



Hoja informativa



Leer para estudiar

La lectura de estudio implica no sólo cierta velocidad, también requiere concentración en el texto para lograr la comprensión deseada.

Si encuentras que tus textos son aburridos y difíciles, recuerda que el autor no escribe para divertirme.

Cuando uno estudia, una de las cosas más importantes es comprender todo.

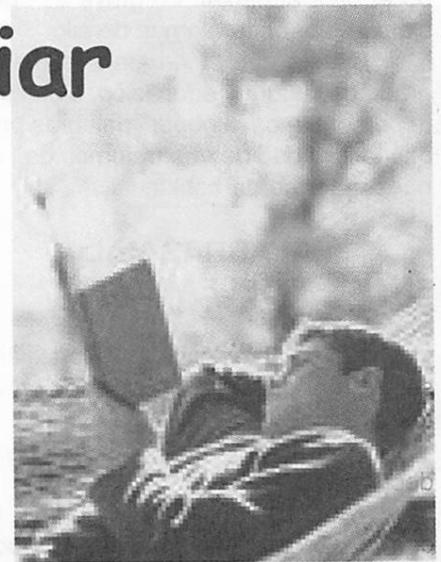
Si estudiamos, repetimos, o escribimos algo que no

entendemos, difícilmente lograremos aprenderlo.

Una de las maneras de aprender es concentrándonos en lo que leemos y después hacernos preguntas acerca de lo más importante.

Si logras contestarte las preguntas correctamente, quiere decir que has comprendido bien.

Recuerda que es esencial comprender todo lo que lees; y que cuando hay palabras que no



entiendes, es importante buscar su significado en el diccionario.

¿Qué actitud tienes ante la vida?



La aceptación es la capacidad de reconocer lo que ocurre en nuestra vida ahora mismo. Es la disposición de quitarnos las gafas, limpiar el cristal y mirar la vida a través de la lucidez de los ojos descubiertos.

La vida puede ser retadora, puede ser difícil reconciliarnos con la decepción, en especial cuando las expectativas de éxito o felicidad no salen como lo habíamos imaginado. Para algunos, resulta más fácil llevar una vida de **si tan sólo, estaremos bien, sólo espera hasta que, las cosas no son como solían ser, puede mejorar.**



Palabras mal empleadas

A menos que sea tu maestro, tu papá o tu mamá, es penoso corregir a alguien cuando dice o emplea mal una palabra.

Cometer un error al hablar no es exclusivo de personas que carecen de educación; lo encontramos en todos los niveles: en ejecutivos con maestrías y doctorados, así como en señoras encopetadas.

Salvo algunos intelectuales (que casi nunca se equivocan), todos hemos cometido errores al hablar. Lo grave es cuando ni siquiera nos percatamos de ello.

Puesto que el lenguaje refleja nuestro grado de cultura y educación, a continuación te presentamos algunas palabras problema con la finalidad de que tratemos de mejorar nuestra forma de hablar.



PALABRAS MAL EMPLEADAS

*La palabra "hubieron" no existe, se dice hubo, ejemplo: "no hubo zapatos blancos".

*No se dice "haiga", sino haya, decir "haiga" es incorrecto.

Aunque nos parezca raro, lo correcto, en tiempo pasado, es decir "viniste" y no "veniste", que se usa en tiempo presente. Ejemplo "¿Viniste ayer a trabajar?" y en presente "¡Qué bueno que veniste!" Lo mismo sucede con "vinimos" y "venimos".

*Es mejor decir "esta tela está brillante" que "brillosa", pues esta última palabra no existe, al igual que "chiloso" y otras que por ahí hayas escuchado.

*Otro de los errores comunes es ponerle "s" a palabras como "fuistes", "trajistes", "pensastes", "dijistes", etcétera.

*Lo correcto es decir "la nariz", no "las narices" al igual que "café" en lugar de "cafeces".

*No se dice "voy a la gasolinería". Se dice "voy a la gasolinera".

*La palabra "dinero" es como "gente". Nunca se le debe agregar una "s" al final.

*Para describir el lugar en que queda una persona, no se dice: "quedó en doceavo o quinceavo lugar"; lo correcto es decir "duodécimo o decimoquinto lugar".

**"Ipsa facto" no quiere decir "rápido". En latín significa "ya está hecho".

**"Luego a veces"... o se dice luego, o se dice a veces, si no, suena repetitivo.

PALABRAS MAL PRONUNCIADAS

Hay muchas palabras que por prisa o por su uso frecuente se han ido deformando como:

Entons (entonces)

case (casa de)

pior (peor)

picsa (pizza)

pantunflas (pantufilas)

pos (pues)

cercas (cerca)

negocea (negocia)

varea (varía)

copear (copiar, salvo que se refiera a copas)

nomás (nada más)

nadien (nadie)

restorán (restaurante),

prespectiva (perspectiva)

voltiar (voltear)

platiado (plateado)

tualla (toalla)

diferencia (diferencia)

fuertísimo (fortísimo)

pobrísimos (paupérrimos)

a hoy (hoy)

a cuánto (cuánto)

a cómo (cómo)

pa' qué (para qué)



Mándanos tus comentarios y tus sugerencias a difusiot@dgch.unam.mx y consulta nuestra página web en: www.cch.unam.mx/sacademica/otecnicas/index.html

Cursos-talleres de aplicación tecnológica

El Departamento de Opciones Técnicas te ofrece cursos-talleres cortos (máximo 40 horas) donde podrás adquirir en poco tiempo conocimientos y habilidades que te facilitarán la realización de actividades académicas, laborales y familiares, al mismo tiempo que adquirirás herramientas que apoyarán tu formación como futuro profesionista.

Al término del curso se te otorga una constancia con valor curricular.

Son gratuitos.

Pide informes e insíbete en el cubículo de Opciones Técnicas de tu plantel.

Cupo limitado

ALGUNAS EXPRESIONES

"Súbete pa'arriba, bájate pa'abajo, métete pa'dentro, salte pa'fuera... ino!

"Salí fueras de la ciudad", itampocol; es fuera.

Recuerda, siempre debe haber concordancia en género y número.

No se dice "me desayuné un..." desayunar no es verbo reflexivo. Es "desayuné un...".

"Lapso de tiempo," ino!, el lapso siempre es de tiempo, así que es reiterativo.

"No sé si se recuerdan", se dice: "no sé si recuerdan".

"Debes de" - se dice: "debes".

"¿A qué horas son?"... se dice: "¿qué horas son?" y/o "¿qué hora es?".

"Su mamá de ella", se dice: "su mamá".

"Te pido una disculpa", se dice: "te ofrezco una disculpa". Éste es uno de los errores más comunes: yo soy quien comete una falta, tengo que ofrecerle una disculpa al ofendido, mas no "pedirle"... si no, sería como decir "pídemme que te perdone", cuando lo que quiero es que me perdone.

"Más mejor", se dice: "mucho mejor".

"Haz de cuenta" se dice "supón que..."

"Bien mal", se dice: "muy mal".

"Está re caro", se dice: "está muy caro".

"La vez primera", se dice: "la primera vez".

"Me paso a retirar", se dice: "me retiro".

"Demasiado bien", no se puede estar demasiado bien; se está muy bien.

"Bien mucho", está bien, o es mucho, si quieren referirse a cantidad entonces se dice mucho, si quieren un adjetivo calificativo entonces se dice bien.

Decir "mas sin embargo", "más sin embargo" o "pero sin embargo", también es incorrecto, debe decirse "sin embargo".

Aprendamos bien el español antes de hablar otros idiomas. ¿No crees?

Laboratorios: prevención y seguridad

El uso de la bata es un requisito indispensable dentro de un laboratorio, porque te protege ante cualquier accidente; además de portarla, debes observar lo siguiente:

- Cuando entres al laboratorio no pierdas de vista las medidas de seguridad que te indique el (la) profesor (a).
- Atiende las medidas de seguridad indicadas en los laboratorios con la finalidad de evitar accidentes.
- Al concluir tu trabajo en el laboratorio, verifica que las llaves de gas y agua queden cerradas para evitar fugas. Asimismo, debes apagar la luz.

Con información del Secretario Técnico del Siladín.

Ambiente físico para el estudio

La causa de las malas calificaciones, fracaso o frustración no es siempre por la torpeza o flojera del alumno, ni, por supuesto, del profesor, sino la falta de método o técnicas para estudiar con mayor eficacia; como lo es, en algunas ocasiones, un adecuado ambiente físico o lugar de estudio que permita realizar las actividades académicas en el hogar, cómoda y tranquilamente.

Las condiciones físicas y materiales que debe reunir un espacio para que al estudiante le resulte cómodo, agradable y estimulante el estudio, deben planearse detenidamente.

Algunos casos de bajo desempeño académico, así como otros muchos, podrán solucionarse en la medida que el lugar de estudio tenga las siguientes características:

Debe ser siempre el mismo. Lo que facilitará la adquisición de hábitos y ahorrará esfuerzos innecesarios.

Tranquilo. Es decir, que no se encuentre gente reunida, ni sea el paso a otras habitaciones.

Silencioso. Que se encuentre lo más alejado posible de la radio, televisión, de las personas, etcétera. Se ha demostrado que no conviene la música, si realmente pretendes concentrarte en el estudio.

Bien iluminado. En caso de requerir luz artificial, ésta no debe ser ni débil ni intensa, ni dar directamente a los ojos. Lo ideal puede ser una lámpara, cuya luz nos entre por el lado contrario al que escribimos con el objeto de evitar sombras.

Temperatura media. Esto es que no haga frío que incite a la actividad física impidiendo la concentración, ni calor que provoque flojera, incomodidad o sueño.

Buena ventilación. Un ambiente mal ventilado facilita la aparición del cansancio debido a la disminución del oxígeno. Hay que abrir puertas y ventanas cada hora, permitiendo que se renueve el aire.

Muebles adecuados para el estudio. Mesa amplia y sin brillo, pues los reflejos producen cansancio en los ojos. Su altura dependerá de la estatura del estudiante. La silla también deberá tener una altura en relación con la del estudiante. Un estante cercano a la mesa de estudio posibilitará tener los libros y material de estudio al alcance de la mano, evitando la necesidad de levantarse con la consecuente pérdida de tiempo y atención.

Limpio y ordenado. Que no se encuentren cosas innecesarias que puedan distraer, el orden ahorra tiempo y da claridad y eficacia al trabajo.

Es evidente que todos estos requisitos en la práctica no siempre son posibles, pero está claro que existen situaciones que podemos modificar y mejorar, acercándonos lo máximo al modelo descrito.



¿Qué estudiar? ¿Cómo tomar la decisión acertada?

Las estadísticas no engañan, la elección de carrera, con frecuencia, no se hace bien, ya que tres de cada cuatro estudiantes se equivocan de carrera, dos de cada tres pierden al menos un año, y uno de cada dos no sabe qué estudiar.

El desconcierto es más frecuente de lo que pudiera parecer a primera vista. Con la intención de que puedas realizar una mejor elección, te sugerimos los siguiente tips.

El inicio es evidente

Hay que empezar por conocerse a uno mismo, por descubrir la vocación y por saber qué se encuentra realmente en el nombre de cada una de las carreras, de sus asignaturas, su dificultad, su contenido, sus funciones o sus salidas profesionales. Éstas son algunas de las respuestas que hay que buscar antes de decidirse por alguna elección.

Decisión no determinante

El elegir una u otra carrera supone una decisión muy importante; sin embargo, hay que destacar que no determinará nuestro futuro profesional. Muchos titulados universitarios no trabajan directamente en lo que estudiaron y ocupan cargos de responsabilidad en la empresa.

En estos casos, los empresarios no buscan a un titulado especializado, sino alguien con buena formación académica. En este sentido, conviene recordar que aproximadamente la mitad de los titulados universitarios

trabajan en los que teóricamente

campos para los que no se han preparado.

Una vez que se ha descubierto cuál es la vocación, lo mejor es dejarse llevar por ella.

Una elección guiada por el gusto, por la vocación, aptitudes y actitudes, lleva al éxito académico y a conseguir cierto grado de satisfacción durante la etapa universitaria.

Lo contrario, el guiarse exclusivamente por la situación del mercado laboral es tentar al fracaso académico, frustración y al desengaño. Además, hay que tomar en cuenta que puede conocerse el mercado laboral actual, pero es imposible saber cómo estará en los próximos años.

Por ello, si la elección se basa únicamente en el futuro laboral se corren dos riesgos: acabar la carrera y no encontrar trabajo, porque la situación laboral ha cambiado, y trabajar toda la vida en algo que no es de nuestro agrado y para lo que no se tienen aptitudes.

Orientar e informar

Con este planteamiento, y para dar respuesta a los interrogantes que surgen en la esfera académica, dispones del Departamento de Psicopedagogía, donde encontrarás orientación e información que te ayude a disipar tus dudas.

Hay que considerar que la vida académica es larga. Con muchos años de preparación, esfuerzo y de clavar los cuernos sobre la mesa de estudio, años de sacrificio, de expectativas y de ilusiones. El objetivo es acabar la carrera, dar paso a la vocación, convertirse en un profesional, trabajar en lo que a uno le gusta y para lo que se ha preparado.



Aprender @ Aprender



Tu opinión es importante:

¿Cómo te gustaría que se llamara la nueva hoja informativa del Plantel?

Recibiremos tus sugerencias en el buzón del Departamento de Información, ubicado en el edificio de la Dirección.