

Actividades de Movimiento - Registro Diario

Mes _____		Semana _____ al _____		
Día	Actividad de Movimiento			
	Mañana	Tarde	Noche	
Lunes				
Martes				
Miércoles				
Jueves				
Viernes				
Sábado				
Domingo				

Mes _____		Semana _____ al _____		
Día	Actividad de Movimiento			
	Mañana	Tarde	Noche	
Lunes				
Martes				
Miércoles				
Jueves				
Viernes				
Sábado				
Domingo				

Escribe en cada recuadro las actividades de movimiento que realizas (pasar mapo, barrer, lavar el auto, jardinería, pasear la mascota, regar las plantas, caminar, fregar los trastos, tender la ropa, etc.). Incluye todo lo que implique movimiento.