**Рекомендации родителям**

**«Развивая мелкую моторику,**

**развиваем навыки самообслуживания у детей»**

 **Самообслуживание** играет определенную роль в **развитии дошкольников**, оно включает в себя освоение следующих **навыков**:

- Прием пищи *(есть ложкой, пить из чашки);*

- раздевание и одевание (снимать и одевать обувь, колготки, шорты, брюки или юбку, шапку, варежки, застегивать и расстегивать пуговицы или молнию);

- гигиена тела (мытье рук и лица, вытирать их полотенцем, пользоваться носовым платком и салфеткой);

- опрятности.

Эти **навыки** формируются под воздействием воспитания при определенном уровне **развития** у ребенка некоторых психо-физических возможностей. К ним относятся:

- Общая **моторика**(умение садиться, вставать, ходить, спускаться и подниматься по ступенькам);

- **мелкая моторика**(брать **мелкие предметы**, держать, переворачивать предметы, играть в пальчиковые игры);

-зрительно-слуховое внимание (умение смотреть, слушать, приходить, когда зовут, отвечать на вопросы);

-мышление (умение узнавать и называть предмет, выполнять простые указания, инструкции и поручения, умение имитировать и подражать действиям).

Мы хотим остановиться сегодня на **развитии у детей мелкой моторики**, так как у многих **детей** наблюдается общее отставание в **мелкой ручной моторике**, неловкость, нарушение координации движений, вследствие чего дети с трудом овладевают **навыками самообслуживания**.

Важно заниматься **развитием** руки не время от времени, а систематически, каждый день. И сделать это очень просто:

* Разминать пальцами тесто, глину, пластилин, лепить что-нибудь.
* Нанизывать бусинки, пуговки, макароны на нитки.
* Завязывать узлы на толстой и тонкой вер вках, шнурках.
* Заводить будильник, игрушки ключиком.
* Штриховать, рисовать, раскрашивать карандашом, **мелками**, красками.
* Хлопать в ладоши тихо, громко, в разном темпе.
* Катать по очереди каждым пальцем **бусинки**, камешки, шарики.
* Делать пальчиковую гимнастику.

Можно использовать для этого обычные занятия ребенка. Посмотрите, как ребенок моет и вытирает руки. Приучите его тщательно мыть каждый пальчик, а потом также тщательно вытирать его полотенцем, хорошо массируя каждую фалангу. Если у вас есть дача и приусадебный участок, воспользуйтесь этим и привлеките ребенка к сбору ягод. Все это заставляет пальчики ловко действовать и очень пригодится в дальнейшем. Важно приучать ребенка стремиться все делать аккуратно. Если у него не получается хорошо, не следует ругать его, торопить. Наоборот, его следует постоянно поощрять и вселять у него уверенность, что у него все получится. Надо только постараться. Руки - инструмент тонкий, и «настраиваются» они в течение долгого времени. Очень полезны мозаики, аппликации, рисование карандашами, **мелками**, красками, а то и просто пальчиками, а также вырезание из бумаги. В общем-то, практически все действия, требующие работы руки и пальцев, способствуют формированию тонкой **моторики руки**.

Детям для **развития мелкой моторики** необходимо предлагать:

1. Упражнения с массажным шариком, грецкими орехами, карандашами, ручками, фломастерами.

2. «Танцуйте» пальцами и хлопайте в ладоши тихо и громко, в разном темпе.

3. Используйте с детьми различные виды мозаики, **конструкторы**(железные, деревянные, пластмассовые, игры с **мелкими деталями**, счетными палочками.

4. Организуйте игры с пластилином, тестом.

5. Попробуйте технику рисования пальцами. Можно добавить в краски соль или песок для эффекта массажа.

6. Используйте цветные клубочки ниток для перематывания, веревочки различной толщины и длины для завязывания и **развязывания**.

7. Включите в игры разнообразный природный материал (палочки, веточки, шишки, скорлупки, початки и т. д.).

8. Занимайтесь с детьми нанизыванием бусин, бисера, учите расстегивать и застегивать пуговицы, кнопки, крючки, молнии.

9. Запускайте пальцами **мелкие волчки**.

10. Складывайте матрешку, играйте с различными вкладышами.

Не оставляйте ребенка одного с мелкими предметами! Вызывайте положительные эмоции у ребенка! Употребляйте слова и фразы, несущие оптимистическую окрашенность, например: «Как интересно!», «Вот, здорово!», «Давай помогу!», «Красота!».

Уважаемые родители! Наступит время, когда ваш любимый ребенок будет ловко и быстро работать всеми десятью пальцами, движения рук будут точными и аккуратными. Но прежде необходимо набраться терпения и понимания. Скорость формирования **навыков самообслуживания** зависит от индивидуальных особенностей ребенка, типа нервной системы, от скорости запоминания и от уровня **развития мелкой моторики рук**.