



GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO



Objetivos

- Al finalizar el módulo el alumno será capaz de conocer las distintas técnicas para hacer un uso eficaz del tiempo, aprender a planificar las actividades según su urgencia, detectar y evitar los ladrones de tiempo.



Contenido

Tema 1. Introducción y conceptos relacionados con la gestión eficaz del tiempo

1.1. Introducción y conceptos relacionados con la gestión eficaz del tiempo

Tema 2. Los factores de la gestión del tiempo. La duración de las tareas

2.1. Los factores de la gestión del tiempo.

2.2. La duración de las tareas

Tema 3. Factores personales y factores externos en la gestión del tiempo

3.1. Factores personales.

3.2. Factores externos.

Tema 4. Planificación de las tareas personales y de las tareas compartidas

4.1. Tareas personales.

4.2. Tareas compartidas.

Tema 5. Los objetivos de mejora del tiempo. Corrección de las desviaciones de la planificación

5.1. Los objetivos de mejora del tiempo

5.2. Corrección de las desviaciones de la planificación