

## Wychowanie do życia w rodzinie klasa 5

Drodzy uczniowie,  
przed Wami kolejny, ważny temat: „Zaplanuj odpoczynek”. Na początku kilka słów wyjaśnienia:

- w waszym życiu jest czas pracy i czas odpoczynku (oba są ważne)
- musi być między nimi równowaga (wcale nie chodzi o to, że muszą one trwać tyle samo czasu)
- nie pracuj bez przerwy, bo „umrzesz” z przepracowania...
- nie odpoczywaj nieustannie, bo „zabije” Cię nuda...
- zaplanuj dobrze każdy Twój dzień
- pamiętaj, że masz rodziców, którzy wiedzą, co dobre i potrzebne dla Ciebie (dlatego słuchaj ich poleceń; oni mają decydujący głos w każdej sprawie)

Zadanie:

- zapisz w zeszycie temat (który brzmi: „Zaplanuj odpoczynek”)
- wykonaj plan dnia (też w zeszycie) – może być w formie opisu lub rysunku (np. okrąg, podzielony na odpowiednie, opisane części)
- uwzględnij w nim swoje obowiązki, czas odpoczynku, swe hobby, czyli ulubione zajęcia, zabawę, czas na posiłki, czas na wspólne rozmowy...
- możesz poprosić rodziców o podpowiedź, jeśli będziesz się wahał, ile czasu przeznaczyć na konkretną czynność

Pozdrawiam.

Paweł Wawrzyniak