

לוח תכנון שבועי שלי:

שלי

חמישי

רביעי

שלישי

שני

ראשון

התארגנות
זוקר

משימה
לימודית

ניקיון לפסח
המשימות שלי:

פעילות
ספורטיבית

משחק/קריאה
בין השעות:

זמן מסך
בין השעות:

פעילות
משפחתית

ארוזון הבית
המשימה שלי:

שש

חמישי

רביעי

שלישי

שני

ראשון

תורנות ארוחות משפחתית

ארוחת בוקר

						מה אוכלים?
						צורה זהכנת האוכל
						עריכת שולחן
						חיתוך ירקות / סלט
						שטיפת כלים

ארוחת צהריים

						מה אוכלים?
						צורה זהכנת האוכל
						עריכת שולחן
						חיתוך ירקות / סלט
						שטיפת כלים

ארוחת ערב

						מה אוכלים?
						צורה זהכנת האוכל
						עריכת שולחן
						חיתוך ירקות / סלט
						שטיפת כלים