

我曾經有過挫折 - 2020 第一期 特優 興國國小 蘇○勛

- 5 年級 7 班

「砰！」槍聲震耳欲聾，游泳比賽在既緊張又興奮中開始了！選手們個個使盡吃奶的力氣，拼命地向前游去，彷彿乘風破浪的大鯨魚，遠征太平洋！我也奮不顧身，像一顆發射的魚雷往目標衝刺，勇冠三軍，捨我其誰！果不其然，我奪下這一組的勝利；我從泳池中，緩緩爬了上來，走向人山人海、熱鬧非凡的頒獎臺，在眾人羨慕的眼光中，拿下金光閃閃的獎盃，那一剎那，我的記憶瞬間回到我報名比賽的時候

其實在比賽前，我對比賽充滿著不確定，而且沒信心，因為我不但不知道游泳比賽的規則，也不知道四個泳式要怎麼游，因此我十分抗拒；但在媽媽的鼓勵下，我靜靜思考後，決定放手一搏。接下來的日子，我每天努力練習，在經過教練的同意後，我把練習時間從一節課增到兩節課，上課時除了要在岸上練習正確姿勢，也要「下海」(泳池)練習，我總是想像自己是一頭所向披靡的大鯨魚。我發現我游得最好的是自由式，其次是仰式，而較不會的是蛙式；教練跟我說划手要划到胸前，而且不能有停頓，手腳動作要一致。我竭盡所能，努力改正，但總是沒有達到教練的要求，叫我好生沮喪；過了幾天，教練說我游得好多了，叫我好雀躍，因為要贏得鐵面教練的誇獎，這可是得之不易呀！蝶式是我最不常接觸，且最不熟悉的泳式，游蝶式到中間經過教練時，往往都會被教練抓住腳踝，調整我的姿勢，大聲的向我怒吼：「手不可以彎，要伸直！伸直！」但我一再的改正，還是做不好。為了游好蝶式，我看了對面泳道上選手級的大哥哥游的蝶式，再看看媽媽在泳池旁幫我拍的蝶式影片，從中找出什麼動作我做得不夠到味，並加以改正，我每次都游得精疲力盡，過程中，我感到十分挫折，常常想：要不要放棄？我真的可以成為游泳比賽的健將嗎？我不想辜負媽媽的鼓勵、教練的期望，也給自己一個不可能任務的挑戰，我心想：「再堅持一陣子吧！」皇天不負苦心人！我終於是個臉不紅、氣不喘，輕輕鬆鬆在泳池裡，如魚得水般，來來回回游了好幾趟的小健將了。我發現教練越來越少調整我的姿勢，游泳測出來的秒數也越測越短，教練說：「你現在的資質已經可以參加『比賽』。」看見教練微微上揚的嘴角，我頓時倍感信心，也準備好接受最困難的考驗！這一刻，我發現我臉上的水有一點點鹹鹹的

比賽當天，心中忐忑不已！我站在跳臺上，想到教練之前對我千叮嚀、萬交代的要求，儘量少換氣，手儘量向前伸直。突然！我全身熱血沸騰！「預備！」我聽到裁判

的口令，「砰！」的一聲跳入水中，猶如一條速度極快的旗魚，不是！是發射的魚雷，飛快的衝向終點，剎那間拿下這一組的冠軍。這時我尋找著最想見到的人——我親愛的媽媽和嚴格的教練，是媽媽不辭辛勞的陪伴和教練絕不手軟的嚴格訓練，我才有這一刻的榮耀，我要與他們分享勝利的喜悅。

對於這次的努力，我心想：假如一個人不嘗試，怎麼知道結果呢？如果我遇到一點點的挫折就打退堂鼓，如果當時我意興闌珊沒有參加比賽，要怎麼拿到這份光榮？如果我沒有勇氣面對教練「斯巴達」式訓練，如何獲得成功？最困難的考驗就是過程，萬般的煎熬，但唯有堅持的人，努力不懈的人，才有資格擁有勝利的光環，享受勝利的那一刻，最甜美的滋味！謝謝媽媽和教練，更感謝無數個挫折，使我在游泳比賽中，站上頒獎的舞台，閃耀喜極而泣的淚水