

ZAMANIMI KENDİM YÖNETEBİLİRİM

PAZARTESİ SALI ÇARŞAMBA PERŞEMBE CUMA CUMARTESİ PAZAR

	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
Her gün (en az) sayfa kitap okurum. Bugün kaç sayfa okudun kutucuğuna yaz.							
Bugün.....dk/ saat tv/telefon/tablet izledim/oynadım. Bugün ne kadar izledin/oynadın kutucuğuna yaz.							
Bugün ailemle birlikte ile/yaparak vakit geçirdik. Bugün birlikte ne yaptınız kutucuğuna yaz (yemek- kurabiye yapma, sessiz sinema vs)							
Tek başıma yapmaktan keyif aldığım şeyler var. Bugün ki hangisi kutucuğuna yaz.							
Bugün yaparak ev düzenimize katkıda bulundum. (süpürme, masayı hazırlama, dolabımı düzenleme..)							

ZAMANIMI KENDİM YÖNETEBİLİRİM

PAZARTESİ

SALI

ÇARŞAMBA

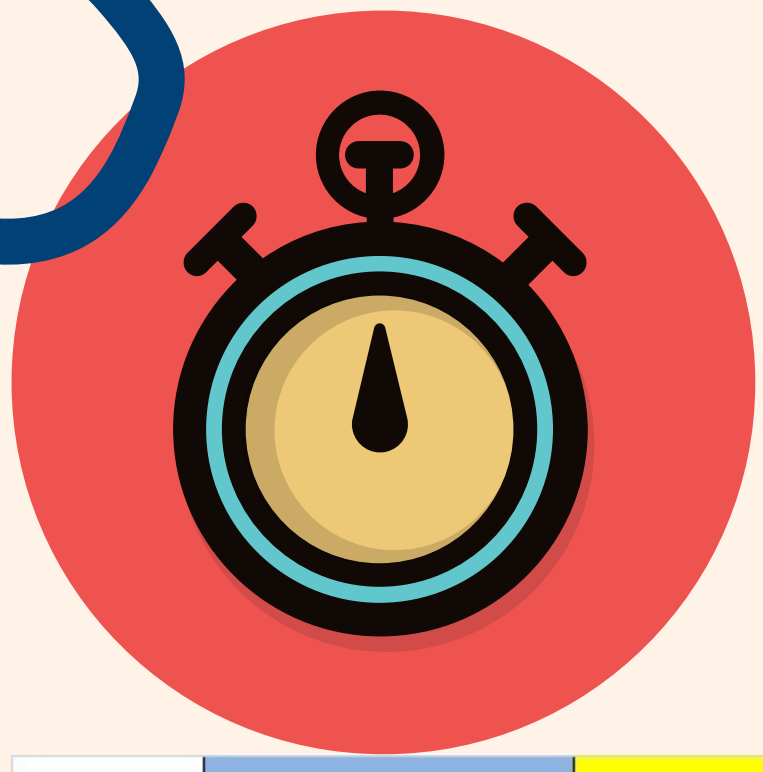
PERŞEMBE

CUMA

CUMARTESİ

PAZAR

<p>Evde yapmayı tercih ettiğim spor ve aktiviteler var. Bugün ki hangisi kutucuğuna yaz.</p>							
<p>Uğraştığım bir çok hobim var! Bugün ki hangisi kutucuğuna yaz.</p>							
<p>İzlemekten keyif aldığım, faydalı bulduğum programlar var. Bugün ki hangisi kutucuğuna yaz.</p>							
<p>Kimsenin düşünmediği, bana özgü fikirlerim var. Bugün ki nedir günlüğüne yaz.</p>							



ZAMANIMI YÖNETİYORUM

	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
00.00-01.00							
01.00-02.00							
02.00-03.00							
03.00-04.00							
04.00-05.00							
05.00-06.00							
06.00-07.00							
07.00-08.00							
08.00-09.00							
09.00-10.00							
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							
22.00-23.00							
23.00-00.00							

UYKU	OKUL SAATİ	KİTAP OKUMA SAATİ	HOBİ-EĞLENCE
DİNLENME	DERS ÇALIŞMA	TV/TABLET/TELEFON/BİLG.	AİLEYLE NİTELİKLİ BERABERLİK

