



abskill

Révéléateur de votre talent

abskill.com

Durée
5 capsules /
23 vidéos

ABS KILL

Parcours Micro Learning

Gestion du temps – Productivité

Présentation

Vous manquez parfois de temps pour la réalisation de vos tâches ?
Vous manquez d'organisation ? Pas de panique, ce parcours de formation réalisé par les experts ABSKILL est fait pour vous ! Apprenez à mieux gérer et optimiser votre temps pour gagner en productivité, et bénéficiez de toutes les clés pour équilibrer votre vie professionnelle et votre vie privée.

Public

Toute personne souhaitant améliorer sa gestion du temps et augmenter sa productivité.



Contact

Objectifs

- Améliorer son rapport au temps,
- Ses ennemis et la gestion du temps,
- Prioriser son temps,
- Organiser son temps de travail.



Modalités

- Formation 100% à distance
- Les contenus de formation ont été créés par une équipe composée de formateurs experts du management en entreprise.

Parcours Micro Learning Gestion du temps/Productivité

Méthodes pédagogiques utilisées

La formation s'appuie sur des vidéos pédagogiques dynamiques et interactives. Des quiz d'ancrage des connaissances permettent de valider les notions abordées.

Moyens pédagogiques

- Formation accessible via l'application de Mobile Learning **Fabskill**



Modalités de suivi et de validation

Suivi

Reporting de connexion à la plateforme de formation en ligne.
Vous avez une question sur le contenu de la formation ? Contactez notre consultant :
etuteur@abskill.com

Évaluation

Des quiz permettent de valider les acquis tout eu long du parcours de formation.

Validation

Une attestation de formation individuelle sera établie pour chaque participant à l'issue de la formation.

Programme du parcours Micro Learning

Capsule : Améliorer mon rapport au temps

- **Notions en vidéo learning :**
Esclave du temps ou maître du temps?
L'équilibre de vie pro/perso Part 1
L'équilibre de vie pro/perso Part 2

Capsule : Mes ennemis et la gestion du temps

- **Notions en vidéo learning :**
Les voleurs de temps : tour de piste
Pourquoi je suis débordé
La course au temps du manager
Limiter les interruptions
Comprendre la procrastination
Les 6 stratégies face à la procrastination
Prendre des singes ou déléguer

Capsule : Prioriser son temps

- **Notions en vidéo learning :**
S'engager dans les bons objectifs
Etablir ses priorités quotidiennes
Planifier son temps avec lucidité
Poser des limites et dire non

Capsule : Organiser son temps de travail

- **Notions en vidéo learning :**
Mon chef et mon temps
Infobésité et gestion de l'information
Les applications qui font gagner du temps
L'usage de l'email
Elaborer un tableau de bord
Télétravail et temps de travail

Capsule : Gérer le temps en réunion

- **Notions en vidéo learning :**
Ne soyez pas seuls à animer les réunions : déléguer
Eviter l'endormissement en réunion

Retrouvez le programme sur le site internet en scannant le **QR Code** ci-dessous



Les avantages du Micro Learning

- 1/ il permet un apprentissage durable et rapide avec la méthode de répétition espacée
- 2/ il stimule davantage l'engagement des apprenants grâce à ses parcours et scénarios
- 3/ il permet un suivi des apprentissages en temps réel
- 4/ il renforce l'intérêt des apprenants en utilisant des mécaniques de jeu ou avec du social learning par des quizz ou des défis
- 5/ il permet d'autonomiser les apprenants
- 6/ il assure une expérience d'apprentissage très personnalisée

Contact

abskill
Révélateur de votre talent

abskill.com

Responsable pédagogique
Fanny OLIVEIRA DOS SANTOS

