

## Рекомендации для родителей «Домашние обязанности»

Педагог-психолог  
ГБУ СО «ЦППМСП «Ресурс»  
ЦППМК состав 16  
Белозерова Д.Ю.

Для того чтобы воспитать самостоятельных детей, нужно с малых лет приучать их к ответственности и опрятности. Для этого родители дают задания, которые ребенок способен выполнить в своем возрасте. Это развивает дисциплинированность и отзывчивость.

Что такое домашние обязанности ребенка?

Обязанности детей по дому – это домашние дела, которые они должны выполнять. Мнение родителей в этом вопросе разделяются. Одни считают, что достаточно, чтобы дети убирали за собой, другие приобщают их к делам семьи. В любом случае домашние обязанности ребенка нужно планировать с учетом их возрастных возможностей.

Для чего необходимы обязанности детей по дому?

С помощью выполнения домашних обязанностей происходит становление личности. Ребенок привыкает к дисциплине и приобретает ряд полезных навыков. Выполняя каждый день несложные задания родителей, он начинает делать это автоматически в дальнейшем, без напоминаний, и у него развивается чистоплотность.

### **Зачем нужны домашние обязанности**

Выполнение домашних дел помогает ребёнку:

- развить ответственность и самостоятельность;
- приобрести полезные жизненные навыки;
- почувствовать свою значимость в семье;
- научиться планировать время и распределять задачи;
- освоить командную работу и взаимопомощь.

### **Домашние обязанности по возрастам**

**2–3 года** (воспринимают уборку как игру):

- собрать игрушки на место;
- сложить грязную одежду в корзину;
- вытереть пролитую жидкость;
- помочь положить продукты в холодильник;
- сполоснуть свою посуду;
- покормить домашнего питомца (насыпать корм).

**4–5 лет:**

- заправить кровать;
- протереть пыль на доступных поверхностях;

- полить цветы;
- помочь на кухне (лепить пирожки, вырезать печенье формочками);
- накрыть на стол (расставить тарелки, ложки);
- убрать посуду со стола в раковину;
- подмести пол;
- сортировать одежду (белое/цветное) перед стиркой.

#### **6–7 лет** (школьники, более самостоятельные):

- собирать рюкзак и одежду в школу;
- заправлять кровать каждое утро;
- мыть посуду (под присмотром);
- пылесосить свою комнату;
- поливать растения;
- выносить мусор;
- помогать развешивать бельё;
- готовить простые блюда (бутерброды, хлопья с молоком);
- выгуливать небольшую собаку;
- забирать почту из ящика.

#### **8–9 лет:**

- поддерживать порядок в своей комнате и одежде;
- нарезать овощи для салата;
- сварить яйцо или простую кашу;
- постирать мелкие вещи (носки, платки);
- помыть пол в одной комнате;
- сходить в магазин за продуктами по списку;
- ухаживать за домашними животными (почистить клетку, налить воду).

#### **10 лет и старше** (могут выполнять многие взрослые задачи):

- мыть всю посуду, включая кастрюли и сковородки;
- загружать и запускать стиральную машину;
- развешивать и складывать постиранное бельё;
- готовить полноценный обед (суп, гарнир, салат);
- убирать в ванной комнате;
- гладить несложную одежду;
- менять постельное бельё;
- планировать меню на день/неделю (с участием родителей);
- помогать с мелким ремонтом или уборкой на даче.

1. **Начните с малого:** Не стоит сразу нагружать ребенка большим количеством задач. Начните с простых поручений, таких как убрать со стола после обеда или сложить игрушки.

2. **Соответствие возрасту:** Убедитесь, что обязанности соответствуют возрасту и возможностям ребенка. Например, дошкольникам можно поручить вытирать пыль, а младшим школьникам – выносить мусор.

3. **Объясните важность:** Объясните ребенку, почему важно выполнять домашние обязанности. Это поможет ему понять, что его вклад важен для всей семьи.

4. **Установите график:** Создайте расписание, где будут указаны обязанности и время их выполнения. Это поможет ребенку организовать свое время и понимать, что от него ожидается.
5. **Поощряйте участие:** Вовлекайте ребенка в обсуждение того, какие задачи он хочет выполнять. Это повысит его мотивацию и ответственность.
6. **Поощряйте и хвалите:** Поощряйте ребенка за выполнение обязанностей и хвалите за старания. Это укрепит его желание помогать и будет стимулом для дальнейшего выполнения задач.
7. **Сделайте это игрой:** Придумайте игровые элементы, чтобы выполнение обязанностей было интересным. Например, соревнование на лучшего уборщика.
8. **Будьте примером:** Покажите ребенку на своем примере, что домашние обязанности – это часть повседневной жизни.
9. **Гибкость:** Будьте готовы корректировать обязанности в зависимости от изменения обстоятельств и потребностей семьи.
10. **Совместное время:** Используйте выполнение домашних обязанностей как возможность для общения и совместного времяпрепровождения с ребенком.

### **Важные нюансы**

- **Не наказывайте обязанностями.** Уборка не должна ассоциироваться с наказанием.
- **Учитывайте интересы.** Если ребёнок любит готовить, поручите ему помощь на кухне. Если активен — выгул собаки.
- **Избегайте перфекционизма.** Дошкольник не сделает уборку «как мама» — это нормально.
- **Гибкость.** В дни усталости или болезни требования можно смягчить.
- **Равноправие.** Распределяйте обязанности между всеми детьми в семье без привязки к полу.

### **Список литературы**

1. Елена Чудинова, Малыш и его дела. АСТ, 2021 год.
2. Климантовой Г. И. Методические рекомендации для родителей по трудовому воспитанию детей и подростков. под ред., М.: КВАНТ МЕДИА, 2017 год.
3. Пейдж К. Д., Как воспитывать ребёнка, давая ему помогать. АСТ, 2019 год.
4. Харитоновна О. 100 задач для самых маленьких. Оригинальные развивающие игры и упражнения. МИФ, 2021 год.