

Enséñele a su hijo a ayudar en la casa



1. **Es importante que su hijo aprenda a ayudar en el hogar.**
2. **A medida que su hijo crezca y aprenda nuevas tareas, piense en maneras en que pueda usar esas nuevas destrezas para ayudar en el hogar:**
 - Cocinar es una excelente manera de practicar las matemáticas.
 - Doblar la ropa puede ser una excelente experiencia para trabajar en un almacén de ropa.
 - Buscar cupones en el periódico es una buena manera de practicar la lectura.
 - Quitar hierbas del jardín es una buena manera de aprender sobre biología y botánica.
 - Aspirar las alfombras le ayuda a formar músculos y con la coordinación manual-visual.
 - Cocinar es una excelente manera de enseñarle la importancia de comer sanamente.
3. **Use su imaginación en las maneras en las que su hijo puede ayudar.** Si bien cada familia es diferente, diviértanse aprendiendo qué funciona en su casa.
4. **Exigir que su hijo ayude en el hogar le enseñará a ser responsable y le ayudará a sentir que ayuda a la familia.**
5. **Tener responsabilidades en el hogar le enseñará a ser responsable en el trabajo más adelante y a ser más independiente como adulto.**

Al reverso de esta hoja hay una lista de actividades que puede considerar hacer con su hijo.

Quehaceres domésticos:

Limpieza y lavandería

A medida que los niños crecen, aprenden nuevas tareas que les ayudan a lograr la independencia como adultos. Es posible que su hijo ya sepa hacer algunas o todas estas cosas, pero esto le dará ideas para ayudar a su hijo a adquirir destrezas de independencia.



- Conserva su habitación ordenada.
- Guarda sus juguetes y sus cosas.
- Pone la mesa antes de las comidas.
- Lleva los platos al fregadero.
- Lava los platos.
- Seca los platos.
- Saca la basura.
- Tiende la cama.
- Sabe cuándo se deben cambiar las sábanas.
- Cambia las sábanas.
- Mete/saca los platos del lavaplatos.
- Identifica los productos de limpieza.
- Elige los productos de limpieza adecuados.
- Sacude.
- Aspira o barre.
- Trapea.
- Limpia el lavamanos, el excusado, la tina/regadera.
- Identifica la ropa limpia/sucia.
- Pone la ropa sucia en el cesto.
- Separa la ropa blanca de la de color.
- Llena la lavadora/secadora.
- Aprende a usar detergente y suavizante.
- Elige opciones en la lavadora/secadora, primero con ayuda y luego sin ayuda.
- Dobra la ropa.
- Guarda la ropa, primero con ayuda y después sin ayuda.

Estamos aquí para ayudar. Para aprender más sobre los programas y servicios que brinda UIC-Cuidado Especializado Para Niños, visita nuestra página de internet:

dsc.uic.edu o “me gusta” en  facebook.com/dsc.uic.edu