

Lista del mattino



Nome _____

Da fare	Lun	Mar	Mer	Gio	Ven
 Svegliarsi	☐	☐	☐	☐	☐
 Lavarsi la faccia	☐	☐	☐	☐	☐
 Vestirsi	☐	☐	☐	☐	☐
 Fare colazione	☐	☐	☐	☐	☐
 Lavarsi i denti	☐	☐	☐	☐	☐
 Preparare lo zaino	☐	☐	☐	☐	☐
 Mettere le scarpe	☐	☐	☐	☐	☐

Come usarla bene Fate tutto ogni giorno nello stesso ordine e lasciate zaino e vestiti nello stesso posto la sera prima. Quando ha finito tutto, lodalo subito e in modo concreto («Hai preparato lo zaino da solo!»).

Fonti: Centri per il controllo e la prevenzione delle malattie (CDC) · Accademia Americana di Pediatria (AAP)