

12 ПРАВИЛ ЭФФЕКТИВНОГО ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТА

Планируй
не более 10 дел

10

Попроси друга
о помощи

20% дел дают
80% результата

80/20

Быстровыполнимые
задачи делай сразу

Выделяй
важные дела



Мотивируй
себя

Проверяй
актуальность
задач



Не создавай
много
списков

Носи с собой
список задач



Выполняй все
задачи

Учитывай свои
биоритмы



Доводи дело
до конца



КОНТАКТЫ:
3200, г. Бендеры, ул. Курило 2
0-552-5-38-20
<https://16shcool-bendery.ru>



СОГЛАСОВАНО
Директор
МОУ «БСОШ №16»
И.И. Лукаревская
«08» 02 2024 г.



СОГЛАСОВАНО
Руководитель городского
клуба «Молодой учитель»
Т.С. Невская
«08» 02 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ
МУ «УНО
г. Бендеры»
И.И.О. Ткаченко
«09» 02 2024 г.



М.Г. Тымчек
«7» февраля 2024 г.

«Время - это жизнь. Расстратить своё время - значит расстратить свою жизнь. Взять время под контроль - значит овладеть своей жизнью и использовать её наилучшим образом»

Алан Лакейн, ведущий мировой специалист по тайм-менеджменту

Республиканский практико-ориентированный семинар

"Творческий поиск. Самоменеджмент как основа становления молодого специалиста"

Цель: познакомить молодых учителей с методами оптимизации рабочего времени

Дата проведения: 20 февраля 2024 г.

Время: 14-00.

Место: МОУ «БСОШ №16»,
(видеоконференция, платформа
Google Meet)

Участники: педагоги школы, члены
городского клуба «Молодой
учитель», члены
Республиканского клуба
молодых учителей



Время	Содержание работы	Ответственные
13:45 – 14:00	Регистрация участников семинара. Подключение к платформе Google Meet.	Мыца Вадим Иванович, методист-организатор по информатизации образования <i>МОУ «БСОШ №16»</i>
14:00 – 14:05	Открытие семинара. Приветственное слово.	Тымчек Марина Георгиевна, куратор <i>Республиканского клуба молодых учителей</i>
14:05 – 14:30	Мастер класс на тему: <i>«Тайм-менеджмент педагога»</i>	Лукаревская Ирина Ивановна, директор <i>МОУ «БСОШ №16»</i> , руководитель I квалификационной категории Передрий Ирина Олеговна, заместитель директора по УВР, заместитель руководителя I квалификационной категории
14:30 – 14:45	Психологический тренинг на тему: <i>«Стресс - менеджмент»</i>	Фомичева Наталья Николаевна, заместитель директора по ВР
14:45 – 15:10	Презентация опыта работы на тему: <i>«Самоменеджмент учащихся и родителей».</i>	Щербакова Галина Константиновна, заместитель директора по УВР
	Представление опыта работы школы	Вагелюк Владислава Ивановна, молодой специалист, учитель начальных классов Измайлова Екатерина Сергеевна, молодой специалист, учитель начальных классов
15:10 - 15:20	РЕФЛЕКСИЯ	участники семинара
15:20 - 15:30	Подведение итогов семинара	Невская Татьяна Сергеевна, Руководитель городского клуба «Молодой учитель»