






Y AHORA ¿QUÉ HACEMOS?



HORA	POR LA MAÑANA	HORA	POR LA TARDE
a 10	DESAYUNO Y DESPERTAR 	16 a 17	HORA DE BAILE. Seguro que hay canciones que les gustan y les apetece moverse.
10 a 11	JUGAR O COLABORAR EN ALGUNA TAREA DE CASA. 	17:30 a 18	Merienda
11 a 12	HACER LOS DEBERES DEL COLEGIO 	18 a 19	Tiempo Libre
12 a 13	Tiempo Libre	19 a 20	TIEMPO DE PANTALLA
13 a 14	JUEGO DE MANUALIDADES O JUEGOS DE MESA EN FAMILIA	20 a 21	BAÑO Y CENA: Ellos pueden participar en poner la mesa o incluso en preparar cosas básicas.
14 a 15	COMIDA	21 a 22	DORMIR (es probable que les cueste más porque no han descargado mucha energía, les puedes leer un cuento para que se relajen)
15 a 16	DIBUJOS PARA QUE LAS MAMÁS Y PAPÁS PUEDAN DESCANSAR	FIN DEL DÍA	LAS MAMÁS Y PAPÁS APROVECHAN PARA DESCANSAR