

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 endreçar habitació.
10:30-11:30	TEMPS ACADÈMIC	Veure document adjunt.
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...
12:30-13:30	DINAR	Parar la taula, dinar, recollir la taula.
13:30-15:00	ESTONA TRANQUIL·LA	Lectura, trencaclosques, migdiada.
15:00-16:30	TEMPS ACADÈMIC	Veure document adjunt.
16:30-17:00	BERENAR	
17:00-18:30	JOC LLIURE	Jocs de moviment, ioga, joc lliure...
18:30-20:00	TV LLIURE I DUTXA	TV lliure i dutxa
20:00-21:00	SOPAR	
21:00	HORA DE DORMIR	Rentar dents, llegir un conte i dormir

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.