

PLAN ORGANIZACYJNY DNIA

Zastanów się nad czynnościami, które wykonujesz w ciągu dnia. Spróbuj je pogrupować i wpisz w odpowiednie rubryki tabeli. Obok zapisz ile czasu zajmie ci ich wykonanie.

Czynności ważne, służące twojemu rozwojowi	Czynności, z których możesz zrezygnować – nie przynoszą ci korzyści np. przedłużanie rozmowy z kolegą, choć nie jest ona interesująca dla ciebie	Czynności, które chciałbyś wykonać (realizacja zainteresowań, marzeń)