



BURAK YÜKSEL

Zamanı öldürmek
en pahalı
harcamadır.
(Balzac)

Zaman Yönetimi

ZAMANI YÖNETİN

POMODORO

- 1 Yapacağınız işi belirleyin.
- 2 İşe ayıracağınız zamanı seçin.(25-50-75...)
- 3 25 dk yapılan çalışmadan sonra 5 dakika ara verin.
- 4 Bu düzeni 4 kez uyguladığınız da 1 POMODORO yapmış olursunuz.(4*25)
- 5 Her pomodoro sonrasında da kendinize 30-60 dakika ödül verin.

GÖR

Zaman

YAŞA

en değerli armağandır.

HİSSET

TEK Mİ, ÇİFT Mİ?

- 1 Gününüzü 3'e bölün.
- 2 UYKU SAATİ (8 saat)
- 3 TEK SAATLER :
Uykudan sonraki her tek saatler de yapmanız gereken işleri yapın.(Ders çalışmak, proje hazırlamak vs.)
- 4 ÇİFT SAATLER :
Hayatınız da ki yapmak istediğiniz işleri yapın. (Gezmek, arkadaşlarla vakit geçirmek vs.)