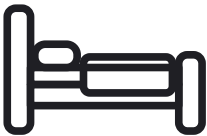
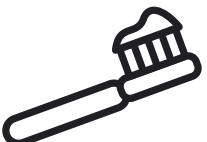


Мои дела на неделю

4–5 лет · сделал дело — поставь галочку в клетку этого дня; картинки можно раскрасить

Меня зовут: _____

Дело	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
 Заправить кровать	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Убрать тарелку	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Поливать цветок	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Убрать игрушки	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Почистить зубы	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Другое дело? Вклейте поверх картинки карточку с листа 8 — она 32 мм и помещается в клетку.

Мои обязанности на неделю

6–8 лет · отметь галочкой, что сделал; две пустые строки — для своих дел

Имя: _____ Неделя: с _____ по _____

Дело	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
 Заправить кровать	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Убрать посуду после еды	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Поливать цветы	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Убрать игрушки	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Почистить зубы утром и вечером	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
 Сложить одежду на стул	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Собрать рюкзак или вещи на завтра	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Помочь накрыть на стол	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
_____	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
_____	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Чек-лист «Утро»

4–8 лет · шаги идут по порядку сверху вниз; сделал шаг — галочка в клетке дня



Имя: _____

По порядку	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
1  Заправить кровать	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2  Умыться	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3  Почистить зубы	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4  Одеться	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5  Позавтракать и убрать тарелку	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6  Обуться	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Чек-лист «Вечер»

4–8 лет · шаги по порядку; в клетке дня — галочка за каждый сделанный шаг



Имя: _____

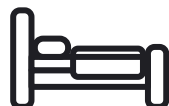
По порядку	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
1  Убрать игрушки	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2  Сложить одежду на стул	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3  нарисуй Помыться	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4  Почистить зубы	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5  нарисуй Надеть пижаму	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6  Книжка перед сном	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Утро и вечер: чек-лист в файл

вложите лист в прозрачный файл: галочки — маркером для доски, утром стёрли



Утро

☐

Заправить кровать

☐

Умыться

☐

Почистить зубы

☐

Одеться

☐

Позавтракать и
убрать тарелку

☐

Обуться



Вечер

☐

Убрать игрушки

☐

Сложить одежду на
стул

☐

Помыться

☐

Почистить зубы

☐

Надеть пижаму

☐

Книжка перед сном

Шаги те же, что на листах 3 и 4, только без дней недели: один лист на каждый день.

Обязанности для двоих-троих детей

у каждого ребёнка свой значок: круг, квадрат или треугольник — галочка в свой

Кто: ○ _____ □ _____ △ _____

Дело	вклей карточку или нарисуй	вклей карточку или нарисуй	вклей карточку или нарисуй	вклей карточку или нарисуй	вклей карточку или нарисуй
Пн	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △
Вт	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △
Ср	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △
Чт	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △
Пт	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △
Сб	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △
Вс	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △	○ □ △

Пустой шаблон таблицы обязанностей

вклейте карточки с листа 8 или нарисуйте дела сами; галочки — по дням недели

Имя: _____ Неделя: с _____ по _____

Дело	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
вклей карточку или нарисуй	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
вклей карточку или нарисуй	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
вклей карточку или нарисуй	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
вклей карточку или нарисуй	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
вклей карточку или нарисуй	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
вклей карточку или нарисуй	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Карточки дел для вырезания

карточки 32 мм — режьте по пунктиру; на пустых ребёнок рисует своё дело

 Заправить кровать	 Убрать тарелку	 Поливать цветы	 Убрать игрушки	 Почистить зубы
 Одеться	 Почитать книжку	 Умыться	 Обуться	 Помыться
 Надеть пижаму	 Собрать рюкзак	 Повесить куртку	 Поставить обувь на место	 Помочь накрыть на стол
 Вытереть стол	 Разложить носки парами	 Помыть свою чашку	 Выбросить мусор	 Протереть пыль
 Покормить питомца	 Расчесаться	 Грязное бельё в корзину	 Сложить одежду	 Разобрать сумку после сада
 Помочь развесить бельё	 Помочь донести покупки	 Застегнуть куртку самому	 Убрать обувь в шкаф	
				

На карточках со словом пунктирная рамка — место, чтобы нарисовать дело самому.