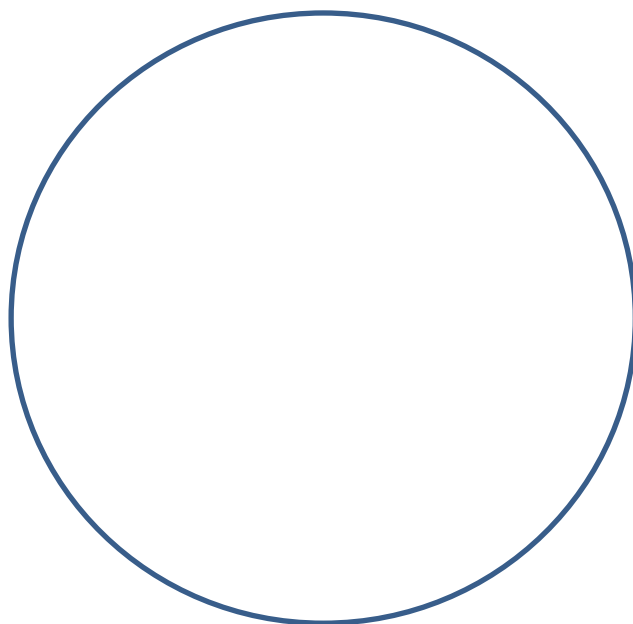


KAKO UPRAVLJAM S ČASOM ; DNEVNO NAČRTOVANJE

Mojih 24 ur: V spodnji krog označi kako zdaj porabiš dan (»odreži« kos za spanje, kos za pouk, kos za učenje, kos za domača opravila, kos za prosti čas...)



Kaj si ugotovil - a?

Označi, kaj je zate zares pomembno – z eno barvo, kar **MORAŠ**, z drugo barvo označi dejavnosti nad katerimi imaš **VPLIV** (kar lahko spreminjaš). Lahko kaj spremeniš? Spoznanja ti lahko pomagajo pri načrtovanju tvojih aktivnosti...

Metoda za upravljanje s časom za vsak dan:

Najprej Izpolni okvirčke za današnji dan v prvi tabeli, nato vpiši načrt za cel dan (tabela dnevnega načrta spodaj!)

POMEMBNO IN NUJNO JE (npr. DN za jutri, jutrišnji test):	NI POMEMBNO, JE PA NUJNO (kar ni do jutri – učenje za TEST čez 4 dni, domače branje):
POMEMBNO, NI PA NUJNO (trening, zabava):	NI POMEMBNO, NI NUJNO (računalnik, telefon, TV – lahko počaka):

MOJ DNEVNI NAČRT za: _____ (vpiši dan v tednu, datum)

Ura	Kaj bom počel-a? Zapiši! Vključi šolske obveznosti, domača opravila in prosti čas...	Kaj je NUJNO danes?	Mi je uspelo? (odkljukaj!)	Potrebujem pomoč? Koga bom poklical-a?
8.00 - 9.00				
9.00 - 10.00				
10.00 - 11.00				
11.00 - 12.00				
12.00 - 13.00				
13.00 - 14.00				
14.00 - 15.00				
15.00 - 16.00				
16.00 - 17.00				
17.00 - 18.00				
18.00 - 19.00				
19.00 - 20.00				
20.00 - 21.00				
21.00 - 22.00				
22.00 -				