

Zarządzanie czasem – scenariusz lekcji

Czas trwania: 2 godziny 15 minut (3 godziny lekcyjne)

Grupa docelowa: uczniowie klas VI–VIII szkół podstawowych oraz uczniowie szkół ponadpodstawowych

I Cele lekcji. Uczeń:

- potrafi wymienić podstawowe metody zarządzania czasem,
- potrafi wyjaśnić znaczenie zarządzania czasem,
- rozumie, dlaczego zarządzanie czasem jest kluczowe dla jego rozwoju osobistego.

II Metody pracy:

- wykład z elementami rozmowy nauczającej,
- dyskusja,
- samodzielne rozwiązywanie zadań przez uczniów.

III Forma pracy: praca w grupach, praca plenarna

Tematy poruszane na lekcjach

- Czym jest zarządzanie czasem
- Czym jest Macierz Eisenhowera
- Czym jest Metoda ABC
- Czym jest Metoda Pomodoro i jakie są zasady tej metody
- Jakie są zasady korzystania z social mediów

Proponowany przebieg zajęć

Nauczyciel podaje uczniom temat lekcji oraz informuje o zagadnieniach, jakie będą na niej poruszane. **Bardzo ważne: Zajęcia prowadzone metodą Pomodoro: 25 minut zajęć – 5 minut przerwy itd!**

Rozwinięcie narracji

1. Nauczyciel wyjaśnia czym jest zarządzanie czasem. Tłumaczy, że uczniowie nie mają wpływu na czynniki zewnętrzne więc zmuszeni są skupić się na czynnikach wewnętrznych – na które mają wpływ.
2. Następuje wskazanie, iż każdy musi planować pracę indywidualnie, ze szczególnym uwzględnieniem mocnych i słabych stron, które posiada. Ze względu na pasję i zainteresowania ich proces zarządzania czasem będzie wyglądał inaczej – przykład góry lodowej: to co widoczne dla innych (np. dobre umiejętności nauki przedmiotów humanistycznych) oraz to co nie jest widoczne dla innych (np. dużo czasu potrzebujemy, aby wspomniana osoba uczyła się matematyki lub fizyki).
3. Rozpoczęcie narracji związanej z przygotowaniem listy zadań do zrealizowania w danym okresie czasu – każda z metod bazuje na przygotowaniu listy zadań i ich rozplanowaniu względem priorytetowości.
4. Omówienie Macierzy Eisenhowera – nauczyciel tłumaczy czym jest ta macierz, następnie wypisuje na tablicy ok 10 czynności z dnia poprzedzającego, które wykonał i dzieli te zadania na 4 kategorie, o których mówi macierz.
5. ZADANIE dla uczniów – wykonać najpierw indywidualnie a następnie porównać z osobą siedzącą w ławce swoją zadania podzielone na macierz Eisenhowera. Po tym czasie omawiamy publicznie jedną wybraną macierz ucznia (osoby chętnej). Czas trwania dla tego zadania 10-15 minut.

6. Omówienie Metody ABC – nauczyciel tłumaczy czym jest ta metoda, następnie wypisuje na tablicy ok 10 czynności z dnia poprzedzającego (te same co w przykładzie z macierzą), które wykonał i dzieli te zadania na 3 kategorie, o których mówi metoda ABC.
7. ZADANIE dla uczniów – wykonać najpierw indywidualnie a następnie porównać z osoba siedzącą w ławce swoją wyniki metody ABC swoich zadań. Po tym czasie omawiamy publicznie jedną wybraną metodę ucznia (osoby chętnej). Czas trwania dla tego zadania 10-15 minut.
8. Omówienie Metody Pomodoro – całe zajęcia prowadzone są tą metodą, dlatego nie ma potrzeby omawiania indywidualnego tej metody. Ważną rzeczą jest fakt na zwrócenie uwagi dotyczącej wydatku energetycznego zajęć i niezbędnych przerw na ich wykonanie.
9. Omówienie wpływu social mediów i nowych technologii na utratę czasu. Prośba, aby każdy z uczniów sprawdził swój smartfon i „pochwalił” się w klasie ile czasu dziennie/tygodniowo traci na jaka aplikacje – wskazanie ile mógłby w tym czasie realizować innych aktywności.
10. Podsumowanie zajęć.

LITERATURA

1. M. Heppell, *Jak zaoszczędzić godzinę dziennie? Sprawne zarządzanie czasem*, wyd. Helion, Gliwice, 2013
2. M. Kukwa, *Systemy wspomagające zarządzanie czasem*, wyd. UE w Katowicach, Katowice, 2016