

Gestion du temps et des priorités

OBJECTIFS DE LA FORMATION :

Ref : YFGDT/22

« **Acquérir des méthodes efficaces pour optimiser son temps** »

- Etre capable d'optimiser son temps pour développer son efficacité et son organisation
- Pouvoir gérer ses priorités pour gagner du temps
- Avoir la capacité de mobiliser les bonnes méthodes et les bons outils pour être plus efficient dans son management

CONTENU DE LA FORMATION :

1^{er} Jour : COMPRENDRE LES MECANISMES DU TEMPS ET SA RELATION

- Analyser de manière objective sa gestion de temps
- Découvrir son style d'organisation
- Les notions clés de gestion de temps
- Identifier ses voleurs de temps
- Découvrir des techniques concrètes de planification des tâches
- Etablir les priorités et la directive à suivre
- Etablir des plans d'actions, d'objectifs et de projets

Travaux pratiques : auto diagnostique et analyse de processus de planification

2^{ème} jour : PILOTER SA GESTION DE TEMPS

- Acquérir les nouveaux réflexes d'organisation
- Déléguer efficacement auprès de ses collaborateurs
- Savoir manager le temps et l'organisation de son équipe
- Gérer efficacement ses engagements et ses actions

Travaux pratiques : plans d'actions, sessions de training, schéma de Gant, planification outils Trello...

Gestion du temps et des priorités

PUBLIC CONCERNE :

Cette formation s'adresse à toutes les personnes souhaitant mieux maîtriser leur temps et manager son équipe au quotidien.

PRE-REQUIS :

Aucun pré requis n'est demandé pour cette formation.

LES MODALITES PEDAGOGIQUES :

La pédagogie est participative et alterne tous les éléments suivants :

- ▶ Support de formation
- ▶ Etude de cas et mise en situations
- ▶ Profil sur sa manière de gérer son temps
- ▶ Techniques d'écoute proactive, de questionnement (communication)
- ▶ Apports théoriques illustrés d'exemples liés aux sports de haut niveau
- ▶ Vidéos
- ▶ Plan d'action personnalisé
- ▶ Mises en situations pratiques

LES MODALITES D'EVALUATION :

A l'issue de la formation, les modalités d'évaluation des compétences se feront par:

- ▶ L'obtention des résultats du stagiaire tout au long de sa formation sur les mises en situations, les cas pratiques, les sessions de training et de Quiz
- ▶ Un QCM en fin de formation pour valider les connaissances de la formation corrigé par le formateur d'une durée 1 heure.

LES MODALITES ET DELAIS D'ACCES :

- ▶ **Durée** : 16 heures de formation (sous format présentiel) soit deux journées
- ▶ **Date** : à déterminer
- ▶ **Horaires** : de 8h00 à 12h00 et 14h00 à 18h00
- ▶ **Lieu** : YOUNPERF, 26 rue de la tuilerie, 37550 Saint-Avertin - France
- ▶ **Accessibilité** : pour personnes handicapées : oui
- ▶ **Formateur** : LEHOUX Christophe (Ingénieur Coach certifié et expert en coaching d'équipe)
- ▶ **Coût** : 890 euros HT par stagiaire en Inter ou 2200 euros HT en Intra (max 12 personnes)
- ▶ **Contact** : Mme MAUCHIEN Shirley : contact@youperf.com / +33 6 59 90 25 74