

PRADINUKO DIENOTVARKĖ KARANTINO METU

RYTO LAIKAS

8:00 Keliamės, mankšta,
prausiamės, apsirengiame

8:30 Pusryčiai

9:00 Akademinė veikla – užduočių
atlikimas

10:30 Veikla lauke (be kontakto su
kitais vaikais ir ne žaidimų
aikštelėje)

11.45 Kova su virusu (valome
paviršius, dezinfekuojame
rankenas, mokomės plautis
rankas ir sveikintis be
apsikabinimų)

DIENOS LAIKAS

12:00 Laikas prie ekrano

12:30 Pietūs

13:00 Užduočių atlikimas,
pažintinės laidos

15:00 Pavakariai

15:30 Pokalbiai su seneliais,
pusbroliais, draugais
telefonu ar kt.

16:00 Laikas prie ekrano

VAKARO LAIKAS

17:00 Savarankiški žaidimai,
knygos, dėlionės ir pan.

18:30 Vakarieniaujame

19:00 Bendra šeimos veikla

20:00 Ruošiamės miegoti:
prausiamės, rengiamės
pižamą, skaitome knygą

21:00 Nakties miegas