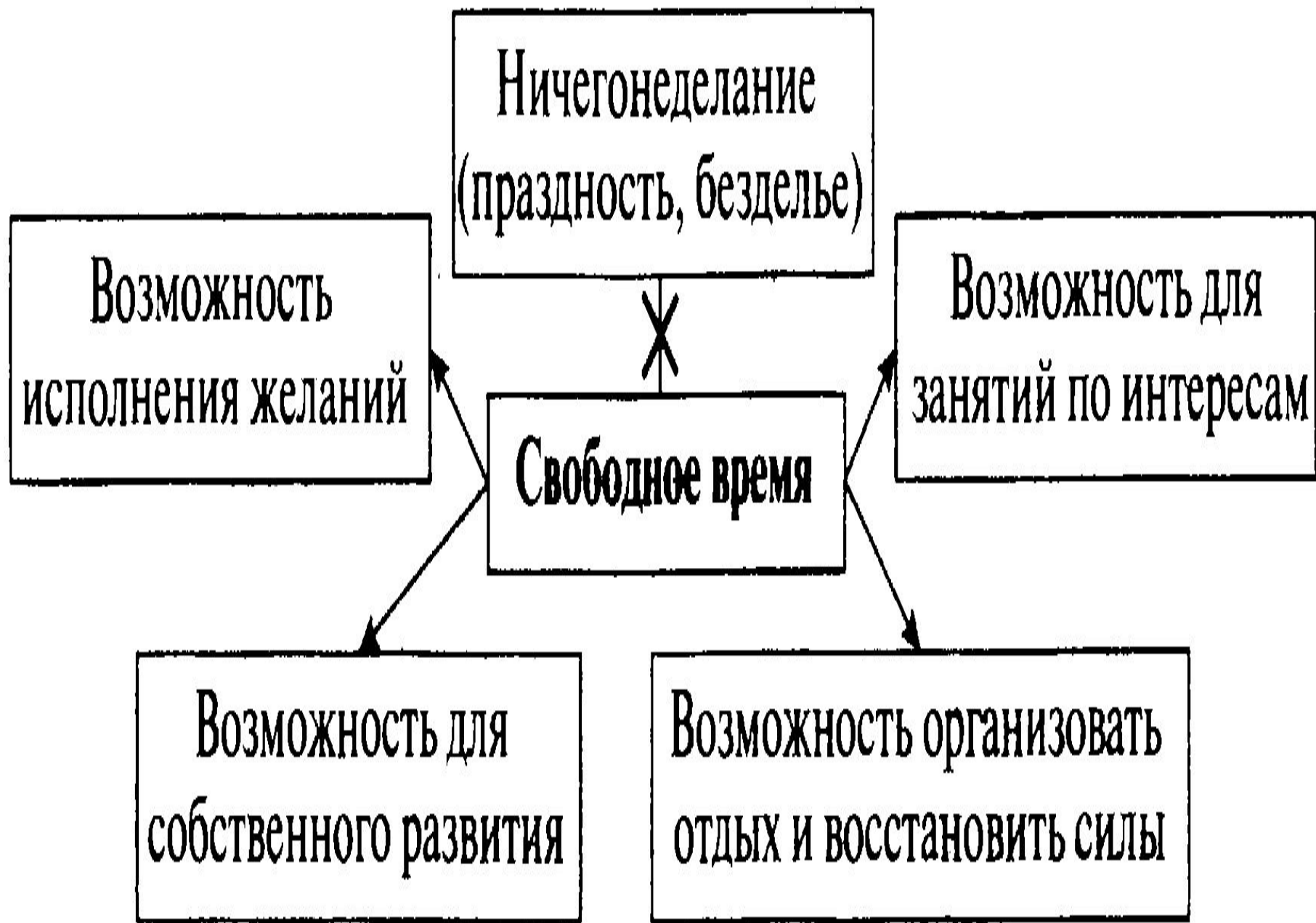


Мир увлечений

Учитель истории и обществознания: Иван
Николаевич Тимошков



Свободное время – часть внерабочего времени, остающаяся у человека (группы, общества) за вычетом непреложных, необходимых затрат.

Свободное время

- **Время, которое остаётся после выполнения обязательных дел**
- **Время, которым ты сам распоряжаешься, которое распределяешь по своему усмотрению, то есть делаешь то, что тебе хочется**
- **Это время для разнообразных свободных занятий которые каждый сам себе выбирает**

Как использовать время правильно

1. Составьте список всего, что вам нужно сделать. Внесите в него и самые маленькие дела, не сосредоточивайтесь только на больших.
2. Разместите в самом верху списка то, по вашему мнению, следует в первую очередь. Также отметьте дела, которые можно сделать в любое время.
3. Выделите те дела, которые можно выполнить быстро и сразу. Если вы хотите использовать свое свободное время правильно, у вас должно быть несколько дел, которые можно

сделать, к примеру, во время телерекламы.

4. Выделите те дела, которые должны выполняться ежедневно. Для этого просто проанализируйте список, и вы поймете, что некоторые пункты не относятся к важным каждодневным делам. Н-р, приготовить ужин необходимо, а мойку окон можно и отложить.

5. Управляйте своим временем. Если кто-то хочет отнять у вас драгоценное время, рассказывая сплетни, уйдите от этого разговора. Бессмысленно тратить свое время на досужие разговоры.

6. Убедитесь, что предметы, которые нужны для выполнения дел, находятся рядом. Чем меньше лишних шагов, тем больше экономия времени. Прежде чем идти в продуктовый магазин, составляйте список всего необходимого.

7. Проверьте список дел, которые вы выполнили за день, и напишите задачи на следующий. Поставьте вверху списка те дела, которые не были выполнены в срок.