



Ana Maria de Souza Rodrigues
Especialista da Educação - (35) 99763-6773 – anamariadesouzar@gmail.com
Blog: www.diaadianaescola.com.br

PLANO DE ESTUDO

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
6:00							
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							
23:00							
0:00							



Ana Maria de Souza Rodrigues
Especialista da Educação - (35) 99763-6773 – anamariadesouzar@gmail.com
Blog: www.diaadianaescola.com.br

Marque no Cronograma todas as suas atividades diárias Especifique os horários de:

- Acordar
- Escola
- Refeições (almoço, café, jantar...)
- Esporte
- Trabalho
- Estudo em casa
- Assistir jornal
- Descanso