

PLA DOCENT

Pautes per prioritzar

Presentació

Més d'una vegada hauràs pensat que tens massa feina i que no tens temps per fer-ho tot, però hi ha eines que et poden ajudar a organitzar-te millor i treballar de manera més eficient.

En aquest taller aprendràs a distingir els conceptes d'urgència i importància per poder prioritzar amb un criteri millor, i et convenceràs que no tot és tan urgent.

Coneixeràs eines que t'ajudaran a organitzar la feina, a prioritzar, a reajustar o a delegar tasques o activitats.

Col·lectiu destinatari

Consulteu els itineraris formatius a qui va adreçada al Banc d'Accions Formatives(BAF):

- [BAF dels Ens Locals](#)
- [BAF de la Diputació de Barcelona](#)

Modalitat

Taller

Canal

Presencial

Requeriments dels destinataris/es

És recomana assistir prèviament a l'acció formativa Planificació i organització del treball.

Nombre d'assistents per edició

Mínim	Òptim	Màxim
10	12	15

Temporalització

Durada total:



PLA DOCENT

5 hores

Distribució horaria:

Hores presencials: 5

Hores de videoformació: 0

Hores de treball virtual: 0

Programació setmanal orientativa:

1 setmanes

Objectius

Identificar els criteris de priorització de la feina per treballar de manera més eficient.
Concretament:

1. Comprendre els conceptes habituals de priorització de la feina.
2. Revisar el criteri de priorització amb què es treballa.
3. Distingir els conceptes urgència i importància.

Continguts

1. Conceptes de priorització
 - 1.1. Concepte urgència.
 - 1.2. Concepte importància
 - 1.3. Matriu Eisenhower. Reactivitat i proactivitat. Identificació del quadrant on treballem
2. Tasques per al llarg termini
 - 2.1. Reajustament de prioritats
 - 2.2. Moviment de tasques
3. Eines per obtenir temps
 - 3.1. Delegació
 - 3.2. Temps tancat
 - 3.3. Deixar de fer

PLA DOCENT

Materials formatius de consulta

Materials de referència per l'acció formativa

[Pautes per prioritzar](#)

Si al final de la nostra jornada laboral tenim sentiments de frustració, angoixa, estrès o penediment, voldrà dir que no hem fet allò que havíem de fer o volíem fer. Aquest material t'ajudarà a aprendre a gestionar millor el temps, prioritzant les tasques a fer per assolir el màxim possible de resultats en el temps disponible.

Col·lecció "Síntesis de formació" de la Direcció de Serveis de Formació. Edició 2021

Materials formatius complementaris:

[Prioritza amb el mètode GUT](#)

Vídeo de 2 minuts on es mostren els avantatges de l'ús del mètode GUT per a la priorització de tasques.

Col·lecció "Videopíndoles d'aprenentatge" de la Direcció de Serveis de Formació. Edició 2020

[Supera la procrastinació](#)

La gestió del nostre temps ha de tenir en compte el risc de la procrastinació consistent en deixar per més endavant algunes tasques. El recurs dóna eines per poder superar aquesta manera de fer.

Col·lecció "Videopíndoles d'aprenentatge" de la Direcció de Serveis de Formació. Edició 2020

Orientacions metodològiques per al participant

La dinàmica de la formació serà participativa, alternant l'explicació teòrica dels continguts amb la presentació d'exemples i la realització d'exercicis en petits grups per practicar.

A la sessió s'explicaran els conceptes i més endavant, amb la finalitat d'integrar els coneixements, el formador presentarà exemples i es faran exercicis en petits grups per practicar i fixar els conceptes.

El docent demanarà als assistents, a l'inici del curs, quins criteris usen per prioritzar a la pròpia feina i es tornarà a demanar el mateix al finalitzar el curs, d'aquesta manera el docent podrà valorar el grau d'integració dels conceptes.

Orientacions per a l'avaluació



PLA DOCENT

Nivell d'avaluació

Nivell 1 Valoració de les actituds i la participació

Nivell 2 Superació d'activitats a partir d'uns criteris establerts

Nivell 3 Demostració de l'aplicabilitat al lloc de treball

Sistema d'avaluació

- Assistència
- Prova
- Producte

Metodologia d'avaluació per al participant

L'avaluació es farà a partir de l'assistència a la sessió i la participació en els exercicis proposats.

Certificació

Per assolir la qualificació d'APTE, els requeriments són:

- Haver assistit al 100% de les sessions convocades.

- Assistència
- Aprofitament