

## ЕЖЕДНЕВНИК СТУДЕНТА

---

---

---

---

---



Study Skills  
Стелла Коттрелл

Ежедневник  
для студента

# My Yummy 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 фотографии  
и иллюстрация: SuriyaPhoto, 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 Yummy Planner! / Стелла Коттрелл. —  
Москва : Издательство «Э», 2015. — 240 с. — (Психология. Study Skills).

ISBN 978-5-699-84941-3

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

**УДК 686.8**  
**ББК я6**

ISBN 978-5-699-84941-3

© 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
<b>ЕЖЕДНЕВНИК СТУДЕНТА .....</b>	<b>33</b>
«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							Февраль							Март							Апрель						
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	3	4							1
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
29	30	31					26	27	28					26	27	28	29	30	31	23	24	25	26	27	28	29	

  

Май							Июнь							Июль							Август							
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				1	2	3							1				1	2	3	4	5
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31				
														30	31													

  

Сентябрь							Октябрь							Ноябрь							Декабрь							
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	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4							1	2
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31					26	27	28	29	30	24	25	26	27	28	29	30			
																				31								

## 2019

Январь							Февраль							Март							Апрель								
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				1	2	3				1	2	3				1	2	3	4	5	6	7
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14		
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21		
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28		
28	29	30	31				25	26	27	28				25	26	27	28	29	30	31	29	30							

  

Май							Июнь							Июль							Август						
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				1	2				1	2	3	4				1	2	3	4		
4	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	29	30	31				26	27	28	29	30	31		

  

Сентябрь							Октябрь							Ноябрь							Декабрь						
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	6				1	2	3							1		
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	23	24	25	26	27	28	29	
30																				30	31						









## 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