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 | Buđenje  Jutarnja higijena  Doručak  Nahraniti kućnog ljubimca (tko ga ima ☺) |  |
| 8.00-11.00 | Uključivanje u online nastavu  Pregledavanje novih poruka i zadataka  Čitanje,izražavanje u pisanom i govornom obliku  Računanje,rješavanje matematičkih zadataka  Vježbanje (Tjelesna i zdravstvena kultura)  Glazbeno i likovno izražavanje  Odmoriti 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 odmor  Razgovor s ukućanima  Igra | Priprema ručka  Razgovor s djecom |
| 13.00-15.00 | Raditi zadatke koje pošalju učitelji  Napraviti nešto svojim rukama  Razgovarati s roditeljima,vršnjacima  Ponovno pogledati neki dio Škole na Trećem u reprizi ili na You Tube kanalu  Odmoriti se svakih 45 minuta ili češće ako je potrebno | Surađuju i asistiraju djeci ako je potrebno  Surađuju s učiteljem i stručnim suradnicima |
| 15.00-20.00 | Slobodno vrijeme  Druženje s ukućanima  Telefonski 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! ☺