

## *Eseja*

### *“Mana sporta zāle – dabā.”*

Sports ir ļoti laba lieta. Sports ir aktīvs dzīvesveids. Cilvēkiem jāsporto, lai būtu veseli, stipri un lai būtu labā formā. Ar sportu var nodarboties visur: stadionā, uz ielas, sporta laukumā pie skolas (diemžēl pie mūsu skolas tas ir ļoti bēdīgs), pa veloceliņu, jūrmalā.

Liepāja ir pirmā Baltijas reģiona pilsēta, kura saņēmusi augstu Eiropas Sporta pilsētu asociācijas novērtējumu, jo tieši izcili sportisti, tādi kā, Kristaps Porziņģis – basketbolists - un Anastasija Sevastova – tenisiste – ir uzvarējuši starptautiskajās sacensībās un nesuši Liepājas un Latvijas vārdu tālu pasaulē. Liepājā sporta jomā ir paveikts daudz, organizējot augsta līmeņa Eiropas un pasaules sacensības. Liepājniekus arī aicina aktīvi iesaistīties, piedalīties un sportot, atbilstoši katra spējām un interesēm, masu sporta pasākumos, piemēram, pie mūsu skolas Liedaga ielā 5, pludmalē nūjošanas, skriešanas, ielu vingrošanas aktivitātēs. Un, tiešām, gan lieli, gan mazi liepājnieki ar katru gadu kļūst sportiskāki, jo saprot, ka veselīgs dzīvesveids ir cilvēkam ļoti vajadzīgs.

Mana mīļākā vieta Liepājā, kur var sportot, ir pludmale. Tā ir unikāla sporta zāle brīvā dabā. Tik tīras un baltas smiltis ir vienīgi Liepājas jūrmalā. Es zinu, ka citur pasaulē tādas nav. Un te var darīt visu, ko katrs grib! Vasarā var peldēties, spēlēt volejbolu, pastaigāties, sauļoties. Rudenī un ziemā skriet, ja ir sniegs, arī slēpot un pat slidot. Gan rītos, gan vakaros manā sporta zālē var satikt vecus un jaunus, sievietes, jauniešus, bērnus, vīriešus. Viņi ir pa vienam vai arī pulciņos. Katrs nodarbojas ar kaut ko – skrien, vingro, spēlē bumbu, nūjo, peldas. Kāds pastaigājas, vēro jūru, elpo spirtgto gaisu un ir aizmirsis visas raizes un bēdas. Viņi vienkārši ir aktīvi un bauda dabu. Tas viņiem ir ļoti nepieciešami un tas viņus arī iepriecina. Daudzi cilvēki un arī es gribam būt veseli, skaisti, laimīgi un sports mums palīdz par tādiem kļūt. Man ļoti, ļoti patīk sportot!

Autore : **Līna Panteļejeva**  
**Liepājas A. Puškina 2. vidusskolas**  
**7.b klases skolniece**