**Семейные традиции – основа семьи.**

 «Дерево держится корнями, а человек семьей».

Семейные традиции — это духовная атмосфера дома, которую составляют распорядок дня, обычаи, уклад жизни и привычки его обитателей. Так, одни семьи предпочитают рано подниматься, завтракать на скорую руку, уходить на работу и встречаться вечером без расспросов и разговоров. В других семьях приняты совместные трапезы, обсуждение планов, появляется повышенное внимание к проблемам друг друга. Например, за вечерним чаем, когда собирается вся семья, обсуждать события прошедшего дня. Мать и отец рассказывают, обмениваются впечатлениями, мнениями о делах трудовых, общественных, впечатлениями об увиденном, услышанном, о важных событиях. Такая возможность предоставляется и детям. Совместно обсуждаются планы отдаленного и ближайшего будущего. Очень полезна традиция свободных высказываний и обмена мнениями.

1. Традиция «Воскресный завтрак».

Семейные выходные обрадует любого ребёнка. В эти дни можно поспать подольше, нет поводов никуда спешить. И конечно, на кухне ждёт ароматный завтрак, который соберёт всю семью вместе за столом. Традицией для детей также может быть определенное любимое блюдо, которое готовит мама по воскресеньям. Примером могут быть блинчики или яблочный пирог.

Совместно накрывать стол к ужину и убирать после него тоже прекрасная традиция.

2. Традиция «Совместное приготовление пищи» или «Семейное блюдо».

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 процессом творческого приготовления еды и совместных ожиданий.

3.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.

4. Традиция «Чтение вслух в кругу семьи».

Формируется любовь к чтению и к хорошей литературе, в книгах поднимаются нравственные вопросы и ценностные ориентиры, которые можно обсудить.

5. Традиция «Составление родового дерева, память о роде».

Знание своих корней всегда имело большое значение. Составление родового дерева - то способ осознать преемственность поколений, понять своё место в мире, почувствовать ответственность перед прошлыми и будущими поколениями, установить невидимую связь между прошлым и настоящим.

6. Традиция «Совместные игры взрослых с детьми».

Пусть это будут разнообразные игры (настольные, спортивные, интеллектуальные, карточные и т.п.), правилам которых вы обучите своих детей. При желании можно устраивать, турниры с семьями родственников.

7.Традиция «Семейные праздники».

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

8. Традиция «Сказки на ночь».

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

9. Традиция «Походы», «Рыбалка», «Пикники».

Никак нельзя пропускать летний поход с палатками, удочками, бадминтоном, котелком для каши, ароматным шашлыком и другими радостями отдыха на природе, что так любимо всеми членами семьи.

10. Традиция «Культурно-развлекательные или познавательные мероприятия».

Посещать музеи, выставки, театры и кино, концерты самодеятельных детских и взрослых коллективов.

11.Традиция «Обязанности по домашнему хозяйству».

**А какие традиции есть в вашей семье, вы об этом задумывались?**

Семейные традиции являются одним из важнейших аспектов жизни каждого, поэтому так важно всячески их культивировать, поддерживать. Семейная жизнь без традиций была бы скучной. Главная цель – сближение с остальными членами родни, построение крепкой надежной семьи, а также наслаждение общением с родными любимыми людьми.

**Будьте счастливы!**