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!