



COLEGIO SIMÓN BOLÍVAR

Formar para construir un mundo fraterno

**“Señor, hazme un
instrumento de tu paz”**

San Francisco de Asís

Av. Río Mixcoac #125
Col. Insurgentes Mixcoac,
C.P. 03920, Ciudad de México
5555636300
5555636672

**Simón
Dice...**

www.csb.edu.mx

Núm.11 Vol11. Agosto 2024

EDITORIAL

CSB

Queridos estudiantes:

Esperamos que hayan disfrutado de sus vacaciones y que estén listos para comenzar este nuevo ciclo 2024-2025 con energía y entusiasmo.

Agosto marca un nuevo inicio lleno de oportunidades para aprender, crecer y compartir experiencias. En este periodo, queremos recordarles que cada día es una nueva oportunidad para descubrir, preguntar y superar desafíos. Contamos con ustedes para construir juntos un ambiente de colaboración, respeto y curiosidad.

¡Bienvenidos!



CONTENIDO

CSB

Editorial	01
Aprender a Aprender	03
Caminando Juntos	06
Carisma, Vida y Vocación	07
Los Maestros	09
Emilio Dice	17

APRENDER A APRENDER

Organiza tu tiempo después de clases

Alejandra Hernández
Psicóloga Jardín de Niños



Organizar el tiempo es algo muy importante cuando se busca alcanzar los mejores resultados académicos sin comprometer el resto de actividades y responsabilidades con las cuales debes cumplir día a día.

Pero te has preguntado ¿Cómo lograr organizar el tiempo de manera eficiente?

Es necesario lograr una buena administración de tiempo eficiente, lo ideal es dividir el día en tres lapsos de 8 horas cada uno.

- 8 horas para dormir.
- 8 horas para trabajar.
- 8 horas para el ocio.



Para organizar el tiempo de manera eficiente, debes establecer un plan de trabajo funcional, lo cual pueden ser herramientas y/o estrategias que permitan trabajar o estudiar de una manera mucho más efectiva, aquí te dejamos algunas recomendaciones para organizar el tiempo de estudio.

1. Establece un calendario de estudio

Un calendario de estudio es una herramienta de vital importancia para cualquier persona que desee estudiar de forma eficiente y organizada. Al hacer uso del mismo, es posible apuntar los distintos deberes con los cuales se debe cumplir, las fechas de las evaluaciones o el plazo máximo para la entrega de los trabajos.

2. Crea una rutina de estudio

Será necesario que desarrolles una rutina para el aprendizaje. Puede que, al principio, apegarse a ella sea un poco difícil. Sin embargo, una vez que logres acostumbrarte, comenzarás a notar sus numerosos beneficios. Para crear una rutina de estudio, debes asegurarte de comenzar a estudiar todos los días a la misma hora. De esta manera, tu cuerpo y tu mente se encontrarán más dispuestos a aprender y absorber información a esa hora.

3. Da prioridad a los deberes más importantes

Es necesario priorizar los deberes de acuerdo a su nivel de urgencia o importancia. Esto evitará estudiar dos asignaturas o trabajar varias actividades al mismo tiempo, siendo este uno de los errores más comunes para retener información.

4. Motivación

La motivación es uno de los puntos más importantes al momento de estudiar. La falta de motivación reduce nuestra capacidad para concentrarnos y retener información.

5. Planifica tus descansos

De acuerdo con los especialistas, el plazo de estudio más productivo tiene lugar entre los primeros 25 y 30 minutos de la sesión. De esta forma, establecer un máximo de 30 minutos por sesión de estudio puede ayudarte a incrementar tu productividad y a mantenerte concentrado.

6. Establece un lugar de estudio apropiado

Es necesario que te asegures de que tu lugar de estudio sea cómodo, silencioso, bien iluminado y libre de distracciones. Evita estudiar en lugares concurridos o en los que seas interrumpido con frecuencia. Por ello, lo más aconsejable es acondicionar un espacio de estudio en tu hogar, o si lo prefieres, acudir a una biblioteca. Del mismo modo, también se recomienda mantener los teléfonos en silencio, apagar la televisión, cerrar sesión en las redes sociales y eliminar cualquier otro elemento que pueda convertirse en una distracción.

CAMINANDO JUNTOS

¿Qué es la Escuela para Padres?

Escuela para Padres

Una escuela para padres es un espacio educativo y formativo donde se brindan herramientas, conocimientos y apoyo a madres y padres para mejorar sus habilidades en la crianza y educación de sus hijos. A través de talleres, charlas y actividades, se abordan temas como la comunicación efectiva, el manejo de emociones, la disciplina positiva y el desarrollo integral de los niños. El objetivo es fortalecer el vínculo familiar y proporcionar un ambiente saludable y amoroso que favorezca el crecimiento personal y académico de los hijos.



ESCUELA PARA PADRES

* ¡Inscripciones
Abiertas!

Martes 8 de octubre

Jardín de Niños y Primaria

Jueves 10 de octubre

Secundaria y Preparatoria



“
*Para mayor
información
consulta la circular
en Innovat

CARISMA

VIDA Y VOCACIÓN

Cordón Franciscano

Hno. Moisés Marcelo Mendiola OFS
Coordinador de Liturgia y Sacramentos

El cordón franciscano es uno de los símbolos distintivos de la Orden Franciscana, inspirada en la vida y enseñanzas de San Francisco de Asís. Este cordón, hecho de cuerda sencilla y con tres nudos, representa los votos de pobreza, castidad y obediencia que los frailes franciscanos asumen al seguir el ejemplo de humildad y desapego de San Francisco. El cordón también simboliza la simplicidad y el rechazo a las riquezas y comodidades mundanas, recordando a quienes lo llevan que su misión es vivir en armonía con todas las criaturas y servir a los más necesitados.

Desde el carisma franciscano, el cordón invita a la reflexión sobre una vida vivida en fraternidad, cercanía a la naturaleza y profunda humildad. San Francisco veía en la creación la manifestación del amor divino y buscaba un estilo de vida basado en la sencillez y la paz interior. El cordón nos recuerda que el camino hacia la plenitud no pasa por acumular bienes materiales, sino por cultivar el amor, el servicio y el respeto hacia todas las personas y la creación, viviendo en armonía y cercanía con Dios.



LOS MAESTROS

Nuevo ciclo escolar: Una nueva forma de aprender

Karla Tena Blando
Docente

Al comienzo de cada ciclo escolar, queremos que nuestros hijos lleven todo lo necesario: de buena calidad y de ser posible hasta con el personaje de moda. En ocasiones, esto es complicado y buscamos alternativas que hagan que nuestro dinero rinda, ya que sabemos lo importante que es que cuenten con todo lo solicitado para que aprendan. Sin embargo, olvidamos una parte importante: "darles valor a las cosas", que nuestros niños conozcan lo valioso que es tener una educación de calidad, en un colegio que no solo enseña las materias de rutina, sino que también alimenta su espíritu; es igual de importante que sepan cómo cuidar y apreciar los materiales que les damos.



Lo único realmente valioso es que sepan aprovechar el tiempo en el colegio, a valorar el esfuerzo de su familia y la labor de sus profesores, ya que ellos forman parte de un equipo, el cual trabaja antes y después de cada ciclo escolar para estar preparados para recibirlos y dar lo mejor de sí.

Por lo tanto, sugiero que comencemos este ciclo escolar con un nuevo pensamiento, nuevos saberes, nuevas experiencias y sobre todo, renovarnos en esas áreas de mejora que todos tenemos y que nos dará un mayor crecimiento.

Nos vemos pronto.



Paz y Bien

LOS MAESTROS

Tips para el Regreso a Clases

Coordinación de Español
Primaria

El regreso a clases después de un descanso puede ser duro. Para que sea más fácil para todos, hemos identificado diez formas de hacer que el retorno a las actividades sea algo más suave y que el inicio de los estudios sea más sencillo.

1. Empieza tu rutina con antelación

Aproximadamente una semana antes de que empiecen las clases, vete a la cama a una hora y levántate temprano.

2. Haz una lista de tareas pendientes

Haz una lista de todo lo que necesitas comprar y todo lo que necesitas hacer.

3. Prepárate la noche anterior

Elige tu ropa y prepara tus cosas la noche anterior. Esto te ahorrará mucho tiempo por la mañana, así que podrás dormir más o desayunar.



4. Desayuna.

Esto te dará la energía y concentración que necesitarás a lo largo del día.

5. Planifica tu ruta

¿Vas a ir en auto? ¿En bicicleta? ¿En transporte público? ¿En el autobús del Colegio? Asegúrate de planificarlo, para llegar a tiempo.

6. Planifica tu horario

Comprueba tu horario e intenta imaginar cuánto tiempo te va a llevar ir de clase a clase.

7. Queda bien con el profesor

Esfuézate por entregar los trabajos a tiempo y no llegues tarde.

8. Haz amigos

Conserva tus viejas amistades, pero haz un esfuerzo por hacer nuevos amigos.

9. No te pases de tu presupuesto

Haz un presupuesto y ajústate a él.

10. Reinvéntate

Este es el momento de crecer personalmente y conocerte mejor.

¡Excelente Regreso a Clases!

LOS MAESTROS

Un paso a la vez

Nancy Esmeralda Avilés
Docente de Secundaria

Querida comunidad educativa:

Al comenzar este nuevo año escolar, recordemos que la sabiduría y el aprendizaje provienen de muchas fuentes, y una de las más importantes es la fe en Dios. Él nos guía y fortalece en cada paso del camino e infunde esperanza y propósito en nuestros esfuerzos.

El Colegio es un espacio de conocimiento y crecimiento, fomentamos la empatía, la solidaridad y el respeto mutuo. Este es un lugar donde se fomenta la curiosidad y la perseverancia, donde cada desafío es una oportunidad para aprender y crecer juntos.

Recuerde que somos una comunidad unida por el deseo de mejorar y alcanzar nuestras metas. Con trabajo duro y dedicación podemos lograr lo que parece imposible. Cada uno de ustedes juega un papel invaluable en este viaje de descubrimiento y desarrollo.



Afrontemos este nuevo período con ilusión y determinación. Aprovechemos cada día para aprender no solo académicamente, sino también sobre la vida, la amistad y la comprensión.

Cada uno de ustedes es una chispa de luz en este espacio de aprendizaje, y juntos formamos una comunidad que apoya, inspira y motiva. En este nuevo ciclo, les animo a abrazar cada oportunidad con valentía y determinación. Permítanse explorar, cometer errores y aprender de ellos, porque es así como se construyen los cimientos del éxito.

Aprovechen este tiempo para descubrir sus pasiones, desafiarse a sí mismos y encontrar el placer en el proceso de aprendizaje. Sepan que están rodeados de maestros y compañeros que los apoyan en cada paso del camino.

Que cada lección, cada desafío, cada éxito nos acerque a comprender la voluntad de Dios para nuestras vidas. Que encontremos en cada aula y en cada libro una oportunidad para crecer no sólo intelectualmente sino también espiritualmente.

Que este año escolar sea un tiempo de bendición, crecimiento y descubrimiento, tanto académico como espiritual. Que Dios ilumine nuestro camino y nos conduzca a un futuro lleno de esperanza y promesas cumplidas.

¡Bienvenido a tu viaje de aprendizaje!

LOS MAESTROS

Diferencia entre Sustentable y Sostenible: Conceptos Clave para un Futuro Sostenible

Jalil Vargas Cabrera
Docente de Preparatoria

Los términos "sustentable" y "sostenible" son utilizados con frecuencia en el ámbito de la conservación del medio ambiente y el desarrollo sostenible. Aunque estos términos se utilizan a menudo como sinónimos, es importante comprender sus diferencias conceptuales. La diferencia radica en su enfoque temporal y en la consideración de los aspectos sociales, económicos y ambientales. Exploraremos estas diferencias y cómo contribuyen a un futuro sostenible.

La sustentabilidad se refiere a la capacidad de mantener o sostener algo a largo plazo, sin agotar sus recursos o dañar su integridad. Se centra en la idea de preservar y mantener los recursos naturales y el medio ambiente para las generaciones futuras. La sostenibilidad, por otro lado, implica la capacidad de mantener un equilibrio entre los aspectos económicos, sociales y ambientales a largo plazo. Se trata de satisfacer las necesidades actuales sin comprometer la capacidad de las futuras generaciones para satisfacer sus propias necesidades.

La sostenibilidad tiene en cuenta no solo la conservación del medio ambiente, sino también la justicia social y la viabilidad económica. Busca abordar los desafíos ambientales de manera holística, promoviendo la equidad y la igualdad de oportunidades, al tiempo que considera los límites del planeta y los recursos disponibles.

Estos ejemplos en México ilustran cómo la sostenibilidad y la sustentabilidad se aplican en diferentes aspectos, como energía, conservación, agricultura, movilidad y gestión de residuos. Estas prácticas contribuyen a un futuro más sostenible al equilibrar el desarrollo humano con la protección del medio ambiente y los recursos naturales.

1. Energías Renovables: México ha realizado avances significativos en la implementación de energías renovables, como la energía solar y eólica. El Parque Eólico de Oaxaca es un ejemplo de sostenibilidad, ya que aprovecha el viento para generar electricidad sin agotar recursos no renovables.

2. Conservación de Ecosistemas: La Reserva de la Biosfera Sian Ka'an en la península de Yucatán es un ejemplo de sustentabilidad. Esta reserva protege diversos ecosistemas y especies, al tiempo que fomenta el turismo ecológico y la participación de las comunidades locales en su gestión.

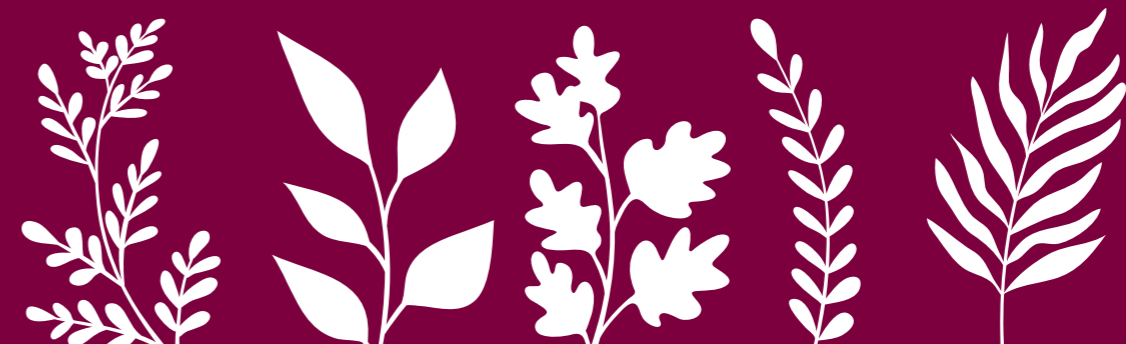
3. Agricultura Sostenible: En el estado de Chiapas, se han implementado prácticas de agricultura sostenible, como la agroecología y la permacultura. Estos enfoques promueven la conservación del suelo, la biodiversidad y la producción de alimentos saludables sin depender de pesticidas químicos.

4. Movilidad Sostenible: La Ciudad de México ha implementado el programa Ecobici, que ofrece bicicletas públicas para fomentar la movilidad sostenible y reducir la dependencia de los automóviles. Esto contribuye a la reducción de la contaminación del aire y mejora la calidad de vida de los habitantes de la ciudad.

5. Gestión de Residuos: El relleno sanitario de Bordo Poniente en la Ciudad de México se cerró en 2011, y en su lugar se implementaron prácticas de gestión de residuos más sostenibles. Ahora se promueve el reciclaje, la compostaje y la reducción de residuos, lo que ayuda a disminuir la generación de basura y minimizar el impacto ambiental.

Referencias

1. World Commission on Environment and Development. (1987). Our Common Future: Report of the World Commission on Environment and Development. Oxford University Press.
2. United Nations. (2015). Transforming Our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development. United Nations.
3. Agyeman, J., Bullard, R. D., & Evans, B. (Eds.). (2003). Just Sustainabilities: Development in an Unequal World. MIT Press.
4. WCED. (2007). Sustainable Development: Critical Issues. United Nations.
5. Lele, S. M., & Norgaard, R. B. (Eds.). (1996). Practicing Sustainability. Oxford University Press.



EMILIO

DICE

Regreso a Clases

La biblioteca te espera

Elke Vargas

Biblioteca Secundaria y Preparatoria

Las bibliotecas juegan un papel fundamental en la creación de hábitos de estudio, ya que proporcionan un entorno propicio para la concentración y el aprendizaje. En un mundo lleno de distracciones, la biblioteca ofrece un espacio tranquilo donde los estudiantes pueden enfocarse en sus tareas académicas. El acceso a una amplia gama de recursos, como libros, revistas y material digital, permite a los estudiantes explorar temas en profundidad, lo que fomenta una actitud de investigación constante y la curiosidad intelectual.

Además, las bibliotecas ofrecen una estructura que ayuda a desarrollar la disciplina y la constancia necesarias para adquirir buenos hábitos de estudio. El ambiente organizado y el horario de funcionamiento favorecen la creación de rutinas, algo esencial para el éxito académico.



Estudiar en una biblioteca también promueve la autodisciplina, ya que los estudiantes deben gestionar su tiempo y esfuerzos sin la supervisión constante de un profesor o tutor.

Finalmente, una biblioteca fomenta un sentido de comunidad y colaboración entre los estudiantes, lo que puede enriquecer los hábitos de estudio. El acceso a espacios grupales permite el intercambio de ideas y la resolución conjunta de problemas, lo que refuerza el aprendizaje. En este entorno, los estudiantes pueden encontrar apoyo y motivación mutua, lo que contribuye a la creación de un hábito de estudio sólido y sostenible.

