**Советы родителям**

**«ОТ СКУКИ НА ВСЕ РУКИ»**

Очень часто родители заботятся о том, чтобы накупить как можно больше игрушек, и притом сложных, дорогих, всячески разукрашенных. Они думают тем доставить больше удовольствия детям и способствовать их развитию. Но в этом они ошибаются. Дети ценят игрушки не с той точки зрения, с которой ценят их взрослые. Детям в игрушках дороги побуждения, толчки к собственному творчеству и гибкий материал для выражения их замыслов.

 П.Ф.Каптеров.

 Часто приходится слышать жалобы родителей: «Ну что мне с ним (с ней) делать? В детском саду ведет себя хорошо, слушается. Домой приходит - на голове ходит, всем грубит, игрушки разбрасывает….». День ребенка в детском саду заполнен интересными событиями. А дома? Все заняты. В наше стремительное время, среди перегруженности повседневными делами, очень важно выкроить время для общения с детьми. Малыш с интересом прислушивается и присматривается к взрослым, к окружающему его миру, делает открытия для себя. И важно в этот момент стать настоящим другом ребенку, научить использовать свободное время, чтобы он почувствовал необходимость своего труда, занятий, игр.

 Для игры нужны игрушки. Совсем не обязательно дорогостоящие, магазинные. Игрушки можно сделать своими руками.

На что нужно обращать внимание на занятиях с детьми дома?

В-первых, на самостоятельность – сам придумал, вырезал, склеил, построил. В то же время не следует отказывать малышу в помощи, когда он встречается с какими-то трудностями.

Во-вторых, чтобы он бережно хранил свои поделки.

Важно не упускать случая, чтобы подтолкнуть фантазию, воображение ребенка. Приучайте детей собирать для поделок цветные обложки от тетрадей, конфет, шоколада, мыла…

 Мало увлечь детей, вызвать интерес. Не менее важно научить ребенка дисциплине труда – доводить начатое дело до конца, даже если интерес уже потерян. Девизом должна стать пословица: «Взялся за гуж – не говори, что дюж».

Детская поделка, конечно, не так совершенна, как сделанная взрослым, но зато она дает ребенку возможность приобщиться к творчеству, пережить радость созидания. А также поможет воспитывать элементарные трудовые навыки, любовь и уважение к труду.

«Истоки способностей и дарования детей – на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки, которые питают источник творческой мысли». В.А.Сухомлинский

Поэтому желательно ежедневно делать какие-либо упражнения:

1. Сжать руку в кулак.
2. Соединить большой и указательный пальцы.
3. Вытянуть и раздвинуть указательный и средний пальцы.
4. Сжать кулак и вытянуть мизинец, или указательный палец и мизинец.
5. Положить раздвинутые средний и указательный пальцы правой руки на те же раздвинутые пальцы левой руки (и наоборот).
6. Скрестить средний и указательный пальцы обеих рук.
7. Скрестить все пальцы, кроме больших, тыльными сторонами кистей внутрь.
8. То же самое – ладонями внутрь.
9. Поставить кулак одной руки на кулак другой так, чтобы фаланги мизинца и указательного пальца соприкасались, а затем повернуть верхний кулак так, чтобы соприкасались фаланги обоих указательных пальцев.
10. Постукивать по столу пальцами рук.
11. Складывать по образцу из цветных счетных палочек различные фигурки.
12. Нанизывать крупные пуговицы, бусины, шарики на нитку.
13. Наматывать тонкую цветную проволоку на катушку, на собственный палец.
14. Завязывать узлы на толстой веревке, шнуре.
15. Шнуровать ботинки, застегивать пуговицы, крючки, молнии, замочки, закручивать крышки, заводить механические игрушки ключиком.
16. Работа с бумагой, тканью, пластилином, мозаикой.

**Гимнастика для рук**

1. Сложить руки ладонями вместе и вытянуть их перед собой; развести кисти рук в стороны, не размыкая запястий.
2. Сложить руки ладонями и предплечьями вместе перед собой; развести предплечья в стороны, не размыкая ладоней.
3. Руки согнуть, кисти к плечам, сделать несколько круговых движений назад, затем вперед и снова назад.
4. Руки в стороны, сгибать и разгибать руки в локтевых суставах, кисти сжаты в кулаки, повторить упражнение из положения руки вверх.
5. Руки вытянуть перед собой, кисти расслаблены, сделать круговые движения кистями.
6. Руки вытянуты вперед, напряжены, поочередно сжимать и разжимать пальцы правой и левой руки в кулак.
7. Руки вытянуты вперед, пальцы сцеплены, сделать пружинящие движения кистями рук вперед.
8. Сжать кисти рук и вращать кистью в разные стороны.
9. Поставьте руки на локти, выпрямите кисти рук, плотно прижмите пальцы друг к другу и медленно опускайте их к ладони.
10. Руки положите на стол перед собой, поочередно сгибайте большие, указательные, средние, безымянные, мизинцы