

Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение
высшего профессионального образования
«Оренбургский государственный университет»

М.А. Реунова

ЕЖЕДНЕВНИК СТУДЕНТА ОГУ

Рабочая тетрадь

Рекомендовано к изданию Редакционно-издательским советом федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет» в качестве учебного пособия для студентов, обучающихся по программам высшего профессионального образования по направлению подготовки 080200.62 Менеджмент

Оренбург

2012

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				

Таблица 2 – План года по месяцам и ключевым областям

Ключевая область	1	Январь	Февраль	Март
I. Учебная деятельность	2			
Научно-исследовательская деятельность	3			
Спортивная деятельность	4			
Практика	5			
Факультативы	6			
	7			
II. Личное развитие	8			
	9			
	10			
III. Изучение иностранных языков	11			

Продолжение таблицы 2

Ключевая область	1	Апрель	Май	Июнь
I. Учебная деятельность	2			
Научно-исследовательская деятельность	3			
Спортивная деятельность	4			
Практика	5			
Факультативы	6			
	7			
II. Личное развитие	8			
	9			
	10			
III. Изучение иностранных языков	11			

Продолжение таблицы 2

Ключевая область	1	Июль	Август	Сентябрь
I. Учебная деятельность	2			
Научно-исследовательская деятельность	3			
Спортивная деятельность	4			
Практика	5			
Факультативы	6			
	7			
II. Личное развитие	8			
	9			
	10			
III. Изучение иностранных языков	11			

Продолжение таблицы 2

Ключевая область	1	Октябрь	Ноябрь	Декабрь
I. Учебная деятельность	2			
Научно-исследовательская деятельность	3			
Спортивная деятельность	4			
Практика	5			
Факультативы	6			
	7			
II. Личное развитие	8			
	9			
	10			
III. Изучение иностранных языков	11			

Таблица 3 – График учебного процесса на осенний семестр 2011/12 учебного года

	Август		Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь								
Пн	22	29	05	12	19	26	03	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26	02	09	16	23				
Вт	23	30	06	13	20	27	04	11	18	25	01	08	15	22	29	06	13	20	27	03	10	17	24				
Ср	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26	02	09	16	23	30	07	14	21	28	04	11	18	25				
Чт	25	01	08	15	22	29	06	13	20	27	03	10	17	24	01	08	15	22	29	05	12	19	26				
Пт	26	02	09	16	23	30	07	14	21	28	04	11	18	25	02	09	16	23	30	06	13	20	27				
Сб	27	03	10	17	24	01	08	15	22	29	05	12	19	26	03	10	17	24	31	07	14	21	28				
Вс	28	04	11	18	25	02	09	16	23	30	06	13	20	27	04	11	18	25	01	08	15	22	29				
неделя	Летние каникулы	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	Зачетная неделя	Зимние каникулы	Экзаменационная сессия
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17									

Таблица 4 – График учебного процесса на весенний семестр 2012/13 учебного года

Январь	Февраль				Март				Апрель				Май				Июнь				Июль						
Пн	30	06	13	20	27	05	12	19	26	02	09	16	23	30	07	14	21	28	04	11	18	25	02	09			
Вт	31	07	14	21	28	06	13	20	27	03	10	17	24	01	08	15	22	29	05	12	19	26	03	10			
Ср	01	08	15	22	29	07	14	21	28	04	11	18	25	02	09	16	23	30	06	13	20	27	04	11			
Чт	02	09	16	23	01	08	15	22	29	05	12	19	26	03	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12			
Пт	03	10	17	24	02	09	16	23	30	06	13	20	27	04	11	18	25	01	08	15	22	29	06	13			
Сб	04	11	18	25	03	10	17	24	31	07	14	21	28	05	12	19	26	02	09	16	23	30	07	14			
Вс	05	12	19	26	04	11	18	25	01	08	15	22	29	06	13	20	27	03	10	17	24	01	08	15			
неделя	Зимние каникулы	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	в	н	Зачетная неделя	Экзаменационная сессия	Летние каникулы
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17									

Обозначения:

в	Верхняя неделя
н	Нижняя неделя
	Рубежный контроль
	Выходные

Таблица 5 – Учебное расписание (осенний семестр)

пара	время	пн	вт	Ср	Чт	пт	сб
1	08:00-09:30						
2	09:40-11:10						
3	11:20-12:50						
4	13:00-14:30						
5	14:40-16:10						
6	16:20-17:50						
7	18:00-19:30						
8	19:00-20:25						
9	20:35-22:00						

Таблица 6 – Учебное расписание (весенний семестр)

пара	время	пн	вт	Ср	Чт	пт	сб
1	08:00-09:30						
2	09:40-11:10						
3	11:20-12:50						
4	13:00-14:30						
5	14:40-16:10						
6	16:20-17:50						
7	18:00-19:30						
8	19:00-20:25						
9	20:35-22:00						

Учебная неделя №1

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

ВТ _____ Верхняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 9 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ. литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 10 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №2

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

ВТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 11 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 12 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №3

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

ЧТ _____ Верхняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 13 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 14 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №4

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

ЧТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 15 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 16 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №5

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 17 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 18 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №6

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

ЧТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 19 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 20 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №7

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 21 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 22 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг, статей: _____

Модульная неделя №8

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

ЧТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

ПТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 23 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 24 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №9

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 25 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 26 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №10

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

ВТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 27 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 28 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №11

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 29 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 30 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг, статей: _____

Учебная неделя №12

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

ВТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 31 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 32 – Потери времени

	Потери времени	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №13

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

ЧТ _____ Верхняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 33 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 34 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Модульная неделя №14

ПН Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

ЧТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 35 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 36 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №15

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 37 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 38 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Модульная неделя №16

ПН Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

ВТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

ЧТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 39 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 40 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №17

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

ПТ Верхняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 41 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 42 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Зачетная неделя №18

ПН

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

ВТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

СР

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

ЧТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

ПТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

СБ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

ВС

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 43 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 44 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Экзаменационная сессия

ПН _____

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВТ _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СР

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ЧТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ПТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СБ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВС

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 45 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 46 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Экзаменационная сессия

ПН _____

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВТ _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СР

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ЧТ

« »

Цель дня:

Задачи дня:

Позвонить:

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

Экзаменационная сессия

ПТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СБ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВС

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 47 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 48 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Экзаменационная сессия

ПН _____

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВТ _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СР

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ЧТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ПТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СБ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВС

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 49 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 50 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №1

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №1

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 51 –Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 52 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №2

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

ЧТ _____ Верхняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №2

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 53 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 54 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №3

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №3

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 55 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 56 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №4

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

ПТ Верхняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №4

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 57 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 58 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №5

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

ЧТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №5

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 59 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 60 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №6

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

ПТ Верхняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №6

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 61 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 62 – Потери времени

	Потери времени	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №7

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №7

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 63 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 64 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Модульная неделя №8

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

ЧТ _____ Верхняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

ПТ Верхняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №8

ВС _____ Верхняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 65 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 66 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №9

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №9

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 67 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 68 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
статей: _____

Учебная неделя №10

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

ЧТ Верхняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

ПТ Верхняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №10

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 69 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 70 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №11

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

ВТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №11

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 71 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 72 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Учебная неделя №12

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

ЧТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №12

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 73 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 74 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №13

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

ВТ _____ Нижняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №13

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 75 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 76 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей: _____

Модульная неделя №14

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

ЧТ _____ Верхняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №14

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 77 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 78 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №15

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №15

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 79 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 80 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Модульная неделя №16

ПН

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

ВТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

СР

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

ЧТ _____ Верхняя неделя _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

ПТ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

СБ

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Модульная неделя №16

ВС

Верхняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 81 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 82 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Учебная неделя №17

ПН

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

ВТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

СР

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

ЧТ Нижняя неделя « »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

ПТ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

СБ

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Учебная неделя №17

ВС

Нижняя неделя

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 83 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 84 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Зачетная неделя №18

ПН

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

ВТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

СР

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

ЧТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

ПТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

СБ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Зачетная неделя №18

ВС

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 85 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 86 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

Экзаменационная сессия

ПН _____

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВТ

« »

Цель дня:

Задачи дня:

Позвонить:

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

Экзаменационная сессия

СР

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ЧТ

« »

Цель дня:

Задачи дня:

Позвонить:

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

Экзаменационная сессия

ПТ

« »

Цель дня:

Задачи дня:

Позвонить:

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

Экзаменационная сессия

СБ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВС

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 87 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 88 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг, статей _____

Экзаменационная сессия

ПН

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВТ _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СР

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ЧТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ПТ

« »

Цель дня:

Задачи дня:

Позвонить:

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

Экзаменационная сессия

СБ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВС

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 89 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 90 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг, статей _____

Экзаменационная сессия

ПН _____

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ВТ _____ « » _____

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СР

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

ЧТ

« »

Цель дня:

Задачи дня:

Позвонить:

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

Экзаменационная сессия

ПТ

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Экзаменационная сессия

СБ

« »

Цель дня:

Задачи дня:

Позвонить:

08:00

09:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00

20:00

21:00

22:00

Экзаменационная сессия

ВС

« »

Цель дня: _____

Задачи дня: _____

Позвонить: _____

08:00 _____

09:00 _____

10:00 _____

11:00 _____

12:00 _____

13:00 _____

14:00 _____

15:00 _____

16:00 _____

17:00 _____

18:00 _____

19:00 _____

20:00 _____

21:00 _____

22:00 _____

Таблица 91 – Учет времени за неделю

Вид деятельности		Дни недели/Часы						
		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
1	Основная учебная деятельность(пары)							
2	Вспомогательная учебная деятельность							
3	Научно-исследовательская деятельность							
4	Спортивная деятельность							
5	Факультативы							
6	Чтение НТЛ							
7	Чтение худ.литературы							
8	Отдых							
9								
10								

Таблица 92 – Потери времени

	Вид деятельности	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
1	Передвижение						
2	Разговоры						
3							
4							
5							

ИТОГ: _____

Названия прочитанных книг,
 статей _____

