

ЕЖЕДНЕВНИК СТУДЕНТА

Study Skills
Стелла Коттрелл

Ежедневник
для студента

My Lovely Planner!



Москва
2015

УДК 686.8
ББК я6
К73

Dr Stella Cottrell
THE PALGRAVE STUDENT PLANNER 2014–2015
(PALGRAVE STUDY SKILLS)

Copyright © Stella Cottrell 2015

First published in English by Palgrave Macmillan,
a division of Macmillan Publishers Limited under the title
The Palgrave Student Planner 2014-15 by Stella Cottrell.
This edition has been translated and published under licence
from Palgrave Macmillan. The author has asserted her right
to be identified as the author of this Work

В оформлении обложки и полусупера использованы иллюстрации:

AmamiArt, totallyPic.com / Shutterstock.com
Используется по лицензии от Shutterstock.com

Художественное оформление *Дарьи Брадарской*

Перевод на русский язык *Е. Фатеевой*

Коттрелл, Стелла.

К73 Ежедневник для студента. My Lovely Planner! / Стелла Коттрелл. — Москва : Издательство «Э», 2015. — 240 с. — (Психология. Study Skills).

ISBN 978-5-699-84945-1

Стильный и красивый блокнот-ежедневник, который поможет студентам организовать свое время. В нем есть вся необходимая информация: от разделов для расписания занятий до специальных страниц, которые помогут контролировать расходы.

УДК 686.8
ББК я6

ISBN 978-5-699-84945-1

© Фатеева Е.И., перевод на русский язык, 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2015

Об этом ежедневнике

Ежедневник составлен специально для студентов всех уровней обучения в высших учебных заведениях. Для вашего удобства ежедневник не датирован, вы можете начать пользоваться им в любой день.

Советы по учебе, организации времени и справочная информация

Здесь вы найдете советы, которые помогут успешно учиться и организовывать свое время. На отдельных страницах приведена полезная справочная информация (см. содержание)

Планирование расходов

Специальные страницы ежедневника посвящены финансовым вопросам. Эти страницы помогут вам отследить свои расходы и проконтролировать остаток средств.

Разделы для записи определенной информации

На отдельных страницах ежедневника вы можете записывать такую разноплановую информацию, как срок возврата или бронирование библиотечных книг, телефон и другие контакты куратора, его советы и рекомендации, телефоны местной службы такси, даты экзаменов и сроки сдачи заданий. В общем, вы сможете организовать все то, что наполняет студенческую жизнь и что так легко забыть или потерять.

Еженедельное расписание или план на семестр

Вы сможете одним взглядом окинуть весь план на семестр — для этого в конце ежедневника помещены специальные страницы. План, которым вы пользуетесь в настоящий момент, можно написать на последней странице — тогда вам даже не понадобится открывать ежедневник, чтобы свериться с ним. Старые страницы с планами вы можете вырывать, чтобы не запутаться.

Годовой план

Особые страницы предназначены для того, чтобы набросать план на год. Используйте разные цвета для обозначения определенных событий, мест и т.д.: например, где вы будете в то или иное время года — в вузе, на практике, в путешествии, на каникулах или на учебе в другом месте. Открыв страницу, вы сразу же увидите важные даты и сроки. Записывайте кратко; для подробностей существуют страницы для еженедельного и ежедневного планирования.

Дневник

В ежедневнике каждый день разделен на колонки: время, занятия, местоположение и важные дела. Такое разделение поможет вам организовать важную информацию и легко отыскать ее по необходимости. Для списка дел на текущий день отведено немного места в правой колонке. На примере видно, как вы можете заполнять эти колонки.

ДАТА			
Время	Текущие дела	Где	Что сделать сегодня
9:00-12:00	Современная эстетика (лек.) (выйти из дома до 8!)	Ауд. 401	- купить кофе - заказать книги
12:15	Обед	Зеленое кафе	
13:00	Обсудить семинар (сегодня, после обеда) с Д. К.		
15:00-17:00	Семинар по разделу С19: презентация вместе с Д. К.	Ауд. 228	- позвонить домой - ответить ББ. - забрать слайды
17:30-19:00	Тренажерный зал		
20:20?	Кино. Заказать билет через Интернет.		

Содержание

Об этом ежедневнике	5
---------------------------	---

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Праздники	10
Учеба	11
Концерты, выставки, соревнования и др.....	12
Дни рождения и важные события	14
Этот ежедневник принадлежит.....	16
Куда звонить в экстренных случаях	16
Работа/опыт работы.....	16
Высшее учебное заведение	17
Уведомление в чрезвычайных ситуациях.....	17
Аллергии и медицинские показания	17
Преподаватели	18
Контакты высшего учебного заведения	20
Важные телефоны (учеба).....	21
Полезные телефоны (доставка еды, кинотеатры, театры, клубы и др.).....	22
Коды междугородной телефонной связи	23
Коды международной телефонной связи.....	24
Справочник бесплатных онлайн-приложений, сервисов и полезных сайтов.....	26
Адреса и телефоны.....	28
Встречи: общества, клубы, группы и т.д.....	32
ЕЖЕДНЕВНИК СТУДЕНТА	33
«Сделать».....	156
Для заметок	159

ВОПРОСЫ УЧЕБЫ И СПРАВОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Термины, которые употребляются в высших учебных заведениях России и мира	171
Организация времени	173
Проверки и экзамены.....	174
Как справиться со стрессом	175
Справочник	176
<i>Традиции и условности высших учебных заведений</i>	<i>176</i>
<i>Традиции и условности академической письменной речи</i>	<i>177</i>
Лексика, грамматика и правописание слов русского языка	179
<i>Список вводных слов и выражений.....</i>	<i>179</i>
<i>Правописание сложных слов.....</i>	<i>180</i>
Таблицы размеров и единиц измерения	183

Индексы перевода для различных метрических систем	184
Римские цифры	185
Греческий алфавит	186
Простые числа.....	186
Быстрое умножение	187
Периодическая система элементов Д. И. Менделеева.....	188
Китайский гороскоп.....	189
Астрологические знаки.....	189
Информация о странах	190
Основные европейские аэропорты.....	192
Посольства зарубежных стран в Москве	194

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Планирование путешествий.....	196
Взять с собой/ отвезти домой.....	197
Материалы для резюме: мои достижения.....	203
Управление собственными средствами.....	205
Ведите учет доходов и расходов.....	206
<i>Доход</i>	206
<i>Расход</i>	206
Личные финансы	207
Как сэкономить деньги: полезные советы	214
Стандартный список покупок	215
Международные размеры одежды.....	216
Температура приготовления продуктов.....	217
Символы режимов обработки текстильных изделий	217
«5 в день» — порции фруктов и овощей.....	219
Рекомендованные безопасные нормы алкоголя	220

СТУДЕНЧЕСКАЯ ЖИЗНЬ

Советы преподавателя.....	221
Рекомендованная литература	223
Библиотечные книги	225
Даты экзаменов и сроки сдачи заданий	227
Расписание повторения материала перед экзаменами: планирование предметов	229
Расписание повторения материала перед экзаменами: планирование времени (запишите в соответствующие ячейки название темы, которую нужно повторить)	231
Мои оценки.....	233
Расписание	235

2016

<i>Январь</i>							<i>Февраль</i>							<i>Март</i>							<i>Апрель</i>						
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7		1	2	3	4	5	6					1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21	14	15	16	17	18	19	20	12	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	29							28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	

<i>Май</i>							<i>Июнь</i>							<i>Июль</i>							<i>Август</i>									
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс			
						1				1	2	3	4	5							1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14			
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21			
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28			
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30	31							
30	31																													

<i>Сентябрь</i>							<i>Октябрь</i>							<i>Ноябрь</i>							<i>Декабрь</i>													
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс							
					1	2	3	4						1	2							1	2	3	4						1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11							
12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18							
19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25							
26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30				26	27	28	29	30	31									
							31																											

2017

<i>Январь</i>							<i>Февраль</i>							<i>Март</i>							<i>Апрель</i>								
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс		
						1				1	2	3	4	5				1	2	3	4	5						1	2
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9		
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16		
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23		
23	24	25	26	27	28	29	27	28						27	28	29	30	31	24	25	26	27	28	29	30				
30	31																			24	25	26	27	28	29	30			

<i>Май</i>							<i>Июнь</i>							<i>Июль</i>							<i>Август</i>						
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4							1	2	1	2	3	4	5	6
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27
29	30	31					26	27	28	29	30			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30	31			

<i>Сентябрь</i>							<i>Октябрь</i>							<i>Ноябрь</i>							<i>Декабрь</i>											
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс					
					1	2	3						1							1	2	3	4	5						1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10					
11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17					
18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24					
25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31					
							30	31																								

2018

Январь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Февраль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28				

Март

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Апрель

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

Май

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Июнь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Июль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Август

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Сентябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Октябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Ноябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Декабрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2019

Январь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Февраль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

Март

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Апрель

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Май

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Июнь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Июль

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Август

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Сентябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Октябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Ноябрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Декабрь

пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Праздники

- 1, 2 января — Новый год
- 7 января — Православное Рождество
- 23 февраля — День защитника Отечества
- 8 марта — Международный женский день
- 1 мая — День труда
- 9 мая — День победы
- 12 июня — День России
- 4 ноября — День народного единства
- 12 декабря — День Конституции Российской Федерации

Выходные дни, приуроченные к праздникам

Учеба

СЕМЕСТРЫ, СЕССИИ

Семестр	Начало		Завершение	
Семестр	Начало		Завершение	
Зачетная сессия	Начало		Завершение	
Зачетная сессия	Начало		Завершение	
Сессия	Начало		Завершение	
Сессия	Начало		Завершение	
Каникулы	Начало		Завершение	
Каникулы	Начало		Завершение	

ДРУГИЕ ВАЖНЫЕ УЧЕБНЫЕ ДАТЫ

(например, практика)

СОБЫТИЕ	ДАТА НАЧАЛА	ДАТА ЗАВЕРШЕНИЯ	ВРЕМЯ НАЧАЛА	ВРЕМЯ ЗАВЕРШЕНИЯ

ДАТА	СОБЫТИЕ

Дни рождения и важные события

ЯНВАРЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

ФЕВРАЛЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

МАРТ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

АПРЕЛЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

МАЙ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

ИЮНЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

Дни рождения и важные события

ИЮЛЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

АВГУСТ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

СЕНТЯБРЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

ОКТАБРЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

НОЯБРЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие

ДЕКАБРЬ

Дата	День рождения/событие	Дата	День рождения/событие