Самченко ІТІНФ-20-1

1. Зробити таймінг одного свого дня. Впродовж дня записувати, скільки часу у Вас займає виконання дій. Записувати потрібно всі дії.

Табл. 1 – Мої дії протягом доби

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Початок** | **Тривалість** | **Процес** | **Опис процесу** |
| 00:00 | - | - | Роблю завдання з noSQL. |
| 12:31 | 01:30:00 | Навчання | Закінчив робити завдання з noSQL. |
| 12:44 | 00:10:00 | Догляд за собою | Вмився, іду лягати спати. |
| 08:00 | 07:00:00 | Сон | Прокидаюся по будильнику. Сьогодні одні з тих днів, коли в мене відсутнє світло, але напрочуд присутня вода. |
| 08:15 | 00:10:00 | Догляд за собою | Вмився. Почистив зуби, умив обличчя |
| 08:50 | 00:40:00 | Приймання їжі | Приготував сніданок (вибір невеликий: зробив бутерброди) та обід на роботу. Снідав. |
| 09:05 | 00:15:00 | Вільний час | Зібрав речі на роботу, йду перевіряти, чи є там світло. |
| 09:16 | 00:10:00 | Прогулянка | Прийшов на роботу (я працюю на даний момент у піцерії пекарем) світла немає, але ми працюємо. Чекаємо коли ввімкнуть світло. Генератора ми не маємо. |
| 10:23 | 01:10:00 | Виконання роботи | Зробив під сотню коробок для піци. Світлана так і немає, хоча на хвилину його включили, мабуть щоб перевірити ЛЕП. |
| 10:49 | 00:30:00 | Вільний час | Посилів в телефоні, поспілкувався зі співробітниками. Відпросився у начальниці сходити забрати взуття з ремонту (відклеялася підошва) поки немає світла. |
| 11:49 | 01:00:00 | Вільний час, Прогулянка, Приймання їжі | Сходив забрав кросівки. Навідався ріднівників. Вони мали світло, тому я пообідав теплою їжею. Посидів трохи в інтернеті: почитав новини, відповів на повідомлення, зайшов в гру онлайн, підзарядив трохи телефон. |
| 12:09 | 00:10:00 | Прогулянка | Повернувся до роботи. Світло з'явилося. |
| 18:49 | 07:00:00 | Виконання роботи | Робочий день скінчився. Через те, що на роботі не було повного робочого складу, я не встиг виконати всі свої обов'язки (не замісив тісто, не підготував заготівлі для піци на наступний день). На роботу не вийшла прибиральниця (через те, що була п'яною) і людина, яка займається закусками (у нього сьогодні вихідний). На місце закусок стала людина, яка займається нарізанням продуктів. У результаті і нарізати продукти, і мити підлогу з посудом нам доводилося самостійно, хоча це не наша робота. Повз це нам потрібно було ще виконувати свої основні обов'язки. Людей було багато, ми обслуговували всіх, але близько 60% нашої роботи залишилися невиконаними. У мене навіть виникла думка звільнитися, але мене відмовили, і обставини не дозволяють цього зробити (потрібні гроші). |
| 19:02 | 00:10:00 | Прогулянка | Прийшов додому, увімкнув грітися воду, сам же готую собі вечерю. |
| 19:39 | 00:40:00 | Приймання їжі | Закінчив готувати, вечерю. |
| 19:51 | 00:10:00 | Приймання їжі | Поїв, помив посуд, заварюю чай, вода закипіла, пішов митися. |
| 20:24 | 00:30:00 | Догляд за собою | Перестав приймати ванну. Відпочиваю, дивлюсь «Аферисти в мережах». |
| 21:48 | 01:30:00 | Вільний час | трохи відпочив, вирішив пройти тести з фізкультури та зробити лабораторну роботу із системного аналізу. |
| 22:58 | 01:10:00 | Навчання | Завдання виконай, на сайт завантажив відповіді. готуюся до сну, завтра треба буде прийти раніше на роботу. Іду вмиватися і стелю ліжко. |
| 23:03 | 00:05:00 | Вільний час | Перевірив будильник, лягаю спати. |

2. Проаналізувати цей список, який у Вас вийшов, з точки зору методики «Матриця Ейзенхауера» (див. текст лекції 6). Кожний пункт (кожну дію) потрібно помістити у відповідний квадрант. Порахувати, скільки часу у Вас займають дії кожного квадранту.

|  |  |
| --- | --- |
| **Дія** | **Час** |
| Навчання | 02:30:00 |
| Догляд за собою | 00:50:00 |
| Сон | 07:00:00 |
| Приймання їжі | 01:50:00 |
| Прогулянка | 01:30:00 |
| Вільний час | 02:40:00 |
| Виконання роботи | 08:10:00 |

Табл. 2 – Сумарний час на кожну процедуру

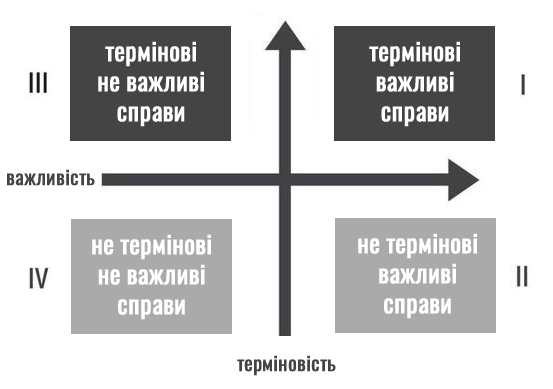


Рис. 1 – Матриця Ейзенхауера

|  |  |
| --- | --- |
| Виконання роботи | Навчання |
| Прогулянка  Вільний час | Приймання їжі  Догляд за собою  Сон |

Табл. 3 – Власна матриця Ейзенхауера

І. **Важливі та термінові справи:** 02:30:00

ІІ. **Важливі та нетермінові справи**: 09:30:00

ІІІ. **Термінові та неважливі справи**: 07:50:00

ІV. **Нетермінові та неважливі справи:** 04:10:00

3. Зробити висновки стосовно ефективності використання свого часу, визначити власні хронофаги.

**Висновок:** Протягом дня я вистачаю багато часу на роботу, яка в майбутньому не принесе мені багато плюсів, так як я не збираюся пов’язувати своє життя з приготуванням їж. Замість того, щоб розвиватися у сфері, яка мене дійсно цікавить я вимушений витрачати час на нецікаву мені роботу. Але мені необхідна робота, щоб мати власні кошти. Через постійні перебої світла в мене не має можливості зайнятися тими справами, якими б я хотів займатися. Як тільки ця проблема вирішиться, мені необхідно знайти віддалену роботу за моєю спеціальністю, і повністю перетворити **термінові та неважливі справи** на **важливі та термінові справи.** Відносно інших пунктів(важливі та нетермінові справи та нетермінові та неважливі справи) я вважаю, що витрачаю на них стільки часу, скільки і потрібно. Час від часу людині потрібно відпочити або подихати свіжим повітрям. Також очевидно, що людина повинна витрачати певний час на прийняття їжі та сон. На всі ці процеси я витрачаю в міру часу, і мені цього вистачає.