**Plantilla API 3**

**Instrucciones:** Completa la información solicitada en cada consigna en la sección correspondiente:

**Nombre: Christian Aránguiz Morales**

**Fecha: 15/oct/2024**

1. **Identificación de ladrones del tiempo y de prioridades:**

**A. Evaluación de Situación Actual:**

***Identifica por lo menos dos ladrones de tiempo internos:***

Ladrón Interno 1: Problemas en la delegación de tareas.

Ladrón Interno 2: Cansancio mental post trabajo.

Ladrón Interno 3: Procrastinación.

***Identifica por lo menos dos ladrones de tiempo externos:***

Ladrón Externo 1: Niños en casa al momento de salir del trabajo.

Ladrón Externo 2: Notificaciones importantes del trabajo.

Ladrón Externo 3: Notificaciones no importantes cotidianas.

**B. Clasificación de Tareas Semanales (por lo menos 2 por cada cuadrante):**

***Urgente e Importante:***

Tarea 1: Asistencia a clases.

Tarea 2: Ejercitar materia.

Tarea 3: Estudiar la materia de la clase anterior.

***No Urgente e Importante:***

Tarea 1: Hacer Ejercicio.

Tarea 2: Responder correos fuera de horario laboral.

Tarea 3: Buscar ayuda sobre información vista en clase.

***Urgente pero No Importante:***

Tarea 1: Responder correos personales/familiares/amigos.

Tarea 2: Ayudar a mis compañeros con sus dudas estudiantiles.

***No Urgente y No Importante:***

Tarea 1: Limpiar/ordenar oficina de trabajo/estudio.

Tarea 2: Descansar y relajar mi mente.

Tarea 3: Estudiar o revisar materias de bimestres anteriores.

**2. Identificación de acciones o tareas clave con el Principio de Pareto**

**Identifica por lo menos 3 acciones o tareas clave (20% que aporta al 80% de los resultados o materias más críticas de la carrera):**

**Acción clave 1: Asistencia a clases.**

**Justificación:** La asistencia, pero sobretodo la atención a lo que comenta el docente en la horas de clases, además de comentar posibles dudas.

**Acción clave 2: Crear un horario de estudio**

**Justificación:** Si bien, la creación de un horario es el primer paso, para la gestión efectiva del tiempo, el trabajo más difícil es respetarlo.

**Acción clave 3: Resolución de ejercicios prácticos o desarrollo de proyectos.**

**Justificación:** No solo de clases, sino que ejercios de programción, bases de datos y experiencia de usuario que me permitan activar aún más mi pensamiento lógico-matemático y mis capacidades como desarrollador de software

**3. Planificación de una sesión de estudio efectiva con Técnica Pomodoro**

**Acción o tarea Elegida:** Resolución de ejercicios prácticos o desarrollo de proyectos:

**Sesión de Estudio:**

| **Ciclo Pomodoro** | **Actividad: Estudio de Bases de datos** | **Duración** |
| --- | --- | --- |
| **1** | **Conceptos básicos** | **25 mins** |
| **Descanso** |  | **5 mins** |
| **2** | **Diferencias de BD Relacionales y no Relacionales** | **25 mins** |
| **Descanso** |  | **5 mins** |
| **3** | **Modelo relacional (MR)** | **25 mins** |
| **Descanso** |  | **5 mins** |
| **4** | **Modelación de BD MR sin normalización.** | **25 mins** |

**4. Análisis y Reflexión**

**Observaciones y Reflexiones:**

* **Observaciones sobre el análisis de la situación actual y la identificación de ladrones de tiempo:**

**A pesar de que en mi caso, que me cuesta mucho al salir de trabajar, poder delegar tareas y que recibo bastantes comentarios de mi trabajo fuera de horario laboral (debido al tipo de trabajo que tengo), siento que es posible resolver de manera óptima mis problemáticas a la hora de estudiar si puedo guiarme por las técnicas de GTD planteadas más arriba.**

* **Reflexiones sobre la identificación de acciones o tareas clave con el Principio de Pareto**

**Es una manera de tangibilizar mis necesidades como estudiante y profesional del área de la informática ya que este principio también se puede aplicar a la atomización de tareas que me encuentro en el ámbito laboral.**

* **Reflexiones sobre la planificación de la sesión de estudio efectiva con la Técnica Pomodoro:**

**Si bien, ya conocía y aplicaba este patrón de trabajo, creo que si se expresa de una manera más concreta como en el diagrama mostrado en el ejercicio 3, puede ser una forma de manejarlo más efectiva que solo poniendo cronómetros.**