PLANILHA · GESTÃO FINANCEIRA

Planilha de escala de trabalho de 42 horas para comércio e serviços

Modelos de 5×2, 6×1 compensada e 12×36 que apontam quem passa das 42 horas, quem tem menos de duas folgas e quem fica sem domingo.

Versão 1.0 · 07/11/2026 · Redação FintechNode, editor

A planilha e a versão mais nova deste material
https://www.fintechnode.com.br/?post_type=material&p=10686

Assinar a newsletter
https://www.fintechnode.com.br/#assinar

Planilha de escala de trabalho de 42 horas para comércio e serviços

Modelos de 5×2, 6×1 compensada e 12×36 que apontam quem passa das 42 horas, quem tem menos de duas folgas e quem fica sem domingo.

A planilha monta a escala da semana de cada empregado já com o teto de 42 horas e dois dias de folga, que valem a partir de 15/12/2026, segundo o governo. Ela soma as horas, conta as folgas e marca em vermelho quem passa do limite.

O modelo é grátis, abre no Excel e no Google Sheets e traz o exemplo de uma loja fictícia aberta de segunda a domingo.

O que muda na escala em dezembro

A Emenda Constitucional 141, publicada em 16/10/2026, baixa o teto semanal de 44 para 42 horas dois meses depois da publicação, e para 40 horas um ano depois disso (art. 6º). No mesmo prazo, o repouso semanal remunerado passa a ser de dois dias, um deles de preferência no domingo.

Com cinco dias de 8 horas, a semana fecha em 40 horas e já cabe no teto de 2027. Para usar as 42 horas em cinco dias, cada dia teria 8h24, acima das 8 horas da Constituição: isso depende de convenção ou acordo coletivo durante a transição (art. 7º da emenda).

A 6×1 só continua com regime compensatório em norma coletiva, que garanta, na média do mês, os dois dias de repouso por semana e ao menos uma folga em cada semana.

A 12×36, prevista no art. 59-A da CLT, alterna semanas de 36 e de 48 horas, com média de 42, e a emenda não trata dela. Nos dois casos, a convenção da categoria decide.

O decreto que regulamenta a emenda foi anunciado para segunda-feira (9), com um mínimo de oito folgas em 30 dias, segundo o ministro do Trabalho. CNC e CNI pediram ao STF o adiamento das novas regras, e o ministro Flávio Dino marcou audiência de conciliação para 10/11, segundo a Agência Brasil.

Para quem é

Para o dono de comércio, restaurante ou empresa de serviços que monta a escala da equipe, e para o departamento pessoal e o escritório contábil que revisam as escalas dos clientes antes de dezembro.

O que tem dentro

- **Escala da semana:** até 40 empregados, com as horas de cada dia. A planilha calcula as horas da semana, as folgas, o maior dia e a situação, e mostra quantas pessoas trabalham em cada dia.
- **Domingos:** o rodízio de seis semanas. No comércio, a folga precisa cair no domingo ao menos uma vez a cada três semanas (Lei 10.101/2000, art. 6º).
- **Modelos:** sete semanas-tipo para copiar: 5×2 de segunda a sexta, 5×2 com 8h24, 5×2 em revezamento, 6×1 compensada no mês e as duas semanas da 12×36.

No exemplo, a caixa Elisa cumpre 8h24 por dia e aparece com o aviso de dia acima de 8 horas. O estoquista Fábio ainda está na 6×1, com 42 horas e uma folga só. A vendedora Gabi trabalha três domingos seguidos e é marcada na aba Domingos.

Como usar

1. Confira os parâmetros no topo da Escala da semana: teto de 42 horas, 8 horas por dia, duas folgas e até duas horas extras por dia (CLT, art. 59).
2. Apague o exemplo e lance um empregado por linha. As horas vão em número decimal: 8,4 é 8h24. Folga fica com 0 ou em branco.
3. Corrija as linhas em vermelho e confira a cobertura de cada dia na linha Pessoas no dia.
4. No comércio, preencha a aba Domingos para as próximas seis semanas.
5. Em dezembro de 2027, troque o teto para 40 horas e veja quem precisa de ajuste.

A planilha não confere o descanso de 11 horas entre um dia de trabalho e o seguinte (CLT, art. 66) nem o intervalo de almoço (art. 71). Esses pontos dependem dos horários de entrada e saída do ponto.

O custo da escala nova

Menos horas com o mesmo salário encarecem a hora de trabalho, e a emenda proíbe reduzir o salário (art. 2º). A calculadora do custo da folha com 42 e 40 horas compara horas extras, contratação parcial e contratação integral.

As regras da transição estão na Emenda Constitucional 141/2026 explicada, e o efeito na folha, em fim da escala 6×1 e a semana de 42 horas. Outros guias de caixa, preço e equipe estão em Gestão.

A planilha por dentro

A planilha por dentro: a escala de uma loja fictícia com sete empregados, o rodízio de domingos e sete semanas-tipo com o teto de 42 horas.

Como usar

A planilha soma as horas da semana de cada empregado, conta as folgas e aponta quem passa do teto de 42 horas, quem tem menos de duas folgas e quem trabalha mais de 8 horas num dia.

O exemplo é de uma loja de roupas fictícia aberta de segunda a domingo, com sete empregados.

Passo a passo

1. Na aba Escala da semana, confira os parâmetros no topo: o teto é de 42 horas na transição e cai para 40 depois.
2. Apague o exemplo e lance um empregado por linha, com as horas de cada dia em número decimal (8,4 = 8h24). Dia de folga fica com 0 ou em branco.
3. As colunas cinzas calculam as horas da semana, as folgas, o maior dia e a situação. Linha em vermelho pede ajuste.
4. A linha 'Pessoas no dia', embaixo, mostra quantos empregados trabalham em cada dia: é a cobertura da loja.
5. No comércio, use a aba Domingos para conferir o rodízio: cada empregado precisa folgar ao menos um domingo a cada três semanas.
6. A aba Modelos traz sete semanas-tipo para copiar: 5×2, 5×2 em revezamento, 6×1 compensada e 12×36.

As regras que a planilha confere

- O teto semanal cai de 44 para 42 horas dois meses depois da publicação da EC 141, em 16/10/2026, e para 40 horas um ano depois disso (art. 6º). O governo e a Agência Brasil apontam 15/12/2026 para a primeira etapa.
- O repouso semanal remunerado passa a ser de dois dias, um deles de preferência no domingo (Constituição, art. 7º, XV, na redação da EC 141).
- Mais de 8 horas num dia, para distribuir as 42 horas, depende de convenção ou acordo coletivo (EC 141, art. 7º). A planilha marca esses dias para conferência.
- A planilha não confere o descanso de 11 horas entre um dia de trabalho e o seguinte (CLT, art. 66) nem o intervalo de almoço (art. 71). Confira os horários de entrada e saída no ponto.

Escala da semana

O exemplo da loja

Empregado	Função	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom	Horas	Folgas	Situação
Ana	Vendedora	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	Folga	Folga	40,0	2	OK
Bruno	Vendedor	Folga	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	Folga	40,0	2	OK
Carla	Vendedora	Folga	Folga	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	40,0	2	OK
Diego	Vendedor	8,0	Folga	Folga	8,0	8,0	8,0	8,0	40,0	2	OK
Elisa	**Caixa**	**8,4**	**8,4**	**8,4**	**8,4**	**8,4**	**Folga**	**Folga**	**42,0**	**2**	**Dia acima de 8 horas**
Fábio	**Estoquista**	**7,0**	**7,0**	**7,0**	**7,0**	**7,0**	**7,0**	**Folga**	**42,0**	**1**	**Menos de 2 folgas**
Gabi	Caixa	8,0	8,0	Folga	Folga	8,0	8,0	8,0	40,0	2	OK
Pessoas no dia		**5**	**5**	**5**	**6**	**7**	**5**	**3**			

Elisa cumpre 8h24 por dia: depende de convenção ou acordo coletivo. Fábio ainda está na 6×1, com uma folga só.

Domingos

Rodízio de domingos em seis semanas

Empregado	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Situação
Ana	Folga	Folga	Folga	Folga	Folga	Folga	OK
Bruno	Folga	Folga	Folga	Folga	Folga	Folga	OK
Carla	Trabalha	Trabalha	Folga	Trabalha	Trabalha	Folga	OK
Diego	Trabalha	Folga	Trabalha	Trabalha	Folga	Trabalha	OK
Gabi	**Trabalha**	**Trabalha**	**Trabalha**	**Folga**	**Trabalha**	**Trabalha**	**3 semanas sem domingo de folga**

Gabi trabalha nos domingos das semanas 1, 2 e 3: a planilha marca a falta de folga no domingo nessa janela.

Modelos

Semanas-tipo com o teto de 42 horas

Modelo	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom	Horas	O que exige
5×2 de segunda a sexta, 8 horas	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	Folga	Folga	40,0	Cabe no teto de 42 horas e já no de 40 horas. Não depende de norma coletiva.
5×2 com 8h24 por dia	8,4	8,4	8,4	8,4	8,4	Folga	Folga	42,0	Usa as 42 horas inteiras, mas passa de 8 horas por dia: depende de convenção ou acordo coletivo (EC 141, art. 7º).

Modelo	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom	Horas	O que exige
5×2 em revezamento, loja aberta 7 dias	Folga	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	Folga	40,0	Folgas em dias diferentes para cada empregado. No comércio, a folga cai no domingo ao menos uma vez a cada três semanas (Lei 10.101/2000, art. 6º).
6×1 semana longa (compensada no mês)	7,0	7,0	7,0	7,0	7,0	7,0	Folga	42,0	Só com regime compensatório em convenção ou acordo coletivo (Constituição, art. 7º, § 2º, na redação da EC 141). Alterna com a semana curta abaixo.
6×1 semana curta (compensada no mês)	8,0	8,0	8,0	8,0	Folga	Folga	Folga	32,0	Três folgas nesta semana compensam a folga única da semana longa: em quatro semanas, oito folgas.
12×36, semana com 3 plantões	12,0	Folga	12,0	Folga	12,0	Folga	Folga	36,0	36 horas. A 12×36 está no art. 59-A da CLT e alterna semanas de 3 e 4 plantões. A EC 141 não trata dela.
12×36, semana com 4 plantões	Folga	12,0	Folga	12,0	Folga	12,0	12,0	48,0	48 horas. Na média das duas semanas, 42 horas. Confira com o sindicato se a convenção da categoria mantém a escala.

A 12×36 alterna semanas de 36 e 48 horas, média de 42. A 6×1 compensada soma oito folgas em quatro semanas.

Horas por dia

Quanto dá por dia

Divida as horas da semana pelos dias de trabalho. Acima de 8 horas por dia, a escala depende de convenção ou acordo coletivo.

Horas por semana

R$ **42,00**

42 na transição; 40 depois.

Dias de trabalho na sema

R$ **5,00**

Com duas folgas, cinco dias.

Minutos de trabalho por dia (480 = 8 horas)	**504**
Minutos por dia acima de 8 horas	**24**
Folgas na semana	**2**

42 horas em cinco dias dão 8,4 horas, ou 8h24: 24 minutos acima das 8 horas.

Versão 1.0 · 07/11/2026

Para receber a planilha

O arquivo vai por e-mail, de graça, pela página do material: https://www.fintechnode.com.br/?post_type=material&p=10686

Newsletter do FintechNode: https://www.fintechnode.com.br/#assinar