

---

# PROGRAMA FORMATIVO

## Gestión Eficaz del Tiempo

Código: 0918

➤ **Modalidad: Distancia.**

➤ **Duración: Tipo B**

➤ **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.

➤ **Contenidos:**

Introducción y conceptos relacionados con la gestión eficaz del tiempo

Introducción y conceptos relacionados con la gestión eficaz del tiempo

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

Los factores de la gestión del tiempo.

La duración de las tareas

Factores personales y factores externos en la gestión del tiempo

Factores personales.

Factores externos.

Planificación de las tareas personales y de las tareas compartidas

Tareas personales.

Tareas compartidas.

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

Los objetivos de mejora del tiempo

Corrección de las desviaciones de la planificación