

## 學游泳的啟示

今天，我參加了游泳訓練班，為的是可以報名參加學校舉辦的游泳比賽。

我和媽媽來到屯門西北游泳池，我興奮地換好泳衣後，便走到室內游泳池。媽媽帶我走到一位女教練面前，對我說：「這位就是你的游泳教練。」我們打過招呼後，教練便帶我到空地做熱身運動，有幾個小朋友也和我一起學游泳。我們做完熱身運動後，教練叫我們下水，然後教我們閉氣和蛙泳手、腳的動作，我們都學得很好，教練稱讚我們。我心想：學游泳沒有什麼難的，就是在水中踢一下腳，擺一下手便學會了。

接下來，教練叫我們將手和腳的動作一起做，加上閉氣和呼氣的動作。教練說完便一邊示範，一邊講解注意事項，我沒有認真聽，我覺得既然我分開做都做得很好，合起來做都一定沒有問題。

教練講解完後，便叫同學們練習一下，我自信滿滿地開始游了起來，可是游了兩下，我的手和腳開始亂了，最後，我的身體沉了下去，我喝了游泳池的水。幸好游泳池的水不是太深我可以站在池底上。我心想：不可能啊！我分開做得這麼好，為什麼合起來就不能呢？我百思不得其解，只好再嘗試。但是結果都是失敗。

這時，我聽到不遠處傳來笑聲。我望過去，看見幾個游泳班的同學在那裏偷笑，其中一人說：「歐珞彤很笨啊！連合起來游都覺得很困難。難道她沒有認真聽教練講解注意事項嗎？」又有一個人說：「對啊！而且她的動作很搞笑，好像一隻不會游泳的青蛙，游得很醜。」說完，他們又笑起來。

我聽到他們的對話後，心情大受打擊。我紅着臉，低着頭，沮喪地走到池邊，不想再游了。

教練見我站在池邊一副傷心的樣子，便走過來問：「你為什麼不練？」我把事情的前後都向教練坦白。教練聽後，笑着和我講解注意事項和動作要點。說完，她開始糾正我的游泳動作。經過教練的糾正，我終於學會游泳了！我再也不怕別人笑我了。我非常感激教練的教導。我可以報名參加游泳比賽了！

我們遇到困難要勇於面對，逃避不是解決問題的方法。經過這時，我領悟到了「世上無難事，只怕有心人」的道理。