

LO DEJO TODO PARA EL FINAL.



Objetivos:

1. Promover la toma de conciencia acerca de la propia organización y planificación del estudio.
2. Detectar los propios errores en ese sentido.
3. Adoptar compromisos de mejora y cambio.

Propuesta de desarrollo de la sesión:

1. PRESENTACIÓN.
 - Explicamos que vamos a ver un vídeo. Habla de la Procrastinación.
 - ¿Qué significa o creen que significa? ¿Han oído hablar de ello?
 - Animamos a que imaginen, que inventen. Todo vale. Podemos tomar nota de sus explicaciones en la pizarra
 - Damos la definición: Tendencia a retrasar o post-poner la realización de una actividad.
 - YOUTUBE: <https://www.youtube.com/watch?v=KHeVom8kDk4>
2. DURANTE EL VÍDEO:
 - El alumnado ha de señalar los ejemplos de “dejarlo todo para el final” que observe en el vídeo.
 - Pondremos ejemplos personales en los que hayamos vivido esta situación: de la vida cotidiana y relacionada con los estudios.
3. ¿Y AHORA QUÈ?
 - Indicar qué hemos aprendido.
 - ¿Se puede luchar contra “el ladrón del tiempo” (procrastinación)?
 - Adoptamos compromisos para hacerlo: pocos, claros, alcanzables. Ej.: uso de la agenda, elaboración de un horario, etc.