





MOJ DNEVNI URNIK

| | | |
|--|---|---|
|  <p>Od 8.00 do 8.30</p> | <p>VSTAJANJE</p> <p>ZAJTRK</p> <p>UMIVANJE ZOB</p> | |
|  <p>Od 8.30 do 9.00</p> | <p>REKREACIJA</p> | <p>Na balkonu ali na dvorišču delam počepe, si razmigam glavo, roke, noge ...</p> |
|  <p>Od 9.00 do 11.00</p> | <p>UČENJE</p> | <ul style="list-style-type: none">• Vedno na istem mestu.• Pospravljena miza.• Ponovitev bistvenega.• Kratki odmori po 30. minut učenja.• Pitje vode. |
|  <p>Od 11.00 do 12.30</p> | <p>KOSILO</p> <p>ODMOR</p> | |

| | | |
|--|--|---|
|  <p>Od 12.30 do 14.00</p> | <p>HIŠNA OPRAVILA</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Pospravljanje posode, posušenega perila. • Pospravljanje in čiščenje sobe. • Pomoč očetu. |
|  <p>Od 14.00 do 16.00</p> | <p>UČENJE</p> | |
|  <p>Od 16.00 do 17.00</p> | <p>GIBANJE NA SVEŽEM ZRAKU</p> | <p>Sprehod z družino.</p> |
|  <p>Od 17.00 do 18.30</p> | <p>PROSTI ČAS</p> | <ul style="list-style-type: none"> • družabne igre • branje • ogled filma, nanizanke, dokumentarne oddaje • pogovori s prijatelji preko skypa, telefona ... |
|  <p>Od 18.30 do 19.00</p> | <p>VEČERJA</p> | |
| <p>19.00 do 20.30</p> | <p>PROSTI ČAS</p> <p>SPROSTITEV PRED SPANJEM</p> | |

Pripravila: Šolska svetovalna delavka Martina Cvetko, marec, 2020