

SZKOLENIE

LUBUSKI
INSTYTUT
JAKOŚCI

ZARZĄDZANIE SOBĄ W
CZASIE



PROGRAM

SELEKCJA I STANDARYZACJA ZADAŃ

- Fotografia dnia pracy
- Listy zadań
- Macierz Eisenhower'a
- Metoda 4D
- Procedury i checklisty
- 5S
- Centrum dowodzenia

PLANOWANIE CZASU PRACY

- Krzywa wydajności REFA
- Zasada 168h
- Metoda TRZOS
- Planowanie kolejnego dnia
- Zasada 1+3
- "Zjedz żabę"
- Zasada Jedna rzecz
- Efekt piły
- Krzywa zakłóceń

ZASADY WYBORU ZADAŃ

- Zasada 2 minut
- Metoda salami
- Metoda szwajcarskiego sera
- Strategia najbliższego działania
- Efekt Zeigarnik
- Technika Pomodoro