



Я очень люблю подвижные игры, в том числе с мячом. А самый любимый вид спорта — это волейбол. Мы часто играли в него на уроках физкультуры в институте. Мне нравится эта игра, потому что у нее достаточно простые правила. Надо приземлить мяч на половине команды-соперника. При этом нельзя пинать мяч ногой, можно только отбивать его руками. Недаром слово «волейбол» означает «летающий мяч». Выигрыш считается по очкам, так что всегда есть шанс изменить счет в свою пользу.

Волейбол развивает ловкость и силу рук, быстроту реакции и точность глазомера, а еще внимательность. У тех, кто много играет в волейбол, хорошо развита координация движений. Поскольку бить мяч ногами нельзя, то не нужно бегать по площадке сломя голову, как в футболе. Но ноги все равно тренируются, когда

подпрыгиваешь вверх, как на пружинах. Движения волейболиста легкие, изящные и красивые. И эта игра не из тех, что забирают очень много сил.

Волейбол — это командная игра! Мне доставляет удовольствие делить радость побед с моими друзьями, моей командой! Чувствовать друг друга во время игры, страховать, поддерживать.

Даже после окончания ВУЗа мы часто собираемся и играем на пляже или на природе. Игра объединила нас! Думаю — это навсегда!

