



SUGERENCIA RUTINA DIARIA PERIODO DE CUARENTENA PREVENTIVA

COLEGIO JUAN PABLO II

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
09:00 – 10:00 hrs	Desayuno y aseo personal	Desayuno y aseo personal	Desayuno y aseo personal	Desayuno y aseo personal	Desayuno y aseo personal
10:00 – 11:00 hrs	LENGUAJE	MATEMÁTICA	HISTORIA	CIENCIAS	INGLÉS
11:00 – 11:30 hrs	Juego libre	Juego libre	Juego libre	Juego libre	Juego libre
11:30 – 12:30 hrs	ACTIVIDAD FÍSICA	ARTES VISUALES/MÚSICA	ACTIVIDAD FÍSICA	AUTOCUIDADO Y/O RELIGIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA
12:30 – 13:00 hrs	Juego libre	Juego libre	Juego libre	Juego libre	Juego libre
13:00 hrs	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
14:00 hrs	Siesta	Siesta	Siesta	Siesta	Siesta
15:00 hrs	Ocio (manualidades, cocina, tv, etc)	Ocio (manualidades, cocina, tv, etc)	Ocio (manualidades, cocina, tv, etc)	Ocio (manualidades, cocina, tv, etc)	Ocio (manualidades, cocina, tv, etc)
17:00 hrs	Colación	Colación	Colación	Colación	Colación
18:00 hrs	Juego libre	Juego libre	Juego libre	Juego libre	Juego libre
19:00 hrs	Orden del hogar	Orden del hogar	Orden del hogar	Orden del hogar	Orden del hogar
20:00 hrs	Cena y baño	Cena y baño	Cena y baño	Cena y baño	Cena y baño