

Dentro de lo que te corresponde, te sugiero vivas el valor de lograr tus propósitos apoyándote en las siguientes recomendaciones:

- Plantearse una meta, proyecto o actividad y fijar una fecha concreta para terminarla.
- Sé consciente que todo cuanto emprendas, tarde o temprano tendrá obstáculos, y debes estar preparado para ello.
- Planifica y considera acciones concretas para terminar tus proyectos.

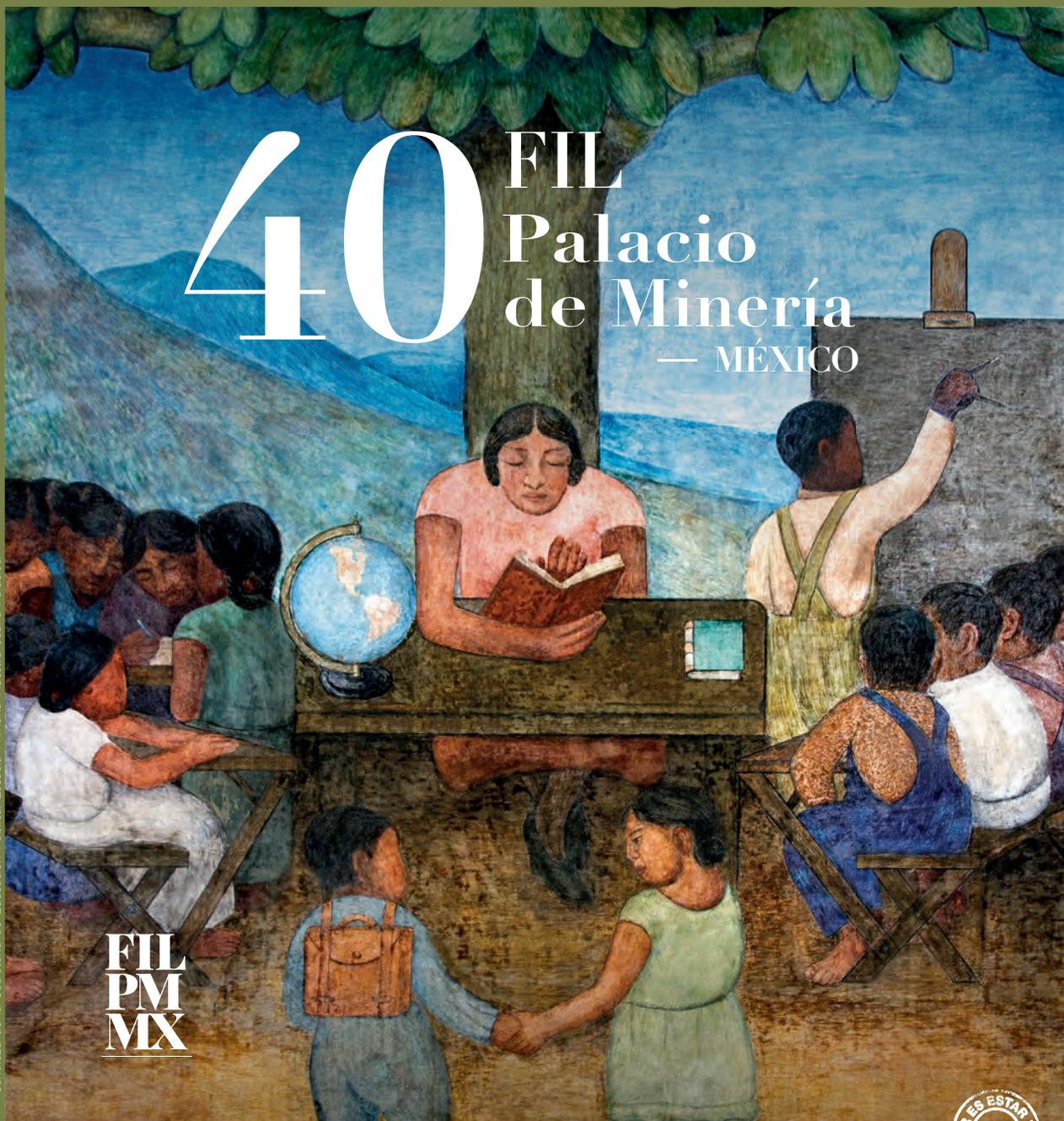
Acostúmbrate a realizar pequeñas acciones de manera constante para culminar tus actividades o proyectos. Y si consideras que necesitas apoyo para delimitar tus propósitos y metas para plantear tu proyecto de vida, no dudes en asistir al Departamento de Psicopedagogía.

Fuentes:

Domínguez G., L. y L. Fernández R. (2003) "Individuo, Sociedad y Personalidad", en *Pensando en la Personalidad*. Compiladora: Lourdes Fernández Rius. Editorial Félix Varela. La Habana, Cuba.

Valdivia S. (2008) *Creatividad para cambiar como persona*. Chile: Circulo Aleph Editores.

40 FIL Palacio de Minería — MÉXICO



Detalle del mural *Escena escolar al aire libre* de Ramón Alva Guadarrama (1936).
Cortesía de la Secretaría de Educación Pública, Escuela Primaria Maestra Juana Palacios.

FIL
PM
MX



21 Feb — 4 Mar — 2019 / Estado Invitado: Nuevo León

Feria Internacional del Libro del Palacio de Minería
Tacuba 5, Centro Histórico, Ciudad de México - filmineria.unam.mx
Jornadas Juveniles: 25, 26 y 27 de febrero
Universidad Nacional Autónoma de México - Facultad de Ingeniería

