

GESTION DU TEMPS

- 1) Observez-vous pendant une semaine et notez votre emploi du temps: horaire d'école et de travail, plages destinées à l'étude, aux loisirs et aux amis, au transport, etc. Complétez le tableau ci-dessous au fur et à mesure que le temps passe.

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi	dimanche
6h							
7h							
8h							
9h							
10h							
11h							
12h							
13h							
14h							
15h							
16h							
17h							
18h							
19h							
20h							
21h							
22h							
23h							
24h							
1h							
2h							
3h							
4h							
5h							

- 2) Une fois ce tableau complété, indiquez à l'aide d'un marqueur les périodes où vous avez été efficace ainsi que celles où vous avez perdu du temps.
- 3) Ciblez les moments de la semaine où vous pourriez faire vos travaux scolaires.

Au moment de la planification hebdomadaire de ton temps, exploitez ces périodes pour votre étude et vos devoirs!