

Home Activities Ideas

Before 9:00 am	WAKE UP	Wash hands, enjoy breakfast together, make bed, brush teeth, get dressed
9:00-10:00	MORNING OUTDOOR TIME	Family walk outside and look around at nature, walk the dog, do outdoor exercise and stretching, sit and enjoy the sunshine on your face
10:00-11:00	ACADEMIC TIME	NO ELECTRONICS/NO TV Practice counting objects/toys, practice describing colors of different objects/toys, touch and describe different types of textures of objects/toys **help to "Put Away" objects and toys
11:00-12:00	CREATIVE TIME	Play music and dance and sing, sensory play
12:00	LUNCH	Wash hands, enjoy lunch together
12:30	CHORE TIME	Help wash dishes then - 1. Wipe all kitchen tables, chairs, table tops 2. Wipe all door handles, light switches 3. Wipe sinks and toilet
1:00-2:30	QUIET TIME	Dim lights and limit distractions, look at and read books together, take a nap
2:30-4:00	ACADEMIC TIME	ELECTRONICS OK educational YouTube videos, ipad games **help to "Put Away"
4:00-5:00	AFTERNOON FRESH AIR	Family walk outside and look around at nature, walk the dog, do outdoor exercise and stretching, sit and enjoy the sunshine on your face
5:00-6:00	DINNER	Wash hands, enjoy dinner together
6:00-8:00	FREE TV TIME	Enjoy watching movies, TV shows
8:00	GET READY FOR BED	Take a bath, brush teeth, put on pajamas
9:00 PM	BEDTIME	Limit distractions, turn off lights, go to sleep

😊 Enjoy your time as you discover new activities to do together 😊

Ideas de Actividades Para el Hogar

antes de 9:00 am	DESPIERTA	Lavarse las manos, disfrutar del desayuno juntos, hacer la cama, cepillarse los dientes, vestirse
9:00-10:00	MAÑANA TIEMPO AL AIRE LIBRE	Salga en familia y mire a la naturaleza, pasee al perro, haga ejercicio al aire libre y estírese, siéntese y disfrute del sol en su cara
10:00-11:00	TIEMPO ACADEMICO	SIN ELECTRONICA/NO TELE Practique contar objetos/juguetes, practique describir colores de diferentes objetos/juguetes, toque y describa diferentes tipos de texturas de objetos/juguetes ** ayuda para "guardar" objetos y juguetes
11:00-12:00	TIEMPO CREATIVO	Toca música y baila y canta, juego sensorial
12:00	ALMUERZO	Lavarse las manos, disfrutar del almuerzo juntos
12:30	TIEMPO DE LIMPIEZA	Ayuda a lavar los platos entonces - 1. Limpie todas las mesas de cocina, sillas, mesas 2. Limpie todas las manijas de las puertas, interruptores de luz 3. Limpie los lavabos y el inodoro.
1:00-2:30	TIEMPO TRANQUILO	Atenúa las luces y limita las distracciones, mira y lee libros juntos, toma una siesta
2:30-4:00	TIEMPO ACADEMICO	ELECTRONICA OK videos educativos de YouTube, juegos de ipad ** ayuda para "Guardar"
4:00-5:00	TARDE AIRE FRESCO	Salga en familia y mire a la naturaleza, pasee al perro, haga ejercicio al aire libre y estírese, siéntese y disfrute del sol en su cara
5:00-6:00	HORA DE LA CENA	Lavarse las manos, disfrutar de la cena juntos
6:00-8:00	VIENDO LA TELE	Disfruta viendo películas, programas de televisión
8:00	PREPÁRATE PARA IR A DORMIR	Tomar un baño, cepillarse los dientes, ponerse el pijama
9:00 PM	HORA DE ACOSTARSE	Limite las distracciones, apague las luces, vaya a dormir

😊 Disfrute de su tiempo mientras descubre nuevas actividades para hacer juntos. 😊