

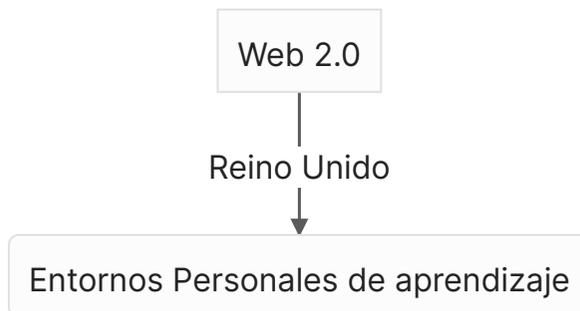
2022-12-16 Presentación Obsidian

¡OLÉ tu PLE! 🦁

OLE y PLE

- [Organizational Learning Environment](#)
- [Personal Learning Environment](#)

Algo de contexto

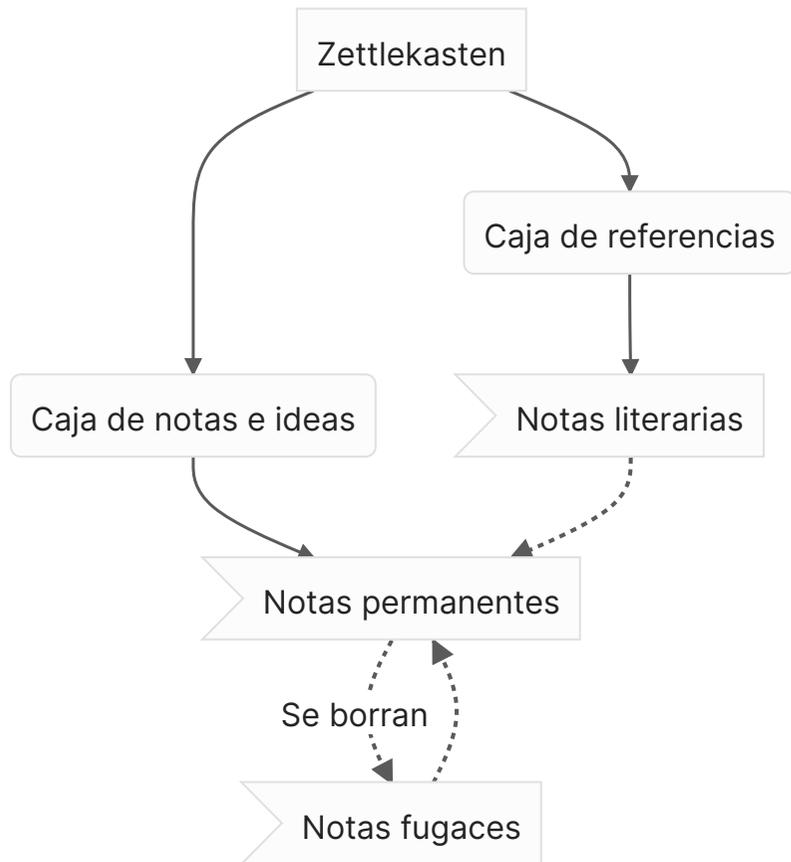


2001	2004	2010	2012
Origen término PLE	1ªVez PLE congreso científico	PLE Conference Barcelona	Consenso concepto PLE
Proyecto NIMLE	Financiación JISC	PLE como eje de otros temas	PLE como catalizador

Enfoque visionario

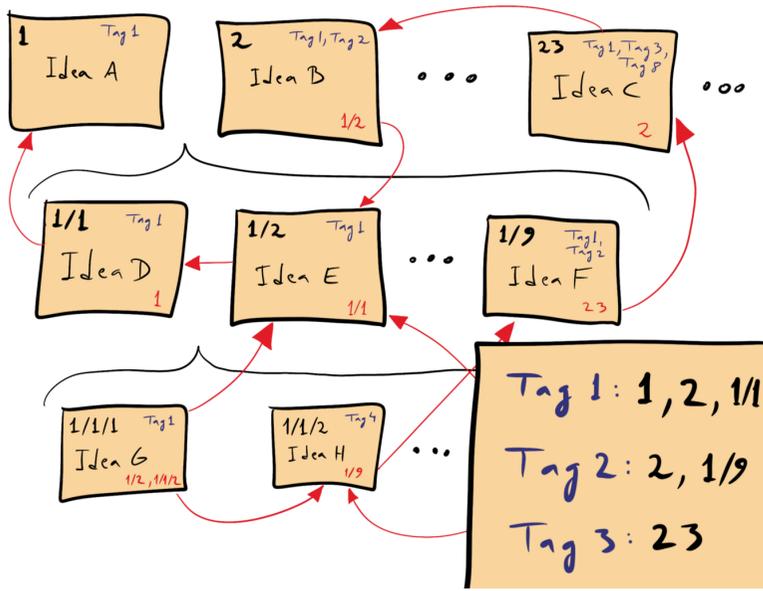
- [Zettelkasten](#)
 - [Conrad von Gesner](#) (1516-1656)
 - [Johann Jacob Moser](#) (1701-1785)
 - [Niklas Luhmann](#) (1927-1998)
-

Funcionamiento básico



La parte difícil

Almacena tus notas 🗒️



fuentes: wikipedia

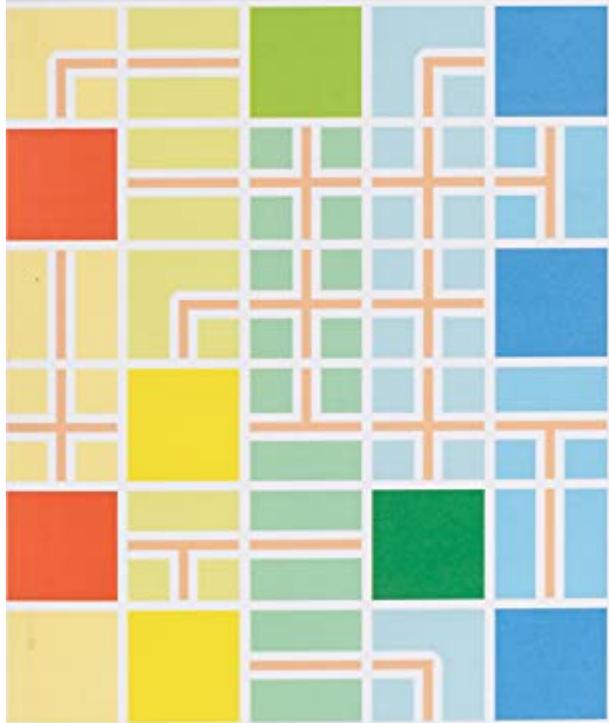
📅 Idea principal

"Con una caja de notas nunca te enfrentarás a una verdadera página en blanco"

Explicado en profundidad en ...

How to Take Smart Notes

One Simple Technique to Boost Writing,
Learning and Thinking – for Students,
Academics and Nonfiction Book Writers



Sönke Ahrens

Conceptos relacionados

- [Second Brain](#)
 - [Digital Gardening](#)
 - [Evergreen notes](#)
 - [PKM](#) → [KW](#)
-

Mucho singermorning

▶ 0:00 / 2:04



Con tus propias palabras



[Corte Emilio Lledó 2:00-3:05 y de 4:35 a 6:00](#)

Implementaciones actuales

Mediante software

Escogemos [Obsidian](#), pero hay otros:

- [Roam Research](#)
- [Org Roam](#)
- [Tiddlywiki](#)
- [RemNote](#)
- [logseq](#)

En obsidian

Cómo organizar mi knowledge work

The Obsidian graph for creativity

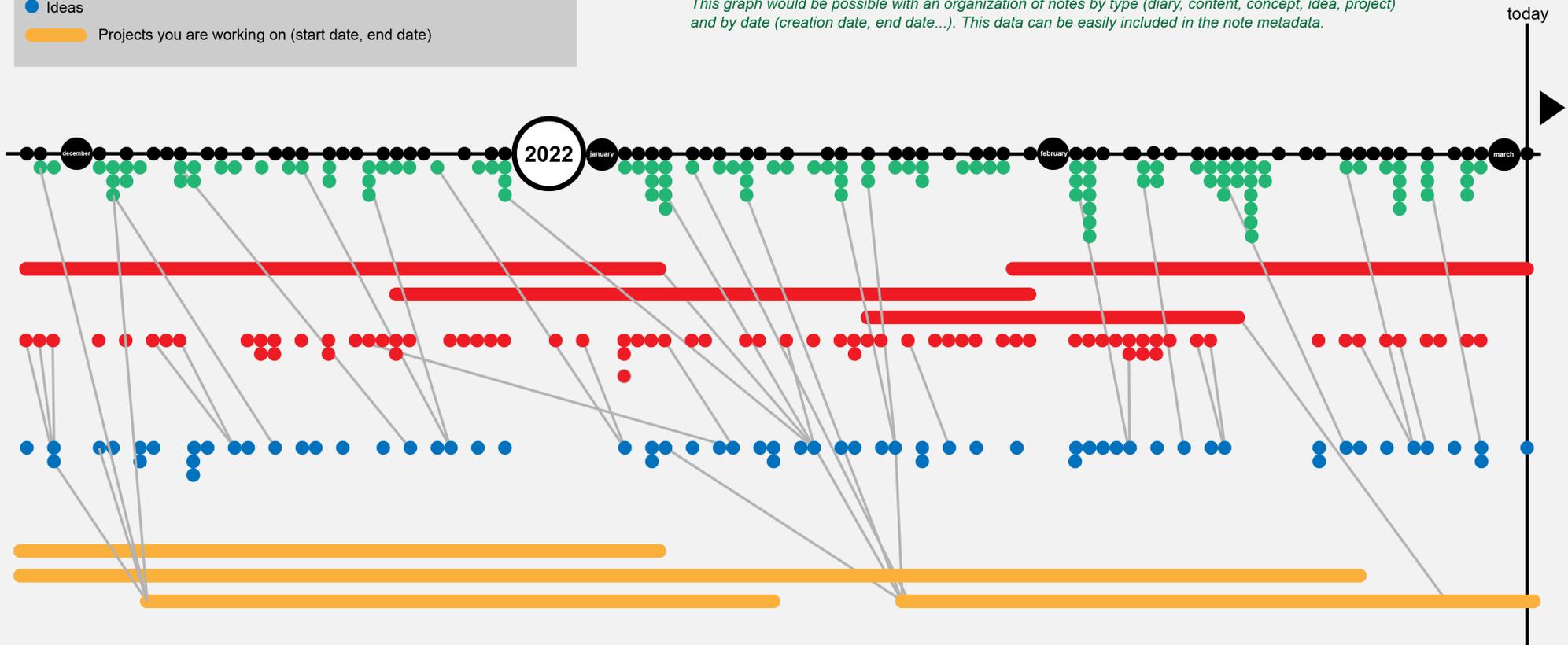
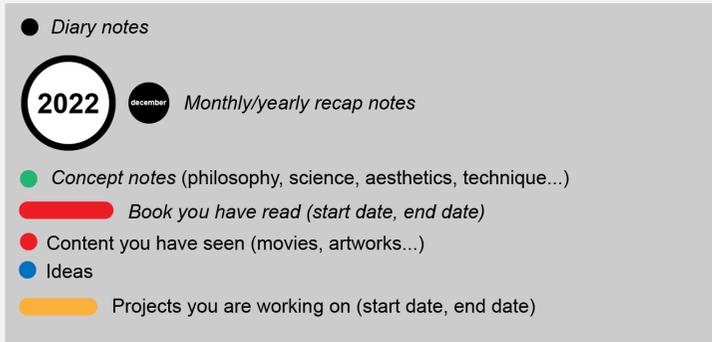
Time-based graph for idea and project management.

by Paul Caillard

Ideas and projects are linked to their references, which can be either content you have read/seen (movies, books, artworks...) or concepts (philosophy, science, aesthetics, technique...).

It is thus possible to go back to the source of a project; to observe the continuity of your work.

This graph would be possible with an organization of notes by type (diary, content, concept, idea, project) and by date (creation date, end date...). This data can be easily included in the note metadata.



Manos a la obra

- Creamos notas con etiquetas
 - Las unimos
 - Las filtramos
 - Insertamos una búsqueda en una nota
 - Mostramos el gráfico que se genera
 - Creamos plantillas
 - Con Plugins
 - [Calendar](#)
 - [hypótesis](#)
 - [kindle](#)
 - [plugin de repetición espaciada](#)
-

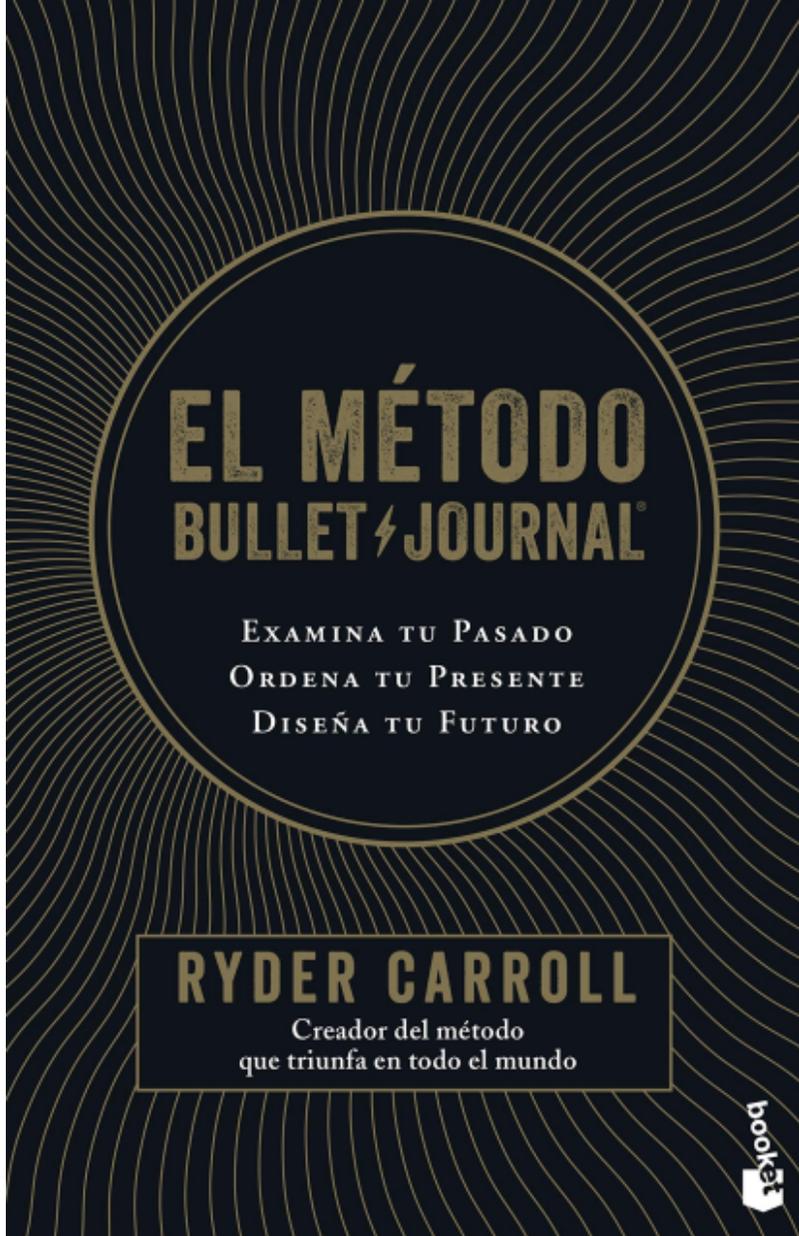
Innovación con tecnología

¿Para qué la estamos usando?

En papel

... además del Zettlekasten que ya hemos visto

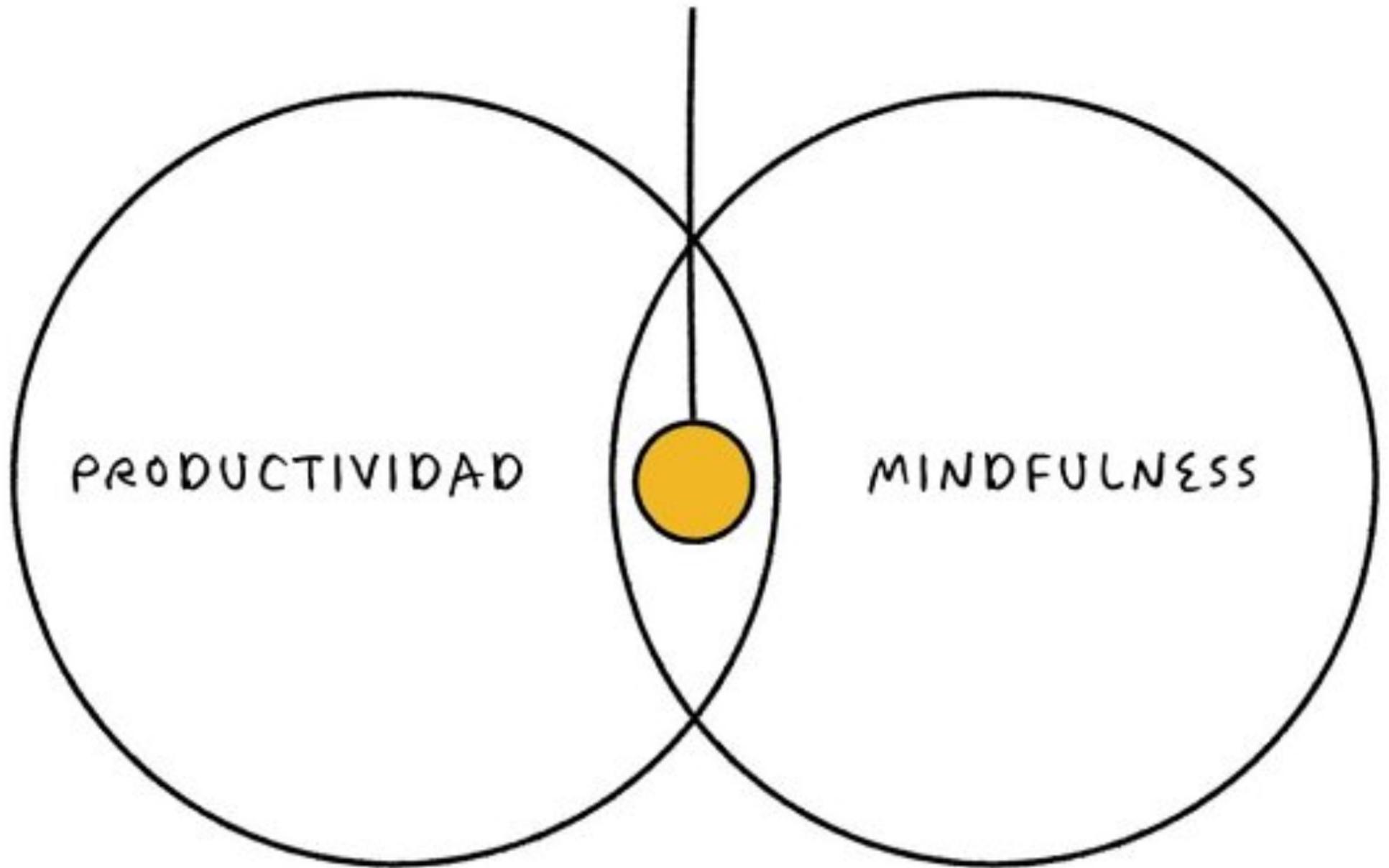
El método Bullet Journal



Dejemos de posponer cosas. Hagamos un balance vital a diario... Quien da a diario los toques finales a su vida nunca precisa tiempo.

SÉNECA, Cartas a Lucilio

INTENCIONALIDAD

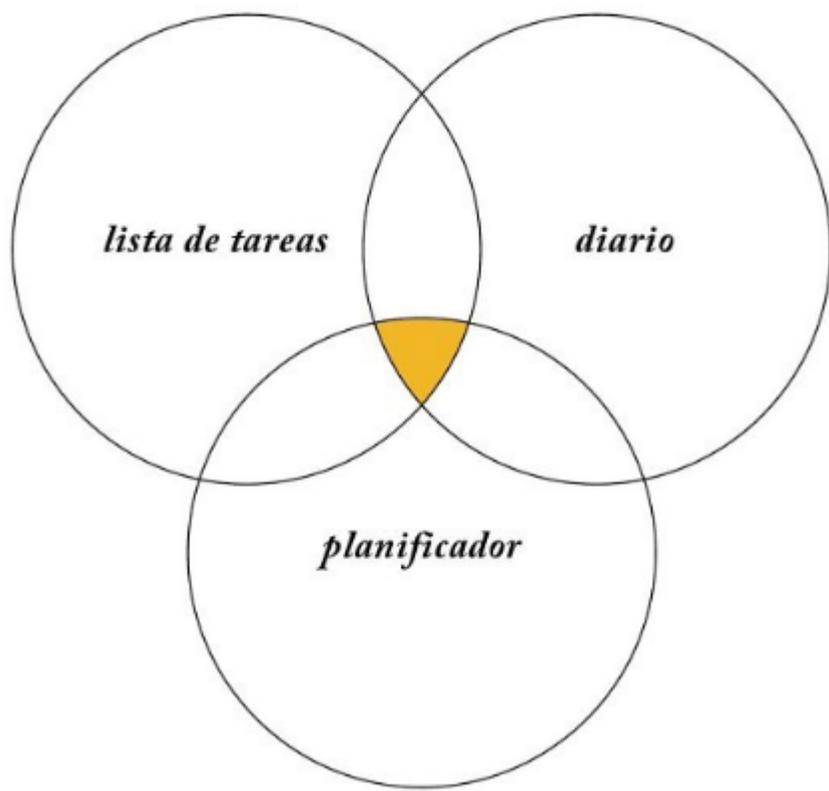


PRODUCTIVIDAD

MINDFULNESS

Si intencionalidad significa actuar según las propias creencias, entonces lo opuesto sería funcionar con el piloto automático puesto. En otras palabras, ¿sabes por qué haces lo que haces? — location: [407](#)





CONCEPTOS CLAVES

ÍNDICE

Se usa para localizar el contenido del Bullet Journal mediante los temas y los números de página.

ÍNDICE	ÍNDICE
Registro Futuro: 5-8	
Enero: 9-	
Registro de gimnasio: 13-16	
1	2

REGISTRO FUTURO

Se usa para almacenar tareas futuras y actividades que caen fuera del mes en curso.

REGISTRO FUTURO	REGISTRO FUTURO
Feb	May
Mar	Jun
Abr	Jul
5	6

REGISTRO MENSUAL

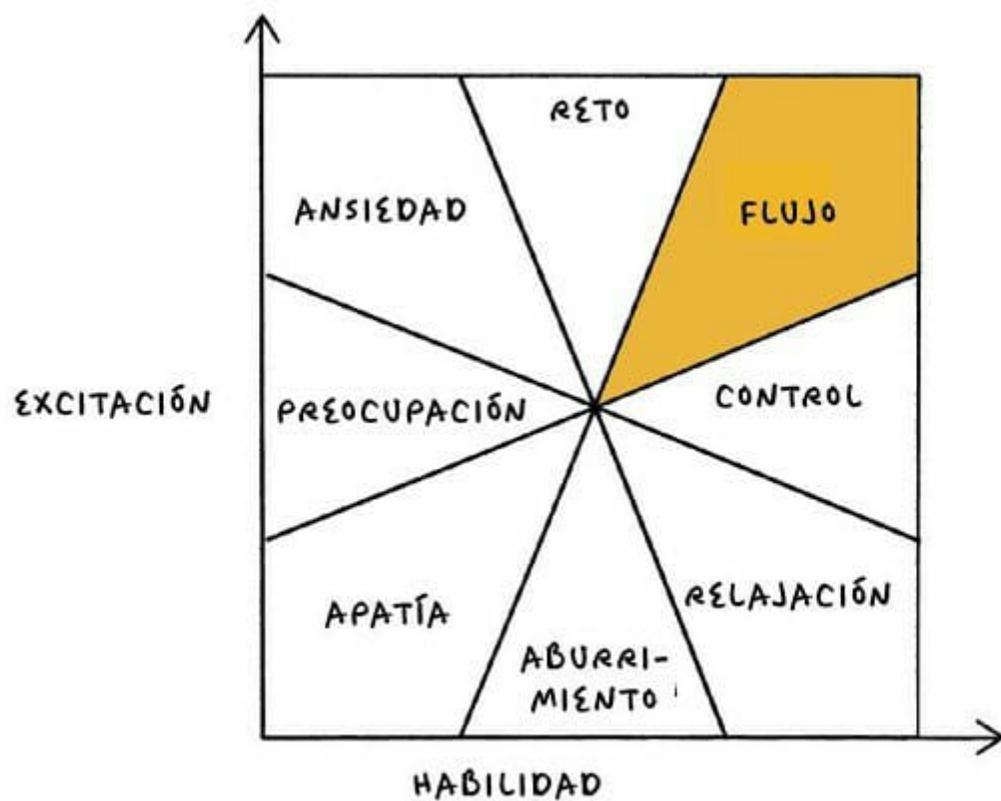
Proporciona una visión de conjunto del tiempo y las tareas del mes en curso. También funciona como tu inventario mental mensual.

ENERO	ENERO
L1	• Donar ropa
M2	• Planificar viaje
X3	• Copia de seguridad web
J4	• Dentista
V5	• Guardería
S6	
D7	
9	10

REGISTRO DIARIO

Sirve como cajón de sastre para el registro rápido de tus pensamientos durante el día.

01.01.LU	02.01.MA
• Donar ropa	• Tim: llamar
• ¡Ascenso!	• Yoga: cancelar
x Copia de seguridad web	- Oficina cierra viernes
- Visita de Jen mañana	• Fiesta de Brit
• Libro guardería	
11	12



basado en la obra del doctor Mihaly Csikszentmihalyi

CONCEPTOS CLAVES

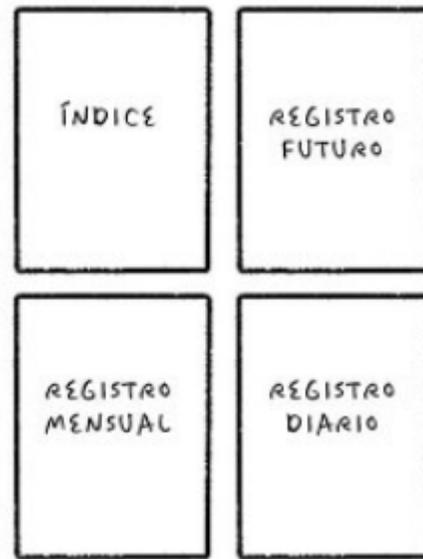
REGISTROS RÁPIDOS

Mediante anotaciones resumidas y símbolos, permiten capturar, categorizar y priorizar rápidamente tus pensamientos en forma de notas, actividades y tareas.

- Nota
- Actividad
- Tarea
- × Tarea completada
- > Tarea migrada
- < Tarea agendada
- ← ~~Tarea irrelevante~~

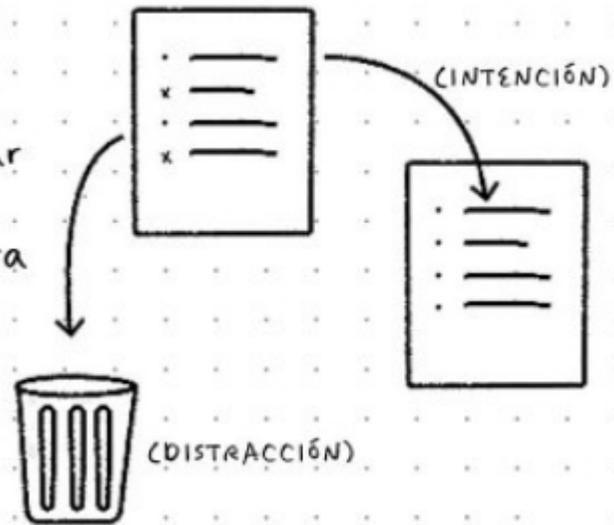
COLECCIONES

Son los bloques de construcción modulares de Bujo. Se usan para almacenar contenido relacionado. Las colecciones claves son el índice, el registro futuro, el registro mensual y el registro diario, pero puedes crear una para hacer un seguimiento de lo que quieras.



MIGRACIÓN

Es el proceso mensual de filtrar el contenido que no aporta sentido y eliminarlo de nuestra libreta.



El método Bullet Journal actúa como un puente entre **nuestras creencias y nuestras acciones** integrándose en el meollo de nuestras vidas. — location: [307](#)

[Disonancia cognitiva](#)

Como el psicólogo Roy F. Baumeister escribió en su libro Willpower: «Da igual lo racionales o rectos que intentemos ser, no podemos tomar decisión tras decisión sin pagar un precio biológico. Es un proceso distinto a la fatiga física, no somos conscientes de estar cansados, pero tenemos poca energía mental».11 Este estado se conoce como fatiga de decisión. En otras palabras, cuantas más decisiones tomas, más difícil es hacerlo bien. — location: [490](#)

Libros interesantes sobre esto:

- [Pensar rápido, pensar despacio - Daniel Kahneman](#)
- [Por qué creemos en mierdas - Ramón Nogueras](#)

Tareas en Obsidian

- Creación
- Gestión
- Visualización
- Con plugins
 - [Dataview Ejemplo](#)
 - [Tracker Ejemplo](#)
 - [Tasks](#)
 - [Todoist](#)

JAMES CLEAR

Hábitos atómicos

CAMBIOS PEQUEÑOS
RESULTADOS EXTRAORDINARIOS

UN MÉTODO SENCILLO Y COMPROBADO PARA CONSTRUIR
HÁBITOS BUENOS Y DESTERRAR LOS MALOS

DIANA

Los hábitos reducen la carga cognitiva y liberan la capacidad mental, lo que permite dedicar la atención consciente a otras tareas. ([802](#))

El verdadero cambio de conducta es un cambio de identidad. Puedes iniciar un hábito porque tienes la motivación para adquirirlo, pero la única razón por la cual lo mantienes y lo cultivas es porque se convierte en parte de tu identidad. (598)

Cuanto más repites una conducta, más refuerzas la identidad asociada con dicha conducta. De hecho, la palabra identidad originalmente se deriva de los términos en latín essentitas, que significa 'ser' o 'existir', e identidem, que significa 'repetidamente'. Tu identidad es, literalmente, la repetición del existir. (646)

<http://etimologias.dechile.net/?identidad>

Cuando te sea posible, evita mezclar el contexto de un hábito con otro. Cuando empiezas a mezclar contextos, empiezas también a mezclar los hábitos —y los más fáciles son los que van a ganar—. Esta es una de las razones por las que la versatilidad de la tecnología moderna es tanto una fuerza como una debilidad. (1454)

Gestionar metadatos cuesta

Usando # bien, pero en el frontmatter ...

Un ejemplo: [Kaizenpedia](#)

Plugins:

- [db folder Canciones](#)
-

Otros plugins potentes

- [Templater](#)
 - [Buttons](#)
 - [Excalidraw](#)
-

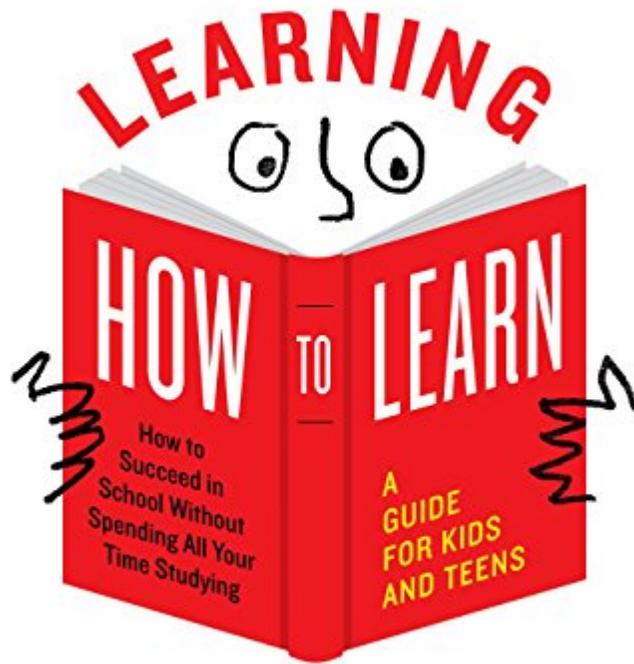
Publicar

- Obsidian Publish - de pago
 - [MindsTone](#)
 - Exportar a html, pdf...
 - ... y muuuuchas otras soluciones
-

¿Probamos logseq?

- Notas diarias
 - Abrimos una carpeta creada con obsidian ¿y la mía?
 - Enlaces
 - Gráficos
 - Tareas
 - Extensiones
 - Exportar a Hugo
-

From the bestselling author of *A Mind for Numbers* and
the creators of the popular online course Learning How to Learn



BARBARA OAKLEY, PhD, AND
TERRENCE SEJNOWSKI, PhD,
WITH ALISTAIR McCONVILLE

-
- Alternar tareas
 - Repaso activo VS Subrayado
 - Dormir lo aprendido
-

¿Cómo aprendemos?

Una aproximación científica al aprendizaje y la enseñanza

Héctor Ruiz Martín



istf International Science Teaching Foundation

GRAÓ

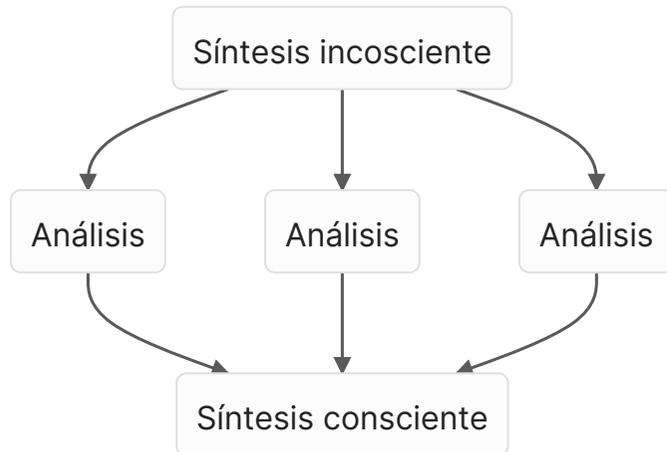


Pablo Garaizar

@PGaraizar Te sigue

- La lectura y escritura en papel favorecen la capacidad de retención y concentración.

Emergencia y Convergencia



Conocimiento tácito -> implícito -> explícito

Fin

Gracias por vuestro tiempo y atención.