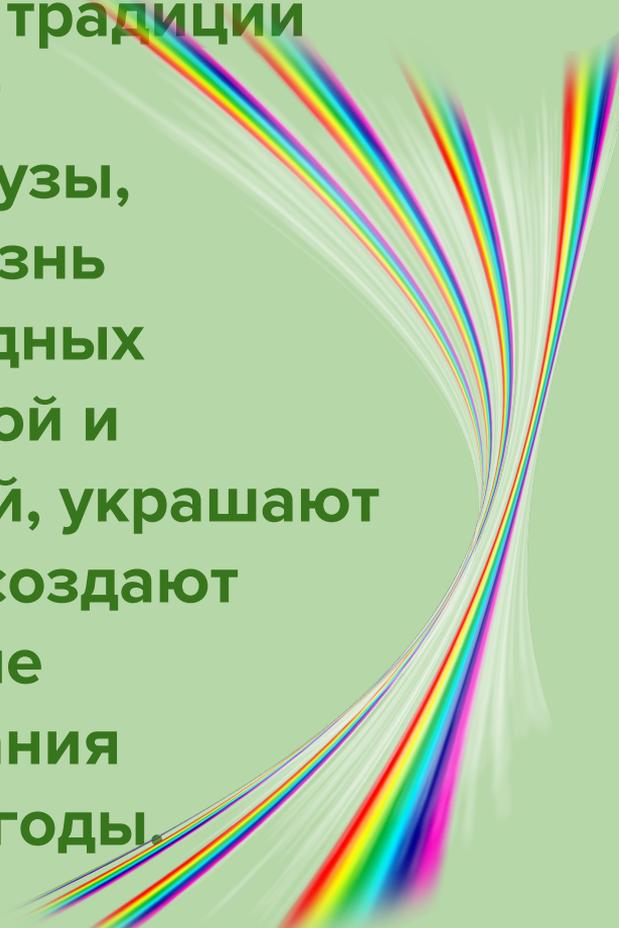




подготовила Дворяк Светлана Михайловна



**Семейные традиции
укрепляют
семейные узы,
делают жизнь
в кругу родных
насыщенной и
интересной, украшают
детство и создают
прекрасные
воспоминания
на долгие годы.**

A decorative graphic on the right side of the page consisting of multiple overlapping, curved lines in a rainbow spectrum (red, orange, yellow, green, blue, purple) that create a sense of motion and energy.

ТРАДИЦИИ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Какие бывают семейные традиции?
Это небольшие действия,
которые создают ощущение единства
в семье, чувство, что родные рядом и
всегда поддержат друг друга.





“СЕКРЕТНОЕ РУКОПОЖАТИЕ”

Семейное рукопожатие - это осязаемое доказательство поддержки и тепла близких людей.

Сложить по-особому пальцы, потряхуи руками три раза, прихлопнуть ладонями...

Такое секретное рукопожатие придаст уверенность во время ответственного шага, когда близость родителей особенно важна - на свадебной церемонии, при получении диплома и даже в трудные минуты жизни.



“КУШАЕМ ВМЕСТЕ”

Не обязательно каждый раз садиться есть всем одновременно, но один из приемов пищи должен быть совместным.

Введите правила: никаких мобильных, телевизора, возможно, вы захотите наложить табу на некоторые темы за столом.

Хорошие привычки легко закрепить, если их будут выполнять все без исключения:
мыть руки перед едой;
опрятно одеваться к столу;
ухаживать за столом за старшими;
соблюдать этикет;
помогать маме убирать посуду.

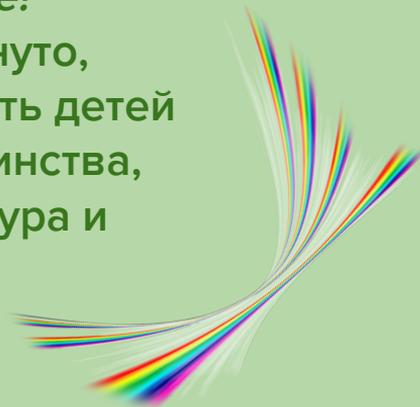


“СЕМЕЙНЫЕ ОБЪЯТИЯ”



Если превратить объятия в традицию, то это станет еще одним источником внутренней силы и поддержки.

Вместо обычной ласки можно обняться и сказать что-нибудь вроде *“Раз! Два! Три! Мы вместе!”* Сначала это звучит натянуто, но если с детства приучить детей к таким проявлениям единства, это будет воспринято на ура и в старшем возрасте.



“СКАЗКА НА НОЧЬ”

Дети, чьи родители баловали их чтением на ночь, более успешны в учебе и лучше заводят друзей в школе, чем их сверстники, лишенные этой чудесной традиции.

Подбирайте сказочные истории по возрасту, садитесь на постель к малышу и читайте ему с душой.

Слушание развивает внимание, успокаивает нервную систему и вселяет умиротворение в детские сердца.



“ПОХОД ЗА ПОКУПКАМИ”

Всем известно, что делать закупки на неделю непросто, поэтому мама может подключить к этому процессу всех домашних. Это и помощь, и возможность принять участие в выборе меню на следующую неделю, и отличная практика для детей, которым нужно учиться вести хозяйство и рассчитывать бюджет.

Если у ребенка есть собственные наличные, помогите ему выбрать покупку, но не давите психологически - свободный выбор все же за ним.



“ДЕНЬ СПОРТА”

Ожидание выходных и обязательного похода на футбольное поле, беговую дорожку или теннисный корт заставляет малышей и подростков сосредоточиться на семье вместо сомнительных занятий на улице.





“МАЛЕНЬКИЕ ПРАЗДНИКИ”

Вечеринки по поводу событий, определяющих будущее кого-то из членов семьи, очень важны.

Устраивайте небольшие праздники с простым угощением, обязательно собирайте всех вместе, без отговорок, когда случается нечто замечательное: поступление в институт, назначение на работе, победа на конкурсе, сдача экзаменов и т.п.

“ВМЕСТЕ ВНЕ ДОМА”

Отличной традицией могут быть семейные походы по родным местам, совместное наблюдение грандиозных явлений - затмения или звездопада.

Местные празднества многие семьи любят посещать всем составом (парад, ярмарка, народное гуляние)



Подберите примеры в соответствии со своими предпочтениями - составом семьи, бытовыми условиями, верованиями и пр.

Чтобы какое-то действие стало традицией, его нужно повторять регулярно

Очень легко позабыть о принятом решении из-за стресса на работе или усталости

Прилагайте все усилия,
тогда традиция окрепнет
и сможет поддержать вас долгие годы!

