Sugerencia de rutina diaria

Estimadas familias, esperamos que se encuentren bien en casa junto a los suyos. Les ofrecemos esta rutina semanal para orientar las actividades que pueden realizar en sus hogares durante la cuarentena.

A diario hay 3 actividades que se proponen de cada asignatura, las cuales son descargables desde la web institucional. Los espacios que aparecen en blanco pueden ser utilizados libremente según las necesidades de cada familia. De igual forma, ofrecemos una batería de ideas para esos espacios.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Actividad** | **Lunes** | **Martes** | **Miércoles** | **Jueves** | **Viernes** |
| Rutina de levantada | Aseo personal, vestirse sola/o, tomar desayuno y ordenar su dormitorio | | | | |
| Lenguaje | Realizar 1 actividad |  | Realizar 1 actividad |  | Realizar 1 actividad |
| Matemática |  | Realizar 1 actividad |  | Realizar 1 actividad | Realizar 1 actividad |
| Ciencias |  | Realizar 1 actividad | Realizar 1 actividad |  |  |
| Historia | Realizar 1 actividad |  |  | Realizar 1 actividad |  |
| Inglés | Realizar 1 actividad |  |  |  | Realizar 1 actividad |
| Educación Física |  | Realizar 1 actividad |  | Realizar 1 actividad |  |
| Artes/Música |  |  | Realizar 1 actividad |  | Realizar 1 actividad |
| Lectura individual/mediada por un adulto | Leer un libro, cuento, revista. | | | | |

|  |
| --- |
| Ideas para espacios en blanco |
| Juego de cartas, juegos de mesa, bachillerato, armar puzles, juego libre, jugar a las escondidas, ver una película adecuada a la edad de niñas y niños, realizar rutinas de ejercicios, jugar a la gymkana, pintar, recortar formas y pintarlas, hacer mascaras de papel, crear un títere, jugar al tesoro perdido, construir un robot con cartón, preparar cocadas, preparar jugos naturales, preparar ensalada de frutas, ordenar sus juguetes, hacer una obra de títeres con peluches, representar un cuento, escribir carta a los abuelos u otros familiares, realizar ejercicios de relajación, cantar y hacer coreografías, competencia de sumas y restas, jugar a las adivinanzas. |