

Matriz de Eisenhower

Plantilla + Guía para Estudiantes 2026

Organiza tu tiempo · Deja de procrastinar · Alcanza tus metas

↑
IMPORTANCIA

Q1 HAZLO AHORA	Q2 PLANIFÍCALO
Q3 DELÉGALO	Q4 ELIMÍNALO

→
URGENCIA

75% de estudiantes procrastinan — ¡cambia eso!

¿Qué incluye este recurso?

- ✓ Plantilla completa imprimible (p. 2)
- ✓ Los 4 cuadrantes con espacio para tus tareas
- ✓ Checklist semanal de productividad (p. 3)
- ✓ Casillas y líneas para completar
- ✓ Reflexión semanal guiada

COMO USAR ESTE RECURSO

1. Imprime o guarda el PDF en tu dispositivo.
2. Llena los cuadrantes con tus tareas de la semana.
3. Revisa y actualiza cada domingo.

CONSEJO: El éxito no es hacer más cosas, sino hacer las correctas en el momento correcto.
Empieza por identificar tu Cuadrante 2 — ahí vive tu mayor potencial.

Semana del: _____ al _____

NO IMPORTANTE

Checklist Semanal de Productividad

Completa este checklist cada domingo para planificar tu semana con enfoque

Q1 - HAZLO AHORA (urgente + importante)

☐

☐

☐

☐

☐

Q2 - PLANIFICALO (importante, no urgente)

☐

☐

☐

☐

☐

Q3 - DELEGALO (urgente, no importante)

☐

☐

☐

☐

Q4 - ELIMINALO (no urgente, no importante)

☐

☐

☐

☐

Q1: Actua hoy

Q2: Agenda tiempo

Q3: Delega

Q4: Elimina

Reflexion Semanal

Mi mayor logro esta semana:

Tarea del Q2 que descuide:

Horas perdidas en Q4:

Mi meta de la proxima semana:

CONSEJO MEXTUDIA:

El Cuadrante 2 es el más rentable. Agenda tiempo fijo para él cada semana antes de que se vuelva urgente.