

SCUOLA in quarantena

COME ORGANIZZARTI PER NON IMPAZZIRE CON I COMPITI

bambini
6 - 10 anni

PIANIFICA

Fai il planning della giornata insieme ai tuoi bambini. Si sentiranno responsabili per aver organizzato la giornata insieme e acquisiranno una competenza che si rivelerà preziosa crescendo.

ALTERNA

Alterna attività diverse: compiti, disegni e lavoretti creativi, tv, cucina, attività motoria, lettura, videogiochi, gioco libero. Segui una routine simile - ma flessibile - ogni giorno.

SCANDISCI IL TEMPO

Organizza sessioni di studio dai 30 ai 45 minuti, poi fai una pausa. Fai l'intervallo come a scuola, con la merenda e la campanella che suona quando è ora di ricominciare a studiare.

LIBERA LO SPAZIO

Metti sul tavolo solo l'essenziale: scegli il materiale che serve e toglie tutte le altre distrazioni (giochi, cibo, altri libri, altri quaderni, penne che non servono).

ACCENDI LA MUSICA!

Scegli una musica di sottofondo adatta al tipo di compito da svolgere. Sarà d'aiuto per favorire la concentrazione ed entrare nel "mood" dell'attività da svolgere.

SII CREATIVA

Una scheda da completare è noiosa? Usa la fantasia per trasformarla in un esercizio divertente da fare insieme.

LEGGI UN LIBRO

Tu il tuo libro, tuo figlio il suo: leggete insieme ogni giorno, per almeno 15 minuti. Diventerà un'abitudine condivisa e un piacere.

FAI DIGITAL DETOX

Scegli 2 giorni "off": domenica niente compiti, lunedì niente tv e videogiochi! Impossibile? Basta mettersi d'accordo prima, spiegare che serve a far riposare gli occhi e il cervello, e trovare attività creative alternative.