



"Лучшая спортивная семья."

УЧАСТНИКИ: СЕМЬЯ САДЫКОВОЙ Л.А. ШЕРБАКУЛЬСКИЙ
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН

НАША
КОМАНДА
- "Настояща
я семья"

НАШ ДЕВИЗ:

"Мы семья и мы едины!
Вместе мы непобедимы!"

Эмблема

- ▶ Эмблема нашей команды лебеди. Лебеди-это символ ответственности. Она идеально подходит для нашей команды потому, что каждый член нашей семьи по своему ответственный и на нас можно положиться.



Эмблема
нашей
КОМАНДЫ

"Спорт каждый день"

У нас в семье дети и взрослые любят играть в шахматы, шашки и нарды. Все эти игры отлично тренируются память, развивают логическое мышление и кроме этого сплачивают семью.



Правильное питание

Наша семья придерживается правильного питания. Отдаем предпочтение приготовлению еды на пару, а также не жирной пище. Но больше всего мы любим манную кашу. Это блюдо очень полезно для детей.

Ингредиенты и приготовление

Ингредиенты

1. 2 столовые ложки манной крупы
2. Ровно 400 мл. молока
3. Пакет ванильного сахара
4. 2 столовые ложки сиропа
5. Малина

Способ

1. **Всыпать в кастрюлю манную крупу**
2. **Залить холодным молоком**
3. **Непрерывно помешивая, довести до кипения**
4. **Поварить 5 минут**
5. **Подавать манку, украсив свежими ягодами**



Спортивная игра

Любимое времяпровождение нашей семьи - игры. Кроме настольных, мы любим и очень охотно играем в спортивные игры.

Самая любимая - "догонялки".

Она развивает ловкость, скорость, внимание, координацию. Правила этой игры достаточно просты:

Один человек - водит, догоняет других и, прикасаясь меняется местами. Теперь водит тот, который был задет рукой.

Наши ДОСТИЖЕНИЯ

- ▶ В нашей семье ребята занимаются легкой атлетикой, лыжами, футболом. Принимают активное участие в различных спортивных мероприятиях. Занимали призовые и места. Награждены грамотами, а также имеются медали.



*Спасибо за
внимание!*