

Сам себе чемпион

Привет, мой ровесник, знакомый и незнакомый!

Меня зовут Андрей. Я решил рассказать тебе о своем увлечении спортом. Может быть, мой ровесник, ты заинтересуешься и присоединишься ко мне, и нас станет в двое больше.

Давно, лет пять назад, родители предложили мне заняться плаванием, а так как бассейна в родном городе не было, пришлось ездить в районный центр в Кингисепп в небольшой, но ставший для меня родным «Аква Алекс». Поначалу я без особого удовольствия посещал занятия, так как после школы нужно было делать уроки, а тут...собирайся и поезжай на экзекуцию. Но занятия проходили очень увлекательно, на каждой тренировке наставник показывал новые движения, объяснял, как дышать под водой, как нужно двигаться в воде, как делать кувырок. Постепенно я втянулся в непривычный режим, и спорт стал приносить удовольствие. Ещё привлекало то, что после тренировки мы, дети, грелись в сауне, и по желанию можно было сходить ещё в соляную пещеру-отдохнуть и подышать целебной солью. Да и родители приобрели всю необходимую экипировку-особенно мне нравились очки: стёкла тёмные, зеркальные, оправка синяя. Мой младший брат всё время их примерял, пока не сломал, пришлось покупать другие...

Мой ровесник, два года назад в нашем городе был настоящий праздник-открыли новый бассейн «Олимп»! Жители «повалили» в это удивительное место, в их числе и я был. Тренер устроил просмотр, и в группу Спортивного плавания были приглашены ребята, проявившие себя. Мне повезло, я тоже оказался в списке счастливых! Я забыл сказать тебе, что с некоторых пор у меня появилась мечта-стать чемпионом мира по плаванию. И вот теперь на один шаг я стал ближе к воплощению желания. Скажу сразу-занятия даются очень нелегко, тренировок много, пять раз в неделю, по три-четыре часа. Но я не сдаюсь. Меня поддерживают родные, вот и младший брат, глядя на меня, тоже занимается плаванием и уже делает

определённые успехи. Уже не раз в нашем бассейне проходили соревнования по плаванию, наша команда выступала очень уверенно, были команды из других городов, особенно мне запомнился спортсмен из Волосово, настоящий человек-амфибия : отточенные движения, уверенность, мастерство - и всё это непрерывные тренировки.

Постоянная работа над собой, мой знакомый и незнакомый друг, помогает в самоорганизации, самосовершенствовании, в укреплении здоровья и силы воли. Да, о силе воли мне тоже есть что рассказать: мы с одноклассником решили проверить, Готовы ли к Труд и Обороне, и заявили на сдачу нормативов. Наступил день Икс. Поливал дождь, но это сдающих нормативы ГТО не испугало. В основном, я справился неплохо. Только бег на два километра подкачал, думаю, не хватило силы воли...Решил для себя, что в следующем году обязательно будет Золотой значок ГТО: к тренировкам по плаванию подключу ещё бег.

Так что значка пока нет, и чемпион я только сам себе, но мне всего 14 лет, думаю, что всё впереди. Мой ровесник, знакомый и незнакомый, присоединяйся ко мне, к нам, приходи в бассейн, выходи на спортплощадку, и нас станет больше не в двое, а вдесятеро! Сейчас принято говорить, что здоровым быть модно, я тебе больше скажу-здоровым быть полезно! Выбор за тобой!