**Информационно-аналитическая справка**

**по итогам проведения городского семинара-практикума**

2 ноября 2023 г на базе ИМЦ УО г. Орска был проведен семинар-практикум «Эффективный тайм-менеджмент» для заместителей директоров по ВР ОУ города (ведущие Вавилина И.П., Ткаченко Т.В.).

В семинаре-практикуме приняли участие 18 человек СОШ № 1, 2, 4, 11, 15, 17, 24, 27, 28, 33, 38, 40, 49, 51, ООШ № 41, 63, гимназии № 2, лицея №1.

Цель: актуализировать знания участников по проблеме прокрастинации, познакомить с некоторыми методами и приемами ее решения

На семинар-практикум приглашались заместители директоров по ВР со стажем в должности до 5 лет. На семинаре было рассмотрено такое явление как прокрастинация, изучен механизм его возникновения, причины и практические приемы по преодолению данной проблемы.

В ходе семинара-практикума участники делились собственным опытом распределения времени, работы с жизненными приоритетами и ценностями.

По отзывам участников, данный семинар-практикум помог им актуализировать имеющиеся знания, утвердиться в правильности своих позиций, а также выйти за рамки работы, отдохнуть, познакомиться с молодыми специалистами, только вступившими в должность.

<https://cdt.orskschool.ru/news-svc/item?id=582327&lang=ru&type=news&site_type=school>

Педагог-психолог Ткаченко Т.В.

Психологическая служба ЦРТДЮ «Созвездие»