



דף התנעה יומית

מהו הפרוייקט החשוב ביותר

מבחינתכם היום?

מה תירצו ליצור היום?

פעולה שתוכלו לעשות להעלות את

רמת האנרגיה שלכם היום

סמנו לאחר תיאום הציפיות הביתי: מהן

שעות העבודה היום? שעות ההפסקה?

פעולה שאקח על עצמי לבצע היום

בכדי להטמיע את המיומנות/ההרגל החדשים

הרגל או מיומנות חדשים שלקחתי

על עצמי לשפר ולהטמיע.

פעולה אחת קטנה שאוכל לבצע

היום כדי לקדם את הפרוייקט.

רישמו: מדוע הפרוייקט הזה

הוא החשוב ביותר היום?

תכנן יומי לפי שעות:

התבוננו על יום האתמול: עד כמה קידמתם

את הפרוייקט והמשימות שסימתם?

האם קידמתם את ההרגל או המיומנות

שברצונכם להטמיע?

מהו הדבר שלמדתם אתמול?

קבעו שעת סיום ליום העבודה שלכם.

מהם הדברים הנוספים שברצונכם

לקדם או לבצע היום?

שבצו אותם בלוח הזמנים לפי סדר

החשיבות - החשובים ביותר בהתחלה