



Escuela Politécnica Nacional
Facultad de Ingeniería de Sistemas FIS
Ingeniería de Software
Construcción de Software



Integrantes:

- Francisco Sánchez
- Maicol Nasimba

Taller 1: "Tu vida como un repositorio de Git"

Estructura de submódulos (actividades diarias)

Cada submódulo tendrá:

- README.md: Descripción de la rutina.
- mejoras.md: Historial de *commits* (cambios aplicados).
- plantillas/: Recursos reutilizables.

Tabla de Rutina Diaria como Repositorio Git

submódulo	horario	contexto (descripción + reutilización)
entrenar	6:00 - 7:00	Cardio + pesas (plantilla HIIT reusable para días ocupados). Contexto: git checkout -b cardio_mañanas
higiene	7:00 - 7:20	Rutina express (misma secuencia para optimizar tiempo). Contexto: git merge higiene-express
cocinar-desayuno	7:20 - 7:40	Batch cooking (preparación masiva reutilizable). Contexto: git cherry-pick receta_healthy
estudiar-bloque1	8:00 - 10:00	Deep work (método Pomodoro aplicable a tareas creativas). Contexto: git rebase -i tecnica_focus
descanso_activo	10:00 - 10:30	Meditación (plantilla reusable para pausas entre reuniones). Contexto: git stash apply mindbreak
tareas_domésticas	10:30 - 11:00	Sistema Kanban (mismo flujo para trabajo/estudio). Contexto: git pull origin sistema_kanban
cocinar-almuerzo	12:00 - 12:45	Recetas modulares (ingredientes base reutilizables). Contexto: git diff receta_base_v2
estudiar-bloque2	13:30 - 15:30	Feynman Technique (aplicable a documentación). Contexto: git commit -m "ADD técnica_explicación"

ocio_digital	16:00 - 17:00	Juego estratégico (patrones transferibles a resolución de problemas). Contexto: git tag v1.3-game
cocinar-merienda	17:00 - 17:20	Snacks preconfigurados (plantilla saludable reusable). Contexto: git reset --soft snack_template
revisión_diaria	19:30 - 20:00	Log de avances (formato estandarizado para retrospectivas). Contexto: git log --since=6am
preparación_sueño	21:00 - 22:00	Ritual constante (misma secuencia para optimizar descanso). Contexto: git checkout rutina_noche

Documentar mejoras (como commits)

Commit 1a2b3c (2024-08-04)
Mejora: Reemplazado método subrayar por mapa mental.
Resultado: +20% retención de conceptos en pruebas.

Commit 4d5e6f (2024-08-06)
Mejora: Uso de plantilla estándar para resúmenes.
Reutilización: Adaptada a `cocinar` para recetas base.

Retrospectiva semanal (git log --oneline)

Analiza avances/retrocesos con:

```
# Revisar cambios en todos los submódulos
git submodule foreach git log --since="1 week ago" --pretty=format:"%h - %s (%ad)"
```

Plantilla de retrospectiva:

Semana 2024-08-04 al 2024-08-10

Avances:

- estudiar: Técnica de mapas mentales redujo tiempo de repaso.
- cocinar: Batch cooking ahorró 3 horas semanales.

Retrocesos:

- entrenar: 2 sesiones omitidas por mala planificación.

Acciones:

1. Replicar alarmas de `descansar` en `entrenar` (commit 123abc).
2. Fusionar plantillas de resúmenes (`estudiar` → `cocinar`).

Mejoras clave para implementar

- Refactorizar rutinas (git rebase -i):

Ej: Unificar horarios de descansar y entrenar para optimizar energía.

- **Merge de patrones exitosos** (git merge):

Ej: Fusionar la técnica de bloques de estudiar con entrenar.

- **Revertir malos cambios** (git revert):

Ej: Si una nueva dieta en cocinar afecta energía, volver a versión estable.

Beneficios de este enfoque:

- **Trazabilidad:** Todo cambio queda registrado.
- **Reutilización:** Patrones exitosos se replican (ej: plantillas).
- **Iteración:** La retrospectiva semanal guía mejoras continuas.