

DAGPLANNING VOOR THUIS



| | | |
|-------------------|-----------------------------|---|
| 8:00 uur | OPSTAAN EN ONTBIJTEN | Aankleden, bed netjes maken, tanden poetsen, haren kammen |
| 8:30 - 9:30 uur | ACTIEF OPSTARTEN | Wandelen, dansen, voetballen, touwtjespringen, hoepelen, yoga |
| 9:30 uur | SCHOOLWERK | Aan de slag met oefenboekjes of een oefenprogramma |
| 10:30 - 11:00 uur | PAUZE | Fruit eten, wat drinken, met het hele gezin even naar buiten |
| 11:00 - 12:30 uur | SPELEN ZONDER SCHERM | Bordspelletjes , een hut bouwen, spelen met blokken/Lego , knutselen , een muziekinstrument maken , broodjes bakken |
| 12:00 - 13:00 uur | LUNCH | Samen de tafel dekken, alles klaarzetten |
| 13:00 - 13:30 uur | KLUSJES | Tafel afruimen, vaatwasser inruimen, vloer aanvegen, deurklinken schoonmaken, opruimen |
| 13:30 - 14:00 uur | SSST...! | Chillen, dutje doen, (luister)boek lezen, puzzelen, filmpje kijken, tekenen, schrijven in je dagboek |
| 14:00 - 15:00 uur | LEREN | Verder met schoolwerk of: leerzame filmpjes bekijken, iets nieuws leren: schaken , timmeren, vogelgeluiden herkennen, een band plakken, ... |
| 15:00 - 16:00 | NAAR BUITEN | Buiten spelen , fietsen, wandelen, op tuinsafari , tuinieren |
| 16:00 - 17:00 | WAT JIJ WIL | Lezen, televisie kijken, muziek maken, gamen, ... |
| 17:00 - 18:00 | AVONDETEN | Help je mee koken ? |
| na 18:00 uur | CHILLEN EN NAAR BED | En voorlezen natuurlijk! |

MEER INFORMATIE/WERKBLADEN?
Kijk op heutinkvoorthuis.nl

heutink
voor thuis.