

**Районный конкурс  
«Здоровым быть здорово!»**

**Номинация  
«Мой личный вклад в пропаганду здорового образа жизни»**

# **СПОРТ В МОЕЙ ЖИЗНИ**

**Исаев Илья, 9 а класс  
МОБУ «СОШ  
«Агалатовский ЦО»**

**2020 год**

Меня зовут Исаев Илья, мне 15 лет и я за  
здоровый образ жизни!  
Всё началось в 2011 году, когда старший брат  
привёл меня в школьную футбольную секцию,  
просто посмотреть... Я и не думал, что на  
следующие 8 лет этот вид спорта станет моей  
жизнью.



Получаться стало не сразу, но мне было интересно, интересно ездить в разные школы и спортивные комплексы, участвовать со своей командой Лавина в разных чемпионатах, набираться опыта не только у своих товарищей по команде, но и у ребят из команд-соперников.



Для подготовки к сезону каждый год мы ездили на сборы в лагерь, где проходили усиленные тренировки, сборы всегда забирают много сил, но много и дают взамен.



Для улучшения физической формы мы осваивали новый вид спорта-пляжный футбол. Это был очень интересный опыт для меня!





В футболе главное-не лично «я», а каждый из нас в связке, в команде. Именно играя в футбол, я на практике понял смысл фразы «Один за всех и все за одного».

С годами появились успехи в игре, стало получаться, я стал забивать. Я чувствовал себя нужным команде. Появились кубки и медали. Но всё-таки самое главное, конечно, это друзья по команде и само занятие спортом, который делает нас выносливыми, крепкими, здоровыми, закаляет наш характер.





СКК «Олимпийский»  
2 место первенства Санкт-Петербурга  
2015 год





Главное-постоянно держать себя в форме  
и следить за своим здоровьем.



Я Исаев Илья и я за здоровый образ жизни!

