

PLANUJĘ - REALIZUJĘ

POMYŚL O NAJBLIŻSZYCH DNIACH. ZAPLANUJ PO 3 AKTYWNOŚCI W KAŻDYM OBSZARZE:

DZIEŃ:

Nauka

1.

2.

3.

Czas wolny

1.

2.

3.

Aktywność fizyczna

1.

2.

3.

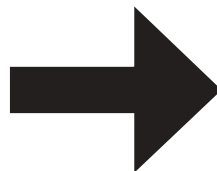
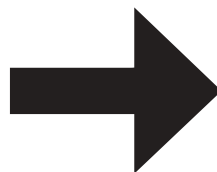
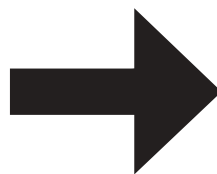
WIECZOREM SPÓJRZ NA SWOJE LISTY. CO UDAŁO CI SIĘ ZREALIZOWAĆ? ZAZNACZ TE, KTÓRE WYKONAŁEŚ ZGODNIE Z PLANEM

PLANUJĘ - REALIZUJĘ

PRZYJRZYJ SIĘ PUNKTOM, KTÓRE UDAŁO CI SIĘ ZREALIZOWAĆ. CZY NAPOTKAŁEŚ/AŚ JAKIEŚ PRZESZKODY? JAK UDAŁO CI SIĘ JE POKONAĆ?

PRZESZKODY

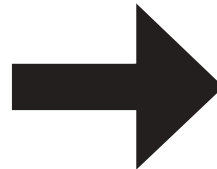
JAK JE POKONAŁEM/AM



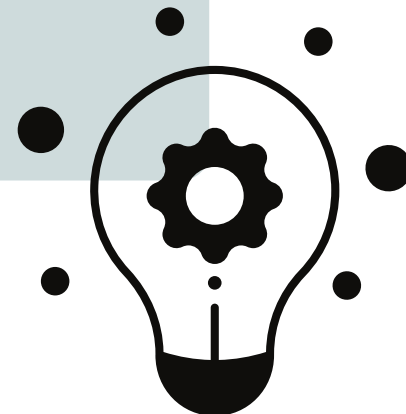
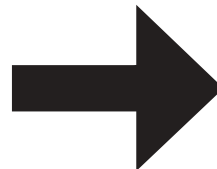
PLANUJĘ - REALIZUJĘ

TERAZ ZATRZYMAJ SIĘ NA TYCH PLANACH, KTÓRE NIE ZOSTAŁY ZREALIZOWANE. CO SPOWODOWAŁO, ŻE SIĘ NIE UDAŁO? CO MOŻNA ZMIENIĆ NA PRZYSZŁOŚĆ BY MIEĆ WIĘKSZĄ SZANSĘ NA SUKCE?

CO PRZYCZYNIŁO SIĘ DO BRAKU
REALIZACJI PLANU



WSKAZÓWKI NA PRZYSZŁOŚĆ



PLANUJĘ - REALIZUJĘ

TERAZ ZNÓW WRÓĆ DO ZREALIZOWANYCH PLANÓW. JAK MOŻESZ SIĘ ZA NIE POCHWALIĆ? JAKIE SŁOWA WZMOCNIŁYBY TWÓJ SUKCES? WPISZ SVOJE POMYSŁY W CHMURKI

