



ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТОМСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР»



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
программы повышения квалификации
«Управление временем»

Категория слушателей: муниципальные служащие, лица, замещающие муниципальные должности.

Трудоемкость программы: 24 академических часа.

Форма обучения: очная

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего часов	В том числе:			Формы контроля
			лекции	практические, семинары	самостоятельная работа	
1.	Тайм-менеджмент. Понятие, составляющие, принципы	4	1	3		Практическое задание
2.	Эффективное целеполагание и виды планирования	4	1	3		Практическое задание
3.	Механизмы планирования и инструменты тайм-менеджмента	4	2	2		Практическое задание
4.	Личный тайм-менеджмент	4	1	3		Практическое задание
5.	Критерии личной эффективности. Ресурсы времени и хронофаги времени.	4	1	3		Практическое задание
6.	Мотивация в тайм-менеджменте	2	1	1		Практическое задание
7.	Итоговая аттестация	2			2	кейсы
	ИТОГО:	24	7	15	2	зачет

Зам. директора по учебной работе

Д.С. Золотарева