**Год семьи.**

«СЕМЬЯ И СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ»

*"У каждой семьи есть своя "живая душа",
в которой есть и цветущий райский сад,
и родники "живой" воды, и могучие дерева,
 уходящие ветвями высоко в небо,
а корнями - глубоко в землю.
Добрые традиции подобны этим родникам
 укрепляют, животворят семью".
(Л. Н. Толстой*)

  Семья и семейные традиции – это основа воспитания детей. Ведь именно в семье ребенок усваивает первый опыт взаимодействия с людьми, постигает многогранность человеческих отношений, развивается духовно, нравственно, умственно и физически. В каждой доме есть свой набор определенных правил и привычек, которые выполняются на автомате.    Семейные традиции и обычаи помогают нормально взаимодействовать с обществом, делают сплоченной семью, укрепляют родственные связи, улучшают взаимопонимание и уменьшают количество ссор. В семейных кругах, где существуют и соблюдаются традиции семейного воспитания, дети прислушиваются к мнению родителей, а родители проявляют внимание к проблемам детей и помогают им справляться с ними.

 **Для чего нужны семейные традиции и обычаи?**

Традиция порождает соблюдение обычаев и помогает рождаться тем понятиям, которые принято называть семейными ценностями.

Традиции ‒ неотъемлемая часть процесса воспитания детей. Они развивают чувство постоянства, единства, учат дружбе, взаимопониманию, показывают, насколько сильны семейные узы.

Если в вашей семье еще не успели родиться какие-то особенные, присущие только вашей ячейке общества традиции, это никогда не поздно исправить.

• Соберите семейный совет и придумайте, что именно и как, должно превратиться в традицию. Пусть каждый выскажет свое пожелание, а дальше примите компромиссное решение.

• Самым важным будет первое воплощение вновь утвержденной традиции. Нужно все сделать так, чтобы она обязательно доставила удовольствие всем членам семьи, и уже к следующему разу ее будут ждать с нетерпением.

• Дальше дело только за временем и точностью соблюдения вновь рожденных правил.

И небольшой список самых распространенных традиций, какими они бывают и зачем они нужны.

 **Традиция «Совместные приемы пищи»**

Традиция вместе принимать пищу учит нас общаться, слушать и слышать друг друга не на лету, а на протяжении минимум 20 минут. Мелочь, казалось бы, но дорогого стоит. За столом ребёнок учится хорошему поведению, учится ухаживать за другими. Здорово, если есть возможность три раза в день собираться за вкусным столом, но редкие семьи могут себе это позволить. Стоит выбрать хотя бы один из приемов пищи, когда вся семья в сборе.

Традиция совместно накрывать стол к ужину и убирать после него тоже отличная идея.

  **Традиция «Совместное приготовление пищи, семейное блюдо»**

Многие помнят, что ещё 20 лет назад всеобщая лепка пельменей или выпекание торта воспринимались как торжественный семейный ритуал, а не скучные домашние хлопоты. Полезно вместе готовить не только известные блюда, но и что-то новое. Старый рецепт помогает ощутить связь поколений, живую память о тех, кто много лет также готовил это блюдо. Новый -объединить всех в радостном ожидании: получится ли задуманное, будет ли вкусно?

Главное - командная работа, когда каждый вносит свою посильную лепту в общее дело. И для детей это шанс почувствовать себя значимым, нужным.

 **Традиция «Совместный с детьми досуг»**

Эта традиция воспитывает в детях доверие и интерес к родителям. Совместный отдых способствует и тому, что ребёнок познаёт мир живой природы, учится относиться к нему бережно, кроме того это возможность беседовать, рассуждать о важном наедине или всем вместе.

 **Традиция «Чтение вслух в кругу семьи»**

Сегодня, пожалуй, осталось только чтение вслух детям, да и то не в каждой семье. Плюсы очевидны: формируется вкус к чтению и к хорошей литературе, в книгах поднимаются нравственные вопросы, которые можно обсудить. И, кроме того мы сами должны быть воспитаны и подкованы, чтобы идти на шаг впереди, и рекомендовать то, что будет соответствовать кругозору ребёнка и его интересам.

        **Традиция «Составление родословной, память о роде»**

Генеалогия как наука появилась только в 17-18 веках, но знание своих корней всегда имело большое значение.

Зачем сегодня знать о своих предках дальше прадедушек и прабабушек?

Составление родового дерева - это способ осознать преемственность поколений, понять своё место в мире, почувствовать ответственность перед прошлыми и будущими поколениями.

С точки зрения психологии память о своём роде, знание о своих предках помогают человеку формировать себя как личность.

 **Традиция «Совместные игры взрослых с детьми»**

Пусть это будут разнообразные игры (настольные, спортивные, интеллектуальные, карточные и т.п.), правилам которых вы обучите своих детей.

А когда игр наберется уже достаточное количество, можно устраивать турниры по особо полюбившимся развлечениям.

     **Традиция «Семейные праздники»**

Обязательные празднования дней рождений (особенно детских), Нового года, 8 марта и т.д. с непременной подготовкой, сюрпризом для виновника, любимыми вкусностями и желанными гостями.

        **Традиция «Семейная «планерка»**

Это когда в определенный день месяца/недели вся семья собирается за чаепитием/мороженым/пиццей (список можно продолжать) и обсуждает насущные вопросы/проблемы/радости/бюджет/покупки. Подобные мероприятия позволяют даже самым маленьким членам семьи чувствовать себя большими и значимыми, ведь им доверили участие в семейном совете!

        **Традиция «Сказки на ночь»**

Сказки на ночь, которые по мере взросления детей может переродиться в рассказы интересных познавательных историй.

        **Традиция « Слияние с природой»**

Никак нельзя пропускать летний поход с палатками, удочками, бадминтоном, котелком для каши, ароматным шашлычком и всем остальным, что так любимо всеми малышами и взрослыми.

Поверьте, ваши дети будут целый год вспоминать августовский звездопад и утреннюю рыбалку.

  **Традиция « Культурно-познавательные мероприятия»**

Посещать музеи, выставки, спектакли и хорошее кино вместе с домочадцами.

         **Традиция «Фотохроники»**

Имеется в виду поддержание семейной реликвии – старого фотоальбома, в который вы не буде забывать вкладывать общие фотографии, где запечатлены взрослые и дети на ежегодных семейных торжествах.

         **Традиция « Ценим, пока они рядом»**

Это про старшее поколение, уважение и почет к которому необходимо прививать своим детям. Возьмите за правило со всеми праздниками первых поздравлять бабушек и дедушек и не только по телефону, а лучше пусть коротким, но визитом.

          **Традиция « Передаем по наследству»**

Даже если вам ничего не передали, подберите что-то символичное и возобновите старую традицию передавать дорогие сердцу вещи по наследству.

Не забывайте о том, что подобные действия создают ту единственную и такую дорогую атмосферу родного дома.

Поэтому соблюдайте старые семейные традиции и не забывайте заводить новые, которые будут существовать исключительно в вашей семье. Растите счастливых людей, желающих обогатить ваши традиции своими.