

DNEVNI URNIK – predlog



pred 8.30	DOBRO JUTRO	Umiješ si zobe, se preoblečeš, pozajtrkuješ.
8.30–9.30	ČAS ZA SPREHOD	Sam/-a ali z družino greš na sprehod.*
9.30–12.30	ČAS ZA ŠOLO	Narediš naloge, ki so jih pripravili učitelji.
12.30	KOSILO	Pomagaš pri pripravi kosila in poješ kosilo.
13.30–15.00	PROSTI ČAS	Počivaš / greš na svež zrak* / . . .
15.00–17.00	ČAS ZA ŠOLO	Narediš naloge, ki so jih pripravili učitelji; ponoviš snov; če tega ni oz. ko zaključiš: bereš / rišeš / ustvarjaš / . . .
17.00–19.00	PROSTI ČAS	Čas za sprehod / šport / . . . * To je lahko tudi čas za telefon, računalnik, TV, glasbo, branje . . .
19.00	VEČERJA	Pomagaš pri pripravi večerje in poješ večerjo.
20.00–21.00	ČAS PRED SPANJEM	Bereš / počneš, kar te umirja, sprošča / . . .
21.00	LAHKO NOČ	Tuširanje, umivanje zob, spanje.

* pri čemer dosledno upoštevaš navodila pristojnih strokovnih služb glede preprečevanja širjenja koronavirusa !!!