

**STABILIRE REGOLE  
E ROUTINE**

# LA MIA SETTIMANA TIPO

Descrivi come è organizzata la tua settimana tipo, quali sono le tue abitudini e come sono scandite le tue attività. Alcuni esempi: il risveglio mattutino, la cura del corpo, la scuola, i compiti a casa, il tempo trascorso in famiglia, il tempo libero, i contatti con altri familiari, i giochi all'aria aperta, gli allenamenti sportivi, la sera dopo cena.

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
7:00							
8:00							
9:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							
21:00							
22:00							

# REGOLE IN FAMIGLIA



Le regole sono necessarie per non scatenare il caos, per convivere nel rispetto di tutti, per raggiungere obiettivi e divertirsi insieme. Esistono in tutti i giochi, abbiamo regole per dare forma alle relazioni tra le persone, possono servire per tutelare la salute fisica... insomma sono sempre presenti. Anche non darsi regole è già una regola!! Talvolta sono decise dai genitori o dagli insegnanti, oppure anche condivise insieme. Negli ultimi mesi, oltre alle solite regole che conosciamo, abbiamo imparato a rispettare tante regole nuove per tutelare la nostra salute. Tra tutte queste regole, sia le nuove che le vecchie, quali regole consideri giuste e utili? Quali ingiuste? Quali difficili da rispettare?

Regole che consideri giuste e utili



---

---

---

---

Regole che consideri ingiuste



---

---

---

---

Regole difficili da rispettare



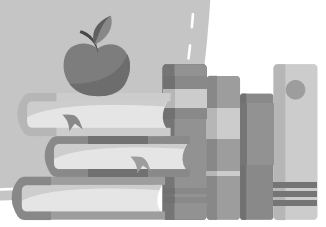
---

---

---

---

# REGOLE A SCUOLA



Le regole sono necessarie per non scatenare il caos, per convivere nel rispetto di tutti, per raggiungere obiettivi e divertirsi insieme. Esistono in tutti i giochi, abbiamo regole per dare forma alle relazioni tra le persone, possono servire per tutelare la salute fisica... insomma sono sempre presenti. Anche non darsi regole è già una regola!! Talvolta sono decise dai genitori o dagli insegnanti, oppure anche condivise insieme. Negli ultimi mesi, oltre alle solite regole che conosciamo, abbiamo imparato a rispettare tante regole nuove per tutelare la nostra salute. Tra tutte queste regole, sia le nuove che le vecchie, quali regole consideri giuste e utili? Quali ingiuste? Quali difficili da rispettare?

Regole che consideri giuste e utili



---

---

---

---

Regole che consideri ingiuste



---

---

---

---

Regole difficili da rispettare



---

---

---

---

# REGOLE E SOCIALITA'



Le regole sono necessarie per non scatenare il caos, per convivere nel rispetto di tutti, per raggiungere obiettivi e divertirsi insieme. Esistono in tutti i giochi, abbiamo regole per dare forma alle relazioni tra le persone, possono servire per tutelare la salute fisica... insomma sono sempre presenti. Anche non darsi regole è già una regola!! Talvolta sono decise dai genitori o dagli insegnanti, oppure anche condivise insieme. Negli ultimi mesi, oltre alle solite regole che conosciamo, abbiamo imparato a rispettare tante regole nuove per tutelare la nostra salute. Tra tutte queste regole, sia le nuove che le vecchie, quali regole consideri giuste e utili? Quali ingiuste? Quali difficili da rispettare?

Regole che consideri giuste e utili



---

---

---

---

Regole che consideri ingiuste



---

---

---

---

Regole difficili da rispettare



---

---

---

---

# CAMBIAMO LE REGOLE!

Di tutte le regole che consideri ingiuste, quali vorresti modificate, perché?  
Quali modifiche proponi?

REGOLA IN FAMIGLIA  
CHE VORREI MODIFICARE

PERCHE' LA VORRESTI  
CAMBIARE?

QUALE ALTERNATIVA  
PROPONI?

-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----

REGOLA A SCUOLACHE  
VORREI MODIFICARE

PERCHE' LA VORRESTI  
CAMBIARE?

QUALE ALTERNATIVA  
PROPONI?

-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----

REGOLA NELLA  
TUA SCOIALITA'

PERCHE' LA VORRESTI  
CAMBIARE?

QUALE ALTERNATIVA  
PROPONI?

-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----