

Horari per a dies de confinament

A partir de les 8/9h	DESPERTAR-SE	Esmorzar, vestir-se, posar la roba bruta al cistell de la bugada.
10:00-10:30	TASQUES DE LA CASA	Fer el llit i netejar l'habitació.
10:30-11:30	TEMPS ACADÈMIC	Sense ordinador. Deures escolars, llegir, activitats matemàtiques o de llengua, jocs de lògica, etc.
11:30-11:45	SNACK	Petit snack de fruita o iogurt.
11:45-12:30	ACTIVITATS CREATIVES	Legos, jocs magnètics, dibuix lliure, treballs manuals, escoltar música, ballar, cuinar, etc.
12:30-13:00	DINAR	Dinar i recollir la taula.
13:30-15:00	ESTONA TRANQUILA	Lectura, trencaclosques, migdiada.
15:00-16:30	TEMPS ACADÈMIC	Deures escolars (i tot el que he anomenat anteriorment), jocs educatius d'ordinador, documentals adaptats als infants, InfoK, etc.
16:30-17:00	BERENAR	
17:00-19:00	JOC LLIURE	Jocs de moviment, ioga, joc lliure, etc.
19:00-20:30	TV LLIURE I DUTXA	TV lliure i dutxes.
20:30-21:30	SOPAR	Sopar i recollir la taula.
21:30	HORA DE DORMIR	Llegir un conte i dormir.

Disseny i adaptació: <http://comaprendreaaprendre.blogspot.com.es>

Notes:

- Aquest horari és una guia, però cada família el pot adaptar a les seves pròpies rutines i necessitats.
- És recomanable que deixem els dissabtes i diumenges com a dies d'activitat lliure.