

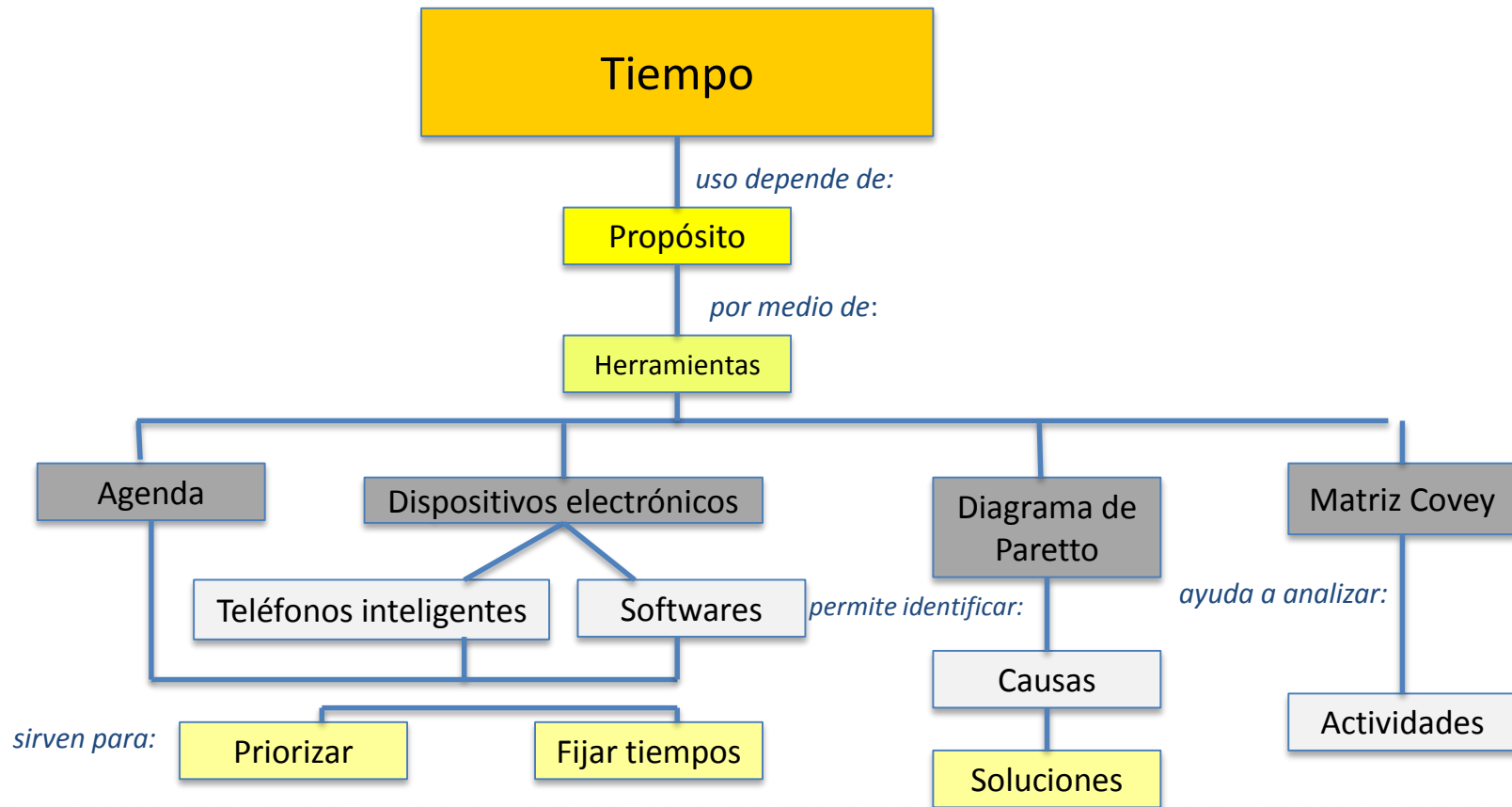


Innovación que transforma vidas.

Curso: La administración del tiempo en mi propósito de vida

Tema 5: Herramientas para la buena administración del tiempo

- Mapa conceptual del tema 5



Tema 5: Herramientas para la buena administración del tiempo

- La administración del tiempo es uno de los **retos** más grandes que enfrenta la sociedad moderna, por ello se recomienda:

Reasignar la cantidad de tiempo dedicado a las actividades de bajo valor para reemplazarlas con actividades de alto valor .

Utilizar herramientas para enfocar mejor tus propósitos.

Administración de agenda

- La agenda es herramienta fundamental para administrar el tiempo.
- Ayuda a organizar y a priorizar las actividades que se realizarán en el día.
- Detalla las actividades a realizar, la hora y el tiempo asignado a cada una.



Matriz de gestión de prioridades de Covey

- El cuadrante de gestión de Covey permite clasificar las actividades urgentes e importantes

	URGENTE	NO URGENTE
I M P O R T A N T E	<p style="text-align: center;">1</p> <p style="text-align: center;">Actividades</p> <p>Crisis Problemas apremiantes Proyectos cuyas fechas vencen.</p> <p style="text-align: center;">Resultados</p> <p>Estrés Agotamiento Administración de crisis Rol bombero: siempre apagando incendios.</p>	<p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">Actividades</p> <p>Prevención Construir relaciones Reconocer nuevas oportunidades Planificación, recreación</p> <p style="text-align: center;">Resultados</p> <p>Visión, perspectiva Equilibrio Disciplina Control Pocas crisis</p>
	N O I M P O R T A N T E	<p style="text-align: center;">3</p> <p style="text-align: center;">Actividades</p> <p>Interrupciones, algunas llamadas Correo, algunos informes Algunas reuniones Cuestiones inmediatas. Actividades populares</p> <p style="text-align: center;">Resultados</p> <p>Concentración en el corto plazo Administración de crisis Carácter de camaleón, atento a la reputación Considera que las metas y planes no valen la pena Se siente impotente, excluido de control Relaciones frágiles o rotas</p>

Matriz de gestión de actividades de Covey

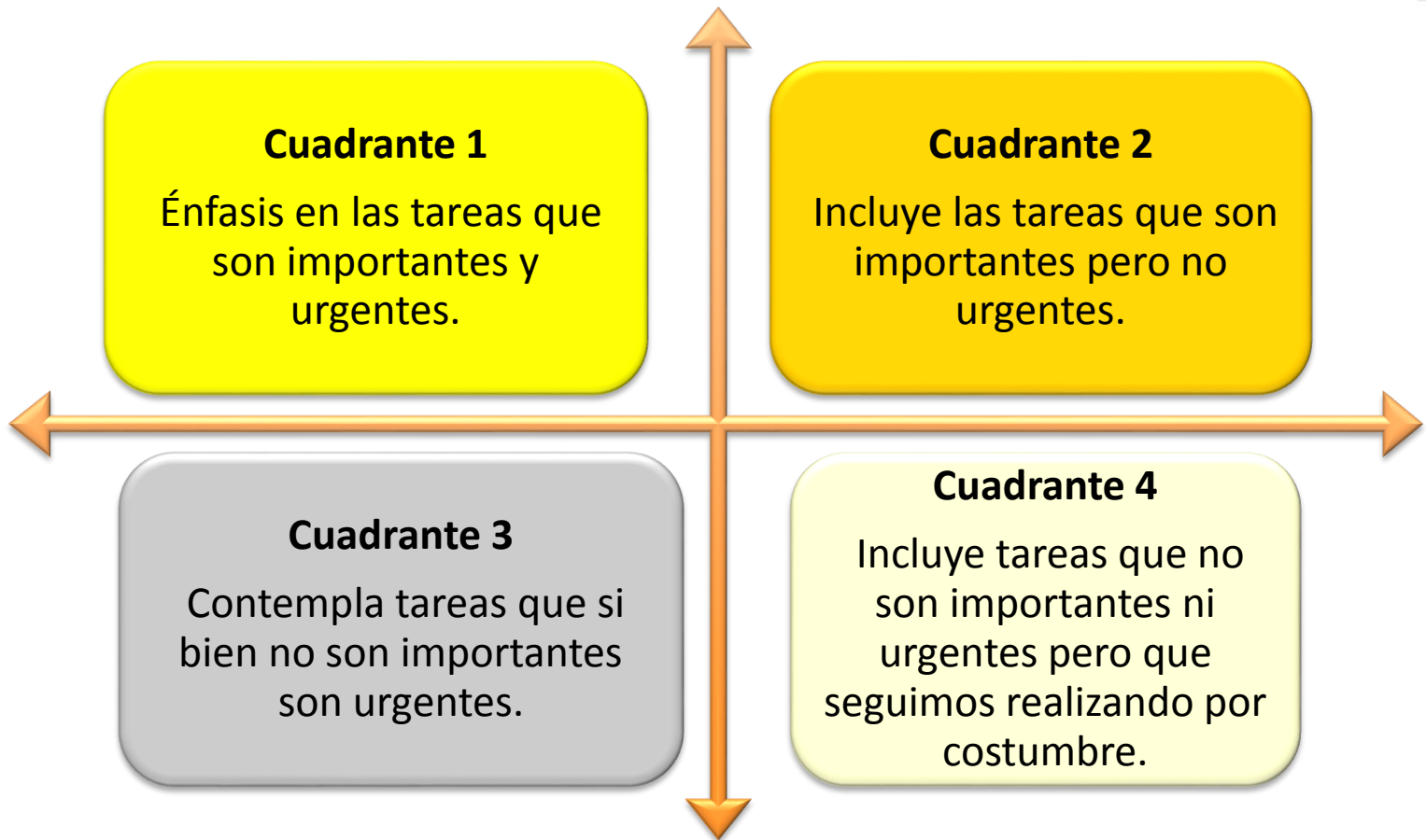


Diagrama de Pareto

- Método de análisis que permite discriminar entre las causas más importantes de un problema y ayuda a tomar decisiones en función de prioridades.

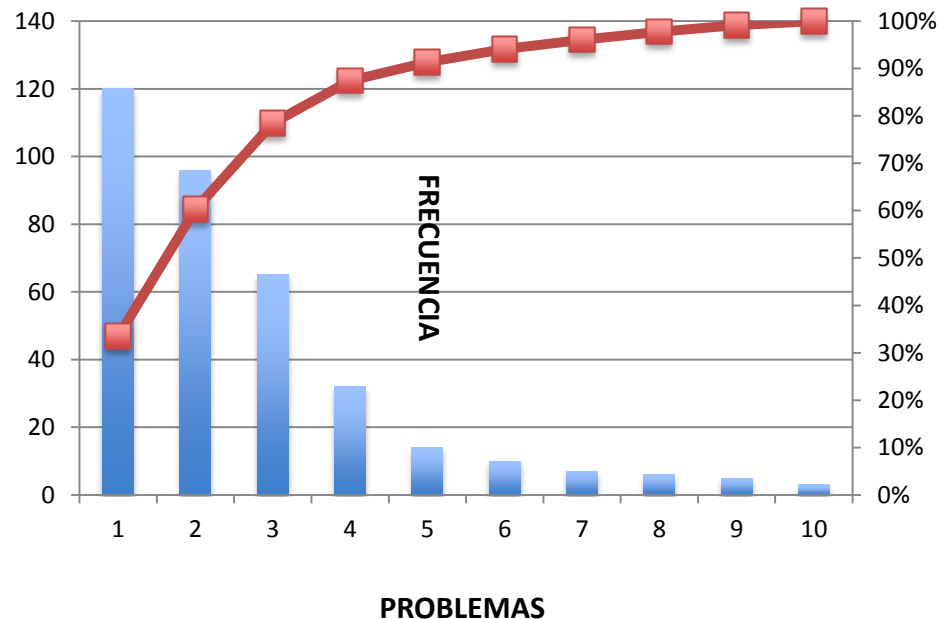
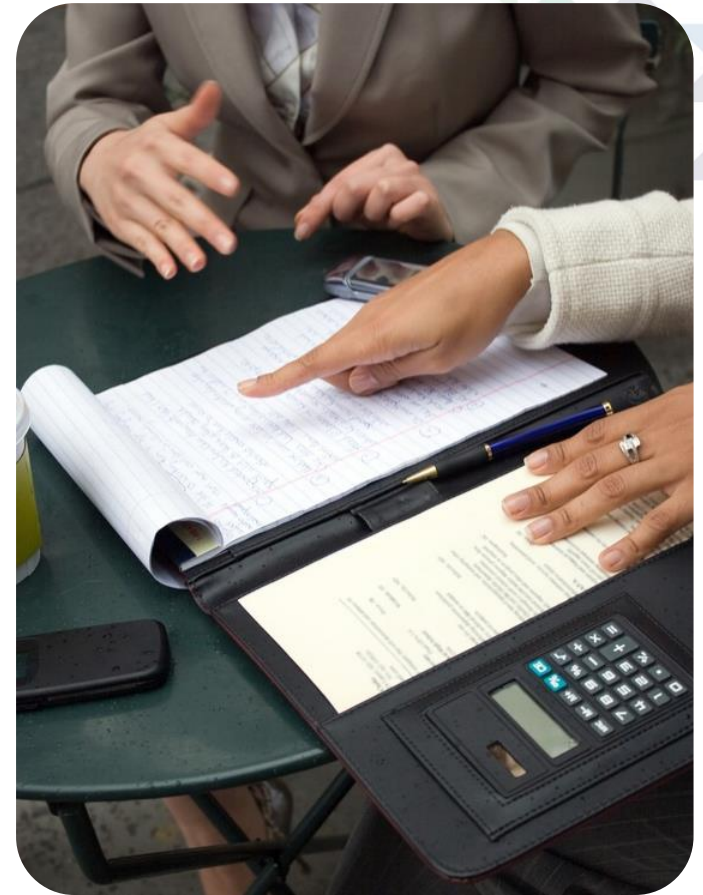


Diagrama de Pareto

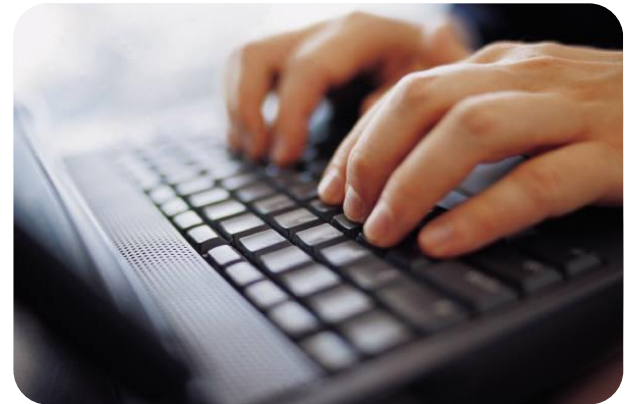
Se utiliza para:

- Conocer cuál es el factor o factores más importantes en un problema.
- Determinar las causas raíz del problema.
- Decidir el objetivo de mejora y los elementos que se deben mejorar.
- Conocer se ha conseguido el efecto deseado.



Herramientas tecnológicas

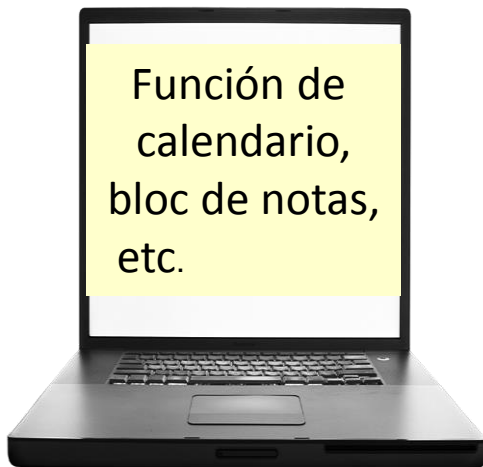
- Hoy en día contamos con herramientas auxiliares para administrar nuestro tiempo:
 - Teléfonos inteligentes
 - Agendas electrónicas
 - Computadoras
 - Software computacionales



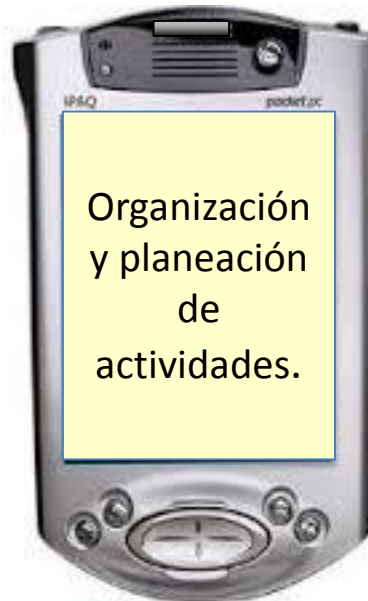
¿Los utilizas de manera eficiente?

Herramientas tecnológicas

- Muchas herramientas tecnológicas cuentan con aplicaciones que nos ayudan a establecer nuestras actividades diarias:



Computadora



Agenda electrónica



Teléfono inteligente

Herramientas tecnológicas

Softwares que tienen funciones auxiliares para administrar el tiempo:

- Excel: Se puede diseñar una tabla para registrar días, horas, actividades a realizar.



- Outlook: Cuenta con funcionalidades como calendario, listas de reunión o distribución.



Créditos

- Experto de contenido: Berenice Aguilar Ibarra
- Diseñador instruccional: Alejandra Laura Govea García
- Diseñador gráfico: Julio César Moreno Salazar
- Programadora: Nancy Zavala Morales
- Administradora del proyecto: Adriana M. González González

Dirección de innovación y educación continua
Campus en línea
Vicerrectoría de Formación ejecutiva
Universidad Tecmilenio

La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACION SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.

El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO.

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.