SPORT AND A HEALTHY MODE OF LIFE
Sport is very important in our life. It is popular among young and old people. Many people do morning exercises, jog in the morning, train themselves in clubs, in different sections and take part in sport competitions. Other people like sports too, but they only watch sports games, listen to sports news. They prefer reading interesting stories about sportsmen. But they don't go in for sports. Physical training is an important subject at school. Pupils have got physical training lessons twice a week. Boys and girls play volley-ball and basket-ball at the lessons. There is a sportsground near our school and school-children go in foi sports in the open air. A lot of different competitions are held at schools, a great number of pupils take part in them. All participants try to get good results and become winners. \_\_\_Everybody may choose the sport he (or she) is interested in. There are summer and winter sports. My favourite sport is swimming. I go to the swimming-pool twice a week. But I prefer to rest by the lake or the river and swim there. My friend Kostya goes in for boxing. He is a good boxer and he is a brave and courageous boy. His hobby helps him in his everyday life.

СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ.

СПОРТ очень важен в нашей жизни. Это популярно среди молодых и старых людей. Много людей делают утренние упражнения, бегают трусцой утром, обучают себя в клубах, в различных секциях и принимают участие в спортивных соревнованиях. Другие люди подобно спорту тоже, но они только наблюдают спортивные игры, прислушиваются к спортивным новостям. Они предпочитают чтение интересных историй о спортсменах. Но они не занимаются спортом. Физкультура - важная тема в школе

Ученики имеют уроки физкультуры дважды неделю. Мальчики и девочки играют volley-ball и баскетбол на уроках. Есть sportsground возле нашей школы и школьные дети идут в foi спорте в открытом воздухе. Много различных соревнований держатся в школах, многочисленность учеников принимают участие в них. Все участники пробуют получить хорошие результаты и стать победителями.
\_\_\_
\_\_\_Каждый, возможно, выбирает спорт, в котором он (или она) заинтересован. Там летние и зимние виды спорта. Мой любимый спорт- плавание. Я иду в бассейн дважды в неделю. Но я предпочитаю отдохнуть на озере или реке и плавать там. Мой друг Kostya занимается боксом. Он - хороший боксер и он - храбрый и отважный мальчик. Его хобби помогает ему в его обиходе.

 Millions of people all over the world are fond of sports and games. Sport is very important in our life. There are many proverbs about sports and health. For example: « Health is above wealth » and « A healthy mind in a healthy body ». Sport is popular with children and grown-ups because it helps us to keep fit, look slim, be cheerful, active and disciplined. It makes our body flexible and increases blood circulation.
     There is a great number of sports facilities in Moscow ( stadiums, swimming pools, skating rinks, tennis courts). Every school has a gym or a sports ground. We play indoor and outdoor games there. Pupils often hold competitions and win a victory over another school team. We have excellent basketball and football teams in our school. We also run a race and show excellent results.
     As for me, sport is an important part of my life. In summer I enjoy playing badminton, football and volleyball. In winter I like skating and skiing. Frankly speaking, I\*m not keen on sport struggle. I prefer playing basketball to watching.
    in for tMy favourite sport is an acrobatic. I do acrobatic for 4 years. This sport is for active people because you must jump various jumps. You must be strong, too because acrobats are usually training in pairs and groups. Sometimes I have competitions. These are among the most important days in my life. I trahree or four hours three times a week. When I come to my training, I warm up firstly. If I stretch when my muscules are cold, I might do myself an injury. Then I begin working in pair. Since I began doing acrobatic I achive my aims. I can do many difficult jumps, different tricks and I became strong. The more I train the better I become. Practice makes me perfect.
     In a word, sport gives me a lot of joy and pleasure. It makes me more sporty and cheerful.

Миллионы человек по всему миру нежны от спорта и игр. Спорт очень важен в нашей жизни. Есть много пословиц о спорте и здоровье. Например: « Здоровье есть выше богатства » и « Здоровый ум в здоровом теле ». Спорт популярен с детьми и взрослыми, потому что это помогает нам, чтобы держать придаток, выглядят тонкими, быть бодрым, активным и дисциплинированным. Это делает наше тело гибким и увеличивает круговорот крови.

     есть многочисленность спортивных средств в Москве ( стадионы, бассейны, катки, теннисные корты). Каждая школа имеет гимнастику или спортивную землю. Мы играем комнатные и внешние игры там. Ученики часто держат соревнования и одерживают победу над другой командой школы. Мы имеем превосходный баскетбол и футбольные команды в нашей школе. Мы также управляем гонкой и показываем превосходные результаты.

Относительно меня, спорт - важная часть моей жизни. Летом я наслаждаюсь игрой бадминтона, футбола и волейбола. Зимой мне нравятся катание на коньках и лыжный спорт. Откровенно, говоря, не плач I\*m на спортивной борьбе. Я предпочитаю игру в баскетбол к наблюдению.
\_\_\_ в, ибо спорт tMy фаворита является акробатическим. Я делаю акробатическим для 4 лет. Этот спорт для активных людей, потому что вы должны прыгнуть различные скачки. Вы должны быть сильными, тоже, потому что акробаты обычно обучают попарно и группы. Иногда я имею соревнования. Они среди самых главных дней в моей жизни

Я trahree или четыре часа трижды неделю. Когда я прибываю в мое обучение, я warm во-первых. Если я простираюсь, когда мой muscules холодны, я, возможно, сделал бы себе повреждение. Затем я начинаю работу в паре. С тех пор, как я начал выполнение акробатическим я achive мои цели. Я могу сделать много трудных скачков, различные уловки и я здоровел. Больше я обучаю лучший, я становлюсь. Практика вынуждает меня усовершенствовать.
\_\_\_