

## Konspekt zajęć dotyczących „Zasad dobrego planowania czasu”.

- 1) **Burza mózgów** – każdy z uczestników dostaje 3 karteczki na których ma napisać co kojarzy mu się z planowaniem czasu
- 2) **Słoneczko** – na kartce z hasłem „planowanie czasu” układamy w grupy pomysły uczestników tworząc tzw. słoneczko/kwiatek
- 3) **Doting** – na kartce spisujemy najbardziej trafne określenia związane z dobrym planowaniem czasu, następnie każdy może zrobić 2 kropki przy opcji która podoba mu się najbardziej.
- 4) Wytypowanie 3 najtrafniejszych skojarzeń, w odniesieniu do Planowania czasu.
- 5) **Analiza** – każde z wytypowanych skojarzeń jest przełożone na planowanie czasu dla siebie.
- 6) **Tworzymy nasz własny plan na 3 dni**, taki jaki pasowałby nam najbardziej (3 dni z uwagi że ktoś mógłby wpisać w pierwszym że spanie, i by było po zabawie)
- 7) **Przedstawienie naszych planów** – szukanie plusów i minusów takich działań
- 8) **Podsumowanie** – dyskusja o naszych własnych sposobach, technikach planowania sobie dnia

Uczestnicy w trakcie zajęć korzystają z własnych doświadczeń, dochodzi do wymiany zdań. dopiero po zajęciach uczestnik dostaje kartkę o planowaniu czasu:

**Planowanie** - jako element zarządzania polega na decydowaniu o podjęciu działań zorientowanych na wywołanie zjawisk, które nie zaistniałyby samoistnie.

**Rodzaje planowania** (z uwagi na czas realizacji):

- strategiczne (powyżej 5 lat) - plan przyszłości, dzięki któremu o wiele łatwiej wytyczyć ścieżki postępowania i realizacji (co zamierza się osiągnąć w życiu, lista wartości).
- długoterminowe (od 2 do 5 lat) - konkretne przedsięwzięcia służące realizacji nadrzędnego celu.
- średnioterminowe (od kilku miesięcy do roku) - to odpowiedź na pytanie co należy zrobić, aby zrealizować plan długoterminowy.
- krótkoterminowe (do trzech miesięcy) - krótkie zadania do wykonania.
- bieżące - codziennie lub w skali tygodnia (godziny i terminy spotkań, spraw do załatwienia).

**Cechy planu:** celowość, prymat planowania, kompletność, skuteczność.

**Proces planowania obejmuje:** prognozowanie, programowanie, tworzenie planu.

**Etapy procesu planowania:**

1. ustalenie celów
2. zidentyfikowanie problemów
3. poszukiwanie alternatywnych rozwiązań
4. ocenianie konsekwencji
5. dokonanie wyboru