



SKYRIUS Karjeros planavimas
TEMA Kaip planuoti veiklas?

Laiko stebėjimas



Laiko stebėjimas leidžia suprasti, kiek ir kokioms veikloms skiriame laiko.

Užpildyk lentelę. Veiklos pradžios ir pabaigos laikus pažymėk laikrodžiuose – nupiešk rodykles, apskaičiuok ir užrašyk veiklos trukmę. Įsivertink – nuspalvink tinkamą simbolį:



– užtektinai skiriu laiko



– reikia apgalvoti, kaip galiu keisti veiklai skirtą laiką

Veikla	Pradžia	Pabaiga	Trukmė	Įsivertinimas
Rytinis pasiruošimas			
Keliauju į mokyklą			
Darau namų darbus			



Veikla	Pradžia	Pabaiga	Trukmė	Įsivertinimas
Būreliai			
Laisvalaikis			
Pareigos namie			
Bendrauju su šeima			
Ruošiuosi miegoti			