

# COVID19 DAILY SCHEDULE

Before 9:00 am	Wake up	Eat breakfast, make your bed, get dressed, put PJ's in laundry
9:00 – 10:00	Morning walk	Family walk with the dog, yoga if it's raining
10:00 – 11:00	Academic time	No electronic games: sudoku books, flash cards, study guides, journal, school work
11:00 – 12:00	Creative time	Legos, magnitiles, drawing, crafting, music, cook
12:00	Lunch	
12:30 pm	Chore time	A – Wipe all kitchen table and chairs B – Wipe all door handles, light switches, desk tops C – Wipe bathrooms, sinks and toilets
1:00 – 2:30	Quiet time	Reading, puzzles, nap
2:30 – 4:00	Academic time	Electronics OK Ipad games, prodigy, educational show
4:00 – 5:00	Afternoon fresh air	Bike, walk the dog, play outside
5:00 – 6:00	Dinner	
6:00 – 8:00	Free TV time	Kid showers
8:00	Bedtime	All kids
9:00	Bedtime	All kids who follow the schedule and don't argue

# COVID19 HORARIO DIARIO

Antes de las 9:00 am	<b>Despierta</b>	Desayuna, tiende tu cama, vístete, pon tus pijamas en la lavandería
9:00 – 10:00	<b>Caminata matutina</b>	Paseo familiar con el perro, yoga si está lloviendo
10:00 – 11:00	<b>Tiempo académico</b>	No hay juegos electrónicos: libros soduku, tarjetas de memoria, guías de estudio, escribe en tu diario, completa tu trabajo escolar.
11:00 – 12:00	<b>Tiempo creativo</b>	Legos, dibujar, artesanía, escuchar música, cocinar.
12:00 pm	<b>Almuerzo</b>	
12:30 pm	<b>Tareas en casa</b>	A - Limpia todas las mesas y sillas de la cocina. B - Limpia todas las manijas de las puertas, interruptores de luz, escritorios C - Limpia baños, lavabos e inodoros
1:00 – 2:30	<b>Tiempo de silencio</b>	Lectura, rompecabezas, siesta
2:30 – 4:00	<b>Tiempo académico</b>	Electrónicos OK Juegos para iPad, programas educativos
4:00 – 5:00	<b>Tomar aire fresco</b>	Bicicleta, pasear al perro, jugar afuera
5:00 – 6:00 pm	<b>Cena</b>	
6:00 – 8:00	<b>Tiempo libre TV</b>	Baños para los niños
8:00 pm	<b>Hora de acostarse</b>	Todos los niños
9:00 pm	<b>Hora de acostarse</b>	Todos los niños que siguen el horario y no discuten