

¿POR QUÉ LAS TAREAS DEL HOGAR DEBEN SER COMPARTIDAS?

Llevar en orden una casa no es tarea fácil, esto es sabido por todas las parejas y personas que conviven juntas. Todo resulta mucho más llevadero cuando la responsabilidad en los quehaceres de la casa es compartida. Organizar las tareas, medir los tiempos, dividir asuntos domésticos, delimitar responsabilidades y, por cierto, comunicarse bien, resultan condiciones vitales a la hora de mantener una convivencia estable. Involucrar a los hijos en estas tareas beneficiará en su desarrollo.

Las tareas del hogar pueden realizarse de una forma divertida si todos los miembros de la familia colaboran. Además es un buen motivo para pasar un buen rato juntos. Por eso, es muy importante que desde pequeños los niños aprendan la importancia de colaborar en las tareas de casa.

BENEFICIOS DE IMPLICAR A LOS NIÑOS EN LAS TAREAS DEL HOGAR

Desarrolla las habilidades motoras. Hacer la cama, ordenar los juguetes, vestirse o poner la mesa son ejercicios excelentes para estimular el equilibrio y la coordinación motora de los niños. También son un buen entrenamiento para fomentar la coordinación ojo-mano y el movimiento de agarre y sujeción de objetos.

Estimula la capacidad de colaboración. Cuando los niños se saben partícipes de las tareas del hogar sienten que forman parte de un equipo. Esta sensación de pertenecer a un grupo y de poder colaborar con el resto de los miembros de la familia desarrollará su capacidad para seguir instrucciones y su habilidad para trabajar en grupo.

Fomenta la seguridad en sí mismo. El hecho de que los padres le pidan a sus hijos que ayuden en las tareas domésticas representa mucho para ellos. Nuestros hijos lo percibirán como un gran gesto de confianza y se sentirán valorados por sus padres, lo cual estimulará la seguridad en sí mismos y su autoestima.

Potencia el sentido de organización. Se ha demostrado que los niños que participan desde pequeños en las tareas del hogar suelen ser más organizados en comparación con quienes no lo hacen hasta una edad avanzada. Un beneficio que no solo se expresa en el ámbito familiar sino que también repercute de forma positiva en su rendimiento escolar.



CURSO 2019/ 2020



LAS TAREAS
DE LA
CASA



¿CÓMO
INVOLUCRAR A
NUESTROS HIJOS
EN ESTAS?



ESCUELA DE FAMILIAS

EQUIPO DE ORIENTACIÓN Y APOYO

Facilita la instauración de hábitos. Los hábitos son muy importantes en la vida de los niños ya que no solo les permiten organizarse mejor sino que también les hacen sentir más seguros. Por eso, colaborar en el hogar es una forma de enseñarles a crear hábitos saludables. Algunos ejemplos de actividades y tareas del hogar son:

Comer solo.	Vestirse sin ayuda.	Hacer su cama.	Bañarse si ayuda.	Limpiar su habitación.	Sacar la basura.
Ordenar sus juguetes.	Doblar sus ropa.	Organizar su escritorio.	Ayudar en la cocina.	Ayudar con los hermanos pequeños.	Hacer pequeñas compras.
Regar las plantas.	Asearse solo.	Preparar la mochila del cole.	Retirar la mesa.	Sacar a pasear a la mascota.	Coser botones.
Llevar la ropa sucia al canasto.	Ayudar a poner la mesa.	Colocar su ropa en el armario.	Preparar platos sencillos.	Fregar el suelo.	Cocinar platos elaborados.
Recoger sus cubiertos.	Ocuparse de la mascota.	Preparar su merienda.	Llenar el lavaplatos.	Limpiar cuarto de baño.	Imágenes Educativas.com

Adaptar la tarea a sus capacidades y posibilidades.

El reparto de tareas tiene que estar adaptado a sus capacidades y posibilidades. No debemos pretender que desarrolle una actividad o tarea que le suponga un reto o dificultad imposible de realizar, ya que sino potenciaremos en él/ ella, la frustración. Para la tarea es importante que empecemos por cosas que domina y vayamos incrementando su dificultad.



Con el fin de facilitar la comprensión y asunción de las tareas, se puede organizar una tabla de reparto de tareas, tal como la que se muestra a continuación, en donde se refleje el encargado y la actividad a realizar.

CLAVES PARA INVOLUCRAR A NUESTROS HIJOS EN LAS TAREAS DEL HOGAR

Enséñales cómo se hace

Antes de pedirle a tu hijo que te ayude con alguna tarea en el hogar es importante que le expliques cómo se hace. De esta manera evitarás que el se sienta frustrado por no saber cómo hacer lo que le pides. Es importante usar la técnica del modelado o imitación.



Crea rutinas dinámicas. No ordenes a tus hijos realizar las mismas tareas domésticas día a día, ya que al final se aburrirán y acabarán tomándoselo como una obligación. Crea rutinas dinámicas, alternando las tareas para cada día. Incluso puedes hacer que se lo tomen como un juego, diseñando divertidos calendarios de tareas para que sepan qué tienen que hacer cada día.

NOMBRE Y APELLIDOS: _____ FECHA: _____

YO VIVO EN CASA Y TENGO QUE CUIDARLA. VOY A AYUDAR A LIMPIAR MI CASA.

ESCRIBO UNA CRUZ EN LAS TAREAS QUE HE HECHO EL FIN DE SEMANA:

TAREAS DEL HOGAR	HACER LA CAMA	BARRER	ORDENAR LA HABITACIÓN	LIMPIAR EL POLVO	AYUDAR A COCINAR	FREGAR LOS PLATOS	SECAR LOS CUBIERTOS	PONER Y QUITAR LA MESA	FREGAR EL SUELO	REGAR LAS PLANTAS
SABADO										
DOMINGO										

Autor pictogramas: Sergio Palao. Procedencia: APASAAC <http://catedu.es/areasac/>
Licencia: CC (BY-NC) Autora: Esther Poblador Plou

VISITA EL BLOG DEL COLEGIO, EN ÉL ENCONTRARAS NUMEROSAS SUGERENCIAS DE ACTIVIDADES PARA REALIZAR EN FAMILIA
<https://cpeciudaddetoledo.blogspot.com>

C.P.E.E. CIUDAD DE TOLEDO

C/Rio Fresnedoso 16-18 45007 Toledo

Telf. 925 23 22 52/ Fax: 925 23 44 85