

HIŠNA OPRAVILA ZA OTROKE,



primerna otrokovi starosti



MALČKI (2-3 leta)

pomagajo skupaj s starši

- Pospravi igrače na svoje mesto
- Knjige pospravi na svoje mesto (če doseže)
- Umazana oblačila daj v koš za perilo
- Drži zelenjavo pod vodo in jo pere ali meša solato v vodi ...
- Za obroke nese na mizo žlico, vilice plastično posodo, kruh ...
- Vleče kovter, deko ... na svoje mesto, ko postiljamo
- Z vodo šprica madeže na umazanem perilu, ko ga pripravljamo za pranje
- Vleče perilo iz pralnega stroja in ga baše v sušilnega
- Briše prah (vrata, tla, nizke police)
- Nese svoja oblačila na svoje mesto
- Prinese plenice
- Da iz pomivalnega stroja zanj varne kose posode in pribor.

Sicer naredijo običajno staršem še dodatno delo, a zametki nastajajo ...



dr. Nada Trtnik, zakonska in družinska terapevtka, www.odnos.org

PREDŠOLSKI OTROCI (4-5

let) *pomagajo skupaj s starši*

Predhodno opravila primerna za malčke in še:

- Nasuje hrano hišnim živalim
- Išče pare nogavic
- Splakuje posodo, pomiva
- Po obroku nese iz mize posodo, ki jo lahko
- Puli plevel, če imate vrt
- Zaliva sobne rastline
- Briše okna (z vodo in suho krpo)
- Nese kakšno manjšo vrečo smeti ven v kanto
- Sesanje (vleče sesalec, ali se tudi vozi na njem 😊)
- Zlaga perilo
- Lupi trdo kuhano jajce
- Meša živila, ko mi pripravljamo obroke
- Vleče metlo

Vir: splet, pripravila: dr. Nada Trtnik





HIŠNA OPRAVILA ZA OTROKE



PRVA TRIADA OSNOVNE ŠOLE (6-9 let)

Otroci naj pomagajo nekaj skupaj s starši, nekaj sami – starši presodite, kaj je varno da otrok naredi sam, kje pa rabi vaš nadzor in vašo pomoč.

- **POSPRAVI** igrače, knjige, oblačila (svoje stvari) na svoje mesto.
- **MEŠA** živila, jih zbira, tehta, ko mi pripravljamo obroke.
- **PERE** in **OLUPI** zelenjavo, sadnje.
- **PRIPRAVI** enostavne obroke (kosmiči z mlekom ...)
- Pripravi **mizo** za obrok (pobriše mizo, da na mizo pribor ...).
- **ZLOŽI** posodo v pomivalni stroj in iz stroja.
- **POMIVA, BRIŠE, ZLAGA** posodo in pribor.
- Umazana oblačila **ODNESE** v koš za perilo.
- **POSTILJA** svojo posteljo.
- Pred pranjem **ŠPRICA** s čistilom madeže na umazanem perilu.
- **SORTIRA** perilo za pranje po barvi.
- **DA** perilo v pralni stroj, in iz stroja.
- **DA** oprano perilo v sušilnega.
- Pomaga **OBEŠATI** perilo.
- **BRIŠE** vrata, tla, okna, ogledala, pohištvo, ročaje, wc, umivalnik ...
- **SESA** po tleh, kavču ...
- **ZLAGA** perilo, obeša perilo, išče pare nogavic.
- **POMETA** in **POMIVA** tla.
- **ZAMENJA** rolce wc papirja.
- Pri nakupovanju **IŠČE** izdelke iz seznama in jih da v voziček.
- **ZLAGA** nakupljene stvari v omarice (kar doseže ali je varno s podstavkom).
- **PRINESE** pošto iz nabiralnika.
- **SKRBI** za hišne ljubljence: daje hrano, sprehaja psa, čisti wc mački, tla papagaju (če imate živali/ce).
- **ODNESE** smeti ven, v kanto.
- Pomaga pri **SKRBI** za mlajše otroke (a ne preveč, še vedno ste vi starši in dožni skrbeti za vse otroke).

OTROCI še vedno naredijo staršem dodatno delo – starši morate otroke priganjati, ... naredi to ... naredi ono, ker se pogosto zgubijo v igri.

Vir: splet. Pripravila: dr. Nada Trtnik



dr. Nada Trtnik, zakonska in družinska terapevtka, www.odnos.org



HIŠNA OPRAVILA ZA OTROKE



Stare od 10 do 14 let in več

Otroci naj **VEČINO** določenih del, za katere se dogovorite da je, npr. en teden, zadolžen, naredi sam. Vi ste mu za mentorja, če to rabi in če želite, za družbo.

Pazite, da bo za otroka varno.

Otrok naj zna opravljati opravila iz plakata:
HIŠNA OPRAVILA ZA OTROKE stare 6 – 9 let.

9 – 11 let

- **DOPOLNJUJE** seznam, kaj moram kupiti za dom.
- **ČISTI** kuhinjo in kopalnico (umivalnik, pult, tuš, wc ...).
- **LIKA** enostavne kose (npr. servete, mogoče še pod nadzorom).
- **KUHA** srednje zahtevnih jedi (pečenje jajc ...).
- Lepo **ZLAGA** oblačila v omaro.
- **KIDA** sneg (že tudi prej).
- **PERE** perilo na roke.
- **POSPREMI** in poskrbi za mlajše (a ne premajhne) sorojence na poti v šolo oz. iz šole.
- **POMAGA** pri domači nalogi mlajšim bratcem in sestricam ...*

12– 14 let *in naprej*

- **GRE** sam v trgovino, na pošto.

- **PRIPRAI** cele obroke.
- **NAČRTUJE** obroke.
- **KOSI** travo na vrtu (še pod nadzorom).
- **ZAMENJA** žarnico.
- **NAREDI** enostavna popravila doma (privije vijak v razmajeno kljuko in pritdi letvico ...).
- **LIKA** perilo.
- **ŠIVA** enostavne stvari (prišije gumb, našitek, zakrpa luknjo ...).
- **SPEČE** piškote, pecivo.
- **POČISTI** avto.
- **UČI** in nadzoruje mlajše otroke pri opravljanju hišnih opravil.*
- **BARVA** stene.
- **POMAGA** pri generalnem čiščenju doma.

* Morate se zavedati, da ste vi starši in ne morete odgovornosti za starševstvo naprtiti otrokom. Nekaj pa jih lahko vključite.

Vir: splet. Pripravila: dr. Nada Trtnik



dr. Nada Trtnik, zakonska in družinska terapevtka, www.odnos.org

LETOM
PRIMERNA*

hišna opravila za otroke



Malčki (2–3 leta)

- Pobiranje in pospravljanje igrač
- Pospravljanje čiste posode iz pomivalnega stroja (*pribora, plastičnih lončkov in posodic za shranjevanje*)
- Brisanje prahu s pernatim omelom za prah/krpo iz mikrovlakn
- Brisanje tal z metlo za pomivanje tal
- Odlaganje umazanih oblačil v koš za perilo
- Pobiranje umazanih oblačil
- Pomoč pri prelaganju sveže opranega perila iz pralnega v sušilni stroj
- Pospravljanje oblačil
- Postiljanje postelje
- Brisanje pohištva
- Brisanje zaključnih letev (*z milnico*)

Predšolski otroci (4–5 let)

- **Vsa prej naštetá opravila, primerna za mlajše**
- Nalaganje posode v pomivalni stroj
- Sesanje kavča/foteljev/blazin
- Odnašanje odpadkov, primernih za ločevanje, na ekološki otok
- Priprava mize za obrok
- Pospravljanje mize po obroku
- Pomivanje posode (*pod nadzorom*)
- Čiščenje oken
- Čiščenje umivalnikov
- Iskanje parov nogavic
- Zlaganje kuhinjskih krp
- Odstranjevanje plevela
- Zalivanje sobnih rastlin
- Hranjenje hišnih ljubljencev

Prva triada osnovne šole (6–8 let)

- **Vsa prej naštetá opravila, primerna za mlajše**
- Priprava obroka (*pranje zelenjave in sadja, zbiranje sestavin, osnovno rezanje*)
- Brisanje umivalnika, pulta, stranišča
- Obešanje perila
- Pometanje
- Sesanje
- Odnašanje smeti
- Prinašanje pošte iz nabiralnika
- Obešanje/zlaganje perila
- Čiščenje mikrovalovne pečice
- Grabljenje listja

Druga triada osnovne šole (9–11 let)

- **Vsa prej naštetá opravila, primerna za mlajše**
- Priprava preprostih obrokov
- Odnašanje smeti in odpadkov za ločevanje v obcestni smetnjak
- Ročno pranje in obešanje perila
- Čiščenje stranišča
- Pomivanje tal

Tretja triada osnovne šole (12–14 let)

- **Vsa prej naštetá opravila, primerna za mlajše**
- Čiščenje kopalne kadi/prhe
- Priprava polnega obroka/načrtovanje obrokov
- Praznjenje hladilnika/zamrzovalnika
- Košnja trave na vrtu
- Nadzor mlajših otrok pri opravljanju hišnih opravil

*Pri dodeljevanju hišnih opravil velja upoštevati tudi otrokove konkretne zmožnosti in stopnjo zrelosti. To je seznam predlogov hišnih opravil, ki jih večina otrok v posameznem starostnem obdobju že zmore uspešno opraviti. Sami izberite tista hišna opravila, za katera menite, da so primerna za vašega otroka.

©2013 TheHappyHousewife.com. Vse pravice pridržane.

