

Ранкова і вечірня рутина

Роби по порядку і став галочку, коли готово

Зранку

☐ Прокинутися 

☐ Заправити ліжко 

☐ Вмитися 

☐ Почистити зуби 

☐ Одягнутися 

☐ Поснідати 

☐ Зібрати сумку 

Ввечері

☐ Прибрати іграшки 

☐ Повечеряти 

☐ Помити руки 

☐ Одягнути піжаму 

☐ Почистити зуби 

☐ Прочитати казку 

☐ Лягти спати 

Ім'я: _____