



## Тайм-менеджмент.э.з

- 1 ... – это технология, позволяющая использовать невосполнимое время жизни в соответствии со своими личными и бизнес-целями и ценностями
- 2 В истории развития отечественного тайм-менеджмента можно выделить ...
- 3 Подход, при котором человек полностью зависит от внешних обстоятельств, не влияя активно на свою жизнь, называется...
- 4 Подход, при котором человек действует вопреки внешним обстоятельствам, активно влияет на свою жизнь, называется...
- 5 ... – это инструмент целеполагания, который помогает не потерять свои цели из виду и служит напоминанием о целях.
- 6 Стратегия достижения надцели (действие в проблемной ситуации) называется ...
- 7 Стратегия достижения SMART-цели (действие в задачной ситуации) называется ...
- 8 Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 9 Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 10 Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 11 Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 12 Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является привязка ...
- 13 Все поглотители времени по степени контролируемости можно условно разделить на ...
- 14 Неэффективно организованные процессы деятельности, ведущие к потерям времени, называются ...
- 15 Неверно, что ... является одним из видов хронофагов
- 16 Техника хронометража помогает ...





- 17) Древние греки называли поглотители времени ...
- 18) ... – это учет расходов личного времени путем простой письменной фиксации
- 19) Показателем для хронометража может быть ...
- 20) Лишний шаг в алгоритме жестко-гибкого планирования: «...»
- 21) В контекстном планировании задачи, для которых время исполнения известно заранее, называются ...
- 22) Все контексты можно разделить на ...
- 23) Одним из шагов техники контекстного планирования является ...
- 24) ... – это удачный момент для решения задачи, удачный шанс, нелинейное время.Хронос
- 25) Примеры жесткой задачи: «...»
- 26) Неверно, что ... является шагом алгоритма жестко-гибкого планирования
- 27) Расставьте шаги алгоритма жестко-гибкого планирования дня в порядке их выполнения: ...
- 28) Расставьте шаги техники контекстного планирования в правильном порядке: ...
- 29) ... – это представление информации, которое позволяет увидеть всю совокупность и взаимосвязь элементов и дает возможность эффективно принимать решения
- 30) Для создания эффективного обзора задач важен принцип ...
- 31) Неверно, что ... являются группой инструментов создания обзора
- 32) ...- это эффективный инструмент для планирования и контроля сложно структурированных задач с конкретными сроками
- 33) На рисунке изображен(а) ...
- 34) На рисунке изображен(а) ...
- 35) При использовании многокритериальной оценки каждый вариант оценивается ...





- 36 По матрице Эйзенхауэра важные, но несрочные задачи относятся к категории ...
- 37 Матрица Эйзенхауэра позволяет расставить приоритеты, оценив все задачи по двум критериям – ...
- 38 По матрице Эйзенхауэра неважные и несрочные задачи относятся к категории ...
- 39 ...- значит, принять решение, оценив по определенным критериям, какие из поставленных задач и дел имеют первостепенное значение, какие – второстепенное
- 40 При определении приоритетов с помощью матрицы Эйзенхауэра все задачи делятся на ...
- 41 «...» – это мелкие задачи, на решение которых не требуется много сил и времени, но которые очень неприятны и их хочется отложить
- 42 «...» – это крупные задачи, которые невозможно решить за один раз
- 43 Неверно, что ... является правилом организации эффективного отдыха
- 44 Неверно, что ... является способом самонастройки на решение задач
- 45 «Бифштексы», получаемые в результате «нарезки слона», должны соответствовать ...
- 46 «Бифштексы», получаемые в результате «нарезки слона», бывают ...
- 47 К гибким задачам относится задача «...»
- 48 Один из шагов техники хронометража заключается в том, чтобы ...
- 49 Задачи, привязанные к определенному контексту, в тайм-менеджменте называются ...
- 50 На рисунке изображен(а)...
- 51 ...- это технология, позволяющая использовать невосполнимое время жизни в соответствии со своими личными и бизнес-целями и ценностями
- 52 ... – это удачный момент для решения задачи, удачный шанс, нелинейное время





- 53 ... – это условие или совокупность условий, обстоятельств, наиболее благоприятных для решения какой-либо задачи
- 54 ... является лишним шагом в алгоритме жестко-гибкого планирования
- 55 ... является лишним шагом в алгоритме жестко-гибкого планирования
- 56 ... является лишним шагом в алгоритме жестко-гибкого планирования
- 57 ... является лишним шагом в алгоритме жестко-гибкого планирования
- 58 ... является лишним шагом в алгоритме жестко-гибкого планирования
- 59 ... является лишним шагом в алгоритме жестко-гибкого планирования
- 60 ...- это представление информации, которое позволяет увидеть всю совокупность и взаимосвязь элементов и дает возможность эффективно принимать решения
- 61 В контекстном планировании задачи, для которых время исполнения известно заранее, называются ...
- 62 По матрице Эйзенхауэра важные и срочные задачи относятся к категории ...
- 63 По матрице Эйзенхауэра важные, но несрочные задачи относятся к категории ...
- 64 По матрице Эйзенхауэра неважные, но срочные задачи относятся к категории ...
- 65 По матрице Эйзенхауэра неважные и несрочные задачи относятся к категории ...
- 66 Все контексты можно разделить на ...
- 67 Матрица Эйзенхауэра позволяет расставить приоритеты, оценив все задачи по двум критериям – ...
- 68 На рисунке изображен(а)...
- 69 При использовании многокритериальной оценки каждый вариант оценивается ...
- 70 На рисунке изображен(а)...





- 71) ... используется в качестве инструмента для определения личных ценностей
- 72) На рисунке изображен(а)...
- 73) Выявить свои типовые поглотители времени помогает техника ...
- 74) Одним из шагов техники контекстного планирования является ...
- 75) Одним из шагов техники контекстного планирования является составление ...
- 76) Подход, при котором человек полностью зависит от внешних обстоятельств, не влияя активно на свою жизнь, называется ...
- 77) Подход, при котором человек действует вопреки внешним обстоятельствам, активно влияет на свою жизнь, называется ...
- 78) Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 79) Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 80) Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 81) Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является ...
- 82) Правильно сформулированная цель должна соответствовать SMART-критериям, одним из которых является привязка ...
- 83) Используя матрицу многокритериальной оценки для выбора оптимального результата, необходимо определить несколько ...
- 84) ... – это инструмент целеполагания, который помогает не потерять свои цели из виду, служит напоминанием о целях
- 85) Стратегия достижения надцели (действие в проблемной ситуации) – это ...
- 86) Стратегия достижения SMART-цели (действие в задачной ситуации) – это «...»
- 87) Реальные «бифштексы», получаемые в результате «нарезки слона», должны соответствовать ...
- 88) Одним из шагов техники хронометража является ...





- 89 Одним из шагов техники хронометража является ...
- 90 Пример жесткой задачи: «...»
- 91 Пример гибкой задачи: «...»
- 92 Неверно, что ... является шагом алгоритма жестко-гибкого планирования
- 93 Неверно, что ... является шагом алгоритма жестко-гибкого планирования
- 94 Неверно, что ... является шагом алгоритма жестко-гибкого планирования
- 95 Неверно, что ... является шагом алгоритма жестко-гибкого планирования
- 96 Неверно, что ... является шагом алгоритма жестко-гибкого планирования
- 97 Неверно, что ... является шагом алгоритма жестко-гибкого планирования
- 98 Установите соответствие между типами задач и списком задач:
- 99 Установите соответствие между приведенными типами контекстов и списком гибких задач:
- 100 Шаги техники хронометража выполняются в следующей последовательности:
- 101 Расставьте шаги алгоритма жестко-гибкого планирования дня в порядке их выполнения:
- 102 Расставьте шаги техники контекстного планирования в правильном порядке:
- 103 Неверно, что в приведенном плане дня выполнен такой шаг алгоритма жестко-гибкого планирования, как ...
- 104 Установите соответствие между типами задач и задачами

