

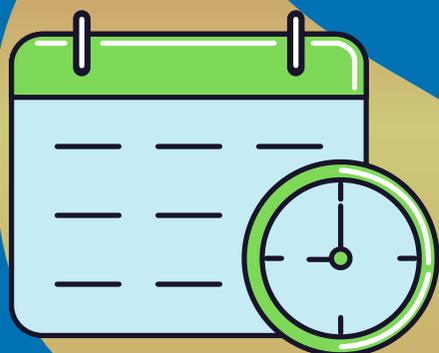
ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO

Hacer un uso adecuado del tiempo está relacionado con:

Organización del contexto

Organización del material

Lo importante y lo urgente



Revisá la información en:
orientacion.ucr.ac.cr



Orientación
Hasta tu casa

Recomendaciones para organizar el contexto de aprendizaje y el material.

Materiales:

Valorá qué material vas a necesitar, cuál te hace falta, y el tiempo que vas a invertir en obtenerlo.

Buscá una estrategia para mantener los apuntes y herramientas de estudio de un mismo lugar (gaveta, fundas, carpetas, etc.)



Tener a la mano el material favorece la concentración.

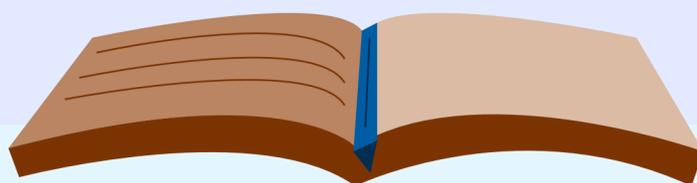
Contexto:

¿Donde estudiás?

¿Cómo es el lugar en el que estudiás?



¿Qué tanto se parece el lugar donde estudiás al lugar donde aprendés?



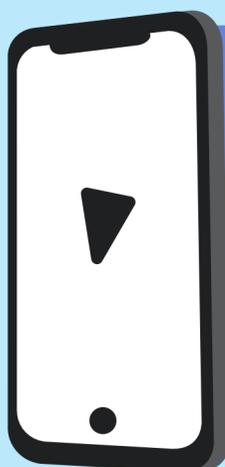
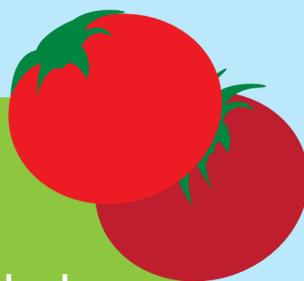
Entre más se parece el lugar donde estudiás al lugar donde aprendés, es más fácil comprender e incluso memorizar.



Recursos para mejorar en la organización del tiempo.

Pomodoro:

herramienta para planificar actividades y organizar el tiempo de estudio.



Aplicaciones móviles:

Podés investigar sobre **Timeplanner** o sobre **TimeTune** o **Task Agenda**.

Calendarios electrónicos:

Revisá las facilidades que te ofrecen estas herramientas como **Google Calendar**, **Outlook calendar** y **ANY DO** para organizarte.



Jugar con lo importante y lo urgente.

En el siguiente horario de estudio semanal, colocá los pendientes de este mes tomando en cuenta lo siguiente:

Prioridad 1 (color rojo):

Importante urgente: hazlo y dedicá el tiempo que merece.

Prioridad 2 (color amarillo):

Urgente pero poco importante: hazlo pero dedícale el menor tiempo posible.

Prioridad 3 (color amarillo):

Importante pero no urgente: ideal, así debería ser tu vida, se planea cuándo y como lo va hacer. (El estudio es importante, por eso se planifica y se organiza, para que nunca se convierta en urgente).

Prioridad 4 (color verde):

Poco importante y no urgente: si no hay una respuesta satisfactoria siempre dejalo de último.