



Taller 1

Escuela Politecnica Nacional

Integrantes:

- Dylan Granizo
- Anderson Cango

" 🧠 Tu Vida como un Repositorio de Git "

Actividad:

- Divide actividades diarias (estudiar, cocinar, descansar, entrenar) como *submódulos* de tu rutina.
- Evalúa cuáles se pueden mejorar o reutilizar en distintos contextos (por ejemplo, el mismo enfoque de estudio para distintas materias).
- Documenta mejoras aplicadas (como "commits") y haz una retrospectiva semanal para identificar avances o retrocesos.

📅 Submódulos (Actividades Diarias)

Submódulo	Horario	Descripción
trabajo	08:00 – 12:00	Actividades laborales, tareas específicas por cliente/proyecto.
clases_universidad	14:00 – 16:00	Asistencia a clases, toma de apuntes, participación.
almuerzo/cena	17:00 – 18:00	Tiempo de alimentación y descanso ligero.
gym	19:00 – 21:00	Entrenamiento físico y cuidado personal.
pendientes	21:20 – 22:30	Tareas del trabajo, deberes, organización personal.

Reutilización y Mejora de Submódulos

Submódulo	Mejora Posible / Reutilización
trabajo	Reutilizar plantillas o scripts para tareas repetitivas.
clases_universidad	Aplicar técnicas como Pomodoro o mapas mentales a distintas materias.
almuerzo/cena	Preparar menús semanales para ahorrar tiempo y comer mejor.
gym	Probar rutinas divididas por grupos musculares para eficiencia.
pendientes	Uso de gestor de tareas (Trello/Notion) para priorización.

Commits Semanales (Mejoras Aplicadas)

commit f4e81b3 - "Implementada técnica Pomodoro en sesión de estudio de Matemáticas"

commit a12dce9 - "Organizada rutina de gym con aplicación de seguimiento de progreso"

commit 76a5de4 - "Automatizado informe semanal del trabajo con plantilla en Excel"

commit b987fde - "Preparación de comida semanal hecha el domingo por la tarde"

commit 5ee33c2 - "Integrado gestor de tareas Notion para deberes y recordatorios"

Retrospectiva Semanal (Ejemplo)

Semana: 24 al 30 de junio

Aspecto Evaluado	Resultado	Observaciones
Productividad laboral	Alta	Automatización ayudó a ganar tiempo.
Estudio universitario	Media	Pomodoro efectivo, pero falta constancia.
Alimentación	Mejorada	Planificación ayudó, seguir así.
Ejercicio físico	Alta	Buena constancia, energía estable.
Organización de pendientes	Media	Aún falta priorizar mejor tareas.

Plan de Acción Próxima Semana

- Agregar más bloques de descanso activo entre actividades largas.
- Consolidar checklist diaria en Notion.
- Explorar herramientas de time-tracking como Toggl.