

LOS CHICOS DE ORO

¡UNA DE FÚTBOL!

Yo empecé jugando al fútbol justo en el colegio que estoy ahora, en el equipo de fútbol sala. De este equipo pase al Terra Alacant, donde estuve un año. Después estuve en el Alicante cuatro años, donde ya fui aprendiendo muchas cosas del fútbol. Más tarde, comencé a jugar en el Hércules, hasta este año que ha sido el último, ya que el Valencia se ha interesado por mí y me voy a jugar allí.

En los entrenamientos, cada día de entreno, es una cosa distinta: los lunes hacemos físico, los miércoles posesiones y técnica y los jueves hacemos ejercicios de tirar a portería y algún que otro juego. Todas las semanas dedicamos como unas 6 horas a los entrenamientos y dos horas al partido. Cuando llego de entrenar, suelo meterme a mi habitación a estudiar o hacer deberes. Es complicado ya que vienes cansado del entreno y no tienes fuerzas para nada, pero con un poco de esfuerzo se saca todo y bien.



El fútbol es un deporte de equipo, no es un deporte individualista, para ganar hace falta trabajar en equipo, ya que es mucho más fácil que hacer la guerra por tu cuenta. Siempre vas a tener a compañeros que te ayudarán y apoyarán en todo lo que hagas y en cada jugada que fabriques. Es difícil recordar el partido más emocionante, ya que ha habido muchos. El que más fue cuando jugamos un partido contra el Barcelona, que era una final de un torneo de Benidorm; llegamos los dos a la final, pero empatamos 3-3 y tuvimos que ir a los penaltis. Por suerte, ganamos el partido y el torneo, yo metí un gol de falta entre los 90 minutos y otro en la tanda de penaltis. Nos fuimos muy contentos sabiendo que ganamos a un gran equipo aunque fue duro de pelar.

Hubo un partido en el que unos aficionados de nuestra edad insultaron a un compañero de mi equipo por ser de diferente raza, y eso no me gusto nada. Fui a ellos y les dije cuatro cosas, no sabía lo que hacía en ese momento, se me cruzó el cable. Una de las situaciones más desagradables, la verdad.

El deporte es muy sano, sobre todo para estar en forma. Yo animaría a toda la gente del cole para que se encuentren bien con ellos mismos y que disfruten del deporte.

Espero que mi futuro sea como futbolista, ya que voy a trabajar muy duro para llegar a ello. Aunque sea difícil me veo con posibilidades de llegar hasta el final. Me gustaría sacarme la carrera de Periodismo o profesor de Educación Física, todo relacionado con el deporte, seguro que llego.

¡UNA DE BALONCESTO!

Todo empezó cuando Luis, entrenador de fútbol del cole, me ofreció probar una tarde entrenar a baloncesto en las pistas de la Sociedad Cultural de Carolinas. Probé y me gustó y al cabo de unas semanas ya estaba entrenando con mi equipo, el Baloncesto Femenino San Blas (BFSB), en el cual llevo 5 temporadas, comenzando en la categoría alevín de primer año y siendo actualmente cadete también de primero.



Cada semana entreno entre tres y cuatro días, dos horas por sesión. Normalmente, primero calentamos, después hacemos ejercicios de tiro, trabajamos los sistemas 5 contra 5, trabajamos la mecánica de pivot bajo la canasta, etc....

El trabajo en equipo, en este deporte, es fundamental si queremos llegar lejos en las competiciones, porque tenemos que ser una piña. Estar tan compenetradas hace que en la pista leamos las intenciones del resto, y si una de nosotras falla una canasta, siempre estamos todas para animarla.

Muchos son los partidos que he jugado, siempre emocionantes y muchos de ellos contra rivales muy difíciles. Pero sin duda, con el que me quedo en el recuerdo es con el partido BFSB vs ROS CASARES, que ganamos por 6 puntos. Tristemente también siempre recordaré un partido que jugamos contra CABOMAR, en el cuál nos jugábamos el pase a la siguiente fase y pese a que lo ganamos por dos puntos de diferencia, por un error, nos lo dieron por perdido y nos sancionaron no dejándonos clasificarnos.

Compaginar los estudios y los deberes es muy difícil, requiere mucho sacrificio. Cuando llegas tarde a casa de un partido en Valencia y tienes que hacer deberes, porque el día anterior estuviste entrenando, cuesta mucho. No sé si el día de mañana me dedicaré a jugar a baloncesto de manera profesional, y podré alternarlo con mi trabajo, pero desde luego, eso es lo que me gustaría.

Siempre he dicho desde pequeña, que de mayor quiero ser profesora de inglés y quizás, quien sabe, cuando vaya a estudiar a Inglaterra, tengo suerte y ficho allí por un equipo femenino de básquet, de mucho renombre.....

¡UNA DE DANZA!

La verdad es que todo empezó por casualidad. Hicimos una excursión con el cole al Conservatorio para ver como hacían allí las clases y a la salida nos dieron unos papeles por si queríamos apuntarnos. Hablé con mis padres y les convencí para que me dejaran presentarme a la prueba de acceso; me presenté y me cogieron.

Normalmente la profesora nos marca una serie de ejercicios, nosotras los hacemos y a lo largo de la semana los va cambiando, los suele poner cada vez más complicados y cuando tenemos alguna actuación cerca nos dedicamos la mayoría del tiempo de clases a ensayar los bailes. Al día hacemos 3 horas y media. Semanalmente serían unas 17 horas y media. Es algo complicado poder compaginar las dos cosas pero yo, por suerte tengo facilidades ya que puedo quitarme algunas asignaturas del colegio gracias a las convalidaciones que se me proponen.



El trabajo en equipo es comodísimo, ya que nos llevamos todos genial y cada vez que necesito ayuda están ahí todas mis compañeras para ayudarme. Si no entendemos algún paso nos lo explicamos los unos a los otros sin ningún problema, y además si los profesores necesitan ideas para hacer los bailes nosotros pensamos pasos para ayudarles.

Para mí el momento más especial que he vivido fue el primer baile que hice en un escenario con tanta gente, ese día para mí fue increíble porque bailaba en la Universidad de Alicante, y además vinieron los de mi clase a verme el día de las puertas abiertas de los colegios. Fue un día muy especial porque además de bailar en un escenario tan grande y con tanta gente por primera vez, saber que habían venido mis compañeros de clase y ver a mi madre emocionada por haberme visto bailar fue lo mejor. La situación más desagradable que he vivido fue cuando me rompí el brazo y me tocó bailar con el brazo escayolado. Lo que más me costó fue hacer los pasos como había que hacerlos, tenía que imaginarme que no tenía nada en el brazo y eso me costó bastante.

Animaría a mis compañeros del Cole a que hicieran deporte. Les haría ver que el deporte no es solo sudar y cansarse. Les diría que el deporte es mucho más que eso, que haciendo deporte también se puede disfrutar y mucho, te relacionas con más gente y, también estás mucho más sano que tirado en el sofá todo el día.

La verdad es que no tengo ni idea de donde estaré de aquí a unos años. Espero acabar la carrera y cuando la acabe ganarme la vida bailando, que es lo que siempre me ha gustado hacer.

Yo creo que tendré un futuro académico bueno, seguiré estudiando hasta que me saque otra carrera aparte de la de bailarina. Me gustaría ir a la Universidad y formarme más para tener un buen trabajo y poder vivir cómodamente. A mí me encantaría llegar a ser una gran bailarina y poder ganarme la vida bailando, pero eso es muy difícil y por eso tengo otra profesión pensada que es policía nacional y como última opción profesora de infantil o primaria.

¡UNA DE TENIS DE MESA!



Hola, soy Marina Níguez de 3ºESO. Soy deportista de élite y me dedico a jugar al Tenis de Mesa. Empecé a hacer deporte hace cinco años en las Escuelas Municipales. Al poco tiempo, el entrenador vio mis aptitudes y me dijo que si quería ir a entrenar con los mayores.

Entreno todos los días sobre tres horas, quince horas semanales. En vacaciones, son sesiones de mañana y tarde, a tres horas por sesión.

Mis entrenamientos hace dos años no eran muy intensos, debido a mi nivel, pero desde entonces he mejorado mucho. Ahora mis entrenamientos son intensos, serios y los aprovecho al máximo.

Trabajar en un equipo a veces es algo complicado, porque todos no jugamos igual, pero es bonito cuando poco a poco trabajas en grupo y las cosas salen bien.

El partido más emocionante que he jugado ha sido la final del Campeonato de España y además la gané. También hace unas semanas la Selección Española me convocó para jugar un Torneo Internacional.

Para mí las situaciones más desagradables dentro del ámbito deportivo son las lesiones, estás mal físicamente, pero a la vez estás mal psicológicamente, te hundes y todo te va mal.

Me cuesta mucho compaginar los estudios con el deporte. Cuando salgo del colegio, voy a comer; luego tengo dos horas más de clases en mi casa. Cuando termino las clases a las 17:30h voy a entrenar las tres horas. Llego a casa sobre las nueve de la noche, me pongo a hacer todos los deberes, ceno, me ducho y después me pongo a estudiar.

Es muy duro y sacrificado lo que hago, pero luego obtienes recompensa por ambos lados. Yo animo a todos mis compañeros a que hagan deporte, porque es bueno para la salud y además luego estás más relajado/a.

Mi futuro lo veo encaminado hacia el deporte. Como para todos, lo más serían unos Juegos Olímpicos, pero eso para mí es un objetivo a largo plazo. Ahora mismo mis objetivos a largo plazo son: Campeonato de Europa en Junio y poder jugar con la Selección Absoluta. Cuando se acabe mi carrera como deportista me gustaría ser entrenadora.

En mi futuro académico, yo pienso terminar la ESO y después depende de cómo me vaya en el deporte. Lo que mejor me vendría sería entrar en un Centro de Alto Rendimiento (CAR) para tener mejor compaginación y poder entrenar más. Yo de mayor quiero ser profesora de Educación Física, pero no me disgustaría hacer fisioterapia