

Responsabilità Giorno 3 • Connessione personale

RAK Definizione: La responsabilità è essere affidabile per fare le cose che ci si aspetta o che ti vengono richieste.

In questa lezione gli studenti esamineranno la responsabilità attraverso la lente di qualcosa con cui tutti lottiamo, la procrastinazione.

Obiettivi settimanali

Gli studenti:

- ☐ Analizzare le responsabilità personali e aziendali.
- ☐ Valuta la loro comunità attraverso la lente della responsabilità.

Risorse / Materiali

- ☐ **VIDEO:** [Nella mente di un maestro procrastinatore | Tim Urbano](#)

Rifletti / Valuta

Prodotti finali:

- ☐ Punti di partecipazione giornalieri
- ☐ **Voce diario di responsabilità:**
Qual è qualcosa che sabotò il mio tempo e mi fa venire voglia di procrastinare? Cosa posso fare per prepararmi al successo quando si tratta di fare cose che non voglio davvero fare?

Condividere

Iniziatori di discussioni:

La procrastinazione è quando rimandiamo a fare le cose che sono richieste o che ci si aspetta da noi.

- Trovi facile portare a termine le cose che ci si aspetta o che ti vengono richieste, o ti ritrovi a procrastinarle o rimandarle?
- Cosa succede quando procrastiniamo?
- Perché pensi che le persone procrastinino quando sanno di avere delle cose da fare?



Ispirare

Orologio: [Nella mente di un maestro procrastinatore | Tim Urbano](#)



Discussione di gruppo numeroso:

- Cosa ne pensi dell'analogia dell'oratore? Hai già sperimentato la "scimmia della gratificazione istantanea" o il "mostro del panico"?

Potenziare

Guida gli studenti attraverso strategie che possono aiutarli a gestire meglio il loro tempo. Invita gli studenti a condividere ciò che fanno per gestire il loro tempo e il loro programma. Quindi aggiungi questi all'elenco:

- [La tecnica del pomodoro](#)
- [Prova app che aiutano a monitorare la produttività come 30/30](#)
- [Conduci una verifica del tempo per vedere dove va effettivamente il tuo tempo](#)
- [Crea una Eisenhower Box per dare priorità alle tue attività](#)



Chiedi agli studenti di esercitarsi **un**odi queste strategie per la prossima settimana e riportarne i risultati.