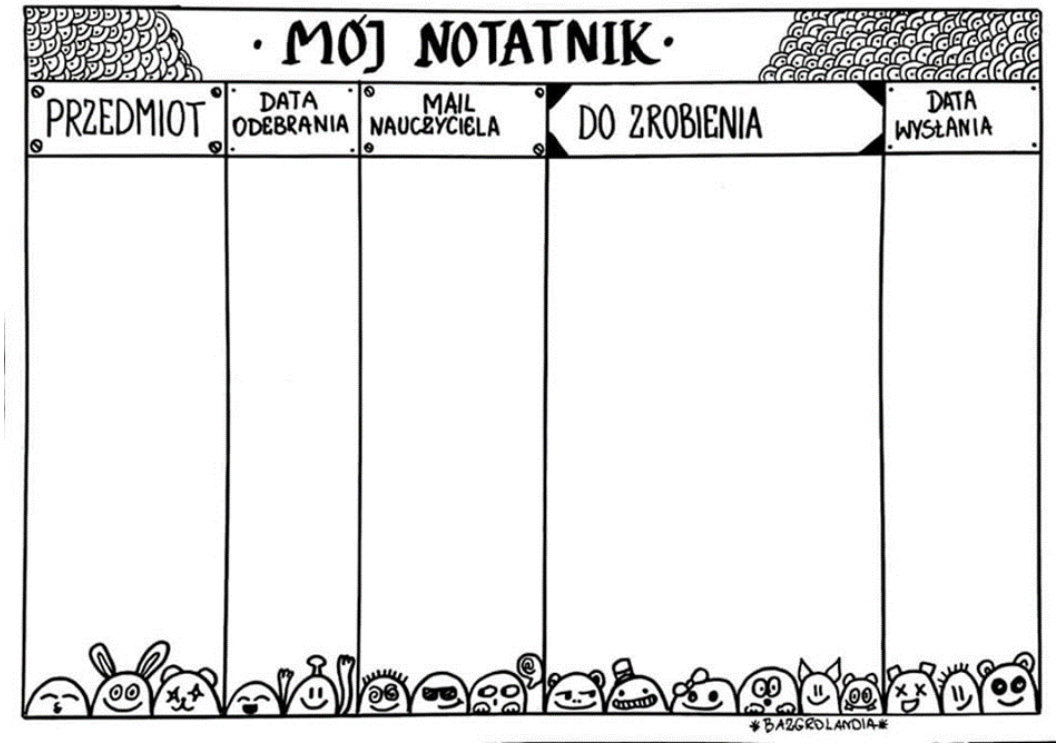
Zaplanuj swój dzień ☺

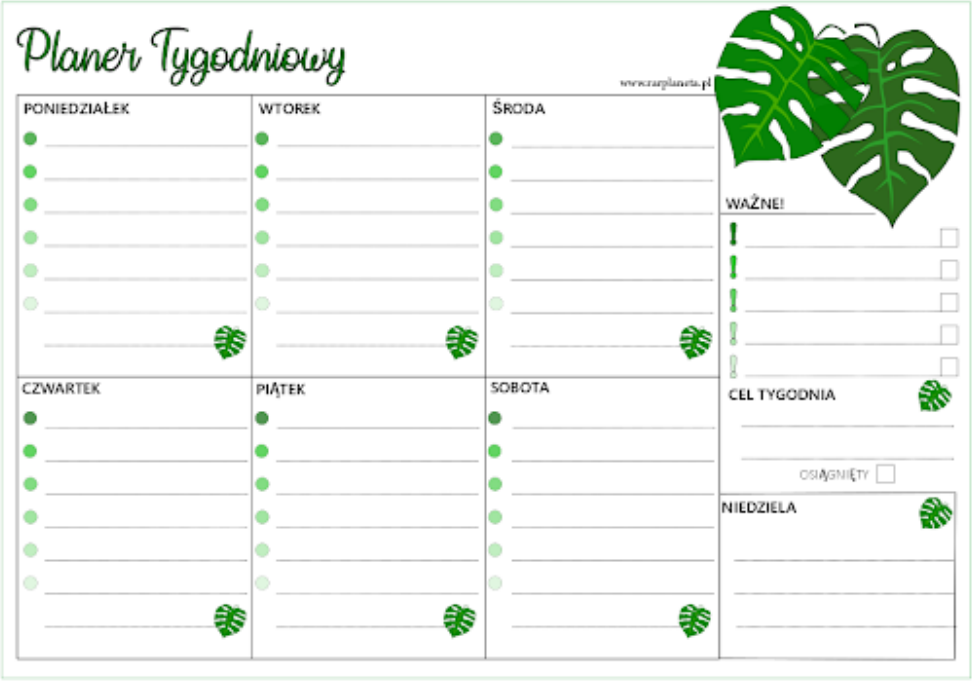
Sylwia Melka – pedagog szkolny

Poniżej przedstawiam kilka wskazówek, jak możesz zaplanować swój dzień, aby mieć czas na WSZYSTKO.

1. Na początek ćwiczenie: pomyśl o swoim ostatnim dniu nauki i spisz wszystko, co w nim robiłeś/aś dodając do tego godziny. Sprawdź, czy miałeś/aś czas na rzeczy najważniejsze, takie jak: nauka zdalna, odpoczynek, relaks, rozrywka, hobby.
2. Wypisz wszystkie ważne rzeczy do zrobienia w tym tygodniu. Możesz to zrobić w ten sposób.



3. Teraz już wiesz, na co potrzebujesz więcej, a na co mniej czasu. Zaplanuj na piśmie swój tydzień. Zrób planer według swojego pomysłu ☺ Niżej znajdziesz kilka inspiracji.



Używaj jak najwięcej kolorów ☺