

ТАЙМ- МЕНЕДЖМЕНТ



**ВИДЫ
СОСТАВЛЯЮЩИЕ
ПРАКТИКА**



ОСНОВЫ

Мотивация

Планирование

Контроль

МОТИВАЦИЯ



- Зачем? Почему? Для чего?
- Хронометраж – сколько времени и чего я делал?
- Игровой анализ ситуации – к чему приводит моя деятельность?

ПЛАНИРОВАНИЕ

Планирование —

ОПТИМАЛЬНОЕ
распределение *ресурсов* для
ДОСТИЖЕНИЯ поставленных
целей, деятельность,
связанная с **ПОСТАНОВКОЙ**
целей (задач) и **ДЕЙСТВИЙ**
в будущем.



ПЛАНИРОВАНИЕ

- СПИСОК ДЕЛ
- ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ
- ПРИОРИТЕТ



БЫВАЕТ:



- **Краткосрочное** (конкретное задание, следующий день)
- **Долгосрочное** (неделя, месяц)
- **Среднесрочное** (год и более)



КОНТРОЛЬ



- НАГЛЯДНО?
- СВОЕВРЕМЕННО?

ЭМБЛЕМА И ДЕВИЗ???

