

انسان‌ها همیشه آرزو دارند تندرست بمانند و عمری طولانی داشته باشند. در این راه، ورزش یکی از مهم‌ترین کارهای انرژی‌بخش است و فواید شگفت‌انگیزی برای سلامت جسم و روح ما دارد. امیرعلی زائری نیا امسال دانش‌آموز کلاس هفتم مدرسه شاهد شهید شوشتری است. او ورزش را از پنج سالگی و با موفقیت در رشته‌ی ژیمناستیک آغاز کرده است و اکنون مسیر قهرمانی را با بدمینتون دنبال می‌کند. گفت‌وگوی ما با امیرعلی را در ادامه می‌خوانید.



نوجوان قهرمان بدمینتون استان: الگوی من در ورزش برادرم است

نتیجه‌ی طلایی زحمات من

از آنجا که ژیمناستیک ورزش پایه است و برادر بزرگ‌ترم در این رشته قهرمان است، من هم از کودکی با ژیمناستیک آشنا شدم و به آن علاقه پیدا کردم. به‌ویژه وقتی در هفت سالگی نخستین مرتبه در مسابقات باشگاهی اول شدم، به این دلیل که نتیجه‌ی زحماتم را به‌خوبی می‌دیدم، خیلی خوش‌حال بودم. پس از چهار سال کار و تمرین حرفه‌ای، در هشت سالگی در مسابقات آموزشگاه‌های خراسان قهرمان استان شدم و از نه سالگی ژیمناستیک را کنار گذاشتم و وارد رشته‌ی بدمینتون شدم. به دلیل آمادگی بدنی بالا، پیشرفت خیلی خوبی در بدمینتون داشتم و یک سال بعد نفر سوم رده‌ی سنی نونهالان مسابقات بدمینتون استان شدم. در یازده سالگی نیز مقام سوم استان را کسب کردم. خوش‌حالم امسال هم که وارد رده‌ی سنی نوجوانان شده‌ام، نفر سوم استان در این رشته هستم. امسال در مسابقات «فیتنس چلنج» قهرمانی استان هم شرکت و مقام سوم رده‌ی سنی نوجوانان را کسب کردم.

همه‌ی فایده‌های بدمینتون

بیشترین توانایی‌ای که برای موفقیت در رشته‌ی بدمینتون به آن نیاز داریم به نظم سرعت عمل، چابکی، دقت، تمرکز و استقامت است زیرا این رشته‌ی ورزشی نفس‌گیر است و به‌ویژه اگر بازی سه‌ست شود. خدا را شکر می‌کنم که تاکنون آسیب دیدگی جدی‌ای نداشته‌ام. عقیده دارم بدمینتون ورزش بسیار شاد و بانشاطی است که سبب می‌شود ورزشکار واکنش سریع و بالایی داشته باشد. خوشبختانه جایگاه ورزش بدمینتون در کشور ما روبه پیشرفت است و به سطح یک آسیا رسیده است. من هم امیدوارم بتوانم در این ورزش بیش از پیش و در سطح جهانی بدرخشم.