Ejercicio 3

Análisis personal del uso del tiempo

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1-. Identificar como se utiliza el tiempo en toda la semana.

|  |  |
| --- | --- |
| Uso del tiempo | |
| Actividades | Horas a la semana |
| Reuniones familiares | 15hrs |
| Salidas con amigos | 15hrs |
| Comida | 5hrs |
| Descanso | 35hrs |
| Actividades personales | 10hrs |
| Escuela | 23hrs |
| Tareas | 20hrs |

2-. Establezca los objetivos de la semana

Objetivos del 28 septiembre al 2 de octubre 2015

Lunes

Objetivo

Terminar las prácticas y tareas pendientes para este día.

Comprar nuevo control del dish.

Actividades para alcanzar el objetivo

* Terminar las practicas pendientes de programación en 2hrs
* Terminar la matriz de Covey en una 1h
* Recibir al técnico para el cambio de controles

Martes

Objetivo

Ayudar a mi hermana a ayudarla a llevar su ropa a su casa.

Terminar las tareas pendientes de economía.

Actividades para alcanzar el objetivo

* Llevándome lo más pesado y después lo más ligero en menos de una hora.
* Terminando las prácticas de economía en 1hr.

Miércoles

Objetivo.

Subir las prácticas de programación a la plataforma.

Actividades para alcanzar el objetivo

* Después de terminar la clase subir las practicas a la plataforma inmediatamente

Jueves

Objetivo.

Haber el examen de modelado de procesos de negocios.

Presentar el examen de la unidad 1 de programación.

Actividades para alcanzar el objetivo

* En la hora de clase preguntar por la calificación del examen y la unidad
* Estudiar y dar lo mejor para pasar el examen de programación en 1hr

Viernes

Objetivo.

Subir el examen de programación a la plataforma.

Terminar prácticas y tareas pendientes.

Actividades para alcanzar el objetivo

* Temprano en la mañana subir el examen de programación a la plataforma inmediatamente
* Realizando la tarea de administración del tiempo y ingles en menos de 2hs.

Objetivo de la semana

Completar las actividades de la semana satisfactoriamente y pasar los exámenes programados.

3-. Identificar las herramientas a utilizar.

La herramientas a utilizar para el logro del objetivo de la semana son:

* Agenda física y electrónica
* Listas de actividades
* Matriz de covey

4-.Identificar los enemigos del tiempo

Los enemigos del tiempo para impedir el objetivo de la semana son:

* Sobrecarga de actividades
* Decir no
* Desperdiciadores de tiempo controlables