

PLANIFICA TU TRABAJO
ESTABLECE RUTINAS



#YoMeQuedoEnCasa

EL HORARIO ES ORIENTATIVO PERO TE AYUDARÁ A GESTIONAR TU TIEMPO

- PLANIFICA CUÁNDO VAS A REALIZAR LAS TAREAS QUE TE PROPONEN TUS PROFESORES Y PROFESORAS.
- INTENTA PROGRAMAR A PRIMERA HORA AQUELLAS TAREAS QUE TE SUPONEN UN MAYOR ESFUERZO
- TAN IMPORTANTE ES REALIZAR ACTIVIDADES COMO DESCANSAR
- ELIGE UN MOMENTO DEL DÍA PARA DAR LAS GRACIAS O DECIR AQUELLO QUE MÁS TE GUSTA DE LAS PERSONAS CON LAS QUE CONVIVES, TUS SERES QUERIDOS Y AMISTADES
- TEN EN CUENTA TUS AFICIONES Y EL HORARIO DE TU FAMILIA,
- INCLUYE ACTIVIDAD FÍSICA DENTRO DE TU HORARIO. PUEDE SER BAILAR, SALTAR O HACER ESTIRAMIENTOS.
- RECUERDA QUE LA CORRESPONSABILIDAD TAMBIÉN ES IMPORTANTE: PARTICIPA EN LAS TAREAS DE CASA

