

RE

Ordena mi rutina

Primaria

Apoyo TDAH · Primaria

Ficha de apoyo para la atención y el TDAH: ordenar la rutina del día, con espacio para escribir.

Nombre: _____

Fecha: _____

Piensa y ordena

Tener un orden ayuda a concentrarse y a no olvidar las cosas. Vamos a pensar en el orden de las cosas que hacemos cada día.

1. ¿Qué haces primero: desayunar o levantarte?

2. Ordena por la mañana: vestirse, desayunar, lavarse los dientes.

3. Escribe tres cosas que haces siempre antes de ir al cole.

4. ¿Qué haces justo antes de dormir?

5. Escribe tu rutina de la tarde en orden, del 1 al 4.

Solucionario

1. Levantarse.
2. Vestirse, desayunar, lavarse los dientes.
3. Respuesta libre.
4. Respuesta libre (lavarse los dientes, leer un cuento...).
5. Respuesta libre y ordenada.