



قد بلند می شویم

مروارید درباره فایده های پرداختن به کاراته در سن کم می گوید: با توجه به وجود صفحات رشد قدی در پانوع حرکات کاراته، این ورزش می تواند سبب رشد قد ما حتی بیشتر از والیبال شود. البته سبک وادوریو و تعدادی از سبک های دیگر کاراته، کنترل هاستند و دست و پای حریف به ما برخورد نمی کند و آسیبی برایمان ندارد، همچنین آمادگی جسمی و روحی زیادی برایمان به ارمغان می آورد. این ورزش به توانایی خاصی نیاز ندارد، اما می تواند عامل ایجاد آمادگی بدنی خوب، چابکی، دست یافتن به قد بلند و تناسب اندام، حس سرحالی، خوش اخلاقی و شادی برایمان شود. هرچند به طور کلی ورزش خیلی برای بدن و ذهن اهمیت دارد و اگر ورزش نکنیم بدن ما تبیل می شود و ممکن است دچار بیماری شویم.

ورزش رزمی و اعتماد به نفس

مروارید درباره اهمیت ورزش کاراته برای دخترخانم ها نیز می گوید: برخی تصور می کنند ورزش های رزمی به خصوص برای دخترخانم ها خطرناک یا خشن است که باید بگویم تصویری کاملاً اشتباه است، این ورزش نه تنها عامل رشد سریع قد می شود بلکه یاد می گیریم چگونه از خود دفاع کنیم و اعتماد به نفس داشته باشیم. اگر هم خانواده ها نگران آسیب دیدگی فرزندان خود هستند می توانند آن ها را در سبک های کنترلی ثبت نام کنند. البته اگر روزی بخواهم ورزش دوم دیگری را انتخاب کنم، حتماً ژیمناستیک، تکواندو، و شویا دفاع شخصی خواهد بود.



تلاش برای شکوفایی

او اضافه می کند: به جز کاراته به کارهای دیگری هم علاقه دارم؛ مثلاً در رشته نقاشی روی بوم در مسابقات مدرسه مقام برتر را کسب کرده ام، در درس علوم در آزمون سراسری مبتکران کشور صاحب رتبه درخشان شده ام و در آزمون احکام دینی در مسابقات بین مدارس به برتری رسیده ام. عقیده دارم فعالیت های فوق برنامه، توانایی های من در برنامه ریزی و خلاقیت را تقویت می کند که سبب می شود در درس ها هم موفق تر باشم. به همین دلیل قصد دارم در آینده در رشته ی پزشکی ادامه تحصیل بدهم و در کنار آن استاد کاراته هم بشوم و همه استعدادها و توانایی هایم را شکوفا کنم.

در این راه به جز تلاش خودم بیشتر از همه، مادر عزیزم، پدرم، برادرم و استاد کاراته ام خانم هاشمی عزیز را در پیشرفت خود مؤثر می دانم و از آن ها سپاسگزارم. از دوستانم هم می خواهم از تلاش دست برندارند و برای اهداف خود تا رسیدن به پیروزی بجنگند.