M163

Gestión del tiempo

A través de una simulación interactiva, se ofrecerán los conocimientos y habilidades básicas para gestionar el tiempo creando un plan de acción adecuado a las propias necesidades y exigencias del desempeño.

Horas:
35 horas

Contenido:

Tema 1. El factor tiempo

- 1.1. Características del factor tiempo
- 1.2. Ladrones de tiempo
- 1.3. Análisis y diagnóstico específico

Tema 2. Aprender a gestionar el tiempo

- 2.1. Establecer los objetivos y las prioridades
- 2.2. Programar el tiempo
- 2.3. Delegar

Tema 3. Consejos prácticos para la gestión eficaz del tiempo

- 3.1. Factores que influyen en la gestión del tiempo
- 3.2. Aplicaciones correctas
- 3.3. La agenda

Tema 4. Simulación de la gestión del tiempo