Мой список на день

Ставлю галочку каждый день

KUDOZ

Утро

- [ ] Встать с первого будильника
- [ ] Заправить кровать
- [ ] Одеться
- [ ] Позавтракать и отнести тарелку
- [ ] Почистить зубы
- [ ] Обуться, куртка, рюкзак

После школы

- [ ] Разобрать ланч-бокс
- [ ] Рюкзак на место
- [ ] Уроки или чтение
- [ ] Перекусить и убрать за собой
- [ ] Сложить свои вещи

Вечер

- [ ] Накрыть или убрать со стола
- [ ] Пять минут порядка в комнате
- [ ] Душ или ванна
- [ ] Одежду в корзину
- [ ] Собрать рюкзак на завтра
- [ ] Почистить зубы

Выходные

- [ ] Разложить чистые вещи
- [ ] Помочь с одним семейным делом
- [ ] Полить цветы
- [ ] Разобрать школьный рюкзак

Совет: вырежьте один блок и повесьте там, где это происходит: утренний список у кровати, вечерний в ванной.