**"Мамин помощник"**

Приучать ребенка к домашним обязанностям можно с ранних лет, главное – соизмерять возраст и возможности.  
Не наказывайте домашними делами, придумайте систему поощрений.

**2 – 3 года**  
Просите убирать игрушки, вытирать со стола, класть вещи в шкаф, подавать предметы – это развивает мелкую моторику. Трехлетке хочется быть полезным, но он еще не понимает, зачем пылесосить, мыть посуду. Объяснять рано, наводите порядок у него на виду, и ребенок сам станет помогать. Придумайте пять заданий (больше не запомнит) и приучайте выполнять ежедневно. Малышу сложно воспринимать инструкции на слух, повесьте на видное место режим дня в картинках.

**4 года**  
Объясняйте, что вы делаете и зачем. Формируется эмпатия, ребенок охотно будет насыпать корм питомцу и поливать цветы. Он справится, если попросить застелить одеяло, накрыть на стол, вытереть пыль. У малыша развито зрительное восприятие, ему не составит труда принести вещь из другой комнаты, если вы ее опишите. Детсадовец может выполнять поручения и за пределами дома: брать корзинку в супермаркете.

**5 лет**  
Дети учатся считать, знакомятся с пропорциями и могут помогать готовить еду. Дошкольник мыслит категориями. Теперь его достаточно попросить: «Убери столовые приборы», не конкретизируя («Унеси ложки и вилки»). Он способен накладывать еду, вытирать посуду, убирать за питомцем. Пятилетки старательны, это возраст достижений, им хочется, чтобы их хвалили.

**6 – 7 лет**  
Школьника приучайте готовить с вечера одежду и рюкзак. Чтобы ничего не забыл, сделайте расписание с изображением нужных предметов. Ребенок становится выносливее, наблюдательнее, лучше воспринимает пространство. Может ополаскивать посуду, сервировать стол, надевать наволочки, пылесосить. Ученику важно чувствовать свою значимость, он согласится присматривать за братом или сестрой.

**8 – 9 лет**  
Ребенок способен носить пакеты с продуктами и разбирать их, застирывать пятна на одежде, мыть обувь, готовить бутерброды. Можно доверить мытье полов два раза в неделю, придерживаясь точного графика. Говорите, как вы цените его усилия, тогда ребенок будет выбрасывать мусор не только тогда, когда просят.

**10 лет и старше**  
Сыну или дочери можно поручить любые обязанности: готовить обед, заваривать чай на всю семью, гулять с собакой, ходить в магазин. Возрастных ограничений нет, вопрос в том, сколько свободы вы готовы предоставить и какие дела доверить. В средней школе у ребенка должно быть право высказывать свое мнение, если вы обсуждаете, например, планы на семейный отдых. Приучайте его принимать решения и брать на себя ответственность.

**КОПИЛКА СОВЕТОВ**

• Если ребенок пытается помочь, не ругайте и не запрещайте. От этого желание что-то делать пропадает.  
• Хотите, чтобы малыш сложил игрушки в коробку? Скажите об этом сразу, как он закончит играть. Когда найдет другое занятие, уговорить будет сложнее.  
• Не вмешивайтесь, даже если ребенок выполняет задание очень медленно. Иначе малыш быстро поймет: надо потянуть время, и уборки удастся избежать.  
• Дети слышат просьбы не с первого раза. Сохраняйте спокойствие, криком делу не поможешь. Подойдите, установите зрительный контакт, ребенку до 6 лет положите руку на плечо и тогда говорите. Задач не должно быть много, пусть сначала выполнит одно поручение.  
• Сделайте домашние хлопоты частью распорядка дня: каждое утро заправлять кровать, вечером в определенное время собирать игрушки. Генеральную уборку проводите в один и тот же день. Тогда сын или дочь не будет говорить «не хочу» в ответ на просьбу помочь по хозяйству.

