**Đề 5**

**Situation:** You have to **participate** **in** a **sports** **event** in **your** **university**. **Among** the **following** **sports**, which would you choose: **Swimming, soccer, or chess?**

**Firstly**, I was **born and bred in** a **coastal** **city**, so **swimming** is **my** **favorite sport**. In **summer**, I **go swimming every day.**

Đầu tiên, tôi **sinh ra và lớn lên** **ở 1 thành phố biển**, vì vậy bơi lội **là môn thể thao yêu thích của tôi**. Vào mùa hè, tôi đi bơi mỗi ngày.

Hai là, dựa theo rất nhiều nghiên cứu, bơi **lội cải thiện sức khỏe tinh thần và thể chất.** Do đó, nó **tốt cho sức khoẻ** nếu chúng ta **đi bơi đều đặn.**

**Secondly,** according to many researches, **swimming** **improves** **mental** and **physical health.** Therefore it’s **good** **for** **health** **if** we go swimming regularly.

# I don’t choose soccer and chess because I don’t like and I am not good at them. And the university where I study, my friends don’t play them.

Tôi không chọn đá banh và cờ vua vì tôi **không** **thích** và cũng **không giỏi** về chúng. Và trường đại học nơi tôi học, bạn bè của tôi không có chơi chúng.

**In short,** I think swimming is the best option for me if I have to participate in a sports event in my university.

Now, the weather is hot

I’m good at swimming because I got a gold medal when I studied in the high school.

It keeps me fit

Swimming helps me increase height/ teamwork

+ increases my problem-solving skill, improve my memory, focus, develop creativity and teach me planning skill.