# Meu quadro de tarefas

3 a 5 anos

Nome _____

Semana de _____

| | Seg | Ter | Qua | Qui | Sex | Sáb | Dom |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Guardar os brinquedos | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Pôr a mesa | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Roupa suja no cesto | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Regar as plantas | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Juntar as meias | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Alimentar o bichinho | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| _____ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

Comece com duas ou três tarefas e faça cada uma junto com a criança algumas vezes antes.



**habibee.app**

Adultos: experimente o app Habibee. A criança ganha mel com as tarefas e troca por recompensas.

Figuras: Fluent Emoji da Microsoft (licença MIT)

# Meu quadro de tarefas

6 a 8 anos

Nome _____

Semana de _____

| | Seg | Ter | Qua | Qui | Sex | Sáb | Dom |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pôr a mesa | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Tirar a mesa | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Esvaziar a lava-louças | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Separar o lixo reciclável | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Levar o lixo para fora | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Dobrar a roupa | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Guardar as compras | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Arrumar o quarto | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Alimentar o bichinho | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| _____ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

Comece com duas ou três tarefas e faça cada uma junto com a criança algumas vezes antes.



**habibee.app**

Adultos: experimente o app Habibee. A criança ganha mel com as tarefas e troca por recompensas.

Figuras: Fluent Emoji da Microsoft (licença MIT)



# Meu quadro de tarefas

**9 a 12 anos**

Nome _____

Semana de _____

| | Seg | Ter | Qua | Qui | Sex | Sáb | Dom |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Carregar a lava-louças | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Lavar a louça | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Levar o lixo para fora | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Ajudar no jantar | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Dobrar a roupa | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Varrer o chão | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Arrumar o quarto | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Arrumar a escrivaninha | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Preparar a lancheira | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Passear com o cachorro | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| _____ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| _____ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

Comece com duas ou três tarefas e faça cada uma junto com a criança algumas vezes antes.





**habibee.app**

Adultos: experimente o app Habibee. A criança ganha mel com as tarefas e troca por recompensas.

Figuras: Fluent Emoji da Microsoft (licença MIT)