

GESTÃO DO TEMPO E PRODUTIVIDADE

Ementa

A gestão do tempo como competência fundamental para a atuação profissional e o planejamento pessoal. As ferramentas e tecnologias utilizadas na gestão do tempo. A relação entre hábito, disciplina, produtividade e gestão do tempo

Temas

1. O que é o tempo
2. Gestão do tempo
3. Gestão da agenda
4. Modelos de gestão de tempo
5. Gestão do tempo e qualidade de vida

Referências bibliográficas

- BARBOSA, Christian. Triade do Tempo. Rio de Janeiro: Elsevier Brasil, 2008.
- BAUMAN, Zygmunt. Modernidade líquida. São Paulo: Schwarcz-Companhia das Letras, 2001.
- BIRD, Polly. Gestão do tempo. São Paulo: Leya, 2020.
- CIRILLO, Francesco. A técnica pomodoro. Editora Sextante, 2019
- DE MASI, Domenico; PALIERI, Maria Serena. O ócio criativo. Rio de Janeiro: Sextante, 2000.
- DUHIGG, Charles. O poder do hábito: por que fazemos o que fazemos na vida e nos negócios. Objetiva, 2012.
- KAHNEMAN, Daniel. Rápido e devagar: duas formas de pensar. Editora Objetiva, 2012.
- MYLES, Tamara Schwambach Kano. Produtividade máxima. Editora Sextante, 2015.
- SUTHERLAND, Jeff. SCRUM: A arte de fazer o dobro de trabalho na metade do tempo. São Paulo: Leya, 2014.
- THEML, Geronimo. Assuma o comando da sua vida: Chegou a hora de parar de tentar e começar a conseguir. Editora Gente, 2020.