

POSIBLE ORGANIZACIÓN DOS MOMENTOS DIARIOS: HORARIO

É moi importante que os nenos manteñan o seu horario habitual, en forma de rutina diaria, intentando que o respecten ao máximo posible para que non noten tantos cambios. Dito isto, a proposta que vos fago é a seguinte:

- **ALMORZO:** é o momento ideal para que os máis cativos colaboren na elaboración do seu almuerzo e o tomen con tranquilidade.

- **VESTIRSE:** vístome igual que si fora ao cole... Dado a que dispoñedes de tempo suficiente para deixalos a eles, non importa o que lles leve, aproveitade para que o fagan por si mesmos: poñer calcetíns, zapatos/tenis, camisetas, xerseis, pantalóns... xa que contribúe a unha mellor autoestima.

- **ASEO PERSOAL:** hoxe máis ca nunca, deberán levar a cabo unhas medidas de hixiene necesarias e importantísimas: lavar os dentes, a cara etc. e, especialmente, lavar moi ben as mans.

- **TEMPO DE OCIO** (sobre 20 min.): xogo cos meus xoguetes, falo coa familia que está na casa,...

- **TAREFAS DO COLE:** opcionalmente, **pódese comezar pola "Asemblea diaria"** que tan importante resulta para o desenvolvemento dos nenos. Nela, entre outras cousas, saudámonos en varios idiomas e van dicindo: -que día da semana é; -que día do mes (calendario); -o ano no que estamos; estación... -que tempo fai hoxe, vendo o exterior. Pasamos lista, polo que poden ir lembrando e/ou escribindo o seu nome e o dos seus compis do cole, preguntando se están segundo a inicial do nome.... contar os que están, os que faltan,,, os especialistas que virán ese día (lembrede: luns, música; martes, relixión/alternativa; mércores, inglés e xoves, educación física). Agora ben, podédelo adaptar como queirades, por ex., centrándonos nos membros da familia cos que estamos na casa...

A continuación, centrariáanse xa en **tarefas de maior concentración** que vos apeteza facer a vos e/ou das que vos facilite, procurando que sexan variadas e aproveitando ao máximo os recursos e espazos dos que dispoñades (Por certo, non fai falta que as traiades logo ao cole).

- **MERENDA DE MEDIA MAÑÁ:** volveremos recordar as medidas de hixiene... e... intentade que leven unha merenda saudable, se é posible unha peza de froita.

- **XOGO LIBRE:** sería o noso recreo, si dispoñemos de instalación para saír ao aire libre, perfecto. Do contrario, adaptaremos o espazo aos nenos na medida do posible.
- **MOMENTO DE CALMA/RELAXACIÓN:** podemos axudar de música relaxante para que se tranquilicen durante uns intres, poden pechar os ollos, darlle unha masaxe a un familiar e viceversa,...
- **AXUDA NAS TAREFAS DO FOGAR,** mantendo así responsabilidades ao igual que facemos na escola; coma recoller e ordenar os xoguetes, poñer e recoller a mesa,...
- **HORA DE COMER** (novamente, rutinas de aseo....)
- **TEMPO DE OCIO,** podería ser un bo momento para usar ferramentas tecnolóxicas, facer algunha manualidade, artistear, disfrazarse, facer algún experimento, practicar zumba e/ou bailes que lles gusten...
- **ACTIVIDADE FÍSICA,** por sorte, a maioría de vós tedes un espazo forá da casa, pois a correr sexa dito... a coller aire fresco!!.
- **MERENDA DE MEDIA TARDE (medidas de hixiene...)**
- **XOGOS EN FAMILIA,** seguro que na casa temos xogos para xogar todos xuntos, pois aproveitémolos (parchís, oca, dominó, cartas...). De non ser así, podedes elaboralos vos mesmos coa axuda dos nenos, adaptándoos as circunstancias...
- **XOGO LIBRE**
- **RECOLLIDA,** saben facelo todas e todos moi ben.
- **ASEO DIARIO**
- **CEAR, HORA DO CONTO E... A DURMIR:** É moi recomendable que **TODOS** os días, antes de ir a cama, desfrutedes do momento de historias fantásticas a través dos contos, sexan como sexan: inventados, lidos, narrados, modificados...



PROFE SANDRA