

HORARIO EN TIEMPOS DEL CORONAVIRUS

HORAS	ACTIVIDADES
8.00	ME LEVANTO 
8.00-8.30	DESAYUNO, ME ASEO Y ME PREPARO
8.30-9.25	1ª CLASE ONLINE O TRABAJAR MATERIAL QUE CUELGA EL PROFESOR/A (a través del correo, del aula virtual...).
9.25-10.20	2ª CLASE ONLINE O TRABAJAR MATERIAL QUE CUELGA EL PROFESOR/A (a través del correo, del aula virtual...).
10.20-11.15	3ª CLASE ONLINE O TRABAJAR MATERIAL QUE CUELGA EL PROFESOR/A (a través del correo, del aula virtual...).
11.15-11.45	RECREO: TIEMPO PARA ESTIRAR PIERNAS Y BEBER O COMER ALGO
11.45-12.40	4ª CLASE ONLINE O TRABAJAR MATERIAL QUE CUELGA EL PROFESOR/A (a través del correo, del aula virtual...).
12.40-13.35	5ª CLASE ONLINE O TRABAJAR MATERIAL QUE CUELGA EL PROFESOR/A (a través del correo, del aula virtual...).
13.35-14.30	6ª CLASE ONLINE O TRABAJAR MATERIAL QUE CUELGA EL PROFESOR/A (a través del correo, del aula virtual...).
14.30	COMO
15.30	DESCANSAR (es preferible utilizar este tiempo para descansar y desconectar para poder realizar las tareas que queden pendientes después y no gastar con el teléfono móvil, por ejemplo, los recursos atencionales).
17.00	HAGO DEBERES O TAREAS PENDIENTES
19.30	AYUDAR EN CASA (tareas de limpieza, recogida, soporte en tareas a vuestros padres y madres...) y OCIO (actividad física, juegos de mesa, lectura, etc.)
21.00	CENO
22.00	ME RELAJO (hablar con la familia, ver la tele...)
22.30/23.00	DUERMO 

