

Suggestions de tâches pour favoriser le développement de l'autonomie

J'ai...	Je peux...
2 ans 	Aider à ramasser mes jouets. Aider à jeter mes couches. Choisir la couleur du verre dans lequel je vais boire. Etc.
3 à 4 ans 	Me laver les mains sans aide. Mettre mon linge sale dans le panier. Aider à plier les serviettes. Etc.
5 à 6 ans 	Aider à faire mon lit. Aider à faire la cuisine. Aider à ranger l'épicerie. Aider à nourrir le chat. Brosser mes dents. Etc. 
7 à 8 ans 	Choisir mes vêtements. Aider à ranger la vaisselle. Aider à mettre la table. Me laver seul. Etc.
9 ans et + 	Aider à vider les poubelles. Me réveiller seul au son du cadran. Aider à passer le balai. Faire mes devoirs seul. Etc.

Ces suggestions peuvent être adaptées à la réalité de votre enfant.