Nome: _____ Data: _____/_____/_____

Checklist de hábitos da semana

Imprima em escala 100%, sem ajustar à página. Escreva o hábito e pinte um círculo a cada dia em que fizer.

Hábito	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○

Livre para uso em casa e na escola. Não revender ou republicar.

Nome: _____ Data: _____/_____/_____

Hábitos da semana com estrelas

Imprima em escala 100%, sem ajustar à página. Pinte uma estrela a cada dia em que o hábito foi feito.

Hábito	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom
	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆

Livre para uso em casa e na escola. Não revender ou republicar.

Nome: _____ Data: _____/_____/_____

Checklist de hábitos do mês

Imprima em escala 100%, sem ajustar à página. Escreva até seis hábitos no alto e marque cada dia.

Dia	_____	_____	_____	_____	_____	_____
1	☐	☐	☐	☐	☐	☐
2	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6	☐	☐	☐	☐	☐	☐
7	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8	☐	☐	☐	☐	☐	☐
9	☐	☐	☐	☐	☐	☐
10	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12	☐	☐	☐	☐	☐	☐
13	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14	☐	☐	☐	☐	☐	☐
15	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16	☐	☐	☐	☐	☐	☐
17	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18	☐	☐	☐	☐	☐	☐
19	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21	☐	☐	☐	☐	☐	☐
22	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24	☐	☐	☐	☐	☐	☐
25	☐	☐	☐	☐	☐	☐
26	☐	☐	☐	☐	☐	☐
27	☐	☐	☐	☐	☐	☐
28	☐	☐	☐	☐	☐	☐
29	☐	☐	☐	☐	☐	☐
30	☐	☐	☐	☐	☐	☐
31	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Livre para uso em casa e na escola. Não revender ou republicar.