

GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO



	ONLINE		
	Duración: 25 H	Horas presenciales: 0 H	Horas online: 25 H
	Familia: ADMINISTRACIÓN Y GESTIÓN Área: GENERAL PRL		
	Dirigido a: Todas aquellas personas que independientemente de su actividad laboral o situación, quieran aprovechar mejor su tiempo, tanto en el ámbito laboral como personal.		
	Objetivos: El objetivo del presente curso es ser conscientes de la importancia que tiene el tiempo en nuestras vidas y aprender a gestionarlo de la mejor manera posible para nosotros. Al finalizar el curso, seremos capaces de ser eficientes con nuestro bien más preciado, priorizando mucho más nuestras necesidades.		
	Metodología: Metodología basada en la realización de la formación a través de una plataforma de teleformación o e-learning, permitiendo al alumno interactuar con el tutor/a, a través de tutorías personalizadas y otras herramientas como chat, foros, etc., desde un desarrollo planificado y sistematizado de la acción formativa, permitiendo al alumno realizar la formación desde cualquier lugar y a en todas las franjas horarias, evitando así desplazamientos pudiendo conciliar vida familiar y laboral. El contenido se basa en paquetes SCORM, vídeos, actividades, exámenes, etc.		
	Contenidos: El tiempo, introducción. El tiempo en nuestras vidas Autoconocimiento y autoestima Herramientas para la gestión eficaz del tiempo. La gestión del tiempo y las nuevas tecnologías Ladrones del tiempo La organización, los equipos de trabajo y el tiempo Objetivos, planificación y programación		