

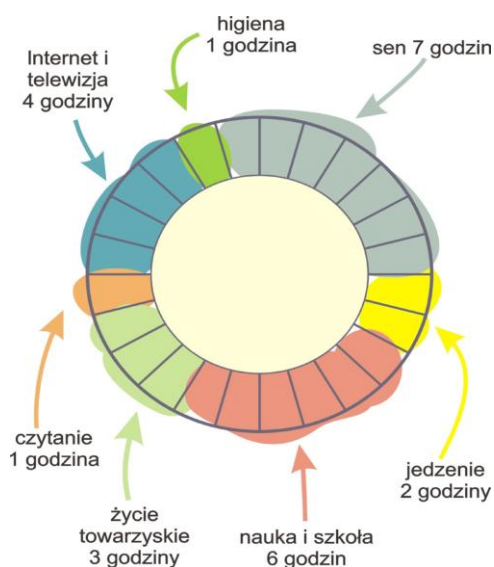


**PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA WSCHODNIOEUROPEJSKA
W PRZEMYSŁU
INSTYTUT SOCJOLOGII**

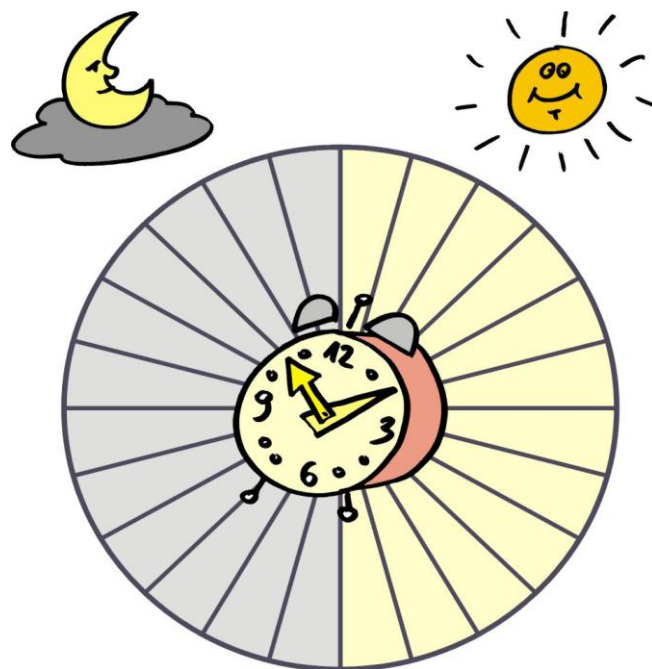
3.6. Karta do portfolio¹ - Koło czasu i inne metody (przygotowała - Marzanna Mazur - Witek)

Koło czasu, czyli jak wykorzystuję swój czas?

Wersja idealna



Moja wersja - zaznacz jak Ty wykorzystujesz czas?























¹ M. Rosalska, A. Wawrzonek, *Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych.*, Warszawa 2013, s.22 - 25

Studia podyplomowe współfinansowane ze środków Unii Europejskiej
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

Krótki test na gospodarowanie czasem²


Odpowiedz na poniższe pytania, zaznaczając wybraną odpowiedź za pomocą X	Tak	Nie
Czy zawsze jestem punktualny/na?		
Czy nadażam ze zrobieniem tego, co muszę?		
Czy często się muszę spieszyć, żeby zdążyć na ostatnią chwilę?		
Czy dotrzymuję terminów?		
Czy zostaje mi czasu dla siebie i na odpoczynek?		
Czy skutecznie wykorzystuję czas?		

Ćwiartki czasu³

	PILNE	NIEPILNE
W	 np.: sprawdzian na jutro	 np.: dbanie o przyjaciół
A		
Ż		
N		
E		
N	 np.: drobne problemy innych	 np.: zbyt dużo czasu na facebooku
I		
E		
W		
A		

² M. Rosalska, A. Wawrzonek, *Od marzeń do kariery. Poradnik dla uczniów i absolwentów szkół ponadgimnazjalnych.*, Warszawa 2013, s. 22 - 23

³ Tamże, s. 22 - 23

Ż		
N		
E		

Studia podyplomowe współfinansowane ze środków Unii Europejskiej
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego