



ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТОМСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР»



УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН программы повышения квалификации «Управление временем»

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

Трудоёмкость программы: 24 академических часа.

Форма обучения: очная

Планируемые результаты обучения

В результате освоения курса слушатель будет:

1. Демонстрировать способность к самообразованию и саморазвитию.
2. Уметь творчески применять в решении практических задач инструменты целеполагания и расстановки приоритетов.
3. Уметь осуществлять учет рабочего времени.
4. Владеть методами организации рабочего времени, рационального применения ресурсов и эффективного взаимодействия с исполнителями и руководителями.

№ 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