

Os benefícios de envolver as crianças nas tarefas domésticas

The benefits of involving children in household chores

Você sabia que incluir as crianças nas tarefas domésticas traz a elas benefícios enormes? E quanto mais cedo elas começarem a se envolver nas atividades do lar, melhor, pois é algo que vai se tornando um hábito que fará toda a diferença para elas na vida adulta.

Muitos pais acabam preservando seus filhos menores de ajudarem nos afazeres da casa porque acreditam que eles não farão direito. Talvez seja necessário mesmo refazer o trabalho, mas a ideia é outra. Dentre os benefícios que o envolvimento da criança nas tarefas domésticas traz estão o desenvolvimento da independência, da responsabilidade, da autoestima, da coordenação motora, além de fazer com que os pequenos deem valor ao trabalho alheio.

Visto isso, é claro que você não vai pedir a uma criança de 3 anos que limpe os banheiros da casa. Listamos sugestões de atividades que podem ser atribuídas conforme a faixa etária. Veja só:

Did you know that including children in household chores is very beneficial to them? And the sooner they start getting involved, the better, because it gradually becomes a habit that will make all the difference for them in adulthood.

Many parents don't allow younger children to help with household chores because they believe they will not do them properly. It might be necessary to redo the work, but that's not the point. Among the benefits of involving children in domestic tasks is the development of independence, responsibility, self-esteem and motor coordination, besides learning to appreciate work done by others.

That said, obviously you will not ask a three-year-old to clean the bathroom. We have listed some suggestions of chores to be assigned by age group. Check them out:



De 2 a 3 anos

- Guardar os brinquedos
- Tirar seu prato da mesa
- Guardar os sapatos
- Colocar a roupa suja no cesto
- Limpar pequenas superfícies
- Pegar frutas e legumes na fruteira
- Por guardanapos na mesa
- Tirar sua própria roupa

Age 2 to 3

- Storing toys
- Clearing their plate from the table
- Putting shoes away
- Placing laundry in the basket
- Wiping small surfaces
- Getting fruit and vegetables from the fruit bowl
- Laying napkins on the table
- Taking off their own clothes



De 4 a 5 anos

- Arrumar a cama
- Colocar roupa na máquina
- Guardar roupas
- Guardar parte da louça
- Ajudar a por a mesa
- Tirar pó
- Regar plantas
- Separar o lixo

Age 4 to 5

- Making their bed
- Putting clothes in the washing machine
- Putting clothes away
- Putting dishes away
- Helping set the table
- Dusting
- Watering plants
- Separating trash



De 6 a 8 anos

- Lavar a louça
- Por e tirar a mesa
- Tirar o lixo da casa
- Varrer
- Passar o aspirador
- Lavar o quintal
- Guardar as compras
- Pendurar roupas no varal de chão

Age 6 to 8

- Washing the dishes
- Setting and clearing the table
- Taking the garbage out
- Sweeping
- Vacuuming
- Washing the yard
- Storing groceries
- Hanging clothes out to dry



De 9 a 11 anos

- Preparar lanches rápidos
- Limpar móveis
- Limpar espelhos
- Trocar roupa de cama
- Cuidar dos animais de estimação
- Ajudar no preparo do jantar
- Guardar louça
- Fazer lista de mercado

Age 9 to 11

- Preparing quick snacks
- Cleaning furniture
- Cleaning mirrors
- Changing bed clothes
- Caring for pets
- Helping prepare meals
- Putting dishes away
- Making grocery lists



De 12 a 14 anos

- Limpar banheiro
- Por roupa para lavar
- Passar pano no chão
- Cuidar das plantas
- Cuidar dos irmãos mais novos
- Preparar pequenas refeições
- Fazer compras rápidas
- Separar contas a pagar

Age 12 to 14

- Cleaning the bathroom
- Washing clothes
- Mopping the floor
- Caring for plants
- Looking after younger siblings
- Preparing small meals
- Doing quick shopping trips
- Sorting out bills

