

EJEMPLO DE HORARIO

Este es el horario de Cameron, un estudiante de último año de secundaria que juega baloncesto y tiene un trabajo de medio tiempo.

	Lunes
6:30-7:00a	Levantarse, desayunar
7:00-7:30a	Alistarse, preparar el almuerzo, conducir a la escuela
7:45-2:45p	Escuela (incluye clases, periodos entre clases y almuerzo)
3:00-3:30p	Tiempo de transición (regreso a casa, merienda, mensajes)
3:30-4:30p	Bloque de tarea: Matemáticas (Cálculo, ejercicios 1–15)
4:30-5:00p	Descanso (caminar, ver el celular, lo que sea)
5:00-6:00p	Reunión del comité del anuario (escuela)
6:15-7:00p	Cena con la familia
7:00-8:00p	Bloque de tarea: Cálculo (terminar ejercicios 16–30) + repasar apuntes
8:00-9:00p	Tiempo flexible (leer inglés, avanzar en algo o descansar si Cálculo se extiende)
9:00-10:00p	Tiempo con amigos (mensajes, llamadas, juegos en línea)
10:00-10:30p	Desconexión (ducha, prepararse para dormir, preparar la mochila del día siguiente)
10:30p	A dormir (meta: 8 horas de sueño)

	Martes
6:30-7:00a	Levantarse, desayunar
7:00-7:30a	Alistarse y conducir a la escuela
7:45-2:45p	Escuela (incluye clases, periodos entre clases y almuerzo)
3:00-5:30p	TRABAJO (empleo de medio tiempo en Target)
5:45-6:30p	Cena (posiblemente algo sencillo o de lo que sobró)
6:30-7:30p	Bloque de tarea: Lectura de inglés (capítulos 3–4)
7:30-8:00p	Tiempo de descanso (pausa mental, snack)
8:00-9:00p	Bloque de tarea: Solicitud universitaria – borrador del ensayo “¿Por qué esta carrera?” (solo ideas, sin pulir)
9:00-9:30p	Bloque de tarea: Tarjetas de vocabulario de español (examen el viernes)
9:30-10:00p	Tiempo social realista (probablemente mensajes mientras hago otras cosas)
10:00-10:30p	Tiempo de relajación
10:30p	Luces apagadas / hora de dormir

Debido a la salida temprana en la escuela de Cameron el miércoles, la última campana suena a las 12:15. ¿Cómo planificarías su horario para ese día? Usa los horarios de los días anteriores como modelo. La escuela es de 7:45 a 12:15, y después se reunirá con amigos en Chipotle Mexican Grill después de clases. También necesita trabajar en un ensayo para su clase de historia y estudiar vocabulario de español. La práctica de baloncesto es de 4:00 a 5:30 p. m.

	Miércoles
6 AM	
7 AM	
8 AM	
9 AM	
10 AM	
11 AM	
12 PM	
1 PM	
2 PM	
3 PM	
4 PM	Práctica de baloncesto
5 PM	
6 PM	
7 PM	
8 PM	
9 PM	
10 PM	
11 PM	