

ΕΝΤΥΠΟ 3

Οργανώνω τη μέρα μου

 Τι έχω να κάνω σήμερα			<input checked="" type="checkbox"/>
Πρωί 	Ωρα: π.χ. 9:00-10:00	π.χ. παρακολούθηση εξ αποστάσεως μαθημάτων	
	Ωρα: π.χ. 10:00-11:00	π.χ. μελέτη ασκήσεων από ηλεκτρονική τάξη	
	Ωρα: π.χ. 11:00-12:00	π.χ. τηλεόραση	
	Ωρα: π.χ. 12:00-13:00	π.χ. μουσική	
Μεσημέρι 	Ωρα: π.χ. 13:00-14:00	π.χ. ώρα φαγητού	
	Ωρα:		
	Ωρα:		
	Ωρα:		
Απόγευμα 	Ωρα:		
	Ωρα:		
	Ωρα:		
	Ωρα:		
Βράδυ 	Ωρα:		
	Ωρα:		
	Ωρα:		
	Ωρα:		

Θυμάμαι στη μέρα μου να συμπεριλάβω:

- ✓ παρακολούθηση εξ αποστάσεως μαθημάτων
- ✓ μελέτη ασκήσεων από ηλεκτρονική τάξη
- ✓ δραστηριότητες ευχάριστες: π.χ. επιτραπέζιο
- ✓ δραστηριότητες που με χαλαρώνουν: π.χ. μουσική
- ✓ γυμναστική: π.χ. ασκήσεις στο σπίτι.
- ✓ χαλάρωση: π.χ. ύπνος
- ✓ ώρα φαγητού
- ✓ επικοινωνία με φίλους και αγαπημένα πρόσωπα: π.χ. chat με συμμαθητές, τηλ. παππού-γιαγιά
- ✓ ό,τι άλλο έχω επιλέξει να κάνω αυτές τις μέρες στο σπίτι



Τι μου άρεσε περισσότερο στην ημέρα μου:	Να μην ξεχάσω αύριο στο πρόγραμμά μου:
--	--