

Lista przykładowych obowiązków

Jak ze swojej rodziny zbudować zgraną drużynę? Nauczyć dzieci samodzielności i delegować zadania, tak by każdy czuł się ważny i potrzebny.

Jak nauczyć dzieci samodzielności? Trzeba mieć odwagę, by na nią pozwolić.

Od czego zacząć? Razem ze swoimi dziećmi stwórz listę ich domowych obowiązków. Poniżej znajdziesz propozycję zdań, których mogą podjąć się dzieci w odpowiednim wieku. Potraktuj te propozycje bardziej jako inspirację niż regułę.

Pamiętaj: dzieci mają różne tempo rozwoju różnych umiejętności.

2-3-latek

- chowanie piżamki pod poduszkę,
- wyrzucanie pieluchy do śmieci
- szczoteczki do kubeczka,
- sprzątanie zabawek,
- rzeczy osobistych na miejsce,
- odkładanie butów i kurteczki na swoje miejsce,
- ubieranie i rozbieranie się,
- pomoc przy nakrywaniu do stołu i sprzątaniu naczyń do zlewu/zmywarki,
- wycieranie rozlanych napojów,
- zmiatanie okruchów, piasku,
- pomoc przy rozkładaniu zakupów,



Po pierwsze
Rodzina!

Rodzina to Drużyna

KONFERENCJA LIVE

FUNDACJA
RÓŻA
WIATROW

4-6-latek

(wszystko, co wyżej i dodatkowo):

- pomoc w kuchni (rozkładanie przed posiłkami naczyń na stole, sprzątanie po posiłkach, załadowanie i rozpakowywanie zmywarki),
- segregowanie ubrań do prania na białe i kolorowe,
- zmiatanie/odkurzanie podłóg,
- uzupełnianie papieru toaletowego i ręczników w łazience,
- karmienie zwierząt,
- podlewanie kwiatków,
- mycie luster,
- mycie zlewu,
- pastowanie butów,
- ścielenie łóżka,
- szykowanie prostego śniadania (kanapka, płatki z mlekiem);



7-10-latek

(wszystko, co wyżej i dodatkowo):

- kupowanie pieczywa i robienie drobnych zakupów w sklepie,
- nastawianie zmywarki,
- pralki i suszarki do odzieży albo wywieszanie ubrań na sznurkach,
- prasowanie prostych ubrań (koszulki)
- składanie ubrania, ręczników,
- obieranie warzyw,

c.d.



Po pierwsze
Rodzina!

Rodzinato Drużyna

KONFERENCJA LIVE

FUNDACJA
RÓŻA
WIATROW

7-10-latek

(wszystko, co wyżej i dodatkowo):

- szykowanie kanapek do szkoły,
- drugiego śniadania i podwieczorku,
- pakowanie plecaka do szkoły,
- samodzielna nauka,
- wyprowadzanie psa,
- prace ogrodowe: grabienie, pielenie, zbiory owoców i warzyw;



11-13-latek

(wszystko, co wyżej i dodatkowo zadania, które wymagają większej precyzji):

- mycie prysznicą,
- mycie okien,
- sprzątanie samochodu,
- zmywanie i pastowanie podłóg (to ostatnie tylko raz na jakiś czas),
- prasowanie ubrań

14 lat i więcej

W tym wieku dzieci powinny umieć już wszystko to, co zostało wymienione powyżej, a jeśli mają młodszego rodzeństwo, do ich obowiązków można dodać opiekę i pomoc w nauce albo pomoc w zadaniach domowych siostr i braci.

Praca w parach jest łatwiejsza i uczy współpracy.



Po pierwsze
Rodzina!

Rodzinato Drużyna

KONFERENCJA LIVE

FUNDACJA
RÓŻA
WIATROW