

Önünüzde koca bir tatil günü, tam tamına 24 saatiniz ve yapmanız gerekli ya da sizin seçiminize kalmış bir sürü faaliyetler var. (Bazı faaliyetler size imkansız gelse de varmış gibi kabul edin.) Zaman ve enerji tasarrufu yaparken çevrenize de faydalı olabilecek şekilde gününüzü organize edin. Sonra, seçtiklerinizi alt alta toplayın, bakalım 24 saati verimli bir şekilde doldurabildiniz mi ? Kolay gelsin arkadaşlar. (1s.= 60dk.)

İşlerimiz	Harcanan zaman		
Uyku	6 saat	7 s.	8 s.
Sosyal faaliyetler (folklor, müzik, dans, tiyatro vs.)	60 dk	90 dk.	120 dk.
Kardeşimle ilgilenme	30 dk.	60 dk.	
Hasta büyükkannemi ziyaret	60 dk		
Ders Çalışma	60 dk	90 dk	120 dk.
Sinema +yol	180 dk.		
Televizyon	60 dk	90 dk	120 dk.
Satranç, kelime bulma gibi zeka oyunları	30 dk.		
Banyo	30 dk.		
Yuvadaki küçüklerle ilgilenme	30 dk.		
Bahçe bakımı	30 dk.		
Ev işlerine yardım	30 dk	60 dk	90 dk
İhtiyaç sahibi herhangi birine yardım (Kimsesiz yaşlı komşumuzun alışverişi)	30 dk	60 dk	
Dişçiye gidilecek+yol	90 dk		
Alışveriş yapılacak	30 dk	60 dk	90 dk.
İnsani değerler dersi	60 dk		
Sabah, öğle. akşam yemeği	60 dk	90 dk	
Serbest oyun saati	30 dk	60 dk	90 dk
Öğle uykusu	30 dk	60 dk	
İngilizce çalışmak	30 dk		