Planifícate con Arte

Planifica tu meta para conseguir aquello que quieres

PLAN DE ACCIÓN

AÑO 2023

Enero

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Febrero

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

Marzo

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Abril

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Mayo

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Junio

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Julio

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Agosto

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Septiembre

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Octubre

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Noviembre

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Diciembre

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AÑO 2024

Enero

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Febrero

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

Marzo

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Abril

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Mayo

L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Junio

L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Julio

L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Agosto

L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Septiembre

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Octubre

L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Noviembre

L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Diciembre

L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

PLANIFICACIÓN DE MI AÑO

ENERO	FEBRERO	MARZO
ABRIL	MAYO	JUNIO
JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE
OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE

PLANIFICACIÓN TRIMESTRAL

TRIMESTRE 1

ENERO	FEBRERO	MARZO

TRIMESTRE 2

ABRIL	MAYO	JUNIO

TRIMESTRE 3

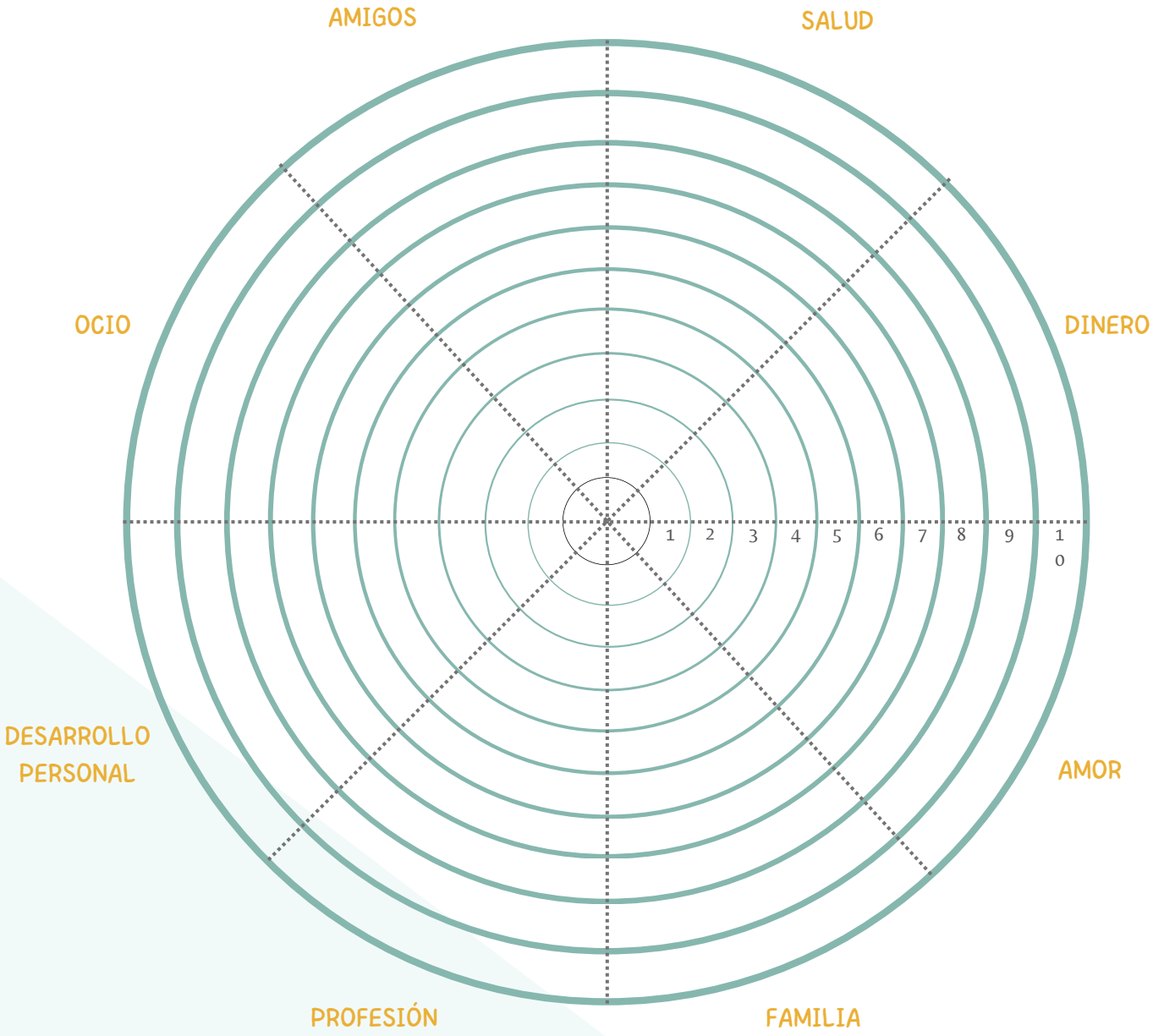
JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE

TRIMESTRE 4

OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE

MI RUEDA DE LA VIDA

Rellena esta herramienta de autoanálisis de las distintas áreas que componen tu vida para saber el grado de desarrollo que has logrado en cada una de ellas. Eso te ayudará a saber de forma clara qué es lo que debes mejorar para tener una vida más plena.



ÁREAS CON **MAYOR** PUNTUACIÓN

ÁREAS CON **MENOR** PUNTUACIÓN

DEFINIENDO MI META

La meta en la que me voy a enfocar y que voy a cumplir este año es:

.....

S →

OBJETIVO CONCRETO Y ESPECÍFICO

M →

¿COMO LO VOY A MEDIR?

A →

REALISTA Y RAZONABLE

R →

QUE SEA IMPORTANTE PARA MI

T →

FECHA LÍMITE PARA CUMPLIR MI OBJETIVO

MI PLAN DE ACCIÓN

MI OBJETIVO

¿POR QUÉ LO QUIERO CUMPLIR?

FECHA

INICIO

FIN

¿QUÉ TENGO QUE HACER PARA LOGRARLO?

MI PROGRESO

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

20%

40%

60%

80%

100%

MI RECOMPENSA

MI PLANIFICACIÓN SEMANAL

Semana del al	Mes:

Prioridades de la semana

IMPORTANTE

NOTAS

Lunes	
Martes	
Miércoles	
Jueves	
Viernes	
Sábado	
Domingo	

MI PLAN DE ACCIÓN DIARIO

Fecha: L M X J V S D

PRIORIDADES DEL DÍA

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

TAREAS POR HACER

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

MI HORARIO

08.00AM _____

09.00AM _____

10.00AM _____

11.00AM _____

12.00PM _____

01.00PM _____

02.00PM _____

03.00PM _____

04.00PM _____

05.00PM _____

06.00PM _____

07.00PM _____

¿QUÉ PASO DARÉ HOY PARA ACERCARME A MI META?

REFLEXIÓN DEL DÍA

NOTAS

PREVISIÓN DE OBSTÁCULOS

POSIBLES OBSTÁCULOS



POSIBLES SOLUCIONES



A lo largo de nuestro camino hacia esa meta que nos hemos marcado es posible que nos aparezcan obstáculos e imprevistos con los que no contábamos en un principio. Tenerlos en cuenta y saber cómo lo vamos a afrontar, será el primer paso para darle una pronta solución y así poder seguir caminando.

EVALUACIÓN

¿HE CUMPLIDO LA META QUE ME HE PROPUESTO PARA ESTE AÑO?

¿QUÉ HA SIDO LO QUE MÁS ME HA COSTADO LOGRAR?

MI MAYOR LOGRO DEL AÑO HA SIDO...

¿QUE LECCIONES HE APRENDIDO DURANTE ESTE AÑO?

¿QUÉ HARÉ EL AÑO QUE VIENE DIFERENTE PARA CONSEGUIR LO QUE ME PROPONGA?

Mis mejores momentos del año han sido....



Planifícate con Arte

La Revolución de la Planificación