

Спорт.

Спорт.

Спорт.

Спортом занимаются многие. Даже утренняя зарядка в саду или урок физической культуры в школе или других учебных заведениях можно отнести к занятию спортом.

Спорт в нашей семье – это основа здорового образа жизни.

В нашей большой семье спортом занимаются все. Профессиональным видом спортом занимаюсь я – Губкин Ярослав. Мой вид спорта – Тхэквондо. Занимаюсь я им с 4 лет. В свои 11 лет я имею 4 куп синий пояс. На городских, областных и всероссийских соревнованиях занимаю призовые места. Для этого я прикладываю много усилий на тренировках. Имею I Юношеский разряд по тхэквондо. Так же в копилке моих достижений золотой знак ГТО 3 ступень. Я рассказываю и демонстрирую выполняемые тули по тхэквондо нашим друзьям и знакомым, и они потом с удовольствием ходят со мной на тренировки.

А занятием спортом по душе или, так сказать, любительским спортом занимаются: папа Александр, мама Анна, младшие сестрёнки Екатерина и Оля. Сестрёнки ходят на разные спортивные секции.

Наше свободное время - это спорт. Зимой все мы катаемся на горных и беговых лыжах, коньках. Также я люблю кататься с горки на плюшках и ледянках. Всегда зовем с собой друзей. Собираем хоккейные команды и играем. Так здорово, когда собирается много команд. Летом катаемся на велосипедах, роликовых коньках, самокатах, но не забываем и про бег. Особенно нравится играть в футбол с друзьями, проводим мини соревнования. На новой спортивной площадке в нашем микрорайоне начали играть командами в баскетбол и волейбол.

А какой же спорт без болельщиков? Наша семья любит смотреть различные виды спорта и активно болеть. В этом году мы стали болельщиками наших хоккейных клубов Сибирь и Сибирские Снайперы. Приезжаем на стадион поддержать спортсменов.