



# CONSENTIDO

consultoría

formaciones diferentes

## Curso de GESTIÓN DEL TIEMPO

### OBJETIVOS

- ☐ Analizar la gestión actual del tiempo
- ☐ Dotar de conocimientos y herramientas necesarias para obtener el máximo rendimiento
- ☐ Conocer y entrenar los factores críticos para la planificación de tareas
- ☐ Aprender a gestionar el tiempo para que sea nuestro aliado

### CONTENIDOS

- ☐ El tiempo como recurso
- ☐ Definición correcta de metas y objetivos
- ☐ El arte de la planificación
- ☐ Fases de la planificación
- ☐ Priorización de tareas: matriz de Eisenhower
- ☐ La agenda como herramienta útil