

План на день

Дата: _____

Сначала посчитайте время. Затем выберите, что в него поместится.

01 Доступное время

Начало: _____ Конец: _____ Всего: _____ мин

Обязательства и паузы: _____ мин Резерв: _____ мин

Учтите встречи, дорогу, рутину и еду. Каждый отрезок - один раз.

Всего - обязательства и паузы - резерв = _____ мин на задачи

02 Выбранные результаты

Что должно быть готово?

Минуты

Первое действие

1.

2.

3.

Сумма оценок: _____ мин. Она помещается в доступное время? Да / Нет

03 Расписание

Время / окно

Дело или пауза

04 Если появится срочное дело

Что можно сократить, перенести или передать?

С кем согласовать новый объем или срок?

05 В конце дня

Что получилось? Где оценка времени разошлась с фактом?