

# Comunidad Vallejo



Órgano Informativo del Plantel Vallejo

# Tecnologías para la enseñanza



Ciudad de México a 18 de junio de 2020      Número 352



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



@CCHVallejo\_Ofi



cch\_vallejo



comunidad.vallejo@cch.unam.mx

# Alcances y esfuerzos por la educación

La capacidad de adaptarse al trabajo a distancia de profesores y alumnos ha sido un reto superado, con resultados gratificantes para ambos sectores. Sin duda, las ganas y el entusiasmo de los docentes por continuar con su labor de enseñar se veían reflejado en el salón de clase, ahora, también en el aula virtual.

Se apropiaron de las herramientas que proporcionó la Universidad Nacional para esta tarea, buscaron otros recursos que ayudaron en la impartición del conocimiento, cambiaron rutinas y horarios de trabajo, todo ese esfuerzo se ve reflejado con las calificaciones asentadas en las actas, una actividad que ya es posible realizar.

Asimismo, la administración ha continuado con la capacitación

de los académicos, impartiendo tres ediciones del Curso-Taller herramientas Teams de Microsoft, logrando con ello que, gran parte de los docentes del plantel desarrollarán la habilidad de utilizarla.

Por su parte, la Secretaría de Servicios de Apoyo al Aprendizaje ha realizado acciones que apoyan y refuerzan la actividad académica, como la recopilación y selección de materiales digitales para su utilización.

Por otro lado, generar una cultura de la Equidad de Género es un tema que se sigue trabajando, de tal modo, que se ha continuado con la atención y el seguimiento de casos presentados ante las autoridades, siempre dentro del marco normativo de la legislación universitaria, un compromiso primordial de la Universidad.



## 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 Ruíz  
**SECRETARIO GENERAL**



## COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES VALLEJO

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



## COMUNIDAD VALLEJO

Lic. César Alonso García Huitrón  
**JEFE DE INFORMACIÓN**  
Lic. Jessica Abigail Hernández Rivera  
Mtra. Elena Edith Hernández González  
Lic. Jorge Saúl Bernal Arévalo  
**REPORTEROS Y FOTÓGRAFOS**  
Lic. Diana Elizabeth Salas Estrada  
**DISEÑO Y MAQUETACIÓN**  
Adrián Enríquez  
**JEFE DEL DEPARTAMENTO DE IMPRESIONES**

**Comunidad Vallejo** es publicada por el Departamento de Información del plantel Vallejo, planta alta de la Biblioteca.

Teléfono: 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 352.**

147 profesores compartieron su experiencia docente

# YouTube, la red social más utilizada para las clases

*La mayor parte del cuerpo docente han buscado distintas formas para comunicarse con los alumnos de manera remota y dar continuidad a los programas de estudio*

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

YouTube y el Correo electrónico fueron los recursos en línea que más utilizaron los profesores para continuar con su trabajo académico a distancia, de acuerdo con el análisis de los datos que arrojó el cuestionario Experiencias de clases a distancia, que respondieron en línea docentes de este plantel a finales del mes de abril y a principios de mayo, cuyo objetivo era conocer cómo era el trabajo que venían desempeñando.

Fueron 147 académicos, quienes respondieron dicho instrumento publicado en las redes sociales oficiales del plantel, es decir el 22 por ciento de la población docente. Entre las materias que imparten los encuestados, en su mayoría son de Química, Inglés y TLRIID.

El principal mecanismo de contacto con los estudiantes fue el correo electrónico con



Fuente: Internet

un 29 por ciento de menciones, seguido por WhatsApp con el 28 por ciento.

El 22 por ciento de los encuestados dijeron haber utilizado Microsoft Teams como la principal plataforma de clases a distancia, seguida por Google Classroom con el 18 por ciento, mismo porcentaje que el Portal Académico del CCH.

En cuanto a las redes sociales, el 31 por ciento de los académicos utilizaron YouTube para reforzar contenidos, mientras que Facebook apenas alcanzó el 13 por ciento de utilización. Otros recursos utilizados por los docentes en menor cantidad fueron Zoom, Google Drive y la Red Universitaria de Aprendizaje de la UNAM.

En cuanto a la atención de alumnos y dependiendo la asignación de grupos de cada profesor, en promedio cada uno atendió entre 51 y 70 estudiantes, destinando de 4 a 6 horas diarias para el trabajo académico, así lo reportaron el 36 por ciento de los catedráticos, apenas el 12 por ciento, trabajó más de diez horas al día.

Para la mayoría significó un esfuerzo considerable adaptar el contenido y didácticas de las clases presenciales a los recursos que pueden ser utilizados en línea, por lo que la mayoría, el 52 por ciento, evaluaron su desempeño como bueno, y apenas el 12 por ciento como muy bueno, es decir, no alcanzaron, en su opinión, los niveles de exigencia a los que están acostumbrados.



Fuente: Internet

En cuanto a los estudiantes, los profesores consideraron bueno el esfuerzo que realizaron. Sin embargo coinciden en que existen factores más allá de la disposición del estudiante para tener un buen desempeño; es así que la falta de recursos como una conexión eficiente de Internet, la necesidad de compartir dispositivos como la computadora o tableta con varias personas de la familia en diferentes horarios, la falta de un espacio con cierta privacidad para concentrarse en las clases en línea o la falta de habilidades en el manejo de herramientas digitales educativas, son obstáculos que dificultan los aprendizajes. ✓



Fuente: Internet

## Redes Sociales utilizadas

YouTube

**31%**

WhatsApp

**28%**

Facebook

**13%**

## Plataformas

Teams

**22%**

Classroom

**18%**

**657**

Docentes

**147**

respondieron

Entrevista con la profesora Luz del Carmen Ruiz Amaro

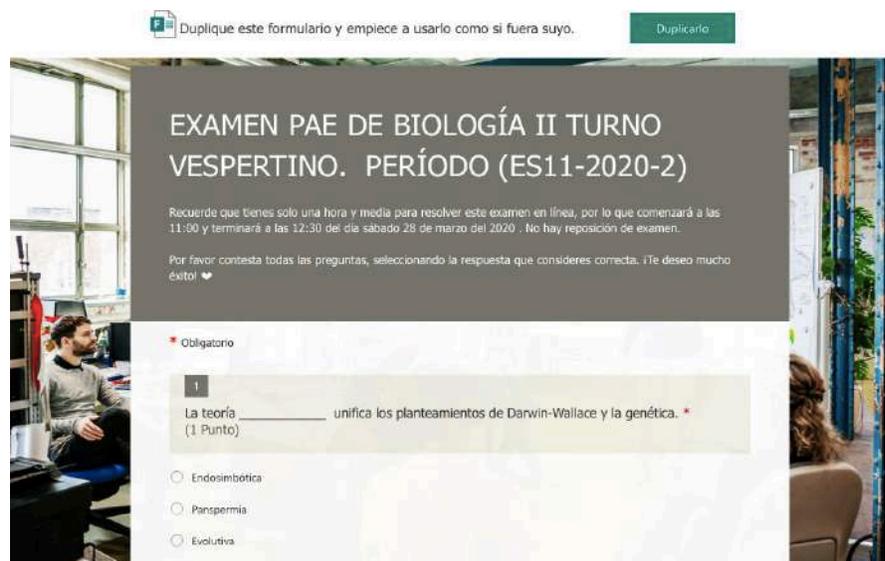
# “Sí se logró el objetivo de concluir con los chicos en tiempo y forma”

*La docente de la materia de Biología, señala que el trabajo no fue fácil.*

ELENA E. HERNÁNDEZ G.  
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

“Yo creo que a todos nos cayó de sorpresa, esto fue complicado, pero no fue impedimento para lograr el objetivo de concluir el curso, afortunadamente se extendió el calendario, dándonos oportunidad de reorganizar las estrategias en la continuidad de las clases y terminar con los chicos en tiempo y forma”, señaló la profesora Luz del Carmen Ruiz Amaro, quien cuenta con dos años de antigüedad en el Colegio.

Sobre cómo imparte sus clases en línea, la profesora comenta que utiliza la plataforma Teams, WhatsApp y correo institucional: “la plataforma la utilicé para la recepción de tareas, aplicar exámenes en Forms, así como el examen final; también me sirvió en la entrega de un proyecto final y le pudieran hacer ajustes”; además, agrega que en YouTube había la posibilidad de subir videos,



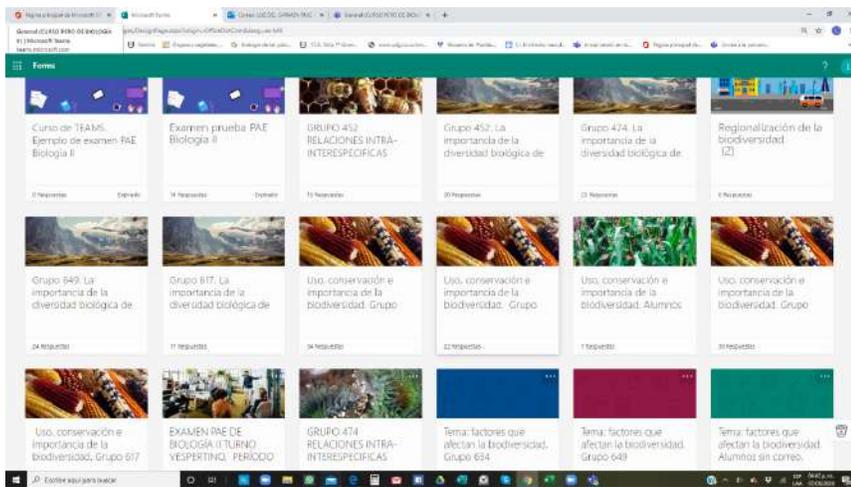
Fuente: Cortesía de la profesora Luz del Carmen Ruiz Amaro



Uno ya conoce a sus alumnos y puede entender que a unos se les complica más que a otros”

“reforzar con material nuevo que no conocía (alguno estaba en Teams), además de buscar nueva información y otros recursos que fueran más atractivos para los estudiantes.

Sobre Teams, Ruiz Amaro especifica que se pueden hacer videoconferencias, “aunque el contacto no fue tan directo, creo que estas herramientas pueden ayudar a que los chicos tengan curiosidad por un tema y si uno encuentra un buen material en línea que les llame la atención, ellos puedan seguir explorando”.



Fuente: Cortesía de la profesora Luz del Carmen Ruiz Amaro

De manera particular y como la materia se prestaba para el tema, la profesora utilizó conferencias de la UNAM para impartir sus clases: “me gustó mucho que se estuvo dando un ciclo de conferencias sobre el Covi-19, las cuales coincidían con las lecciones. Les decía a mis alumnos que lo vieran y en la plataforma interactuamos en un foro, en donde cada quien puso su opinión por escrito sobre los conocimientos adquiridos. Lo que me gustó es que muchos desconocían algunas cosas sobre la enfermedad. Esas pláticas formaron parte del programa Jóvenes Hacia la Investigación, además de lo anterior, la docente les pidió que compartieran la información con sus familiares y amigos, llevando datos valiosos para su día a día.

El cambio de impartir clases a distancia no fue fácil para la profesora porque: “muchos alumnos no se acordaban de sus claves para el correo institucional, debido a esto, tuvo preparar material para los que no la tenían y para los que sí”; además, comenta que la evaluación de

las materias fue más ardua: “trabajé un poco más de lo normal, todos entregaron sus actividades y presentaron las evaluaciones que tenían que hacer; de igual manera, me aseguré que tuvieran el material necesario para trabajar desde casa”.

La respuesta de los alumnos no fue del todo adecuada, pues comenta que al principio hubo cierta resistencia, primordialmente porque estaban tomando clases con otros profesores en otras aplicaciones, negándose a utilizar Teams y le pedían que cambiara de herramienta. Por lo que les tuvo que solicitar que accasaran a la plataforma y se familiarizaran con ella; “una vez que ingresaron, habilitaron su cuenta, vieron que fue sencillo manejarla y ya no hubo problema. Para ellos es difícil que un maestro use una estrategia y otro otra”. Aunado a esto, hubo algunos alumnos que trabajaron al principio y después ya no, la profesora intentó contactarlos, pero no hubo respuesta, “fueron muy pocos, la mayoría de mis grupos pudo continuar con el

curso”.

Finalmente, Luz Ruiz recomienda a los académicos que imparten su misma asignatura: “sobre todo que tengan paciencia con los chicos, por las circunstancias que se presentaron, dar más tiempo a esos alumnos para entregar sus actividades, conocer cuáles son las circunstancias de cada estudiante y ser comprensivos con esta problemática. Uno ya conoce a sus alumnos y puede entender que a unos se les complica más que a otros”. ✓

“

Aunque el contacto no fue tan directo, creo que estas herramientas pueden ayudar a que los chicos tengan curiosidad por un tema”

# LAS BIBLIOTECAS EN EL MUNDO Y LA PANDEMIA POR COVID-19

MARTÍN VERA

COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

La pandemia por COVID-19 representa uno de los retos para la salud pública en estas dos décadas del siglo XXI. Sin embargo, el impacto en las diversas áreas de la economía, política, asistencia y desarrollo social, han sufrido transformaciones de las que todavía no es posible prever sus consecuencias.

Por su parte, las bibliotecas, recintos fundamentales para la educación continua y la preservación

de la memoria histórica, han demostrado su relevancia en la provisión de servicios innovadores para gran parte de la población que sigue en confinamiento y los bibliotecarios han formado grandes alianzas a nivel mundial para seguir con el compromiso de democratizar el acceso a la cultura.

Uno de los múltiples aspectos donde las asociaciones de bibliotecarios apoyan y difunden información fidedigna a la población ha sido la prevención de las llamadas fake news

o noticias falsas. Por ejemplo, en medio de esta pandemia, se han manejado muchas noticias falsas, que van desde curas milagrosas, radiaciones de antenas causantes del virus y hasta comidas que previenen el contagio.

La labor fundamental de los bibliotecarios es hacer recomendaciones para valorar la información y no dejar que tanta información falsa impacte negativamente en nuestro comportamiento. La siguiente infografía ayuda a combatir de manera efectiva a las fake news.



Fuente: <https://www.ifa.org/>

Por otro lado, las bibliotecas en diversas regiones del mundo se vieron forzadas a cerrar sus puertas debido a la contingencia, pero los servicios bibliotecarios no se detuvieron. Muchas bibliotecas escolares, públicas o académicas, tuvieron que echar mano de la innovación para seguir ofreciendo acceso

informativo a toda la población, varias de ellas ofrecieron acceso a sus versiones electrónicas, sesiones de fomento a la lectura de manera remota, montaje de exposiciones digitales, espacios virtuales impulsando a BookTubers y un uso extenso de redes sociales como Facebook y Whatsapp atendiendo consultas informativas o sugerir actividades lúdicas para realizar en casa, entre varios ejemplos.

La emergencia sanitaria por el COVID-19 repercutirá en la manera en cómo se proporcionarán servicios en las bibliotecas durante los próximos meses de este año 2020. No es una situación fácil, pero se espera que las bibliotecas seguirán siendo uno de los recursos más importantes para la educación, la recreación y el aprendizaje de por vida. ✓



Fuente: Cortesía Gaceta CCH

BookTube hace alusión a la comunidad de creadores de contenido de YouTube que realizan y suben vídeos relacionados con libros.

Más información en:  
[bibliotecacch-vallejo@hotmail.com](mailto:bibliotecacch-vallejo@hotmail.com)

# Aun en tiempos del COVID-19, la UNAM no para contra la violencia de género...

En esta contingencia, la Universidad te acerca distintas rutas de comunicación para que puedas recibir la información adecuada sobre lo que puedes hacer frente a la violencia de género.



## Si tienes dudas sobre:

- ▶ la violencia de género, sus tipos y modalidades;
- ▶ la presentación de una queja; o
- ▶ los mecanismos de atención dentro de la Universidad.



Puedes enviar un correo con tus datos de contacto a:

[genero.oag@unam.mx](mailto:genero.oag@unam.mx)

Una psicóloga experta en atención a casos de violencia de género te contactará y te orientará.

## Si requieres atención inmediata, puedes llamar a:

Unidad para la Atención de Denuncias (UNAD)  
de las 9:00 a las 20:00 hrs.

→ 55 1798 3830

o a la Unidad de Apoyo Jurídico (UAJ) las 24 horas del día.

→ 56161784  
56222447

Recuerda que aún en estos momentos de confinamiento, NO te encuentras sola.



José Ismael Quintanar, especialista en Educación especial

# Ex alumno imparte clases en reclusorio

*Labora en el Cereso de Otumba Tepachico*

ELENA E. HERNÁNDEZ G.  
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

Desde hace algunas semanas se han transmitido por Facebook una serie de entrevistas con egresados del plantel Vallejo en donde ellos exponen los aprendizajes y experiencias que les dejó su paso como cecehacheros, en esta ocasión presentamos lo más importante de la charla que el profesor Abel Fernández tuvo con el maestro José Ismael Quintanar, egresado del plantel Vallejo, generación 88.

Después de egresar del plantel Vallejo, estuvo dos años en la entonces Escuela Nacional de Estudios Profesionales Acatlán, en la carrera de Ciencias Políticas y Administración Pública, decidió dejar la carrera y se fue en 1995 a Chiapas. Ahí, en las comunidades rurales marginadas encontró su profesión: "empiezo a ejercer como maestro sin saber hacerlo, la verdad, dentro del Consejo Nacional de Fomento Educativo (CONAFE) nos mandan a

comunidades con los chavos, los adultos, es ahí donde yo decido ya no continuar en Ciencias Políticas e irme a la educación".

Sobre la relación que tiene lo anterior con su formación en el Colegio, comenta: "ahí tienes que ver lo que vas a estudiar, yo quería ayudar, hacer algo que pocas personas quisieran hacer, creo que por eso estoy donde estoy, yo creo que me inclinaba hacia la docencia por hacer algo por alguien, en particular".

Agrega que el CCH fue una cosa

muy grande, "como estudiante es la parte de mi vida que más bellamente recuerdo, de ahí han salido muchas personas importantes

“

Como cualquier escuela, todos los lunes se canta el himno en la ceremonia y se celebran días tradicionales como el día de la madre"



Foto: Cortesía de José Quintanar



Foto: Cortesía de José Quintanar

para mí, tiene que ver mucho con mi formación personal y profesional, es muy grande el significado. Yo no terminé la carrera en la Universidad, mi profesión es como normalista porque ahí encontré muchas posibilidades y descubro la carrera de Infracción y Adaptación Social; sin embargo, yo le sigo yendo a los pumas por todo lo que viví en el CCH”.

El trabajo que realiza en su día a día es como maestro: “nosotros damos clases desde alfabetización para gente que no sabe leer ni escribir, también damos clase a nivel primaria secundaria, preparatoria, son los niveles que estamos trabajando en reclusorios del Estado de México, son como asesorías en realidad lo que damos, todos estos niveles tienen validez oficial, por ejemplo, alguien que in-

gresas sin terminar su primaria, secundaria o preparatoria, puede iniciarlos ahí y terminarlos, se les da su certificado oficial”.

Con las personas que trabaja le gusta utilizar la historia de México para que aprendan su contexto, “si tú entiendes lo que eres como país o como sociedad, puedes entender que tú mismo tienes unos antecedentes que revisar para llegar a lo que quieres, creo que la historia es eso, conocimiento de lo pasado, pero proyectándolo siempre a un futuro”, explicó.

Contrario a lo que podría pensarse, los momentos más difíciles de su carrera no tienen que ver con situaciones de violencia: “que yo sienta que corro peligro por mi seguridad no, yo creo que más bien algo con lo que lucha-

José Ismael Quintanar

Es Maestro en Educación Especial, labora en la Dirección General de Prevención y Reinserción Social del Estado de México, particularmente en el Cereso de Otumba Tepachico.

mos es con la apatía de la gente, cuando no logro convencer a la gente de hacer las cosas; de repente tienes ideas que consideras buenas, tienes que llevarlas a cabo y son rechazadas”, detalló, ya que comenta, muchas veces la gente no siente este interés por lo que estás haciendo, “también es de entenderse que la privación de la libertad te lleva a esta apatía. Y al contrario, cuando te das cuenta que lo que tú dices, lo que estás haciendo atrae a la gente, cuando vences esa apatía te das cuenta que tu trabajo vale la pena, todos los esfuerzos que estás tratando de llevar a cabo pegan en la gente, les agrada y les gusta”.

José Quintanar recomienda a los jóvenes cecehacheros buscar su propio camino y aprovechar al Colegio y a la UNAM, “creo que lo importante es formarte como persona, esto es algo que busca mucho el CCH, instruirte a ti. Todo lo que te da la escuela es ese plus de convivencia para poder desarrollarte, espacios de expresión, de investigación que finalmente te van perfilando. El mensaje es fórmense ustedes mismos para que no lleguen a ser mis alumnos, estudien mucho, busquen su camino”. ✓

“

Si yo no creyera en esa posibilidad de superación de las personas no tendría ningún caso que yo estuviera allí.

Seis departamentos que no se detienen

# Apoyo al Aprendizaje en tiempos de pandemia

*Apoyo a los docentes en su tarea cotidiana, con TEAMS y el PERO*

ELENA E. HERNÁNDEZ G.  
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

El Colegio cuenta con la Secretaría de Servicios de Apoyo al Aprendizaje, una de las secretarías más grandes del plantel, ya que tiene a su cargo seis departamentos: la biblioteca, el CRE-PA, Cómputo académico, la Sala de Computación de la biblioteca, Impresiones y Medios Digitales, todos ellos han seguido laborando a distancia durante la pandemia, primordialmente apoyando a los profesores en su labor cotidiana.

La secretaria a cargo de la profesora Rocío Sánchez Sánchez, se ha ocupado de apoyar a los maestros que tienen material didáctico para que lo puedan subir en la platafor-

ma Teams y utilizarlo con sus alumnos, también ha estado pendiente de asesorar a los profesores en cuanto a su capacitación en esta herramienta.

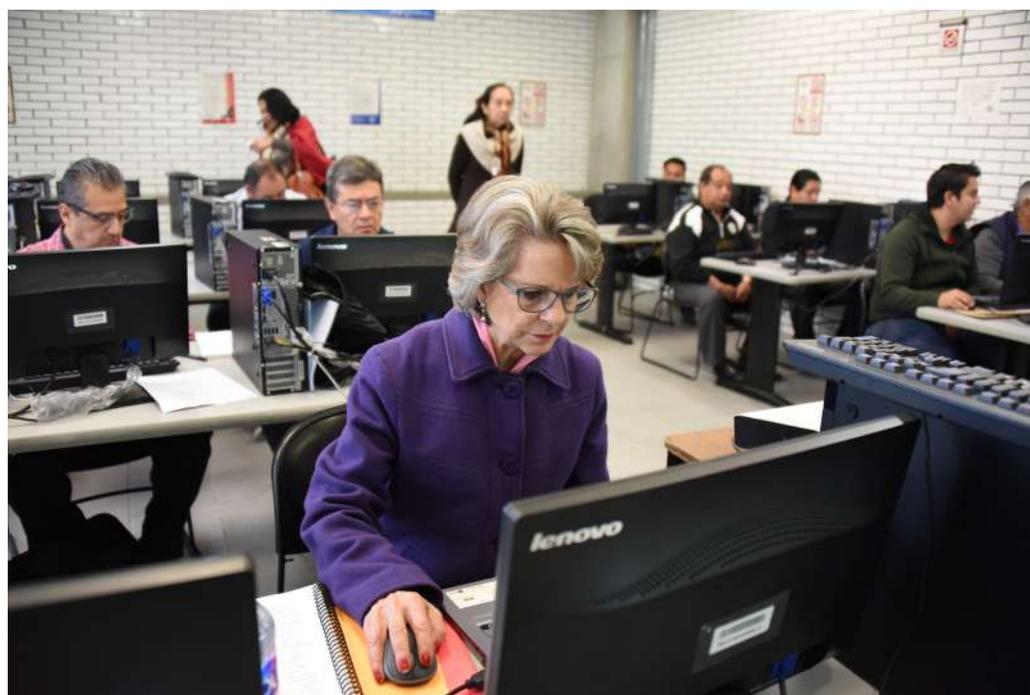
Ha apoyado en la localización de profesores que no mantuvieron contacto con sus grupos, así como de notificar a ciertos alumnos que fueron recomendados para conformar los grupos

del PERO, “se les tiene que brindar información a los estudiantes sobre el inicio de los cursos, las condiciones de inscripción y que estén un poco más confiados, pues muchos estaban preocupados por su egreso y sus calificaciones”. Junto con la dirección se encargaron de realizar esta búsqueda, personal del cuerpo directivo, avisó a alumnos que están prontos a egresar sobre su aceptación al programa emergente, siendo los primeros a los que se les organizó”.

En este mismo tenor de apoyo al egreso, la secretaria organizó grupos de trabajo para seleccionar los aprendizajes más importantes y poderlos impartir en el PERO: “en una convocatoria se solicitó

la participación de los maestros de cada asignatura de sexto semestre”, ya están los materiales didácticos, las herramientas visuales que se subirán a la plataforma de TEAMS, donde se dará el curso a profesores y alumnos”.

Con respecto a las labores del personal de la biblioteca, la profesora comenta que “se han atendido llamadas de estudiantes que tienen libros de la biblioteca y que piensan que los tienen que entregar porque ellos van a egresar, pero eso será hasta que regresemos a clases normales y se pueda abrir la escuela, no se preocupen”. Asimismo, señala que el coordinador de la biblioteca, ha estado consultando con diversas bibliotecas



Consulta los recursos electrónicos de acceso libre y abierto, disponibles de forma permanente



UNMdP  
La Universidad de la Nación

Dirección General de Bibliotecas



BIBLIOTECA DIGITAL  
Dirección General de Bibliotecas

esta entrega, pues va a ser un problema incorporar esos libros al acervo porque existe la posibilidad de que estén contaminados por Covid-19; una vez que los regresen, van a estar en aislamiento para evitar contagios, se ha considerado que se queden 15 días mínimo aislados para no tener ningún contagio de trabajadores ni de alumnos".

Por otra parte, el área de Cómputo Académico organizó cursos junto con el Departamento de Sistemas. "Se programaron e hicieron todas las conexiones para enviar la señal a todos los maestros inscritos, además

de realizar, inscripciones a distancia, el levantamiento de los materiales y los cursos para que los docentes reciban bien la señal, y no se caiga la red, que estén estables los servidores, recuperar contraseñas de profesores interesados en tomar los cursos, así como los que han estado interesados en llegar a los alumnos con material adecuado desde antes del PERO. Tras la demanda de asesorías para ingresar a TEAMS y saber usarla, Sistemas y Cómputo Académico brindaron asesorías e impartieron cursos y resolvieron dudas".

En cuanto al CREPA "se ha estado depurando todo el material digitalizado, hay algunas grabadoras todavía de carrete y algunos maestros todavía llevan sus cintas para que se les pasen a otro formato, por lo que estas grabadoras se van a conservar y utilizar cuando se solicite el servicio". Al realizar las técnicas de organización y conservación de materiales se absorbió espacio, adaptando muebles y habilitado anaqueles que estarán en el salón de préstamo a la vista de los profesores en la ventanilla, con la finalidad de que sepan qué recursos hay y puedan solicitarlos". ✓



Colegio de Ciencias y Humanidades  
Plantel Vallejo

Ciencia, Cultura, Educación



Profesores

Alumnos

Clubes

Servicios Adicionales

¡Consulta el material de apoyo!



## Organizadores Gráficos

Presentadores gráficos diseñados con la intención de que se conviertan en material de apoyo a las Guías de Exámenes Extraordinarios de Taller de Lectura Redacción e Iniciación a la Investigación Documental I y II.

Elaboración:  
Mónica Leticia Andrade Díaz  
Irma Itzel Paniagua Luna  
Alberto Téllez Hernández  
Espartaco Rosales Arroyo  
(Coordinador)



La Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades, la Secretaría Estudiantil y el

Departamento de Difusión Cultural del CCH

Convocan al:

1° Concurso Literario en Línea

## *"Mis Memorias en la Pandemia"*

Con el propósito de estimular el gusto por la escritura hacemos una cordial invitación a la comunidad del Colegio, para participar en el 1° Concurso Literario en Línea, bajo las siguientes bases:

- 1.- Ser alumno (a), profesor (a), o personal administrativo del Colegio de Ciencias y Humanidades.
- 2.- Elaborar un texto literario: Crónica, cuento corto o poesía.
- 3.- Los escritos deben ser individuales e inéditos.
- 4.- Los textos se publicarán en las redes sociales del Departamento de Difusión Cultural del CCH, y podrán participar en tres modalidades: *publicación del texto, lectura del texto en audio, o video.*
- 5.- Todos los trabajos se enviarán por correo electrónico, independientemente de la modalidad que se elija, deberán estar escritos a tres cuartillas como máximo, interlineado a 1.15, letra Arial del número 11.
- 6.- Las modalidades para participar:
  - a) Modalidad de publicación de texto escrito.** - Los textos se enviarán con una hoja anexa que contenga los siguientes datos: nombre completo del autor(a), título de la obra, plantel, correo electrónico, teléfono particular y celular. Especificando si eres alumno(a), docente o personal administrativo, y donde se dé el consentimiento para publicar el texto en redes sociales.
  - b) Modalidad de audio.** - El participante realizará la grabación de la lectura de su texto con una presentación previa, donde mencione su nombre, plantel y título del texto, con voz clara y firme. Los audios deberán estar grabados en archivo MP3, o formato de WMA.  
  
El audio será enviado junto con una hoja en formato Word, con los siguientes datos: nombre completo del autor(a), título de la obra, plantel, correo electrónico, teléfono particular y celular. Especificando si eres: alumno(a), docente o personal administrativo, y donde se dé el consentimiento para publicar el audio.
  - c) Modalidad de Video.** - Videograbación de la lectura del texto, iniciando con una presentación previa, donde mencione su nombre completo, plantel, y título del trabajo, con voz clara y firme. Video grabado de forma horizontal, en formato MP4, WMV, AVI, o MOV.  
  
El video será enviado junto con una hoja en formato Word, con los siguientes datos: nombre completo del autor(a), título de la obra, plantel, correo electrónico, teléfono particular y celular. Especificando si eres: alumno(a), docente o personal administrativo, y donde se el consentimiento para publicar el video.  
  
Una vez elegida cualquier modalidad, se enviará toda la información solicitada al correo al correo electrónico: [diculiteratura.cch@gmail.com](mailto:diculiteratura.cch@gmail.com)
- 7.- Las inscripciones están abiertas a partir de la presente publicación y cerrarán el martes 30 de junio del 2020.
- 8.- Los tres primeros lugares de cada género recibirán un reconocimiento y un obsequio, el cual será entregado en la oficina del Departamento de Difusión Cultural del CCH, al término de la contingencia sanitaria.
- 9.- Los asuntos no previstos en la presente convocatoria, serán resueltos por el comité organizador



## Cuatro medidas a las que tienen derecho las personas en custodia

*Bajo ninguna circunstancia la tortura es un acto de justicia: conferencia de DH en el plantel*

ELENA E. HERNÁNDEZ G.  
ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

¿Se puede prevenir la tortura?, ¿es posible que, ante situaciones de riesgo frente alguna autoridad, podamos defender nuestros derechos humanos? para resolver estas cuestiones e informar a los jóvenes sobre qué pueden hacer ante situaciones de tortura, el pasado 18 de febrero se llevó a cabo la conferencia de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos titulada: Manejo y uso de salvaguardas en el ámbito académico, impartida por el Mtro. Carlos Garduño Salinas, en la sala José Vasconcelos.

Señaló que son la Organización de las Naciones Unidas y la Organización de los Estados Americanos quienes definen la tortura mediante los tratados internacionales: La convención contra la tortura y otros tratos o penas crueles inhumanas o degradantes y La convención interamericana para prevenir y sancionar.

La tortura, es "todo acto por el cual se infrinja a una persona de manera intencional, dolores o sufrimientos, físicos o mentales graves con la finalidad de obtener información por medio del castigo, coacción y discriminación". Al respecto Garduño Salinas resalto que solamente las autoridades pueden violar los derechos humanos.

Cómo prevenir la tortura

Si por alguna circunstancia se está en custodia de alguna autoridad, el especialista señala que se ha visto que cuando las personas se empoderan y le dicen a la autoridad que tie-

# Salvaguardias para prevenir la tortura

nen derechos, ésta se inhibe y ya no tan fácil comete los abusos: "tenemos la experiencia de quien sabe estos derechos: 7 de cada 10, no son abusados, violentados o golpeados". Esto se conoce como salvaguardias que básicamente son cuatro derechos que tienen las personas que han sido detenidas por alguna autoridad, las cuales explica el ponente:

1. Tener derecho a comunicarme con un familiar o con quien yo decida, que me den acceso a una llamada telefónica. Pero si en la agencia no hay teléfono o en el área de separos no hay teléfono, por ese hecho ya todo lo que haya actuado el MP sería nulo o inválido.

2. En cuanto lleguen a la estación de policía o al MP, tiene que haber un médico que los examine para ver si no traen algún golpe que les hayan dado o que si les dieron un golpe entonces que el médico tome nota y se pueda investigar quien fue el responsable. Pero qué tal si les dan una cachetada o simplemente les ponen la pistola en la sien, eso no les va a dejar una lesión visible, entonces el médico tendría que asentar: "no hay

lesiones pero me dijo que le pusieron una pistola en la sien" y eso ya va dando elementos para que ese tipo de abusos se investiguen.

3. Invariablemente el MP tiene que decirles que tienen derecho a un abogado, si no hay un particular, el MP tiene la obligación de conseguirles a un defensor de oficio, un defensor público; si no hay un defensor público, todo lo que se haga ahí sería absolutamente ilegal y se estaría violando el debido proceso, siempre tiene que estar el abogado ahí presente, sino está, todo lo que hizo el MP sería absolutamente nulo.

4. La cuarta es que les informen su lectura de derechos, sobre todo que entiendan qué pueden hacer con esos derechos.

Señaló que si todo lo anterior no funciona o si al detenido ya le han violado sus derechos, se puede llamar a la CNDH para que un visitador acuda al lugar y pida entrevistarse con la persona para verificar su situación; enfatiza que hacer uso de estas salvaguardas, es la manera más eficaz y gratuita de ayudar a la ciudadanía a empoderarse de sus derechos. ✓

# Cómo realizar una denuncia en caso de violencia de género en la UNAM

*La UNAM te respalda*

ELENA E. HERNÁNDEZ G.

ELENA.EDITH.HERNANDEZ@CCH.UNAM.MX

**E**studiar en la Universidad Nacional con la seguridad de que los derechos humanos no sean violentados es una de las prioridades que tiene nuestra máxima casa de estudios. La Universidad ha creado el Protocolo para la atención de casos de violencia de género en la UNAM, documento en el cual puedes consultar, entre otros datos, cómo realizar una denuncia en caso de violencia de género en la UNAM, por parte de cualquier integrante de la comunidad.

La violencia de género: “es cualquier tipo de violencia ejercida contra una persona por razón de su identidad o condición de género, expresa las condiciones de desigualdad entre hombre y mujeres, genera intimidación, exclusión, ofensas, presión, humillación, miedo o inseguridad. Se trata de actos que atentan contra los derechos humanos, perpetúan los estereotipos de género o vulneran la dignidad e integridad de quienes la padecen”.

Algunos ejemplos de violencia de género son: chistes sexuales u obscenos, comentarios o bromas acerca de la vida privada o las supuestas actividades sexuales de una persona, llamadas telefónicas o mensajes electrónicos

indeseables o persistentes, en la Universidad o fuera de ésta, seguir a una persona de la Universidad al hogar, acecho, gestos ofensivos con las manos o el cuerpo, contactos físicos indeseados, insinuaciones u observaciones marcadamente sexuales, exhibición no deseada de pornografía, pedir favores sexuales a cambio de subir una calificación, aprobar una materia o una promesa de cualquier tipo de trato preferencial, amenazar a una persona de reprobarla, bajarla de puesto o cuestiones similares sino se mantienen contactos sexuales.

Si eres víctima de violencia de género en instalaciones de la UNAM o en espacios distintos, siempre y cuando participe algún integrante de la comunidad universitaria, puedes denunciar ante las autoridades competentes si se cumplen las siguientes condiciones: exista una relación académica, laboral o análoga; que los actos cometidos vayan en contra del Código de Ética Universitaria; si eres menor de edad la oficina de la abogacía de la UNAM debe avisar a tus padres o a un mayor de edad de tu confianza. ✓

# Para que la Universidad proceda debes presentar tu queja, haz lo siguiente para denunciar:

1. Puedes acudir con personas orientadores que te asesorarán en esta situación.
2. Primero conoce los cuatro principios de atención: debida diligencia, confidencialidad, información adecuada y accesibilidad.
3. Acude a la UNAD, a la oficina jurídica del plantel o a la Unidad de Apoyo Jurídico de la Dirección General de Asuntos Jurídicos, ellas te brindarán acompañamiento desde la presentación de la queja, hasta su conclusión.
4. En esa instancia se te hará una entrevista a partir de la cual se elaborará el documento llamado: Acta de hechos. Terminada ésta, se realiza una valoración del caso y deben darte a conocer el procedimiento subsecuente.
5. Si el acto constituye un delito, puedes levantar la denuncia ante la Agencia del Ministerio Público, para lo cual te acompañara el personal de la oficina jurídica.
6. El siguiente paso será uno de los dos procedimientos: formal y alternativo, este último solo puede aplicarse cuando existe una relación de confianza entre las partes, el acto no implica violencia física o se considere un delito y la víctima no sea menor de edad.

Si requieres más información, puedes consultar el documento completo en la siguiente liga: <https://igualdaddegenero.unam.mx/wp-content/uploads/2019/03/Protocolo-2019.pdf>



Gaceta  
CCH



Suplemento

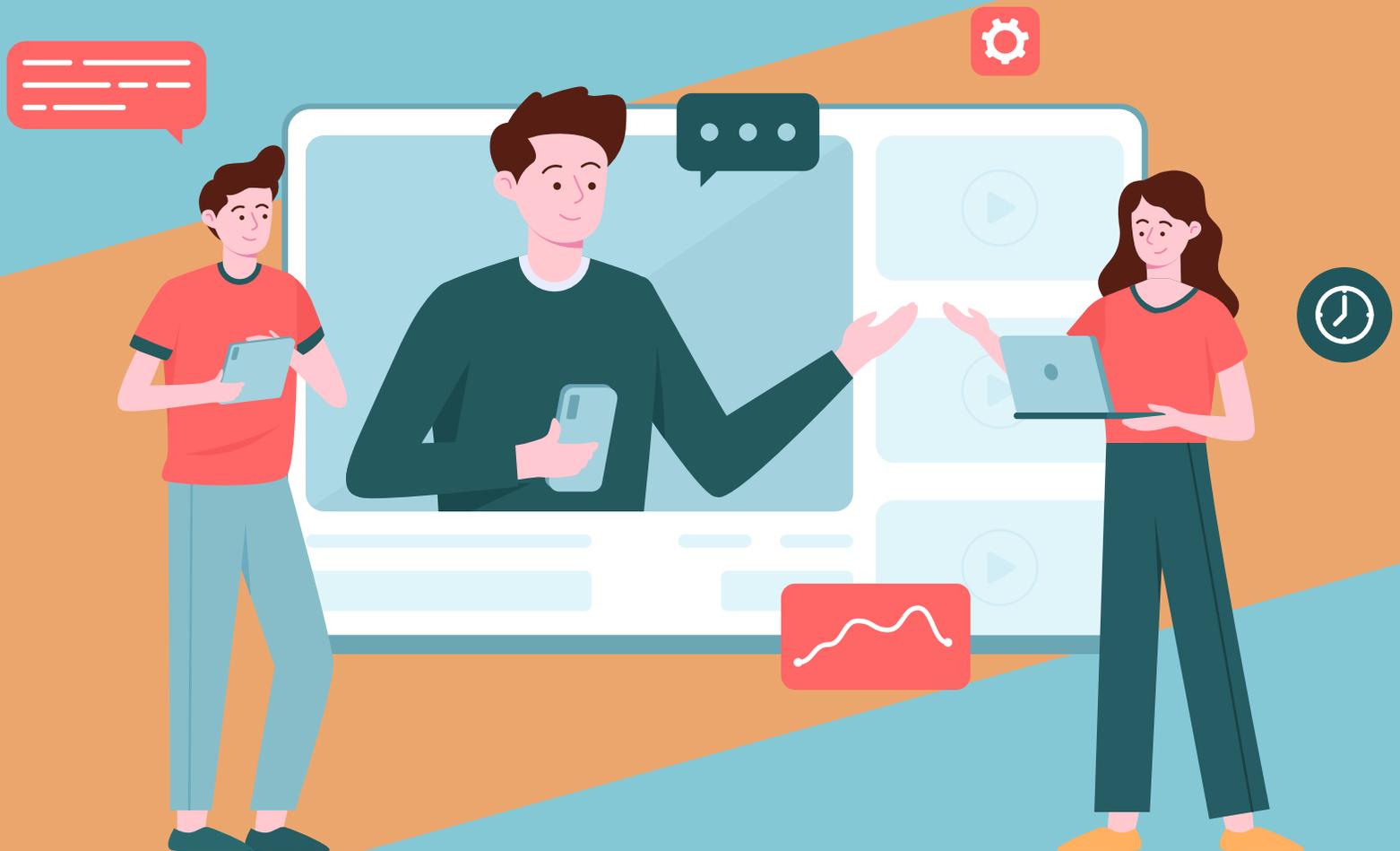
10 de Junio de 2020

ISSN 0188-6975

Recursos de Apoyo

al Aprendizaje para el Programa Emergente de

# Recuperación de Cursos Ordinarios



# Cine y docencia ¿Cómo abordarlo?



BRANDON IBARRA  
COMUNIDAD.VALLEJO@CCH.UNAM.MX

El cine no sólo funciona como medio de análisis y reflexión en la mera revisión de obras cinematográficas como un público activo en torno a contextos sociales, políticos y culturales, también, funciona como método práctico para la presentación de temas y resolución de conflictos planteados en clase, con narrativas base que pueden plantearse como ficción o no ficción (documental).

Por otro lado, se puede utilizar como métodos alternos al lenguaje cinematográfico, el video en forma de tutorial, clip, cápsula o programa televisivo.

Es por ello, que en este texto se recomienda, por sus altos valores artísticos, estéticos y pedagógicos, la práctica recurrente del análisis y el quehacer cinematográfico en la docencia y vida académica a fin de fortalecer las estrategias de aprendizaje de los estudiantes.

La lista que muestro a continuación son algunas recomendaciones imperdibles que pueden comenzar a introducir al docente en la práctica cinematográfica en el aula, títulos que, además, exploran diferentes realidades alrededor del mundo, tanto en

la ficción como en la no ficción (documental):

Where To Invade Next | Michael Moore | Estados Unidos | 2015

De padres a hijos | Talal Derki | Alemania – Siria – Líbano | 2017  
Escritores de la Libertad | Richard LaGravense | Estados Unidos | 2007

Tempestad | Tatiana Hueso | México | 2017

El Acorazado Potemkin | Sergei M. Eisenstein | Rusia | 1925

El viaje a la Luna | George Méliés | Francia | 1902

Redes | Emilio González Muriel, Fred Zinnemann | México | 1936

Fitzcarraldo | Werner Herzog | Alemania Occidental | 1982

Sueño en otro idioma | Ernesto Contreras | México | 2017

Robar a Rodin | Cristóbal Valenzuela Berríos | Chile | 2017

Knobody Knows |

Hirokazu Koreeda | Japón | 2004

Oldboy | Park Chan-wook | Corea del Sur | 2003

White Zombie | Victor Halperin | Brasil | 1932  
El compadre Mendoza | Fernando de Fuentes, Juan Bustillo Oro | México | 1934

Dos Monjes | Juan Bustillo Oro | México | 1934

El esqueleto de la señora Morales | Rogelio A. González | México | 1960  
It Must Be Heaven | Elia Suleiman | Bélgica | 2019

La parte pedagógica que el cine promueve a partir de su concepción como arte, en este caso, como el séptimo, que en 1911 es bautizado con este término por el italiano Ricciotto Canudo en su ensayo Manifiesto del séptimo arte donde afirma que el cine proviene de las artes del tiempo (Danza, Música y Literatura), así como de las artes del espacio (Arquitectura, Escultura y Pintura), siendo ésta última la base y cimientos del cine, pues en su comprensión es un arte principalmente pictórico. ✓

# Actividades físicas

para el *cecehachero*  
en cuarentena



# Calentamiento

Realizar un calentamiento general antes de efectuar ejercicio es importante para prevenir lesiones y preparar al cuerpo para actividades físicas más intensas.

**Existen diversas formas de realizar un calentamiento físico, te recomendamos una que consta de 3 fases.**



## 1. CALENTAMIENTO ARTICULAR:

- A. Puede realizarse desde el cuello hasta los pies o viceversa.
- B. Evitar movimientos antinaturales de la articulación.
- C. Realizar movimientos circulares hacia arriba y abajo, flexión y extensión.
- D. De 10 a 16 movimientos sin forzar las articulaciones.
- E. Todas las articulaciones, todos los segmentos corporales.
- F. Evitar círculos de cuello y rodillas.
- G. Evitar la hiperextensión y la hiperflexión de las articulaciones.

## 2. CALENTAMIENTO MULTIMUSCULAR:

- A. Trote, saltos o juegos.
- B. De 2 a 3 minutos seguidos.
- C. Utilizar la mayor cantidad de segmentos musculares posibles.
- D. Se eleva la frecuencia cardiaca y la temperatura corporal.

## 3. ESTIRAMIENTOS MUSCULARES:

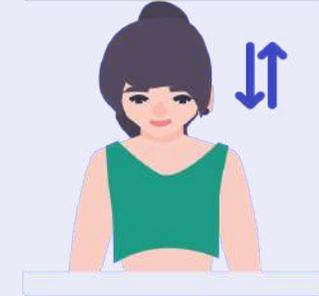
- A. Estirar el segmento muscular deseado y mantener la posición durante 10 a 15 segundos. Regresar a la posición inicial lentamente.
- B. Evitar movimientos balísticos como muelleos o rebotes.
- C. Estirar todos los segmentos musculares.
- D. Pueden ser estáticos o dinámicos.
- E. Se pueden realizar de manera individual o con ayuda.
- F. En distintas posiciones y niveles.
- G. Nota: Estos estiramientos también pueden realizarse al final de las rutinas de ejercitación.

## Calentamiento Articular



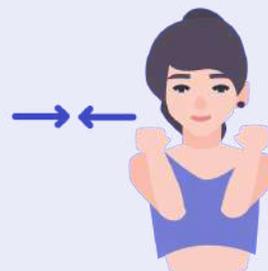
### Movimiento de cabeza.

1. Barbilla a los hombros.
2. Orejas a los hombros.
3. Barbilla al pecho.



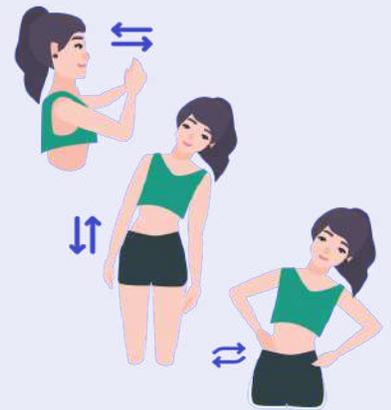
### Movimiento de la articulación del hombro.

1. Círculos de brazos atrás y adelante.
2. Elevar codos.
3. Juntar codos.
4. Flexión y extensión de codos.



### Movimiento del tronco y cadera.

1. Rotación de tronco, izquierda y derecha.
2. Toque lateral de ambas rodillas.
3. Círculo de cadera a ambos lados.



### Movimiento de rodillas.

1. Flexión y extensión.



### Movimiento de tobillos.

1. Círculos de ambos tobillos.



## Calentamiento Multimuscular (2 a 3 minutos seguidos)



**Saltos de tijeras.**



**Saltos con elevación de talón hacia atrás.**



**Correr en el lugar con elevación de rodillas.**



**Puñetazos.**



### XXXXX Juegos:

- Policías y ladrones
- Encantados
- Quemados

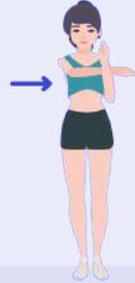
## Estiramientos Musculares



**Ambos brazos.**



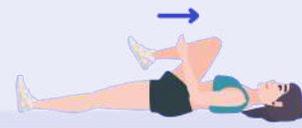
**Ambos brazos.**



**Ambas piernas.**



**Ambas piernas.**



**Estiramiento de espalda.**



**Contracción de espalda.**



**Ambos lados.**



**Estiramiento de mariposa.**

