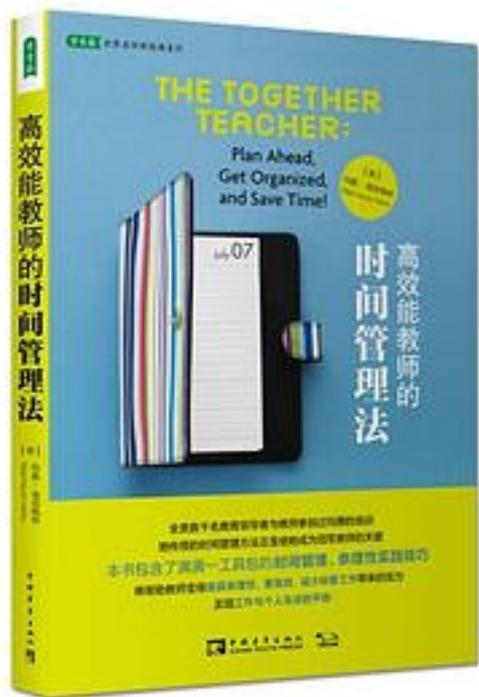


《高效能教师的时间管理法》



[《高效能教师的时间管理法》 下载链接1](#)

著者:[美] 玛雅·海克梅林

出版者:中国青年出版社

出版时间:2014-1-1

装帧:平装

isbn:9787515321073

教师的工作通常很繁忙，高效教学的秘密是提前做好计划。《高效能教师的时间管理法》不仅为教师传授了关键的时间管理与条理性技巧，还提供了一些工具、案例和模板来支撑这些技巧。书中还有许多在职业生涯不同阶段的杰出教师的案例，在章节的最后，还分享了一位教师从起床到入睡一天的时间安排。不管你教学多久，你都可以向这些高效能教师学习，使你变得更有条理性，更好地提前计划，建立个人的时间管理系统。

本书的时间规划不仅覆盖学校，同时也涵盖个人生活。通过高效的时间管理，即便是再繁忙的教学工作，也不至于让教师失去自己个人的生活。你不用再带工作回家，你可以在学校里有好的表现，同时也有时间与家人朋友联系、健身、阅读……

本书将帮助教师养成时间管理的习惯，节省出更多时间，最终达成有条不紊、井然有序的高效教学，并且实现工作与个人生活的平衡。

作者介绍:

玛雅海克梅林了解教学工作的压力，当她刚开始教学时，每周都要工作80~90个小时。她发现如果教师没有一个时间管理系统，将导致压力、焦虑，最终筋疲力尽。为了不让自己迷失在工作中，她做了最后一点努力。她翻阅了大量时间管理的经典著作，但发现这些无法完全契合教师这一独特职业。经过漫长反复的尝试，她终于创造了一个能够培养高效能、有条理教师的时间管理系统。

玛雅曾是一名“为美国而教书”组织的教员，三年之后，该组织认可了她的巨大成功，恳请她出任120名新教师的带头人，于是她开始负责新教师培训。自2007年起，她一直出任“成就优先”组织的首席人才官，负责对其下辖的20多所学校中所有雇员的招募、培养和评估过程进行监督。

目录: 赞言

前言

简介

第一章 时间管理的准则 & 工具

第二章 不再错过任何截止日期

第三章 把所有待办事项汇集在一起

第四章 如何追踪你的教学点子

第五章 会议/培训的后续跟进

第六章 筹划你的时间表，打造完美的一周

第七章 最大限度利用上下班、备课期的时间

第八章 清除高效时间管理的阻碍

结语 成为一名高效能教师

• • • • • [\(收起\)](#)

[《高效能教师的时间管理法》_下载链接1](#)

标签

时间管理

自我提升

工具书

教育

生活手册

教学

教育教育

整理

评论

二刷还是挺喜欢~有很多实例，读起来不枯燥，可参考的价值也比较大。不光适合老师，是对大部分人都会有帮助的时间管理书。

亚马逊送书。居然有人专门为老师写时间管理书，真是让我吃了一惊。是时间管理的一种很好的示范。理论是综合其他时间管理的理论。我个人收获不大。

书中提供的时间管理模板值得应用于实际生活中。另，书中的教师几乎都是6.00左右起床，7点到学校，这点令我惊讶。。。

这本书搭配起来看别的个人管理类书籍简直是超级棒！补充了很多实例，有很多启发。作为一本送的书我已经很满足了

目标~~

比较好，适合教师工作

11.11.18读完

有点啰嗦，可能职业原因或者表达方式问题，不是特别实用

2016.9.1 周四 阴天 于平台

其实就是几个软件能搞定的事……

好用。

提前制定计划！亘古不变

「2018之4」自己已经试起来的tips：1.
把所有的事包括工作与个人事物记一个地方，从长远的全局的角度来整理规划事件（纸质或电子，但要方便随时更新）；2.
按照注意力情况安排工作时间与内容，将不需要费脑的工作和费脑的工作分开做。

正在实践中～过段时间来汇报

综合日程、精力分配、想法备忘录的部分很好，可以借鉴。不然很容易耗时、低效。

不需要买的书。里面有两点可以提醒一下：一是把所有的事记一个地方（纸质或电子）；二是按照注意力调整工作时间，将不需要费脑的工作和费脑的工作分开（大块时间和零散时间）做。另外就是参考一下别人的计划表，已经上传到效率相册。反正我之前很少做计划，现在应该多学习一些时间管理技巧。

[《高效能教师的时间管理法》_下载链接1](#)

书评

作为一个精力低于平均值又容易焦虑的老师我实在太爱这本书了。尤其是在看到美国新教师的周时间表上写着5点30分起床，6点30分到校课前准备，且此表的名字叫“凯特的完美一周”以后，我觉得我没有什么可以抱怨的，干一行爱一行妥妥的！作为一个手帐新人，我也很爱这本书。它...

对于作为教师的我而言，还是很有启发的。可能对于非教师行业的人，可能很难理解教师工作的繁琐、复杂。但是不管什么行业的读者，都能从中吸取一些有益的经验来建立或调整自己时间管理系统。下面整理了一些干货：
1.高效能的5种核心技能：分清主次、有计划、有条理性、具备执行...

[《高效能教师的时间管理法》_下载链接1](#)