



Планирование недели по квадратам Эйзенхауэра

С
5.10-11.1
0

Выполнила студентка 2-го курса
Короткова Юлия
ФО-260004

Срочно

Не срочно

Важно

1

Авралы
Конфликты
Проекты с жесткими сроками
Неожиданные возможности

2

Планирование
Анализ
Обучение
Построение отношений
Профилактика
Проекты по совершенствованию
Развитие
Полноценный отдых

Не важно

3

Текучка
Действия не в своей зоне
ответственности
Пустые собрания
Свопки
Просьбы
Незначимые люди

4

Перебирание бумаг
Высживание дела, которое не
идет
Серфинг по инету
Курилка
Праздность
Тупой просмотр ТВ программ

Четверг

5.10

- | | |
|---|-------------|
| ☐ Завтрак , собираюсь на пары , иду на пары | 10:00-12:00 |
| ☐ Пара физкультуры | 12:00-13:30 |
| ☐ Пары английского языка | 12:15-17:30 |
| ☐ Пара Архитектура ЭВМ | 17:30-19:05 |
| ☐ Пара программирования | 19:15-20:40 |
| ☐ Поход в магазин, дорога в общежитие | 20:40-21:30 |
| ☐ Душ | 21:0-22:00 |
| ☐ Ужин | 22:00-22:30 |
| ☐ Уроки | 22:30-1:00 |
| ☐ Сон | |



Пятница

6.10

- ☐ Завтрак, поездка домой 6:00-8:00
- ☐ Тренируюсь рисовать 10:00-12:00
- ☐ Работа-хобби 12:00-21:00
- ☐ Встреча с подругой, поездка в магазин, отдых 21:00-21:00
- ☐ Сон



Суббота

7.10

- | | |
|------------------------------|-------------|
| ☐ Завтрак, собираюсь на пару | 7:00-9:00 |
| ☐ Поездка в Екатеринбург | 9:00-11:00 |
| ☐ Поездка на пару | 11:00-12:00 |
| ☐ Пара программирования | 12:00-13:30 |
| ☐ Поездка домой | 13:30-17:00 |
| ☐ Ужин | 17:00-18:00 |
| ☐ Работа-хобби | 18:00-21:00 |
| ☐ Покраска волос , душ | 21:00-00:00 |
| ☐ Уроки | 00:00-3:00 |
| ☐ Сон | |



Воскресение

8.10

- | | |
|----------------|-------------|
| ☐ Завтрак | 8:00-9:00 |
| ☐ Работа-хобби | 9:00-12:00 |
| ☐ Обед | 12:00-12:15 |
| ☐ Работа-хобби | 12:15-15:00 |
| ☐ Ужин | 17:00-17:30 |
| ☐ Работа-хобби | 17:30-21:00 |
| ☐ Собираю вещи | 21:00-21:30 |
| ☐ Душ | 21:30-22:00 |
| ☐ Уроки | 22:00-3:00 |



Понедельник

9.10

- ☐ Завтрак, собираюсь на пары 7:00-9:00
- ☐ Поездка в Екатеринбург 9:00-11:00
- ☐ Поездка в общежитие 11:00-12:00
- ☐ Уроки 12:00-15:00
- ☐ Иду на пары 15:00-16:00
- ☐ Пары самоменеджмента и самопрезентации 16:00-19:05
- ☐ Пара проектного практикума 19:05-20:40
- ☐ Дорога в общежитие 20:40-21:00



Вторник

10.10

- ☐ Завтрак, собираюсь на пары, иду на пары 8:00-10:00
- ☐ Пара системной инженерии 10:15:11:45
- ☐ Пары Дискретной математики 12:00-15:45
- ☐ Пара экономической теории 16:00-17:30
- ☐ Дорога в общежитие 17:30-18:00
- ☐ Душ 18:00-19:00
- ☐ Ужин 19:00-19:30
- ☐ Уроки 19:30-3:00



Среда

11.10

- | | |
|---|-------------|
| ☐ Завтрак, собираюсь на пары, иду на пары | 7:00-8:30 |
| ☐ Пара теории вероятности | 8:30-10:00 |
| ☐ Пара физкультуры | 10:15-11:45 |
| ☐ Обед | 11:45-12:00 |
| ☐ Уроки | 12:00-15:00 |
| ☐ Перекус , отдых | 15:00-15:30 |
| ☐ Уроки | 15:30-19:00 |
| ☐ Ужин, отдых | 19:00-19:30 |
| ☐ Уроки | 20:00-3:00 |



Итоги недели (в часах):

В каком квадрате я в большей мере прожила эту неделю



□ Важно и срочно: 24 ч. 

□ Важно и не срочно: 54,5 ч.

□ Не важно и срочно: 45,5 ч. 

□ Не важно и не срочно: 3 ч. 