

PLANIFICACIÓN

ES LA ORGANIZACIÓN DE LOS ESFUERZOS QUE SE REALIZARÁN A FIN DE CUMPLIR NUESTROS OBJETIVOS Y HACER REALIDAD CIERTOS PROPÓSITOS.



PLANIFICACIÓN TEMPORAL

Permiten la organización del estudiante en el proceso académico y si se llevan a cabo de la manera adecuada, logran traer múltiples beneficios.

SEMANAL		SEMESTRAL		MENSUAL		SEMESTRAL	
Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio		
1 M	1 S	1 S	1 J	1 M	1 D		
2 J	2 D	2 D	2 M	2 V	2 L		
3 V	3 L	3 L	3 J	3 M	3 M		
4 S	4 M	4 M	4 J	4 D	4 M		
5 D	5 M	5 M	5 S	5 L	5 J		
6 L	6 J	6 J	6 D	6 M	6 V		
7 M	7 V	7 V	7 L	7 M	7 S		
8 M	8 S	8 S	8 M	8 M	8 D		
9 J	9 D	9 D	9 J	9 M	9 M		
10 J	10 L	10 L	10 J	10 M	10 M		
11 S	11 M	11 M	11 J	11 M	11 D		
12 S	12 M	12 M	12 J	12 M	12 D		
13 L	13 J	13 J	13 L	13 M	13 M		
14 M	14 V	14 V	14 M	14 M	14 D		
15 M	15 L	15 L	15 J	15 M	15 M		
16 J	16 M	16 M	16 J	16 M	16 D		
17 V	17 L	17 L	17 J	17 M	17 M		
18 V	18 M	18 M	18 J	18 M	18 D		
19 D	19 M	19 M	19 J	19 M	19 M		
20 L	20 J	20 J	20 L	20 M	20 M		
21 M	21 V	21 V	21 M	21 M	21 D		
22 M	22 L	22 L	22 J	22 M	22 M		
23 J	23 M	23 M	23 J	23 M	23 D		
24 V	24 L	24 L	24 J	24 M	24 M		
25 V	25 M	25 M	25 J	25 M	25 D		
26 D	26 M	26 M	26 J	26 M	26 M		
27 L	27 J	27 J	27 L	27 M	27 M		
28 M	28 V	28 V	28 M	28 M	28 D		
29 M	29 L	29 L	29 J	29 M	29 M		
30 J	30 M	30 M	30 J	30 M	30 D		
31 V	31 M	31 M	31 J	31 M	31 M		

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
		1	2	3	4	5
		6	7	8	9	10
		11	12	13	14	15
		16	17	18	19	20
		21	22	23	24	25
		26	27	28	29	30
		31				

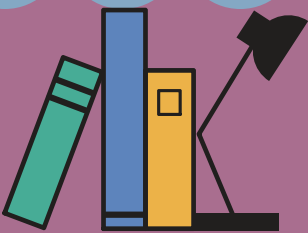
día/hora	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado
7:00						
8:00						
9:00						
10:00						
11:00						
12:00						
13:00						
14:00						
15:00						
16:00						
17:00						
18:00						
19:00						
20:00						
21:00						
22:00						
23:00						

Martes 23		
1.	Enviar mail con introducción al grupo	✓
2.	Resumir capítulo 2 del manual	
3.	Terminar de <u>tip</u> ear clase n°5	✓
4.	Buscar información para seminario 2	
5.	Dejar certificado en Secretaría de Estudios	
6.	Preguntar al profe por Recuperativa	✓
7.	Devolver libro en biblioteca	
8.	Retirar fotocopias	
9.	Pedir cuaderno a la Nata	✓
10.	Ir al taller de Organización	✓

BENEFICIOS:



- Aumenta la productividad
- Más tiempo libre
- Aprovechar mejor el tiempo
- Mejor equilibrio en la vida
- Nos garantiza mayor éxito en lo académico
- Mas fácil solucionar problemas imprevistos



PLANIFICACIÓN DEL ESTUDIO



1. ¿QUÉ TENGO QUE ESTUDIAR



- Revisar contenidos – temarios
- Ver cantidad, extensión y dificultad de contenidos

2. ¿PARA QUÉ TENGO QUE HACERLO?



- Tipo de evaluación (control, prueba, examen, etc.)
- Tipo de proceso involucrado

3. ¿CÓMO LO HARÉ



- Escoger técnica a utilizar (resumen, mapa conceptual, etc.)
- Dificultad y nivel de interés tener presente

4. ¿CUÁNDO LO HARÉ?



- Identificar horario más cómodo para estudiar: día o noche
- Diseñar bloques de tiempo realista por cada tarea a realizar
- Considerar el ciclo de la concentración, las fases de la memoria y la curva del olvido
- Planificación temporal
- Priorizar según importancia

5. ¿DÓNDE LO HARÉ



Ambiente facilitador

- Ordenado
- Bien iluminado
- Adecuada ventilación
- Adecuada temperatura
- Material disponible

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE DEBEN SER:

- **AJUSTABLE:** ajustado al tiempo
- **ESPECÍFICO:** si nos queda tiempo, pensar en un segundo objetivo
- **MEDIBLE:** evaluar al final de sesión si se cumplió el objetivo
- **FLEXIBLE:** si es mucha cantidad y poco tiempo asignado inicialmente, debemos modificar nuestra planificación y ajustar

EVITA LA PROCRASTINACIÓN Y LAS FUGAS DE TIEMPO

- Planificar de forma desorganizada o poco realista
- Revisar las redes sociales
- Ver televisión, películas o series
- Pasar demasiado tiempo con los amigos
- Soñar despierto o divagar
- Pensar en cuánto cansancio sientes
- Dormir más de la cuenta
- Esperar a otros para comenzar a hacer algo
- Ser perfeccionista de forma desmedida