

Schlafprotokoll

Name: _____

Datum: _____

Uhrzeit

Aufwachen Morgens

Einschlafen Abends

Tagschlaf

Beginn

Ende

Wo?

Länge
Einschlaf-
begleitung

1.Tagschlaf

2.Tagschlaf

3.Tagschlaf

4.Tagschlaf

Besonderheiten am Tag (Krabbelgruppe, Babyschwimmen, Events, Besuch, etc.)

Nachtschlaf

Von

Bis

Länge der Einschlafbegleitung

Anzahl

Minuten/Stunden

Wie oft wach?

Wie lange wach?

Welche Weiterschlafhilfe?