Sport in meinem Leben - Роль спорта в моей жизни

 In unserem Leben spielt Sport eine sehr große Rolle. Sport ist für jeden Menschen sehr nützlich, denn in einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist. Sport bereichert das Leben aller Menschen. Er entwickelt solche Charaktereigenschaften wie Mut und Kraft. Jeder will gesung und stark sein, um keine Angst vor Schwierigkeiten zu haben. Und nämlich Sport stählt den Körper und das Nervensystem.

Dazu ist Sport auch das beste Mittel der Erholung. Er macht nicht nur kräftig, sondern bringt auch viel Spaß. Sport ist so universal, dass jeder für sich etwas Interessantes finden kann. Es gibt verschiedene Sportarten: Leichtatletik, Schweratletik, Fußball, Handball, Schwimmen, Tennis, Hockey und viele andere.

In unserem Land sind Fußball und Hockey besonders populär. Es gibt sehr viele Stadien und Fußballfelder in unserer Stadt. Ich meine, in unserem Land schenkt man eine große Aufmerksamkeit auch dem professionellen Sport. Jährlich finden viele Olympiaden statt. Unser Land hat viele hervorragende Sportler. Sie vertreten unser Land an den Weltwettbewerben. So finden einmal in vier Jahren Olympische Spiele statt und viele Sportler unseres Landes kehren nach Hause mit goldenen Medaillen.

Von Kindheit an treibe ich Sport gern. Ich habe verschiedene Sportarten gern: ich fahre Rad mit den Freunden, spiele Basketball, Tischtennis, manchmal besuche ich auch Schwimmhalle. Im Winter laufe ich Ski und Schlittschuh. Besonders interessant finde ich verschiedene Wettkämpfe, die in unserer Schule stattfinden. Sehr oft nehme ich an solchen Wettbewerben teil, in erster Linie an der Leichtathletik: Laufen, Weit- und Hochsprung.

Es ist gesund, jeden Tag mit der Morgengymnastik zu beginnen und den Tag mit einem Spaziergang zu beenden. Jeden Morgen mache ich Morgengymnastik und wasche mich mit kaltem Wasser. Dann fühle ich mich den ganzen Tag frisch und munter.

Ich bin natürlich für den Sport und freue mich schon immer auf die Turnstunden. Je mehr ich Sport treibe, desto mehr gefällt er mir.