

FICHA TECNICA DE LA ACCIÓN FORMATIVA

GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO

- **Modalidad:** Distancia.
- **Duración:** 50 horas.
- **Precio:** 190 € bonificación.
- **Material:**
 - Manual “Gestión eficaz del tiempo.”
 - Material Fungible.
 - Tutorías especializadas.
- **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.
 - Los factores de la gestión del tiempo. La duración de las tareas.
 - Factores personales y factores externos en la gestión del tiempo.
 - Planificación de las tareas personales y de las tareas compartidas.
 - Los objetivos de mejora del tiempo. Corrección de las desviaciones de la planificación.