

Gaceta
CCH



Suplemento

12 de marzo de 2021

**ACTIVIDADES A
DESARROLLAR POR EL**

Departamento de Educación Física

**PARA EL
SEMESTRE 2021-2**



ÍNDICE

Presentación	3
Propósitos de las actividades	5
1. Carta Encuesta para Docentes 2021-2	7
2. Formulario Digital de Diagnóstico Inicial	7
3. Fichero Digital de Educación Física	8
4. Clase de Educación Física	8
5. Videos Tutoriales	9
6. Actividades Culturales, Académicas y Deportivas	9
7. Boletines Académicos	10
8. Publicaciones en <i>Gaceta cch</i>	10
9. Conmemoración de los 50 Años del Colegio	11
10. Semana del Colegio	11
11. Carrera Virtual	12
12. Festival Aeróbico Recreativo	12
13. Rally Virtual de AFG	12
14. Otras actividades conmemorativas a realizarse con semáforo epidemiológico verde	13

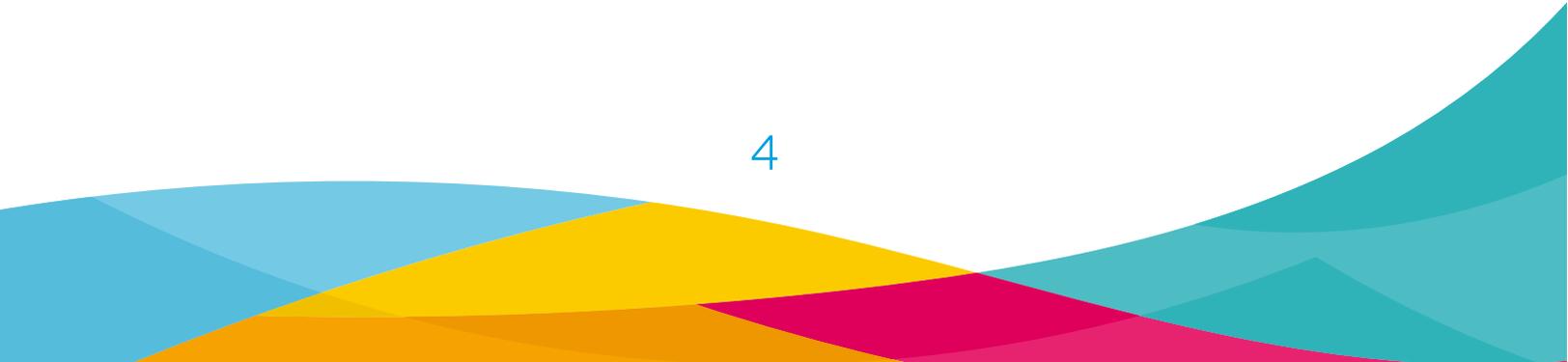
PRESENTACIÓN

La Educación Física tiene como objetivo promover en las alumnas y los alumnos una cultura física con un enfoque formativo a través de la práctica de los aprendizajes adquiridos, reflejada en los entornos escolar y personal como hábitos permanentes vinculados con la actividad física. Esto promueve entre los jóvenes estudiantes el cambio de actitudes, permitiéndoles adquirir nuevas habilidades al apropiarse del conocimiento y valores necesarios para lograr un desarrollo emocional y físico sano.

Por ello, en el contexto social de una educación a distancia, debido a la contingencia sanitaria que vive nuestro país, la Dirección General del Colegio de Ciencias y Humanidades, desde su Departamento de Educación Física, promueve una serie de actividades virtuales para este semestre 2021-2, las cuales apoyan la apropiación de conocimientos en función de la adquisición de destrezas, capacidades físicas y habilidades intelectuales, que permitan a las alumnas y los alumnos continuar su aprendizaje sobre autocuidado y salud; con ello se conformarán nuevas actitudes y valores para favorecer su formación integral.

Dr. Benjamín Barajas Sánchez

DIRECTOR GENERAL DEL
COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES



PROPÓSITOS DE LAS ACTIVIDADES

La asignatura de Educación Física impulsa la adquisición de una cultura física con un enfoque formativo a través de promover entre las alumnas y los alumnos la práctica de los aprendizajes adquiridos durante el curso, en su vida escolar y personal, así como hábitos permanentes relacionados a la actividad física, la salud y el bienestar integral.

Esto significa que la enseñanza dirigida a los jóvenes estudiantes fomenta actitudes y habilidades necesarias para que, por sí mismos, se apropien de conocimientos, desarrollen habilidades y asuman valores desde una actitud crítica acorde a sus necesidades.

Propósitos Generales de la asignatura para la comunidad *cecehachera*. Las y los alumnos:

- Comprenderán la importancia del movimiento corporal como un agente de proyección cultural y social a través de la adquisición de una cultura física, con esto se favorece la convivencia y el desarrollo de su personalidad.
- Identificarán los beneficios físicos, intelectuales y sociales del ejercicio físico a través de su práctica sistemática, lo cual prevendrá los factores de riesgo contrarios a un estilo de vida saludable.

- 
- Reconocerán los beneficios físicos y mentales que proporcionan las diferentes disciplinas deportivas individuales y de conjunto que se imparten en el Colegio por medio de su práctica, para el desarrollo de habilidades, actitudes, hábitos y valores que trasciendan en su vida cotidiana.
 - Identificarán la importancia que posee el uso adecuado del tiempo libre a través de actividades que le orienten sobre el ocio, la recreación y el juego, para mejorar la convivencia en sus entornos académico y social.

Finalmente, es importante destacar que la Educación Física sustenta su aprendizaje en el manejo metodológico del saber ser, del saber hacer y del saber aprender desde la actividad física, en sus diversas manifestaciones, que tienden al desarrollo de las capacidades, habilidades y destrezas motrices humanas en lo físico, cognitivo, psicológico y social.

1

Carta Encuesta para Docentes 2021-2

ACTIVIDAD: Difusión de la carta encuesta para docentes 2021-2.

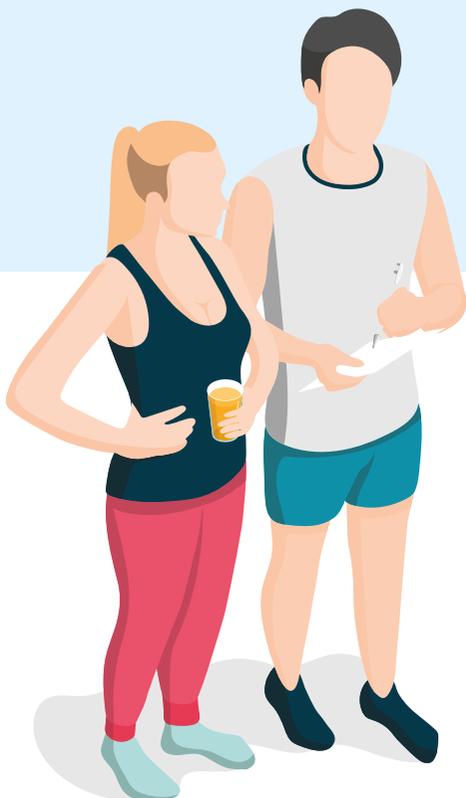
PROPÓSITO: Conocer los medios digitales que utilizarán los docentes para dar seguimiento a sus clases en el semestre 2021-2.

EVIDENCIA: Informe de la actividad y generación de datos estadísticos.

ALCANCE: 78 docentes de Educación Física.

CONSULTA EN:

<https://forms.gle/puSXodJbEYs8zznx5>



2

Formulario Digital de Diagnóstico Inicial

ACTIVIDAD: Difusión de la carta encuesta para docentes 2021-2.

PROPÓSITO: Conocer los medios digitales que utilizarán los docentes para dar seguimiento a sus clases en el semestre 2021-2.

EVIDENCIA: Informe de la actividad y generación de datos estadísticos.

ALCANCE: 78 docentes de Educación Física.

CONSULTA EN:

<https://forms.gle/puSXodJbEYs8zznx5>

3

Fichero Digital de Educación Física

ACTIVIDAD: Creación y difusión de un fichero digital de la asignatura Educación Física para el semestre 2021-2.

PROPÓSITO: Ofrecer a todos los grupos del segundo semestre 2021-2 una



herramienta digital de apoyo para el curso de Educación Física.

EVIDENCIA: Fichero digital en formato PDF.

ALCANCE: 6300 alumnas y alumnos (aproximado).

4

Clase de Educación Física

ACTIVIDAD: Ofrecer la clase de Educación Física en cada plantel-turno a través de distintas plataformas digitales (Teams, Classroom, Facebook, WhatsApp, correo electrónico).

PROPÓSITO: Dar cobertura total a los grupos del segundo semestre 2021-2



con la clase de Educación Física en el tiempo asignado.

EVIDENCIA: Asignación docente para todos los grupos, dar seguimiento y la redacción de informes semestrales de docentes y coordinadores.

ALCANCE: 192 grupos de segundo semestre.

5

Videos Tutoriales

ACTIVIDAD: Generar videos tutoriales sobre ejercicio físico, salud, bienestar, recreación y práctica deportiva por cada plantel-turno.

PROPÓSITO: Fomentar entre las alumnas y los alumnos del segundo semestre 2021-2 estilos de vida saludables desde casa.

EVIDENCIA: Promoción y difusión de videos tutoriales en diversos medios de comunicación institucional.

ALCANCE: 6300 alumnas y alumnos de segundo semestre (aproximado) y comunidad *cecehachera* en general.



6

Actividades Culturales, Académicas y Deportivas

ACTIVIDAD: Diseñar conferencias, conversatorios, exposiciones y presentaciones de forma virtual.

PROPÓSITO: Ofrecer a la comunidad *cecehachera* diversas actividades a través de distintos medios digitales (YouTube, Zoom, Meet, Facebook) con la finalidad de promover su formación integral.

EVIDENCIA: Invitaciones programadas, seguimiento e informes de docentes y coordinadores.

ALCANCE: Comunidad *cecehachera* en general.

7 Boletines Académicos

ACTIVIDAD: Generar boletines académicos digitales semanales.

PROPÓSITO: Ofrecer a la comunidad *cecehachera* información básica referente a temas diversos relacionados a la Educación Física, con el objetivo de fortalecer los contenidos temáticos del programa de la asignatura.

EVIDENCIA: Promoción semanal de los boletines académicos digitales a través de los coordinadores de cada plantel-turno.

ALCANCE: Comunidad *cecehachera* en general.



8 Publicaciones en Gaceta CCH

ACTIVIDAD: Emitir publicaciones semanales para la *Gaceta CCH*.

PROPÓSITO: Permitir a la comunidad el acercamiento a contenidos relacionados sobre Educación Física con la finalidad de tener presencia académica en el Colegio.

EVIDENCIA: Publicaciones semanales en *Gaceta CCH*.

ALCANCE: Comunidad *cecehachera* en general.



9

Conmemoración de los 50 Años del Colegio

ACTIVIDAD: Encuentro Atlético Virtual.

- Acondicionamiento Físico, plantel Sur a las 9:00 horas.
- Conferencia Educación Física en el CCH, planteles Oriente y Vallejo a las 10:00 horas.
- Cardio Combat Hit, plantel Azcapotzalco a las 12:00 horas.
- Rutinas Aeróbicas, plantel Naucalpan a las 15:00 horas.



PROPÓSITO: Realizar una serie de actividades deportivas, recreativas y académicas para iniciar los festejos del 50 aniversario del Colegio.

EVIDENCIA: Póster oficial y transmisión vía página de Facebook Deporte UNAM.

ALCANCE: Comunidad universitaria y *cecehachera* en general.

10

Semana del Colegio

ACTIVIDAD: Realizar actividades deportivas, culturales y académicas virtuales del 16 al 19 de marzo 2021, en cada plantel.

PROPÓSITO: Promover entre la comunidad *cecehachera* y universitaria di-

ferentes actividades (una por plantel) para celebrar los 50 años del Colegio.

EVIDENCIA: Programa y póster oficial de la semana del Colegio, transmisión por la página de Facebook DGDU (por confirmar).

ALCANCE: Comunidad *cecehachera* y universitaria en general.

11 Carrera Virtual

ACTIVIDAD: Realizar una carrera virtual, 20 de marzo del 2021.

PROPÓSITO: Fomentar estilos de vida saludable por medio de una carrera

virtual conmemorativa por los 50 años del Colegio.

EVIDENCIA: Programa y póster oficial de la carrera virtual, página de Facebook DGDU (por confirmar).

ALCANCE: Comunidad cecehachera y universitaria en general.

12 Festival Aeróbico Recreativo

ACTIVIDAD: Organizar con los docentes de Educación Física-Aerobics un festival aeróbico recreativo en el mes de abril del 2021.

PROPÓSITO: Conmemorar los 50 años del Colegio, con un festival aeróbico recreativo virtual.

EVIDENCIA: Póster y programa oficial del evento (en desarrollo).

ALCANCE: Comunidad *cecehachera* en general.

13 Rally Virtual de AFG

ACTIVIDAD: Organizar con los docentes de Educación Física-AFG un rally virtual de acondicionamiento físico general en el mes de mayo del 2021.

PROPÓSITO: Conmemorar los 50 años del Colegio con un rally virtual de AFG.

EVIDENCIA: Póster y programa oficial del evento (en desarrollo).

ALCANCE: Comunidad *cecehachera* en general.

14

Otras actividades conmemorativas a realizarse con semáforo epidemiológico verde

Foro de Educación Física.

Torneos Deportivos.

Gala Gimnástica.

Muestra Fotográfica.

Carrera de 5 km con salida y meta en el Estadio Olímpico Universitario (plática con la DGCCH y la DGDU).



COORDINADORES DE DEPARTAMENTO EN PLANTELES

- Lic. Sonia Lilia Rangel Grimaldo.
AZCAPOTZALCO-MATUTINO.
- Lic. Alfredo Valdovinos Martínez.
AZCAPOTZALCO-VESPERTINO.
- Lic. Daria Camacho Heredia.
NAUCALPAN-MATUTINO.
- Mtro. Rafael Guerra Aguilera.
NAUCALPAN-VESPERTINO.
- Lic. Araceli Patricia Reyes García.
ORIENTE-MATUTINO.
- Lic. Margarita Delgado Pérez.
ORIENTE-VESPERTINO.
- Lic. Rodrigo Zermeño Altamirano.
SUR-MATUTINO.
- Lic. Oswaldo de la Rosa Meza.
SUR-VESPERTINO.
- Lic. Gabriel Cajero Morales.
VALLEJO-MATUTINO.
- Lic. Rodrigo Martínez García.
VALLEJO-VESPERTINO.

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA

- Mtro. Axcel Santiago Soto Ramírez.
SECRETARIO AUXILIAR.
- Mtro. Francisco Martín Pérez Bravo.
JEFE DE DEPARTAMENTO.



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Dr. Enrique Graue Wiechers	RECTOR
Dr. Leonardo Lomelí Vanegas	SECRETARIO GENERAL
Dr. Alfredo Sánchez Castañeda	ABOGADO GENERAL
Dr. Luis Álvarez Icaza Longoria	SECRETARIO ADMINISTRATIVO
Dr. Alberto Ken Oyama Nakagawa	SECRETARIO DE DESARROLLO INSTITUCIONAL
Lic. Raúl Arcenio Aguilar Tamayo	SECRETARIO DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD UNIVERSITARIA
Mtro. Néstor Martínez Cristo	DIRECTOR GENERAL DE COMUNICACIÓN SOCIAL

ESCUELA NACIONAL COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Dr. Benjamín Barajas Sánchez	DIRECTOR GENERAL
Mtra. Silvia Velasco Ruiz	SECRETARIA GENERAL
Lic. Rocío Carrillo Camargo	SECRETARIA ADMINISTRATIVA
Lic. María Elena Juárez Sánchez	SECRETARIA ACADÉMICA
Mtra. Martha Patricia López Abundio	SECRETARIA DE SERVICIOS DE APOYO AL APRENDIZAJE
Lic. Miguel Ortega del Valle	SECRETARIO DE PLANEACIÓN
Lic. Mayra Monsalvo Carmona	SECRETARIA ESTUDIANTIL
Lic. Gema Góngora Jaramillo	SECRETARIA DE PROGRAMAS INSTITUCIONALES
Lic. Héctor Baca Espinoza	SECRETARIO DE COMUNICACIÓN INSTITUCIONAL
Ing. Armando Rodríguez Arguijo	SECRETARIO DE INFORMÁTICA



Dr. Javier Consuelo Hernández
Dr. Juan Concepción Barrera de Jesús
C.P. Celso Sarabia Eusebio
Mtra. Beatriz Antonieta Almanza Huesca
Mtro. Víctor Rangel Reséndiz
Lic. Antonio Nájera Flores
Lic. María Magdalena Carrillo Cuevas
C. Adriana Astrid Getsemaní Castillo Juárez
Mtra. Martha Patricia López Abundio
Lic. Sergio Herrera Guerrero

AZCAPOTZALCO

DIRECTOR
SECRETARIO GENERAL
SECRETARIO ADMINISTRATIVO
SECRETARIA ACADÉMICA
SECRETARIO DOCENTE
SECRETARIO DE SERVICIOS ESTUDIANTILES
SECRETARIA DE SERVICIOS DE APOYO AL APRENDIZAJE
JEFA DE LA UNIDAD DE PLANEACIÓN
SECRETARIA TÉCNICA DEL SILADIN
SECRETARIO PARTICULAR Y DE GESTIÓN



Mtro. Keshava Quintanar Cano
Mtra. Verónica Berenice Ruiz Melgarejo
Lic. Teresa de Jesús Sánchez Serrano
Ing. Damián Feltrín Rodríguez
Mtra. Angélica Garcilazo Galnares
Biol. Guadalupe Hurtado García
Mtra. Sylvia Alejandra González Mondragón
C.P. María Guadalupe Sánchez Chávez
Ing. María del Carmen Tenorio Chávez
Lic. Reyna I. Valencia López

NAUCALPAN

DIRECTOR
SECRETARIA GENERAL
SECRETARIO ADMINISTRATIVO
SECRETARIO ACADÉMICO
SECRETARIA DOCENTE
SECRETARIA DE SERVICIOS ESTUDIANTILES
SECRETARIA DE CÓMPUTO Y APOYO AL APRENDIZAJE
SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR
SECRETARIA TÉCNICA DE SILADIN
COORDINADORA DE SEGUIMIENTOS Y PLANEACIÓN



VALLEJO

DIRECTORA
SECRETARIO GENERAL
SECRETARIO ADMINISTRATIVO
SECRETARIA ACADÉMICA
SECRETARIO DOCENTE
SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES
SECRETARIA DE SERVICIOS DE APOYO AL APRENDIZAJE
SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN



Lic. Maricela González Delgado
Ing. Manuel Odilón Gómez Castillo
Lic. Rubén Juventino León Gómez
Mtra. María Xóchitl Megchún Trejo
Lic. Carlos Ortega Ambríz
Lic. Armando Segura Morales
Lic. Rocío Sánchez Sánchez
Mtro. Roberto Escobar Saucedo

ORIENTE

DIRECTORA
SECRETARIO GENERAL
SECRETARIO ADMINISTRATIVO
SECRETARIA ACADÉMICA
SECRETARIA DOCENTE
SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES
SECRETARIA DE ADMINISTRACIÓN ESCOLAR
SECRETARIA TÉCNICA DEL SILADIN
SECRETARIO AUXILIAR DE LA DIRECCIÓN



Mtra. Patricia García Pavón
Biol. Marco Antonio Bautista Acevedo
Ing. Mario Guillermo Estrada Hernández
Lic. Edith Catalina Jardón Flores
Lic. María del Carmen Martínez Tapia
Ing. Humberto Zendejo Sánchez
Lic. Norma Cervantes Arias
Ing. Angélica Nohelia Guillén Méndez
Lic. Miguel López Montoya

SUR

DIRECTOR
SECRETARIO GENERAL
SECRETARIO ADMINISTRATIVO
SECRETARIA ACADÉMICA
SECRETARIO DOCENTE
SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES
SECRETARIO DE APOYO AL APRENDIZAJE
SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN
JEFE DE LA UNIDAD DE PLANEACIÓN

Mtro. Luis Aguilar Almazán
Lic. Aurelio Bolívar Galván Anaya
Arq. Gilberto Zamora Muñiz
Lic. Susana de los Ángeles Lira de Garay
Mtro. José Mateos Cortés
Ing. Héctor Edmundo Silva Alonso
Dr. Edel Ojeda Jiménez
Ing. José Marín González
Mtro. Arturo Guillemaud Rodríguez Vázquez

