ORGANIZIRANJE DANA (u online okruženju)

U situaciji kada ne idemo redovito u školu, kad nemamo mogućnosti odlaska na trening i druženja s prijateljima možemo se osjetiti zbunjeni i imati teškoća u planiranju i organiziranju vremena.

 Praćenje ispunjavanja dnevnih aktivnosti čini nas zadovoljnima i sigurnijima.

U tablici je samo primjer upisivanja aktivnosti. Vrijeme i aktivnosti prilagodite vašim obvezama i potrebama.

|  |  |
| --- | --- |
| DNEVNI RASPORED |  |
| SRIJEDA,1.4.2020. (primjer) | Roditelji |
| 7.00 | BuđenjeJutarnja higijenaDoručakNahraniti kućnog ljubimca (tko ga ima ☺) |  |
| 8.00-11.00 | Uključivanje u online nastavuPregledavanje novih poruka i zadatakaČitanje,izražavanje u pisanom i govornom oblikuRačunanje,rješavanje matematičkih zadatakaVježbanje (Tjelesna i zdravstvena kultura)Glazbeno i likovno izražavanjeOdmoriti se svakih 45 minuta ili češće ako je potrebno | 8.00-11.00 osigurati mirni kutak,opremu i TV |
| 11.00-13.00 | Ručak i odmorRazgovor s ukućanima Igra | Priprema ručkaRazgovor s djecom |
| 13.00-15.00 | Raditi zadatke koje pošalju učiteljiNapraviti nešto svojim rukamaRazgovarati s roditeljima,vršnjacimaPonovno pogledati neki dio Škole na Trećem u reprizi ili na You Tube kanaluOdmoriti se svakih 45 minuta ili češće ako je potrebno  | Surađuju i asistiraju djeci ako je potrebnoSurađuju s učiteljem i stručnim suradnicima |
| 15.00-20.00 | Slobodno vrijemeDruženje s ukućanimaTelefonski razgovor (prijatelji,rodbina…)Igranje društvenih igara ili neka druga vrsta zabave | Druženje s djecom |
| 20.00 | Osobna higijena Spavanje |  |

Za vrijeme kratkih odmora ,nakon učenja,ustanite,protegnite se ,popijte čašu vode,provjetrite prostoriju u kojoj boravite.

Za pomoć i podršku obratite se nama odraslima! ☺