

21 января - Международный



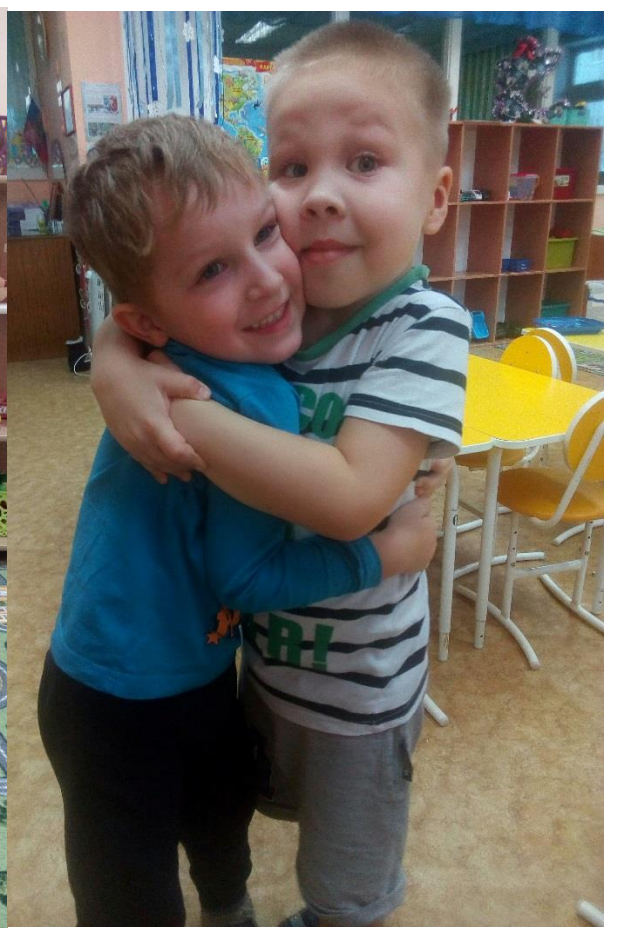
день объятий



*Это праздник, в который принято обниматься. Согласно традиции праздника, заключить в дружеские объятия можно даже незнакомых людей, а уж родных и близких тем более. И мы решили не пропускать это интересное, очень полезное и приятное занятие. Мы устроили в нашей группе День обнимашек.*











*Ребята любят обниматься между собой, и всегда при встрече и расставании обнимаются с родителями. Мы решили сфотографировать эти сцены. Снимки получились классные.*

*Их мы использовали при создании газеты «Обними меня покрепче!». Ребята с большим энтузиазмом участвовали в ее создании.*





*Вот такая газета у нас получилась:*





*А что подарить близким в этот день? Ребята решили сделать открытки с изображением ладошек взрослого (мамы или папы) и ребенка, приклеили надпись «Обнимашки 2021». Так и получились открытки:*



*В приемную для родителей повесили информацию: «Для чего нужны объятия», чтобы они как можно чаще обнимали своих детей, именно без повода, просто так!*

## Отмечаем День объятий!

Задумывались ли вы когда-нибудь о том, **для чего нужны объятия** и какую роль они играют в нашей жизни? Как часто вы заключаете в объятия близкого человека, ребенка и часто ли оказываетесь в них сами? К сожалению, современный ритм жизни не оставляет времени для проявления «нежностей», мы становимся жесткими, закрываясь от мира в собственной скорлупе. Поэтому и желание обниматься у людей возникает все реже. Между тем объятия играют намного более важную роль, чем мы думаем.



Они важны **не только как проявление чувств, но и для физического и психологического здоровья**. Согласно исследованиям, в сутки человеку необходимо 12 объятий, которые являются прекрасным обезболивающим и успокоительным средством. Объятия способны укреплять иммунную систему человека.



Чрезвычайно важны они в детские годы. Если ребенок лишен тактильного внимания, он может утратить способность любить, поскольку в условиях недостаточного тепла и заботы атрофируется часть его мозга, ответственная за эмоциональное развитие.

**Отсутствие объятий** пагубно сказывается не только на отдельном человеке, но и на обществе в целом. Ученые установили, что общество, в котором люди редко обнимают друг друга, становится агрессивным, и уровень конфликтных ситуаций повышается.

*Не забудьте в этот день обнять своих родных, близких, деток и даже себя! Наполняйте свой мир объятиями!*