

Семья Маликова Альберта

**Маликов Альберт**

**С самого раннего возраста очень любит купаться, почти как у Чуковского: и в бане, и в ванне, в ушате, в корыте, и в море, и в озере, в реке и бассейне.**

**Соль – Илецкое озеро «Развал» уникальное. Там так много соли, что её на берегу можно копать лопаткой. А в самом озере лежать как на диване или ходить, не опускаясь. Очень полезные процедуры для укрепления здоровья: плавать в нем, да и просто дышать «солёным» воздухом!**

**Поездки на море – это не только очень интересно, но и полезно для здоровья!**

 **И Средиземное, и Красное море с очень теплой и приятной водичкой!**

**А еще этот ребенок**

**ничего не боится! Прыжок с пирса не каждый взрослый осилит!!!**

**И даже когда нельзя купаться, можно получить море удовольствия от воды:**

**покататься на лодке, или покормить уток!**

**И в Башкирии, и в**

**Татарстане, и в Тюмени так просто прогуляться по лесу, посмотреть на природу в любое время года и вдохнуть целебный свежий воздух до головокружения…**

**Маленький на велосипеде…Конечно, сначала это просто развлечение, да и маме удобно «транспортировать» чадо.**

**Но потом это превращается в занятие, которое развивает силу, ловкость, чувство равновесия.**

**Ребенок подрос и**

**транспорт тоже!**

Такой чистый снег и прозрачный, морозный, полезный воздух!

А как весело кататься на горке!

А еще на коньках (хоть и сложно без папы…), и на снегокате.



**В детском садике занятия физкультурой .**

**В коллективе веселее и полезнее!**

**Но и дома время даром не теряет.**

**А теперь уже серьезные тренировки в секции айкидо.**

**Развитие не только физических навыков, но и духовного состояния.**

**Ведь айкидо, это еще и своя философия.**