



Gestión del tiempo

Formación online • 35 horas de duración

1 crédito ECTS

x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

CARACTERÍSTICAS

X X X X X X X X X X X



Objetivo principal del curso

Capacitar para organizar adecuadamente el propio tiempo y el de los demás, garantizando un correcto desempeño de las tareas asignadas y en los tiempos establecidos.



35 horas • 1 crédito ECTS

Válido en concursos-oposición, traslados, bolsas de contratación, oposiciones y plazas interinas.



Doble titulación:

- Diploma de Aprovechamiento de Femxa.
- Título certificado por la Universidad Nebrija*.



Formación de calidad:

Metodología 100% online y tutor especializado.



X X X X X X X

Formación online (bonificable hasta el 100%)

X X X X X X



TEMARIO

x x x x x

¿Qué **aprenderás**
con nosotros?

1

GESTIÓN DEL TIEMPO

- 1.1. El tiempo y su gestión.
- 1.2. Factores personales que afectan al tiempo.
- 1.3. La influencia de variables externas.
- 1.4. Eficacia y eficiencia en la gestión de nuestro tiempo.
- 1.5. Valoración económica del tiempo.

2

LOS LADRONES DEL TIEMPO Y LOS EFECTOS DE LA FALTA DE TIEMPO

- 2.1. Problemas frecuentes en la administración del tiempo.

3

PROGRAMACIÓN EFICAZ DEL TIEMPO: PRIORIZACIÓN, ORGANIZACIÓN Y CONTROL.

- 3.1. Priorización de tareas: criterios de referencia.
- 3.2. La agenda como herramienta de organización: secciones mínimas.
- 3.3. Control del tiempo. Cómo afrontar los imprevistos.

4

MEJORA EN LA ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO

- 4.1. La delegación.
- 4.2. Reuniones de trabajo.
- 4.3. Trabajo en equipo.
- 4.4. Solución de conflictos.
- 4.5. Trabajo y organización.
- 4.6. Programación del tiempo de trabajo.
- 4.7. El stress laboral.
- 4.8. La conciliación.

5

LOS PLANES DE ACCIÓN.

5.1. El Plan de Acción.

5.2. Las técnicas de planificación: los diagramas de Gantt y Pert.

6

LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS AL SERVICIO DE LA ORGANIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN.

6.1 NNTT y gestión eficaz del tiempo.

6.2 Herramientas informáticas para el trabajo.

6.3 Herramientas internas de gestión.





100% ONLINE. FLEXIBILIDAD

Nuestra **metodología online** está pensada para que tú, como alumno, adquieras un nivel de conocimiento adecuado a tu ocupación profesional. Te ofrecemos un nivel alto de interactividad que sirve de refuerzo al aprendizaje y a la asimilación de la información.

Una vez confirmado el pago, formalizaremos tu matrícula en el curso y, el día del inicio (miércoles o viernes), recibirás un correo electrónico con tus claves de acceso al **Campus Virtual**.

Además, el ritmo y el itinerario didáctico del curso están diseñados para ser conciliados con tus responsabilidades personales y laborales. ¡Tú organizas tu tiempo!

¿Qué te vas a encontrar?

Una vez dentro del Campus, podrás descargar y estudiar el material didáctico, ver videotutoriales explicativos, participar en foros de debate, plantear tus dudas a tu tutor personal, leer documentación complementaria, realizar las actividades o interactuar con otros alumnos.



Fácil de utilizar: no se necesitan conocimientos específicos de informática para realizar el curso. Nuestra plataforma online te guiará paso a paso en todo el proceso de formación.



Tutor personal: resuelve todas tus dudas en directo en horario de tutorías o consulta con tu tutor personal a través de email.



Desde cualquier dispositivo: sin desplazamientos. Estés donde estés, con tus claves de acceso podrás hacer el curso desde cualquier ordenador.



Vídeos y herramientas multimedia: foros, chats, casos prácticos y múltiples vídeos que harán que tu aprendizaje sea mucho más ameno.



Disponible las 24 horas: se puede acceder al curso en cualquier momento del día.



Contenido descargable: el contenido del curso y todo el material complementario está disponible para su descarga.



Soporte técnico: Contarás con el apoyo de un equipo de soporte informático para cualquier necesidad que te pueda surgir.



Tutorías telefónicas: podrás contactar con tu tutor telefónicamente.

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

X X X X X X X X X X X

femxa

CENTRO COLABORADOR



UNIVERSIDAD NEBRIJA



Tel. 900 100 957 | hola@cursosfemxa.es | www.cursosfemxa.es