



آن روز هوا بارانی بود. باران پاییزی که از شب گذشته
آغاز شده بود، همچنان نرم نرمک می بارید. معلم ورزش به
کلاس آمد و گفت: «بچه ها، امروز زمین برای ورزش مناسب
نیست؛ بنابراین بعضی فعالیت های ورزشی را در کلاس انجام
می دهیم و سپس درباره ی چند موضوع مهم، گفت و گو می کنیم. دلم
می خواهد همه با علاقه در بحث امروز
شرکت کنید.»

سپس در ادامه گفت: «بچه‌ها، می‌دانید که ورزش برای سلامتی، مفید است. بهتر است
همه‌ی ما، هر روز برنامه‌ای برای ورزش کردن داشته باشیم. اگر ورزشی را با نظم و ترتیب و
پیوسته انجام دهیم، می‌توانیم به خوبی در آن رشته، پیشرفت کنیم. برای ورزش کردن به صورت
حرفه‌ای، اول رشته‌ی ورزشی مورد علاقه‌ی خود را انتخاب کنید، سپس در آن رشته، آموزش
ببینید و تمرین کنید.»

آن روز، بعد از تعطیلی مدرسه، همراه دوستم به طرف خانه راه افتادیم. از او پرسیدم:
«راستی تو کدام رشته‌ی ورزشی را بیشتر از همه دوست داری؟»

جواب داد: «تا به حال به این موضوع فکر نکرده‌ام. فوتبال یا شاید هم بسکتبال. تو

چطور؟»

گفتم: «البته من هم فوتبال را خیلی دوست دارم؛ اما به شنا کردن، علاقه‌ی بیشتری دارم. راستش را بخواهی، پس از گفت‌وگوهای زنک ورزش، تصمیم گرفته‌ام در دوره‌های آموزشی شنا شرکت کنم.»

فردای آن روز با دوستم به استخر رفتیم. جلوی در، نوشته‌ای نظرم را جلب کرد: «به فرزندان خود شنا بیاموزید.» وارد شدیم. کفش‌ها و لباس‌هایمان را در محل مخصوص گذاشتیم. دوش گرفتیم و وارد سالن اصلی شدیم. دوستم برای شنا رفت؛ اما من مدتی به جنب و جوش بچه‌ها در استخر نگاه کردم؛ بعضی از آن‌ها بسیار ماهرانه شنا می‌کردند.

به طرف مربی شنا که کنار استخر ایستاده بود، رفتم. سلام کردم و گفتم: «بعضی از بچه‌ها خیلی خوب شنا می‌کنند. من هم دوست دارم مثل آن‌ها شنا کنم. ممکن است مرا راهنمایی کنید؟»

پس از صحبت‌های مربی شنا، در دوره‌ی آموزشی، نام نویسی کردم. روزها نزد او به تمرین شنا می‌پرداختم. در طول مدت تمرین، بارها زیر آب می‌رفتم، دست و پایم خسته می‌شد؛ اما بعد از آن سختی‌ها، نتیجه‌ی خوبی گرفتم و حالا شناگر ماهری هستم. فردا مسابقات شنای دانش‌آموزی برگزار می‌شود و من برای به دست آوردن بهترین رتبه، تلاش خواهم کرد.

درست و نادرست



۱ بارانِ بهاری، نرم نرمک می‌بارید.

۲ برای یادگیری یک رشته‌ی ورزشی، تمرین زیاد لازم است.

درست و نادرست



۱ بارانِ بهاری، نرم نرمک می‌بارید. 😞

۲ برای یادگیری یک رشته‌ی ورزشی، تمرین زیاد لازم است. 😊

درک مطلب



۱ چگونه می‌توانی در یک رشته‌ی ورزشی مهارت پیدا کنی؟

۲ کدام رشته‌ی ورزشی را بیشتر دوست داری؟ چرا؟

۳ چرا معلم گفت: فعالیت ورزشی را در کلاس انجام دهیم؟

۱. اول رشته ورزشی مورد علاقه خود را انتخاب کرده و سپس در آن رشته ، آموزش ببینید و تمرین کنید.

۳. زیرا زمین برای ورزش مناسب نبود