

# Домашние обязанности ребёнка...

## Зачем? Какие? Как?



# ИТАК... ЗАЧЕМ???

Зачем нужно, чтобы у детей были домашние обязанности?

Зачем нужно, чтобы они помогали родителям?

Если коротко — для того, чтобы они росли самостоятельными и ответственными)))



# ...КАКИЕ???

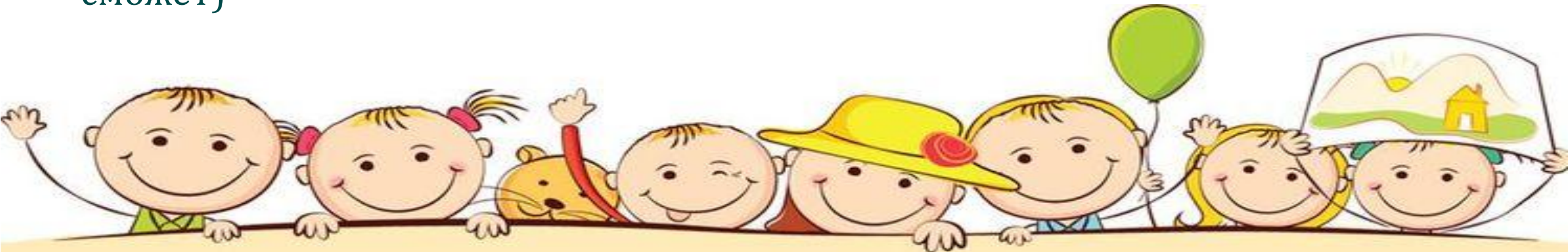
Что же может(?) / должен(?)  
делать ребёнок в своём  
возрасте?

На



## 1-2 ГОДА:

- \*СОБИРАТЬ ИГРУШКИ (ХОРОШО, если с мамой/папой на перегонки...)
- \*СКЛАДЫВАТЬ КНИЖКИ В СТОПОЧКУ
- \*ПОМОГАТЬ ПОЛИВАТЬ ЦВЕТЫ (под присмотром)
- \*РАЗМЕШИВАТЬ (например, тесто на оладушки)
- \*ПОМОГАТЬ В ПРОЦЕССЕ ОДЕВАНИЯ
- \*СКЛАДЫВАТЬ СНЯТУЮ ОДЕЖДУ НА СТУЛЬЧИК (ну... как сможет)



## 3-4 ГОДА:

- \*СОБИРАТЬ ИГРУШКИ, КНИЖКИ, КАРАНДАШИ, ПЛАСТИЛИН И Т.П. И УБИРАТЬ НА МЕСТО (надо сделать так, чтобы это место было доступно малышу)
- \*УМЫВАТЬСЯ, ЧИСТИТЬ ЗУБЫ (под присмотром взрослого), ПРИЧЁСЫВАТЬСЯ
- \*ПОМОГАТЬ НАКРЫВАТЬ НА СТОЛ (отнести тарелки, приборы, положить салфетки...)
- \*ОДЕВАТЬСЯ-РАЗДЕВАТЬСЯ (с небольшой помощью взрослого)
- \*ОБТИРАТЬ СЫРОЙ ТРЯПКОЙ ШИРОКИЕ ЛИСТОЧКИ У ДОМАШНИХ РАСТЕНИЙ



## 3-4 ГОДА:

- \*ПОМОГАТЬ РАССТИЛАТЬ И ЗАСТИЛАТЬ ПОСТЕЛЬ
- \*ПРОТИРАТЬ: ПЫЛЬ (если на неё нет аллергии), СТОЛ ПОСЛЕ ЕДЫ
- \*РАССТАВЛЯТЬ ТАРЕЛКИ, РАСКЛАДЫВАТЬ ПРИБОРЫ НА СТОЛЕ
- \*ПОМОГАТЬ МЫТЬ ПОСУДУ
- \*ПОМОГАТЬ КОРМИТЬ ДОМАШНИХ ЖИВОТНЫХ
- \*УКРАШАТЬ БЛЮДА, ДЕСЕРТЫ
- \*ПОСТИРАТЬ В ТАЗИКЕ ПЛАТОЧЕК, НОСОЧКИ



## 5-6 ЛЕТ:

- \*СКЛАДЫВАТЬ, УБИРАТЬ ОДЕЖДУ (свою + убирать в шкаф поглаженную одежду, закладывать (под присмотром) вещи в стиральную машину)
- \*УБИРАТЬ ЗА ДОМАШНИМ ПИТОМЦЕМ
- \*ПОМОГАТЬ ГОТОВИТЬ (простые манипуляции с продуктами — достать, намазать, размешать и т.п.)
- \*ОДЕВАТЬСЯ-РАЗДЕВАТЬСЯ (самостоятельно, включая все виды застёжек/шнурков)
- \*ЗАСТИЛАТЬ ПОСТЕЛЬ
- \*МЫТЬ ПОСУДУ, ИЛИ ЗАКЛАДЫВАТЬ/ РАЗГРУЖАТЬ ПОСУДОМОЕЧНУЮ МАШИНУ
- \*ПОМОГАТЬ НЕСТИ ПОКУПКИ ДОМОЙ (не больше 1 кг в рюкзачке)



# 5-6 ЛЕТ:

\*ПЫЛЕСОСИТЬ

\*УХАЖИВАТЬ ЗА ДОМАШНИМИ РАСТЕНИЯМИ

\*ЧИСТИТЬ, НАРЕЗАТЬ ОВОЩИ/ФРУКТЫ

\*ГОТОВИТЬ ПРОСТЫЕ БЛЮДА

\*ПОМОГАТЬ РАЗВЕШИВАТЬ БЕЛЬЁ

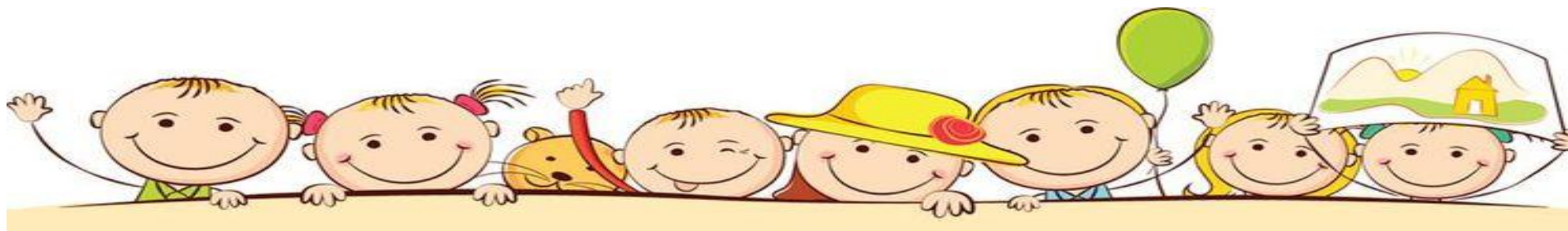
\*УХАЖИВАТЬ ЗА ДОМАШНИМИ ЖИВОТНЫМИ

\*НАКРЫВАТЬ НА СТОЛ

\*САМОСТОЯТЕЛЬНО СОБИРАТЬ РЮКЗАК К ШКОЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ (если уже стал учеником)

\*ВЫНОСИТЬ МУСОР

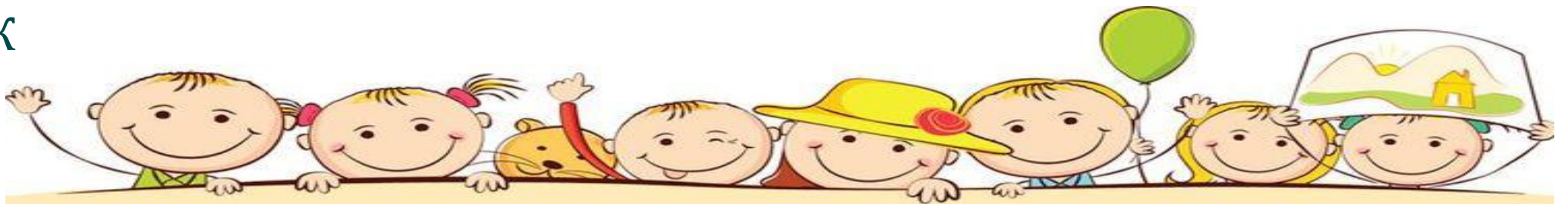
\*САМОСТОЯТЕЛЬНО ПОДБИРАТЬ СЕБЕ ОДЕЖДУ





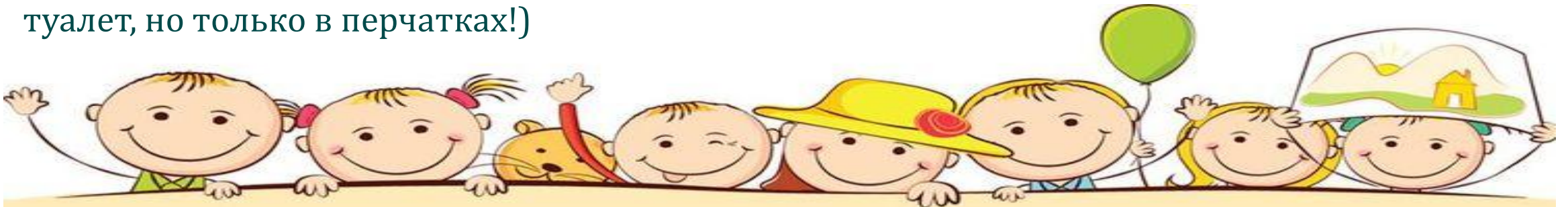
## 7-8-9 ЛЕТ:

- \*СОДЕРЖАТЬ СВОЮ КОМНАТУ/СВОЙ УГОЛОК В ПОРЯДКЕ И ЧИСТОТЕ
- \*СОВЕРШАТЬ МЕЛКИЕ ПОКУПКИ, НЕСТИ (не слишком тяжёлые ~1,5-2 кг) ПОКУПКИ ДОМОЙ
- \*ПОМОГАТЬ ГОТОВИТЬ (чистить, резать, смешивать, варить, раскатывать, начинять, украшать, заправлять и т. п.)
- \*САМОСТОЯТЕЛЬНО ВСТАВАТЬ ПО УТРАМ, ЛОЖИТСЯ СПАТЬ (учите использовать будильник!)
- \*УЧАСТВОВАТЬ В ОБСУЖДЕНИИ (этот пункт можно ввести и раньше — смотрите по готовности ребёнка к здоровым размышлениям):
  - МЕНЮ (на день/праздничного),
  - СОВМЕСТНОГО (семейного) ОТДЫХА (летом/в выходные/вечерами),
  - ПОКУПОК



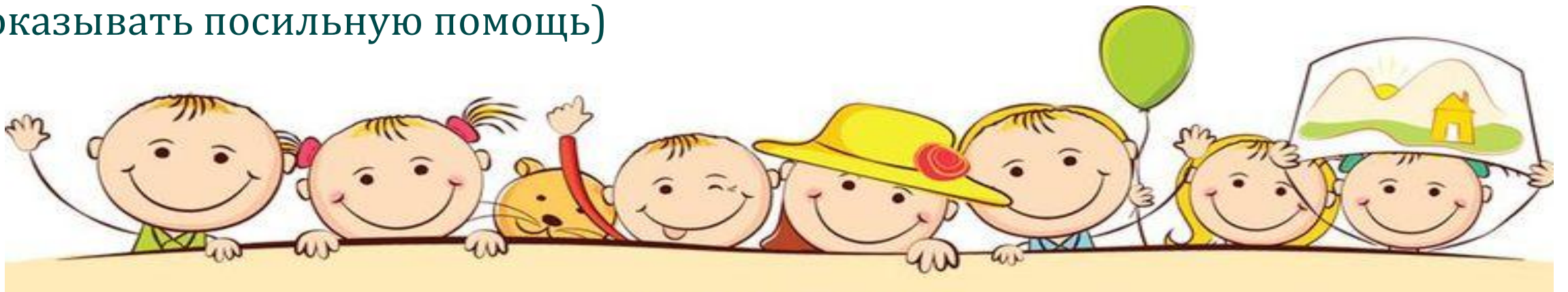
## 7-8-9 ЛЕТ:

- \*СОДЕРЖАТЬ В ПОРЯДКЕ СВОИ ШКАФЫ И ЯЩИКИ
- \*МЫТЬ ПОЛЫ, НАВОДИТЬ ПОРЯДОК В КВАРТИРЕ
- \*ПРИШИВАТЬ ПУГОВИЦЫ, УХАЖИВАТЬ ЗА ОДЕЖДОЙ И ОБУВЬЮ  
(почистить, погладить)
- \*ПОМОГАТЬ С ДЕЛАМИ ПО УХОДУ ЗА МЛАДШИМИ  
БРАТЬЯМИ/СЁСТРАМИ
- \*ПОМОГАТЬ С ОГОРОДНЫМИ/САДОВЫМИ РАБОТАМИ НА ДАЧЕ (полить,  
посадить, выкопать, срезать, подмести, помыть, подвязать,  
отнести/принести, откапать, собрать, выдергать лишнее и т.п.)
- \*ОКАЗЫВАТЬ ПОСИЛЬНУЮ ПОМОЩЬ С РЕМОНТОМ, СТРОИТЕЛЬСТВОМ  
(покрасить, намазать, прибить, отпилить и т. п.)
- \*ОСТАВЛЯТЬ В ЧИСТОТЕ ВАННУ, ТУАЛЕТ (можно уже и почистить  
туалет, но только в перчатках!)



## 9-10 ЛЕТ:

- \*МЕНЯТЬ ПОСТЕЛЬНОЕ БЕЛЬЁ (можно и раньше...)
- \*ПОКУПАТЬ ПРОДУКТЫ ПО СПИСКУ
- \*ГОТОВИТЬ РАНООБРАЗНУЮ ЕДУ
- \*УМЕТЬ ОБРАЩАТЬСЯ С РАЗНЫМИ БЫТОВЫМИ ПРИБОРАМИ (стиральной, посудомоечной машинами, микроволновкой, утюгом, блендером и т.п)
- \*САМОСТОЯТЕЛЬНО ПЕРЕХОДИТЬ УЛИЦУ
- \*САМОСТОЯТЕЛЬНО ХОДИТЬ В ГОСТИ
- \*ВНИМАТЕЛЬНО ОТНОСИТЬСЯ К ДРУГИМ (понимать нужды, оказывать посильную помощь)



## 9-10 ЛЕТ:

\*ПОМОГАТЬ С УХОДОМ ЗА СЕМЕЙНЫМ АВТОМОБИЛЕМ

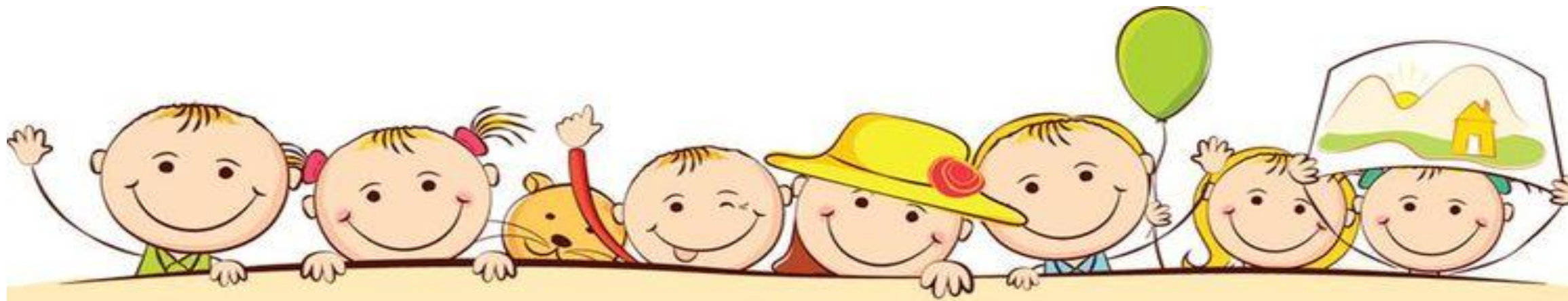
(помыть, почистить салон, возможно,  
поднести/подержать инструменты и т.п.)

\*УХАЖИВАТЬ ЗА СВОИМИ СРЕДСТВАМИ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

(велосипед, самокат, коньки/ролики, лыжи, скейт и т. п.  
- помыть/почистить, смазать, простой ремонт)

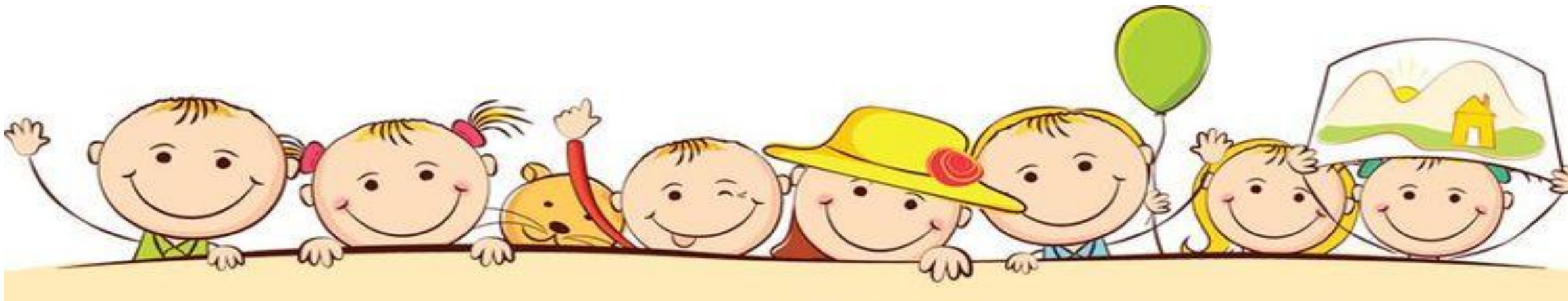
\*ПОМОГАТЬ СТАРШИМ ЧЛЕНАМ СЕМЬИ (выполнение

поручений, возможно, помощь в овладении гаджетами)



## 10-11 ЛЕТ:

- \*САМОСТОЯТЕЛЬНО ЕЗДИТЬ В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ
- \*ОТВЕТСТВЕННО РАСПОРЯЖАТЬСЯ КАРМАННЫМИ ДЕНЬГАМИ
- \*ОТВЕТСТВЕННО ОТНОСИТЬСЯ К ХОББИ
- \*ЧИСТИТЬ ПЛИТУ, ДУХОВКУ, МИКРОВОЛНОВКУ
- \*ПОМОГАТЬ УКЛАДЫВАТЬ МЛАДШИХ БРАТЬЕВ/СЕСТЁР
- \*РАСПРЕДЕЛЯТЬ ВРЕМЯ НА ВЫПОЛНЕНИЕ УРОКОВ, ХОББИ, ДОМАШНИХ ДЕЛ
- \*ПОЛНОСТЬЮ ОБСЛУЖИВАТЬ СЕБЯ



## ОТ 13 ЛЕТ И СТАРШЕ:

\*СТИРКА

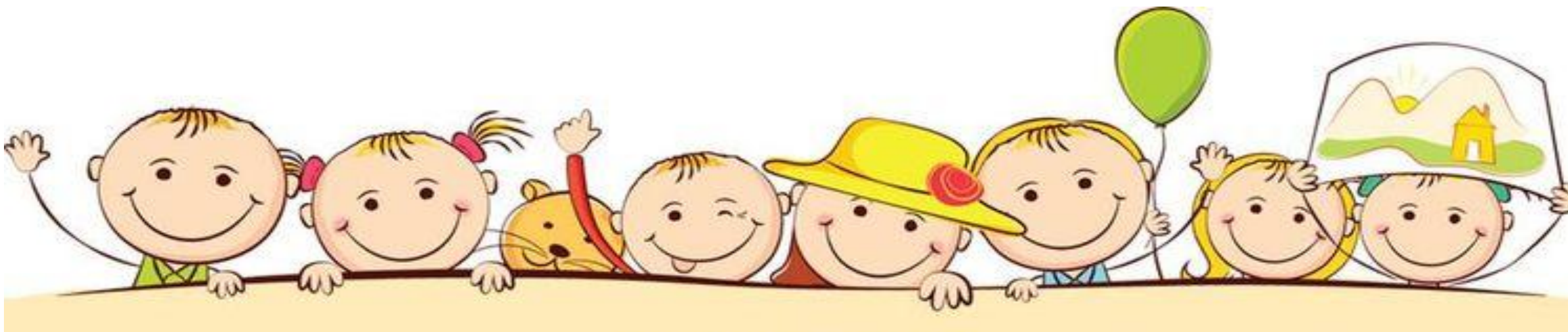
\*ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЛЮБОЙ ЕДЫ (например, обед для всей семьи)

\*УБОРКА КВАРТИРЫ (в том числе мытьё стёкол/зеркал)

\*РАЗНООБРАЗНЫЕ РАБОТЫ В САДУ, ОГОРОДЕ

\*ПОКУПКИ

\*С 14 ЛЕТ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ПОДРАБОТКИ (в каникулы или в свободное от учёбы время)



# ...КАК???

Но самое главное — это не список дел, а то, как, когда и каким образом стимулировать детей выполнять свои обязанности.

С самого раннего возраста старайтесь все дела по дому делать вместе с ребёнком.

Да, убирать квартиру или печь пироги с ним получается дольше, но зато вам не нужно развлекать его планшетом, а вдобавок, ребёнок получает общение с мамой/папой и полезные для жизни навыки.

Не стоит давать маленькому ребёнку постоянные поручения, лучше дать ему возможность попробовать себя в разных видах деятельности.

Совсем не нужно просить, чтобы ребёнок делал то же, что и вы. Он может заниматься своим маленьким, но несомненно важным и ценным делом.



В раннем возрасте, в 2–4 года, ребёнок полон инициативы! Вот почему так важно поддерживать его, хвалить за усилия, даже если результат не всегда хорош и хочется в сердцах воскликнуть: «Ой, лучше я бы сама!»

Добрые слова желающему помочь ребёнку имеют и отсроченный эффект. И когда вам реально потребуется помощь, он сумеет её оказать — и будет делать это по собственной инициативе, а не потому, что вы его заставили.





Если ребёнок не помогает по дому или делает это крайне неохотно, значит либо ему назначили задачу не по возрасту, либо он просто не приучен к домашним делам и не понимает необходимость данной деятельности. Рассмотрим способы, как приучить ребёнка к порядку и чистоте:

## 1. Личный пример

Если ребёнок окружён грязью и родители постоянно разбрасывают вещи, то заставить его соблюдать порядок практически нереально. Воспитание необходимо начинать с себя и не требовать от малыша больше, чем от взрослого человека.

## 2. Позволяйте делать ошибки и проявлять инициативу

Если с раннего детства человек постоянно слышит: «Не бери - уронишь! Не трогай совок – рассыплешь! Разольешь!» и пр., то желание проявить инициативу и чем-либо помочь по дому у него пропадает. Да и зачем это делать – ведь у него всё равно ничего хорошего не получится, думает малыш, и эта негативная установка сохраняется надолго.



### 3. Только положительные эмоции

Довольно часто ребёнок не помогает по дому, поскольку предлагаемая деятельность связана с негативными для него эмоциями или ощущениями. Он может не любить мыть посуду, поскольку ему в принципе неприятно держать руки в воде или моющее средство вызывает неприятные ощущения. Иногда достаточно просто поговорить с ребёнком, чтобы понять причину такого нежелания: тогда можно будет либо её устранить (сделать воду комфортной температуры, купить другое моющее средство и пр.), либо отменить данную обязанность и предложить вместо неё другую.

### 4. Объяснять причины уборки

Давая ребёнку задания, нужно объяснять причины, по которым делаются те или иные действия (в пыли много аллергенов, в грязи содержатся бактерии и можно серьезно заболеть и пр.). Понимая важность своих действий (его работа значима для всей семьи!), малыш будет относиться к ним более ответственно.



## 5. Поддерживать порядок, а не наводить его каждый раз заново

Ребёнку необходимо объяснить принцип, что у каждой вещи есть своё место: тогда она не запачкается, на неё не наступят и не сломают случайно и её можно быстро найти в нужный момент. Если ребёнок привыкнет класть всё на свои места, ему самому будет проще прибирать в своей комнате и поддерживать порядок в общих помещениях в квартире.

Домашние обязанности ребёнка могут стать как серьёзным поводом к конфликтам, так и настоящей игрой или приключением: всё зависит от того как они будут преподнесены.

До школы у детей доминирует игровая деятельность, а значит учиться прибирать, готовить и стирать лучше всего соревнуясь или совместно играя в дочки-матери. Школьникам же необходимо чёткое обоснование действий, а иногда даже пошаговая инструкция, ведь фразу «прибери в комнате» мама и дети могут понимать абсолютно по-разному. Поэтому, чтобы избежать разногласий, стоит сразу сообщить ребёнку, что под словом «уборка» кроется: вытаскивание из-под кровати и выбрасывание огрызков/фантиков и пр., мытьё пола, сдача грязного белья в стирку, протирание пыли...



## КРАТКИЕ ВЫВОДЫ, или как приучать к труду:

- \*ПОДДЕРЖИВАТЬ ДЕТСКУЮ ИНИЦИАТИВУ;
- \*ПОМОГАТЬ РЕБЁНКУ С ВОЗНИКАЮЩИМИ ТРУДНОСТЯМИ, ОБУЧАТЬ, КАК НУЖНО ПРАВИЛЬНО ВЫПОЛНЯТЬ ТО ИЛИ ИНОЕ ДЕЙСТВИЕ;
- \*НЕ ОПЛАЧИВАТЬ ВЫПОЛНЕНИЕ ДОМАШНИХ ОБЯЗАННОСТЕЙ;
- \*ВСЕГДА ГОВОРИТЬ «СПАСИБО» ЗА УСИЛИЯ;
- \*НЕ ТРЕБОВАТЬ, А ПРОСИТЬ ИЛИ ПРЕДЛАГАТЬ ВЫПОЛНИТЬ РАБОТУ;
- \*УЧИТЫВАТЬ ОСОБЕННОСТИ И ПРИСТРАСТИЯ РЕБЁНКА;
- \*НЕ НАКАЗЫВАТЬ ТРУДОМ ЗА ПРОСТУПКИ;
- \*ДЕМОНСТРИРОВАТЬ ПОЗИТИВНЫЙ ПРИМЕР!

