



Советы первокурснику:

как эффективно использовать свое время

Лекции, семинары, домашние задания, встречи с друзьями, участие в общественных организациях, еще нужно выкроить время на общение с семьей. Знакомая ситуация для первокурсника. Простые советы по планированию собственного времени, помогут не тратить драгоценные минуты на пустяки и не нервничать из-за нежелательных опозданий.

Планируйте и записывайте

Планируйте и записывайте в ежедневник все ваши занятия, задания, встречи, собрания, и у вас будет четкое представление о своем расписании на каждый день, неделю и месяц. Прежде всего выполняйте то, что не требует отлагательств. Правильно распределить приоритеты поможет список задач, который нужно составлять ежедневно. Вверху напишите самые важные задачи и события. Возьмите за правило использовать всегда только один ежедневник, которым вам удобно пользоваться: телефон, компьютер или бумажный планер. Если у вас будет несколько ежедневников, будьте уверены в том, что вы обязательно что-то забудете!

Вычеркивайте то, что вы уже сделали. Когда вы вычеркните выполненную задачу, вы почувствуете огромный прилив сил!

Не откладывайте на потом

Вам осталось дочитать только лишь последний параграф статьи? Помните, что самым главным врагом организации времени является отсрочка выполнения задания! Не отступайте от намеченных дел и заданий, не забывайте известную мудрость: никогда не откладывай на завтра то, что можно сделать сегодня!

Ставьте перед собой цели

Поставьте перед собой цели, которые вы можете достичь в течение дня, недели, месяца, года. Попробуйте нарисовать то, каким вы видите себя через некоторое время, и то, кто и что вас будет окружать. Повесьте картинку на видное

место, например, на холодильник. Вы всегда будете помнить о том, что запланировали и обязательно достигнете своих целей! И совсем не обязательно ставить цели только по обучению или работе, подумайте и о личной жизни, что бы вам хотелось изменить или улучшить? А может вам хочется встретить новую любовь или отложить определенную сумму денег на какую-нибудь покупку?

Определите время суток, в которое вы наиболее активны

У каждого из нас есть определенные часы в сутках, когда любая работа выполняется с максимальной продуктивностью. Кто-то лучше всего справляется с трудными задачами рано утром, кто-то после обеда, а кто-то вечером или даже ночью. Выполнение самой сложной работы именно в «ваши» рабочие часы намного облегчит вам жизнь. Остальное время можно использовать на более легкие задачи.

Каждому бы хотелось, чтобы в сутках было больше часов, но, так как это просто невозможно, используйте каждый миг своего времени продуктивно. Каждую секунду упражняйтесь в организации своего времени - это поможет вам в построении удачной жизни в будущем!