

Corona Tagesplan – kleine Strukturierungshilfe – Bitte für jede Familie selber anpassen

Bis 9 Uhr	Aufstehen	Frühstücken, Betten machen, anziehen, waschen, Zähneputzen
9-10 h	Bewegung	Youtube-Sport, Yoga, Gymnastik, Seilchen springen etc.
10- 11 h	Lernzeit	Aufgaben der Schule, Rätsel, Sudoku, Bücher lesen, Briefe schreiben, Experte werden, etc.
11- 12 h	Kreativzeit	Mit Lego spielen, malen, Handarbeit, Musik hören/ Musikinstrument üben, kochen, backen etc.
12 h	Mittagessen	
12. 30	Hausarbeit	Küchentisch abräumen, abputzen, Zimmer aufräumen, Staubputzen, Badezimmer putzen, Spülmaschine ausräumen etc.
13- 14.30	Leisezeit/ Mittagsruhe	Hörspiel hören, lesen, Schläfchen im eigenen Zimmer
14.30-16.00	Lernzeit	Aufgaben der Schule, Buch lesen, Kopfrechnen üben, Dinge messen/ zählen, wiegen, etc. (Anregungen s. unten) Lernspiele auf PC, Tablett, Handy (z. B. App Anton), Sendung mit der Maus (WDR Mediathek), Planet Schule (WDR Mediathek), Youtube Videos zu bestimmten Lerninhalten (z. B. Der Kanal mit dem Fisch zeigt Mathevideos für die 1. Und 2. Klasse und tw auch für die 3. Klasse)
16-18h	Freizeit	Bücher lesen, Gesellschaftsspiele spielen etc. , kreativ tätig werden, Musik hören, tanzen etc. , bei der Vorbereitung zum Abendessen helfen
18 h	Abendessen	
Anschließend	Abendroutine/ Schlafengehen	Tisch abräumen, Tisch abwischen, Schlafanzug anziehen, waschen/ baden, Zähne putzen etc, Fernsehen, lesen/ vorlesen, ins Bett gehen