

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  Öğrencinin Adı Soyadı  |  | Yaşı  |  |
| Okulu  |  | Cinsiyet  | Kız ( ) Erkek ( ) |

Sevgili öğrenci,

Bu formu hazırlamaktaki amacımız, zamanını nasıl değerlendirdiğini görerek sana özel bir zaman yönetimi reh­berliği sunabilmektir. Aşağıda, zamanını ayırmayı tercih edebileceğin etkinlikler ve haftanın günlerini içeren bir tablo yer almaktadır. Senden gün içinde etkinliklere ayırdığın süreleri, o günün sütununda yer alan ilgili bölüme yazman (15 dk, 30 dk, 1 saat, 1,5 saat gibi) beklenmektedir.

Tablo tamamlandıktan sonra tekrardan rehberlik öğretmenini ziyaret etmeni öneririz.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Ders | TV | Telefon/Tablet |  Kitap |  Spor/Sanat (Hobi) | Diğer (Belirtiniz) |
| Pazartesi  |  |  |  |  |  |  |
| Salı  |  |  |  |  |  |  |
| Çarşamba  |  |  |  |  |  |  |
| Perşembe  |  |  |  |  |  |  |
| Cuma |  |  |  |  |  |  |
| Cumartesi |  |  |  |  |  |  |
| Pazar |  |  |  |  |  |  |
| Toplam Süre |  |  |  |  |  |  |