Lista de revisión para la noche

- [ ] Revisar el menú del almuerzo y empacar comida si es necesario.
- [ ] Guardar la tarea terminada en la carpeta y meterla a la mochila.
- [ ] Revisar el calendario para ver si hay otros objetos que empacar (equipo deportivo, instrumentos, ropa de deportes, etc.).
- [ ] Revisar el escritorio/estación para tareas y asegurarme de que todos los útiles están en su lugar, y que tengo lo necesario para la escuela.
- [ ] Elegir la ropa para mañana.
- [ ] Agarrar una toalla.
- [ ] Bañarme o asearme.
- [ ] Secarme y ponerme pijama.
- [ ] Recoger la ropa sucia.
- [ ] Cepillarme los dientes.
- [ ] Tomar el medicamento (si es necesario).
- [ ] Tomar un vaso de agua o llenar la botella para la noche.
- [ ] Revisar que la alarma está puesta o programar una doble alarma.
- [ ] Cargar los dispositivos electrónicos (computadora, teléfono celular, etc.).

Copyright © 2018 Understood for All, Inc. Todos los derechos reservados.

Understood