



# GAZTE- EKIN BIZKAIA EGITEN

## 4<sup>o</sup> ESO

<https://gazteak.bizkaia.eus>



# PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO 1

## COMPETENCIA

Planificación y organización del tiempo.

## COMPETENCIAS ASOCIADAS

Resolución de problemas, iniciativa, aprendizaje continuo, destrezas digitales.

## DESCRIPCIÓN COMPETENCIA

Puede definirse como la capacidad para distribuir el tiempo de manera efectiva, estableciendo las prioridades y los medios que permitan cumplir con los objetivos planteados.

## OBJETIVOS

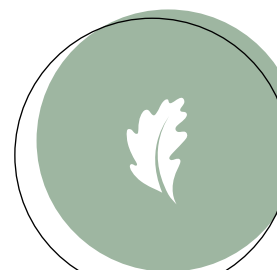
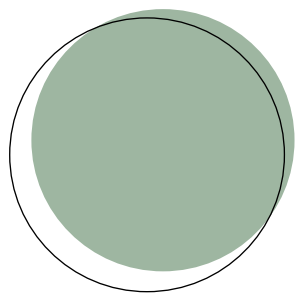
- Establecer prioridades y gestionarlas en el tiempo.
- Ser capaz de proponer objetivos posibles de cumplir.
- Aprender a distribuir tareas en el tiempo.
- Saber organizarse.
- Adquirir responsabilidades y cumplir con los compromisos adquiridos.

## CURSO

4º ESO

## ADQUISICIÓN DE LA COMPETENCIA

Para adquirir esta competencia será necesario desarrollar un plan de actuación, obtener toda la información relevante para conseguir los objetivos, prever posibles acciones y problemas futuros, diferenciar entre lo urgente y lo importante, saber renunciar a algunas actividades, establecer controles para el mejor desarrollo de las tareas o revisar periódicamente las tareas y logros obtenidos y por obtener.



# PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO 1

## DINÁMICA PARA TRABAJAR LA COMPETENCIA

### Ladrones de tiempo

#### DESCRIPCIÓN

La dinámica se plantea de manera individual y tiene como objetivo demostrar que en la vida del alumnado existen una serie de "ladrones de tiempo", que hacen que se desperdicie mucho tiempo y que en algunos casos pueden producirse por causas externas, pero que en muchos casos son única responsabilidad de la persona.

Previamente al inicio de la actividad, se hará junto con el alumnado una lista de actividades que les roban tiempo: utilizar el móvil, internet, televisión, llamadas, interrupciones, visitas inesperadas, desmotivación, etc.

La actividad consiste en que hagan una plantilla con 3 columnas y 24 filas. En la primera columna, pondrán en cada fila las 24 horas del día de una hora en una hora (8-9, 9-10, 10-11, etc.). En la segunda columna, anotarán las tareas que desarrollan hora por hora (descansar, clase, amigos, etc.). En la tercera columna, anotarán los "ladrones de tiempo" que aparecen en determinadas horas.

El final de la actividad consistirá en la exposición de la actividad, así como posibles soluciones que aporta el alumnado para gestionar mejor el tiempo.

#### ESTIMACIÓN TEMPORAL

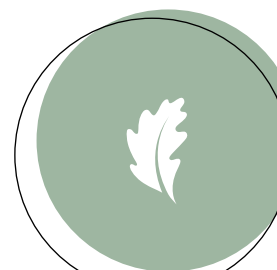
1 hora.

#### MATERIAL NECESARIO

Folios y/u ordenadores.

#### INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participación del alumnado.
- Objetividad en la distribución de sus tareas.
- Reconocimiento de buena y mala gestión del tiempo.
- Soluciones aportadas a los "ladrones del tiempo".
- Supervisión de la persona orientadora.
- Opinión del alumnado sobre la actividad.



# PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO 2

## COMPETENCIA

Planificación y organización del tiempo.

## COMPETENCIAS ASOCIADAS

Resolución de problemas, iniciativa, aprendizaje continuo, destrezas digitales.

## DESCRIPCIÓN COMPETENCIA

Puede definirse como la capacidad para distribuir el tiempo de manera efectiva, estableciendo las prioridades y los medios que permitan cumplir con los objetivos planteados.

## OBJETIVOS

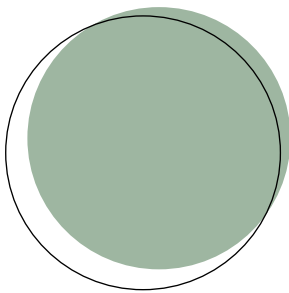
- Establecer prioridades y gestionarlas en el tiempo.
- Ser capaz de proponer objetivos posibles de cumplir.
- Aprender a distribuir tareas en el tiempo.
- Saber organizarse.
- Adquirir responsabilidades y cumplir con los compromisos adquiridos.

## CURSO

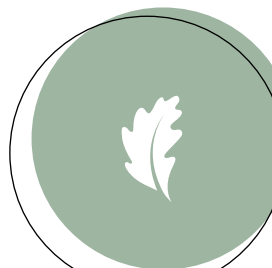
4º ESO

## ADQUISICIÓN DE LA COMPETENCIA

Para adquirir esta competencia será necesario desarrollar un plan de actuación, obtener toda la información relevante para conseguir los objetivos, prever posibles acciones y problemas futuros, diferenciar entre lo urgente y lo importante, saber renunciar a algunas actividades, establecer controles para el mejor desarrollo de las tareas o revisar periódicamente las tareas y logros obtenidos y por obtener.



INICIO



# PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO 2

## DINÁMICA PARA TRABAJAR LA COMPETENCIA

La comodidad de que me lo organicen todo

### DESCRIPCIÓN

La dinámica se plantea por grupos de 4-5 alumnos/as y tiene como objetivo conocer otras formas de organizar las tareas y el tiempo. Se plantea la realización de una agenda semanal pensada para una persona de 4º ESO, comenzando por enumerar las actividades que realizan semanalmente (clase, descansar, estudios, actividades extraescolares, salidas de fines de semana, etc.), así como los objetivos planteados para cada actividad (estudios-aprobar, salidas-divertirse, extraescolares-deporte y salud, etc.). A continuación se elabora la agenda, distribuyendo las horas de cada día de la semana de 2 en 2.

Al acabar se expondrá y debatirá la agenda de cada grupo explicando sus decisiones. Así mismo deberán cuantificar las horas semanales destinadas a cada actividad (descansar, colegio, estudiar, amigos, salidas, etc.) y plantear si con esas horas semanales cumplen los objetivos. Si no los consiguieran, explicar a qué actividad renunciarían en parte o en todo para conseguir los objetivos.

### ESTIMACIÓN TEMPORAL

1 hora.

### MATERIAL NECESARIO

Folios y/u ordenadores.

### INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participación del alumnado.
- Objetividad en la distribución de sus tareas.
- Reconocimiento de buena y mala gestión del tiempo.
- Soluciones aportadas a los "ladrones del tiempo".
- Supervisión de la persona orientadora.
- Opinión del alumnado sobre la actividad.



