

RECOMENDACIONES PARA LOS DÍAS DE CUARENTENA 1º y 2º DE PRIMARIA

A continuación, os damos unas pautas para que podáis planificar de la mejor manera posible las jornadas en las que no hay que asistir al colegio, pero sí seguir con una rutina de trabajo y estudio desde casa. Para ello os proponemos:

- Establecer un horario y unas rutinas.
- Organizar el horario con los niños y las niñas, deben ser partícipes del mismo y tomar algunas decisiones.
- El horario se puede realizar en una cartulina. Para los más pequeños se pueden emplear pictogramas que podréis crear en <https://www.pictotraductor.com/>
- Seleccionar las actividades que se pueden incluir en ese horario.
- La organización se puede ir realizando día a día, para variar actividades y en función de los acontecimientos que vayan surgiendo.

EJEMPLO DE ORGANIZACIÓN DEL DÍA

1. Levantarse.
2. Desayunar.
3. Asearse.
4. Vestirse.
5. Asamblea: reunión con los miembros de la familia para decidir qué actividades se van a realizar. Algunas de ellas se deben realizar todos los días y no están sujetas a modificación o negociación (como las tareas escolares y responsabilidades familiares).

Actividades a realizar (ejemplo de un día)

1. Operaciones básicas según el nivel. Primero: sumas, restas y sumas con llevadas. Segundo: Sumas y restas con llevadas, tablas de multiplicar.
2. Resolución de problemas.
3. Lectura (15 - 20 minutos).
4. Actividades propuestas por los docentes que se irán añadiendo al blog por grupo y materia.
5. Manualidades.
6. Actividad física dentro de casa o en el patio. Evitar salir fuera del domicilio.
7. Ver la televisión, programas adecuados a su edad y educativos, con un tiempo limitado al día.
8. Ayudar en las tareas domésticas (poner la mesa, ordenar la habitación, limpieza...).
9. Escuchar música, bailar, juegos en familia (de mesa, pasatiempos, cuentacuentos...).
10. Relajación, meditación, escucharse a uno mismo...
11. Cena, ducha, cuento y a dormir.