



COMUNIDAD
VALLEJO



30 de noviembre de 2020
Número 370



Alumnas representan al CCH en Congreso de Etnomología



Consulta Comunidad Vallejo

desde tu celular

@CCHVallejo_Oficial

cch_vallejo

CCH Vallejo Oficial



PONTE EL CUBREBOCAS



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Dr. Enrique Luis Graue Wiechers
RECTOR
 Dr. Leonardo Lomelí Vanegas
SECRETARIO GENERAL



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

Dr. Benjamín Barajas Sánchez
DIRECTOR GENERAL
 Mtra. Silvia Velasco Ruiz
SECRETARIA GENERAL



COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES VALLEJO

Lic. Maricela González Delgado
DIRECTORA
 Lic. Manuel Odilón Gómez Castillo
SECRETARIO GENERAL
 Lic. Rubén Juventino León Gómez
SECRETARIO ADMINISTRATIVO
 Mtra. María Xóchitl Megchún Trejo
SECRETARIA ACADÉMICA
 Lic. Carlos Ortega Ambriz
SECRETARIO DOCENTE
 Lic. Armando Segura Morales
SECRETARIO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES
 Lic. Rocío Sánchez Sánchez
SECRETARIA DE SERVICIOS DE APOYO AL APRENDIZAJE
 Mtro. Roberto Escobar Saucedo
SECRETARIO TÉCNICO DEL SILADIN



COMUNIDAD VALLEJO

Lic. César Alonso García Huitrón
JEFE DE COMUNICACIÓN
 Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera
 Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo
 Lic. Diana Fernanda Velázquez Ortiz
 C. Erick Octavio Navarro Olguín
MESA DE REDACCIÓN
 Lic. Diana Elizabeth Salas Estrada
DISEÑO Y MAQUETACIÓN
 Ian Quitzé Santamaría Martínez
PORTADA
 Adrián Enríquez Rodríguez
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES
 Axel Bello Sánchez
SERVICIO SOCIAL

Comunidad Vallejo es publicada por el Departamento de Información del plantel Vallejo, planta alta de la Biblioteca. Teléfono: 55-5097-2146. Av. Eje Central esquina Fortuna, Col. Magdalena de las Salinas Alcaldía Gustavo A. Madero. Impresa en el Departamento de Impresiones del plantel Vallejo. Distribución gratuita. **Número 370.**

EDITORIAL

Labor científica en el CCH

El Colegio de Ciencias y Humanidades desde su creación ha procurado dotar a las alumnas y alumnos de instrumentos metodológicos para poseer los principios de una cultura científica y humanística.

Construimos, enseñamos y difundimos el conocimiento para ofrecer la formación que requiere el alumno y así curse con altas probabilidades de éxito sus estudios de licenciatura.

Es así que, generación tras generación, los proyectos de investigación que realizan estudiantes, asesorados por los docentes, e impulsados por la inquietud de conocer e ir más allá, trascienden del aula, presentando sus resultados en concursos, exposiciones o congresos.

Sin duda los proyectos de ciencias en el bachillerato guían a nuestros estudiantes a definir sus vocaciones, tal es el caso de dos exalumnas que en su paso por el CCH Vallejo realizaron una investigación sobre "Determinación de los dípteros *parasitoides* en *Pieridae*, *Papilionidae* y *Nymphalidae* (Lepidóptera)", la cual les sirvió para acudir al LV Congreso Nacional de Entomología, como representantes, no solo del Colegio, sino de toda la Universidad.

La finalidad de esta investigación ha aportado a la ciencia un plan de acción para maximizar la reproducción de las mariposas; indentificando, primeramente, las especies de parasitoides que infectan a las mariposas en el CCH Vallejo por medio de Biocódigos de Barras Urbanos BBU y así conocer la historia natural de la especie.

✓ Apoyo académico para mejorar los aprendizajes

Programa de Asesorías en tiempos de pandemia

Fundamental el uso
de plataformas para
trabajar a distancia

ZYANYA SÁNCHEZ GÓMEZ
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

La contingencia sanitaria por la pandemia de Covid-19 obligó a todos los sectores de la población a encontrar nuevas formas de realizar nuestras actividades desde casa.

En México, el sector educativo fue uno de ellos y la Universidad Nacional Autónoma de México, no quedó exenta de esta modalidad. Con ello, el Colegio de Ciencias y Humanidades y los docentes convirtieron sus hogares en su nuevo espacio de trabajo, lugares que hasta el día de hoy siguen siendo su salón de clases virtual.

Al inicio de marzo, la actividad del Programa Institucional de Asesorías (PIA) fue organizar a los profesores asesores de los cinco planteles para continuar la asesoría desde casa, con su correo institucional y desde la plataforma TEAMS para ayudar a los alumnos que requirieran algún apoyo sobre las dudas que tenían de sus clases, trabajos, tareas y exámenes extraordinarios.

No ha sido sencillo el trabajo de estos meses, puesto que se han enfrentado a muchos retos y uno de ellos, fue la comunicación con todo alumno que buscará una asesoría, en este caso en línea; por lo cual fueron de gran ayuda las plataformas como el Plan de Seguimiento Integral (PSI) CCH y TEAMS de Microsoft Outlook quienes hicieron que la comunicación asesores-asesorados se lleve a cabo a pesar de todos los contratiempos de estos tiempos.

El Programa Institucional de Asesoría (PIA) tiene como propósito, ya sea en línea o en presencial, ofrecer a los alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades apoyo académico con el fin de que mejoren sus aprendizajes y superar las dificultades académicas que enfrentan durante su formación escolar (hoy en día en línea), a través del acompañamiento de un profesor asesor, quien teniendo como marco de referencia el Modelo Educativo del CCH, fomentará en el alumno responsabilidad y autonomía.

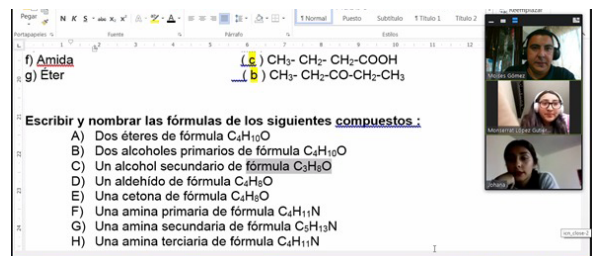
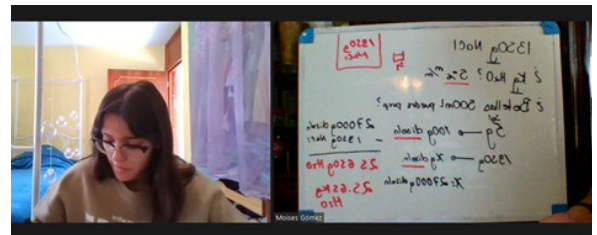
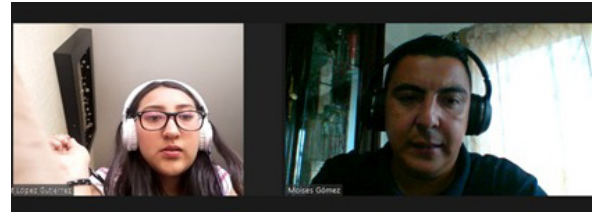
El PIA Vallejo busca que los alumnos:

1. Eviten la reprobación.
2. Aprendan lo indispensable para acreditar las materias que hubiese reprobado.
3. Adquieran las habilidades para aprender de forma autónoma: búsqueda, síntesis, representación de la información y comprensión lectora.
4. Profundicen en los temas que les resulten interesantes.

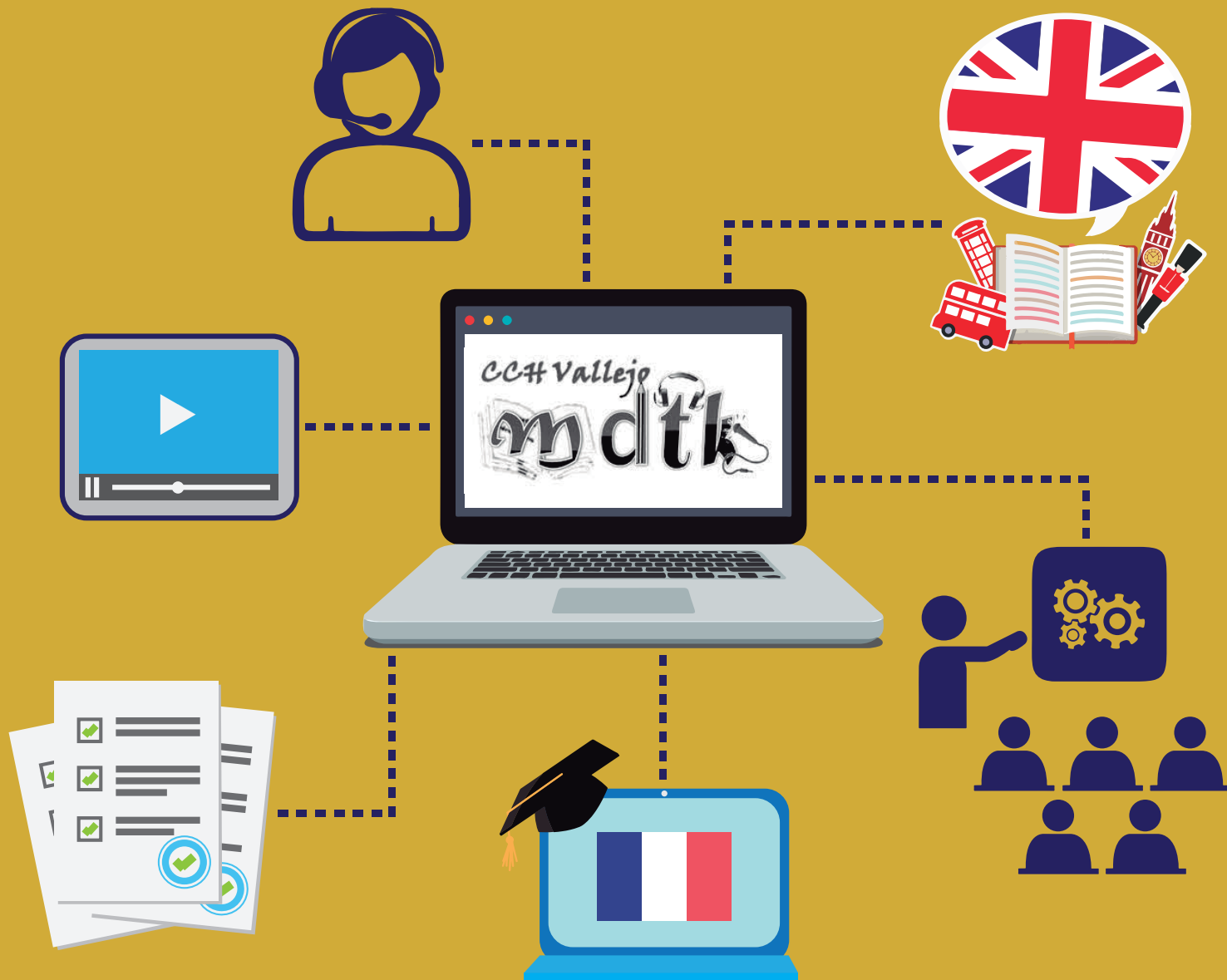
Por lo cual, y a la distancia seguimos trabajando para nuestros alumnos, por medio de la plataforma PSI, en donde el alumno encontrará la asesoría que lo ayudará a mejorar sus aprendizajes.

El PIA Vallejo cuenta con 26 materias de apoyo indispensables para los alumnos:

- **Talleres:** Taller de Lectura y Redacción I-IV, Taller de Comunicación I-II, Taller de Análisis y Textos Literarios I- II, Taller de Diseño Ambiental I – II, Taller de Expresión Gráfica I-II, Latín I- II y Griego I-II
- **Idiomas:** Francés I- IV
- **Historia:** Historia Universal Moderna y Contemporánea I-II, Historia de México I-II, Derecho I-II, Teoría de la Historia I-II, Antropología I-II, Filosofía I-II, Temas Selectos de Filosofía I-II, Ciencias Políticas y Sociales I-II.
- **Matemáticas:** Matemáticas I-IV, Estadística y Probabilidad I-II, Cálculo I-II, Cibernética y Computación I-II, Taller de Computo I-II.
- **Experimentales:** Biología I-IV, Química I-II, Física I-II, Psicología I-II y Ciencias de la Salud I-II.



Departamento de Asesorías
Facebook: Asesorías CCH
Vallejo Oficial
Correo: pia.vallejo@cch.unam.mx



¿Conoces la Mediateca Digital?

Alberga recursos, estrategias y herramientas para la mejor comprensión del inglés y francés

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

El estudio de una segunda lengua forma parte de los planes de estudio del Colegio y como apoyo en las asignaturas de Inglés y Francés se cuenta con el equipo de la Mediateca del plantel. Algunos de los servicios y recursos a los que puedes acceder en línea son: Asesorías, Preparación para exámenes Extraordinarios, Talleres y recursos en ambos idiomas.

Si deseas acceder a los servicios de asesorías o a los distintos talleres es necesario que llenes un formulario de solicitud, debes revisar tus horas disponibles y los horarios de los profesores asesores, al final del día el equipo de la Mediateca revisa todas las solicitudes y son enviadas a cada asesor quien se comunica con los interesados, es importante subrayar que cada asesor utilizará la plataforma que crea más conveniente para ayudarlos con sus dudas.

Al momento de realizar esta nota se cuenta con siete talleres como el Club de Conversación o el de Comprensión Lectora. Club de lectura, pero se espera que se sigan programando varios más.


También es necesario llenar un registro, esto al igual que en el caso las asesorías, es muy útil si tu profesor de idioma requiere que se le reporten las actividades que realizaste,

así como el tiempo que les dedicaste, para tomarlas en cuenta al momento de evaluarte.

Aún se está trabajando en los recursos para la preparación de Exámenes Extraordinarios, pero si estás en esa situación puedes recurrir tanto a las asesorías individuales como a los recursos que por cierto están organizados por asignatura y por semestre.

Existe también la sección de recursos generales donde puedes encontrar el acceso a la Biblioteca Digital *CommonLit* donde puedes escoger de forma gratuita libros acompañados de audios que también tiene ejercicios para verificar la comprensión de la lectura; además, se cuenta con canales de noticias, actividades con películas, diccionarios ilustrados, incluso se puede practicar inglés hablando con un robot que evalúa tu dominio del idioma con el proyecto *Speak & Improve*; estos recursos aunque no corresponden a algún semestre en específico son de gran ayuda.

Recuerda que si quieres que el trabajo que estás haciendo sea avalado por el equipo de la Mediateca, debes pedir asesoría, en este caso es solo para que registren el uso que haces de los materiales, no para el trabajo con un asesor.

En sus redes sociales también se publican actividades en las que puedes participar y se anuncian los talleres que se van programando. 



La Mediateca
cuenta con 7
talleres

Puedes acceder a su sitio desde la página del plantel:
<http://www.cch-vallejo.unam.mx/>
Página: <https://sites.google.com/view/mediatecacch-vallejo/inicio>

Redes sociales

Facebook: Mediateca CCH Vallejo UNAM

Instagram: mdtkvallejooficial

Pérdidas en la pandemia y cómo afrontarlas

ERIKA RODRÍGUEZ SÁNCHEZ
ERIKA.RODRIGUEZ@CCH.UNAM.MX



¿Cómo afrontar las pérdidas? ¿Qué es una pérdida?

La especialista Karen García define una pérdida como la carencia o privación de lo que ya no se tiene, se poseía, se quiso y que estaba presente en nuestra vida. Es importante saber el concepto para afrontar las pérdidas adquiridas, clasificarlas o detectarlas.

Las emociones que se viven dentro de la pérdida

Puede sentirse enojo, porque esta emoción provoca el cuestionamiento de una injusticia; sentir tristeza al no estar con la persona deseada. Por otra parte, es normal no querer tomar decisiones, ya que pretendemos tener tiempo para saber qué pasa con ese dolor.

El confinamiento

Se ha tenido un año complicado el confinamiento nos movió, nos llenó de dudas y nos enfocó hacia las pérdidas. La nueva normalidad está aflorando en muchas personas, presentándose algunos efectos psicológicos derivados de la pandemia por Covid-19; en términos psicológicos se habla de miedo al contagio, aunque, en muchas ocasiones, a lo que se tiene miedo es a un nuevo encierro y sus posibles consecuencias en el plano económico, social, emocional, entre otros.

En un aislamiento es normal que se exterioricen las siguientes situaciones: problemas de sueño, aumento de adicciones, hábitos tóxicos debido a comer y beber de más; contar con más tiempo libre, por lo cual se fuma; nos volvemos sedentarios, se dificulta socializar, vivimos duelos, frustración y ansiedad.

Impartida por la maestra Karen García
a través de Facebook Live CCH Vallejo Oficial

¿Cómo confrontar este momento?


Una de las claves para ayudarnos a sobrellevar la incertidumbre provocada es "enfocarse en que esta situación también pasara"; es algo transitorio, "un ciclo más" y ante todo "darte la oportunidad de volver a empezar" reformular objetivos y añadir nuevos hábitos.

¿Qué podremos hacer para afrontar la pérdida?

1. Saber que la sensación de extrañeza y confusión son normales en este proceso.
2. Conocer que cada uno tiene una manera diferente de reaccionar ante lo perdido ¿Cuál puede ser tu manera?.
3. Ser honestos.
4. Respetar los momentos en donde deseas estar solo, así como tener espacios para compartir con compañeros y familiares.

Sugerencias y técnicas

- Elaborar un diario donde expreses todo lo que vas sintiendo cada día, ayuda a la toma de conciencia de la realidad y a los afrontamientos durante el proceso de readaptación.
- Realizar dibujos que te permitan expresar de manera simbólica tu sentir.

Ante esta situación no olvides comer e hidratarte; dormir bien es necesario para restaurar el equilibrio en el cuerpo; escuchar el cuerpo; hacer ejercicio físico, esto ayuda a descansar. Si tu nivel de energía es demasiado bajo hazte unos pequeños masajes. No te abandones, dúchate y aséate. 



Si deseas apoyo personalizado puedes enviar un correo a:
karen.tupsicologa@gmail.com



✓ La crisis por Covid ha exacerbado otras crisis existentes

Enfrentando nuestra ansiedad

Conocer y aceptar nuestras emociones es fundamental para poder manejarlas correctamente en momentos de crisis

JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

Hoy más que nunca la atención a la salud emocional es importante, ante esta preocupación el departamento de Psicopedagogía del Plantel Vallejo ofreció a su comunidad la charla *Afrontando nuestra ansiedad*, con la maestra Andreea Alicia Prado Álvarez, durante la Jornada "Nosotros los adolescentes retos y decisiones".

La maestra Prado Álvarez explicó que tener circunstancias conocidas nos da tranquilidad, lo que es totalmente opuesto a lo que ha generado esta pandemia, la incertidumbre que ha traído nos ha envuelto en un estado de crisis emocional, definida por la ponente como "un estado temporal de trastorno y desorganización que se caracteriza por la

incapacidad de manejar situaciones particulares usando los métodos acostumbrados".

Sin embargo, también mencionó que el primer paso para lidiar con esto es aceptar las emociones que nos genera "todas ellas nos dicen cosas de nosotros mismos y de nuestra sociedad". La crisis por COVID-19 exagera a otras crisis existentes como las del desarrollo que todos vivimos durante distintas etapas y que los adolescentes sufren entre los 14 y los 25 años aproximadamente cuando "tenemos la necesidad de romper con muchos patrones que nos fueron muy funcionales y encontrar otros" lo que ya en sí representa una etapa de duelos".


"La importancia de identificar nuestras emociones y compartirlas es que nos da la oportunidad de entender que todas tienen una función, el miedo,

La experta que cuenta con diversas especializaciones, entre ellas la de psicoterapia Gestalt, ha participado durante la pandemia de manera voluntaria en brigadas como Psicólogos sin fronteras y en la Brigada de apoyo psico emocional a distancia COV 19, por mencionar apenas algunas.

una de las más presentes en estos días, puede servir para protegernos de potenciales riesgos, pero si no sabemos manejarlo puede provocar que entremos en "un proceso de ansiedad, se prepara para combatir algo que no existe, es entonces cuando empezamos a tener experiencias disfuncionales".

¿Qué hacer con las fantasías catastróficas?

Si son recurrentes puedes limitarlas a un tiempo, es decir, dedícale una hora específica a pensar en ello y escribe qué harías después, otra opción es hacer una lista de preocupaciones e identificar cuáles están fuera de tu control, otra opción es desafiar tus propios pensamientos ¿es cierto? ¿sirve? ¿es necesario?

Para la experta ante un panorama complicado como el actual, el autocuidado "puede ser como la semilla de una conciencia y un actuar colectivo, entonces los periodos de crisis sí exageran el dolor, pero a partir de él podemos tener alternativas de crecimiento". 



La charla completa se encuentra en la página oficial del plantel en Facebook: CCH Vallejo Oficial



BIDIUNAM



¿Sabías que al ser alumno del Colegio puedes consultar todos los materiales didácticos de la UNAM en línea?



Puedes consultar libros completos con tu clave de Acceso Remoto UNAM, dentro de la plataforma Biblioteca Digital UNAM, en la sección "Libros electrónicos para bachillerato".

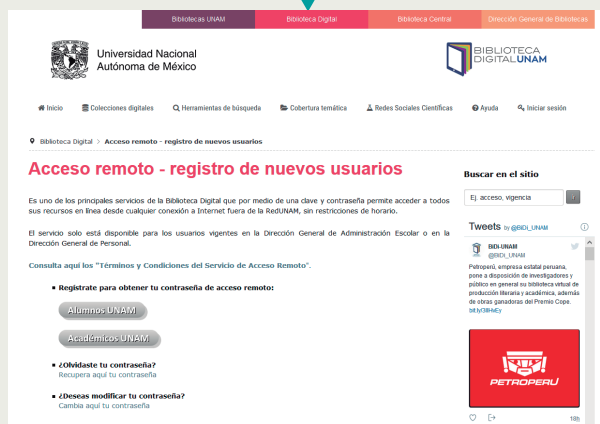
¿Cómo se usa?



Primero debes obtener tu clave de Acceso Remoto, entra a www.bidi.unam.mx y llena el formulario para Alumnos UNAM.



Ya con tu clave, identifica la opción "Cobertura temática" en la página principal y selecciona la opción "Libros electrónicos para el bachillerato", ahí podrás encontrar:



- Colecciones digitales
- Materiales de LIBRUNAM
- Revistas de SERIUNAM
- Revistas y artículos de Ciencias Sociales y Humanidades
- Artículos de Ciencias Exactas y otros materiales



De esta forma podrás estudiar desde tu casa, ya que tendrás acceso a una gran variedad de libros completos, los cuales cubren las cuatro áreas del conocimiento del Colegio.



Pide más información en:
biblioteca.vallejo@cch.unam.mx



✓ Taller: "Toma de decisiones para mi proyecto de vida"

La importancia de decidir bien



JESSICA ABIGAIL HERNÁNDEZ RIVERA
ABIGAIL.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

Con el fin de concientizar a los alumnos de lo importantes que pueden ser las elecciones que tomen en distintos aspectos de su vida personal y académica, del 9 al 13 de noviembre se impartió el Taller Toma de decisiones para mi proyecto de vida.

El Taller fue dirigido principalmente a los alumnos de tercer semestre que pronto se encontrarán con la decisión de elegir una carrera profesional y materias afines a ella, aunque sin duda es útil para alumnos de cualquier semestre puesto que, como menciona el impartidor, el Taller pretende:

"Brindar a los alumnos las herramientas necesarias que les permitan reflexionar sobre la relevancia de la toma de decisiones en su proyecto de vida mediante

Se busca brindar herramientas que ayuden a los jóvenes a tomar decisiones basadas en la reflexión y el autoconocimiento

el autoconocimiento, el análisis de sus personalidad, habilidades y aptitudes, definiendo las características, plazos y diferencias de los sueños, metas y propósitos”.


Esta actividad fue diseñada e impartida por Rodolfo Zamorano, prestador de servicio social del departamento de psicopedagogía y que estudió la carrera de Ciencias de la Comunicación en la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales. Así el curso consta de cinco sesiones realizadas a través de la plataforma Zoom en el horario de 13 a 15 horas.

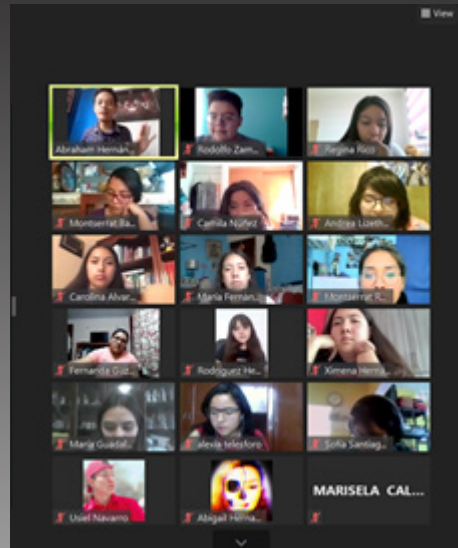
Además de Rodolfo Zamorano, el curso contó con la participación de la Psicóloga Beatriz Curiel y el estudiante de Psicología Abraham Hernández quienes abordaron una sesión cada uno.

La convocatoria al Taller fue publicada en la página oficial de Facebook del CCH Vallejo Oficial, la respuesta fue la inscripción de 58 alumnos, aunque por distintas circunstancias se ha tenido que trabajar de manera asincrónica en algunas sesiones con unos cuantos utilizando la plataforma Teams.

Los temas abordados en cada sesión fueron:

- Sesión 1. Intereses, aptitudes y personalidad
- Sesión 2. Metas sueños y expectativas propias
- Sesión 3. Redes de apoyo Ponente: Psicólogo: Abraham Hernández
- Sesión 4. Autoestima y autocuidado
- Ponente: Psicóloga Beatriz Curiel
- Sesión 5. Proyecto de vida

Se evalúa la posibilidad de repetir el Taller debido a la buena respuesta de los alumnos a la convocatoria y en las sesiones. 



La comunidad del **CCH VALLEJO**
lamenta profundamente el fallecimiento de

MARÍA DEL ROSARIO ALVARADO FRANCO

Profesora del área de matemáticas de nuestro plantel, acaecida el 12 de noviembre. Nos unimos a la pena que embarga a la familia y deseamos pronta resignación.

Descanse en paz



“

Cuando presentamos el trabajo en el concurso BBU, nunca imaginamos que podríamos ganar. Pero nuestro trabajo rindió frutos y fue una gran satisfacción, ya que no solo ganamos un concurso, ganamos experiencia” Yoalli Paredes

✓ Investigación hecha en CCH Vallejo

Científicas *Cecehacheras* participan en Congreso Nacional de Entomología

REDACCIÓN
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

Las exalumnas del Plantel Vallejo Yoalli Acit Paredes Balderas y Mónica Bárbara Quijano Pérez participaron en el LV Congreso Nacional de Entomología el pasado lunes 16 de noviembre que se realizó en línea vía zoom.

La investigación Determinación de los dípteros *parasitoides* en *Pieridae*, *Papilionidae* y *Nymphalidae* (Lepidóptera) del CCH Plantel Vallejo, con el uso de Biocódigos de Barras Urbanos (BBU) con la que participaron se llevó a cabo en el CCH Vallejo, ubicado en la zona Norte de la CDMX.



Alumnas del plantel trabajando



Sobre la investigación

El plantel cuenta con áreas verdes, como los jardines al aire libre que atraen a polinizadores entre ellos a las mariposas, estos espacios proporcionan refugio y alimento, debido a que hay plantas hospederas y de néctar que les permite vivir y reproducirse a estos insectos.

Gracias a ello se pueden observar y estudiar procesos, interacciones e interrelaciones que llevan a cabo diversas especies naturalmente como lo es la competencia, depredación, polinización, el parasitismo donde un parásito que mata a su hospedador se le conoce como parasitoide.

El objetivo era Identificar las especies de parasitoides que infectan a las mariposas en el CCH Vallejo por medio de Biocódigos de Barras Urbanas BBU, con el fin de conocer la historia natural y establecer un plan de acción para maximizar la reproducción de las mariposas.

Las especies de moscas encontradas pertenecen a especies generalistas de Lepidópteros, puede infectar más de 10 familias y 100 especies de larvas de lepidópteros, tiene una amplia distribución en el continente americano reportándose desde Canadá hasta Perú.

Yoallí nos comentó que “cuando iba en el tercer semestre del CCH, la maestra Mariela quien fue mi maestra

de Biología junto a otro compañero, nos invitó a formar parte de este proyecto. Fue así que Mónica y yo seguimos. No voy a negar que a veces era cansado y complicado trabajar después de clases, pero también era divertido y sobre todo bonito ver cuándo las mariposas que criaban emergían como adultas, aunque decepcionante cuando no sé lograban, ya sea por algún virus, bacteria o parasitoide”.

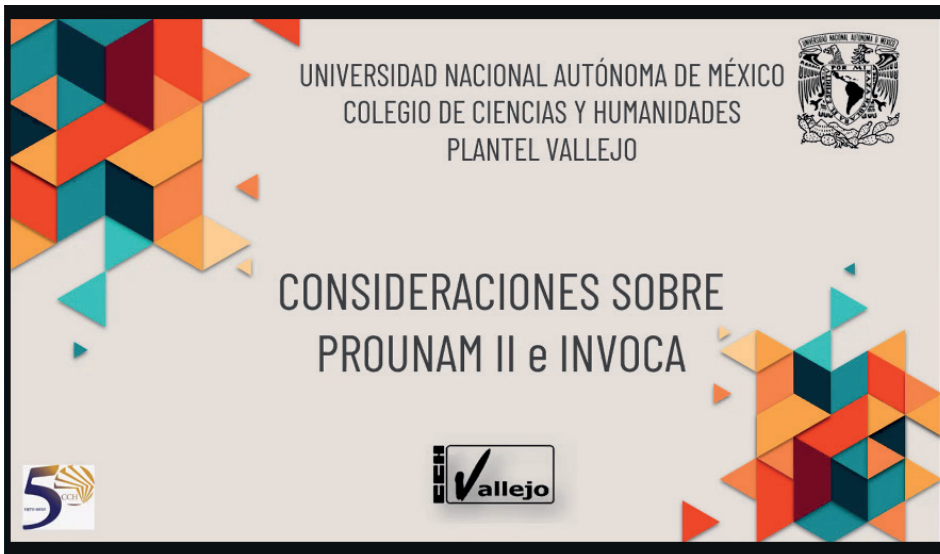
Está última experiencia fue bastante emocionante, a pesar de que no poder ir Monterrey cómo se tenía previsto, el sentimiento de felicidad y satisfacción fue muy grande cuando nuestro trabajo fue elogiado por varios de los presentes en la sala de la reunión, el hecho de que alguien más experimentado, especialista en el área elogia tu trabajo es muy bonito. Sobre todo, cuando esto es algo compartido.

Mi participación en el congreso de Entomología fue una experiencia que superó mis expectativas increíble e inolvidable, ya que presentar un proyecto que se trabajó durante un año y que especialistas, biólogos, profesores te feliciten por haber hecho un gran trabajo ha tan corta edad es una satisfacción muy bonita que te hace seguir adelante y seguir dando lo mejor de ti, expresó Mónica Bárbara Quijano Pérez.



Mi participación en el congreso de Entomología fue una experiencia que superó mis expectativas increíble e inolvidable, Mónica Quijano

✓ Pruebas PROUNAM II e INVOCA



Apoyo para la elección de materias

Aplican prueba para identificar el potencial académico de los alumnos

REDACCIÓN
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

“La prueba de PROUNAM permite conocer las aptitudes académicas vocacionales que tienen los alumnos” mencionó la maestra María Elena Palacios durante la presentación Consideraciones Sobre PROUNAM II e INVOCA el pasado viernes 13 de noviembre vía zoom.

Acompañada de la maestra Norma Angélica Gallardo, las integrantes del Departamento de Psicopedagogía explicaron a detalle a los alumnos en qué consisten estas pruebas.

Indicaron que es importante realizar una reflexión acerca de las habilidades con las que cuentan actualmente y cómo seguirlas desarrollando para alcanzar el éxito en el área que el alumno quiere.

La prueba PROUNAM evalúa diez áreas: Razonamiento abstracto, Aptitudes numéricas, Aptitudes mecánicas, Ensamble de formas, Discriminación de figuras, Velocidad perceptual, Aptitud verbal, Uso del lenguaje, Discriminación de palabras y Criptogramas.

Cuatro de las aptitudes sirven para medir el potencial académico, esas pruebas dan un promedio en donde nos dice si se va poder tener éxito en una de las carreras. Estas aptitudes son las siguientes: razonamiento abstracto, Aptitud numérica, aptitud verbal y uso del lenguaje. El promedio de estas cuatro pruebas es la que nos indica que el alumno puede tener éxito en los estudios universitarios. Se recomienda trabajar mucho en estas áreas.

Hay tres rangos en la evaluación, bajo de 0 a 34, si el alumno está en este caso es que sus intereses y las aptitudes que se necesitan para determinadas carreras están por debajo de lo requerido; medio 35 a 64 aquí se tiene la posibilidad de éxito en la carrera de su interés, aunque requiere trabajar más para desarrollar las habilidades requeridas; y alto de 65 a 100, indica que se tienen más posibilidades de desarrollarse en esa carrera.

Prueba INVOCA

En esta se agrupan las cuatro áreas de conocimiento donde se están agrupadas las 129 licenciaturas que ofrece la UNAM. Área I: Ciencias Físico Matemáticas y de las Ingenierías. Área II: Ciencias Biológicas y de la Salud. Área III: Ciencias Sociales y Área IV: Humanidades y de las Artes.

El Plan de Estudios del CCH atiende a las necesidades de formación de los alumnos y ofrece los conocimientos básicos necesarios para ingresar a cualquiera

Las diez áreas que evalúa Prounam II son:



Esta foto de Autor desconocido se comparte bajo licencia de CC BY-NC-ND

- Razonamiento abstracto
- Aptitudes numéricas
- Aptitudes mecánicas
- Ensamble de formas
- Discriminación de figuras
- Velocidad perceptual
- Aptitud verbal
- Uso del lenguaje
- Discriminación de palabras
- Criptogramas


129

licenciaturas son las que ofrece la UNAM

de los cuatro campos laborales en los que se agrupan las carreras de la Universidad. Por eso, el último año tiene una preparación propedéutica que permite ir ingresando al campo de conocimiento.

Para elaborar un proyecto de vida de los estudiantes es importante que piensen en el futuro, prepararse para definir sus intereses y tener éxito. Que los alumnos se hagan preguntas como ¿Quién soy en este momento? ¿Hacia dónde voy? ¿Qué necesito?

Investigación profesiográfica

Los alumnos eligen las asignaturas para quinto y sexto semestre, las cuales tienen la característica de ser propedéuticas, ya que van a preparar su ingreso a nivel licenciatura. Se les recomienda hacer una Investigación profesiográfica con base a la licenciatura que se quiere estudiar. Se les dan los siguientes consejos: Nombre de la carrera, Demanda, Lugar dónde se imparte, Tiempo de estudio, Costos, Requisitos de ingreso, Promedio, Opciones de Titulación, Campo laboral y relación con otros profesionistas. 



Los resultados de la prueba nos ayudan a tomar las decisiones para elegir las materias para el quinto y sexto semestre”



Para mayor información puedes consultar en:
Página del Plantel

<http://www.cch-vallejo.unam.mx/>

Facebook Oficial

<https://www.facebook.com/cchvallejooficial/>

Secretaría de Asuntos Estudiantiles

<https://www.facebook.com/saevallejo/>

Departamento de Psicopedagogía
Psicopedagogia.vallejo@cch.unam.mx



Características y ventajas del trabajo grupal

Características



- A través de las tres condiciones promotoras del cambio (Congruencia, empatía y aceptación incondicional) permite un trabajo en grupo.



- 4 a 12 personas.



- Cada quien decide cuando considera que su proceso ha terminado. (Mínimo 5 Sesiones)



- Se promueve el desarrollo personal, en la comunicación y relaciones personales.



- Posibilidad de crecimiento y mejora personal.

Ventajas del trabajo grupal

- Libertad de expresión
- Ser escuchado y acompañado tanto por un terapeuta como por los demás miembros del grupo.
- Permite conocer a otras personas en situaciones similares.
- Espacio seguro carente de amenazas (sin ser juzgado).
- Permite generar empatía entre los miembros del grupo.
- Adquirir habilidades necesarias para relacionarse con otras personas.



La terapia grupal desde el enfoque humanista es una comunidad de ayuda donde tenemos un conjunto de personas reunidas (incluyendo al facilitador o facilitadores) entorno al objetivo de desarrollar el propio proceso con el soporte grupal.



Cuida tu bienestar emocional y mental.

Acércate al departamento de psicopedagogía para recibir más información o realizar el registro de tu solicitud de atención.

Retos de la nueva normalidad



DIANA FERNANDA VELÁZQUEZ ORTIZ
DIANA.VELAZQUEZ@CCH.UNAM.MX

Enseñanza y aprendizaje en línea


Ante el inminente riesgo de contagio por el virus de COVID-19 y la necesidad de continuar con la enseñanza, las diferentes instituciones educativas se han enfrentado a una situación inédita en todo el país, por ello se han buscado alternativas que permitan continuar con la formación de los estudiantes desde el nivel básico hasta el nivel superior de educación.

La educación en línea ha surgido como la alternativa idónea para continuar con proceso de enseñanza-aprendizaje sin necesidad de un sistema presencial, no obstante, no todos los maestros ni alumnos están preparados para hacer frente a esta nueva modalidad.

Gran cantidad de maestros, alumnos y padres de familia han tenido que aprender de una forma acelerada a hacer uso de las diferentes herramientas tecnológicas como son las plataformas, aplicaciones y programas para continuar con sus actividades académicas.

Sin embargo, esto no ha sido una tarea sencilla, pues los recursos y materiales que se incorporan a la enseñanza en línea deben permitir a los estudiantes apropiarse del conocimiento y obtener habilidades que generen en ellos un aprendizaje significativo.

Esto ha resultado todo un reto para todas las comunidades estudiantiles a nivel nacional, pues no solo se trata de seleccionar los materiales adecuados, sino de ser empáticos y conscientes que la desigualdad social ha provocado que muchos alumnos no tengan acceso a la educación al no contar con requerimientos básicos como son una computadora o un dispositivo electrónico (tableta, celular), una conexión a Internet así como los programas para llevar a cabo sus actividades escolares.

Por ello, es importante que mientras no podamos volver a la educación tradicional de forma presencial tanto profesores como padres de familia y alumnos seamos empáticos sobre la situación por la que estamos atravesando y se busquen vías de comunicación alternas para continuar con la enseñanza a través del uso de estrategias de educación remotas con actividades variadas y no excesivas que permitan a todos los alumnos continuar con su formación y no perder la motivación para continuar estudiando. Solo con la colaboración de todos saldremos adelante. 





Inicia México ensayo clínico de fase 3 de la vacuna de CanSino contra la COVID19

Los objetivos principales son observar la proporción de participantes vacunados que se infecta y observar si algún voluntario vacunado desarrolla efectos adversos graves

UNAM GLOBAL
WWW.UNAMGLOBAL.UNAM.MX

La primera vacuna que iniciará fase tres en México se llama AD5-nCoV, fue creada

por el Instituto de Biotecnología de Beijing y la farmacéutica CanSino biologics y consiste en incorporar la proteína en espiga del nuevo coronavirus SARS-CoV-2, causante de la COVID-19, a un virus que funciona como vehículo, que para esta vacuna es un adenovirus llamado Ad5.

La vacuna contiene centenas de millones de partículas virales no replicantes en tan solo medio mililitro que se inyectan vía intramuscular en el hombro. Se propone el esquema de dosis única. Para el estudio de fase tres se pretende reclutar a 40 mil voluntarios, de los cuales la mitad recibirá la vacuna y la otra mitad un placebo o sustancia

inerte que permitirá comparar al grupo de vacunados contra otro sin vacunar. México se ha comprometido a reclutar entre 15 y 16 mil participantes.

Los objetivos principales son observar la proporción de participantes vacunados que se infecta y observar si algún voluntario vacunado desarrolla efectos adversos graves.

Otros objetivos secundarios tienen que ver con la proporción de voluntarios vacunados que se infecta de SARS-CoV-2 después de recibir la dosis y en su caso observar si desarrollan la enfermedad de COVID-19 y cuántos de estos cursan con un cuadro leve, moderado y severo.

Se espera que los participantes del estudio cumplan con ciertas características como una edad de 18 o más años, que se encuentren libres de la infección, que residan en áreas con alto riesgo de contagio, que no estén embarazados o planeen embarazarse durante el tiempo de estudio, entre otras características.


La respuesta inmune celular se alcanza al día 14 después de recibir la vacuna y los anticuerpos específicos contra la proteína en

espiga o S alcanzan una concentración máxima al día 28 después de la vacunación en el 94 a 100 por ciento de los participantes.

¿Qué preguntas esperamos que puedan responder los resultados preliminares del estudio fase tres de esta y otras vacunas? En primer lugar, qué tan eficaz y segura es para impedir la infección o los contagios, qué tanto lo es para impedir las complicaciones de COVID-19 y la letalidad.

En segundo lugar, la proporción de vacunados que desarrolla enfermedad leve, moderada y severa; la eficacia en el grupo de edad mayor a 60 años; entre diferentes grupos étnicos y razas (por ejemplo, entre mexicanos, rusos, chinos); si se mantendrá el esquema de dosis única o requerirá algún refuerzo y cuánto tiempo durará la protección.

¿Cuándo esperamos los primeros resultados? Se estima que de agosto del 2020 a febrero del 2021 se observen los primeros 150 casos con COVID-19 dentro de las personas voluntarias, lo que daría oportunidad a generar dos informes preliminares, el primero antes del fin de año y el segundo al alcanzar los 150 casos.

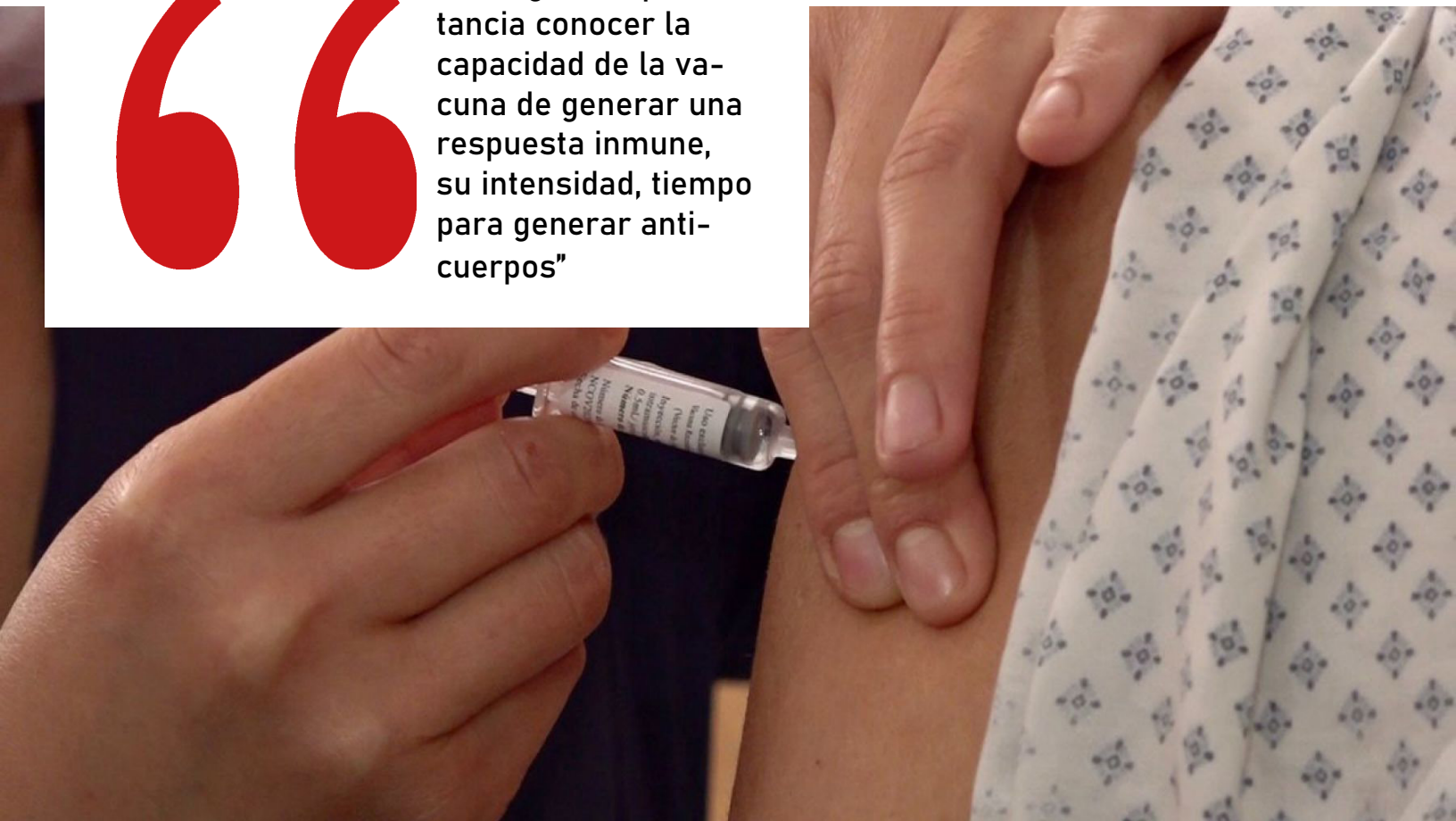
Hasta noviembre el Gobierno de México se ha comprometido con la farmacéutica a adquirir 35 millones de dosis, en caso de que esta vacuna muestre su seguridad y eficacia. Se espera que en los siguientes meses se agreguen otros centros de reclutamiento en Chile y Argentina después de que la farmacéutica fallara en apertura de su primer centro en Canadá a principios de agosto. 

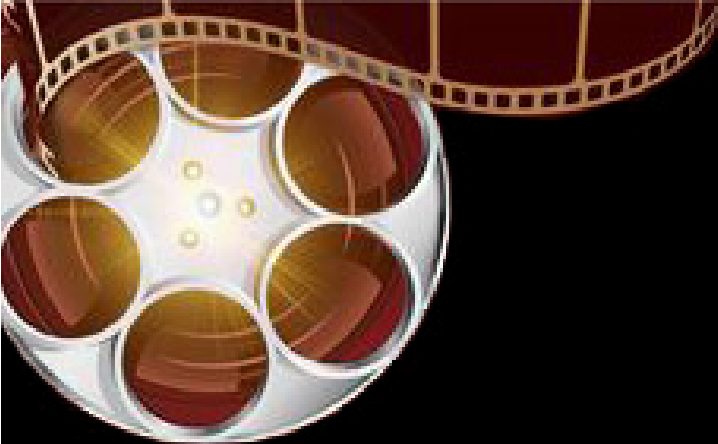


Consulta la nota en:
covid19comisionunam.unamglobal.com



Es de gran importancia conocer la capacidad de la vacuna de generar una respuesta inmune, su intensidad, tiempo para generar anticuerpos”





La ruta que tiene que pasar un largometraje para llegar a los premios

AMACC
ACADEMIA
MEXICANA DE ARTES Y CIENCIAS
CINEMATOGRAFICAS



SAMUEL RAFAEL
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

México y los Premios Oscar

El pasado lunes 16 de noviembre del presente año, se anunció que la obra prima del director Fernando Frías de la Parra: "Ya no estoy aquí" (2019), fue el largometraje mexicano seleccionado para competir por la categoría, mejor película extranjera en los premios de la academia Oscar.

Pero si al igual que muchos jóvenes te preguntas cuál fue el proceso por el que tuvo que pasar este largometraje para lograr entrar en dicha categoría, quédate porque a continuación explicaremos todo lo que tiene que pasar un largometraje extranjero para llegar a las premiaciones de la academia.

Primero se hace una convocatoria por cada país para elegir una sola película que pasará a la siguiente ronda. Dicho proceso puede ser diferente en cada país, en México la convocatoria está a cargo de la Academia Mexicana de Artes y Ciencias Cinematográficas (AMACC).

Para entrar a la convocatoria de la AMACC el largometraje debe cumplir ciertos requisitos, el primero es que



en el diálogo de la película no deberá predominar el inglés, si en la película se hace uso de diálogos en inglés estos solo deberán representar menos de 50%; el segundo requisito es que dicho largometraje necesita haber sido exhibido en salas de cine mexicanas en un mínimo de siete días, (esto cambió, ya que debido a la pandemia se permite que el largometraje sea exhibido en plataformas de *streaming*).

Si el largometraje cumple estos requisitos podrá hacer el trámite para la convocatoria y lo que sigue a continuación es que el largometraje será analizado por la AMACC, primero revisarán que los requisitos estén correctos y luego irán cerrando cada vez más la lista de películas hasta llegar a una, ese largometraje que sea seleccionado pasará a la siguiente ronda.

La siguiente ronda ya no estará a cargo de la AMACC, si no que el largometraje seleccionado para representar a México, será evaluado ahora por la *Academy of Motion Picture Arts and Sciences* lo que significa que para esta ronda el largometraje ya llegó a los Oscar pero aun así tendrá que pasar por otro periodo parecido al que se hizo en la AMACC, la diferencia es que ahora competirá con la película seleccionada de cada país.

The International Feature Film Preliminary Voting Committee será el encargado para elegir, cada miembro de este comité votará en secreto por sus siete películas favoritas, una vez que todos hayan escogido sus largometrajes preferidos se hace un conteo y se eligen a las siete que tengan más votos; posteriormente se vuelve a votar pero ahora solo se elegirá entre esas siete, cada miembro del comité escogerá cinco largometrajes, una vez que todos escojan se contarán los votos y las cinco más votadas serán las nominadas a la categoría de mejor película extranjera, y para elegir a la mejor todos los miembros de la academia votarán por su favorita.





La capa roja

MARIANA MARTINEZ GONZÁLEZ
ALUMNA DEL TALLER DE CREACIÓN LITERARIA

Esta historia no siempre se va a contar, toma tus cosas y pon tu imaginación a volar, ya que nadie sabe lo que puede pasar al final, y sin que te des cuenta ya no estarás en tu lugar.

Había una vez, en el pequeño pueblo de Asfield, en Massachusetts, Estados Unidos, una chica de hermoso cabello castaño, piel blanca y tersa, se llamaba Carter, vivía cerca del bosque. Ella se caracterizaba por llevar una chaqueta roja semejante a una capa.

Un día, por la mañana, se levantó para ir al colegio, como era costumbre, se preparó y al bajar a la cocina se encontró con su madre, la cual preparaba una pequeña sesta con comida.

- Buenos días-. Miró la sesta, y confundida le pregunto. - ¿Para quién es eso, madre?-

- Buenos días. Es para tu abuela, querida; ha estado un poco enferma estos días-. Su madre la voltea a ver. - Esperaba que pudieras llevarle un poco de comida-.

- Claro, iré después de clases- le dice sonriente.

Más tarde, al terminar sus clases, Carter fue a casa para recoger la cesta, ya que su madre estaba en el trabajo. Fue directo al bosque, porque su abuela vivía al otro lado. Mientras caminaba entre los árboles, empezó a tener la sensación de que alguien la seguía, pero no le tomó mucha importancia. Adelante, vio la figura de un hombre alto y fornido, se miraba intimidante. Carter siguió su camino y al pasar al lado del hombre, él le pregunto:

- ¿Qué haces sola en medio del bosque? - Su acento era extraño.

Carter sabía que no debía conversar con extraños, porque pueden ser peligrosos, pero aquel hombre no lo parecía, así que, ingenua, le contesto:

- Voy a la casa de mi abuela al otro lado del bosque-, dijo dudosa y decidida a seguir su camino, pero no pudo porque él habló.

- No deberías estar sola por estos bos-

ques, es peligroso, podría pasarte algo.

Carter lo ignora, y siguió caminando, sin embargo, volvió a toparse con el mismo hombre de acento extraño, empezó a asustarse, pero él le dijo:

-Te acompañaré para que no te pase nada -

Carter no protestó y emprendieron el viaje sin decir una palabra, hasta que ella rompió el silencio.

- ¿Cómo te llamas?

Él, al notar la curiosidad en su rostro, le dijo:

- Mi nombre es Lupo

Lo que Carter no sabía era que Lupo significa lobo en italiano.

- Es un nombre interesante.

- Me gusta tu chaqueta, parece una capa roja, como si fueras una caperucita roja.

- Gracias, me la regaló mi abuela en mi cumpleaños. Y, ¿Dónde vives? - Es increíble como Lupo le transmitía confianza a Carter y le contestó.

- Aquí en el bosque, en una pequeña cabaña. Cuido del bosque y de las personas que lo visitan.

El resto del viaje lo siguieron en silencio. Llegaron a casa de la abuela Carter le agradeció y se despidió de él. Entró a la casa y vio a su abuela sentada en el sofá tejiendo. Decidieron que era hora de comer, mientras lo hacían, Carter le preguntó:

- Oye, abuela, ¿conoces a un hombre llamado Lupo? - La abuela, sorprendida por la pregunta, respondió.

- Sí, querida, era un hombre italiano que vivía en el bosque, se dice que era peligroso, ya que cuidaba de las personas.

Carter confundida le dijo.

-¿Era?, ¿Por qué sería peligroso alguien que cuida de la gente?

- Carter, él creía que cuidar a la gente era tenerla encerrada en su cabaña para que no le pasara nada, y sí, dije era porque murió hace muchos años.

Carter asustada, por el hecho de haber conversado con un muerto, no se percató de que su abuela se convirtió en Lupo. No le dio tiempo de reaccionar y este la atacó dejándola inconsciente.

Se levantó de un salto de su cama, desorientada y con una pequeña capa de sudor frío sobre su frente, Carter reacciona y se dio cuenta de que todo fue un sueño un horrible sueño. O al menos eso era lo que ella creía. Porque Lupo si existe y tiene una obsesión con cuidar de ella a toda costa. Por esta razón la observa todas las noches desde su ventana sin que ella se dé cuenta, solo para "protegerla".

FIN



DKOAE



Aviso importante

Estimado/a Becario/a Conectividad UNAM:

Te informamos que durante las próximas semanas se te informará el procedimiento a seguir para recibir el beneficio, por lo que te pedimos estés al pendiente de tu correo electrónico y en la bandeja de mensajes de tu cuenta en el **Sistema Integra**, ya que la información oficial será enviada por esos medios.

Recuerda que se encuentra a tu disposición el correo electrónico becaconectividadunam@gmail.com para cualquier duda relacionada con esta modalidad, de igual manera los enlaces de becas de tu facultad o escuela estarán para apoyarte.

Saludos cordiales.

Atentamente

Dirección de Becas y Enlace con la Comunidad



@BecariosUNAM



/BecariosUNAM



BECARIOS UNAM



APLICACIÓN DE EXÁMENES EXTRAORDINARIOS EB 2021-1

Fecha de Aplicación: del 5 al 18 de enero de 2021

- ✓ Verifica tu inscripción al Examen Extraordinario el 7 y 8 de diciembre en: plataforma.cch.unam.mx
- ✓ Para la aplicación del examen entrar a: exámenes.cch.unam.mx
- ✓ Si se presenta algún problema durante el examen envía inmediatamente un correo reportándolo a: extras.vallejo@cch.unam.mx