

## RECOMENDACIONES PARA LOS DÍAS DE CUARENTENA 3º y 4º DE PRIMARIA

A continuación, os damos unas pautas para que podáis planificar de la mejor manera las jornadas que estaremos sin colegio.

- Establecer un horario y rutinas.
- Organizar el horario con l@s niñ@s, ell@s participan y pueden tomar algunas decisiones.
- El horario se puede realizar en una hoja o cartulina.
- Selecciona las actividades que puedes incluir en ese horario.
- La organización se puede ir realizando día a día, para variar las actividades y en función de los acontecimientos que vayan surgiendo.

### **Ejemplos de organización del día:**

- Levantarse.
- Desayunar.
- Asearse.
- Vestirse.
- Decidir que vamos a realizar a lo largo del día.

### **Actividades a realizar diariamente:**

- 30 minutos de lectura diaria.
  - 30 minutos de operaciones básicas (sumar, restar, multiplicar y dividir).
  - 30 minutos de realización de problemas.
  - 15 minutos para la búsqueda de palabras nuevas en el diccionario.
- (Además habrá actividades que complementen y que iremos añadiendo en el blog).

Estas actividades se irán compaginando con **actividades complementarias**, tales como estas:

- Manualidades.
- Actividad física: en el patio de tu casa, que NO sea en el parque, columpios, patios o terrazas públicas.
- Ver la televisión: Netflix, Youtube, Clan, Disney Channel,... (Con un horario estipulado).
- Ayudar en las tareas domésticas. (Poner la mesa, limpieza, orden de la casa,...).
- Escuchar música, bailar, crear coreografías,...
- Jugar con la familia: juegos de mesa, puzzles, pasatiempos, realizar un teatro, hacer pulseras y collares, jugar a las diferencias,...

Relax, cena, ducha, cuento y a dormir.