

Voorbeeld dagstructuur

08.00
uur

Opstaan, ontbijten, aankleden, bed opmaken



09.00
uur

Rondje wandelen. Drinken. Taken van vandaag plannen/doorspreken

10.00
uur

Schoolwerk zonder schermpjes. Spelling, rekenen, nieuws, lezen



11.30
uur

Vrij spelen



12.15
uur

Samen de lunch bereiden en nuttigen

12.45
uur

Klusjes thuis plannen. Stofzuigen, opruimen, poetsen, in de tuin werken enz.

14.30
uur

Schoolwerk (evt. met schermpjes). Leerzame programma's/websites, praktijklessen, bouwen, uitvinden



16.00
uur

Drinken en fruit

16.15
uur

Spelen



18.00
uur

Eten

18.30
uur

Spelen, tv kijken, gamen enz.

19.30
uur

Avondritueel. Douchen, tandenpoetsen enz.



20.00
uur

Naar bed

