**Традиционно семейно-обрядовые праздники. 31.03.2020г**

Семейные праздники и традиции Психология и отношения Образом и стилем жизни семьи являются семейные праздники и традиции. К ним относятся уважение к старшим, взаимопомощь, обсуждение книг и новых фильмов, воскресные обеды, хождение в походы и многое другое. Хорошие семейные традиции положительным образом действуют на детей и формируют у них жизненные представления. Они также диктуют образ поведения детям и дают в семье чувство единства с сестрами, братьями, родителями. Когда с детства ребенок привыкает к семейным праздникам и традициям у него создается позитивное отношение к будущему. Например, ребенок с радостью ожидает воскресной рыбалки или поездки на дачу, в музей, театр, готовится к свадебной годовщине дедушки и бабушки, с удовольствием ждет сбора всех родственников на праздничный обед, а ночью перед сном с нетерпением ожидает чтения сказок и поцелуя. Из таких детей вырастают позитивные и общительные люди. У таких оптимистов есть большой шанс добиться многого в жизни. Формировать традиции необходимо тогда, когда создаете семью, а с рождением детей, необходимо их развить. Помните, что: все члены семьи должны получать удовольствие от традиций и праздников; традиции должны быть систематическими; традиции должны запоминаться и радовать; традиции создавайте с радостью и любовью, а не для того чтобы установить жесткие правила. Какие традиции бывают? Семейное чтение давно утерянной традицией является семейное чтение. Раньше во время этой красивой традиции все члены семьи слушали того, кто декламировал вслух. Сегодня дети предпочитают смотреть мультфильмы, играть в компьютерные игры. Они не очень любят читать. Поэтому необходимо ненавязчиво подавать пример и прививать любовь к чтению. Когда детки маленькие, можно читать обыкновенную литературу, а школьникам полезно почитать и классику. Традиции в семейном воспитании Семья считается сильной и дружной, если у всех домочадцев единая точка зрения на важные вопросы. Например, интеллектуальные семьи ставят знание в первую очередь и поэтому расширяют кругозор деток. В воспитании важны такие обычаи и традиции, как уважение к старшим, помощь нуждающимся, содержание дома в чистоте, обучению ребенка говорить правду и не обманывать. «Объятия в семье» Чтобы детки росли спокойными и уверенными в своих силах, психологи рекомендуют родителям обнимать своих малышей почаще. В подростковом возрасте детям уже в тягость «телячьи нежности» матери, сестры. Поэтому, объятия необходимо превратить в традицию, чтобы они стали еще одним из источников поддержки и внутренней силы. Если вместо ласки обняться и сказать, что вы все вместе, дети приучатся к таким проявлениям. «Тайное рукопожатие» Рукопожатие с членами семьи очень важно, чем знак того, что вы, например, «из семьи Соколовых». Это является ощутимым доказательством тепла и поддержки домочадцев. Сложение пальцев по — особому, встряхивание руками по нескольку раз, прихлопывание ладонями – все это примеры секретного рукопожатия, которое придает уверенность в ответственном шаге, когда родительская близость является очень важной. Это может быть при получении диплома, на церемонии свадьбы или в сложные жизненные минуты. «Совместный прием еды» Кушать вместе – это очень хорошая традиция. Сегодня, по какой-либо причине, не всегда имеешь возможность все приемы пищи организовать совместно с семьей. Но один раз в день старайтесь кушать вместе. Сами решайте, какое время для приема пищи будет удобным: завтрак, обед или ужин. Обязательно следите, чтобы не было телевизора, мобильных телефонов, а была милая и дружелюбная атмосфера за столом. До приема пищи, закрепите следующие хорошие привычки: перед едой мойте руки; одевайтесь к столу опрятно; ухаживайте за столом за дедушкой и бабушкой; соблюдайте нормы поведения; маме помогайте убирать стол. Дети подражают взрослым. Принимая пищу, беседуйте о хороших вещах, обсуждайте интересные новости и делитесь впечатлениями, которые произошли за день. Чтение сказок на ночь Одним из чудесных традиций для развития ребенка являются ежевечерние чтения сказок на ночь. Такие дети, которых родители избаловали чтением, успешно учатся, заводят друзей очень быстро. Сказочных персонажей подбирайте по возрасту. Садитесь к малышу на постель и читайте. Развитие внимания, успокаивание нервной системы и вселение умиротворения в сердца малюток происходит во время слушания. «Прогулка вечером» Эту традицию всем необходимо закрепить в своих привычках. Гуляя перед сном, выбрасываете все проблемы, беседуете на интересные и позитивные темы и готовитесь ко сну. Эту здоровую привычку, необходимо воспитывать еще в младенчестве. Вечерняя прогулка – залог хорошего и спокойного сна. «Завтрак на воскресенье» Прекрасной традицией в воскресенье является стол, накрытый красивой скатертью с нарядной посудой и блюдами, которые очень любят кушать домочадцы. На воскресных завтраках многие дети, да и взрослые тоже, ждут долгожданных новостей, важных и интересных решений. Так что, почаще устраивайте такие завтраки по выходным. «Спортивный день» Назначьте в выходные какой-нибудь день, когда дети будут заниматься спортом: будь это футбол, волейбол или игра в теннис. Детям легче будет определить, какой вид спорта хотят, если родители регулярно занимались с ними еще с детства. Ребятки, вместо бесцельного шатанья на улице, с нетерпением будут ждать выходных для занятия любимым видом спорта. «Поход за покупками» Делать покупки на целую неделю не очень легко, поэтому маме нужны помощники, и она может подключить к этому всех домочадцев. Эта помощь пойдет на пользу детям. Они будут участвовать в выборе меню, в ведении хозяйства и расчета бюджета. Если у ребенка есть свои деньги, взрослые могут помочь ему с выбором, но давить не стоит, поскольку выбор свободный и он за вашим сыном или дочерью. «Посещение интересных мест» Традиция похода по родным местам или наблюдение восхода солнца, звездопада или затмения будет очень интересно не только для детей, но и для взрослых. Посещение праздников, устраивание народных гуляний или участие в ярмарках тоже будет незабываемым. «Небольшие праздники» Можно устраивать маленькие праздники, определяющие будущее дочки, брата или родителей. Пусть это будет победа на олимпиаде, успешная сдача экзаменов или поступление на работу. Соберитесь вместе и всей семьей отметьте это событие. Совет: Чтобы действия стали традицией, их необходимо повторять на систематической основе. Часто бывает, что из-за неурядиц на работе, усталости или стресса забываешь о принятом решении. Поэтому нужно приложить все усилия для четкого установления традиций и поддержки их на многие годы.

**Задание:**

**Написать сочинение «Семейные традиции» (видео, слайд шоу)**