



Time Management

ניהול זמן

מטריצת ניהול הזמן של אייזנהאואר

ניהול זמן

- ❖ אילו רגשות התעוררו בכם בעקבות הצפייה בסרטון?
- ❖ באיזה אופן המתואר בסרטון מוכר לכם מחייכם האישיים?
- ❖ האם אתם מזדהים עם הדמויות? עם מי מהן ומדוע?
- ❖ היכן אתם חווים עומס בחייכם?
- ❖ כיצד אתם מתמודדים עם ריבוי המטלות?
- ❖ האם הכלים/הדרכים יעילות עבורכם?



האבנים הגדולות בחינו

- ❖ אילו מחשבות/רגשות/תחושות מתעוררים בכם בעקבות הצפייה בסרטון?
- ❖ מה היה קורה אם המרצה היה מכניס קודם את החצץ והחול?
- ❖ מהן אבנים גדולות?
- ❖ מהן האבנים הגדולות בחייכם?
- ❖ מה למדתם מהניסוי על תכנון זמן יעיל?



סדר עדיפויות

- ❖ מהו סדר עדיפויות?
- ❖ לפי מה אתם קובעים את סדר העדיפויות שלכם כשאתם מנסים לתכנן את לוח הזמנים שלכם?
- ❖ מה הופך משימה לחשובה?
- ❖ מה הופך משימה לדחופה?
- ❖ האם כדאי לעשות קודם את הדחוף או את החשוב?
- ❖ מה משפיע על לוח הזמנים שלכם?
- ❖ היכן אתם מנהלים את לוח הזמנים שלכם?



יומן, רבותיי, יומן!

כדי לקבוע לוח זמנים מתוכנן, יש צורך להיעזר ביומן.

שיבוץ מועד ביצוע המשימות יעשה לפי השיקולים הבאים:

📖 מועד סיום המשימה

📖 הזמן הנדרש להכינה

📖 משימות אחרות שיש לבצע באותו שבוע

📖 פעילויות אחרות שנרצה לקיים באותו שבוע (בילוי במסיבה, עם חברים, סרט)

📖 טווח בטחון



מסכמים!

שתפו במחשבות, רגשות ותחושות שעלו בכם במהלך השיעור ביחס לחוויית ניהול הזמן ולשימוש ביומן.

עד כמה אתם חשים שהכלי יעיל עבורכם?
מה נדרש עוד על מנת שיהיה יעיל ומשמעותי לניהול
הזמן שלכם?

