Mis responsabilidades

De 4 a 6 años

Nombre _____

	Con ayuda	Sin ayuda
4 años		
 Lavarse los dientes con ayuda	☐	☐
 Vestirse	☐	☐
 Lavarse las manos	☐	☐
 Guardar los juguetes en una caja	☐	☐
 Colgar el abrigo	☐	☐
5 años		
 Hacer la cama (con bultos está bien)	☐	☐
 Poner la mesa	☐	☐
 La ropa sucia al cesto	☐	☐
 Dar de comer a la mascota con una medida marcada	☐	☐
6 años		
 Llevar su plato a la cocina	☐	☐
 Preparar la mochila	☐	☐
 Dejar lista la ropa del día siguiente	☐	☐
 Separar el reciclaje	☐	☐

Delega una responsabilidad nueva a la vez y deja pasar unas semanas antes de la siguiente.



habibee.app
Prueba la app Habibee. Tu peque gana miel con sus tareas y la cambia por recompensas.
Dibujos: Fluent Emoji de Microsoft (licencia MIT)

Mis responsabilidades

De 7 a 9 años

Nombre _____

	Con ayuda	Sin ayuda
7 años		
Dientes mañana y noche, vestirse, lavarse, con una lista	☐	☐
Cama hecha, suelo despejado	☐	☐
Prepara la mochila la noche anterior	☐	☐
Pone la mesa, separa el reciclaje, da de comer a la mascota	☐	☐
Sigue una lista escrita	☐	☐
8 años		
Aseo de mañana y noche, casi sin recordatorios	☐	☐
Ordena su cuarto, dobla su ropa	☐	☐
Tarea a una hora fija	☐	☐
Recoge la mesa, ayuda a guardar las compras, ayuda a cocinar	☐	☐
Le gana al temporizador en el paso más lento	☐	☐
9 años		
Se ducha sin ayuda, empieza con el hilo dental	☐	☐
Guarda su ropa limpia	☐	☐
Lee 20 minutos, mantiene el escritorio ordenado	☐	☐
Vacía el lavaplatos, barre	☐	☐
Cumple un compromiso semanal	☐	☐

Delega una responsabilidad nueva a la vez y deja pasar unas semanas antes de la siguiente.



habibee.app
Prueba la app Habibee. Tu peque gana miel con sus tareas y la cambia por recompensas.
Dibujos: Fluent Emoji de Microsoft (licencia MIT)

Mis responsabilidades

De 10 a 12 años

Nombre _____

	Con ayuda	Sin ayuda
10 años		
Toda la rutina de la mañana, a tiempo para salir	☐	☐
Cambia sus sábanas	☐	☐
Sabe qué hay que entregar esta semana	☐	☐
Saca la basura, pasea al perro	☐	☐
Se acuerda de una tarea sin que se la recuerden	☐	☐
11 y 12 años		
Su higiene sin que nadie se lo pida	☐	☐
Lava y dobla su ropa	☐	☐
Reparte el estudio para un examen en varios días	☐	☐
Carga el lavaplatos, lava los platos, cocina algo sencillo con un adulto cerca	☐	☐
Planea la semana con un adulto	☐	☐

Delega una responsabilidad nueva a la vez y deja pasar unas semanas antes de la siguiente.

habibee.app
Prueba la app Habibee. Tu peque gana miel con sus tareas y la cambia por recompensas.
Dibujos: Fluent Emoji de Microsoft (licencia MIT)