



## MINUN PROJEKTINI MINIMAAJOUKKUEESSAMALLI ESIMERKKI

Nimi: \_\_\_\_\_

### KOULU

Koitaa parantaa koulunumeroja ! Pitää olla muodossa parannan numeron ysiin.

**Esim:** Parannan englannin ja matematiikan numeron yhdeksään ja saan 150€ ensi kesällä Italian matkalle. Esim. tässä tapauksessa on jo selvä tavoite ja palkinto, joka motivoi nuorta.

### KOTITEHTÄVÄT:

Yritän siivota huoneeni joka viikko !! Tämä ei ole tavoite, joka toteutuu. **Siivoan huoneeni joka perjantai klo 17.00 mennessä. Tämä on jo selvä tavoite, johon voidaan puuttua, jos homma ei pelaa.**

- Ulkoilutan koiraamme koulu jälkeen.....käyn auttamassa ukkia ja mummia....

### URHEILU:

Näihin tavoitteisiin emme puutu vaan jokainen teistä tekevät ne lapsenne kanssa. Korostamme vielä monipuolista liikuntaa lapsellenne. Jokainen nuori on meille yhtä tärkeä laji- ja muissa harjoituksissa. Emme laita lapsianne paremmuusjärjestykseen ..... autamme kaikkia kehittymään.

### RAVINTO:

Yritän syödä salaattia enemmän ja aamulla koitan syödä puuroa ??? Tämä ei vie minnekään. **-Teen joka ilta kouluun eväät, jossa on kaksi juusto ja kinkkuleipää sekä 2 dl jogurttipurkki. Tämä on jo selvä tavoite. Pidän 1.1-30.3. 3kk karkkilakon, jolloin en syö edes suklaata enkä mitään makeaa.**

### UNI

Tähän nukkumaanmenoajat arkena ja viikonloppuna. Yksi erittäin hyvä tavoite olisi: **Laitan kännykkäni keittiön pöydälle yöksi. Menen nukkumaan arkaamuisin klo 21.30 HUOM!** Lapsenne tarvitsee unta n. 9-10h vrk.

Allekirjoitukset ja päivämäärä!

Miniläinen

Vanhempi

Vanhempi

\_\_\_\_\_