

やってみよう！自宅で作れるお手伝い☆



お手伝いは、子どもの健やかな成長を促すそうです。子どもに合ったお手伝いを選び、保護者の方がほんの少しお手伝いに対する意識を変えるだけで、子どもの心身は発達していきます。できるだけ楽しく出来て、そして生活習慣として身に付いたら嬉しいものですね。ここでは、子どもたちにおすすめのお手伝いを年齢別にご紹介します。ぜひ自宅で試してみてください☆

「子どもにお手伝いをしてもらったほうがいいけど正直面倒臭い・・・」という意見が多いのも事実です。自分でやったほうが早い、忙しい時に失敗されるとイライラしてしまうなど、お手伝いをさせたくないという保護者の方にもさまざまな事情がありますよね。ある程度、時間と気持ちに余裕がなければ子どもにお手伝いをしてもらう機会を作るのは難しいかもしれません。しかし、子どもがお手伝いから得られるメリットは沢山あります。保護者の方には負担がかかりますが、それ以上に子どもにメリットも多くあるので、ぜひこの機会に少しの時間だけでも機会を作って頂けたらと思います。

お手伝いによって得られる5つの効果

- ①**自信がつく**・・・お手伝いがうまくできたという達成感によって自信がつきます。それだけではなく、親から褒められることで認められたと感じ、自己肯定感が育ちます。
- ②**責任感**・・・最後まで成し遂げることが出来る責任感が強い人は信頼を生みます。将来的に見ても責任感を養うことは大切なことです。
- ③**家族間でコミュニケーションが取れる**・・・子どもと一緒に過ごす時間が少なくても、子どもと関わる時間を積極的に作ると信頼関係が深まります。お手伝いを通して子どもの心も満たされ、成長するにつれて複雑になる子どもの心境の変化にも気付くことが出来ます。
- ④**手指の発達**・・・お手伝いで細かな作業をすると、手指の発達に繋がります。手先が器用になり反射神経が身につくだけでなく、脳が活性化する効果が期待されています。
- ⑤**工夫することを覚える**・・・お手伝いは失敗の積み重ね。何度もチャレンジしていくうちに、次はどうすればうまくいくのかを考えるようになります。

子どもにお手伝いをしてもらう時の3つの注意点



①**失敗しても怒らない**

②**強制しない**

③**じっくり待つ**



初めは遊びの一環だったお手伝いも、成長するにつれて家事は生活していく上で必要なことだということを理解していきます。

保護者の方の姿を見ていくうちに、自主的にお手伝いをしてくれるようになっていきます。

以下にお手伝い表を作成しましたので、コピーや写すなどして、スタンプやシールを貼ってお使い下さい。空白の項目には是非お手伝いを決めてみてください♪

おうち時間が有意義なものになればと思います☆

登壇したら是非見せて頂けたら幸いです(∇)/

4歳児版

きりん♡

	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
食器洗い												
玄関の靴を揃える												
卵を割るなど、少し料理にチャレンジ												
												ごほうび しーる

5歳児版

どう♡

	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
お風呂掃除												
ごはんをよそう												
包丁にチャレンジ												
												ごほうび しーる

また、げんきなみなさんにあえることを
たのしみにまっていますね(o^ー^o)☆

