



COLEGIO NUESTRA SEÑORA DE LA MISERICORDIA



Sugerencia de Rutina para Educación Parvularia

| Hora | Actividad | Propuesta |
|------------------|------------------------|--|
| 08:30 a 09:30 | Levantarse | Higiene y cuidado personal: vestirse sola/o - tomar desayuno saludable |
| 09:30 a 10:30 | Actividad | Realizar actividad sugerida por educadora del colegio, en un lugar cómodo y supervisado por un adulto. |
| 10:30 a 11:00 | Colación | Alimentación saludable |
| 11:30 a 12:30 | Juego libre | Juego libre de su interés. Sin exposición a pantallas, ni dispositivos móviles. |
| 12:30 a 13:30 | Actividad Didáctica | Realizar actividades donde el niño/a pueda colorear, recortar, rasgar papel, encajar piezas, trasvasijar, etc. |
| 13:30 a 14:00 | Colación | Alimentación saludable |
| 14:00 a 15:00 | Actividad | Realizar actividad sugerida por educadora del colegio, en un lugar cómodo y supervisado por un adulto |
| 14:00 a 15:00 | Almuerzo | Alimentación saludable |
| 15:00 a 16:00 | Juego Libre | Juego libre de su interés. Sin exposición a pantallas, ni dispositivos móviles. |
| 16:00 a 17:00 | Actividad Didáctica | Actividad donde el niño/a pueda saltar, cantar, bailar, gatear, agacharse, entre otras. |
| 17:00 a 17:30 | Colación | Alimentación saludable |
| 17:30 a 18:30 | Juego libre | Juego libre de su interés. Sin exposición a pantallas, ni dispositivos móviles. |