

## ПОЛЕЗНЫЕ СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ

### 1 СЕМЕЙНЫЕ ТРАПЕЗЫ – ОБЕДЫ, УЖИНЫ

Совместная трапеза располагает к беседе: можно узнать, как у членов семьи прошел день, обсудить проблемы и совместные планы. В это время лучше выключать телевизор. Общение поможет развить речь и навыки светской беседы, создаст чувство семейной сплоченности.

### 2 СОВМЕСТНЫЙ ДОСУГ

Хорошим продолжением обеда будет совместный досуг. Например, можно поиграть в настольную игру или отправиться на природу и активно провести время на свежем воздухе.

### 3 СЕМЕЙНЫЕ ПРАЗДНИКИ

Создавайте и бережно храните семейные традиции празднования! Каждая из них окутана таинством любви, тепла и нежности семейного очага. Через много лет ваш уже повзрослевший ребенок с радостью и затаенной грустью вспомнит эти праздники и, возможно, захочет возродить традиции родительского дома в собственной семье.

### 4 СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ, СЕМЕЙНАЯ РОДОСЛОВНАЯ

В последнее время многие семьи стараются выяснить свою родословную, больше узнать о предках: кем они были, чем занимались. Составленное семейное древо можно повесить для всеобщего обозрения. По таким фото легко изучать историю своей семьи. Дополните галерею совместными семейными фотографиями и фото ребенка, где он один. Основная мысль семейной фотографии – сплоченность, отдельной – индивидуальность. Оба качества должны гармонично развиваться в малыше.

### 5 «КАПСУЛА ВРЕМЕНИ»

Храните детские рисунки и поделки. Через 20–30 лет вашим детям будет интересно рассматривать эти творения и сравнивать их с работами уже своих детей.

*Когда формируете семейные традиции, не забывайте о чувстве меры. Слишком строгие правила, по которым живет семья, не оставляют детям «свободы маневра», перенапрягают детскую психику. И наоборот, отсутствие устойчивого домашнего уклада, предсказуемых домашних ритуалов, создает у ребенка ощущение незащищенности.*