

Módulo 7: Gestão de Tempo

Sub-Módulo 7.1: Análise dos Hábitos de Trabalho

Data: 27 de Maio 2014

Duração: 15 minutos

Nome:

Classificação:

Assinatura do formador:

Critérios de avaliação:

- Só é permitida uma tentativa.
- O teste está cotado para 50 pontos e cada questão tem assinalado os pontos que lhe são correspondentes.
- O teste estará disponível na plataforma até às 23:59 do dia 28/05/2014

(2 pontos) Pergunta 1

Os nossos hábitos de trabalho podem ser melhorados através de várias estratégias.

Das seguintes afirmações escolha as que se encontram corretas. Selecione uma ou mais opções de resposta:

- a) Ter presente os princípios da gestão de tempo
- b) Identificar os desperdiçadores de tempo
- c) Aplicar a procrastinação
- d) Utilizar economizadores de tempo
- e) Executar e realizar o acompanhamento da agenda

(3 pontos) Pergunta 2

Uma das estratégias para desenvolver excelentes hábitos de trabalho é através da utilização de economizadores de tempo.

Dos seguintes exemplos, **selecione uma ou mais opções de resposta** que exemplifiquem os mesmos:

- a) Gerir as reuniões
- b) Aprender a dizer “não
- c) Perfeccionismo
- d) Estabelecer prioridades
- e) Reservar tempo para pensar

(3 pontos) Pergunta 3

A Lei de Pareto é um dos princípios da gestão de tempo.

Das seguintes afirmações, escolha a resposta correta:

- a) 40% dos nossos esforços geram 60% dos nossos resultados
- b) 20% dos nossos esforços geram 80% dos nossos resultados
- c) 30% dos nossos esforços geram 70% dos nossos resultados

(2 pontos) Pergunta 4

Classifique a seguinte afirmação de acordo com a sua veracidade:

O tempo investido num trabalho varia em função do tempo disponível e não do tempo necessário

Selecione uma das seguintes opções, de acordo com a veracidade da afirmação:

- a) Verdadeiro
- b) Falso

Soluções:

Pergunta 1. Opção a); b); d) e e)

Pergunta 2. Opções a); b) e d)

Pergunta 3. Opção b)

Pergunta 4. Opção a)