



Checklista

Organizacja roku szkolnego

krok po kroku

1. Plan lekcji dzieci

- Wydrukuj i powieś w widocznym miejscu (np. na lodówce).
- Oznacz kolorem poszczególne przedmioty.
- Zapisz godziny rozpoczęcia i końca lekcji.
- Dodaj miejsce na notatki (np. przypomnienia o sprawdzianach).

2. Zajęcia dodatkowe

- Spisz wszystkie zajęcia dzieci wraz z godzinami i lokalizacją.
- Ustal maksymalną liczbę zajęć w tygodniu (żeby nie przeciążyć dziecka).
- Uwzględnij czas na dojazdy.
- Zarezerwuj „okienka” na odpoczynek.

3. Obowiązki domowe i praca

- Zapisz swoje stałe godziny pracy.
- Zaznacz terminy spotkań i ważnych projektów.
- Ustal dyżury domowe (np. kto robi zakupy, kto odwozi dzieci).
- Wpisz czas na własne pasje lub trening.

4. Organizacja wspólnego czasu

- Zaplanuj minimum 3 wspólne posiłki w tygodniu.
- Wybierz 1 wieczór rodzinny (film, gry, spacer).
- Zarezerwuj czas na weekendowe aktywności.
- Zapisz święta rodzinne i ważne wydarzenia.

5. Narzędzia organizacji

- Rodzinny kalendarz ścienny w centralnym miejscu.
- Planner tygodniowy dla każdego członka rodziny.
- Wspólna aplikacja do synchronizacji planów (np. Google Calendar).
- Tablica korkowa lub magnetyczna na szybkie przypomnienia.

6. Dodatkowe triki na ogarnięty rok szkolny

- Wieczorem spakuj plecaki i przygotuj ubrania na rano.
- Raz w tygodniu zaplanuj menu i zakupy.
- Wprowadź stałe rytuały (np. poniedziałkowe planowanie tygodnia).
- Raz w miesiącu zrób „przegląd rodzinnego kalendarza”.