კითხვარი: № 07.1.გრ-7.6-12 (ერთდროული)
დამტკიცებულია საქართველოს სტატისტიკის ეროვნული სამსახურის საბჭოს 2020 წლის 04 სექტემბრის #№11 დადგენილებით

საქართველოს სტატისტიკის ეროვნული სამსახური

# დროის გამოყენების გამოკვლევა

## დროის გამოყენების დღიური

(შინამეურნეობის 15 წლისა და უფროსი ასაკის წევრებისათვის)

**დღიურის შევსების თარიღი:** _____, |__|__| |__|__| |_2_|_0_|__|__|
(კვირის დღე) (რიცხვი) (თვე) (წელი)

**რესპონდენტი:** _____
(სახელი და გვარი)

**დღიურის დაბრუნების თარიღი:** _____, |__|__| |__|__| |_2_|_0_|__|__|
(კვირის დღე) (რიცხვი) (თვე) (წელი)

**ინტერვიუერის მობილურის ნომერი:** _____

ოფიციალური სტატისტიკის შესახებ საქართველოს კანონის 25-ე მუხლის პირველი პუნქტის თანახმად, საქსტატი უფლებამოსილია ადმინისტრაციული ორგანოებისაგან, ფიზიკური და იურიდიული პირებისაგან მოითხოვოს და მიიღოს თავისი ფუნქციების შესასრულებლად საჭირო ყველა სტატისტიკური მონაცემი და სხვა ინფორმაცია, მათ შორის, კონფიდენციალური ან/და პერსონალური მონაცემების შემცველი ინფორმაცია, „პერსონალურ მონაცემთა დაცვის შესახებ“ საქართველოს კანონით დადგენილი წესით. თქვენ მიერ მოწოდებული ინფორმაცია კონფიდენციალურია და დაცულია ოფიციალური სტატისტიკის შესახებ საქართველოს კანონის 28-ე მუხლით. ინფორმაცია გამოიყენება მხოლოდ საერთო სტატისტიკური ინდექსების გამოსათვლელად.

<u>მხოლოდ ინტერვიუერისთვის</u>:

| **AD. ინფორმაცია ინტერვიუს შესახებ** | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **AD1.** | უბნის ნომერი: |__|__|__| | | | **AD2.** | შინამეურნეობის ნომერი: |__|__| | | **AD3.** | რესპონდენტის კოდი H2-დან: |__|__| |
| **AD4.** | დღიური განკუთვნილია: | ორშაბათი-პარასკევი | 1 | | **AD5.** | ინტერვიუერის სახელი და გვარი: _____ | | | | **AD6.** | ინტერვიუერის კოდი: |__|__|__|__|__|__| |
| | | შაბათი-კვირა | 2 | | **AD7.** | ზედამხედველის სახელი და გვარი: _____ | | | | **AD8.** | ზედამხედველის კოდი: |__|__|__|__| |
| **AD9.** | დღიურის შევსების სტატუსი: | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 96 _____ | | | |
| **AD10.** | რესპონდენტისთვის დღიურის მიწოდების თარიღი: | | a. რიცხვი |__|__| b. თვე |__|__| c. წელი |_2_|_0_|__|__| | | | | | | | | |
| **AD11.** | დღიურის შევსების წინასწარ დადგენილი თარიღი: | | a. რიცხვი |__|__| b. თვე |__|__| c. წელი |_2_|_0_|__|__| d. კვირის დღე _____ | | | | | | | | |
| **AD12.** | დღიური შეივსო: | | დღიურის შევსების წინასწარ დადგენილი დღისთვის | | | | | 1 | | | |
| | | | 7 დღის შემდეგ | | | | | 2 | დღიურის შევსების გადავადების მიზეზი: *(გთხოვთ, მიუთითეთ)* _____ | | |
| | | | 14 დღის შემდეგ | | | | | 3 | _____ | | |
| | | | 21 დღის შემდეგ | | | | | 4 | _____ | | |
| **AD13.** | რესპონდენტის მობილურის ნომერი: | | | | | | | | | | |

## გთხოვთ, გაეცნოთ ინსტრუქციას!

დროის გამოყენების დღიურის შევსება საკმაოდ მარტივია. ეს კიდევ უფრო მარტივი იქნება თუ ჯერ ამ მოკლე ინსტრუქციას წაიკითხავთ და შემდეგ გაეცნობით შევსებული დღიურის ნიმუშს მომდევნო გვერდზე.

**რას აკეთებდით?**

დღიურის B სვეტში „რას აკეთებდით?" გთხოვთ, აღწეროთ თქვენი საქმიანობა 10 წუთიანი ინტერვალებით. დღიური იწყება დილის 04:00 საათიდან და მოიცავს 24 საათიან პერიოდს - თითო გვერდი ორ საათიან შუალედს. მომდევნო გვერდზე მოცემული ნიმუში წარმოდგენას შეგიქმნით რამდენად დეტალური ინფორმაციის მიღება გვესაჭიროება თქვენგან.

თუ ერთდროულად ერთზე მეტ საქმეს აკეთებდით გთხოვთ, ჩაწეროთ ის, რომელიც მიგაჩნიათ ძირითად აქტივობად. იმ შემთხვევაში, თუ 10 წუთის ინტერვალში ორი ან მეტი აქტივობა განახორციელეთ მიმდევრობით, ჩაწერეთ ის, რომელიც უფრო მნიშვნელოვანი იყო ან მეტი დრო დასჭირდა. ერთ სტრიქონზე არ ჩაწეროთ ერთზე მეტი ძირითადი აქტივობა. თუ აკეთებდით ისეთ რამეს, რაც მიგაჩნიათ, რომ ჩასაწერად ძალიან პირადულია, მიუთითეთ „პირადი".

**მუშაობა**. მოიცავს ყველა განხორციელებულ აქტივობას, მათ შორის იმ სამუშაოებისთვის, რომელიც დააფიქსირეთ ინდივიდუალურ კითხვარში. არ არის საჭირო ჩაწეროთ კონკრეტულად რას აკეთებდით სამუშაო დროის განმავლობაში. თუ მუშაობის დროს გამოიყენეთ კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი და ა.შ., გთხოვთ, მიუთითოთ შესაბამის სვეტში (J სვეტი). შესვენების შემთხვევაში დააფიქსირეთ, რას აკეთებდით კონკრეტულად, მაგალითად: „შესვენება, ვისადილე", „შესვენება, ვისეირნე" და ა.შ. ასევე, აუცილებლად ჩაწერეთ ის სამუშაოც, რომელიც სამუშაო ადგილის ნაცვლად შეასრულეთ სხვაგან, მაგალითად, თქვენს საცხოვრისში.

**სწავლა**. ჩაწერეთ თუ სწავლობდით/მეცადინეობდით სახლში ან ესწრებოდით გაკვეთილებს/ლექციებს საგანმანათლებლო დაწესებულებაში ან სხვა ადგილას. აქტივობის ჩაწერისას აუცილებლად დააკონკრეტეთ განათლების საფეხური - სკოლა, უნივერსიტეტი და ა.შ. ასევე დააკონკრეტეთ თუ სწავლა/ტრეინინგი ანაზღაურებადი სამუშაოს ნაწილია.

**მგზავრობა**. აქტივობის ჩაწერისას დააკონკრეტეთ, როგორ და რა მიზნით გადაადგილდებოდით. მაგალითად: „ფეხით მივედი ავტობუსის გაჩერებამდე", „ავტობუსით წავედი მაღაზიაში", „ვიყიდე სურსათი", „დავბრუნდი სახლში ტაქსით". აქტივობის შესაბამისი გადაადგილების/სატრანსპორტო საშუალება მიუთითეთ სვეტში „სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით".

**საოჯახო საქმეები, ბავშვის და მოხუცის მოვლა**. ჩაწერეთ რას აკეთებდით კონკრეტულად, მაგალითად: „ვახშმის მომზადება", „მაგიდის გაშლა", „ჭურჭლის გარეცხვა", „ბავშვის დაძინება", „ბავშვის დაბანა", „ეზოს მოვლა", „მანქანის გარეცხვა", „სახლის დალაგება" და ა.შ.

**კითხვა (სწავლის/მეცადინეობის გარდა)**. მიუთითეთ კონკრეტულად რას კითხულობდით, მაგალითად: „გაზეთის კითხვა", „რომანის კითხვა", „ჟურნალის კითხვა", „არამხატვრული ლიტერატურის კითხვა" და ა.შ. თუ კითხულობდით ინტერნეტში, აღნიშნეთ აქტივობის ჩანაწერში და მონიშნეთ „x" [IT] სვეტში.

**სხვა შინამეურნეობისთვის გაწეული დახმარება**. დააფიქსირეთ თუ ძირითადი საქმიანობა იყო შინამეურნეობის არაწევრი პირისთვის რაიმე სახის დახმარების გაწევა (სრულად ან ნაწილობრივ). მაგალითად, თუ დაეხმარეთ მეგობარს საცხოვრისის რემონტში, ჩაწერეთ „დავეხმარე მეგობარს მისი საცხოვრისის რემონტში". ჩაწერეთ ამის მსგავსად, თუ დაეხმარეთ მეზობელს ან ნათესავს მათთვის სურსათის შეძენაში. დახმარების გაწევა დაფიქსირეთ იმ შემთხვევაშიც, თუ მაგალითად სურსათი საკუთარი შინამეურნეობისთვისაც შეიძინეთ.

**ვისთვის აკეთებდით?**

ყოველი 10 წუთიანი ინტერვალისთვის გთხოვთ, მონიშნოთ შესაბამისი უჯრა, რომ მიუთითოთ ვისთვის ასრულებდით მოცემულ აქტივობას. თუ აღნიშნული აქტივობა 10 წუთზე მეტხანს გრძელდებოდა, უჯრები უნდა მონიშნოთ მომდევნო სტრიქონებზეც, სანამ არ გადახვალთ სხვა აქტივობაზე. თითოეულ სტრიქონზე შეგიძლიათ მონიშნოთ ერთზე მეტი პასუხი. თუ აქტივობა არ შეესაბამება C-H სვეტებში მითითებულ კატეგორიებს, მაგალითად, ძაღლის გასეირნება, მაშინ ყველა უჯრა დატოვეთ ცარიელი და აღნიშნული მიუთითეთ აქტივობის ჩანაწერში „გავასეირნე ძაღლი".

**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**

თუ ერთდროულად ერთზე მეტ საქმეს აკეთებდით, პარალელური აქტივობა მიუთითეთ I სვეტში „რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?". მაგალითად, უვლიდით თქვენს შვილს (ძირითადი აქტივობა) და ამავე დროს უყურებდით ტელევიზორს, მაშინ I სვეტში ჩაწერეთ „ტელევიზორის ყურება". თქვენ განსაზღვრავთ, რომელია ძირითადი აქტივობა (უფრო მნიშვნელოვანი) და რომელი პარალელური (მეორეხარისხოვანი). თუ აქტივობა 10 წუთზე მეტხანს გრძელდება, გთხოვთ, არ დაგავიწყდეთ, პარალელური აქტივობის ასახვა მომდევნო სტრიქონებშიც, რათა სწორად აჩვენოთ მასზე დახარჯული დრო, რომელიც შესაძლებელია განსხვავდებოდეს ძირითადი აქტივობის ხანგრძლივობისგან.

**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**

მონიშნეთ „x"-ით შესაბამისი უჯრა, თუ ძირითადი ან პარალელური აქტივობის განხორციელებისას გამოიყენეთ კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი სახის ტექნოლოგია/ხელსაწყო. მაგალითად, მოუსმინეთ მუსიკას სმარტფონის საშუალებით.

**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**

ჩაწერეთ სად იყავით მითითებულ დროს. მაგალითად: „სახლში", „მეგობრის სახლში", „რესტორანში", „მაღაზიაში" და ა.შ. მგზავრობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/სატრანსპორტო საშუალება, მაგალითად: „ფეხით", „მანქანით", „ავტობუსით", „მატარებლით", „ველოსიპედით", „მოტოციკლით" და ა.შ.

**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**

თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის გთხოვთ, მონიშნოთ ერთი ან მეტი უჯრა, რომ აჩვენოთ მარტო იყავით თუ სხვასთან ერთად, ვისაც იცნობთ. ერთად ყოფნა გულისხმობს, რომ ფიზიკურად ვიღაც არის თქვენთან ერთად (მაგ., სახლში). არ არის აუცილებელი მოცემულ აქტივობას ერთად ასრულებდეთ. თუ მხოლოდ უცნობებთან ერთად ხართ, მაშინ მიუთითეთ „მარტო". თუ ძირითადი აქტივობა არის „ძილი", არ მონიშნოთ პასუხი ამ კითხვაზე. თითოეულ სტრიქონზე შეგიძლიათ მონიშნოთ ერთზე მეტი პასუხი. მონიშვნების („x"-ების) რაოდენობა შესაძლოა იყოს განსხვავებული ერთი და იმავე აქტივობის განმავლობაში, როდესაც პირები მიდიან ამ ადგილიდან ან მოდიან ამ ადგილას.

**1-8 კითხვები და დღიურის შემოწმება (ბოლო გვერდი)**

როდესაც დაასრულებთ დღიურის შევსებას, უპასუხეთ დღიურის ბოლო გვერდზე მოცემულ შეკითხვებს. გთხოვთ, შეასრულოთ საბოლოო მითითებები დღიურის შესამოწმებლად (კითხვა 9), რომელიც იმავე გვერდზეა მოცემული.

## გთხოვთ, თან იქონიოთ დღიური მუდმივად და შეავსოთ მთელი დღის განმავლობაში!

| **დრო** | **[ძირითადი აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ <u>ძირითადი აქტივობა</u> თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (08:00-დან 10:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | **[ვისთვის]**<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება <u>მოხალისეობრივი საქმიანობა</u> საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | **[პარალელური აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | **[IT]**<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | **[ადგილი/ტრანსპორტი]**<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | **[ვისთან ერთად]**<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 08:00-08:10 | გავაღვიძე ბავშვები | ☐ | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | სახლში | ☐ | ☐ | ☐ | ✕ | ☐ | ☐ |
| 08:10-08:20 | ვისაუზმე | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ვუყურე ტელევიზორს | ☐ | | ☐ | ✕ | ☐ | ✕ | ☐ | ☐ |
| 08:20-08:30 | ”——“ | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ”——“ | ☐ | | ☐ | ✕ | ☐ | ✕ | ☐ | ☐ |
| 08:30-08:40 | ავალაგე მაგიდა | ✕ | ✕ | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | მოვუსმინე მუსიკას | ✕ | | ☐ | ✕ | ✕ | ✕ | ☐ | ☐ |
| 08:40-08:50 | ბავშვებს ჩაცმაში დავეხმარე | ☐ | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ”——“ | ✕ | | ☐ | ☐ | ☐ | ✕ | ☐ | ☐ |
| 08:50-09:00 | წავედი საბავშვო ბაღში | ☐ | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | ფეხით | ☐ | ☐ | ☐ | ✕ | ☐ | ☐ |
| 09:00-09:10 | წავედი სამსახურში | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | წავიკითხე გაზეთი | ☐ | ავტობუსით | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 09:10-09:20 | ”——“ | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ”——“ | ☐ | ”——“ | ✕ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 09:20-09:30 | მუშაობა | | | | | ✕ | ☐ | | ✕ | სამსახურში | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ✕ |
| 09:30-09:40 | | | | | | ✕ | ☐ | ექიმთან დარეკვა | ✕ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ✕ |
| 09:40-09:50 | | | | | | ✕ | ☐ | | ✕ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ✕ |
| 09:50-10:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ✕ | ☐ | | ✕ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ✕ |

**გამოიყენეთ ისრები ან აღნიშვნები თუ აქტივობა გაგრძელდა 10 წუთზე მეტხანს.**

ნიმუში

# დროის გამოყენების დღიური - გვერდი 1/12

| **დრო** | **[ძირითადი აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ ძირითადი აქტივობა თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (04:00-დან 06:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | **[ვისთვის]**<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება მოხალისეობრივი საქმიანობა საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | **[პარალელური აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | **[IT]**<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | **[ადგილი/ტრანსპორტი]**<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | **[ვისთან ერთად]**<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 04:00-04:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 04:10-04:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 04:20-04:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 04:30-04:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 04:40-04:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 04:50-05:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 05:00-05:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 05:10-05:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 05:20-05:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 05:30-05:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 05:40-05:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 05:50-06:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

# დროის გამოყენების დღიური - გვერდი 2/12

| **დრო** | **[ძირითადი აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ <u>ძირითადი აქტივობა</u> თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (06:00-დან 08:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | **[ვისთვის]**<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება <u>მოხალისეობრივი საქმიანობა</u> საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | **[პარალელური აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | **[IT]**<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | **[ადგილი/ტრანსპორტი]**<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | **[ვისთან ერთად]**<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 06:00-06:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 06:10-06:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 06:20-06:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 06:30-06:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 06:40-06:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 06:50-07:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 07:00-07:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 07:10-07:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 07:20-07:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 07:30-07:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 07:40-07:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 07:50-08:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

| | [ძირითადი აქტივობა] | [ვისთვის] | | | | | | [პარალელური აქტივობა] | [IT] | [ადგილი/ტრანსპორტი] | [ვისთან ერთად] | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **რას აკეთებდით?** | **ვისთვის აკეთებდით?** | | | | | | **რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?** | **გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?** | **სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?** | **მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?** | | | | | |
| **დრო** | განსაზღვრეთ <u>ძირითადი აქტივობა</u> თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (08:00-დან 10:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | H სვეტში იგულისხმება <u>მოხალისეობრივი საქმიანობა</u> საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 08:00-08:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 08:10-08:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 08:20-08:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 08:30-08:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 08:40-08:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 08:50-09:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 09:00-09:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 09:10-09:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 09:20-09:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 09:30-09:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 09:40-09:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 09:50-10:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

# დროის გამოყენების დღიური - გვერდი 4/12

| დრო | [ძირითადი აქტივობა]<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ ძირითადი აქტივობა თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (10:00-დან 12:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | [ვისთვის]<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება მოხალისეობრივი საქმიანობა საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | [პარალელური აქტივობა]<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | [IT]<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | [ადგილი/ტრანსპორტი]<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | [ვისთან ერთად]<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 10:00-10:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 10:10-10:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 10:20-10:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 10:30-10:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 10:40-10:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 10:50-11:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 11:00-11:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 11:10-11:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 11:20-11:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 11:30-11:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 11:40-11:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 11:50-12:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

| | [ძირითადი აქტივობა] | [ვისთვის] | | | | | | [პარალელური აქტივობა] | [IT] | [ადგილი/ტრანსპორტი] | [ვისთან ერთად] | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **რას აკეთებდით?** | **ვისთვის აკეთებდით?** | | | | | | **რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?** | **გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?** | **სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?** | **მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?** | | | | | |
| **დრო** | განსაზღვრეთ <u>ძირითადი აქტივობა</u> თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (12:00-დან 14:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | H სვეტში იგულისხმება <u>მოხალისეობრივი საქმიანობა</u> საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ)თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ)თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 12:00-12:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 12:10-12:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 12:20-12:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 12:30-12:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 12:40-12:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 12:50-13:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 13:00-13:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 13:10-13:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 13:20-13:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 13:30-13:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 13:40-13:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 13:50-14:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

| დრო | [ძირითადი აქტივობა] **რას აკეთებდით?** | [ვისთვის] **ვისთვის აკეთებდით?** | | | | | | [პარალელური აქტივობა] **რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?** | [IT] **გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?** | [ადგილი/ტრანსპორტი] **სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?** | [ვისთან ერთად] **მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?** | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | განსაზღვრეთ <u>ძირითადი აქტივობა</u> თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (14:00-დან 16:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | H სვეტში იგულისხმება <u>მოხალისეობრივი საქმიანობა</u> საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 14:00-14:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 14:10-14:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 14:20-14:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 14:30-14:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 14:40-14:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 14:50-15:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 15:00-15:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 15:10-15:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 15:20-15:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 15:30-15:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 15:40-15:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 15:50-16:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

# დროის გამოყენების დღიური - გვერდი 7/12

| დრო | [ძირითადი აქტივობა]<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ ძირითადი აქტივობა თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (16:00-დან 18:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | [ვისთვის]<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება მოხალისეობრივი საქმიანობა საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | [პარალელური აქტივობა]<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | [IT]<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | [ადგილი/ტრანსპორტი]<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | [ვისთან ერთად]<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 16:00-16:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 16:10-16:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 16:20-16:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 16:30-16:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 16:40-16:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 16:50-17:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 17:00-17:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 17:10-17:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 17:20-17:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 17:30-17:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 17:40-17:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 17:50-18:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

# დროის გამოყენების დღიური - გვერდი 8/12

| **დრო** | **[ძირითადი აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ <u>ძირითადი აქტივობა</u> თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (18:00-დან 20:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | **[ვისთვის]**<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება <u>მოხალისეობრივი საქმიანობა</u> საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | **[პარალელური აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | **[IT]**<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | **[ადგილი/ტრანსპორტი]**<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | **[ვისთან ერთად]**<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 18:00-18:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 18:10-18:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 18:20-18:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 18:30-18:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 18:40-18:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 18:50-19:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 19:00-19:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 19:10-19:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 19:20-19:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 19:30-19:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 19:40-19:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 19:50-20:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

| დრო | [ძირითადი აქტივობა] **რას აკეთებდით?** | [ვისთვის] **ვისთვის აკეთებდით?** | | | | | | [პარალელური აქტივობა] **რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?** | [IT] **გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?** | [ადგილი/ტრანსპორტი] **სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?** | [ვისთან ერთად] **მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?** | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | განსაზღვრეთ <u>ძირითადი აქტივობა</u> თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (20:00-დან 22:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | H სვეტში იგულისხმება <u>მოხალისეობრივი საქმიანობა</u> საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 20:00-20:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 20:10-20:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 20:20-20:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 20:30-20:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 20:40-20:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 20:50-21:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 21:00-21:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 21:10-21:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 21:20-21:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 21:30-21:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 21:40-21:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 21:50-22:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

# დროის გამოყენების დღიური - გვერდი 10/12

| **დრო** | **[ძირითადი აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ ძირითადი აქტივობა თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (22:00-დან 24:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | **[ვისთვის]**<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება მოხალისეობრივი საქმიანობა საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | **[პარალელური აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | **[IT]**<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | **[ადგილი/ტრანსპორტი]**<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | **[ვისთან ერთად]**<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 22:00-22:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 22:10-22:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 22:20-22:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 22:30-22:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 22:40-22:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 22:50-23:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 23:00-23:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 23:10-23:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 23:20-23:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 23:30-23:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 23:40-23:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 23:50-24:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

# დროის გამოყენების დღიური - გვერდი 11/12

| **დრო** | **[ძირითადი აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ ძირითადი აქტივობა თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (00:00-დან 02:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | **[ვისთვის]**<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება მოხალისეობრივი საქმიანობა საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | **[პარალელური აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | **[IT]**<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | **[ადგილი/ტრანსპორტი]**<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | **[ვისთან ერთად]**<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 00:00-00:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 00:10-00:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 00:20-00:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 00:30-00:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 00:40-00:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 00:50-01:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 01:00-01:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 01:10-01:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 01:20-01:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 01:30-01:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 01:40-01:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 01:50-02:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

# დროის გამოყენების დღიური - გვერდი 12/12

| **დრო** | **[ძირითადი აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით?**<br>განსაზღვრეთ ძირითადი აქტივობა თითოეული 10 წუთიანი ინტერვალისთვის (02:00-დან 04:00-მდე).<br>- ერთ სტრიქონზე მიუთითეთ მხოლოდ ერთი აქტივობა.<br>- მგზავრობის შემთხვევაში, ასევე მიუთითეთ მგზავრობის მიზანი. | **[ვისთვის]**<br>**ვისთვის აკეთებდით?**<br>H სვეტში იგულისხმება მოხალისეობრივი საქმიანობა საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ.<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | | **[პარალელური აქტივობა]**<br>**რას აკეთებდით ძირითადი აქტივობის პარალელურად?**<br>რამდენიმე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში განსაზღვრეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი. | **[IT]**<br>**გამოიყენეთ თუ არა კომპიუტერი, სმარტ მოწყობილობა, ინტერნეტი, ონლაინ სერვისი ან სხვა მსგავსი ტექნოლოგია/ ხელსაწყო აქტივობის განსახორციელებლად?**<br>მონიშნეთ „x“-ით, თუ პასუხია „დიახ“. | **[ადგილი/ტრანსპორტი]**<br>**სად იყავით/როგორ გადაადგილდებოდით?**<br>ჩაწერეთ ადგილი, სადაც იყავით. მოძრაობის შემთხვევაში მიუთითეთ გადაადგილების/ სატრანსპორტო საშუალება.<br>*მაგ.: სახლში, სამსახურში, რესტორანში, მაღაზიაში და ა.შ. ფეხით, მანქანით, ავტობუსით, ველოსიპედით, მოტოციკლით და ა.შ.* | **[ვისთან ერთად]**<br>**მარტო იყავით თუ ნაცნობთან ერთად?**<br>პასუხ(ებ)ი მონიშნეთ „x“-ით. | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | ჩემთვის | ჩემი შინამეურნეობისთვის | | სხვა შინამეურნეობის თვის ან სხვა პირ(ებ)ის თვის | სამუშაოს თვის/ სამსახურის თვის | საზოგადოებისთვის, ორგანიზაციისთვის და ა.შ. | | | | მარტო (ან უცხო პირ(ებ) თან ერთად) | შინამეურნეობის წევრ(ებ)თან ერთად | | | | სხვა ნაცნობ პირ(ებ) თან ერთად |
| | | | ბავშვ(ებ)ი სთვის (10 წლამდე ასაკის) | სხვა წევრ(ებ)ის თვის | | | | | | | | მეუღლე /პარტნიორი | მშობელი | ბავშვ(ებ)ი (10 წლამდე ასაკის) | შინამეურნეობის სხვა წევრ(ებ)ი | |
| A | B | C | D | E | F | G | H | I | J | K | L | M | N | O | P | Q |
| 02:00-02:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 02:10-02:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 02:20-02:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 02:30-02:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 02:40-02:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 02:50-03:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 03:00-03:10 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 03:10-03:20 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 03:20-03:30 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 03:30-03:40 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 03:40-03:50 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |
| 03:50-04:00 | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | | ☐ | | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ |

**1 როდის შეავსეთ დღიური?**

- დღიურის შევსების დღის განმავლობაში ☐ (1)
- დღიურის შევსების დღის ბოლოს ☐ (2)
- დღიურის შევსების დღის მომდევნო დღეს ☐ (3)
- მოგვიანებით, დაახლოებით _____ დღის შემდეგ ☐ (4)

**2 დღიურში აღწერილი აქტივობებიდან, რომელი იყო თქვენთვის ყველაზე სასიამოვნო?**

_____ ☐☐☐

**3 დღიურში აღწერილი აქტივობებიდან, რომელი იყო თქვენთვის ყველაზე არასასიამოვნო?**

_____ ☐☐☐

**4 დღიურში აღწერილი აქტივობებიდან, რომელი იყო თქვენთვის ყველაზე სტრესული?**

_____ ☐☐☐

**5 საერთო ჯამში, როგორ შეაფასებთ ამ დღეს?**

- ძალიან სასიამოვნო ☐ (1)
- სასიამოვნო ☐ (2)
- არც სასიამოვნო და არც უსიამოვნო ☐ (3)
- არასასიამოვნო ☐ (4)
- ძალიან არასასიამოვნო ☐ (5)

**6 ჩვეულებრივი დღე იყო თუ უჩვეულო?**

- ჩვეულებრივი ☐ (1)
- უჩვეულო ☐ (2)

**7a ხართ თუ არა სტუდენტი/მოსწავლე ან დასაქმებული?**

- დიახ ☐ (1) ➔ **7b**
- არა ☐ (2) ➔ **8a**

**7b როგორი იყო ეს დღე?**

- ჩვეულებრივი სამუშაო დღე ☐ (1)
- ჩვეულებრივი სასწავლო დღე ☐ (2)
- დასვენების დღე (შაბათ-კვირის/დღესასწაულის/სამუშაო განრიგის გამო) ☐ (3)
- ბიულეტენის დღე ☐ (4)
- შვებულების/არდადეგების დღე ☐ (5)
- სამსახურში/საგანმანათლებლო დაწესებულებაში არყოფნა რაიმე სხვა მიზეზით ☐ (6)

**8a დღიურის შევსების დღეს გაემგზავრეთ თუ არა სხვა ქალაქში, რეგიონში ან ქვეყანაში?**
(არ ჩათვალოთ რეგურალური მგზავრობა სამსახურში/სამუშაოზე ან საგანმანათლებლო დაწესებულებაში მისასვლელად. ასევე, არ ჩათვალოთ მგზავრობა, რომლის ხანგრძლივობა არ აღემატება 2 საათს)

- არა ☐ (1) ➔ **9**
- დიახ, გავემგზავრე ერთი დღით ქვეყნის შიგნით ☐ (2) ➔ **8b**
- დიახ, გავემგზავრე ერთი დღით საზღვარგარეთ ☐ (3) ➔ **8b**
- დიახ, გავემგზავრე ღამისთევით ქვეყნის შიგნით ☐ (4) ➔ **8b**
- დიახ, გავემგზავრე ღამისთევით საზღვარგარეთ ☐ (5) ➔ **8b**

**8b თქვენი საცხოვრისიდან რა მანძილზე გაემგზავრეთ?** (დაახლოებითი მანძილი საცხოვრისიდან დანიშნულების ადგილამდე ერთი მიმართულებით. ერთზე მეტი მგზავრობის შემთხვევაში, შეაფასეთ ყველაზე გრძელი მანძილი)

_____ კმ

**9 გთხოვთ, გადახედოთ დღიურს კიდევ ერთხელ და შეამოწმოთ, რომ:**

- ➔ თითოეულ სტრიქონზე მითითებული გაქვთ მხოლოდ ერთი ძირითადი აქტივობა და არ არის დარჩენილი შეუვსებელი დროის ინტერვალი ☐ (1)
- ➔ მითითებული გაქვთ მუშაობა და მასთან დაკავშირებული აქტივობები, მათ შორის სახლიდან მუშაობის შემთხვევაშიც ☐ (2)
- ➔ მითითებულია საინფორმაციო ტექნოლოგიების (IT) გამოყენება, როგორც ძირითადი, ისე პარალელური აქტივობის შემთხვევაში ☐ (3)
- ➔ მითითებულია მგზავრობასთან დაკავშირებული ყველა აქტივობა და გადაადგილების/სატრანსპორტო საშუალება ☐ (4)
- ➔ პარალელური აქტივობების არსებობის შემთხვევაში, ჩანაწერი მეორდება იმდენ სტრიქონზე რა ხანგრძლივობისაც იყო ეს აქტივობა ☐ (5)
- ➔ სვეტში "ვისთვის" თითოეულ სტრიქონზე მონიშნულია მინიმუმ ერთი „x", გარდა იმ შემთხვევისა, როდესაც აქტივობა არ შეესაბამება არცერთ კატეგორიას ☐ (6)
- ➔ სვეტში "ვისთან ერთად" თითოეულ სტრიქონზე მითითებულია მინიმუმ ერთი „x", გარდა იმ შემთხვევისა, როდესაც გეძინათ ☐ (7)

**დიდი მადლობა დღიურის შევსებისთვის!**