



郭昭儀 3D07

活動項目：游泳

我從小就開始練習游泳，從小學一年級開始，每星期都會花兩天去跟教練訓練，直到了三年級時被老師發現了我懂得游泳後，便邀請我加入游泳校隊。當中的訓練過程非常辛苦，一星期內有三天放學後都要到游泳池練習，星期天便跟教練練習，直到現在也沒有放棄，依然堅持每星期訓練三天，每次兩個半小時，雖然過程辛苦，但得到的成績令我對自己充滿了信心。

在訓練過程中雖然辛苦，亦有高低起伏，但身邊的朋友不斷鼓勵著我，父母對我的支持使我堅持沒有放棄，

我很感激他們。「沒有最好，只有更好」，只要付出的比人多，你的成就便會越大。

當初我只視游泳為令身體健康的運動，沒想到現在對我來說是這麼重要。以前我認為拿到獎項不是甚麼一回事，但現在我認為拿到獎項是實力的證明，代表我付出的努力沒有白費，也給了自己一個肯定。

我希望能游得更快更好，將來做一位游泳教練，教更多小朋友游水。

