**DIARI DE SEGUIMENT DE CONFINAMENT PEL CORONAVIRUS**

NOM I COGNOMS: CURS:

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SETMANA 1 (13-19 ABRIL)** | | | | | | | |
|  | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
| **Presentació** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Escalfament** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Part principal** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Tornada a la calma** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Reflexions sessió** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Evidències de l'activitat** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres proposades pel professor** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres vostres** |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SETMANA 2 (20-26 ABRIL)** | | | | | | | |
|  | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
| **Presentació** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Escalfament** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Part principal** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Tornada a la calma** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Reflexions sessió** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Evidències de l'activitat** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres proposades pel professor** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres vostres** |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SETMANA 3 (27 ABRIL - 03 MAIG)** | | | | | | | |
|  | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
| **Presentació** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Escalfament** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Part principal** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Tornada a la calma** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Reflexions sessió** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Evidències de l'activitat** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres proposades pel professor** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres vostres** |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SETMANA 4 (04 - 10 MAIG)** | | | | | | | |
|  | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
| **Presentació** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Escalfament** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Part principal** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Tornada a la calma** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Reflexions sessió** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Evidències de l'activitat** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres proposades pel professor** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres vostres** |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SETMANA 5 (11 - 17 MAIG)** | | | | | | | |
|  | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
| **Presentació** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Escalfament** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Part principal** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Tornada a la calma** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Reflexions sessió** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Evidències de l'activitat** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres proposades pel professor** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres vostres** |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SETMANA 6 (18 - 24 MAIG)** | | | | | | | |
|  | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
| **Presentació** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Escalfament** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Part principal** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Tornada a la calma** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Reflexions sessió** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Evidències de l'activitat** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres proposades pel professor** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres vostres** |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SETMANA 7 (25 - 31 MAIG)** | | | | | | | |
|  | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
| **Presentació** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Escalfament** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Part principal** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Tornada a la calma** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Reflexions sessió** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Evidències de l'activitat** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres proposades pel professor** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres vostres** |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **SETMANA 8 (01 - 07 JUNY)** | | | | | | | |
|  | Dilluns | Dimarts | Dimecres | Dijous | Divendres | Dissabte | Diumenge |
| **Presentació** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Escalfament** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Part principal** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Sessió: Tornada a la calma** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Reflexions sessió** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Evidències de l'activitat** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres proposades pel professor** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Activitats extres vostres** |  |  |  |  |  |  |  |