

# Nachbetrachtung 1

Durch das Praktikum hat sich dein Tagesablauf mit Sicherheit verändert.  
Mit einem farbigen Stundenrechteck kannst du das **Verhältnis von Arbeitszeit und Freizeit** gut selbst verdeutlichen!

|    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |

Markiere die Rechtecke entsprechend der Farbzusordnung:

|               |   |      |            |   |        |
|---------------|---|------|------------|---|--------|
| Schlafenszeit | - | blau | Essenszeit | - | orange |
| Arbeitszeit   | - | rot  | Freizeit   | - | grün   |
| Arbeitspausen | - | gelb |            |   |        |

Was kannst du über deinen 24-Stunden-Tag sagen?

---

---

---

---

---

---