Экстремальный тайм-менеджмент

Колесо жизни

Колесо жизни

План

ок

- Нарисовать 2 картины к 30.12
- Купить краски, холст и кисть
- Посмотреть 2 мастер класса по рисованию
- Встретиться с Аней (художница)
- Выписать идеи картины
- Нарисовать чертёж/эскиз
- Нарисовать картину

не ок

- Нарисовать 2 картины
- Заниматься спортом
- Ходить на выставки
- Выставки
- Чтение
- Ещё одно действие, которое не имеет ни конкретики, ни сроков, ни периодичности

Google-календарь

Календарь | СЕГОДНЯ | Апрель 2018 | Месяц | G Suite

Апрель 2018

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

Добавить календарь

Мои календари
- Андрей Бредихин
- Большой Куш
- Дни рождения
- Задачи
- Напоминания

Другие календари
- Праздники РФ

Пн 26	Вт 27	Ср 28	Чт 29	Пт 30	Сб 31	Вс 1 апр
2 07:00 Просыпаюсь+завтракаю 08:00 Сборы+дорога до зала 08:30 Тренировка бицепс+спина Ещё 10	3 10:00 Просыпаюсь+иду в магазин 11:00 Готовлю на следующие 3 дня 12:00 Переношу тренировки в кале Ещё 9	4 06:00 Просыпаюсь+легкий перекус 07:00 Дорога в Рокет 08:00 Рокет Ещё 4	5 Прослушивание Believer 06:00 Просыпаюсь+легкий завтрак 07:00 Дорога в рокет Ещё 5	6 10:00 Просыпаюсь+кушаю 11:00 Уборка 12:00 Хаксли Ещё 8	7 08:00 Просыпаюсь+магаз 09:00 Душ+еда 09:30 Дорога Ещё 8	8 08:00 Просыпаюсь+еда 09:00 Дорога 10:00 Встреча с Евой Ещё 5
9 06:30 Просыпаюсь+Дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога в зал Ещё 3	10 06:30 Просыпаюсь+дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога в зал Ещё 3	11 11:00 Встаю+еда+душ 12:00 Дорога в зал 12:30 Ноги+плечи Ещё 6	12 10:00 Просыпаюсь, еда, в зал 11:30 В зал 12:00 Бег Ещё 5	13 06:30 Просыпаюсь+дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога домой+Оруэлл 21:00 Купить мазь, составить план+	14 06:30 Просыпаюсь+дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога домой+Оруэлл Ещё 2	15 06:30 Просыпаюсь+дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога в зал + Оруэлл Ещё 3
16 08:30 Просыпаюсь+Дорога 10:00 Встреча с Дариной 12:00 Еда Ещё 4	17 09:00 Просыпаюсь+душ+еда 10:00 Танюша 13:00 Дорога в зал Ещё 8	18 06:30 Просыпаюсь+Дорога 08:00 Рокет 13:30 Собрание Ещё 3	19 06:30 Просыпаюсь+Дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога в зал 21:00 Команда+Майкл	20 00:00 Катаем с Майклом 04:00 Сон 13:00 Еда Ещё 3	21 09:00 Просыпаюсь+Еда 10:00 Дорога в Рокет 11:00 Доп в Рокете NZT 23:00 Домой+Сон	22 11:00 Просыпаюсь+Еда 13:00 Дорога в зал 13:30 Грудь+Трицепс Ещё 4
23 06:00 Просыпаюсь+Дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога в зал Ещё 2	24 06:00 Просыпаюсь+Дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога Ещё 2	25 00:45 Домой+Сон 10:00 Просыпаюсь+Еда 11:30 Дорога Ещё 8	26 11:00 Просыпаюсь+Еда 12:30 Дорога 13:00 Бицепс+Спина Ещё 4	27 07:00 Просыпаюсь+дорога в Рокет 09:00 Рокет 21:00 Домой+сон	28 06:30 Просыпаюсь+Дорога 08:00 Рокет 20:00 Дорога в зал Ещё 2	29 06:30 Просыпаюсь+Дорога 08:00 Рокет 20:00 Домой 21:00 Шмотки к Н.Н.+сон
30 Праздник Весны и Труда 01:00 Нижний	1 мая Праздник Весны и Труда 01:00 Нижний	2 Праздник Весны и Труда 01:00 Нижний 12:00 Сон 20:00 Рокет	3 08:15 Завтрак с Стаканчиком 09:00 Дорога 10:00 Сон Ещё 3	4 10:45 Просыпаюсь+завтрак 11:30 Дорога 12:00 Грудь+трицепс Ещё 4	5 11:30 Просыпаюсь+еда 14:00 митинг 18:30 Книги	6 08:30 просыпаюсь+еда 10:00 Гребля 11:30 В гараже с Влад Ещё 2

Календарь | СЕГОДНЯ | Апрель 2018 | Неделя | G Suite

Апрель 2018

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

Добавить календарь

Мои календари
- Андрей Бредихин
- Большой Куш
- Дни рождения
- Задачи
- Напоминания

Другие календари
- Праздники РФ

Мои календари
- Андрей Бредихин
- Большой Куш
- Дни рождения
- Задачи
- Напоминания

Другие календари
- Праздники РФ

GMT+03

Пн 16
- Просыпаюсь+Дорога 08:30–10:00
- Встреча с Дариной 10:00–16:00
- Еда
- Домой 16:00–17:00
- Еда 17:00–18:00
- Бег 18:00–19:30
- Дом+план на неделю 19:30–22:00

Вт 17
- Просыпаюсь+душ+еда 09:00–10:00
- Танюша 10:00–13:00
- Дорога в зал, 13:00
- Бицепс+спина 13:30–15:00
- Домой, 15:00
- Еда 15:30–16:30
- Дорога 16:30–17:15
- ЧДМ+Серёга 17:15–19:30
- Домой 19:30–20:30
- План, 20:30
- Сон 21:00–22:00

Ср 18
- Просыпаюсь+Дорога 06:30–08:00
- Рокет 08:00–20:00
- Собрание, 13:30
- Дорога в зал 20:00–21:00
- Бег 21:00–22:30
- Дома+еда+сон 22:30–23:45

Чт 19
- Просыпаюсь+Дорога 06:30–08:00
- Рокет 08:00–20:00
- Команда+Майкл 20:00–00:00

Пт 20
- Катаем с Майклом 00:00–04:00
- Сон 04:00–13:00
- Еда 13:00–14:00
- Оруэлл 14:00–16:00
- ЧДМ+Майкл 16:00–23:30
- Домой+Сон, 23:30

Сб 21
- Домой+Сон, 23:30
- Просыпаюсь+Еда 09:00–10:00
- Дорога в Рокет 10:00–11:00
- Доп в Рокете NZT 11:00–23:00
- Домой+Сон 23:00–00:00

Вс 22
- Просыпаюсь+Еда 11:00–13:00
- Дорога в зал, 13:00
- Грудь+Трицепс 13:30–16:00
- Домой, 16:00
- Оруэлл 16:30–21:00
- План на неделю 21:00–22:15
- Сон 22:00–00:00

Тайм-менеджмент

Как работать эффективно и планировать время

Календарь | СЕГОДНЯ | Октябрь 2018 | Неделя | G Suite

Октябрь 2018

	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
40	1	2	3	4	5	6	7
41	8	9	10	11	12	13	14
42	15	16	17	18	19	20	21
43	22	23	24	25	26	27	28
44	29	30	31	1	2	3	4
45	5	6	7	8	9	10	11

Добавить календарь

Мои календари

- Никита Мусатов
- Выходные дни
- Вычитки и SWOT'ы
- Дела второй линии
- Задачи
- Замены, допы, отпуска и...
- Летучки
- Личный
- Мой Капитанский
- Напоминания
- Ник - HR

43

	Пн 22	Вт 23	Ср 24	Чт 25	Пт 26	Сб 27	Вс 28
	Рабочий день	Руслан Марченко в Sp Рабочий день	Дима Ханкин в Space Иван Калита в SpaceX Настя Милицына в Sp Рабочий день	Андрей Бубнов в Spac Рабочий день	Яна в ночь Выходной день Валка в Котико Рита и Оля в Ночном . Юля в Робомафии	Выходной день Алекс в Робомафии	Рабочий день
GMT+03	Спорт и душ 05:00, Федеративный пр	Спорт и душ 05:00, Федеративный пр	Спорт и душ 05:00, Федеративный пр	Спорт и душ 05:00, Федеративный пр			Спорт и душ 05:00, Федеративный пр
06:00	Еду в офис 06:00–07:00	Еду в офис 06:00–07:00	Еду в офис 06:00–07:00	Еду в офис 06:00–07:00			Еду в офис 06:00–07:00
07:00	Jira, zendesk, почта, утренние ToDo'шки 07:00–09:00	Jira, zendesk, почта, утренние ToDo'шки 07:00–09:00	Assessment с новенькими 07:00–09:00	Assessment с новенькими 07:00–09:00	Спорт и душ 07:00, Федеративный пр		Jira, zendesk, почта, утренние ToDo'шки 07:00–11:00
08:00					Еду в офис 08:00–09:00		
09:00	Assessment с новенькими 09:00–11:00	SWOT'ы и БАФЫ 09:00–11:00	Jira, zendesk, почта, утренние ToDo'шки 09:00–11:00	Jira, zendesk, почта, утренние ToDo'шки 09:00–11:00	Практика в чате 09:00–00:00		
10:00						Спорт и душ 10:00, Федеративный пр	
11:00	SWOT'ы и БАФЫ 11:00–13:00	Капитанские задания 11:00–14:00	SWOT'ы и БАФЫ 11:00–13:00	SWOT'ы и БАФЫ 11:00–13:00		Стирка/уборка 11:00–14:00 Федеративный пр., 10 корпус 2	Фиксация Яна+Ник 11:00–14:00
12:00							
13:00	Фиксация Николай+Ник 13:00–16:00		Фиксация Яна+Ник 13:00–16:00	Фиксация Аня+Ник 13:00–17:00			
14:00		Болтаю с Никой 14:00–15:00				Гуляю 14:00–21:00 Центральный парк культуры и отдыха им. М.Горького	Болтаю с Яной 14:00–15:00
15:00		Капитанское собрание 15:00–16:00					To Do List 15:00–18:00

Календарь | сегодня | Октябрь 2018 | Неделя | G Suite

Октябрь 2018

	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
40	1	2	3	4	5	6	7
41	8	9	10	11	12	13	14
42	15	16	17	18	19	20	21
43	22	23	24	25	26	27	28
44	29	30	31	1	2	3	4
45	5	6	7	8	9	10	11

Добавить календарь

Мои календари

- Никита Мусатов
- Выходные дни
- Вычитки и SWOT'ы
- Дела второй линии
- Задачи
- Замены, допы, отпуска и...
- Летучки
- Личный
- Мой Капитанский
- Напоминания
- Ник - HR

43

GMT+03

Пн 22	Вт 23	Ср 24	Чт 25	Пт 26	Сб 27	Вс 28
Рабочий день	Руслан Марченко в Sp	Дима Ханкин в Space	Андрей Бубнов в Spac	Яна в ночь		Рабочий день
	Рабочий день	Иван Калита в SpaceX	Рабочий день	Выходной день	Выходной день	
		Настя Милицына в Sp		Валка в Котико	Алекс в Робомафии	
		Рабочий день		Рита и Оля в Ночном .		
				Юля в Робомафии		
Фиксация Николай+Ник 13:00–16:00		Фиксация Яна+Ник 13:00–16:00	Фиксация Аня+Ник 13:00–17:00			
	Болтаю с Никой 14:00–15:00				Гуляю 14:00–21:00 Центральный парк культуры и отдыха им. М.Горького	Болтаю с Яной 14:00–15:00
	Капитанское собрание 15:00–16:00					To Do List 15:00–18:00 С6, офис
Болтаю с Николаем 16:00–17:00	Фиксация Рита+Ник 16:00–19:00	Болтаю с Зариной 16:00–17:00				
Капитанские задания 17:00–19:00		Капитанские задания 17:00–19:00	Болтаю с Аней 17:00–18:00			
			Капитанские задания 18:00–19:00			Фиксации 18:00–19:00
To Do List 19:00–21:00 С6, офис	To Do List 19:00–21:00 С6, офис	To Do List 19:00–21:00 С6, офис	To Do List 19:00–21:00 С6, офис			Капитанские задания 19:00–20:00
						Календарь и todo'шки 20:00–22:00
Календарь и todo'шки 21:00–22:00	Календарь и todo'шки 21:00–22:00	Календарь и todo'шки 21:00–22:00	Календарь и todo'шки 21:00–22:00		Календарь и todo'шки 21:00–22:00	

14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00 23:00

Быстрый поиск 15351

- Входящие
- Сегодня 1
- **Следующие 7 дней** 19
- **Проекты**
  - Команда
    - Собрания (внутр)
  - Премии, зп 2
    - График (зп)
    - Отгулы и отработки (зп)
  - КДП
    - Справки
    - Отпуска 1
    - Больничные
    - График (КДП)
    - Отгулы и отработки (КДП)
  - Мелкое и быстрое 9
  - Летучки (внешка) 3
  - SWOT'ы и читки 1
  - Анализируй
    - Подумать
    - Разобраться 1
  - Личное 2

Следующие 7 дней

Сегодня Пн. 10 дек

- Выступление по тайм-менеджменту 1 — Летучки (внешка)

Добавить задачу

Завтра Вт. 11 дек

- Написать заявления за с/с 17 — Премии, зп
- Проверь таблицы тикетов 1 — Мелкое и быстрое
- Проверь заявки в ВФМ — Мелкое и быстрое
- Проверь новости — Мелкое и быстрое
- Ответь за опоздания 1 — Мелкое и быстрое
- Проверь и окни/не окни допы по таблице Юли — Мелкое и быстрое
- Чекни «Запись по талонам» — Мелкое и быстрое
- Пройти обучение на портале Peole.open 3 — Разобраться
- Чекни процессы в Мерлине — Мелкое и быстрое
- Проверь допы за Юлей по графику — Мелкое и быстрое
- Заапдейтить сотню — Мелкое и быстрое

Добавить задачу

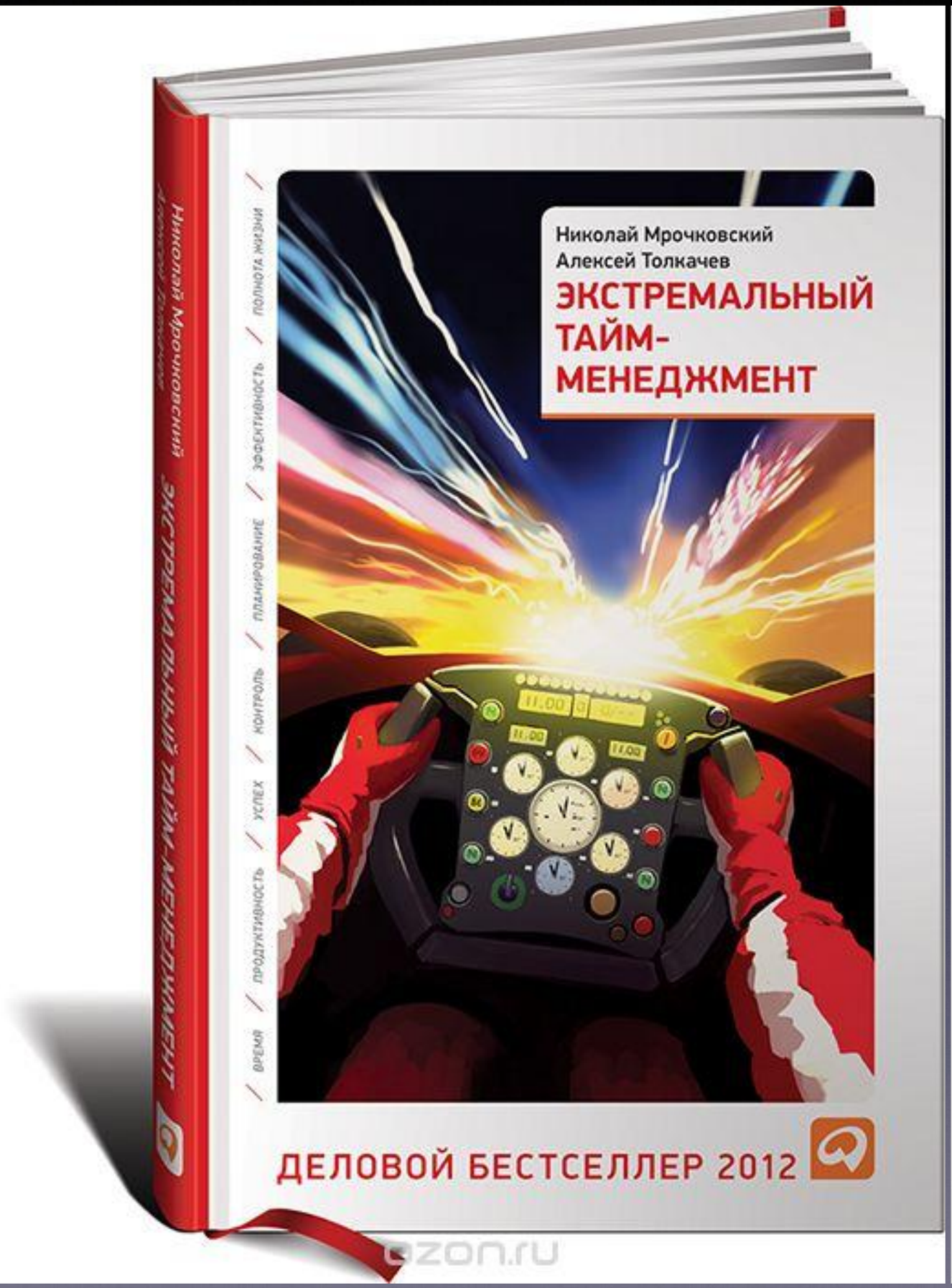
Среда 12 дек

todoist.com

Любимые хобби помогут набрать энергию

Научись говорить «нет» и защищать своё время

Постоянно измеряй себя и свои привычки/цели



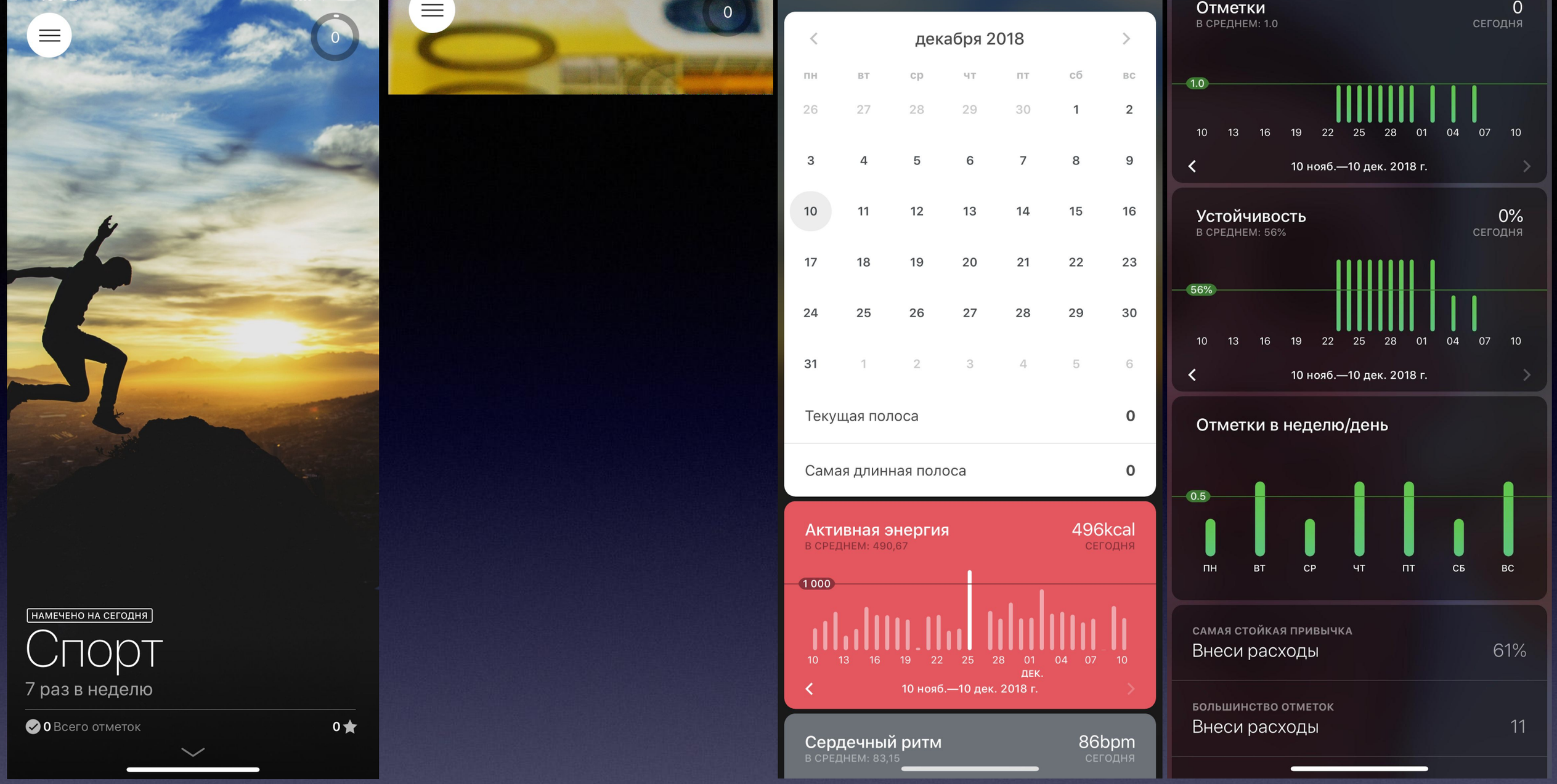
Бизнес-книга

Александр Ельчанинов

PRO-ПРОАКТИВНОСТЬ В БИЗНЕСЕ

7 орудий решения проблем

ozon.ru



Today habit tracker