



## 五乙 柯愷媛

### 《學游泳的啟示》

去年的暑假，我在電視播放的奧運比賽中看見了代表我國的運動員參加游泳比賽，他們在水中自由自在地游泳，那優美的泳姿令我十分羨慕，所以我哀求媽媽幫我報名參加游泳班。

我到達游泳館後，便下水上課了。起初我對游泳一竅不通，教練先教我們游泳的要訣，他說：「要學會游泳便得常常練習，你們聽過『熟能生巧』吧？接下來，我會先示範雙腳打水。」教練要求我們在水中要像甩鞭子般擺動膝蓋以下部位，擺動的頻率要一致才可以成功在水中保持平衡。教練叫我們嘗試一下，可是我不斷嘗試，身體也只向下沉，完全浮不起來。可是，其他同學一試便成功了，眼看他們成功後手舞足蹈的樣子，我十分氣餒。

教練看見我悶悶不樂地坐在一角後，便跟我說：「沒有人能一步登天，要訣是要多練習。起來！好好練習吧！我對你有信心！」聽了教練的鼓勵，我決定重新振作，心想：我可不能讓教練失望。我心無旁騖，一心只想保持平衡，成功浮起。多做幾次後，我開始掌握到要訣，我也重拾信心了，我心想：我一定要成功！不久後，我終於可以在水中保持平衡了！教練也當眾稱讚我是個努力的孩子，我聽後感到心花怒放，不過我知道我必須更加努力，才會一天比一天進步。

最後我不斷練習，慢慢地進步。一星期後，我終於成功在水中暢泳了！我感到興高采烈，真是「皇天不負有心人」！經過這次經歷，我明白到做任何事也應刻苦練習，相信總會迎來成功的一天。