

Estimado(a) Estudiante.

Agradecemos tu interés en las Actividades Extraescolares (Cultura, Deporte y Cívismo), te recordamos que es importante cubrir este requisito en tu proceso de formación profesional, el cual, es recomendable realizarlo antes del 6 semestre.

Aprovechamos para hacerte la invitación a integrarte a los grupos representativos y selecciones de nuestro instituto, en los cuales, tienes la posibilidad de liberar tanto créditos culturales y deportivos participando en una sola actividad más de un año con la agrupación.

Antes de continuar, te explicamos el proceso para el cursamiento de tu actividad complementaria

| | |
|---|---|
| 1 | Del 4 a 7 de febrero selecciona en los horarios programados la actividad que más se ajuste a el horario académico en el semestre que estas cursando. |
| 2 | Registra tus datos en los formularios para actividades Culturales y/o Deportivas de acuerdo a tus necesidades, el cuál se encuentra al final de este documento. NOTAS: 1.- Si tu selección fue una actividad en línea (MOOC), además del registro que harás en formulario, deberás registrarte en la plataforma de MOOC en la actividad de tu elección, los enlaces los encuentras al final de este documento. 2.- Si tu elección es natación, además del registro en el formulario, deberás entregar una constancia expedida por la institución dónde estarás practicando natación en el periodo enero-junio 2025, dicha constancia debe contener tus datos escolares. |
| 3 | Una vez cerrado el periodo para registro de las actividades culturales y deportivas el día 7 de febrero, se procederá a registrar los grupos de los talleres publicados, te pedimos estar al tanto de tu correo institucional, ya que por ese medio se hará llegar un enlace para agregarse a los grupos de mensajería instantanea, grupo de mensajería por el cuál se estará en contacto para informarte sobre algún aviso relevante de la actividad o algo relacionado con ella, te pedimos hacer un uso responsable, respetuoso y adecuado del grupo de mensajería instantanea en el que te registres. |
| 4 | Presentarse en el lugar, día y hora para el taller cultural/deportivo de acuerdo en el que te hallas registrado , bajo las especificaciones requeridas, en el caso de los deportivos con ropa deportiva e hidratación personal. Cursa tus talleres culturales y deportivos del 10 de febrero al 16 de mayo con responsabilidad, compromiso, disponibilidad y dando lo mejor de ti en cada una de las actividades seleccionadas, te invitamos a participar activamente, que este sea un espacio en el cual puedas proyectar lo mejor de ti, participa con respeto hacia tu institución y a tus compañeros(as), te invitamos hacer uso adecuado de los espacios donde te encuentres realizando tu actividad. |
| 5 | Al terminar los talleres culturales y deportivos deberás firmar la hoja de resultados , donde tu instructor(a) te da a conocer si aprobaste o no el taller cultural y/o deportivo. |
| 6 | El registro de la actividad cultural y/o deportiva en el sistema CETECH , esta a cargo del departamento de Actividades Extraescolares, este proceso se realiza una vez cerrados los talleres y genera la constancia correspondiente para entregarla a Servicios Escolares y archivar en expediente de estudiante. |
| 7 | Durante el semestre agosto-diciembre 2025 se realizará la entrega de tu constancia cultural y/o deportiva del taller cursado en el semestre enero-junio 2025 , el aviso de la fecha exacta para entrega de documento se publicará en los medios digitales oficiales de la institución, te invitamos a estar al tanto de ellos. |

Actividades deportivas

enero-junio 2025

| ACTIVIDAD | GRUPO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | INSTRUCTOR(A) | LUGAR |
|--------------------------|--------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------------------------|-------------------------|
| Acondicionamiento Físico | G1 | 14:00 A 15:00 | | 14:00 a 15:00 | | | | Jesús Eduardo Castrejón Palacios | Gimnasio Auditorio |
| Ajedrez | G1 (principiantes) | | 13:00 a 15:00 | | | | | Por confirmar | Lobby Auditorio |
| Ajedrez | G2 (avanzados) | 14:00 A 17:00 | | | | | | Por confirmar | Lobby Auditorio |
| Basquetbol | G1 | | 12:00 a 13:00 | | 12:00 a 13:00 | | | Héctor Zabdiel Chavero Cruz | Auditorio |
| Basquetbol | G2 | | 15:00 a 17:00 | | 15:00 a 17:00 | | | Luis Gerardo Rodríguez Olmos | Auditorio |
| Basquetbol | selección Femenil | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Sin asignar | Auditorio |
| Basquetbol | selección varonil | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Jesús Eduardo Castrejón Palacios | Auditorio |
| Futbol | G1 | | 13:00 a 15:00 | | 13:00 a 15:00 | | | Luis Guillermo González Carrillo | Campo de futbol |
| Futbol | selección varonil | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Por confirmar | Jesús Eduardo Castrejón Palacios | Campo de futbol |
| Handball | G1 | 11:00 A 13:00 | | | | | | Jesús Eduardo Castrejón Palacios | Cancha de Futbol Rápido |
| Handball | G2 | | 11:00 a 13:00 | | | | | Jesús Eduardo Castrejón Palacios | Cancha de Futbol Rápido |
| Handball | G3 | | 17:00 a 19:00 | | | | | Milton Jesús Góngora Molina | Cancha de Futbol Rápido |
| Taekwondo | G1 | 12:00 a 13:00 | | 12:00 a 13:00 | | | | Luis Alberto Martínez Cruz | Auditorio |
| Taekwondo | G2 | | 12:00 a 13:00 | | 12:00 a 13:00 | | | Luis Alberto Martínez Cruz | Auditorio |
| Taekwondo | G3 | | | | | 13:00 a 15:00 | | Luis Alberto Martínez Cruz | Auditorio |
| Tochito | G1 | | | 11:00 A 13:00 | | 11:00 a 13:00 | | Jesús Eduardo Castrejón Palacios | Campo de futbol |

Inicio de actividades a partir del 10 de febrero de 2025

Actividades deportivas

enero-junio 2025

| ACTIVIDAD | GRUPO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | INSTRUCTOR(A) | LUGAR |
|-----------|-------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------|----------------------------------|----------------------|
| Tochito | G2 | 14:00 a 16:00 | | | | 14:00 a 16:00 | | Axel Hernández Azoños | Campo de futbol |
| Tochito | Selección | 14:00 a 16:00 | | 14:00 a 16:00 | | 14:00 a 16:00 | | Jesús Eduardo Castrejón Palacios | Campo de futbol |
| Voleibol | G1 | | 17:00 a 18:00 | 17:00 A 18:00 | | | | Juan Antonio Álvarez Rodríguez | Auditorio |
| Voleibol | Selección varonil | 20:00 A 22:00 | | | 20:00 A 22:00 | | | Milton Jesús Góngora Molina | Auditorio/arco techo |
| Voleibol | Selección Femenil | | | | 17:00 A 19:00 | | | Milton Jesús Góngora Molina | Auditorio |

Inicio de actividades a partir del 10 de febrero de 2025

Actividades culturales



enero-junio 2025

| ACTIVIDAD | GRUPO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO | INSTRUCTOR(A) | LUGAR |
|--------------------------------------|---------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------------------------|------------------|
| Banda de Guerra | G1 | | 13:00 a 15:00 | 13:00 a 15:00 | 13:00 a 15:00 | | | Daniel Fernández Cruz | Auditorio |
| Baile Moderno | G1 | | | | | 9:00 a 11:00 | | Mario de Jesús Jurado | Auditorio |
| Baile Moderno | G2 | | | | | 11:00 a 13:00 | | Mario de Jesús Jurado | Auditorio |
| Cartonería (Alebrijes) | G1 (cupo max 18 estudiantes) | | 13:00 a 14:00 | | 13:00 a 14:00 | | | Laura Fuentes aranda | Salon de Pintura |
| Danza folklórica | G1 | 14:00 a 15:00 | | 14:00 a 15:00 | | | | Modesto Hernández Resendiz | Auditorio |
| Danza folklórica | Grupo 2 | | 19:00 a 20:00 | 19:00 a 20:00 | | | | Elisheba Romero Barbosa | |
| Danza folklórica | Grupo Representativo | | | | 18:00 a 20:00 | 18:00 a 20:00 | 16:00 a 19:00 | Modesto Hernández Resendiz | Auditorio |
| Dibujo artístico (Lápiz Carboncillo) | G1 (cupo max 18 estudiantes) | | 11:00 a 12:00 | | 11:00 a 12:00 | | | Laura Fuentes aranda | Salon de Pintura |
| Escolta de Bandera | G1 | | | | | 12:00 a 16:00 | | Daniel Fernández Cruz | Arco Techo |
| Lectura | G1 (cupo max 18 estudiantes) | 13:00 a 14:00 | | 13:00 a 14:00 | | | | Laura Fuentes aranda | Salon de Pintura |
| Música | G1 | 12:00 a 13:00 | | 12:00 a 13:00 | | | | Israel Alejandro Márquez Ruíz | Lobby auditorio |
| Música | G2 | 13:00 a 14:00 | | 13:00 a 14:00 | | | | Israel Alejandro Márquez Ruíz | Lobby auditorio |
| Música | Grupo Representativo | | 13:00 a 15:00 | | 14:00 a 15:00 | 15:00 a 16:00 | | Israel Alejandro Márquez Ruíz | Lobby auditorio |
| Pintura artística (óleo) | G1 | 8:00 a 10:00 | 8:00 a 10:00 | 8:00 a 10:00 | 8:00 a 10:00 | 8:00 a 10:00 | | Laura Fuentes aranda | Salon de Pintura |
| Pintura artística (acuarela) | G2 (cupo max 18 estudiantes) | 11:00 a 12:00 | | 11:00 a 12:00 | | | | Laura Fuentes aranda | Salon de Pintura |
| Pintura artística (Gis pastel) | G3 | 12:00 a 13:00 | | 12:00 a 13:00 | | | | Laura Fuentes aranda | Salon de Pintura |

Inicio de actividades a partir del 10 de febrero de 2025

Formulario de Registro

Para quedar inscrito(a) a la actividad de tu elección te invitamos a registrar tu información en los siguientes enlaces, **asegurate de ingresar con tu cuenta de correo institucional** y proporcionar correctamente tu información, si tuvieses alguna complicación en el registro acude al departamento de Actividades Extraescolares en horario de 10:00 a 18:00 hrs. de lunes a viernes, algunos grupos tienen un cupo máximo, Para acceder al formulario haz clic en el enlace o escanea el QR.

| | | |
|--------------------------------------|---|---|
| <p>Actividades Culturales</p> | <p>Haz clic en el enlace</p> <p>https://forms.gle/hXpDif5gCqAv9yWc8</p> | <p>ESCANEA QR</p>  |
| <p>Actividades Deportivas</p> | <p>Haz clic en el enlace</p> <p>https://forms.gle/DwoDYgYjQ8m3w1pA9</p> | <p>ESCANEA QR</p>  |

Actividades culturales, cívicas y deportivas en modalidad virtual

Para el acceso a estos cursos en modalidad virtual deberás registrarte a la plataforma MOOC obligatoriamente con tu correo institucional y nombre completo comenzando por apellidos, ya que de otra forma no podremos localizar tus datos.

Una vez aprobado el curso, responsables de estas actividades en TecNM enviarán las listas de estudiantes acreditados(as) y entonces el departamento de Actividades Extraescolares del ITSJR elabora la constancia del crédito liberado.

Recuerda, que es importante cumplir con los tiempos requeridos para cada una de estas actividades en modalidad virtual, de no completar el curso o no alcanzar la calificación mínima, el curso no será aprobado y la constancia no se emitirá.

El departamento de Actividades Extraescolares del ITSJR no tiene acceso al progreso y no administra las actividades seleccionadas bajo esta modalidad.

Has clic en el enlace para dirigirte a la página de registro

| | | |
|-------------------------|---|--|
| <p>Deportivo</p> | <p>Actividades físicas para la salud y la prevención</p> | <p>https://mooc.tecnm.mx/courses/course-v1:TecNM+AFSyP01-001+2025-1/about</p> |
| <p>Cultural</p> | <p>Apreciación de las artes y diversidad cultural</p> | <p>https://mooc.tecnm.mx/courses/course-v1:TecNM+AAyDC01-001+2025-1/about</p> |
| <p>Cultural</p> | <p>Ciudadanía activa y compromiso cívico</p> | <p>https://mooc.tecnm.mx/courses/course-v1:TecNM+CAyCV01-001+2025-1/about</p> |