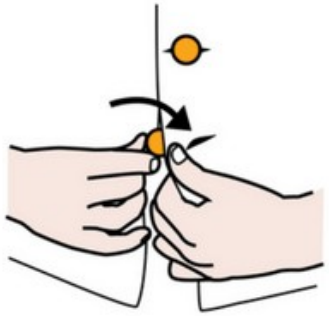
Colegio Ricardo Olea
CORMUN RANCAGUA

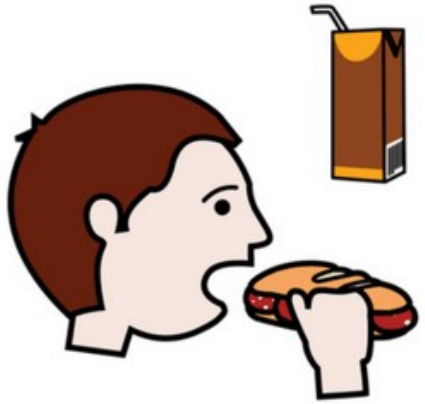
Actividades de la VIDA DIARIA

Afeitarse

Cocinar



Vestirse



Comer

Lavarse las manos

Ir a la compra

Comprenden todas aquellas actividades de la vida cotidiana que tienen un **valor y significado** concreto para una persona y, además, un **propósito.**

Están dirigidas a uno mismo y se realizan cotidianamente (de Lunes a Lunes) y de forma automática (A cada momento)

LA RUTINA QUE DEBIESES REALIZAR EN TU CASA ES LA SIGUIENTE:

1. LEVANTARSE
2. IR AL BAÑO (**PEINARSE , BAÑARSE Y CEPILLAR LOS DIENTES**)
3. SACARSE EL PIJAMA
4. VESTIRSE
5. HACER TU CAMA (**ORDENAR TU HABITACION**)
6. LAVARSE LAS MANOS
7. TOMAR DESAYUNO (**Y LAVARSE LOS DIENTES**)
8. PONER EL SERVICIO PARA ALMORZAR
9. ALMORZAR (**COMER FRUTAS , VEGATALES Y BEBER AGUA**)
10. LIMPIAR LA MESA Y SACAR LA BASURA
11. CEPILLARSE LOS DIENTES

12. REGAR LAS PLANTAS

13. SEGUIR INSTRUCCIONES

14. SER RESPETUOSO

16.HACER MIS TAREAS

15.PONER EL SERVICIO Y TOMAR ONCE.

17. BARRER EL PISO

18. LAVARSE LA CARA Y CEPILLARSE LOS DIENTES

19. BAÑARSE Y COLGAR LA TOALLA.

20. PONERSE EL PIJAMA Y DORMIR .