

Moja wieczorna rutyna

3–5 lat

Imię _____

Tydzień od _____

	Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	So	Nd
 Zabawki do koszyka	○	○	○	○	○	○	○
 Kąpiel (w dni kąpieli)	○	○	○	○	○	○	○
 Załóż piżamę	○	○	○	○	○	○	○
 Umyj zęby (z kimś dorosłym)	○	○	○	○	○	○	○
 Toaleta i woda	○	○	○	○	○	○	○
 Bajka	○	○	○	○	○	○	○
 Światło zgaszone, piosenka na dobranoc	○	○	○	○	○	○	○

Powieś planszę tam, gdzie dzieje się rutyna, i pokazuj ją palcem, zamiast wymieniać każdy krok.





habibee.app

Dla rodziców: w aplikacji Habibee dziecko zdobywa miód za zadania i wymienia go na nagrody.

Obrazki: Fluent Emoji od Microsoft (licencja MIT)



Moja wieczorna rutyna

6–8 lat

Imię _____

Tydzień od _____

	Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	So	Nd
 Ubrania do kosza na pranie	○	○	○	○	○	○	○
 Ubrania na jutro na krześle	○	○	○	○	○	○	○
 Plecak przy drzwiach	○	○	○	○	○	○	○
 Mycie i piżama	○	○	○	○	○	○	○
 Umyj zęby	○	○	○	○	○	○	○
 Czytanie	○	○	○	○	○	○	○
 Pięć spokojnych oddechów, gasimy światło	○	○	○	○	○	○	○

Powieś planszę tam, gdzie dzieje się rutyna, i pokazuj ją palcem, zamiast wymieniać każdy krok.





habibee.app

Dla rodziców: w aplikacji Habibee dziecko zdobywa miód za zadania i wymienia go na nagrody.

Obrazki: Fluent Emoji od Microsoft (licencja MIT)



Moja wieczorna rutyna

9–12 lat

Imię _____

Tydzień od _____

	Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	So	Nd
 Plecak i drugie śniadanie gotowe	○	○	○	○	○	○	○
 Prysznic	○	○	○	○	○	○	○
 Nitka i szczotkowanie	○	○	○	○	○	○	○
 Telefon i tablet ładują się poza pokojem	○	○	○	○	○	○	○
 Czytanie	○	○	○	○	○	○	○
 W łóżku o _____	○	○	○	○	○	○	○

Powieś planszę tam, gdzie dzieje się rutyna, i pokazuj ją palcem, zamiast wymieniać każdy krok.





habibee.app

Dla rodziców: w aplikacji Habibee dziecko zdobywa miód za zadania i wymienia go na nagrody.

Obrazki: Fluent Emoji od Microsoft (licencja MIT)