



سما جان! چرا از میان همه ورزش‌ها، ژیمناستیک را انتخاب کردی؟

زیرادر رشته ژیمناستیک از ۳ سالگی تا هر زمانی که توان ادامه داشته باشیم امکان رشد و موفقیت وجود دارد. برای موفقیت در ژیمناستیک باید بدن انعطاف پذیری داشته باشیم که البته با تمرین به دست می‌آید. هم زمان مواد غذایی سرشار از ویتامین مصرف کنیم و برای حفظ سلامتی خودمان از غذاهایی که مامانمان می‌پزد ایراد نگیریم. البته به نظرم همه ورزش‌ها برای سلامتی بدن مفید هستند، اما ژیمناستیک به دلیل اینکه ترکیبی از ورزش‌های مختلف است تأثیر زیادی بر تندرستی و شادابی فرد دارد.

چگونه در آن مدت کوتاه به مدال طلا رسیدی؟

وقتی برای جشنواره مسابقات ژیمناستیک با دوستانم به طور ناگهانی انتخاب شدیم، به دلیل اینکه خیلی دیرتر از دوستانم در دوره‌های آموزشی ثبت نام کرده بودم استرس زیادی داشتم و فکر می‌کردم شاید مدال نیاورم، اما به خاطر اینکه کامل و خوب به حرف‌های مربی‌ام گوش داده بودم مدال طلا را کسب کردم که خاطره خوبی برایم شد. در آینده هم با یاری خداوند قصد دارم به ورزشم ادامه بدهم و به پیروزی‌های ارزشمندتری دست پیدا کنم. دلیل موفقیت خود را هم اول لطف خدا، سپس تلاش خودم و راهنمایی‌ها، پشتیبانی و کمک پدر و مادرم و مربی‌هایم می‌دانم و از همه آن‌ها ممنونم.

چه کارهایی را بیشتر دوست داری؟

به ژیمناستیک علاقه زیادی دارم. به خاطر اینکه از درس‌هایم عقب نمانم فعلاً ورزشم را به طور حرفه‌ای دنبال نمی‌کنم، اما دوست دارم آن قدر این رشته ورزشی را ادامه بدهم که مربی ژیمناستیک بشوم. البته به کاراته و شنا هم خیلی علاقه‌مندم و دوره‌هایی را در این رشته‌ها نیز گذرانده‌ام. به آموختن رشته‌های قرآنی و دوره‌های هیئت و مراسم مذهبی هم علاقه زیادی دارم.

از اینکه مدرسه‌ها دوباره شروع شده است شور و شوق زیادی دارم زیرا با دوستان، معلم‌ها و مربی ورزش جدیدی آشنا می‌شوم.

در درس‌هایم هم چهار سال متوالی شاگرد ممتاز بودم و از مدرسه جایزه گرفتم. خوش‌حالم که تابه حال تجربه شکست نداشته‌ام، اما اگر روزی شکست بخورم هم دوباره تلاشم را ادامه می‌دهم و از هدفم کوتاه نمی‌آیم. از دوستانم نیز می‌خواهم در هر کاری که علاقه و استعداد دارند تلاش و پشتکار داشته باشند و تا رسیدن به قله پیروزی از هدف خود کوتاه نیایند.

