

2. Zobacz, co można kupić za 50 zł.



Co kupisz mając 50 zł?

Napisz **X** przy wybranym produkcie.



Trening umiejętności dokonywania zakupów.



Wyjście do sklepu.



Obliczenia pieniężne w zakresie 50 zł.



Posługiwanie się prawdziwymi monetami i banknotami w zakresie 50 złotych.

1. Ile to pieniędzy?



..... zł



..... zł



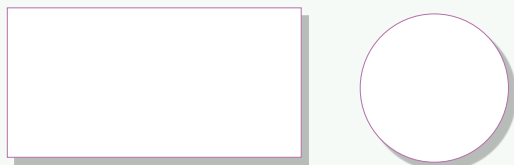
..... zł



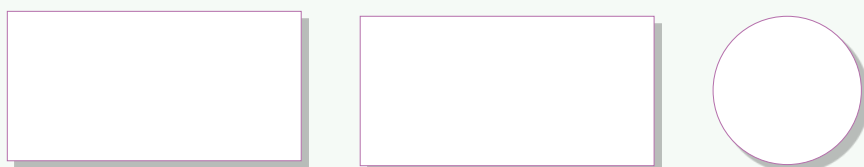
..... zł

2. Uzupełnij zapis tak, by otrzymać:

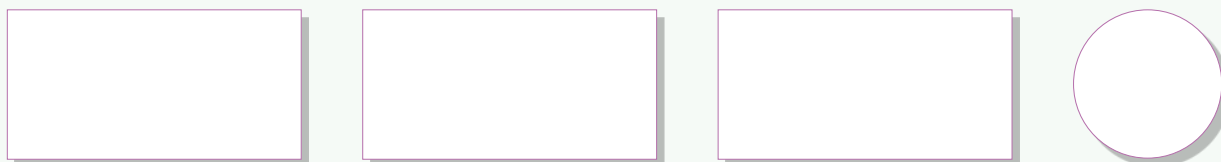
25 zł



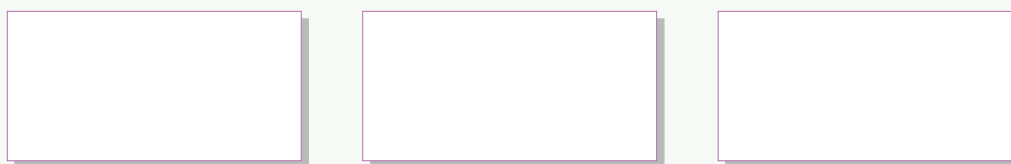
30 zł



45 zł



50 zł





3. Ola ma **50 zł**. Kupiła buty za **35 zł**. Ile otrzymała reszty?

$$50 - \dots\dots\dots \text{zł} = \dots\dots\dots \text{zł}$$

Ola otrzymała $\dots\dots\dots$ zł **reszty**.

4. Tata kupił spodnie i skarpety. Odczytaj ich ceny.



Ile tata zapłacił za zakupy?

$$\dots\dots\dots \text{zł} + \dots\dots\dots \text{zł} = \dots\dots\dots \text{zł}$$

Ile **reszty** z  otrzymał tata?

$$50 \text{ zł} - \dots\dots\dots \text{zł} = \dots\dots\dots \text{zł}$$

Zakupy kosztowały $\dots\dots\dots$ zł. Tata otrzymał $\dots\dots\dots$ zł **reszty**.

5. Ile to jest? Oblicz i zapisz wynik.



..... zł



..... zł



..... zł



Wyjście do sklepu.

Planujemy swoje wydatki.

1. Policz, ile pieniędzy masz w portfelu.



..... zł + zł + zł + zł + zł = zł

2. W portfelu masz **50 zł**. Chcesz zrobić zakupy na obiad. Zaplanuj swoje wydatki.



- Wklej naklejkę wybranego produktu do okienka tabeli. Obok zapisz cenę.

/Nie musisz uzupełniać wszystkich rubryk tabeli./

Co kupisz?	Ile to kosztuje?
 zł
 zł
 zł
 zł
Ile zapłacisz? zł

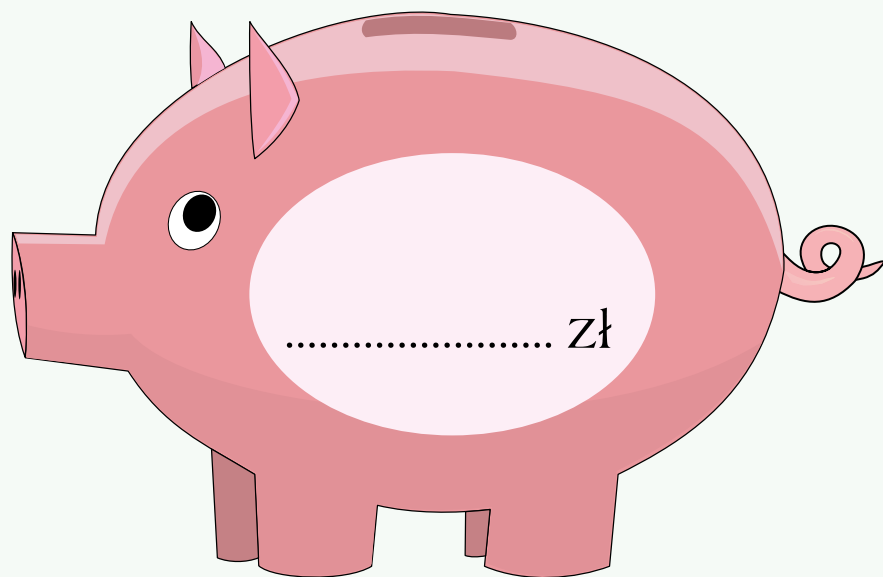


- Jeżeli zakupy przekroczyły kwotę **50 zł** zrezygnuj z niektórych produktów.
- Jeżeli zakupy były tańsze sprawdź jaką otrzymasz resztę.

masz zapłacisz zostanie

..... zł - zł = zł

Jeżeli po zrobieniu zakupów zostały pieniądze, to wrzuć resztę do skarbonki.



Zapisz,
ile pieniędzy
wrzucisz do skarbonki.

BRAWO!

Pieniądze, które masz w skarbonce to
oszczędności.

Możesz je przeznaczyć na inne wydatki.

Poznajemy banknot – 100 zł



JAK ROZPOZNASZ BANKNOT: 100 ZŁ ?

Obok wizerunku władcy znajduje się cyfrowy zapis wartości banknotu w postaci liczby 100.

Pod liczbą jest umieszczony wypukły znak **+**.

Z drugiej strony banknotu, obok znaku godła również znajduje się cyfrowy zapis jego wartości w postaci liczby 100.



Zobacz, dotknij, rozpoznaj prawdziwy banknot o wartości 100 zł.

Podpisz banknot:

po śladzie



100zł

samodzielnie



Posługiwanie się prawdziwymi monetami i banknotami w zakresie 100 złotych – rozmienianie.

1. Rozmień 100 złotych. Uzupełnij zapis.

$$\begin{array}{c} 100 \\ + \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 100 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 = \boxed{} + \boxed{}$$

100 zł = zł + zł

$$\begin{array}{c} 100 \\ + \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 100 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 =$$

$$\begin{array}{c} 20 \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 20 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 + \boxed{} +$$

$$\begin{array}{c} 20 \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 20 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 + \boxed{} +$$

$$\begin{array}{c} 20 \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 20 \\ \text{POLSKA} \end{array}$$

100 zł = zł + zł + zł + zł + zł

$$\begin{array}{c} 100 \\ + \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 100 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 =$$

$$\begin{array}{c} 10 \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 10 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 + \boxed{} + \boxed{} +$$

$$\begin{array}{c} 10 \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 10 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 + \boxed{} +$$


$$\begin{array}{c} 10 \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 10 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 + \boxed{} +$$

$$\begin{array}{c} 10 \\ \hline \end{array}
 \begin{array}{c} \text{NARODOWY BANK POLSKI} \\ 10 \\ \text{POLSKA} \end{array}
 + \boxed{}$$

100 zł = zł + zł + zł + zł + zł
 zł + zł + zł + zł + zł

2. Zobacz, co można kupić za 100 zł.



- Masz  . Wybierz produkt, który chcesz kupić. Postaw **X** przy wybranym produkcie.

 *Trening umiejętności dokonywania zakupów.*

 *Wyjście do sklepu.*

2. Oblicz cenę zakupów.



60 zł



40 zł



50 zł



15 zł

Ile trzeba zapłacić za:



..... zł + zł = zł



..... zł + zł = zł




..... zł + zł = zł




..... zł + zł = zł

3. Napisz, ile brakuje do 100 zł.


● 100 zł to

	<input type="text"/>	<input type="text"/>
	<input type="text"/>	

● 100 zł to

	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	

● 100 zł to

	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	

4. Joasia miała  +  . Kupiła album za 50 zł. Ile pieniędzy zostało Joasi.

100 zł – zł = zł

Joasi zostało zł reszty.

5. Oblicz.

$50 \text{ zł} + 50 \text{ zł} = \dots\dots\dots\text{zł}$	$20 \text{ zł} + 20 \text{ zł} + 20 \text{ zł} = \dots\dots\dots\text{zł}$
$50 \text{ zł} + 20 \text{ zł} = \dots\dots\dots\text{zł}$	$50 \text{ zł} + 10 \text{ zł} + 20 \text{ zł} = \dots\dots\dots\text{zł}$
$20 \text{ zł} + 20 \text{ zł} = \dots\dots\dots\text{zł}$	$20 \text{ zł} + 10 \text{ zł} + 50 \text{ zł} = \dots\dots\dots\text{zł}$



Wyjście do sklepu.

Planujemy swoje wydatki.

1. Policz, ile pieniędzy masz w portfelu.



..... zł + zł + zł + zł = zł

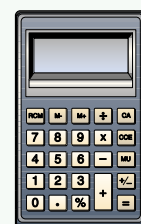
2. W portfelu masz **100 zł**. Wybierasz się do sklepu kosmetycznego. Zaplanuj swoje wydatki.



- Wklej naklejkę wybranego produktu do okienka tabeli. Obok zapisz cenę.

/Nie musisz uzupełniać wszystkich rubryk tabeli./

Co kupisz?	Ile to kosztuje?
 zł
 zł
 zł
 zł
Ile zapłacisz? zł

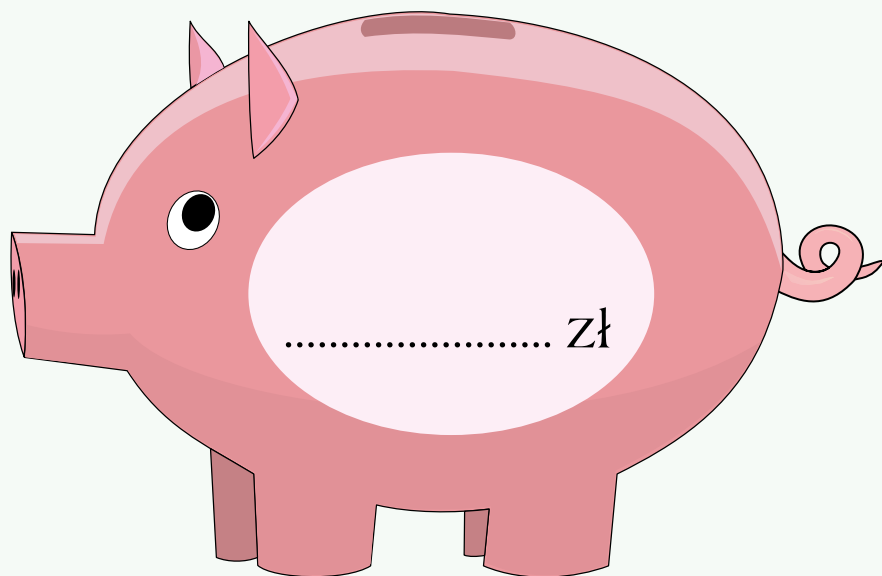


- Jeżeli zakupy przekroczyły kwotę **100 zł** zrezygnuj z niektórych produktów.
- Jeżeli zakupy były tańsze sprawdź jaką otrzymasz resztę.

masz zapłacisz zostanie

..... zł - zł = zł

Jeżeli po zrobieniu zakupów zostały pieniądze, to wrzuć resztę do skarbonki.



Zapisz,
ile pieniędzy
wrzucisz do skarbonki.

BRAWO!

Pieniądze, które masz w skarbonce to
oszczędności.


Możesz je przeznaczyć na inne wydatki.

Poznajemy banknot – 200 zł




JAK ROZPOZNASZ BANKNOT: 200 ZŁ ?

Obok wizerunku władcy znajduje się cyfrowy zapis wartości banknotu w postaci liczby 200.

Pod liczbą jest umieszczony wypukły znak  .

Z drugiej strony banknotu, obok znaku godła również znajduje się cyfrowy zapis jego wartości w postaci liczby 200.

 *Zobacz, dotknij, rozpoznaj prawdziwy banknot o wartości 200 zł.*

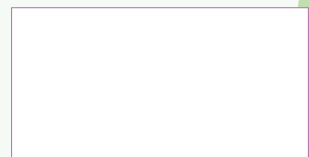
Podpisz banknot:


po śladzie

samodzielnie



200 zł



 *Posługiwanie się prawdziwymi monetami i banknotami w zakresie 200 złotych – rozmięnianie.*



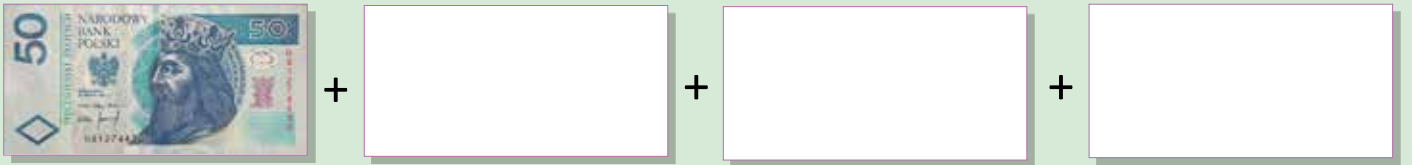
1. Rozmień 200 zł. Uzupełnij zapis.



$$200 \text{ zł} = \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł}$$



$$200 \text{ zł} = \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł}$$




$$200 \text{ zł} = \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł}$$





$$200 \text{ zł} = \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł} + \dots\dots\dots \text{ zł}$$

2. Zobacz, co można kupić za 200 zł.



Co kupisz mając  ? Napisz X przy wybranym produkcie.

-  *Trening umiejętności dokonywania zakupów.*
-  *Wyjście do sklepu.*



Obliczenia pieniężne w zakresie 200 zł.



Posługiwanie się prawdziwymi monetami i banknotami w zakresie 200 złotych.

1. Ile to pieniędzy?

+ 100 + 50 + 5 + 5 + 5 zł

50 + 50 + 10 + 5 + 5 zł

+ 100 + 50 + 50 zł

+ 100 + 50 + 20 + 20 + 10 zł

2. To są pieniądze Ali.




Ile razem pieniędzy ma Ala?

..... zł + zł + zł + zł = zł


Ala mazł.

3. Masz banknot o wartości . Napisz, jakie to mogą być pieniądze?

 = +

 = + + +

+

 = + + +

+ + +

4. Patrząc na rysunek uzupełnij zapis.

Mama miała 200 zł.



Wydała zł. Ile pieniędzy zostało mamie?

200 zł – zł =zł

Mamie zostało zł reszty.



Wyjście do sklepu.

Planujemy swoje wydatki.

1. Policz, ile pieniędzy masz w portfelu.



..... zł + zł + zł + zł + zł = zł

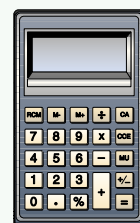
2. W portfelu masz **200 zł**. Wybierasz się na wycieczkę. Musisz zrobić potrzebne zakupy. Zaplanuj swoje wydatki.



- Wklej naklejkę wybranego produktu do okienka tabeli. Obok zapisz cenę.

/Nie musisz uzupełniać wszystkich rubryk tabeli./

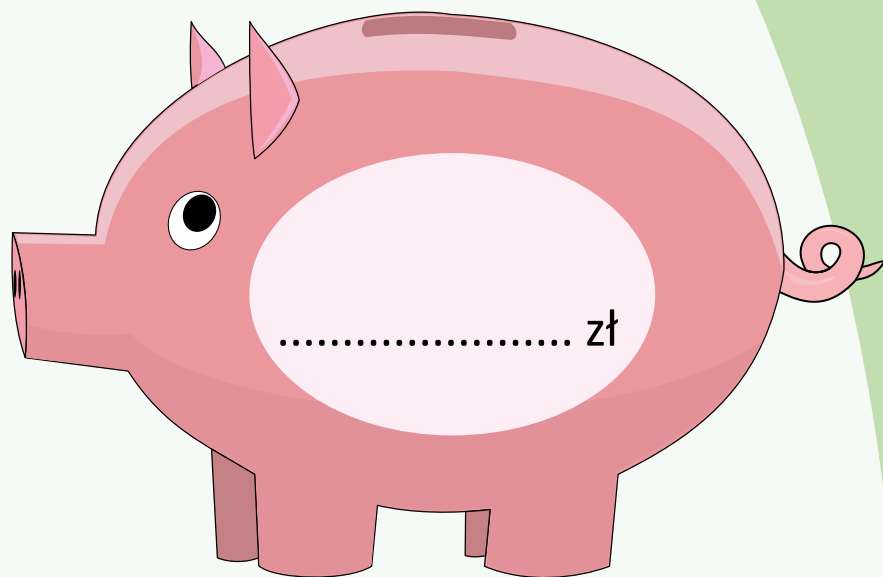
Co kupisz?	Ile to kosztuje?
 zł
 zł
 zł
 zł
Ile zapłacisz? zł



- Jeżeli zakupy przekroczyły kwotę **200 zł** zrezygnuj z niektórych produktów.
- Jeżeli zakupy były tańsze sprawdź jaką otrzymasz resztę.

masz zapłacisz zostanie
 zł - zł = zł

Jeżeli po zrobieniu zakupów zostały pieniądze, to wrzucić resztę do skarbonki.



Zapisz,
ile pieniędzy
wrzucisz do skarbonki.

BRAWO!


Pieniądze, które masz w skarbonce to
oszczędności.

Możesz je przeznaczyć na inne wydatki.



Obliczenia pieniężne w zakresie 1000 zł.


1. Oblicz, ile tu jest pieniędzy.



.....zł + zł = zł



.....zł + zł + zł +
= zł



.....zł + zł + zł +
+ zł = zł



.....zł + zł + zł = zł

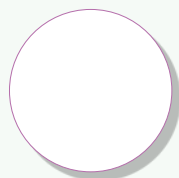


.....zł + zł + zł + zł = zł

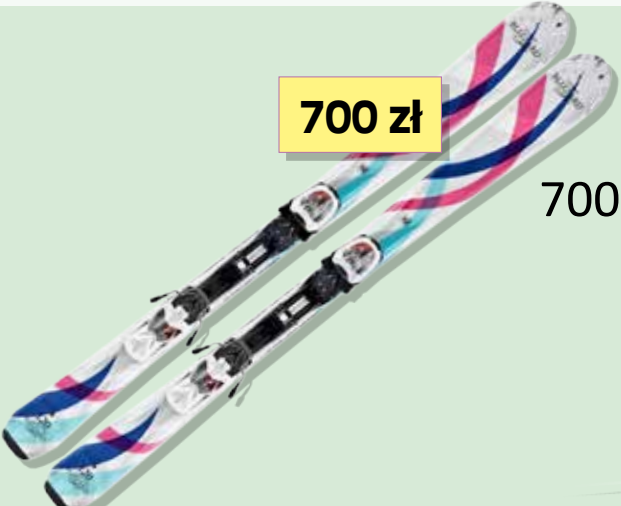





.....zł +zł +zł +zł +zł =zł

2. W portfelu jest 235 zł. Napisz, jakie to mogą być pieniądze?



3. Napisz, jakimi banknotami zapłacisz za:


 700 zł =  +  + +

150 zł =  + +





300 zł

300 zł =  + +

4. Oblicz, ile pieniędzy ma ciocia, a ile mama.

Pieniądze cioci.



.....zł +zł +zł +zł +zł =zł

Ciocia mazł.

Pieniądze mamy.



.....zł +zł +zł +zł +zł +zł +zł =zł

Mama mazł.

- Podkreśl dowolnym kolorem, kto ma **więcej** pieniędzy.

MAMA

CIOCIA

5. Oblicz, ile kosztują zakupy.



Basia kupiła bluzkę i spodnie. Ile zapłaciła?

.....zł +zł =zł

Tomek kupił kurtkę, buty i spodnie. Ile zapłacił?

.....zł +zł +zł =zł

- Czyje zakupy były droższe?

Podkreśl ■ kolorem imię osoby, która zapłaciła **więcej** za zakupy.

BASIA

TOMEK

6. Oblicz cenę zakupów.



200 zł



600 zł



900 zł

- Tata miał **1000 zł**. Kupił telewizor. Ile **reszty** mu zostało?

1000 zł –zł =zł

Tacie zostałozł reszty.

- Wujek miał **900 zł**. Kupił kamerę. Ile **reszty** mu zostało?

900 zł –zł =zł

Wujkowi zostałozł reszty.

- Dziadek miał **800 zł**. Kupił wieżę RTV. Ile **reszty** mu zostało?

800 zł –zł =zł

Dziadkowi zostałozł reszty.

7. Napisz, jakich banknotów brakuje.

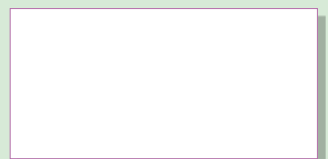
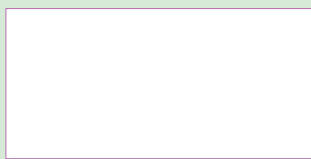
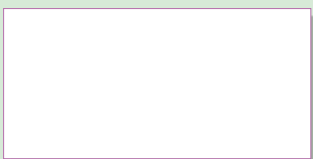
● 400 zł



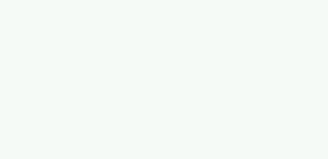
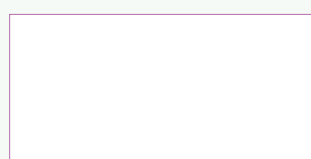
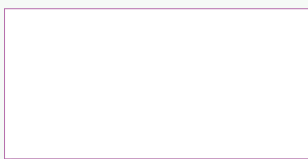
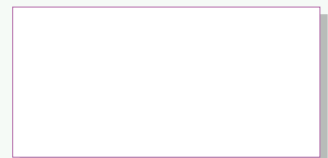
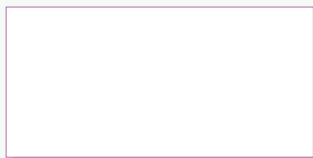
● 800 zł



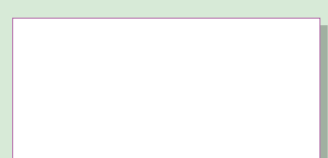
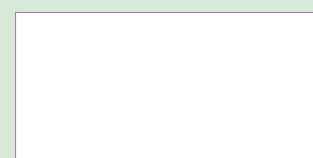
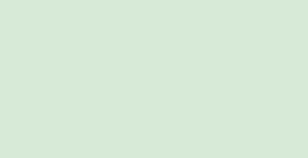
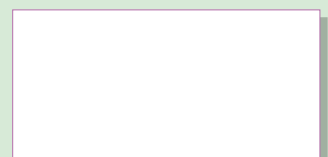
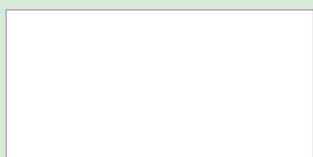
● 600 zł



● 700 zł



● 1000 zł



Rozdział trzeci

Poznajemy grosze

I. Poznajemy grosze.



10 groszy – 10 gr



20 groszy – 20 gr



50 groszy – 50 gr

Podpisz monetę:

po śladzie



10 gr



20 gr



50 gr

samodzielnie



I. Popatrz na ilustrację i uzupełnij zapis.



.....gr +gr +gr +gr +gr +gr +

+gr +gr +gr +gr = 100 gr = 1 zł



$$\dots\dots\text{gr} + \dots\dots\text{gr} + \dots\dots\text{gr} + \dots\dots\text{gr} + \dots\dots\text{gr} = 100 \text{ gr} = 1 \text{ zł}$$

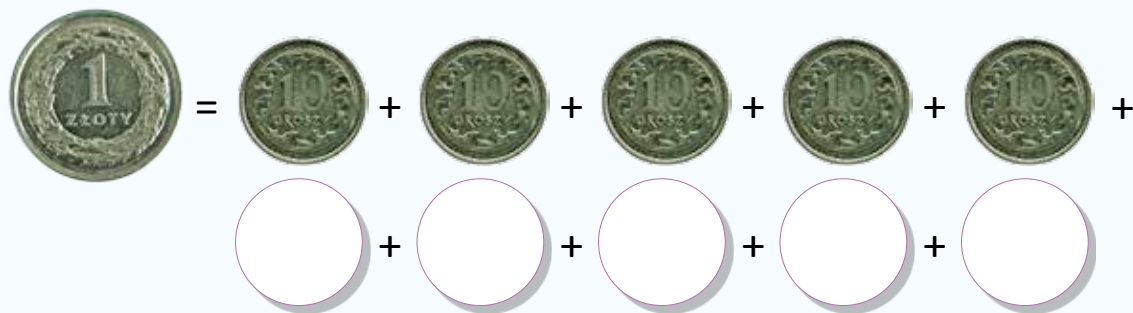


$$\dots\dots\dots \text{gr} + \dots\dots\dots \text{gr} = 100 \text{ gr} = 1 \text{ zł}$$

2. Rozmień 1 zł i uzupełnij zapis.



$$1 \text{ zł} = \dots\dots\dots \text{gr} + \dots\dots\dots \text{gr}$$



$$1 \text{ zł} = 10 \text{ gr} + 10 \text{ gr} + 10 \text{ gr} + 10 \text{ gr} + 10 \text{ gr} + \\ + \dots \text{gr} + \dots \text{gr} + \dots \text{gr} + \dots \text{gr} + \dots \text{gr}$$



$$1 \text{ zł} = 20 \text{ gr} + 20 \text{ gr} + 20 \text{ gr} + 10 \text{ gr} + \dots \text{gr} + \dots \text{gr} + \dots \text{gr}$$



$$1 \text{ zł} = 50 \text{ gr} + 20 \text{ gr} + \dots \text{gr} + \dots \text{gr}$$



$$1 \text{ zł} = 20 \text{ gr} + 20 \text{ gr} + 20 \text{ gr} + \dots \text{gr} + \dots \text{gr}$$

3. Otocz pętlą tak, aby było .

 kolorem



 kolorem




 kolorem



4. Rozmień grosze i uzupełnij zapis.

$$\text{20 GROSZY coin} = \text{circle} + 10 \text{ gr}$$

$$20 \text{ gr} = \dots\dots\dots \text{ gr} + \dots\dots\dots \text{ gr}$$

 = $20 \text{ gr} + \text{ } + 10 \text{ gr}$

$50 \text{ gr} = \dots\dots\dots \text{ gr} + \dots\dots\dots \text{ gr} + \dots\dots\dots \text{ gr}$

5. Otocz pętlą tyle monet, ile wskazuje liczba.

20 gr 

30 gr 

50 gr 

6. Połącz linią tak, aby było .



7. Oblicz, ile to jest?

$$\text{10 groszy} + \text{20 groszy} + \text{10 groszy} + \text{10 groszy} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{20 groszy} + \text{20 groszy} + \text{20 groszy} + \text{10 groszy} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{10 groszy} + \text{10 groszy} + \text{20 groszy} + \text{20 groszy} + \text{20 groszy} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{10 groszy} + \text{10 groszy} + \text{10 groszy} + \text{10 groszy} + \text{10 groszy} + \text{10 groszy} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{20 groszy} + \text{10 groszy} + \text{20 groszy} + \text{10 groszy} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

8. Ile to groszy?



..... gr



..... gr



..... gr

9. Dziewczynki kupiły lizaki. Policz, ile groszy zapłaciła każda dziewczynka.

Podkreśl imię tej dziewczynki, która zapłaciła **najwięcej**.

Ola zapłaciła gr



Jola zapłaciła gr



Kasia zapłaciła gr



Ela zapłaciła gr



10. Ile to groszy?

$$\text{20 GROSZY} + \text{10 GROSZY} + \text{20 GROSZY} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{50 GROSZY} + \text{10 GROSZY} + \text{10 GROSZY} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{20 GROSZY} + \text{10 GROSZY} + \text{20 GROSZY} + \text{20 GROSZY} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{20 GROSZY} + \text{10 GROSZY} + \text{20 GROSZY} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{10 GROSZY} + \text{50 GROSZY} + \text{10 GROSZY} + \text{10 GROSZY} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

$$\text{10 GROSZY} + \text{20 GROSZY} + \text{10 GROSZY} = \dots\dots\dots \text{ gr}$$

II. Poznajemy grosze.



1 grosz – 1 gr



2 grosze – 2 gr



5 groszy – 5 gr

Podpisz monetę:

po śladzie



1 gr



2 gr



5 gr

samodzielnie



1. Popatrz na ilustrację i uzupełnij zapis.



10 gr = gr + gr + gr + gr + gr + gr + gr + gr + gr + gr



$$10 \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr}$$



$$10 \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr}$$

2. Oblicz.

$$1 \text{ gr} + 2 \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$

$$5 \text{ gr} + 1 \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$

$$2 \text{ gr} + 2 \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$

$$5 \text{ gr} + 2 \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$

$$4 \text{ gr} + 5 \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$

$$6 \text{ gr} + 3 \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$

3. Oblicz, ile to groszy.



$$\dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$



$$\dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$



$$\dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$



$$\dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$



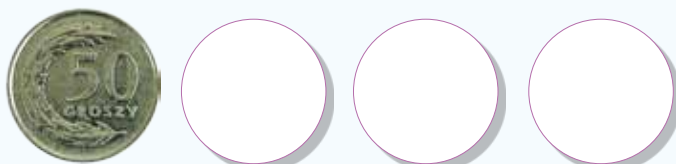
$$\dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} + \dots\dots \text{ gr} = \dots\dots \text{ gr}$$

4. Napisz, jakich monet brakuje?

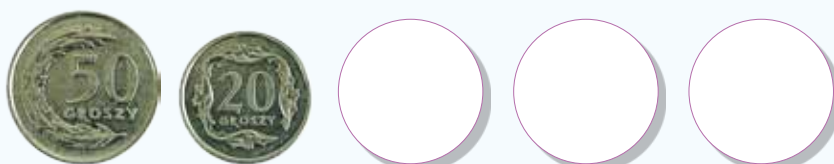
65 gr



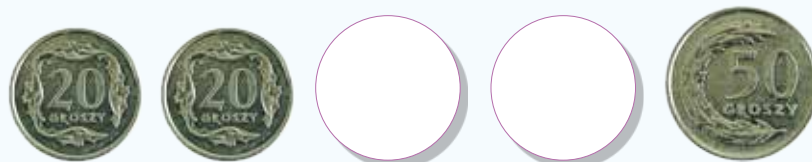
82 gr



91 gr



75 gr



Rozdział czwarty

Gospodarowanie pieniężmi w dorosłym życiu

I. Korzystamy z usług banku.




Pieniądze otrzymywane za wykonywaną pracę, z tytułu renty, zasiłku itp. możesz ulokować w banku.



Aby korzystać z usług banku możesz założyć konto osobiste.
Zabierz ze sobą dowód tożsamości !



Wypełnij odpowiedni formularz. Pomoże Ci pracownik banku.

 Bank Spółdzielczy
Grodków - Losów
z siedzibą w Grodkowie

Załącznik nr 1 do Regulaminu

Wniosek o otwarcie rachunku oszczędnościowo-rozliczeniowego - karta wzorów podpisów

A. Wypełnia klient

Proszę o otwarcie rachunku oszczędnościowo-rozliczeniowego zwanego dalej kontem. Z chwilą otwarcia konta przyjmuję do wiadomości i zobowiązuję się przestrzegać warunków umowy rachunku bankowego zawartych w Regulaminie dla posiadaczy rachunków oszczędnościowo-rozliczeniowych w Banku Spółdzielczym Grodków-Losów z siedzibą w Grodkowie. Oświadczam, że moje dochody nie są obciążone sądowymi i administracyjnymi tytułami egzekucyjnymi. Zobowiązuję się do wnoszenia na moje/masze konto począwszy od m-ca.....

Kwoty.....

Sumę tę będziemy* wypłacać:

a) gotówką
b) przelewem* z zakładu pracy/oddziału ZUS do dnia

Dane osobowe wnioskującego/wnioskujących o otwarcie konta:

Posiadacz konta	Współposiadacz *
imię i nazwisko, imiona rodziców	imię i nazwisko, imiona rodziców
data i miejsce urodzenia	data i miejsce urodzenia
adres i nazwa zakładu pracy	adres i nazwa zakładu pracy
adres domowy, kod, telefon	adres domowy, kod, telefon
m i seria dowodu osobistego, data i organ wydający	m i seria dowodu osobistego, data i organ wydający
PESEL	PESEL
<input type="text"/> wzór podpisu	<input type="text"/> wzór podpisu

* niepotrzebne skreślić



Po utworzeniu konta osobistego otrzymasz kartę płatniczą i numer **PIN**.



**Numer PIN jest zastrzeżony tylko dla Ciebie.
Nie ujawniaj go nikomu!**



Pomoc przy zakładaniu konta i posługiwaniu się kartą płatniczą.

Przy pomocy karty możesz wybierać pieniądze z bankomatu.



★ *Praktyczna nauka posługiwania się kartą płatniczą.
Pobieranie pieniędzy z bankomatu.*

Posługując się kartą możesz płacić za dokonane zakupy.



★ *Praktyczna nauka posługiwania się kartą
płatniczą. Opłata za zakupy.*

II. Planowanie wydatków.

Spróbuj nauczyć się oszczędnie wydawać swoje pieniądze.
Zaplanuj dzienne wydatki na wyżywienie.

1. Co kupisz na śniadanie? Wpisz nazwy produktów.

ŚNIADANIE

PRODUKTY	CENA
 zł
 zł
 zł
 zł
 zł
RAZEM: zł



2. Co kupisz na obiad? Wpisz nazwy produktów.

OBIAD

PRODUKTY	CENA
 zł
 zł
 zł
 zł
 zł
RAZEM: zł

3. Co kupisz na podwieczorek? Wpisz nazwy produktów.

PODWIECZOREK

PRODUKTY	CENA
 zł
 zł
 zł
 zł
 zł
RAZEM: zł

4. Co kupisz na kolację? Wpisz nazwy produktów.

KOLACJA

PRODUKTY	CENA
 zł
 zł
 zł
 zł
 zł
RAZEM: zł

5. Oblicz koszt dziennego wyżywienia.

POSIŁKI	KOSZT
ŚNIADANIE zł
OBIAD zł
PODWIECZOREK zł
KOLACJA zł
RAZEM: zł

W ten sposób możesz zaplanować wydatki żywieniowe na cały tydzień i miesiąc.

Podsumuj miesięczny koszt wyżywienia. Wpisz do tabeli koszt wyżywienia za każdy tydzień.

TYGODNIE	KOSZT WYŻYWIENIA
1 TYDZIEŃ zł
2 TYDZIEŃ zł
3 TYDZIEŃ zł
4 TYDZIEŃ zł
RAZEM: zł

Łączna kwota miesięcznego wyżywienia wynosi zł.

DOBRA RADA

Dla ułatwienia rozpocznij prowadzenie wykazu wydatków za wyżywienie na początku miesiąca.



Jeżeli jest to dla Ciebie za trudne poproś o pomoc.

III. Opłaty czynszowe.

Gospodarując pieniędzmi nie zapomnij o opłatach związanych z mieszkaniem.

I. Dowiedz się, ile wynoszą miesięczne opłaty mieszkaniowe.

Ile zapłacisz za? (wybierz opłaty, które dotyczą twojego mieszkania. Dopisz te, których brakuje).



Jeżeli jest to dla Ciebie za trudne poproś o pomoc.

ŚWIATŁO zł
GAZ zł
WODA zł
CENTRALNE OGRZEWANIE zł
TV zł
INTERNET zł
INNE: zł
INNE: zł
INNE: zł
RAZEM: zł

Łączna kwota miesięcznych opłat za mieszkanie wynosi zł

IV. Organizacja czasu wolnego.

Planując wydatki nie zapomnij o zagospodarowaniu wolnego czasu. Wybierz te propozycje, z których skorzystasz w bieżącym miesiącu.

KINO zł
TEATR zł
MUZEUM zł
SPORT zł
WYCIECZKA zł
DYSKOTEKA zł
INNE: zł
INNE: zł
INNE: zł
RAZEM: zł

W tym miesiącu wydatki związane z zagospodarowaniem czasu wolnego wynoszą zł.

V. Inne wydatki.

Oprócz wymienionych opłat zaplanuj także inne wydatki. Wybierz te, z których skorzystasz w bieżącym miesiącu.

OPŁATA ZA KOMÓRKĘ zł
LEKI zł
KOSMETYKI zł
ŚRODKI HIGIENICZNE zł
ŚRODKI CZYSTOŚCI ZWIĄZANE Z PROWADZENIEM DOMU zł
ZAKUP ODZIEŻY zł
INNE: zł
INNE: zł
INNE: zł
RAZEM: zł

Inne wydatki w tym miesiącu wyniosły zł.

Pamiętaj, że prowadzenie takiego wykazu wymaga systematyczności oraz dokładności w zapisywaniu wydatków.

VI. Podsumowanie miesięcznych wydatków.

Zapisując systematycznie swoje wydatki możesz obliczyć miesięczny koszt swojego utrzymania. Pomoże Ci to w planowaniu wydatków w następnym miesiącu.

Wpisz do tabeli obliczone wcześniej kwoty wydatków miesięcznych.



Jeżeli jest to dla Ciebie za trudne poproś o pomoc.

WYŻYWIENIE zł
OPŁATY ZWIĄZANE Z MIESZKANIEM zł
ORGANIZACJA WOLNEGO CZASU zł
INNE WYDATKI: zł
RAZEM: zł



Trening umiejętności.

Twoje miesięczne wydatki wyniosły zł.

W ten sposób planuj wydatki na następne miesiące.

ŻYCZYMY POWODZENIA!

Pamiętaj o tym, że zawsze możesz poprosić o pomoc zaufaną osobę!

