MI PLAN MENSUAL

Mes: _____ | Mi gran meta: _____

Mis 3 objetivos del mes

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Materiales y recursos

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Calendario del mes

L	M	X	J	V	S	D

Seguimiento de las cuatro semanas

Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4

Fechas clave y repasos

Anota examen y repasos previos

Balance del mes: lo que aprendí y lo que mejoraré

MI PLAN SEMANAL

Semana del _____ al _____ | Mi objetivo: _____

Mis 3 objtivos principales

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Antes de empezar necesito conseguir

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Mi agenda de tarde · lunes a domingo

	Bloque 1	Bloque 2	Descanso / ocio
LUNES			
MARTES			
MIÉRCOLES			
JUEVES			
VIERNES			
SÁBADO			
DOMINGO			

Mi contador de Pomodoros · 25 min = 1 círculo

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Exámenes y entregas a la vista

Fecha · Asignatura · Primer repaso

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Cierre de semana: ¿qué ha funcionado? ¿qué voy a cambiar?

_____

_____

_____