



## WAS AUF KEINEN FALL FEHLEN DARF IST: EIN FIXER TAGESABLAUF

DER KÖNNTE ZUM BEISPIEL SO AUSSEHEN:

- Der Wecker klingelt zu einer fixen Zeit (vielleicht auch etwas später als sonst).
- Es gibt immer denselben Ablauf: Frühstück, Zähneputzen, Anziehen.
- Dann gibt es „Schul- oder Kindergartenzeit“ in der gelernt, geschrieben, gelesen usw. wird. Je nach Alter mit mehr oder weniger Begleitung.
- Dazwischen große Pause mit Jause  
(Wer mag, mit Klingel, für Pausenbeginn und Pausenende)
- Gemeinsames Mittagessen
- Danach: Mittagsruhe (mit Hörspiel, oder auch mal einem Film)
- Nachmittag: Spielzeit (drinnen und nach Möglichkeit auch im Garten)
- Aufräumen mit Aufräumsong – alle helfen mit (auch die Erwachsenen)
- Abendessen - gemeinsame Reflexion „was ist gut gelaufen?“
- Abendritual (Zähne putzen, Duschen, Schlafanzug anziehen, im Zimmer noch eine Geschichte/Hörspiel/selber lesen.)

