

Uhrzeit. Tageszeiten

- **Einteilung der Tageszeit nach Gefühl:**

- Morgen: 5 bis 10 Uhr

Vormittag: 10 bis 12 Uhr

Mittag: 12 bis 14 Uhr

Nachmittag: 14 bis 18 Uhr

Abend: 18 bis 23 Uhr

Nacht: 23 bis 5 Uhr

- **Einteilung der Tageszeit im Sommer mit Uhrzeiten:**
- Morgen: 7 bis 11 Uhr
- Vormittag: 11 bis 13 Uhr
- Mittag: 13 bis 15 Uhr
- Nachmittag: 15 bis 18 Uhr
- Abend: 18 bis 22 Uhr
- Nacht: 22 bis 7 Uhr

- **Peter steht um 7 Uhr auf. Er macht das Fenster auf und macht Morgengymnastik. Morgengymnastik ist gesund.**
- **Dann geht er ins Badezimmer, wäscht sich, putzt die Zähne.**
- **Um halb 9 frühstückt er. Dann nimmt er die Tasche und geht in die Schule. Die Schule beginnt um 9 Uhr.**
- **Um 14 Uhr ist die Schule zu Ende. Peter geht nach Hause.**
- **Er hilft der Mutter, spielt mit seinem Bruder, macht die Hausaufgaben.**
- **Am Abend spielt Peter 15 Minuten Computer, liest ein Buch oder hört Musik.**
- **Um 22 Uhr geht Peter ins Bett.**

# Unser Tagesplan

- 
- **7.00 – aufstehen**
- **7.30 – Morgengymnastik machen, sich duschen**
- **7.50 – frühstücken**
- **8.20 – 13.50 – die Schule**
- **13.50 – 14.20 – Wir gehen nach Hause**
- **14.20 – Mittagessen**
- **14.50 – Spaziergang, Erholung**
- **16.00 – 18.30 – die Hausaufgabe**
- **18.30 – Abendessen**
- **19.00 – den Eltern helfen, Hobby**
- **22.00 – zu Bett gehen**