

aula 03

.aprofundamento de rotina



aula 03

Aprofundamento de Rotina



TAREFAS DIARIAS



DATA: ___/___/___

.fixas

.flexiveis

SEGUNDA

.fixas

.flexiveis

TERÇA

.fixas

.flexiveis

QUARTA





TAREFAS DIÁRIAS

DATA: ___/___/___

.fixas

.flexíveis

QUINTA

.fixas

.flexíveis

SEXTA

.fixas

.flexíveis

SABADO



Ação Imediata

.aprofundamento de rotina

1. Ação Imediata

Identifique pelo menos 10 atividades mensais

2. Ação Imediata

Identifique tarefas semanais

3. Ação Imediata

Identifique as tarefas diárias fixas a cada dia da semana

4. Ação Imediata

Identifique as tarefas diárias flexíveis a cada dia da semana