

Catálogo de Actividades Paraescolares Optativas (APO)

Una guía para ayudarte a elegir

2024-2025

Esc. de Bach. "Ricardo Flores Magón"

Academia de Actividades Paraescolares Optativas (APO)

ANTES DE PRESENTARTE LAS PARAESCOLARES...

... ¡BIENVENID@ A LA INSTITUCIÓN! Nos da mucho gusto que hayas elegido a la Escuela de Bachilleres Matutina “Ricardo Flores Magón”, llamada más comúnmente y con mayor afecto Oficial B; aunque seguramente los memes en la red te den otras ideas de cómo algunos alumnos la llaman. Sea o no el caso, queremos extenderte nuestra sincera y animada felicitación por tu rendimiento en el examen de ingreso al bachillerato, lo cual nos permitirá ahora trabajar conjuntamente para conservar y, seguramente, aumentar el renombre de nuestra institución.

A estas alturas ya habrás escuchado o leído mucho de lo que se expresa acerca de nuestra querida Oficial B. Sin embargo, te pido que, a partir de este punto en adelante, construyas un concepto propio de la institución, con base en tu experiencia, a través de la labor conjunta con tus profesores. Recuerda que la comunicación es muy importante. **Cuando sientas que algo no va bien, exprésalo antes de que el asunto sea más difícil de resolver.**

Este documento tiene la finalidad de presentarte de en formato breve las actividades paraescolares optativas, en adelante APO, que te ofrecemos durante este año que inicias. Es importante que recuerdes que la APO será un **curso que deberás experimentar durante un año completo** (dos semestres), por lo que tu elección debes realizarla en virtud de tus intereses y/o habilidades actuales. Aún más importante es que recuerdes: UNA VEZ ELEGIDA LA APO, **TE COMPROMETES A CURSARLA EN SU TOTALIDAD Y NO SE PERMITIRÁN CAMBIOS**. Por ello te solicitamos atentamente que **leas este catálogo con detenimiento, en compañía de tus padres, para que estén enterados de tu elección.**

Las APO disponibles son:

1. Ajedrez.
2. Artes Plásticas.
3. Basquetbol.
4. Creación literaria.
5. Manualidades y pintura.
6. Música (canto).
7. Papercraft.
8. Sistema de Lectoescritura Braille.
9. Voleibol.
10. Teatro.

Al final de este documento se encuentran dos documentos importantes: la encuesta con tus opciones priorizadas y la carta compromiso que se establece como comprobante de haber leído la información disponible y mirado los videos de presentación. Tienes la libertad de imprimir y llenar o realizar el llenado completo digitalmente. Se te facilitará un documento en formato PDF en donde ambas hojas se imprimen en una sola página. También es importante que incluyas una copia de la identificación oficial de la persona responsable de ti. Estos documentos se cargarán en una asignación que se te mencionará en la clase introductoria a cargo del responsable

de las actividades optativas. **Retrasos en la carga de los documentos indicados se reflejará en la no asignación de actividad paraescolar, hasta que regularice su situación administrativa. Presentarse a una clase en que no se encuentre registrado su nombre no cuenta como asistencia.**

Sin más por el momento, te presentamos la información disponible hasta el momento de algunas de las APO disponibles.

AJEDREZ (Maestro Genaro López Argüelles)

“El Ajedrez es algo más que un juego; es una diversión intelectual que tiene algo de Arte y mucho de Ciencia. Es, además, un medio de acercamiento social e intelectual.”

Campeón Mundial José Raúl **Capablanca**.

El ajedrez como herramienta didáctica y de apoyo a la educación ha sido recomendada por la UNESCO, para la educación preparatoria ha sido adoptado por los países desarrollados como un recurso para desarrollar aspectos formativos y capacidades que tradicionalmente los cursos de materias formales no contemplan. En el mismo sentido la paraescolar de ajedrez no pretende formar campeones mundiales, sino más bien hacer alumnos críticos que desarrollen a través del juego una actitud inquisitiva que les sirva para superarse como aficionados, apoyo a sus materias oficiales y en su vida cotidiana.

¿Cómo puede un simple juego hacer todo esto? Hay que recordar que se le reconoce mundialmente como deporte, ciencia y arte. Deporte porque forja la voluntad y autoestima, ejercitando la parte del cuerpo más indiscutiblemente humana, el cerebro. Es ciencia porque es metódico, lógico, analítico; aplicable desde la robótica hasta la psicología. Finalmente es arte porque consigue capturar nuestra imaginación, calibra nuestras emociones, y provee de alegría.

Entre las virtudes anteriormente mencionadas se pueden destacar las siguientes:

1º EJERCITA LA MENTE: No cabe duda de que, hoy más que nunca, el joven necesita, para una adecuada asimilación docente, una enorme capacidad mental que le permita con el máximo de facilidad la asimilación de los conceptos docentes. Por otra parte y de cara a la inserción laboral futura, es necesaria una gran flexibilidad para adaptarse a las condiciones cambiantes del mercado laboral; flexibilidad que se ejercita grandemente como supone la práctica del ajedrez.

2ª ACTIVIDAD FORMATIVA: Está científicamente demostrado que el ajedrez contribuye extraordinariamente a elevar las posibilidades de aprendizaje de cualquier estudio.

3º RECREO, SANA OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE.: Estamos viviendo momentos difíciles para nuestra juventud. De ahí la importancia que tiene el que los niños y niñas puedan tener acceso a una actividad, no sólo entretenida, sino de una rentabilidad socio-cultural de primerísima magnitud que ofrece el conocimiento y la práctica del ajedrez.

Se ha comprobado que desarrolla aptitudes mentales tales como la concentración, abstracción, capacidad de análisis y síntesis, visión espacial, etc. Actitudes de responsabilidad, tolerancia, creatividad y respeto, valores como la humildad, solidaridad, empatía y autocrítica.

El requisito primordial para los alumnos es la dedicación e interés como en cualquier deporte, saber los movimientos básicos de las piezas y paciencia, si al principio no se es tan buen jugador. Conocerás aspectos técnicos básicos, mates, problemas,

ataques y defensas, la historia del juego; y lo más importante, ¡será divertido y hasta emocionante! Así que, ¡anímate y bienvenido!

HACE 1 AÑO

Google Fotos



¡¡¡Campeones de nivel bachillerato 2019!!!

ARTES PLÁSTICAS (Maestra Carmiña Colomba Castro Vargas)



SÍNTESIS DE LA PARA-ESCOLAR ARTES PLÁSTICAS

RELACIÓN CON MATERIAS, ANTECEDENTES, PARALELAS Y SUBSECUENTES:

Promueve, a través de la transversalidad, el desarrollo de competencias lectoras: Taller de lectura y redacción.

Subsecuentes: Opción Tecnológica: Dibujo y Diseño, Historia Universal Contemporánea, Estética. Arte.

Cupo máximo de 26 alumnos*.

OBJETIVOS GENERALES DE LA PARAESCOLAR ARTES PLÁSTICAS:

1. Desarrollar la habilidad de dibujar tomando en cuenta: formatos, espacios (negativo y positivo), proporción y perspectiva, luz y sombra y contornos.
2. Representar gráficamente, en volumen.
3. Apreciar los colores y sus sensaciones visuales.

I SEMESTRE

- I. BLOQUE. Relación entre el Arte y la Cultura
- II BLOQUE. Celebración de la muerte en México
- III BLOQUE. Análisis de la máscara como símbolo cultural

II SEMESTRE

- I. BLOQUE: IDENTIDAD
- II. BLOQUE: IDENTIFICACIÓN
- III. BLOQUE: REPRODUCCIÓN GRÁFICA

MATERIALES:

Lápices B, block papel marquilla, goma, lápiz HB, regla T, escuadras, compás; colores acrílicos, pinceles, plumones, cartulinas, papeles bond, y albanene, lápices B y carboncillo.



BASQUETBOL (Maestro Vicente Font Hernández)

El basquetbol como deporte ocupa un lugar importante por su configuración consciente y adecuada, contribuyendo a la educación de una cultura deportiva físicamente sana. Su gran valor formador ha convertido al basquetbol en un medio eficaz e indispensable para la formación de valores de nuevas generaciones.



El desarrollo del deporte de basquetbol en la adolescencia ya sea en sus manifestaciones recreativas, educativas y competitivas fomenta de manera organizada la preservación y el desarrollo de la salud, por esta razón dicho deporte debe manifestarse como una forma de cultura, de educación y de promoción de salud y valores, en sus máximos objetivos. La finalidad del basquetbol no es exclusivamente la adquisición de determinados conocimientos y habilidades sino el de desarrollar seres humanos íntegros, con el fin de mejorar su calidad de vida.

Bajo este concepto podemos decir que el basquetbol es un deporte que educa a los jóvenes a través del movimiento, desde los factores psicomotor, cognitivo-socio afectivo en función al diseñar futuros jóvenes con una cultura física.



La paraescolar pretende fomentar y promover el basquetbol como deporte para el desarrollo integral en los jóvenes del nivel de Educación Media Superior.

De acuerdo a la Guía Técnico-Pedagógica de basquetbol, se pretende llevar a cabo el presente proyecto, en el cual se plasma de forma organizada actividades de práctica del basquetbol de una manera formativa y lúdica, con el fin de promover el deporte y combatir

el sedentarismo ya que hoy en día existe un porcentaje muy bajo de alumnos que practica algún deporte oficial fuera del ámbito escolar.

PROPÓSITOS

- Realizar estrategias que a través del deporte de basquetbol se desarrollen competencias socializadoras en los grupos donde participen los alumnos.
- Crear la cultura física; promoviendo y facilitando el acceso a la práctica sistemática de la actividad física, la recreación y la iniciación deportiva, en donde estos sean elementos fundamentales para la integración familiar, fortaleciendo los vínculos de la identidad entre las comunidades a partir de valores universales, que refuercen la organización de grupos, equipos, clubes y ligas escolares. Así como incrementar el índice de participación en dichas actividades, como una forma de elevar su calidad de vida.

REQUISITOS:

- PRINCIPALMENTE, contar con conocimientos y fundamentos previos sobre la práctica del basquetbol.
- ADICIONALMENTE, que el interesado haya practicado o actualmente practique este deporte.
- Manifestar una actitud entusiasta y competitiva.
- Disponibilidad de tiempo para en caso de ser escogido, asistir a los entrenamientos correspondientes para los seleccionados varonil y femenino de basquetbol, así como, para la participación de la institución en los torneos Interprepas y Municipal.



CRECIÓN LITERARIA (maestra América Hernández Cancela)

Esta paraescolar tiene la finalidad esencial de ofrecer un planteamiento práctico que estimule, refuerce y facilite la Creación Literaria de los alumnos; pero que, más allá de unos resultados estilísticamente correctos, promueva sobre todo la atracción hacia el hecho mismo de escribir, buscando la implicación de los alumnos en todas las fases del proceso, considerando para esto el imaginar, planificar, componer e intercambiar puntos de vista.

En dicha paraescolar los alumnos practicarán la escritura de manera divertida, libre y honesta, valiéndose de diversos ejercicios, así como también aprovecharán los diferentes elementos del lenguaje, para utilizarlos como herramienta creativa en la escritura.

Todo esto se desarrolla en un ambiente de respeto, de aceptación y tolerancia, puesto que es indispensable para que los alumnos se sientan en confianza para realizar sus participaciones, y de esta manera generar en ellos una sensación de pertenencia al grupo, propiciando el logro académico y su desarrollo personal.

En esta Paraescolar, los participantes:

- Aprenderán los diversos mecanismos de la creatividad, basados en la utilización de la lógica y la intuición.
- Aprovecharán los diferentes elementos del lenguaje, para utilizarlos como herramienta creativa en la escritura.
- Practicarán la escritura de manera divertida, libre y honesta, valiéndose de diversos ejercicios.
- Aprenderán a sacar provecho de un ejercicio comunicativo intrínseco a su condición humana.
- Adquirirán y ejercitarán elementos de estilo para aplicarlos a sus propias creaciones.

MANUALIDADES Y PINTURA (maestra Daniela Vázquez Ramírez)

La presente paraescolar explorará diferentes técnicas manuales y de pintura que se aplicarán en la creación de objetos decorativos o utilitarios.

El objetivo es que el estudiante encuentre un espacio que le permita desarrollar su creatividad manual y artística creando objetos originales, tanto decorativos como utilitarios, mientras aprende o desarrolla técnicas de pintura y manuales que pueden ser aplicadas en distintos materiales.

Ejemplos de temas a abordar en el semestre:

1. Pintura sobre tela.

2. Lettering o dibujo de letras.
3. Sellos de goma.
4. Diseño y pintura de mandalas.
5. Otras técnicas complementarias.

MÚSICA, CANTO (maestro Emilio Castillo Rodríguez)



El objetivo principal de esta clase es ayudarte a encontrar tu voz. Gracias a la explosión en redes sociales, en la actualidad lo relacionado con la música (aunque mayormente se trate de coreografías) es uno de los contenidos más consultados. Desde aprender a entonar las distintas escalas musicales, cómo desarrollar la voz cantante, cómo tocar distintos instrumentos, covers de las canciones más populares, concursos de talentos, etc. Desafortunadamente, vivimos en una sociedad que ha perdido la meta de hallar la voz propia, el estilo individual, para convertirnos en meros imitadores de los artistas del momento. Es mi compromiso sacarle de esa comodidad y ayudarle a encontrar y explotar su talento.

Otro de los objetivos es preparar a cada estudiante con el fin de representar a la institución en las distintas fases de los concursos de canto ofrecidos por la Dirección General de Bachillerato (DGB).

En esta clase se le enseñará:

- Lectura de las notas musicales.
- Entonación y vocalización.
- Rítmica.
- Rangos vocales.
- Técnicas de respiración.
- Colocación de la voz.
- Apoyo diafragmático (appoggio).
- La voz y los distintos géneros musicales.

- Técnica coral e individual.

Entre otros temas, emplearemos nuestro año escolar para llevar a cabo dinámicas adecuadas enfocadas en el desarrollo de este talento. No es necesaria experiencia previa para su admisión en la paraescolar. Una mente y un ánimo dispuestos pueden lograr avances sorprendentes. Le aseguro que hasta la persona que menos confianza tenía en sus propias habilidades se ha llevado algo muy positivo de esta actividad paraescolar. Desde una afinación muy precisa hasta una colocación más clara de su voz. Lo cual sólo es posible mediante su compromiso y responsabilidad con las actividades asignadas a lo largo del curso. Una práctica constante aumenta sus posibilidades de desarrollo.

Si es de su interés aprender o desarrollar, desde cero o con experiencia previa su técnica como cantante, esta es una excelente oportunidad para usted y su servidor de divertirnos mientras aprendemos las distintas técnicas que han sido preparadas para usted en este arte que tanto disfruto.



Papercraft (maestra Lucy Montano Frías)

El papercraft es una técnica que utiliza el papel como instrumento para crear todo tipo de figuras tridimensionales. Las posibilidades de creación son inagotables.

Doblando y cortando por aquí, pegando por allá, se pueden hacer todo tipo de paper toys o figuras decorativas que causan un gran impacto visual.

En esta paraescolar vas a explorar muchas de sus clasificaciones, explorarás desde el armado básico de modelos animales, científicos, ornamentos, etc.

El trabajo de innovación en tarjetería y dibujo tridimensional.

Con Tijeras, papel y pegamento lograrás cosas maravillosas; figuras que te servirán ya sea como ornamento en casa, como tarea o Proyecto en alguna materia o simplemente para venderla.

¿Te animas?

VOLEIBOL (maestro Sergio Wong García)

Propósito de la asignatura:

Fomentar la cultura física y deportiva en el alumno a través del voleibol, así como promover una sana convivencia mediante juegos lúdicos y recreativos en donde estos sean elementos fundamentales para el desarrollo de sus habilidades y capacidades físicas, favoreciendo a obtener una mejor calidad de vida que propicie una educación integral en el estudiante.

Durante primer y segundo semestre se trabaja tanto la parte de las capacidades físicas condicionales (fuerza, la velocidad, la flexibilidad y la resistencia), como las capacidades físicas coordinativas (Orientación, equilibrio, ritmo, diferenciación, etc.) Al mismo tiempo se retoman los fundamentos básicos del voleibol (servicio, recepción, pase, remate y bloqueo) con ejercicios que ayuden a mejorar la técnica de cada alumno.

En segundo semestre el trabajo en cancha ya sube el grado de exigencia y complejidad de ejercicios tanto en las capacidades físicas como en la técnica y táctica. La paraescolar de voleibol se desarrolla dentro de la institución un día a la semana durante dos módulos. El alumno deberá presentarse con ropa deportiva para poder desarrollar las actividades. Es importante recordar que la actividad física es bajo el sol, un dato que es importante tomar en consideración. Se pide que cada alumno lleve su agua para hidratarse constantemente.

TEATRO (maestra María de Lourdes Vargas Cerdán)



Fundamentos:

La actividad teatral es continua y constante en la historia del hombre; al igual que la literatura, la pintura, la escultura. Pertenecen a las artes de representación que ofrecen la posibilidad de “hacer presente” la realidad de manera simbólica.

La importancia del teatro dentro del aprendizaje está dada por su proximidad a la actividad natural del alumno -el juego- por la posibilidad que brinda al poder experimentar distintas vivencias y personajes a través de la observación y la imaginación, de trabajar sobre la realidad existente y su posibilidad de modificación, por su característica intrínseca de trabajo grupal que desarrolla en el alumno el sentido de equipo, de comunidad.

Se trata de que el alumnado perciba cómo el teatro ha sido un fenómeno artístico muy imbricado con el devenir de los tiempos, un arte muy pegado a las vivencias personales y sociales. El teatro es el arte de la vida que la representa de una forma condensada, a veces de una manera trágica, a veces cómica, a veces bufa, a veces a través de máscaras, para contarnos cómo somos o por qué somos; que le devuelve a la vida lo que la vida le da, reflejada en un espejo cóncavo o convexo.

Objetivos

- Desarrollar el potencial creativo y expresivo de los alumnos.
- La integración grupal a través de juegos, de tal manera que se dé entre el participante y el docente, un clima de confianza.
- Conexión del alumno consigo mismo y con los otros, a partir de ejercicios de percepción sensorial.
- Desarrollar y promover el trabajo grupal.
- Ejercitación en la evaluación de cada trabajo.
- Confrontación del alumno con problemas (los llamados “conflictos” de la acción dramática) y su resolución en improvisaciones.
- Interacción cuerpo-espacio.
- Apreciación de las artes, pues el teatro es el arte total que las reúne a todas para construir una historia. Ayudar, en definitiva, al fomento de la competencia básica expresión artística y del conocimiento del medio y cultura histórica.
- El acercamiento al hecho teatral hace que el uso de la lengua sea necesario y dinámico. Fomenta la competencia básica lecto-escritora.
- Aprender a reconocer las diferencias entre distintos tipos de texto y a construir estrategias para su lectura e interpretación.
- Disponer de herramientas de las estructuras escénicas, sus valores textuales, simbólicos, históricos, interpretativos, estéticos: el desarrollo del mudo de la ficción.
- Abordar contenidos relacionados con el conocimiento de los géneros teatrales, fomentando la lectura y el disfrute de la literatura.
- Prepararlos como espectadores del teatro, una de las fuentes de placer estético y cultural más antiguas

Desarrollo del trabajo

Para la satisfacción de estos objetivos ordenamos el trabajo a partir de tres actividades centrales.

- **Ejercicios y juegos funcionales:**

Permiten ejercer una función en curso de maduración o ya madura; y su finalidad es el placer que proporciona por sí mismo funcionamiento. Ej.: juegos de imitación, juegos de reconocimiento del espacio, juego de ritmo y movimiento, observación y posterior recreación.

- **Juegos de estrategia:**

Ejercitan la estructuración lógica del pensamiento y de acciones tendientes a un objetivo, y la capacidad de percibir mensajes, encontrar recursos nuevos y originales, hallar soluciones inesperadas, etc. Asimismo, constituyen la práctica preparatoria para situaciones dramáticas más complejas y libres.

- **Juegos dramáticos:**

Se proponen el logro de acciones espontáneas y la ruptura de estereotipos en la creación dramática utilizando como recurso metodológico la técnica de la improvisación. Ej.: juegos de roles, acciones con objetos imaginarios, caracterización de personajes, etc. Para instrumentar las improvisaciones se estimula a partir del trabajo con titulares de diarios, hechos históricos, leyendas y mitos populares, canciones populares, pinturas, cuentos, poemas, novelas e incluso piezas de la literatura dramática.

El taller propone un espacio de encuentro con el juego creativo y conexión con el otro, entendiendo este punto como un eje central de la actividad. De esta manera se aleja de cualquier tipo de adiestramiento para la mera adquisición de habilidades teatrales o la pretensión de pequeños actores. Por el contrario, se sirve de la técnica como vehículo para el desarrollo individual y grupal de la persona a través de su capacidad expresiva. Por ende, el taller no tiene como finalidad crear una obra terminada para ser presentada y juzgada. Si no presentar un producto final, elaborado y realizado por el grupo, que muestre el proceso en el cual se ha trabajado a lo largo del curso.



ANTES DE QUE TE VAYAS

Se te ofrecen clases muestra durante la semana de inducción. Te solicitamos que realices todas las preguntas que te permitan aclarar cualquier duda que pudieras tener. De esta manera tu elección será más acertada.

De nuevo, te recordamos que hagas partícipe de esta información a tus padres o tutores. A continuación, encontrarás la carta compromiso que deberás entregar firmada junto con tu encuesta.

CARTA COMPROMISO APO

Por medio de la presente, **me comprometo a cursar la actividad paraescolar optativa (APO) durante los dos semestres que abarcan los períodos escolares 2023-2024 y 2024-2024.** También me comprometo a **desarrollar las actividades asignadas por los facilitadores a cargo, en tiempo y forma, sin posibilidad de reposición salvo el correcto trámite de un justificante y de acuerdo con los parámetros indicados por docentes a cargo.**

Entiendo que **no existen cambios de actividad paraescolar optativa** una vez elegida y asignada la experiencia educativa. Por lo tanto, tras haber considerado la información disponible con detenimiento, **expreso mi priorización de opciones mediante la encuesta que acompaña esta misiva.** La asignación de actividad paraescolar depende de la disponibilidad de lugares y el lugar alcanzado con base en su puntaje en el examen de ingreso. Por ello, es posible que no se le asigne a su primera opción.

Asimismo, he hecho partícipes de esta información a mis padres o tutores, de modo que están enterados de mi decisión. Comprenden las condiciones establecidas, apoyan mi decisión y me brindarán las herramientas necesarias para mi cumplimiento en las actividades dentro del plantel, y fuera del mismo en caso necesario. También entienden el orden prioritario de mi elección (por qué elegí mis opciones en ese orden preciso), de tal manera que ellos y yo **estamos de acuerdo con la actividad que sea asignada.**

Nombre del estudiante

Nombre y firma (padre, madre o tutor)

