### **1. Перечисление 10 активностей дня**

1. Проснуться и выполнить утренний уход (умыться, почистить зубы).
2. Приготовить и позавтракать.
3. Заняться физическими упражнениями.
4. Проверить почту и организовать рабочий день.
5. Выполнить рабочие задачи (учёба).
6. Выполнить личные поручения (покупка продуктов).
7. Сделать обеденный перерыв.
8. Провести обучение или саморазвитие (чтение, курсы).
9. Провести время с друзьями.
10. Отдохнуть и подготовиться ко сну.

### **2. Определение целей декомпозиции**

#### **Цель 1: Оптимизация рабочего времени**

* **Пользователи**: Я как сотрудник.
* **Потребности**: Упорядочить рабочие задачи и минимизировать временные затраты на рутинные активности.

#### **Цель 2: Улучшение баланса между работой и отдыхом**

* **Пользователи**: Я как человек, стремящийся к продуктивности и здоровому образу жизни.
* **Потребности**: Обеспечить сбалансированное распределение времени между работой, физической активностью, отдыхом и личными делами.

### **3. Событийная декомпозиция активностей дня**

#### **Цель 1: Оптимизация рабочего времени**

**1. Подготовка к рабочему дню**

* 1.1 Проснуться и выполнить утренний уход
* 1.2 Позавтракать
* 1.3 Проверить рабочую почту

**2. Выполнение рабочих задач**

* 2.1 Организация рабочего времени (приоритеты и планирование)
* 2.2 Присутствие на парах в университете
* 2.3 Выполнение ключевых задач и проектов

**3. Завершение рабочего дня**

* 3.1 Подведение итогов и планирование на следующий день
* 3.2 Проверка статуса выполненных задач

#### **Цель 2: Улучшение баланса между работой и отдыхом**

**1. Утренние активности**

* 1.1 Проснуться и выполнить утренний уход
* 1.2 Заняться физическими упражнениями
* 1.3 Позавтракать

**2. Рабочие активности**

* 2.1 Выполнить основные задачи рабочего дня
* 2.2 Сделать обеденный перерыв
* 2.3 Участвовать в обучении и саморазвитии

**3. Личные и вечерние активности**

* 3.1 Выполнить личные поручения
* 3.2 Провести время с друзьями
* 3.3 Подготовиться ко сну и отдохнуть