

УДК 378:005.32(07)

ББК 74.58я7

Р 44

Рецензенты

доктор педагогических наук, профессор **А.В.Кириякова**

доктор педагогических наук, профессор **А.Н.Ксенофонтова**

Реунова, М.А.

Р 44 Ежедневник студента ОГУ : рабочая тетрадь / М.А. Реунова; Оренбургский гос.ун-т. - Оренбург : ОГУ, 2012. – 409с.

ISBN

Рабочая тетрадь «Ежедневник студента ОГУ» (к учебному пособию «Тайм-менеджмент студента университета») развивает умения самоорганизации студента: целеполагания, планирования на кратко-, средне-, долгосрочную перспективу, расстановку приоритетов. Способствует развитию организованной и успешной личности студента.

Рабочая тетрадь предназначена для студентов, обучающихся по программам высшего профессионального образования по направлению подготовки 080200.62 Менеджмент.

Может быть рекомендовано студентам всех направлений подготовки, а также преподавателям и аспирантам.

УДК 378:005.32(07)

ББК 74.58я7

ISBN

© Реунова М.А., 2012

© ОГУ, 2012

## Обращение к студенту

### Дорогой студент!

Умеешь ли ты правильно и эффективно использовать свое время? Как нужно рационально управлять им? Время – это единственное, что действительно принадлежит нам, и в нашей власти распорядиться им достойно. Великий парадокс времени гласит: сколько бы его не было отпущено, никогда его не хватает. Научиться управлять временем – задача непростая, но достижимая! Каждую неделю на учебу и отдых нам отпущено 108 часов, 10080 минут или 604800 секунд. Чувствуешь ли ты свое время? Умеешь правильно планировать свой день, расставлять приоритеты, выделяя главные цели и задачи? Этот ежедневник поможет достичь любые учебные цели и стать хозяином своего времени. Ведь ничто не заполнит пустоту потерянного дня.

И еще... народная мудрость: дом потеряешь – можешь выстроить новый, деньги потеряешь – можешь заработать еще, время потеряешь – потеряешь все. Попробуй посмотреть на свой день как на маленькую жизнь!

Реунова Мария

## Личные данные

Ф.И.О. студента \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Факультет \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Кафедра \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Специальность \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Курс \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

Домашний адрес \_\_\_\_\_

Телефон \_\_\_\_\_

Электронная почта \_\_\_\_\_

Другие данные \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Таблица 1– Планирование долгосрочных целей

| Ключевая область                      | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 |
|---------------------------------------|------|------|------|------|
| I. Учебная деятельность               |      |      |      |      |
| Научно-исследовательская деятельность |      |      |      |      |
| Спортивная деятельность               |      |      |      |      |
| Практика                              |      |      |      |      |
| Факультативы                          |      |      |      |      |
|                                       |      |      |      |      |
| II. Личное развитие                   |      |      |      |      |
|                                       |      |      |      |      |
|                                       |      |      |      |      |
| III. Изучение иностранных языков      |      |      |      |      |
|                                       |      |      |      |      |