



**SUPER
ПЛАНЕР**

ПОБЕЖДАЙ
ВМЕСТЕ С ВЛАДОМ
РАСПИСАНИЕ



ИИИ...ВСЕМ ПРИВЕТ!



У тебя в руках не просто книга, а твой личный планер и помощник!

Он поможет тебе организовать свой день, следить за своими целями и достижениями, а также планировать время для занятий спортом, чтения книг и других увлечений.

Ты сможешь записывать все свои мысли и идеи, а также отслеживать свой прогресс.

Вместе мы победим расписание!



МОЙ ДЕНЬ

Расписание и планирование дня.



Этот раздел поможет тебе организовать свой день и не забывать о важных задачах.



Напиши, какие занятия у тебя запланированы на каждый час дня, начиная с утра и заканчивая вечером. Также ты можешь записывать другие задачи, которые нужно сделать в течение дня.

Помни, что расписание можно менять, если у тебя возникли неожиданные дела или события. Главное — следи за своим временем и не забывай о важных задачах.



Несколько полезных советов:

начинай день с самых важных задач, делай перерывы, чтобы не устать и не терять концентрацию.



ПОНЕДЕЛЬНИК

07-00	
	21-00





Расписание уроков

Расписание — это список твоих уроков на каждый день недели.



ПЕРВАЯ ЧЕТВЕРТЬ

Понедельник

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Вторник

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7



Среда

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

МОИ ЦЕЛИ И ДОСТИЖЕНИЯ



Этот раздел поможет поставить цели и планировать задачи в течение определённого времени.

Ты можешь записать все цели и разбить их на мелкие шаги, которые нужно сделать для их достижения.



Цели — это то, к чему ты стремишься в будущем, например, выучить новый язык, научиться играть на музыкальном инструменте или попасть в спортивную команду.

Помни, что цели должны быть реалистичными и достижимыми, чтобы ты не расстраивался, если что-то не получится сразу. Но при этом они должны быть интересными, чтобы у тебя было желание работать над их достижением. Ты обязательно добьешься успеха!



Цель:

Описание цели:

Какие действия необходимо предпринять
для достижения цели:

Сделано

С какими сложностями я столкнулся?




Как я их преодолел?

Мои впечатления:

МОИ УВЛЕЧЕНИЯ

Здесь ты можешь записывать то, что тебе нравится делать в свободное время.


Это могут быть твои любимые занятия: спорт, танцы, рисование, чтение книг, игры на свежем воздухе и многое другое.



Когда мы занимаемся любимым делом, мы получаем удовольствие и развиваем свои таланты.

Планируй время так, чтобы уделять больше внимания на то, что тебе действительно нравится делать.

Кроме того, имей в виду, что хобби и увлечения могут стать твоей профессией в будущем, если ты будешь усердно заниматься и развиваться.



Мое Хобби / Увлечение

Что мне нравится в этом

Что я хочу изучить / достичь



Мои таланты

Мои новые увлечения

