

**Temat: Dlaczego łatwiej żyć z planem dnia?**

**Cele zajęć:**

uczeń potrafi:

- uzasadnić dlaczego planowanie jest ważne w życiu codziennym,
  - wymienić cechy dobrego planu,
  - wymienić zasady dobrego planowania,
  - planować swoje działania.
1. Zastanów się: co to jest planowanie, kiedy podejmujemy działania związane z planowaniem, jakie są cechy dobrego planu?
  2. Przed przystąpieniem do planowania należy odpowiedzieć sobie na kilka zasadniczych pytań:
    - jaki jest cel naszego planowania?
    - jaki czas mamy do rozplanowania?
    - ile czasu potrzebujemy na naukę?

**Cechy dobrego planu:** celowy, wykonalny, terminowy, racjonalny.

**Zasady planowania:**

- bardzo istotne jest w planowaniu uwzględnienie własnych możliwości i zdolności uczenia się,
- szczególną uwagę należy zwrócić na porę dnia, kiedy uczy nam się najlepiej,
- przy planowaniu nauki zaczynamy od zadań trudnych i czasochłonnych,
- po 45-60 minutach należy robić krótkie przerwy.

Zapoznaj się z materiałem e-podręcznika, wykonaj ćwiczenia interaktywne:

<https://epodreczniki.pl/a/plan-dnia/DfLMpqfiV>