

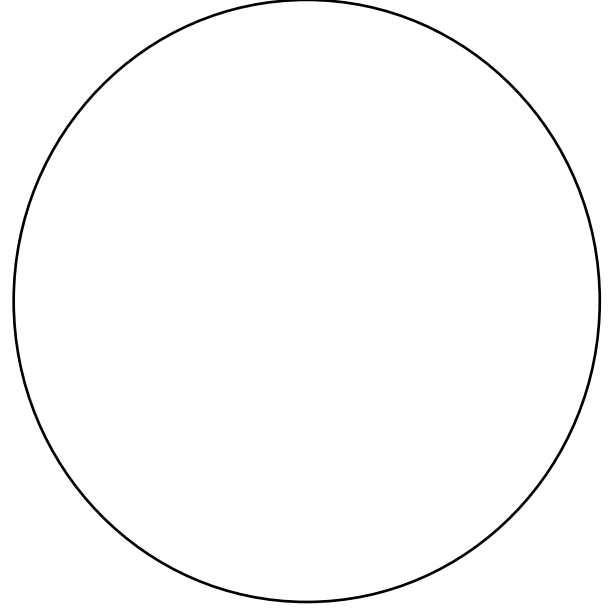
## ZAMANIMI NASIL GEÇİRİYORUM?

### En çok nerede vakit geçiririm?

Zamanını nasıl harcadığını göstermek için bu grafiği kullan.

**İpucu:** Zamanını parçalara böl.  
Örneğin; yemek, okul, kurs, ders çalışmak, oyun oynamak...  
Zamanını nelere harcadığını yazdıktan sonra grafik oluştur.  
Her faaliyeti grafikte farklı renkle göster.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.



Zamanını nasıl harcadığını ve zamanını nasıl geçirmen gerektiğini belirlemek için bu çizelgeyi doldur.

Faaliyet	Harcadığın Gerçek Zaman (dakika ya da saat olarak yaz)	İdeal Zaman (dakika ya da saat olarak yaz)
1. Aile ile zaman geçirmek		
2. Ev ödevi		
3. Oyunlar (fiziksel ya da dijital)		
4. Ders çalışmak		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		