# مفهوم إدارة الوقت وأهميته

## مفهوم إدارة الوقت:

الوقت: جزء من الزمن (ماضٍ – حاضر – مستقبل)، ويُقاس بـ:

- الدقيقة.
- الساعة.
- اليوم.

إدارة الوقت: استخدام مجموعة من الطرق والوسائل لتنظيم الوقت واستثماره لتحقيق الأهداف.

## أهمية إدارة الوقت:

تُعد إدارة الوقت من المهارات الأساسية، ومن أهم فوائدها:

- إنجاز المهام في الوقت المناسب.
- تقليل التوتر والضغط.
- زيادة الإنتاجية.
- تحقيق التوازن بين الدراسة والحياة الشخصية.

الشعور بالرضا والمسؤولية.