



## Тайм-менеджмент для CEO.oi(dor\_МАГ)

- 1 Расположите в правильной последовательности шаги алгоритма жестко-гибкого планирования:
- 2 Неверно, что ... является шагом техники контекстного планирования
- 3 Установите соответствие между категориями дел по Матрице Эйзенхауэра и примерами дел каждой категории:
- 4 Неверно, что к методам приоритезации задач в плане относится
- 5 Гибко менять свои планы при внезапных изменениях ситуации позволяет определение своих типовых ...
- 6 Искусство эффективного планирования и управления задачами состоит в умении ...
- 7 Закон ... получил широкую известность на современном этапе как «принцип 80/20»
- 8 Задачи, не привязанные к конкретному времени, которые можно выполнить когда угодно, в тайм-менеджменте называют ... задачами
- 9 Согласно методу ... сравнения расставлять приоритеты в ежедневных задачах можно, сравнивая их по одному критерию
- 10 Самый простой способ расставить приоритеты в делах по критериям «важность» и «срочность», – это ...
- 11 Условие или совокупность условий, обстоятельств, наиболее подходящих для совершения определенного дела, решения конкретной задачи, – это ...
- 12 Передача каких-либо задач или полномочий от руководителя к подчиненному – это ...
- 13 Алгоритмы распределения времени, позволяющие сделать за конкретный период главные запланированные дела и сохранить при этом состояние продуктивности, – это ... планирование
- 14 Способность решать задачи без затрат лишних усилий в наиболее подходящее для этого время, являющееся не всегда заранее заданным, – это ...





- 15) Совокупность таких признаков, как сложность, многогранность, многослойность, изменчивость, раздробленность, изменяемость, – это ...
- 16) У древних греков линейное, измеримое, механическое время, упорядочиваемое при помощи ежедневников и органайзеров, называлось ...
- 17) У древних греков удобный момент времени, который подходит для осуществления конкретного замысла, носил название «...»
- 18) Задачи, которые привязаны к определенному времени, в тайм-менеджменте называют ... задачами
- 19) Просмотр ... является одним из шагов техники контекстного планирования
- 20) При определении приоритетов с помощью матрицы Эйзенхауэра все задачи делятся на ... категории
- 21) Руководитель транспортной компании в своей управленческой практике стремится использовать результатно-ориентированное формулирование задач, что приводит к повышению эффективности деятельности подразделений. Приведите пример формулировки такой задачи.
- 22) В качестве инструмента для определения ценностей используется ...
- 23) Ключевые области жизни – это основные направления ...
- 24) ... – это технология, позволяющая визуализировать ключевые области жизни
- 25) Одним из SMART-критериев является привязка ...
- 26) SMART-критерию «конкретная формулировка» соответствует высказывание: «...»
- 27) Речевая формулировка «...» характеризует реактивный тип отношения человека к жизни
- 28) Расположите критерии техники SMART в правильной последовательности:
- 29) Один из способов определения проактивности – посмотреть на количество задач в «Круге ...» и «Круге забот» конкретного человека
- 30) Реактивный человек сосредотачивается на задачах из «Круга ...»





- 31) Если «Круг влияния» конкретного человека больше его «Круга забот», это говорит о том, что он относится к ... стилю поведения и жизни
- 32) ... – это метод структуризации и визуализации концепций с использованием графической записи в виде диаграмм
- 33) Положение вещей, когда ясно, что нужно сделать, и ясно, как это нужно делать, называют ... ситуацией
- 34) Подход к постановке целей, который помогает выбрать формулировку желаемого результата, дает чувство направления и помогает организовать и достичь целей, – это метод ...
- 35) Совокупность определенных действий и отношений в рамках определенного круга людей – это ... функция
- 36) Осмысленные цели, когда человек реально понимает, зачем это нужно людям и зачем это нужно ему, – это ... цели
- 37) Определение, конструирование цели, формирование образа желаемого будущего – это ...
- 38) Область восприятия жизни, в которой человек ощущает себя наиболее комфортно, к которой он постоянно стремится и с позиции которой может наиболее эффективно решать собственные проблемы, – это ...
- 39) Термин Life management впервые прозвучал на ТМ-конференции в ...
- 40) Проактивный человек фокусируется на задачах из ..., направляя все свои силы, энергию, время на их решение
- 41) Соотнесите ролевые функции с жизненными целями:
- 42) Вы – руководитель торговой компании, которая готовится к участию в конкурсе «Товар года». Вам необходимо организовать работу по поиску новых идей, которые помогут достичь цели – выиграть конкурс. Наиболее полно собрать все предлагаемые варианты вам поможет инструмент обзора.
- 43) Персональный тайм-менеджмент используется для повышения ...
- 44) К принципам, на которых основывается тайм-менеджмент относится ...
- 45) При делегировании задачи руководитель должен ...





- 46 ... – это постановка задач подчиненным с определением необходимых полномочий и ресурсов, ответственности за неисполнение
- 47 Соотнесите разделы стандарта тайм-менеджмента и приведенные правила, договоренности, регламенты:
- 48 Расставьте в правильной последовательности шаги внедрения тайм-менеджмента в компании:
- 49 Первым этапом внедрения корпоративного тайм-менеджмента является проведение ... в компании
- 50 .... ТМ-стандарт состоит из нескольких логических уровней: общий язык, договоренности, регламенты, вещи и инструменты
- 51 Диагностика и внедрение корпоративного тайм-менеджмента ведется по трем уровням: персональный, ..., корпоративный
- 52 При делегировании не передаются задачи ... уровня – эти задачи руководитель всегда оставляет за собой
- 53 ... менеджмент предполагает путь «сверху вниз», от построения системы к эффективности входящих в нее элементов, в частности, эффективному использованию времени сотрудника
- 54 ... эффективность – это эффективность, с которой человек использует свое время и достигает поставленных целей
- 55 Понятие «...» характеризует то, что люди отдают, приносят в этот мир, а также их уникальность
- 56 Представление информации (задач, сроков, справочных данных и др.), позволяющее легко видеть всю совокупность и взаимосвязь элементов и дающее возможность эффективно принимать решения, – это ...
- 57 ... эффективность – это личная эффективность человека как сотрудника конкретной организации, обусловленная его собственными усилиями и навыками самоорганизации
- 58 Вид труда, который классики научного менеджмента рассматривали при постановке вопроса о централизованном внедрении технологий персональной организации труда, – это ... труд
- 59 Неверно, что ... относят к логическим уровням ТМ-стандарта
- 60 Идея «организационно-трудовой бациллы» принадлежит ...





- 61) А.В. Суворову Начальным этапом распространения «бациллы тайм-менеджмента» является ...
- 62) Очная форма обучения тайм-менеджменту, предполагающая глубокое методическое содержание и неигровые методы его отработки, – это ТМ-...
- 63) Руководитель компании, посетив тренинг по тайм-менеджменту и проведя диагностику состояния организации времени в собственной компании, принял решение о внедрении тайм-менеджмента. Но собрании он сообщил о своем решении подчиненным: «С завтрашнего дня начинаем внедрение тайм-менеджмента с отдела продаж. В течение трех дней всем вести хронометраж. Кто не будет это делать – всех уволю!». Как можно оценить действия руководителя по внедрению тайм-менеджмента?
- 64) Вам поручено запустить новый проект. Но ваши подчиненные жалуются, что им не хватает времени на выполнение всех задач по предыдущему проекту, они и так задерживаются после рабочего дня на 2, а то и на 3 часа. Вы подозреваете, что сотрудники используют свое рабочее время неэффективно. Какой техникой тайм-менеджмента необходимо воспользоваться в первую очередь, чтобы подтвердить или опровергнуть ваше предположение?
- 65) В торговой компании была поставлена задача по повышению эффективности работы менеджеров по продажам через оптимизацию их рабочего времени с помощью техник тайм-менеджмента. Что необходимо предпринять в первую очередь?
- 66) Руководитель логистической компании часто делегирует часть своих задач личному помощнику. Приведите пример того, какие ежедневные дела руководителя можно делегировать помощнику.
- 67) Менеджер компании, руководителем которой вы являетесь, составляя план на день по алгоритму жестко-гибкого планирования, допустил ошибки. Жесткие задачи Гибкие задачи  
9.00 – 10.30 Собрание по проекту Провести инструктаж команды к сегодняшней презентации Сделать запрос в отдел маркетинга  
Обязательно созвониться с поставщиками Прочитать книгу по проектному мышлению  
10.30 – 11.30 Переговоры с подрядчиком в нашем офисе  
11.00 12.00 13.00 14.00 – 15.00 Провести запланированный мозговой штурм для поиска новой идеи  
Найдите ошибки в выдержке из плана на день менеджера.





- 68) На совещании отдела продаж было принято решение повысить объем продаж. Руководитель отдела сформулировал решение в виде цели с использованием критериев SMART: «Повысить объем продаж за счет привлечения новых клиентов в самые короткие сроки». Определите, соответствует ли формулировка цели SMART-критериям.
- 69) Руководителем департамента торговой компании был сформулирован и поставлен перед подчиненными ряд задач. Часть из этих задач являются менее эффективными, чем другие, так как не соответствуют принципам результато-ориентированного формулирования задач. Определите задачу, не соответствующую принципам результато-ориентированного формулирования задач.
- 70) При внедрении тайм-менеджмента руководством производственно-торговой компании был составлен план проведения мероприятий в следующей последовательности: Провести обучение (два двухдневных тренинга) по тайм-менеджменту для сотрудников и руководителей. Отделу по работе с персоналом поручить разработать ТМ-стандарт. Ввести стандарт в действие во всех подразделениях компании. Сформировать ТМ-договоренности на уровне топ-менеджмента. Внедрить ТМ-договоренности в деятельность руководства компании. Провести диагностику первых результатов. Оцените данный план внедрения тайм-менеджмента?
- 71) Евгений часто работает сверхурочно. Несколько последних лет он не брал отпуск и постоянно чувствует себя уставшим. Евгению кажется, что его коллеги медлительны и безответственны, поэтому он все время раздражен. Как можно охарактеризовать состояние Евгения?
- 72) Тайм-менеджмент помогает руководителю ...
- 73) В числе основных задач хронометража – ... (укажите 2 варианта ответа)
- 74) Сопоставьте уровни системы тайм-менеджмента и соответствующие этим уровням вопросы:
- 75) Расположите шаги техники хронометража в правильной последовательности:
- 76) Неверно, что в списке правил ведения хронометража есть правило «...»
- 77) Поглотители времени в терминологии тайм-менеджмента называются ...





- 78) Неверно, что существует такой уровень системы тайм-менеджмента, как ...
- 79) К хронофагам относят ...
- 80) Техника ... позволяет выявить потери времени и представляет собой измерение затрат рабочего времени, затрачиваемых работником на выполнение отдельных трудовых операций с целью определения трудоемкости этих операций, работ
- 81) В тайм-менеджменте ... – это учет расходов личного времени путем простой письменной фиксации, дающий материал для анализа и принятия решений
- 82) Фотография рабочего дня, которая получается в результате применения техники хронометража, называется ...
- 83) Чтобы выявить ... времени, необходимо задать два вопроса: «Нужно ли было выполнять это действие?» и «Соответствуют ли затраты времени полученному результату?»
- 84) ... – это технология, которая позволяет управлять временем, используя его в соответствии с собственными целями и ценностями
- 85) Уровень тайм-менеджмента, отвечающий на вопрос: «Зачем?», а также помогающий с определением ценности выбранных целей, – это ... уровень
- 86) Такие поглотители времени, как бесполезная болтовня с коллегами, беседы с родственниками ни о чем, пустые совещания и встречи, затянувшиеся разговоры по телефону, называют ... хроно фагами
- 87) Процесс организации выполнения задач и распределения всех ресурсов, а также управление человеком собственной деятельностью – это ...
- 88) Важное условие успешного использования метода хронометража, для соблюдения которого необходимо применять его на протяжении некоторого отрезка времени, а именно от 2–3 недель, – это ...
- 89) Хронофаги, связанные с характером и темпераментом человека (например, трудности с началом рабочего дня рано утром), называют ... хронофагами





- 90) ... – это уровень тайм-менеджмента, технологии которого должны отвечать на следующие вопросы: «Как успевать делать больше в единицу времени?», «Как укладываться в сроки?», «Как не забывать о делах и задачах и выполнять их вовремя?»
- 91) Решение проблемы управления временем начинается, в первую очередь, с ...
- 92) Руководитель отдела продаж небольшой торговой компании анализирует результаты проведенного хронометража. Задачи  
Комментарии, пояснения к задачам 12.30 – 13.30 Проверял отчетность менеджеров, сделал рейтинг по отделу продаж  
1.Проверял отчетность менеджеров, сделал рейтинг по отделу продаж Необходимая информация для составления квартального отчета перед руководством компании 14.00 – 15.20 Совещание (обсуждение предстоящей выставки) 2.Совещание (обсуждение предстоящей выставки) Слишком затянулось, почти час обсуждали вопросы дизайна стенда, никак не могли решить вопрос с цветовой гаммой 15.30 – 16.00 Подготовил и отправил ответ на рекламацию клиента 3.Подготовил и отправил ответ на рекламацию клиента Уложился. Успели. Клиента, кажется, не потеряем  
Проанализируйте задачи и дела руководителя в приведенной выдержке из хронокарты и определите, что является хронофагом.
- 93) Поглотители времени в терминологии тайм-менеджмента – это ...
- 94) Учет расходов личного времени путем простой письменной фиксации, дающий материал для анализа и принятия решений, в тайм-менеджменте называется ...
- 95) Управление ... рассматривается как процесс организации выполнения задач и распределения всех ресурсов, как управление человеком собственной деятельностью
- 96) Хронометраж позволяет выявить ...
- 97) По мнению специалистов, для увеличения расходов времени рекомендуется выбирать ... важного дела или задачи, которые работают на ключевые цели
- 98) Согласно Г. А. Архангельскому, крупные задачи, которые невозможно решить за один раз, называют «...»
- 99) Технология, которая позволяет управлять временем, используя его в соответствии с собственными целями и ценностями, – это ...
- 100) Уровень тайм-менеджмента, отвечающий на вопрос «Зачем?», а также помогающий с определением ценности выбранных целей, – это ...





- 101) Хронофаги, связанные с характером и темпераментом человека (например, трудности с началом рабочего дня рано утром), называют ... хронофагами
- 102) Такие поглотители времени, как компьютерные игры, просмотр бесконечных сериалов, бесцельное блуждание по социальным сетям, называют ... хронофагами
- 103) К основным способам минимизации непродуктивного расхода времени относится ... блоков работы
- 104) Техника хронометража помогает ...
- 105) Все поглотители времени по степени контролируемости можно условно разделить на ... группы
- 106) Неверно, что ... является одним из видов хронофагов
- 107) В истории развития отечественного тайм-менеджмента можно выделить ... этапа
- 108) Становление и развитие современного отечественного тайм-менеджмента связано с фамилией ..., основателя ТМ-сообщества, генерального директора компании «Организация Времени», заведующего кафедрой тайм-менеджмента Университета «Синергия»
- 109) Соотнесите способы, помогающие минимизировать непродуктивное расходование времени, с их характеристиками:
- 110) Расположите в хронологической последовательности ученых, занимавшихся вопросами тайм-менеджмента:
- 111) Задачи, которые привязаны к определенному времени, в тайм-менеджменте называют ... задачами
- 112) У древних греков удобный момент времени, который подходит для осуществления конкретного замысла, носил название «...»
- 113) Условие или совокупность условий, обстоятельств, наиболее подходящих для совершения определенного дела или решения конкретной задачи, – это ...
- 114) Простой способ расставить приоритеты, оценив все задачи и дела по критериям «важность» и «срочность», – это ...
- 115) Расставить ... означает принять решение, оценив по определенным критериям, какие из поставленных задач и дел имеют первостепенное значение, а какие – второстепенное





- 116 У древних греков линейное, измеримое, механическое время, упорядочиваемое при помощи ежедневников и органайзеров, называлось ...
- 117 Разновидность гибких задач, куда входят дела, на выполнение которых отведено какое-то конкретное время, – это ... задачи
- 118 Задачи, не привязанные к конкретному времени, которые можно выполнить когда угодно, в тайм-менеджменте называют ... задачами
- 119 Метод расстановки приоритетов в ежедневных задачах с помощью сравнения их по одному критерию – это ...
- 120 Передача каких-либо задач или полномочий от руководителя к подчиненному – это ...
- 121 Алгоритмы распределения времени, позволяющие сделать за конкретный период главные запланированные дела и сохранить при этом состояние продуктивности – это ...
- 122 Способность решать задачи без затрат лишних усилий в наиболее подходящее для этого, не всегда заранее заданное время, – это ... планирование
- 123 Соотнесите группы контекстов и соответствующие им примеры:
- 124 Соотнесите виды задач и их примеры согласно жестко-гибкому планированию
- 125 Любой материальный объект или стимул (визуальный и аудиальный образ, жест, поза, движение, цвет, запах), вызывающий определенные эмоциональные состояния, в тайм-менеджменте называется «...»
- 126 Лишний шаг в алгоритме жестко-гибкого планирования – это ...
- 127 Формула успешной формулировки задач: «... + Ясный результат = Результатоориентированная формулировка задачи»
- 128 Совмещение жестких, гибких и бюджетлируемых задач отражается в ... жестко-гибкого планирования
- 129 Расположите в правильной последовательности шаги матрицы многокритериальной оценки:
- 130 Расположите в правильной последовательности этапы использования принципа Парето:
- 131 Расположите в правильной последовательности шаги создания интеллект-карты:





- 132) Проактивный человек фокусируется на задачах из «Круга ...», направляя все свои силы, энергию, время на их решение
- 133) Основные направления деятельности человека, основные «русла», в которых развивается его жизнь, в тайм-менеджменте называются ... жизни
- 134) Технология представления потоков информации в виде, требующем минимального времени и психофизиологических ресурсов для ее поиска, анализа и понимания, – это ...
- 135) Стратегия достижения надцели (действие в проблемной ситуации) называется «веером ...»
- 136) ... является инструментом для выявления личных ценностей
- 137) Ситуация, в которой не вполне ясно, что нужно сделать, и совершенно не ясно, как это нужно делать, – это ... ситуация
- 138) Термин «...» отражает эволюцию современного тайм-менеджмента: от узких технологических вопросов планирования времени – к более глубоким темам поиска жизненных целей, целеполагания и целедостижения
- 139) Область восприятия жизни, в которой человек ощущает себя наиболее комфортно, к которой он постоянно стремится и с позиции которой может наиболее эффективно решать собственные проблемы, – это центр жизненных ...
- 140) Термин Life management впервые прозвучал на ТМ-конференции в ... году
- 141) Определение, конструирование цели, формирование образа желаемого будущего – все это ...
- 142) Подход, при котором человек полностью зависит от внешних обстоятельств, не влияя активно на свою жизнь, называется ...
- 143) Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 144) Стратегия достижения SMART-цели (действие в задачной ситуации) называется ...
- 145) ... – это представление информации, которое позволяет увидеть всю совокупность и взаимосвязь элементов и дает возможность эффективно принимать решения





- 146 Выстраивание жизни по своему желанию, активное влияние на события и обстоятельства, а также самостоятельное формирование собственной жизни и принятие на себя ответственности за нее – это ... подход
- 147 Подход к определению целей «Управление собой как компанией» ...
- 148 Соотнесите способы, помогающие определить свои жизненные ценности, с их характеристиками:
- 149 Соотнесите ключевые области жизни с надцелями:
- 150 Расположите в правильной последовательности шаги стратегии Life management
- 151 Персональная эффективность – это личная ...
- 152 Взаимодействие между сотрудниками одного уровня организационной структуры регулирует ... тайм-менеджмент
- 153 При ... задачи руководитель оставляет у себя напоминание о задаче и передает ее подчиненному
- 154 ... тайм-менеджмент – это совокупность технологий «встраивания» методов тайм-менеджмента в систему управления организацией
- 155 ... тайм-менеджмент – это путь «снизу вверх», от персональной эффективности людей к повышению эффективности работы подразделения или организации
- 156 Понятие «...» характеризует то, что люди отдают, приносят в этот мир, а также их уникальность
- 157 ... относят к обязательным элементам корпоративной программы обучения тайм-менеджменту
- 158 Фамилия ученого, которому принадлежит идея «организационно-трудовой бациллы», – ...
- 159 Неверно, что в корпоративный ТМ-стандарт входит такой раздел, как правила ...
- 160 Фамилия исследователя, в монографии которого «Организация времени: от личной эффективности к развитию фирмы» (2003) впервые была заявлена тема корпоративного тайм-менеджмента, – ...
- 161 Расположите в правильной последовательности этапы становления эффективности сотрудника:





- 162) Расположите в хронологической последовательности этапы внедрении корпоративного тайм-менеджмента в компанию:
- 163) Соотнесите принципы внедрения корпоративного тайм-менеджмента с их содержанием:
- 164) Соотнесите этапы внедрения корпоративного тайм-менеджмента в компанию с их характеристиками:
- 165) ... эффективность – это эффективность, с которой человек использует свое время и достигает поставленных целей
- 166) Представление информации (задач, сроков, справочных данных и др.), позволяющее легко видеть всю совокупность и взаимосвязи элементов и дающее возможность эффективно принимать решения, – это...
- 167) ... труд рассматривали классики научного менеджмента при постановке вопроса о централизованном внедрении технологий персональной организации труда
- 168) В основе пирамиды управления временем Б. Франклина лежат ... ценности человека
- 169) Очная форма обучения тайм-менеджменту, предполагающая глубокое методическое содержание и неигровые методы его отработки, – это ...
- 170) Неверно, что ... является фактором, влияющим на увеличение потребности в корпоративном внедрении тайм-менеджмента
- 171) Соотнесите виды хронофагов и их примеры
- 172) Расположите в правильной последовательности этапы алгоритма работы с поглотителями времени:
- 173) Оцените свою удовлетворенность качеством видеолекций данной дисциплины по шкале от 1 до 10, где 1 - полностью не удовлетворен(а), а 10 - полностью удовлетворен(а).
- 174) Насколько понятным для вас языком написаны конспекты и другие текстовые материалы?
- 175) На сколько материалы курса актуальны и применимы в вашей учебе или работе?
- 176) Оцените, насколько для Вас интересны материалы курса по шкале от 1 до 10, где 1 - совсем неинтересно, а 10 - я полностью погружаюсь в изучение материалов и чувствую сильную мотивацию к обучению.





- 177 Какова ваша общая удовлетворенность контентом курса?
- 178 Что бы вы предложили улучшить в контенте курса? (Выберите один или несколько вариантов ответа)
- 179 Насколько, по вашему мнению, тестирования соответствуют изученным материалам курса?

