



# CURSO TIME MANAGEMENT

Plan de estudio



educación 





---

## Nuestro propósito

**Transformar positivamente la vida de las personas.**

Queremos que seas protagonista en la transformación que estamos viviendo. Por eso, nos comprometemos a capacitarte para que estés al día con las necesidades digitales actuales.

Te invitamos a trabajar en conjunto para que descubras tu mejor versión y la potencies. Anímate, toma las riendas de tu futuro.

Code your future!

## Contenido del curso

Gestiona tu tiempo como profesional digital. Define prioridades, gana foco y usa IA para trabajar mejor, delegar con criterio y lograr resultados reales.

## Prácticas en clase

Realizarás ejercicios aplicados que te permitirán llevar la gestión del tiempo a situaciones reales de estudio y trabajo. Conectarás visión, prioridades y acción, construyendo tu propio sistema de organización con apoyo de IA.

- Diseñarás tu Master Plan personal y profesional, integrando roles, objetivos a largo plazo y metas SMART.
- Gestionarás tu foco en contextos de alta demanda, aplicando vaciado mental, batching y protección del tiempo profundo.
- Analizarás y mejorarás tus hábitos de productividad, trabajando sobre procrastinación, multitarea y uso consciente de Pomodoro.
- Automatizarás tareas repetitivas, creando reglas, FAQ y criterios claros para reducir carga operativa.
- Delegarás tareas y decisiones de forma efectiva, utilizando IA para mejorar la claridad, el seguimiento y la comunicación.

Estas prácticas están pensadas para que tomes control de tu tiempo, reduzcas la sobrecarga diaria y sostengas resultados reales en el mediano y largo plazo.

## ¿Qué aprenderás?

- Organización efectiva de actividades diarias.
- Priorización clara según objetivos y contexto.
- Valor estratégico del tiempo profesional.
- Objetivos SMART aplicados con IA.
- Planificación personal y laboral con GTD.
- Gestión consciente de agenda y pendientes.
- Reducción de distracciones e interrupciones.
- Mejora del foco y la productividad personal.
- Control práctico de la procrastinación.
- Uso de Pomodoro con apoyo de IA.
- Comunicación efectiva con equipos y clientes.
- Delegación y automatización con seguimiento.

# Plan de estudios

1

## Prioridades y objetivos

- ¿Qué es el time management?
- Tiempo vs dinero en el trabajo.
- Valor real del tiempo personal.
- Enfoque de planificación macro y micro.
- Planificación escalonada con IA.
- Master plan asistido por IA.
- Clarificación de roles profesionales.
- Definición efectiva de objetivos.
- Objetivos SMART con apoyo de IA.
- Planificación estratégica de objetivos.
- Cuadrante de tareas y prioridades.
- Regla de Pareto aplicada al trabajo.
- Concepto de productividad profesional.
- Diferencia entre eficacia y eficiencia.

2

## Hábitos efectivos e inefectivos

- Metodología Getting Things Done (GTD).
- Aplicación práctica de GTD con IA.
- Comunicación efectiva en el trabajo.
- Uso eficiente del email.
- Inbox cero paso a paso.
- Planificación efectiva de la agenda.
- Gestión consciente de pendientes.
- Trabajo efectivo con otras personas.

- Relación jefe-empleado productiva.
- Relación profesional con pares.
- Relación efectiva con clientes.
- Gestión de vencimientos y plazos.

### 3

## Enemigos de la productividad

- Orígenes de la procrastinación.
- Herramientas contra la procrastinación.
- Multitarea y sus impactos reales.
- Técnica Pomodoro con IA.
- Técnicas para mejorar foco y resultados.
- Ritmos del día y productividad personal.
- Estrategia de Jerry Seinfeld.
- Riesgos del perfeccionismo.
- Manejo consciente de interrupciones.

### 4

## Automatización y delegación

- Beneficios de la automatización.
- Identificación de tareas automatizables.
- Reglas para optimizar el tiempo.
- Uso de respuestas predefinidas.
- Batcheo de tareas.
- Gestión de preguntas frecuentes (FAQ).
- Delegación asistida por IA.
- Principios clave de la delegación.
- Límites de la delegación efectiva.
- Delegación de decisiones.
- Delegación de tareas operativas.

- Pasos para delegar de forma efectiva.

## Modalidad del Curso

### Duración

3 semanas / 12 h

### Frecuencia semanal

2 encuentros de 2 h

### Modalidad

Online en vivo

### Grupos reducidos

Promedio 20 personas

## Nivel: Intermedio



Principiante

Intermedio

Avanzado

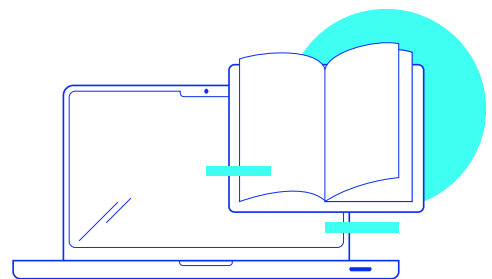
Experto

## Requisitos

No se necesita experiencia previa ni conocimientos técnicos.

## Dedicación fuera de clase

Además de las horas de clase, recomendamos que inviertas 4 h semanales extras para realizar los desafíos complementarios, estudiar el material de lectura y completar los exámenes del Alumni.



## ¿Cómo será tu experiencia?



### Aprender haciendo

Ejercita y pon en práctica lo estudiado.



### Trabajo en equipo

Une esfuerzos y potencia los resultados.



### Clases grabadas

Consúltalas las veces que quieras.



### Profesores expertos

Aprende de gigantes de la industria.



### Asistente académico

Recibe soporte dentro y fuera de clase.



### Plataforma Alumni

Encuentra recursos, materiales y clases.

## ¿Por qué Educación IT?



### IT Créditos

Gana puntos al aprobar los exámenes de los cursos. Luego, podrás canjearlos por nuevos cursos sin costo alguno. Los IT Créditos que acumules no vencen ni se devalúan.



### Garantía de aprendizaje

Si necesitas reforzar conceptos, recuperar clases o no estás satisfecho, ¡vuelve a tomar el curso sin ningún costo! Puede ser de forma total o parcial.



### Comunidad en Discord

Mantente en contacto con la comunidad de EducaciónIT a través de nuestro servidor de Discord. Podrás hablar con tus compañeros, profesores, asistentes académicos y soporte.

## Preguntas frecuentes

**Si me pierdo una o más clases, ¿puedo recuperarlas?**

Todas las clases quedan grabadas de por vida en tu plataforma Alumni. ¡Siempre podrás volver a verlas cada vez que lo necesites!

**¿Cómo voy a aprender?**

Te enfrentarás a situaciones de trabajo reales, en donde tendrás que aplicar lo aprendido de forma individual y en equipo. Por medio de la prueba y el error, irás superando desafíos y obteniendo nuevas habilidades que luego podrás aplicar en el ámbito laboral.

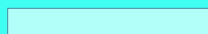
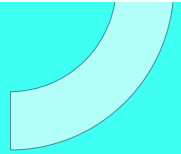
**¿Cómo son las clases online en vivo?**

Las clases duran entre 2 y 3 horas de lunes a viernes (sábados 3 o 4 hs) y se desarrollan de forma online en vivo en aulas virtuales, donde vas a poder interactuar con el instructor y tus compañeros.

Manejamos cupos reducidos para que puedas tener un seguimiento más personalizado durante tu aprendizaje.



[www.educacionit.com](http://www.educacionit.com)





@educacionit

---