

## ZARZĄDZANIE CZASEM PRZEZ NAUCZYCIELA

Zarządzanie czasem to bardzo przydatna umiejętność, zarówno w pracy, jak i w życiu prywatnym. Szczególnie cenna jest w zawodzie nauczyciela, który musi na co dzień mierzyć się z wieloma obowiązkami związanymi chociażby z pracą dydaktyczno-wychowawczą, rozwojem zawodowym, współpracą z rodzicami czy prowadzeniem dokumentacji szkolnej. Wszystkie te zadania wymagają sporo czasu.

W jaki sposób efektywnie zarządzać swoim czasem dowiedzieli się nauczyciele, którzy wzięli udział w szkoleniach pt. *Zarządzanie czasem przez nauczyciela*. Odbyły się one w Centrum Doskonalenia Nauczycieli Publicznej Bibliotece Pedagogicznej w Koninie Filii w Turku, a przygotowała je i poprowadziła Agnieszka Graczyk – nauczyciel bibliotekarz z tejże Filii. Ze względu na duże zainteresowanie zajęciami, odbyły się trzy spotkania w dniach 17.01.2018, 18.01.2018 i 24.01.2018, w których łącznie wzięło udział prawie 60 nauczycieli.



Podczas spotkań omówione zostały następujące zagadnienia:

- istota zarządzania czasem,
- wyznaczanie celów i nadawanie im priorytetów,
- reguły i zasady planowania,
- przyczyny i sposoby walki z prokrastynacją,
- złodzieje czasu.

Nauczyciele dowiedzieli się między innymi na czym polega wyznaczanie celów techniką SMART, jak ustalać priorytety w oparciu o matrycę Eisenhowera lub wykorzystując metodę ABC. Poznali także niektóre sposoby planowania, np.: zasadę 60/20/20 i regułę Parkinsona.

Prowadząca szkolenia Agnieszka Graczyk omówiła także sposoby walki z prokrastynacją, czyli nawykiem odwlekania zadań lub odkładania pracy na później. Nauczyciele poznali między innymi: technikę słonia, technikę pomodoro, zasadę dwóch minut i sposób polegający na „zjadaniu najbrzydszej żaby”.

Ostatnim zagadnieniem szkolenia były złodzieje czasu, czyli wszystkie te czynności, które kradną nasz czas i zmniejszają naszą efektywność. Omówione zostały najczęstsze złodzieje czasu w pracy, między innymi w ramach organizacji pracy, planowania, komunikowania się, związane z technologią oraz występujące podczas rad pedagogicznych.

Uzupełnieniem teorii były ćwiczenia, które nauczyciele, indywidualnie lub w grupach, wykonywali podczas szkoleń.

Na koniec każdy nauczyciel otrzymał pakiet materiałów przygotowanych na szkolenie, między innymi: test *Jak potrafisz zarządzać czasem?*, zestawienie bibliograficzne na temat zarządzania czasem, netografię, test *Zbadaj, czy odkładasz sprawy na później* oraz krótki przewodnik po sposobach radzenia sobie ze złodziejami czasu.