

## PROGRAMA Y VENCERÁS

Guillermo Ballenato

**El éxito de la mayoría de los proyectos va precedido de una adecuada planificación. Programar ayuda a mejorar el resultado, a ahorrar esfuerzos y a liberar tiempo.**

Algunas personas evitan programar sus actividades para no sentirse esclavos de su agenda, ni culpables cuando no las cumplen, o bien por dejadez. Sin embargo, sin planificar es difícil obtener resultados.

Cualquier objetivo se logra a través de actividades y éstas requieren tiempo. Una buena planificación es clave para sacar adelante cualquier proyecto. Hasta para ir de excursión un fin de semana hay que planificar -ruta, transporte, horario, lugares para visitar...-.

En el ámbito académico, programar el estudio permite optimizar el resultado, reducir el esfuerzo necesario y disponer de más tiempo libre. Es preciso hacer primero un plan de trabajo y después el trabajo que figura en el plan. La agenda es un gran aliado del estudiante: permite dividir un proyecto de envergadura en partes más fáciles de abordar, reduce olvidos, incrementa el control y el compromiso con la tarea, fortalece el hábito de estudio, motiva.

Muchos estudiantes están más agotados por lo que tienen pendiente de hacer -y por la ansiedad que genera desconocer cuándo lo van a hacer-, que por lo que han hecho o ya han planificado. Poner sobre el papel las tareas supone una descarga psicológica de trabajo.

### La programación semanal

Para cada día de la semana, dividir la jornada en periodos de media hora. Establecer y separar cinco bloques: clases, trabajo, varios, estudio, ocio. Sumar las horas diarias de estudio y el total semanal. Ponderar las asignaturas -de 1 a 10- por varios criterios: importancia, dificultad, extensión, examen. Asignarles tiempos.

#### Ejemplo de asignación de tiempos a las materias

Materia	Criterio				Punt.	Tiempo (*)
	Imp.	Difi.	Ext.	Exa.		
U	6	4	6	7	23	5,2 / 5 h.
V	7	5	7	7	26	5,9 / 6 h.
W	5	3	4	5	17	3,8 / 4 h.
X	9	2	6	9	26	5,9 / 6 h.
Y	8	6	6	5	25	5,6 / 5,5 h.
Z	2	2	1	2	7	1,6 / 1,5 h.

Total 124 28

(\*) (Tiempo total semanal de estudio · Puntuación de la materia) / Puntuación total.

### Consejos

- Planificar al iniciar el cuatrimestre.
- Marcar fechas de examen, trabajo.
- Elaborar la programación semanal.
- Hacerla realista pero ambiciosa.
- Dejar un margen para imprevistos.
- Revisarla y reajustarla a diario.
- Hacer la lista de tareas y priorizar.
- Llevar el estudio y las tareas al día.
- Reservar tiempo para el ocio.
- Cumplir lo programado.