



ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ:

ПРОСТЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ,
КОТОРЫЕ ПОМОГУТ УСПЕТЬ ГЛАВНОЕ

ТОРОПЦЕВА ЭЛИНА РАИСОВНА,

заместитель директора по проектному управлению дирекции образовательных программ образовательного проектного офиса «Платформа» ГАОУ АО ДПО «Институт развития образования», ТМ-лидер общественного движения «Лига «Время»

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ:

ПРОСТЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ,
КОТОРЫЕ ПОМОГУТ УСПЕТЬ ГЛАВНОЕ

ТОРОПЦЕВА ЭЛИНА РАИСОВНА,

заместитель директора по проектному управлению дирекции образовательных программ образовательного проектного офиса «Платформа» ГАОУ АО ДПО «Институт развития образования», ТМ-лидер общественного движения «Лига «Время»

Об эксперте

Торопцева Элина Раисовна

- с 2016 г. - обширная ТМ-практика при работе с педагогами и руководителями ОО (Институт развития образования «Платформа», г. Астрахань): разработка и реализация программ ДПО и ДОД, корпоративное обучение, образовательные активности для взрослых и детей;
- с 2017 г. – ТМ-лидер общественного движения «Лига «Время», руководитель ТМ-клуба в г. Астрахани



Время и мы. Кто кого?

Мы знаем: время растяжимо.
Оно зависит от того,
Какого рода содержимым
Вы наполняете его.

Бывают у него застои,
А иногда оно течет
Ненагруженное, пустое,
Часов и дней напрасный счет.

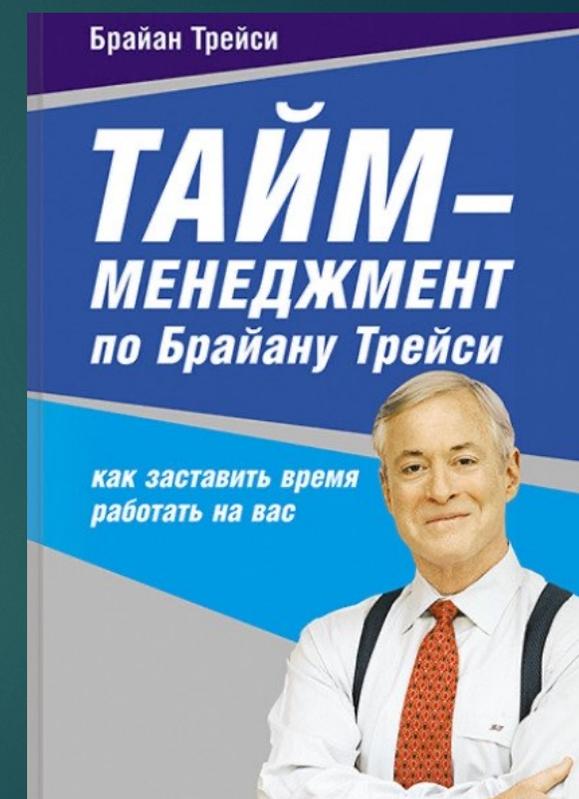
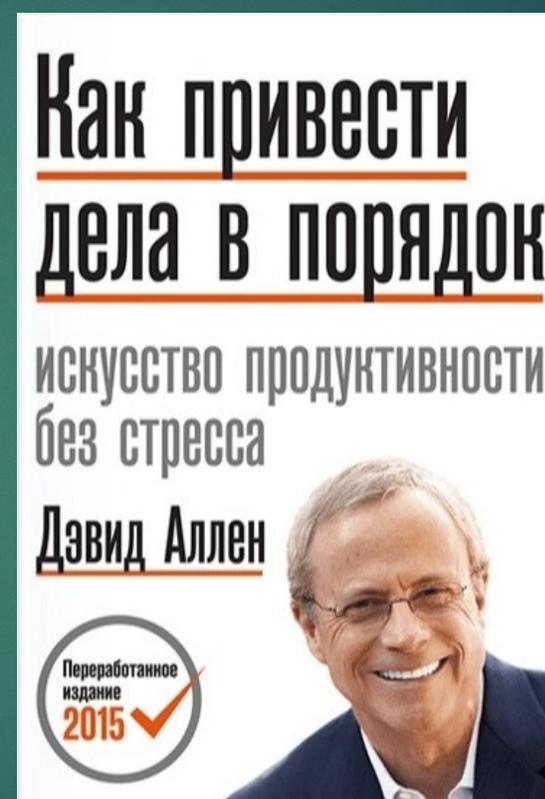
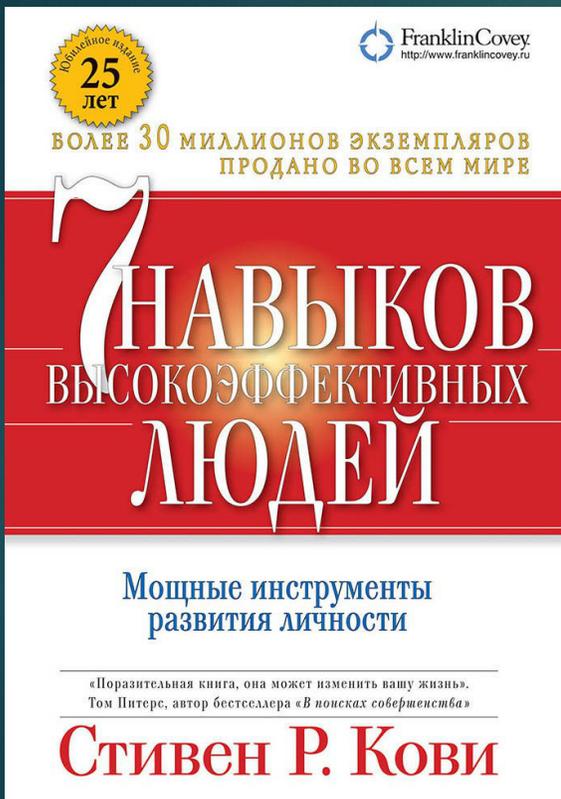
Пусть равномерны промежутки,
Что разделяют наши сутки,
Но, положив их на весы,
Находим долгие минутки
И очень краткие часы.

Источник: culture.ru



С.Я. Маршак

Легендарные зарубежные эксперты



Российская школа тайм-менеджмента

Глеб Архангельский

основоположник российской школы тайм-менеджмента, ведущий российский эксперт в области личной и бизнес-эффективности, основатель и председатель общественного движения «Лига «Время»

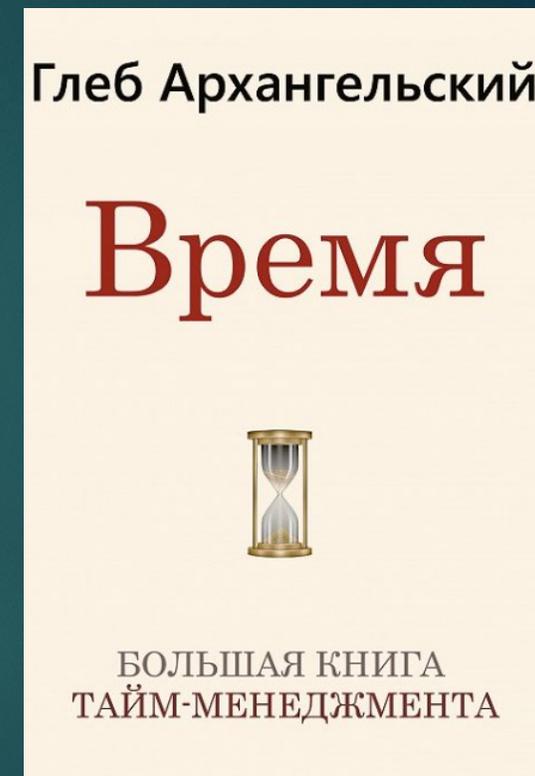
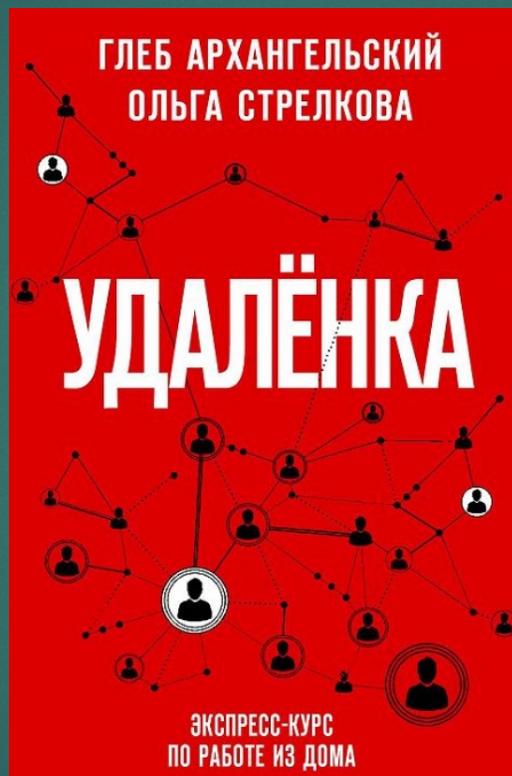
Успевать главное!



Российская школа тайм-менеджмента

Глеб Архангельский

ОСНОВОПОЛОЖНИК
РОССИЙСКОЙ
ШКОЛЫ
ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТА,
ВЕДУЩИЙ РОССИЙСКИЙ
ЭКСПЕРТ
В ОБЛАСТИ ЛИЧНОЙ
И БИЗНЕС-ЭФФЕКТИВНОСТИ,
ОСНОВАТЕЛЬ И ПРЕДСЕДАТЕЛЬ
ОБЩЕСТВЕННОГО ДВИЖЕНИЯ
«ЛИГА «ВРЕМЯ»



Российская школа тайм-менеджмента

Марианна Лукашенко

доктор экономических наук,
Почетный работник высшего
профессионального
образования России

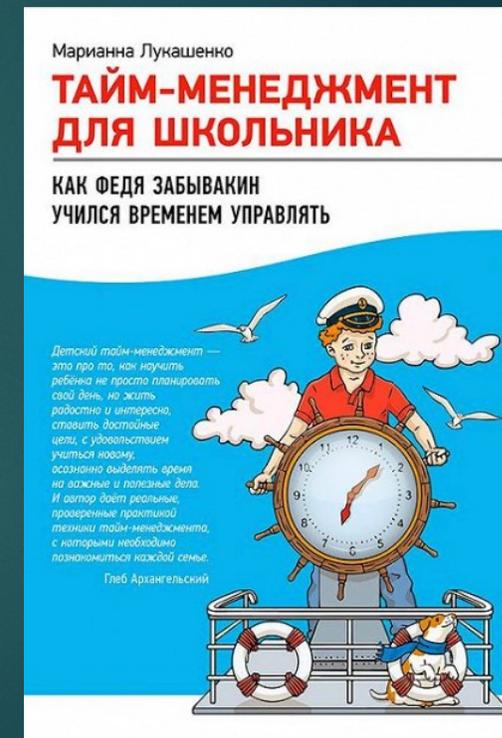
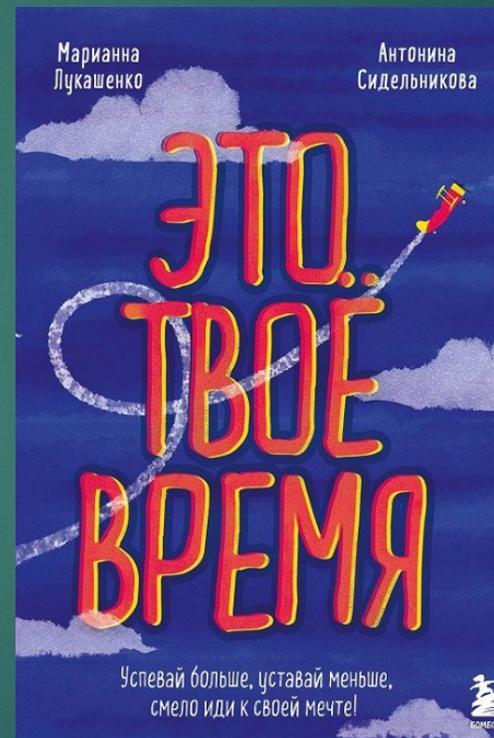
ЕГЭ как проект



Российская школа тайм-менеджмента

Марианна Лукашенко

доктор экономических наук,
Почетный работник высшего
профессионального
образования России



«Педагогический» тайм-менеджмент?

Что с нами «не так»?

- нет четкого графика;
- нет работы только на работе;
- нет полноценного цифрового детокса;
- нет предсказуемости, несмотря на расписание на год;
- нет эффективного отдыха



Педагогические проблемы - тайм-менеджерские решения

Что с нами «не так»?

- нет четкого графика;
- нет работы только на работе;
- нет полноценного цифрового детокса;
- нет предсказуемости, несмотря на расписание на год;
- нет эффективного отдыха

Что с этим делать?

- план дня по формуле 60/40;
- техники якорения на работу и отдых;
- интернет-шаббат;
- гибкое или контекстное планирование;
- поиск идеальной ресурсной практики

Самое быстрое время – предновогоднее

Ожидание и реальность

- полуфабрикаты вместо мандаринов;
- платье, какое попало, а не идеальное;
- недосып вместо спа-процедур;
- авралы и цейтноты во всех областях жизни



Что есть что



АВРАЛ

общая работа на судне в которой участвует вся команда. Вызов всей команды наверх, на палубу



ЦЕЙТНОТ

положение, когда игроку не хватает времени для обдумывания ходов в шахматной или шашечной партии



ФОРС-МАЖОР

чрезвычайное и непреодолимое при данных обстоятельствах событие (наводнение, шторм и т.п.), освобождающее от ответственности за исполнение договора

Шеф, всё пропало?

- нет времени? Время остановиться!
- составить карту аврала;
- выделить приоритет (три вопроса),
- двигаться от важного и срочного;
- ТМ-полуфабрикаты;
- перфекционизм и вину за дверь;
- план Б, В и далее;
- юмор

**Выдохнуть. Проанализировать.
Готовиться к повторению**



Группы поддержки и идеи «на всякий случай»

СЕМЬЯ И ДЕТИ

- врачи;
- няни;
- педагоги;
- родственники

ДОМ И БЫТ

- сантехники;
- электрики;
- айтишники;
- клининг-сервисы;
- сервисы доставки

РАБОТА

- синхронизация данных

ПРАЗДНИК

- списки покупок и доставки;
- мастера красоты;
- интернет вместо ног;
- переплаты за спокойствие

Тайм-аптечка, или шуба подождёт

Лучше меньше, да лучше

- планировать в одном и том же месте;
- не перегружать план дня;
- делегировать сервисам;
- отдавать силы приоритету;
- хвалить, а не винить себя;
- использовать проверенные приёмы

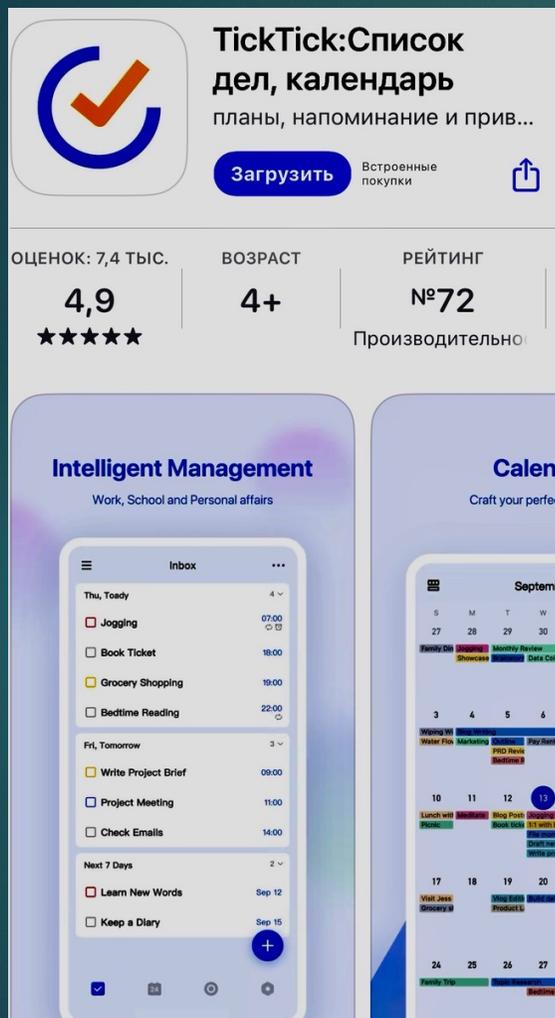


Начинаем новую жизнь?

- покупаем ежедневник;
- практикуем контекстное планирование;
- планируем повседневный отдых;
- вводим ритуалы и не путаемся в якорях;
- внедряем информационную гигиену и соблюдаем ТМ-этикет



Бумага или телефон?



TickTick: Список дел, календарь
планы, напоминание и прив...

Загрузить Встроенные покупки

ОЦЕНОК: 7,4 ТЫС. ВОЗРАСТ РЕЙТИНГ
4,9 4+ №72
★★★★★ Производительно

Intelligent Management
Work, School and Personal affairs

Calendar
Craft your perfect

Inbox

Thu, Today 4 ↓

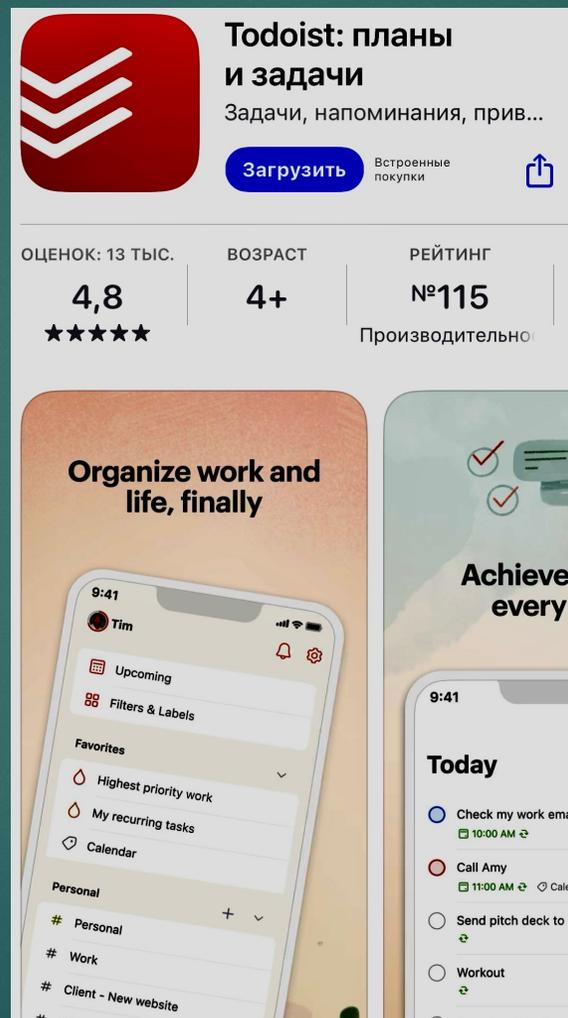
- Jogging 07:00
- Book Ticket 18:00
- Grocery Shopping 19:00
- Bedtime Reading 22:00

Fri, Tomorrow 3 ↓

- Write Project Brief 09:00
- Project Meeting 11:00
- Check Emails 14:00

Next 7 Days 2 ↓

- Learn New Words Sep 12
- Keep a Diary Sep 15



Todoist: планы и задачи
Задачи, напоминания, прив...

Загрузить Встроенные покупки

ОЦЕНОК: 13 ТЫС. ВОЗРАСТ РЕЙТИНГ
4,8 4+ №115
★★★★★ Производительно

Organize work and life, finally

Achieve more every day

9:41 Tim

Upcoming

Filters & Labels

Favorites

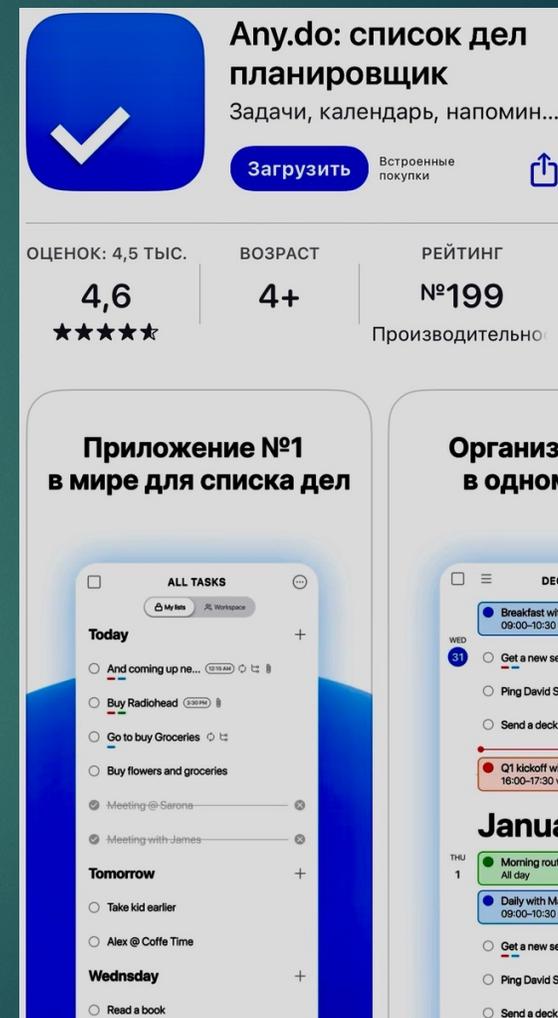
- Highest priority work
- My recurring tasks
- Calendar

Personal

- Personal
- Work
- Client - New website

Today

- Check my work emails 10:00 AM
- Call Amy 11:00 AM
- Send pitch deck to pro
- Workout



Any.do: список дел планировщик
Задачи, календарь, напомин...

Загрузить Встроенные покупки

ОЦЕНОК: 4,5 ТЫС. ВОЗРАСТ РЕЙТИНГ
4,6 4+ №199
★★★★★ Производительно

Приложение №1 в мире для списка дел

Организу в одном

ALL TASKS

Today

- And coming up ne...
- Buy Radiohead (339P)
- Go to buy Groceries
- Buy flowers and groceries
- Meeting @ Serona
- Meeting with James

Tomorrow

- Take kid earlier
- Alex @ Coffe Time

Wednesday

- Read a book

January

- Morning routine All day
- Daily with Mark 09:00-10:30 at S
- Get a new set of
- Ping David Solo
- Send a deck to

Время. Безэмоциональное, но лиричное

У Времени времени нет,
Жестоки его повеленья.
Едва появившись на свет,
Как спички, сгорают мгновенья.

И дни, подчиняясь ему,
К закату идут торопливо,
И падают годы во тьму —
Как будто камня с обрыва.

И пятятся в вечность века,
И тысячелетья стареют,
А Время – кнутом с облучка:
- Скорее! Скорее! Скорее!

Само себя гонит оно
Как будто – к неведомой встрече.
И знать только смертным дано,
Что этот маршрут – бесконечен.



В.С. Шефнер



С НАСТУПАЮЩИМ!

**Пусть Время будет
на вашей стороне!**

Контактная информация

ТОРОПЦЕВА ЭЛИНА РАИСОВНА

+7 927 578 87 65

vk.com/gazizulina87

