My day and its schedule

Once, when I went to school, my father has told that I should try to organize my time wisely to achieve good results in every way. Certainly, I wished to be a success in my life! That is why I have decided to start to schedule my day hour by hour. When I have shown the schedule to the father, he has complimented me for it and has told that I should have a sufficient reason to ruin my schedule henceforth.

Several years have passed since that time; I already study at the University today. Nevertheless, I still have a habit to schedule the time carefully, and here is how I spend my usual week-day.

It is a rule for me to wake up at 6:30. It is difficult to get up so early, that is why I like to begin my day cheerfully. The alarm clock rings and I get up. Turning on the rhythmical music, though I am lazy, I do my morning exercises at the open window. At 6:45, I go to the bathroom where I take a contrast shower, then I wash my face and clean my teeth. By then I do not want to sleep any more, and I feel myself quite hungry to have breakfast. Usually my breakfast consists of porridge, a cup of coffee or tea and several sandwiches. Sometimes I eat muesli. During the breakfast, I like to watch TV-news, or to read the newspaper. I have 25 minutes for this all.

Then I go to the bedroom, where I make my bed and dress myself, then I put the books and the writing-books, which are necessary for me today, in the bag because it is the time to go to the University. I live not so far from the University and I go there by bus. The road usually takes from 20 to 30 minutes. I do not like to be late for my studies. That is why I leave home at 7:25.

At 8:00, I must be at the University already. We usually have three or four lectures per a day. Every day I learn something new, something interesting, and I do not have time to be bored. At 12:00, we go for a dinner with my friends. We eat salads and pies, drink juice or coffee in our buffet, discussing various themes and telling each other about our news. Usually I am already free at 15:00, though sometimes it happens earlier.

When I come back home, I would like to have a sleep or watch TV, play different computer games, but I cannot permit myself to do this. I have to learn a homework till 19:10 because at 19:30 we have a volleyball’s training with my friends, and I need the time to reach the sports hall. It is a big pleasure for us to play volleyball though we do not take part in various events. It allows me to keep myself in the good form and to be healthy.

I am free again at 21:30. Usually I like to spend evening at home, because it is the time for me to have a rest after a long day, during which I have so many demands on my time. I watch TV or listen to the radio, read a book. Sometimes I learn something from my summaries. Sometimes the visitors come to me. However, I can go to the cinema after our training or go for a walk along the street with my friends if the weather is fine, but it happens very seldom at the week-days.

At least I wash my face, clean my teeth and go to bed at 23:00. Before falling asleep, I can listen to quiet music that helps me to relax. Though I get tired very much and every week-day is similar to another one, it is necessary to force myself to go to bed because I always have something interesting to do. Moreover, if I did not have a schedule, I probably would go to bed at the wrong time and even would be late for the lectures.

I have got used to behave in these frameworks of my daily schedule; it is for the benefit of me in fact. In addition, I am sure, that I can make an outstanding career and realize my potential to the full because of this long-term habit.

Мой день и его распорядок

Однажды, когда я учился в школе, мой отец сказал, что я должен стараться организовывать свое время мудро, чтобы добиваться хороших результатов во всем. Конечно же, я хотел иметь успех в своей жизни! Вот почему я решил начать планировать мой день по часам. Когда я показал свое расписание отцу, он похвалил меня и сказал, что отныне у меня должна быть лишь веская причина, чтобы нарушить мое расписание.

С тех пор прошло несколько лет, в настоящее время я уже учусь в университете. Тем не менее, у меня до сих пор есть привычка тщательно планировать время, и вот как я провожу свой обычный будний день.

Для меня является правилом просыпаться в 6:30. Cложно вставать так рано, поэтому я люблю начинать день бодро. Звонит будильник, и я встаю. Включив ритмичную музыку, я делаю зарядку у открытого окна, хотя и ленюсь. В 6:45 я иду в ванную комнату, где принимаю контрастный душ, затем умываюсь и чищу зубы. К тому времени мне уже не хочется спать, и я ощущаю себя вполне голодным, чтобы позавтракать. Обычно мой завтрак состоит из каши, чашки кофе или чая и нескольких бутербродов. Иногда я ем мюсли. Во время завтрака я люблю смотреть новости по телевизору, либо читать газету. На это все у меня есть 25 минут.

Затем я иду в спальню, где заправляю кровать и одеваюсь, затем я кладу в свой портфель книги и тетради, которые мне нужны сегодня, потому что пора ехать в университет. Я живу не очень далеко от университета и добираюсь до него на автобусе. Дорога обычно занимает от 20 до 30 минут. Я не люблю опаздывать на занятия. Вот почему я выхожу из дома в 7:25.

В 8:00 я уже должен быть в университете. В день у нас обычно 3 или 4 лекции. Каждый день я узнаю что-то новое, что-то интересное, и у меня нет времени скучать. В 12:00 мы с друзьями идем на обед. В нашем буфете мы едим салаты и пирожки, пьем сок или кофе, обсуждая различные темы и рассказывая друг другу о своих новостях. Обычно в 15:00 я уже свободен, хотя иногда это происходит и раньше.

Когда я возвращаюсь домой, мне хочется поспать или посмотреть телевизор, поиграть в различные компьютерные игры, но я не могу себе это позволить. До 19:10 я должен выучить домашнее задание, потому что в 19:30 у нас с друзьями тренировка по волейболу, и мне нужно успеть добраться до спортзала. Это большое удовольствие для нас – играть в волейбол, хотя мы и не принимаем участие в различных соревнованиях. Это позволяет мне поддерживать себя в хорошей форме и быть здоровым.

В 21:30 я снова свободен. Обычно мне нравится проводить вечер дома, потому что это время для моего отдыха после долгого дня, в течение которого у меня так много дел. Я смотрю телевизор или слушаю радио, читаю книгу. Иногда я учу что-то из своих конспектов. Иногда ко мне приходят гости. Впрочем, я могу сходить в кино после нашей тренировки или погулять по улице с моими друзьями, если погода хорошая, но это случается очень редко в будние дни.

В конце концов, я умываюсь, чищу зубы и иду спать в 23:00. Перед тем, как заснуть, я могу слушать спокойную музыку, что помогает мне расслабиться. Хотя я очень устаю и каждый будний день похож на другой такой же, приходится заставлять себя лечь в кровать, потому что у меня всегда есть какое-нибудь интересное занятие. И если бы у меня не было расписания, я, возможно, ложился бы не вовремя и даже опаздывал на лекции.

Я привык держать себя в этих рамках моего распорядка дня, ведь это приносит мне пользу. И я уверен, что благодаря этой многолетней привычке я смогу построить блестящую карьеру и реализовать в полной мере свой потенциал.