Meu Quadro de Tarefas

10 A 13 ANOS

Nome: _____ Semana de: _____

Tarefa	Pontos	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom
🛏️ Arrumar a cama	5	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
📚 Tarefa escolar	10	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
🎒 Guardar os meus pertences	5	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
🐶 Cuidar do pet	10	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
🧽 Ajudar a lavar a louça	10	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
🧺 Separar a roupa suja	5	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
👶 Ajudar os irmãos menores	10	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
📵 Largar o eletrônico na hora	5	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
🗑️ Juntar o lixo	10	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
🧹 Limpar o meu quarto	15	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Pontos da semana: _____

Minha meta / recompensa: _____

Marque um quadradinho a cada dia em que a tarefa for feita. Some os pontos no fim de semana.

Mesada Inteligente · mesadainteligente.com — prefere digital? A criança marca as tarefas e os pais aprovam no app.