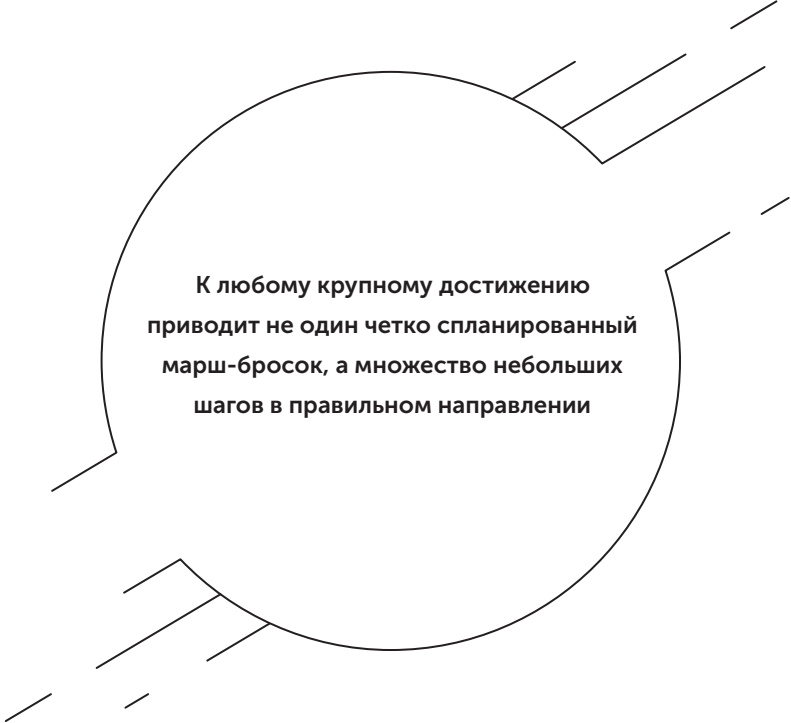


## СПРИНТ 1



**К любому крупному достижению  
приводит не один четко спланированный  
марш-бросок, а множество небольших  
шагов в правильном направлении**

НИДО КУБЕЙН

[>>>](http://kniga.biz.ua) Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua)

**ЦЕЛИ СПРИНТА**

СТАРТ ..... ФИНИШ .....

**Цель 1** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Этапы:
- 1 ..... ☐
  - 2 ..... ☐
  - 3 ..... ☐

ПОЧЕМУ ЭТО ДЛЯ МЕНЯ ВАЖНО? .....  
.....

**Цель 2** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Этапы:
- 1 ..... ☐
  - 2 ..... ☐
  - 3 ..... ☐

ПОЧЕМУ ЭТО ДЛЯ МЕНЯ ВАЖНО? .....  
.....

**Цель 3** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Этапы:
- 1 ..... ☐
  - 2 ..... ☐
  - 3 ..... ☐

ПОЧЕМУ ЭТО ДЛЯ МЕНЯ ВАЖНО? .....  
.....

**Мое вознаграждение**

.....  
.....  
.....

Дата \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_

## РЕЗУЛЬТАТЫ СПРИНТА

○ Цель 1

.....

.....

.....

○ Цель 2

.....

.....

.....

○ Цель 3

.....

.....

.....

ГЛАВНОЕ ДОСТИЖЕНИЕ .....

.....

.....

.....

ЧЕМУ Я НАУЧИЛСЯ .....

.....

.....

.....

ЗА ЧТО Я БЛАГОДАРЕН .....

.....

.....

.....

ЧТО СЛЕДУЕТ УЛУЧШИТЬ .....

.....

.....

.....

## ОБЗОР СПРИНТА

	Пн	Вт	Ср
НЕДЕЛЯ 1	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
НЕДЕЛЯ 2	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
НЕДЕЛЯ 3	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
НЕДЕЛЯ 4	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
НЕДЕЛЯ 5	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
НЕДЕЛЯ 6	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
НЕДЕЛЯ 7	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
НЕДЕЛЯ 8	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
НЕДЕЛЯ 9	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

[>>>](http://kniga.biz.ua) Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

Чт	Пт	Сб Вс
○	○	○
		○
○	○	○
		○
○	○	○
		○
○	○	○
		○
○	○	○
		○
○	○	○
		○
○	○	○
		○
○	○	○
		○

Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

## ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ

## Привычка 1

НЕДЕЛЯ 1  
 пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 2  
 пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 3  
 пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 4  
 пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 5  
 пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 6  
 пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 7  
 пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 8  
 пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 9  
 пн вт ср чт пт сб вс

из 6.3

## Привычка 2

НЕДЕЛЯ 1      НЕДЕЛЯ 2      НЕДЕЛЯ 3      НЕДЕЛЯ 4      НЕДЕЛЯ 5  
 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    пн вт ср чт пт сб вс

НЕДЕЛЯ 6      НЕДЕЛЯ 7      НЕДЕЛЯ 8      НЕДЕЛЯ 9  
 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

ИЗ 6.3

### Привычка 3

НЕДЕЛЯ 1      НЕДЕЛЯ 2      НЕДЕЛЯ 3      НЕДЕЛЯ 4      НЕДЕЛЯ 5  
 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    пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 6      НЕДЕЛЯ 7      НЕДЕЛЯ 8      НЕДЕЛЯ 9  
 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

ИЗ 6.3

## Привычка 4

НЕДЕЛЯ 1      НЕДЕЛЯ 2      НЕДЕЛЯ 3      НЕДЕЛЯ 4      НЕДЕЛЯ 5  
 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    пн вт ср чт пт сб вс  
 НЕДЕЛЯ 6      НЕДЕЛЯ 7      НЕДЕЛЯ 8      НЕДЕЛЯ 9  
 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

ИЗ 6.3

## Привычка 5

НЕДЕЛЯ 1      НЕДЕЛЯ 2      НЕДЕЛЯ 3      НЕДЕЛЯ 4      НЕДЕЛЯ 5  
 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    пн вт ср чт пт сб вс

НЕДЕЛЯ 6      НЕДЕЛЯ 7      НЕДЕЛЯ 8      НЕДЕЛЯ 9

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

ИЗ 63

Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>



-----

Прекратите распылять ваши усилия и внимание на миллион дел.  
Определите приоритеты и сконцентрируйтесь на них. Именно это  
отличает успешных людей от неудачников.

-----

## ОБЗОР НЕДЕЛИ № 1

### Ключевые задачи

- 1 ..... ☐
- 2 ..... ☐
- 3 ..... ☐

Что сделает эту неделю особенной? .....

.....

.....

### Результаты недели

Цель 1 ..... ☐

.....

.....

Цель 2 ..... ☐

.....

.....

Цель 3 ..... ☐

.....

.....

Чему важному я научился? .....

.....

.....

Что улучшить на следующей неделе? .....

.....

.....



Понедельник .....  
КЛЮЧЕВЫЕ ЗАДАЧИ

1 ..... ○  
2 ..... ○  
3 ..... ○

7 .....  
8 .....  
9 .....  
10 .....  
11 .....  
12 .....  
13 .....  
14 .....  
15 .....  
16 .....  
17 .....  
18 .....  
19 .....  
20 .....  
21 .....  
22 .....  
23 .....

Вторник .....  
КЛЮЧЕВЫЕ ЗАДАЧИ

1 ..... ○  
2 ..... ○  
3 ..... ○

7 .....  
8 .....  
9 .....  
10 .....  
11 .....  
12 .....  
13 .....  
14 .....  
15 .....  
16 .....  
17 .....  
18 .....  
19 .....  
20 .....  
21 .....  
22 .....  
23 .....

СПРИНТ 1 / НЕДЕЛЯ 1

Среда .....

КЛЮЧЕВЫЕ ЗАДАЧИ

1 ..... ☐

2 ..... ☐

3 ..... ☐

7 ..... ☐

8 ..... ☐

9 ..... ☐

10 ..... ☐

11 ..... ☐

12 ..... ☐

13 ..... ☐

14 ..... ☐

15 ..... ☐

16 ..... ☐

17 ..... ☐

18 ..... ☐

19 ..... ☐

20 ..... ☐

21 ..... ☐

22 ..... ☐

23 ..... ☐

Четверг .....

КЛЮЧЕВЫЕ ЗАДАЧИ

1 ..... ☐

2 ..... ☐

3 ..... ☐

7 ..... ☐

8 ..... ☐

9 ..... ☐

10 ..... ☐

11 ..... ☐

12 ..... ☐

13 ..... ☐

14 ..... ☐

15 ..... ☐

16 ..... ☐

17 ..... ☐

18 ..... ☐

19 ..... ☐

20 ..... ☐

21 ..... ☐

22 ..... ☐

23 ..... ☐

Пятница .....

КЛЮЧЕВЫЕ ЗАДАЧИ

1 ..... ○

2 ..... ○

3 ..... ○

7 .....  
.....

8 .....  
.....

9 .....  
.....

10 .....  
.....

11 .....  
.....

12 .....  
.....

13 .....  
.....

14 .....  
.....

15 .....  
.....

16 .....  
.....

17 .....  
.....

18 .....  
.....

19 .....  
.....

20 .....  
.....

21 .....  
.....

22 .....  
.....

23 .....  
.....

Суббота .....

7 .....  
.....

8 .....  
.....

9 .....  
.....

10 .....  
.....

11 .....  
.....

12 .....  
.....

13 .....  
.....

14 .....  
.....

15 .....  
.....

16 .....  
.....

17 .....  
.....

18 .....  
.....

19 .....  
.....

20 .....  
.....

21 .....  
.....

22 .....  
.....

23 .....  
.....

Воскресенье .....

7 .....  
.....

8 .....  
.....

9 .....  
.....

10 .....  
.....

11 .....  
.....

12 .....  
.....

13 .....  
.....

14 .....  
.....

15 .....  
.....

16 .....  
.....

17 .....  
.....

18 .....  
.....

19 .....  
.....

20 .....  
.....

21 .....  
.....

22 .....  
.....

23 .....  
.....

СПРИНТ 1 / НЕДЕЛЯ 1

Купить книгу на сайте [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

## ГЛАВНОЕ ДОСТИЖЕНИЕ ДНЯ

Понедельник .....

.....

.....

.....

Вторник .....

.....

.....

.....

Среда .....

.....

.....

.....

Четверг .....

.....

.....

.....

Пятница .....

.....

.....

.....

Суббота .....

.....

.....

.....

Воскресенье .....

.....

.....

.....

## БЛАГОДАРНОСТЬ ДНЯ

Понедельник .....

.....

.....

.....

Вторник .....

.....

.....

.....

Среда .....

.....

.....

.....

Четверг .....

.....

.....

.....

Пятница .....

.....

.....

.....

Суббота .....

.....

.....

.....

Воскресенье .....

.....

.....

.....