

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

модуль 1
урок 3

1 Найдите ошибки в режиме дня Маши и дайте ей рекомендации

Я ложусь спать в час ночи - не могу уснуть до 2 часов. Перед сном я всегда смотрю сериал "Пила". Утром я пью кофе и бегу на работу.

2 Составьте режим дня для Ани

Мне на работу нужно выходить в 9:00.
Прихожу с работы в 19:30

3 Составьте правильный режим дня подростку

который в 7:00 утра должен выйти на автобус в институт и ложится спать в 2 ночи из-за зависимости от компьютерной игры.

4 Напишите свои ошибки в режиме дня которые вы совершали или пока продолжаете совершать.

5 Распечатайте шаблон "Мой режим дня" или нарисуйте его в своей тетради.

ШИКАРНАЯ
ЖЕНЩИНА
2.0



ОБРАЗЕЦ ВЫПОЛНЕНИЯ

модуль 1
урок 3

1. У Маши такие ошибки:

.....

2. У Маши должен быть такой режим дня:

подъем в

завтрак в

перекус в

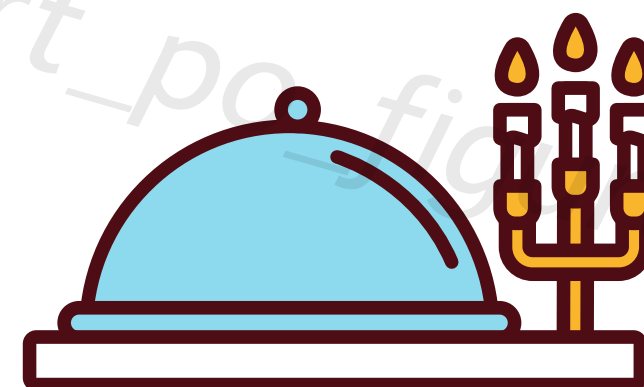
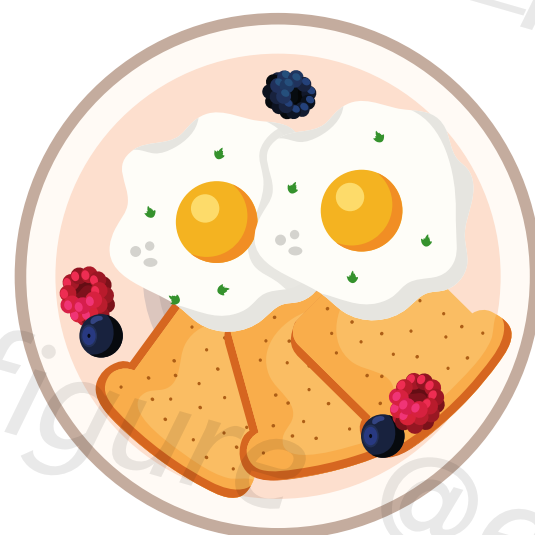
обед в

полдник в

ужин в

вечерний перекус в

отбой в



3. У подростка должен быть такой режим дня:

подъем в

завтрак в

перекус в

обед в

полдник в

ужин в

вечерний перекус в

отбой в



4. Мои ошибки:

- в выходные отсыпаясь и встаю позже обычного
- если спешу, то могу и не позавтракать
- пропускаю перекусы
- спать ложусь далеко за полночь

5. Свой режим дня записала в тетради.

ШИКАРНАЯ
ЖЕНЩИНА
2.0

