

Муниципальное казённое учреждение культуры
«Сургутская районная централизованная клубная система»


Школа методиста. Занятие № 3

*«10 золотых правил планирования своего
рабочего времени»*

сентябрь 2020 г.
г. Сургут

Ежедневное планирование своего времени является неотъемлемой частью любого успешного человека.

Ведь когда человек всегда знает, *чего он хочет* и *что нужно делать* в определенный момент времени, он успевает сделать гораздо больше, чем тот, кто проводит свой день “как получится”.



**10 золотых правил
планирования своего
рабочего времени**

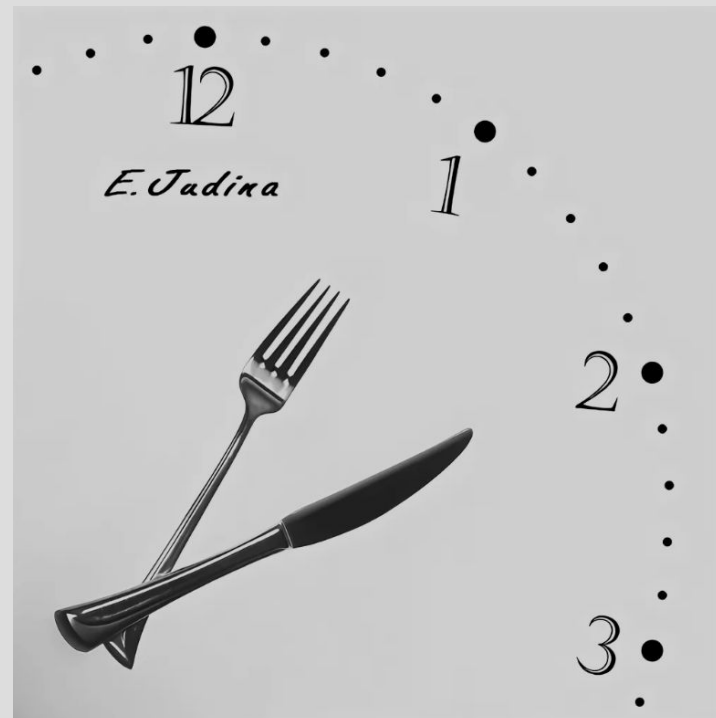
1. Стараться придерживаться принципа 70/30



2. В конце рабочего дня составлять план работы на завтра



3. Большую часть запланированных дел выполнять до обеда



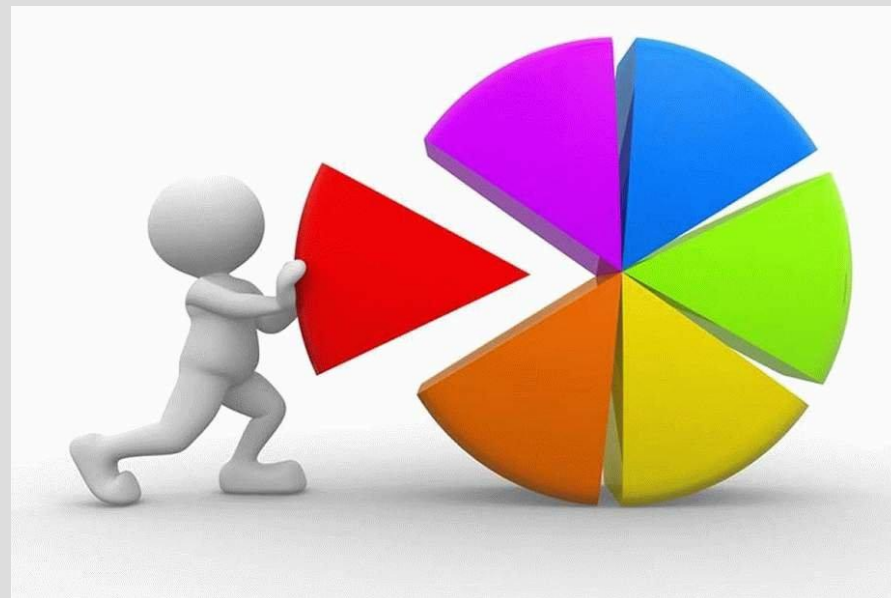
**4. В каждый рабочий час
делать 5-10 мин. перерыв**



5. Создавайте реалистичное планирование



6. Крупные задания выполнять небольшими частями



7. Побудьте в тишине некоторое время



8. Убирайте предметы на место, как только закончите ими пользоваться



9. Избавьтесь от ненужных вещей



10. Ведите активный и здоровый образ жизни



Спасибо за внимание!

