

MOJ URNIK

Zakaj je pomembno, da si naredimo urnik tudi sedaj, ko smo doma?

Pregovor pravi: »Drži red in red te bo držal.« Urnik nam pomaga, da se ne počutimo izgubljenih, ker ne vemo, kaj bi počeli; daje nam varnost, ker vemo, kaj nas čaka; pomaga nam, da dobro razporedimo čas in opravila.

Spodaj lahko vidiš primer sestavljenega urnika. Urnik oblikuj po svoje, saj ima vsak človek svoj ritem in svoja najljubša opravila. Vanj pa seveda vključi čas za učenje in šolska opravila. Urnik oblikuj skupaj s starši, saj ti bodo tudi oni predlagali, kaj lahko počneš.

Ena tabela je prazna, to lahko natisneš in vanjo vpišeš svoj urnik.

DNEVNI URNIK

PRED 9.00	DOBRO JUTRO	Pospraviš posteljo, se umiješ, preoblečeš v dnevna oblačila in poješ zajtrk.
9.00-10.00	Čas za sprehod	Z družino greš na svež zrak.
10.00-13.00	Čas za šolo Vmesni odmori	Narediš, kar ti je poslala učiteljica; če tega ni: bereš/ustvarjaš (rišeš, izdeluješ kaj)/pomagaš pri kuhanju/pečeš.
13.00	Kosilo	
14.00-15.00	Hišna opravila	Odneseš smeti, pomiješ posodo, pospraviš sobo.
15.00-17.00	Čas za šolo Odmor Igranje	Dokončaš šolsko delo. Se igraš družabne ali druge igre, ustvarjaš, rišeš ...
17.00-19.00	Čas za »fino se imet«	Če je lepo vreme – pojdi na svež zrak. To je tudi čas za telefon, tablico, računalnik, TV... in seveda branje.
19.00	Večerja	
20.00 ...	Čas pred spanjem	Če si se prej držal dogovorjenega urnika, zdaj lahko gledaš TV, si na telefonu...
21.00	Čas za spanje	Tuširanje, umivanje zob, spanje.

