



DIENOTVARKĖ COVID-19
(Orientacinė dienotvarkė šeimoms ir vaikams)

LAIKAS	VEIKLA	VEIKLOS IŠSKLEIDIMAS
Iki 9:00	Kėlimasis, pasiruošimas pusryčiams, pusryčiai	Savitvarkos, higieninių įgūdžių ugdymas: prausimasis, tualetu reikmės, apsirengimas, lovos klojimas.
9:00-10:00	Aktyvi veikla, pasiruošimas ugdomajai veiklai	Judesių lavinimas – mankšta, pasivaikščiojimas su šuniuku ar kt..
10:00-11:00	Tikslinga ugdomoji veikla	Veikla be elektroninių įrenginių. Knygelių žurnalų, iliustracijų aptarimas, skaitymas, pokalbiai, matematikos pradmenų ugdymas, eksperimentavimas (STEM, STEAM, STREAM) didaktiniai, stalo žaidimai ar kt..
11:00-12:00	Vaikų inspiruota kūrybinė veikla	Meninė veikla: piešimas, tapymas, aplikavimas, lipdymas, karpimas, daina, šokis, vaidyba; konstarvimas: tetrapakai, antrinės žaliavos, neapibrėžtos reikšmės daiktai, valgio gaminimas ar kt..
12:00-13:00	PASIRUOŠIMAS PIETUMS, PIETŪS	
3:00-13:30	Namų ruoša: valymas, dezinfekavimas	Virtuvės stalo, kėdžių valymas. Visų durų rankenų, šviesos jungiklių ir stalviršių valymas. Vonios kambario, kriauklės ir tualetu valymas (dezinfekavimas)
13:30-15:00	Ramybės metas	Poilsis, miegas, skaitymas, dėlionės ir kt. rami veikla.
15:00-16:30	Kryptinga ugdomoji veikla	Veikla ir su elektroniniais įrenginiais. Knygelių skaitymas, žaidimai su rezultatais, veiksmo žaidimai, virtualios, interaktyvios knygelės, dainelės, prodigy, įvairūs šou ir kt..
16:30-17:30	Popietienis pasivaikščiojimas	Vengti susibūrimų, žaisti toliau nuo žmonių susibūrimų veitų, nuošalyje. Judrūs žaidimai, gamtos stebėjimai, darbinė veikla, dviračiai, paspirtukai ir kt..
17:30-18:00	VAKARIENĖ	
18:00-20:00	Vakaras su šeima, savarankiška vaiko veikla.	Žaidimai, TV laidos vaikams, knygelių skaitymas, piešimas ir kt. mėgiama veikla
20:00-21:00	Pasiruošimas miegui, miegas	Savitvarka, higienos procedūros, pasakos, pokalbiai, muzijos klausymas prieš miegą ir kt..

TĖVŲ LINIJOS rekomendacijos darželinuko dienotvarkei