# 第一次尝试跳绳作文(推荐41篇)

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2023-12-20

*第一次尝试跳绳作文1记得我上一年级的时候，妈妈送我一根跳绳。它是粉色的，很简单，没有记数的功能。妈妈说那些五花八门的跳绳往往都华而不实！拿起绳子，我有点不知所措：是先抬腿还是先“舞动”绳子呢？爸爸看出了我的小紧张，他找来一跟普通的绳子，两只...*

**第一次尝试跳绳作文1**

记得我上一年级的时候，妈妈送我一根跳绳。它是粉色的，很简单，没有记数的功能。妈妈说那些五花八门的跳绳往往都华而不实！

拿起绳子，我有点不知所措：是先抬腿还是先“舞动”绳子呢？爸爸看出了我的小紧张，他找来一跟普通的绳子，两只手抓住绳子的两端，把绳子的中央放在小腿肚的位置，然后膀子一挥，绳子动了起来，双脚也跳了起来。一个，两个，三个……

我也学着爸爸的动作跳起来，并在心里记住爸爸教我的方法，可是，我连两个都跳不起来，绳子一会缠到我的脚，一会打到我的胳膊。我疼的哇哇直叫，埋怨绳子总是跟我作对。爸爸说慢慢来，找到技巧的同时还要协调好动作。

我又认真的练了起来，当绳子快要降落时，我就高高的抬起双脚。爸爸在旁边说脚不要抬得太高，绳子会像小鸟一样穿过你的脚底。我继续找窍门，跳得满头大汗。一个，两个，三个……七个，八个。我终于能连着跳了。我开心极了。爸爸给我竖起了大拇指。

谢谢妈妈送我的跳绳，并让我懂得有些事物不能只看外表。也谢谢爸爸教会我跳绳，并让我懂得遇事要动脑筋找窍门。

我还要跟爸爸学跳一次脚，绳子转两圈的本领呢！

**第一次尝试跳绳作文2**

班上每个人都会跳绳了。而我却怎么也学不会，妈妈告诉我，认真点，过一段时间就会了。

星期三，老师让我们回家每人买一根跳绳，必须跳100下，每天练习。回到家我买了一根跳绳就在外面学跳了。我只跳了几个，就已经跳不动了，妈妈说：“这样可不行，跳时不要跳太高，绳子落地时脚跳起来就行了，要不然脚会没力气的。”我照妈妈说的去做，果然跳得比以前多了。

到了第二天下午，我们要去比赛，我非常紧张，但我又想起妈妈说的话，开始第一项比赛了，我很担心自己在大家面前出丑。很快就到了跳长绳，我更加紧张，这样快的速度我跟不上。到我了，我等绳落地时，就一下子冲了进去，等绳落地时，我又一下子冲了出去，真痛快。

比赛进行了很久，但我们还想跳。回教室去了，老师说：“同学们，你们真棒。不过还有几个同学还不会跳长绳。”我得意洋洋地看着那些不会跳长绳的同学，心理想着，我真棒。

回到家，我把今天比赛时我的情况说给了妈妈听，妈妈对我的表现赞口不绝，我高兴地笑了。

**第一次尝试跳绳作文3**

今天虽然是星期日，但我和妈妈却起得很早，因为我们有一个约定，那就是去操场跳绳。

我们来到操场上，空气特别新鲜，四周静悄悄的。我和妈妈开始跳绳了，我俩跳得飞快，跳绳发出了“唰唰”的响声，打破了四周的宁静。几分钟后，我俩都有些累了，妈妈建议休息三分钟，时间到了，我们又变了一种跳法：挽花跳。妈妈一会儿向前挽花，一会儿向后挽花，看得我眼花缭乱。而我在这方面就比较笨拙，我拼命地学，还是没学会，妈妈说：“这不是一概而就的事情，需要时间和耐心，只要细心观察，用心体会，过一段时间就会跳了”。说完，妈妈再次给我做了示范，我目不转睛地看着妈妈跳，妈妈的动作是那么灵巧，跳得是那么轻快，整个身体是那么协调，妈妈跳得好极了！分明是一个跳绳专家。接下来，我进行了多次练习，终于能挽一个了。妈妈的脸上露出了灿烂的笑容。

时间过得真快，转眼间，该回家了。妈妈哼着小曲，我想着刚才的跳绳，明白了一个道理：万事贵在坚持。

**第一次尝试跳绳作文4**

今天，家里有客人来，妈妈想买些水果招待客人，可爸爸却不在，没人去买水果。

我想：这可是一个表现的好机会，于是我自告奋勇地说：“让我去买水果吧！”妈妈很怀疑地说：“你能行吗？”我信心十足地说：“当然了，我已经长大了，可以帮家里做事了。”妈妈点了点头，于是我拿过妈妈给的钱去买水果。 我来到楼下的水果店买水果，这家店的生意可好了，里面有许多的水果，有红利透青的苹果，有金灿灿的梨，玲珑的草莓，像灯笼似的桔子……各种各样的水果令我眼花缭乱，害得我都不知道要买些什么了。 经过几分钟的考虑，我决定买桔子，我紧张地问阿姨：“请问，桔子和苹果怎么卖？甜不甜？”“两元五一斤，包甜，你尝一个试试吧！”阿姨亲切地说。说完阿姨拿了一个桔子递给我。我拿了过来，心想：尝一下试试，免得上当了。我接过了桔子，剥开了皮，拿了一片放在口中一咬，酸中带甜，冰凉凉的，好吃极了！我又对阿姨说：“就买这个了。”阿姨拿出一个塑料袋，里面装的是又大又甜的桔子，然后把这些桔子称了一称，有两斤重的桔子共五元，最后我付了钱，开开心心地回家了。

到家后，妈妈见我把水果买来了，高兴地说：“恺楠，你长大了，懂得帮妈妈做事了，真是一个乖孩子。”我听了，比吃了蜜还甜。

**第一次尝试跳绳作文5**

今天，老师对同学们说：“我们学校将在第15周举行跳绳比赛。”我一听，心想，糟了，我不会跳绳。怎么办呢？接着，老师又说：“现在离比赛还有8周时间，不会跳绳的同学可以利用这8周时间学习跳绳。”我一听，哎呀，这真是个好办法，8周时间足够我练了。

下午，我一放学就催促着爸爸带我去买跳绳。买完以后，我迫不及待地在家里学习跳绳，刚开始的时候，我每次都用劲不到位，绳子没办法甩成大圆圈，一跳就绊住了。经过无数次失败，最后，我终于尝到了成功的喜悦，慢慢地可以跳上几次。克服了这个困难后，又来了一个新的困难--手脚协调不到位，我每次跳绳时，不是脚提前跳一步，就是绳子甩到我脚上，我真是很懊恼，一气之下，真不想练了。爸爸看出了我失望的情绪，就说：“逸舟，不论学什么事情，总是从不会到会，再一步步熟练的，但关键要不怕失败，要持之以恒地坚持下去，继续努力吧!会成功的”。

听了爸爸的话，我暗暗地下决心，一定要练好跳绳。

**第一次尝试跳绳作文6**

“叮铃铃”下课铃响了，我飞快地冲出校门，向家跑去。今天早上我没有吃早饭，肚子已经饿得咕咕叫了。本想着一回到家就可以吃到好吃的饭菜，可是一打开家门，发现家里一个人也没有。我这才想起妈妈说今天要加班，不能回家，我只好自己做饭了。

我打开冰箱，里面有\*\*\*和鸡蛋，我想：“我就做\*\*\*炒鸡蛋吧。”我拿出\*\*\*，切成小块儿，又拿出一个鸡蛋，把壳敲开，倒进碗里搅碎。起锅烧油，等到锅里冒烟的时候，我匆匆忙忙把鸡蛋倒了进去。没想到油太热了，还没等出锅就糊了。哎呀，一个鸡蛋就这么浪费了。

再试一次吧，我又拿出一个鸡蛋。看到油差不多热的时候，我赶紧把鸡蛋倒进锅里。吵了一小会儿，看到鸡蛋变凝固了，就赶紧成了出来。可是用筷子一家里面还是鸡蛋液呢。唉，做饭怎么这么难呢？可是咕咕叫的肚子告诉我，不能放弃。我第三次尝试炒鸡蛋。这次我小心\*\*着火候。和时间，等鸡蛋熟了，就把\*\*\*放进锅里炒。不一会儿，那酸酸香香的味道散发出来。我尝了一口，不咸不淡刚刚好。我终于成功了，我开心的跳了起来。

做饭真不是一件容易的事情，以后我要多帮妈妈做家务。

**第一次尝试跳绳作文7**

今天是我上小学以后的第一次考试，我们的副班\*\*在考试之前让我们拿出语文书，先复习一遍学过的课文和生字。然后大声对我们说：“马上就要考语文了，大家把书都收起来放在书包里，考试的时候注意把字写工整，认真思考，做完了要好好检查一下。”铃声响了，又进来了一个陌生的老师，手里抱着一大堆卷子，她把卷子一个一个发给我们，然后就让我们保持安静，好好答题。我立马坐端正，给我的卷子上写上自己的班级、名字和学号，就开始做题，每个题我都会，认认真真地把答案写在卷子上。很快我就答完了，我抬起头看了一下其他同学，大家都低着头，认真的做题。过了很久，铃声响了，老师说考试时间到了，就开始收卷子，我长长的舒了一口气，考试可真是累人啊，手都写麻了。

我希望我能得一百分，这样子妈妈就会给我买礼物了，嘻嘻。

**第一次尝试跳绳作文8**

在我们的生活中，每个人都有许许多多的第一次，而这些第一次都有所不同。比如说，第一次做饭、第一次出远门、第一次骑自行车、第一次坐公共汽车等。其中，在我的脑海里，令我最难忘的就是第一次跳绳。

那天，是一个晴空万里、秋风习习的下午。我一放学回家，妈妈就说要去楼下的小公园教我学跳绳，我高兴得一蹦三尺高。到了小公园，妈妈把绳子拿出来，给我做了个示范。妈妈熟练地拿起绳子，一下一下地跳了起来。只见妈妈越跳越快，跳的次数也越来越多。我看见了，心里觉得非常简单，就拿起绳子学着妈妈的样子跳了起来。可是，我一下都没跳着，就被绳子缠住了，还摔了个四脚朝天。我站起来，费了很大的力气才把绳子弄好。我不服气，又跳了起来。可是，这条绳子好像故意跟我作对。我还没跳，这条绳子就甩在了我的脚上。我生气极了，索性把绳子扔在了一边，说：“不学了，不学了，一点都不好玩！”妈妈听了，立刻说：“孩子，别生气，无论做什么事情都要坚持呀！”我听了，火气渐渐消了，又跳了起来。这次我虽然又摔倒了，可是我又马上站了起来，继续跳。经过一次又一次的努力，我终于学会了跳绳。

这就是我的第一次，你的呢？

**第一次尝试跳绳作文9**

我的课余生活丰富多彩。我喜爱看书、打乒乓球、弹钢琴，但是我最喜爱跳绳。

下课了，我和几个女同学去玩跳绳，跳到第三层的时候，我如何也跳不进来，我就先观察其他人是如何跳的。只见她双脚并拢，用力向上一蹦，同时脚还向左钩。身子一下子跃进绳圈，像只轻盈的燕子一样敏捷。中午回家的时候，我想训练训练。我像她一样跳，一次、两次、三次，我终于跳进来了。

跳绳丰富了我的课余生活，我喜爱它。

**第一次尝试跳绳作文10**

最令我难忘的，是今年暑假第一次下厨的情景。

那天刚好爸爸妈妈有事，我自告奋勇地要求亲自下厨，请妹妹打下手。妈妈做的“青菜炒鸡蛋”最香了！于是我决定就做这道菜，让全家人见识一下我的厨艺。

按照妈妈先前的指导，我先倒些油，过了几秒钟，我赶紧把菜放进去，只听“刺啦”一声，吓得我向后倒退了两步。轮到放盐的时候，我手一抖，一大勺盐都倒了进去。妹妹在一旁安慰我：“没事，呆会多放些放水就ok了！”我拿起铲子，学着\*时妈\*\*样子在锅里搅了几下，就让妹妹到冰箱里拿鸡蛋。妹妹把鸡蛋递给我，我没抓紧，“啪”的一声，鸡蛋掉在地上，彻底“变身”了。我赶紧拿抹布擦地板，擦来擦去，地上还是粘乎乎的，还没等把地板擦干净，一阵焦味钻到我的鼻子了。糟了，竟忘了锅里还在炒着菜，这下糊了。我刚站起身，脚下一滑，一屁股坐到了地上，痛得我差点爬不起来。幸亏妹妹机灵，几步跑过去把煤气关了。

唉，\*时看妈妈做饭很轻松，没想到轮到我自己竟搞成这样……

虽然这件事过去几个月了，但一想起来，我总是情不自禁地笑出声来。唉，许多看起来容易的事情轮到做起来未必就简单呀！

**第一次尝试跳绳作文11**

我擅长跳绳，这是我在一次重赛中，竟然发现我一分钟能跳180几下。我最拿手的，也是花样跳绳里，首屈一指的双飞。 又是一个偶然，我们发掘了一个很好玩的游戏2人来玩，一人跳一个双飞，另一个人跳两个双飞，以此类推。

于是，在阳光的挥洒下，我们肆无忌惮地玩了起来。

先是2人，接着，人群慢慢地簇拥了起来。越来越多，最后居然增加到了四人了，还招聘到我们班的跳绳健将，太爽了！

最后一个人总要被无辜陷害跳四个。说我的水平，也不过就是跳十个，一般一般，世界第三了！在这之中，有愤怒，有欢笑，还有各种酸甜苦辣在这之中。

在课间，这游戏也很风靡。今天，我和陈豪就像两颗棋子，必有一拼。可是，他总是略胜一筹，我还被坑&rdqu;去了一支笔！唉~~

这个游戏，不仅强身健体，还促进了我们之间的友谊。你不妨试一试。（我毕恭毕恭的提示：跳绳差的绝对不要玩，以防被好的坑！）

在玩这个游戏的时候，人就像两块陀螺，一直不停转，也不停地打击对方，也正是这样的打击，才让自己的攻击力变得更强。

希望你们的友谊更深厚！

**第一次尝试跳绳作文12**

我好久都没有跳绳了，所以我决定从今天开始，每天跳绳10分钟，我首先找到了我最喜欢的那根红红的跳绳，当我拿起了它时，它好像对我说：“主人，我好久都没有陪你玩耍了，好想你呀，你有没有忘记我！”我似乎听到了它的话语，感觉非常的羞愧，去年我们两个形影不离，今年却没有相见，哎！我心里暗自下定决心——我以后每天都会陪你玩的。

首先我准备先试验一下，只见那根跳绳非常的调皮缠在了我的脚上，我就有一点着急了，妈妈说：“不要着急，因为你好久都没有练习了，所以才会是这样子”，听了妈妈的话，我变得认真起来，不一会儿手里的跳绳开始变得非常的听话，我也跳的比上一次好一点了。

我觉得我还要多多的练习跳绳，这样才能参加下一次的跳绳比赛，再次取得第一名，为班级争光。

**第一次尝试跳绳作文13**

现在，我们学校每个星期都会有阳光一小时活动。在活动中，我看到别的小朋友跳绳跳得很好，绳子很“听话”，随着节奏不断起舞，我非常羡慕，于是，我跟爸爸说：“我也想学跳绳。”

爸爸爽快地答应了。他给我买了一根绳子准备教我。刚开始绳子总是“不听话”，一下都跳不好，我有点泄气了，真想把绳子摔到地上，然后狠狠地“教训”它一顿：为什么不听我的话！爸爸见了，轻轻地告诉我：“学任何东西都要有耐心，要掌握窍门，要带者头脑去做。用心就可以把事情做好，用脑就可以把事情做对。听了爸爸的话，我又重新练了起来。

经过一段时间的用心、用脑地练习，我终于学会了跳绳。虽然跳得不是很好，但至少我的绳子”听话“了。

**第一次尝试跳绳作文14**

昨天晚上妈妈因为加班没睡好，还有些头痛。没有给我做早饭，我决定自己来做一次早饭。

走进厨房，我看还有点昨天剩下的米饭，我就想到妈妈做的蛋炒饭，决定做蛋炒饭。我先准备好火腿肠、鸡蛋、胡萝卜、小葱花。首先，先把火腿肠、胡萝卜切成丁，又把鸡蛋加进米饭里，搅拌均匀。准备开始炒了，有点紧张，心里像十五个桶打水——\*\*\*\*的。几次下来才把火打开，倒油，噼里啪啦一阵响，油在锅里就像在跳舞似的。我把米饭放进锅里炒的时候，不料手一抖，碗就从我手里掉了下去，碎了。我急忙拿了扫把来扫。这时我只顾着扫碗这事，米饭都在锅里炒焦了，哎！

我又重新开始炒，开火、放油、把米饭加进去，翻炒几下，把胡萝卜丁、火腿丁都加进去，嗯香味已经出来了。翻炒均匀后加入盐、鸡精、十三香、生抽，盖上盖子焖一会，出锅了。香喷喷的蛋炒饭，都把小鸟给引来了，停在我们家的窗花上，往里张望，太阳公公也笑眯眯的照着厨房，好像在鼓励着我说：“小朋友，你可真棒呀！以后要多多努力。”

出锅了，我把米饭盛到碗里，再配上一杯牛奶，完美！我尝了一口，可真是比外面卖的还好吃。

通过这次做饭，我明白了一个道理：坚持就是胜利，放弃就会失败。

**第一次尝试跳绳作文15**

我先召集了许多小伙伴，我招了一个、二个、三个、四个……我召集的人员让我眼花缭乱。我总共招了三十个人员，我再将这三十个人分成三组，我便说起规则来“等一下每一组的人PK，剩下的一个组是霸主，等待其他组分出的霸主。这三个组比谁跳得最多，分出第一名，第一名可以获得终极礼包。”

第一组来了，他们笑容满面，自信的走来。他们开始跳了，一个、二个、三个、四个，到了第五个的时候，他们不跳了。哦，原来有人摔倒了，整组队员像水开了一样热闹，原来是我四脚朝天的坐在地上。其他小组也笑话连篇。

跳长绳让我增加了团队精神和节奏感，我喜欢跳长绳！

**第一次尝试跳绳作文16**

在我的记忆里，自己的第一次多得像天上的繁星，数也数不清。一看到玻璃柜里的小刺猬豆沙包，这使我想起了一年前的春节。

记得那年过春节，妈妈正在做小刺猬豆沙包，我也想学。看着我渴求的目光，妈妈欣然接受了。

轮到我了！我学着妈\*\*样子，舀了一勺豆沙馅，放在了面皮里，包好。最难的就要数剪刺了：我“咔嚓”一刀下去，刺猬的后背“张嘴”了！我连忙拿一块面团，把大口子堵\*\*。唉，再看看桌子上，又是红豆又是面。

妈妈见了，说：“来，这个交给我‘处理’，你再做一个。我再教你一遍，认真听啊。”

这回我可认真了！剪刺的时候我极为耐心，生怕又把刺剪坏了。

终于，我做好了有始以来第一个小刺猬豆沙包。我小心翼翼地把它放进大蒸笼里。耐心地等待它出炉。

啊，盼星星盼月亮，小刺猬终于出炉了！

手托自己做的小刺猬豆沙包，心里美滋滋的。轻轻咬上一口，那种无与伦比的甜，都甜进心里了！真好吃啊！因为是第一次做豆沙包，虽然它有一点“畸形”，但它也是令我自豪的成品啊！我可以托着它自豪地说：“我会做小刺猬豆沙包了！”

做刺猬豆沙包确实挺不容易的，但如果有决心，有毅力，就一定会成功的！

**第一次尝试跳绳作文17**

今天晚上，妈妈准备了一顿丰盛的晚餐，看着桌上热气腾腾的饭菜，我高兴极了。

吃饭的时候，妈妈对我说：“宝贝，今天你来学学洗碗好不好？”我想：就这点事，我不学就能干好，便高兴地答应了。吃过晚饭，我就急忙把桌上的碗、筷子和盘子收拾干净，开始洗碗。谁知我刚拧开水龙头，水就给我了一个“下马威”，蹦了我一身。可能是水开得太大了，我连忙把水关小了一点，然后卷起刚被水淋湿的袖口，便正式开始洗碗了。我先将筷子洗干净，放进筷盒里，然后再洗碗和盘子。第一只碗里就有很多的油，我洗了很长时间，怎么也洗不干净，而且手上也被弄得油腻腻的。我很生气地看着这只碗，好象听到这只碗非常得意地对我说：“看你，没办法了吧。”“哼，你等着，我一定要把你洗干净。”我暗暗下决心。怎么办呢？我便大声地向妈妈请教：“妈妈，这只有油的碗怎么才能洗干净啊？”妈妈回答说：“要放点洗洁精去洗。”我就把洗洁精拿了过来，一下子倒了许多，结果手太滑，不小心把这只碗滑到了水池里，我心里一阵紧张，连忙伸手小心地拿起碗一看，太好了，没摔坏，悬着的心终于放了下来，洗下一只碗的时候，我就小心多了。功夫不负有心人，结果，一只比一只洗得更洁净，一次比一次洗得锃亮。

望着我第一次劳动的杰作，心里别提有多高兴了！没想到洗碗还有这么多乐趣呢，以后我要多帮妈妈做些家务事，提高自己的劳动能力。

**第一次尝试跳绳作文18**

人生中有许许多多的第一次例如：第一次做饭，第一次刷碗，第一次叠被子……而我的第一次有点特殊，那就是第一次领奖’。

那是一次期末考试，在考完试以后又经过了几天，分数出来了，在金光闪闪的光荣榜上竟然出现了我的名字，我心想：就算天上掉馅饼也不可能砸到我身上的。于是我怀着疑惑不解的心又看了几遍结果让我大吃一惊，，我竟然考了全年级第五名，我又想：妈呀！我真是走狗屎运了！我怀着无比喜悦的心跑到教室里，想把这个好消息告诉我的好朋友，没想到到了教室里我的好朋友一把抱住我说着：恭喜恭喜。我说：同喜同喜。她说：为什么是同喜啊？我说难道我考的好你不高兴吗？然后她又笑着说：当然高兴了。——过了几天，学校举行了一个颁奖会，当学校里的老师念到我的名字时，我眉飞色舞地拿着奖状和奖品站在飘扬的\*下，我想：这真应该是台下一分钟，台下十年功，一份耕耘，一份收获的道理吧！

这真是我人生难忘的第一次啊！这真是如人饮水，冷暖自知啊！我的不懈努力终于考了好成绩，我想对你们说：世界上没有天才，只有那些无知的人经过不懈努力，而成为天才，只要你们具有锲而不舍，打破砂锅问到底的探索精神，才能成为天才。

**第一次尝试跳绳作文19**

我永远忘不了上周的周六，因为那天是跳绳考级，要知道我可是第一次参加跳绳考级。在去的路上，我的心一直没能安宁，生怕考不过去。但一旁的王艺博劝我：“没事儿，老师都说了其实没什么难的。”

过了不一会儿就到了考场，当我看见大家都在努力练习时，我更加紧张心里打起了鼓，也努力练习起来。

这时老师把报名表发给我们，说：“你们现在准备着，一会儿就到你们了。”这句话犹如雷鸣，我的心立刻提到了嗓子眼儿。当到我们的时候，我胆战心惊，只听得“开始！”我拼了命跳，手心直冒冷汗，腿也开始不听使唤，心里咯噔咯噔的真是“十五个吊桶打水——七上八下”。终于听得一声“停”，我长舒了一口气，也没查是多少个。

跳完花样小绳，就应该跳三分钟测试了，我们本来就累的够呛，加上这么一折腾。唉！我的心犹如落进万丈深渊，只好硬着头皮站到考试点上。

“开始”我握紧把柄，脚不停地着地，跳到两分钟时，我心想：怎么还不到时间呢？好累呀，什么时候才能停呀？一百个念头从我心里冒出来，真是叫天天不灵，叫地地不应啊！但我一直想着：坚持就是胜利。

终于我盼星星盼盼月亮般地把“停”给等来了。我累的眼冒金星。

当我又重新回到车上时已经是中午了，我对妈妈说：“运动真的很重要，不仅可以锻炼身体，还可以增加长个的速度！”

我考完级之后，还不知道过没过去，但我以后一定要加强锻炼身体，还要每天坚持跳小绳。

**第一次尝试跳绳作文20**

星期天，爸爸和妈妈都下地干活去了，家里只剩下了我一个人。我做完了作业感到挺无聊的，于是想帮妈妈干点家务活，现在都十二点了，还是我帮妈妈做饭吧，这可是我大显身手的时候。

我在厨房里找好了我最喜欢吃的茄子。我又把茄子放在盆子里洗了一会儿。然后又把皮削去，最后我又学妈\*\*样子，系上围裙左手按住茄子，右手拿刀，把茄子切成小方块。我又找来蒜和姜把它们切碎了。我又回忆妈\*\*样子把每个鸡蛋碰一道缝两手使劲一瓣，金黄金黄的蛋汁流到碗里用筷子搅拌，直到起了白沫沫。

准备工作都做好了，剩下的就得炒菜了，我找来锅子刷的干干净净，刷完以后再拿到煤气炉上，过了一会儿，我放了花生油，然后又把切好的蒜和姜放进锅里，最后又把鸡蛋放上，有几滴油蹦了出来，吓的我连退三步。鸡蛋的一面熟了，我用铲子番了过来，又放\*\*盐。鸡蛋炒好了，剩下的就是炒茄子啦。我又放了点油，等油熟后我又放\*\*茄子……

最后茄子炒熟了。我又把鸡蛋放进去一块儿炒，不一会儿，一道香喷喷的菜就做成了。这时爸爸妈妈回来了看见我炒的菜都非常惊奇，尝了尝我做的菜说：“你可真是长大了，都会做菜了。”我高兴的笑了。

——第一次叙事作文

第一次叙事作文

**第一次尝试跳绳作文21**

如果要评选“跳绳能手”，那当然非我们班的张瑞莫属了。为什么？告诉你吧，他呀，不仅跳绳技术好，而且只要一听见跳绳，准会高兴得一蹦三尺高。

说起他的外貌，极有特点喽。瞧！常有汗水的鼻子上带着一副眼镜，一张嘴巴常跟别人讲道理，有时还敢跟老师讲道理呢。

说到他的跳绳，就更有说头喽，跳绳的技术没人可比。记得有一次，体育课上，老师说：“今天跳绳”。那边老师的话音一落，这边爱跳绳的张瑞就高兴得在原地连转了三个圈，脚底下还不停地颠着。老师刚把绳子分配好，张瑞就迫不及待地拿起绳子跳起来。一口气跳了50个，还没有停下来的意思，后边的人等得不耐烦了，就变着调地说：“张瑞，你也该休息了吧？”可张瑞好像没听见似的一个没坏地连跳了5分钟后才恋恋不舍地说：“你们跳吧，我去玩别的”。同学们一听，十分高兴，可没想到的是，他只一转身，擦了擦汗，又来跳了。同学们看他太喜欢跳绳了，只好把跳绳给他，大家围着他，给他数数、加油了。

还有一次跳大绳，同学们怕绳子打在身上，谁也不敢跳，张瑞却不一样，只见他疾步跑过去，大声喊到：“我准备好了，开始跳吧”他的话一出口，两边的同学开始用力甩绳子。为了测试他的速度和技术，绳子甩得是越来越快，可张瑞不动声色，不慌不忙随着绳子的快慢有节奏地以平静的心去跳，结果，一直跳到帅绳子的同学甩不动了，才不得已停下来，嘴里还不停地说：“跳得太爽了，太爽了。”同学们都羡慕极了。

也许是跳绳的原因吧，张瑞的身体越来越棒，学习也越来越好。快到考试的时候，同学们都在紧张地复习功课，可他还利用复习的间隙来跳绳呢，就这样，考试成绩仍然呱呱叫！

怎么样，张瑞是不是可以称得上“跳绳大王”的称号？

**第一次尝试跳绳作文22**

人生中会有很多很多的第一次,第一次做饭、第一次滑冰、第一次养小动物等等等等。下面，我就来讲一讲我第一次骑自行车的经历。

那是去年的事情了，我看到很多人都骑着车子在院子里面乱转，觉得很不甘心，我都这么大了初中，完全可以骑车子了，为什么不学呢？于是，爷爷奶奶给我找了一辆新车子，让我学习骑车。

一开始，我从来都没有接触过这类东西，结果刚上去，就摔了一个大跟头。我弹了弹身上的土，把车子扶正，继续学习。奶奶担心我还会摔倒，就在后面给我扶着，先让我找一找骑自行车的感觉。慢慢的，慢慢的，奶奶松开了手，我像一只箭一样飞了出去。只不过当时还不太会握把，速度慢慢的减弱，我汽车的路线也慢慢变的弯弯曲曲，最后还是没有掌握好，把脱了手，我又摔倒在地。

就这样我摔到了两三次，练习的时候，我真的有点儿不想骑了，但终于我开始慢慢的掌握了骑自行车握把的规律，我骑得越来越好，最后我甚至可以单手脱把的骑了。我坚持不断的骑，每一次都骑一两个来回，我又学会了溜车、转弯等很多技术，现在，经过不懈的练习，我已经气得非常不错了，通过这件事情我也明白了一个道理：只要坚持就会成功。只有通过自己的不懈努力，\*\*一切\*\*的困难，才能够胜利。

**第一次尝试跳绳作文23**

跳绳比赛快到了，一天，平平接到老师的通知，说下个星期3举行跳绳比赛，而且平平是运动员。平平非常高兴，因为他可以为班级争光。

在这几天，平平只要做完作业，就刻苦练习，心想：“我必须拿到前3名。”。终于到了比赛的那一天，在跳绳比赛的早晨，平平起得很早，穿戴整齐，就奔跑着来到了学校，他怀着必胜的信心走到了比赛场。

比赛开始了，在欢快的音乐中和同学的欢呼生中，平平用自己真正的本领轻松的完成了比赛。比赛成绩宣布了平平竟然得了第一名，有好多没有赢得比赛的同学正在争先恐后的问着平平，他们说：“平平你是怎样赢得比赛的？”平平回答到：“我每天都再练习，没有依赖父母也没有偷懒，才能得到这样的好成绩。”

又有一个同学们问他：“你跳绳的时候摔过跤吗？”平平回答到：“我跳绳的时候当然摔过跤了，还被绳子打到手臂和身上好多次呢！但是我还是勇敢的坚持下来，继续练习。”

所以同学们有付出，就有收获，你们一定要学平平哦！

**第一次尝试跳绳作文24**

今天，秋高气爽，凉风习习，王老师带领我们B5班同学去操场练习跳绳，操场练习跳绳的人可真多呀！有的在跳前挽花、有的在跳后挽花、还有跳大绳、小绳、双人跳等等。因为三跳运动会马上就要举行了，所以每个班级都认真练习着。

我们今天主要练的是跳小绳，跳小绳前首先要一只脚踩住绳子中间，双手用力提了提绳子长短合适。开始跳的时候要屏住呼吸，双眼目视前方，大臂自然垂下夹紧，小臂分开，手腕飞快的甩起绳子，双手均匀的摇着，脚跟微微踮起，脚尖轻轻地点着地面。小绳欢快地翻着跟头，只听见了嗡嗡的声音。老师计时一分钟，我跳着跳着，跳到最后感觉腿像灌了铅一样，跳不动了，胳膊也摇不动了，我满脸通红，汗流浃背，喘着粗气，但是，我仍旧坚持着， 可我还是坚持住啦。我要冲刺跳到140，再跳到190，一分钟时间到了，我们都停下了脚步。

跳绳可以让我们锻炼身体，还能锻炼毅力，我要坚持练习跳绳，不管是在学校还是家里，我都会认真练习。争取跳到200以上，在三跳运动会上为B5班争光。

**第一次尝试跳绳作文25**

跳绳好处多多，快来看看我们一（1）班绳采飞扬的靓丽风景线吧！

从开学不会跳绳，到现在我们一（1）班几乎所有小朋友一分钟跳绳的成绩都达到100个了。看到自己的付出换来了这么好的结果，我们真高兴！

最近一个月，我们在不断地学习跳长绳。体育课王老师指导我们，大课间班主任指导我们，周末爸爸妈妈还会甩着一条短绳让我们练习长绳。我们终于在一次次地练习中，越跳越棒了！从一开始的不敢冲进绳去，有些女孩子还吓哭了，到老师数：“1、2、3”轻轻推我们一把进去，到现在自己勇敢地跑跳着进去，然后迅速逃离。快来看看，我们的进步有多大！

这周我们还让老师解放了一下，我们下朋友自己甩长绳了，看我们多能干！

**第一次尝试跳绳作文26**

刚开学，体育老师就给我们布置了一个任务，让我们每天回家至少要跳绳200下。而不久之后，我们的班主任，也让大家回家后要跳绳五分钟，来加强这样作业。每天一回到家，写完作业，我就拿起了那一根陪我久经沙场的紫色短绳，叫上妈妈计时，在门前的空地上跳起了短绳。

星期二那天，我和往常一样，在平地上拿着短绳，对着妈妈点了点头。几秒过后，随着妈妈一声令下，我飞快地甩起绳子，“啪！啪！”绳子有节奏的拍打着地面，我如蜻蜓点水似的上上下下，像被包裹在紫色的光圈里一般。绳子在空中划出了一条优美的弧线，绳舞蹁跹，若隐若现。

许久之后，我的力气渐渐用完了，速度也慢了下来，猛然间，伴随着“啪”的一声，我撕心裂肺地大叫了一声。然后，就感到胳膊上面火辣辣的疼。忍着眼泪，我拿着跳绳接着跳着，心里埋怨道：好疼啊，这绳子怎么回事？短绳似乎听到了我的心声，再一次狠狠的抽了我一下，那真是钻心的痛啊。五分钟过后，我的胳膊就已经遍体凌伤了，这哪里是我在跳绳，分明就是绳子在跳我啊。

为了不让绳子继续“虐待”我，妈妈给我买了一条新绳子，可我还是心有余悸，想跳绳也不敢跳绳了。

**第一次尝试跳绳作文27**

锻炼身体，提高身体素质是我们每个新时代好少年的必修课。

这学期开始，老师就给我们布置了跳绳检测。跳绳是我的弱项，不会跳绳，我该怎么办呢?我只好回家请姐姐教我。姐姐说要跳好绳必须先调整好绳的长度，从基本功开始练习。先双脚跳，然后单脚跳，跳绳的时候要先慢后快，循序渐进。我按照姐姐教我的方法，慢慢练习。果不其然，我真的学会了跳绳。从一次跳二十下到一次跳五十下再到一次跳次九十下。我一次比一次跳得快，一次比一次跳得多，一次比一次跳的好。

随着时间的推移，我不但学会了双脚跳，还学会了单脚跳。跳绳不但让我锻炼了身体，提高了体质，还让我明白了一个道理，身体是我们将来建设祖国的本钱，因此我们要刻苦锻炼，增强体质，认真学好每一项体育项目，做新时代的好少年。

**第一次尝试跳绳作文28**

在我们的生活中，有许许多多的第一次，然而，随着我们年龄的不断增长，这种第一次也越来越多。我今天就遇到了一个具有挑战性的第一次。

今天，爸爸下班回家后，像变魔术似的从他的公文包里变出了一根跳绳，然后笑眯眯的对我说：彤彤，咱们从今天开始练习跳绳吧，你的弟弟默默都会学跳绳了，你还不会，另外，跳绳还可以锻炼身体，有助于健康呢！什么，弟弟都会跳绳了？我惊讶的问道。这个消息一下子激起了我的\'好胜心，可我又怕自己在学习跳绳的过程中出洋相、闹笑话，被弟弟嘲笑。经过了一番激烈的思想\*\*后，我决定挑战自己，学会跳绳。

我拿出爸爸买的绿色跳绳，小心翼翼底把绳子甩到身后，两手抓住绳子的两端，向上一挥，待绳子绕道身前时，两脚同时抬起，轻轻一跃，就跳过了。可是这看似简单的动作，我硬是费了九牛二虎之力，经过反复的练习才能连贯完成。正当我暗自窃喜终于学会了时，只听扑通一声，我重重地摔了一个狗啃泥，哎呦，真疼呀！这时爸爸走过来，对我说：不要害怕，继续加油，你一定可以的！爸爸这温暖而坚定的话语给我了莫大的信心，我\*\*\*，鼓足勇气又开始了新一轮的练习。当然还是跳了一次又一次，失败了一次又一次。终于在我的不懈努力下，能够轻松的完成跳绳的连贯动作，我和绳子也成了好朋友！

通过这次跳绳，我战胜了自我，也明白了：失败乃成功之母，我们不能一遇到困难就放弃，一定要坚持到底，才会取得胜利！

**第一次尝试跳绳作文29**

人生中有许多第一次，我印象最深刻的那就是第一次跳绳。

在我刚上小学的第一节体育课，老师让我们每个人都准备一根跳绳，回到家妈妈便给我买了一根绿白相间的跳绳。

第二节体育课我开始练习跳绳。开始以为跳绳很筒单，但是跳绳并不是我想的那么简单，我总是摔倒，心里想：“跳绳真难，怎么学也学不会。”我把跳绳扔到一边不想跳了。老师看出来了我的心思，便走到我身前，对我说：“想学会跳绳不能心急，要有耐心、手脚要配合好，摇绳不能摇得太快，脚也不能跳得太慢。”听了老师的话，我又试了一次，果然好多了。一节课我已经学会了一个一个地跳。

以后中午我下楼玩儿的时候，一直在不停地练习跳绳，一个中午下来，我可以连续跳好几个了。我一直都坚持在练习跳绳，一个月过后，我已经可以连续跳很多了。

在学习跳绳的过程中，我懂得了一个道理：“世上无难事，只怕有心人。”只要坚持不放弃，就一定会成功的。

**第一次尝试跳绳作文30**

跳绳是很多人喜欢的一种活动，尤其是女孩子，而我对于跳绳是又爱又恨。

在一年级的时候，我才开始学习跳绳的，记得第一次跳绳，我们是几个人一起玩的，两个人在绳的两端摇，然后我们排队轮流跳，轮到我了，因为我们是第一跳，所以不是非常熟练，不过庆幸的是我跳过了，后面几次也非常顺利的通过了。逐渐的熟练之后，我就开始大胆去跳了，我一会儿快跳，一会儿慢跳，一会双\*\*叉跳，一会儿双脚并拢跳，跳的是非常开心的，在我跳得正开心的时候，我来不及跳起来，然后绳子就缠住我的脚了，我却毫不知情，我用力跳，摔倒了，压到了手腕，传来一阵剧痛，过一会就没有那么痛了，我就不在意继续和小伙伴们一起玩。

玩到晚上回家了，突然手腕非常的疼，我轻轻一扭，疼得我眼泪就出来了，然后我就告诉妈妈，妈妈带我去医院看，骨折了，医生在帮我矫正的时候，我还听到了骨头响的声音。医生说要修养半个月。

第二天去上学，看到同学们在跳绳，我都害怕了，我在旁边看着她们跳，都担心他们会摔倒。直到我的手好了，我看到绳子也不敢跳了，但是心里有非常想和他们一起跳。

过了几个月的`后，上体育课，老师要求我们跳绳，然后我就一直害怕不敢跳，老师和同学们就一直在旁边鼓励我，我看着他们期盼的眼神，我不想让他们失望，我就深呼吸，让自己不要想着会摔倒，鼓起勇气跳了，最后也成功了，我看到老师笑了，我心里也非常开心，我终于又可以跳绳了。

**第一次尝试跳绳作文31**

今天下午的第二节课，我们五年组进行了一场跳绳比赛，我们班的40名同学很紧张。

“滴！”哨声想起来了，比赛也随着哨声开始了，40名同学立刻跳了起来，“1、2、3……”数目一个个增加，“96、97、98、99、100！”“滴！”哨声又一次响起，对面的同学开始报数，轮到我了，我对面数数的同学说：“100个！”我听了，又高兴又叹气，高兴我参加了这个比赛，叹气我跳的不是很多，但我又自我安慰道：“没事，就40秒钟，40秒跳100个，如果1分钟的话我一定会跳140多个。”我去看我们班的同学，有的高兴，有的失望，还有的叹气。

接着，我们班开始给别的班数。

七班同学跳的很快，40秒钟跳一百一十多个，另我们班同学非常妒忌，接着我们便离开了场地，最后，我们班在楼梯门口留下了一张纪念照片，大家齐声喊：“茄子！”我想，这时候，其他同学心里一定非常甜。

这次跳绳比赛我们大家又紧张又高兴啊！

**第一次尝试跳绳作文32**

第一次炒鸡蛋

每个人都有第一次，第一次骑车；第一次滑冰；第一次游泳……

这天，老师布置了一个作业，让我们炒鸡蛋。

以前，我总是站在妈妈旁边看妈妈炒鸡蛋，而今天，却要自己来，我真的有点害怕，不过，有妈妈在一旁指导我呢！

妈妈先教我把鸡蛋在碗边磕破，再用手轻轻掰开。蛋黄和蛋清就滑在碗里了。我看蛋黄圆圆的，蛋清围在蛋黄旁边，漂亮极了。

接着，我将少许油倒入锅内，把煤气灶打开，等锅里的油冒烟了，我把搅好的鸡蛋慢慢的倒入锅内，然后用铲子左一翻，撒了一些葱末，右一翻，撒了一些盐，炒呀炒，鸡蛋就炒好了，我把鸡蛋盛到了一个精致的盘子里，鸡蛋的香味一下子就扑鼻而来，我先尝了一点，啊！真香啊！我让爸爸和妈妈尝，他们也都夸我炒得不错，我的心里非常高兴。

今天我不光第一次炒鸡蛋，还体会到了妈妈做饭的艰辛。

**第一次尝试跳绳作文33**

那一年生日时妈妈送给我一副跳绳，它普普通通，平平凡凡，只是一家商店买的跳绳罢了，但因为是妈妈给我的，仿佛有一种神奇的力量。

别看它只是一根朴实无华，平平无奇的小跳绳。有一次，学校举行运动会，却给了我很大的帮助。那次运动会，我想为班级拿到一份荣誉。刚开始我认为跳绳比较简单，所以我毅然决然地报了跳绳，一开始我觉得，跳绳很容易，跳一跳就行。到了运动会前几天我才知道：“虽然是运动会，那肯定是高手如云啊！不拿个三四名是不是太没面子了！”

这下我可急了，看到妈妈给我的跳绳，我一把抓住，冲到楼下，立马跳起来。一开始很不顺手，要么打头，要么打脚，跳得一点也不好，哎，难道我的跳绳真的那么差吗？早知道当初就不报跳绳了。是因为我太笨了吗？一直跳不好。妈妈看出了我的心思，“别急，认真练，你可以做到。”听了妈妈的话，我试着练习，早上跳，放学回家继续跳，果然不那么差了，一分钟至少能跳150次以上了。

运动会那一天，我还拿了个第三名，这荣誉的获得离不开妈妈给我的鼓励。

每次看到跳绳，我就想起了妈妈。妈妈，你在远方还好吗？我想你。虽然这跳绳已坏了，无法继续再跳，但它是我心爱之物，就像妈妈陪着我。

**第一次尝试跳绳作文34**

记得我第一次参加跳绳比赛，还是在四年级的运动会上。

运动会那天，我跟着老师和一些同学来到跳绳的场地。我在候场的时候非常紧张，因为我怕一分钟连一百个也没跳到，那也太丢人了吧。我真想为班级争点光。这时，一个五年级的女生开始跳绳了，我默默地数着，过了一分钟，我数出了一百八十个！我觉得只要努力，自己也能跳一百多个。

终于到我了，我的手已经出了很多汗。我走到跳绳的场地，老师在对我微笑，如果我因为手上的汗而把绳弄掉了，那不是辜负了老师对我的期盼吗？我赶忙擦了擦手。

我跳得快极了，绳子扇出的风嗡嗡的响，好像一只小蜜蜂在我耳边叫。我的`脚像跳芭蕾舞一样踮着飞快地跳。我太紧张了，心“咚咚”直跳。突然，绳一下子缠住了我的脚，我的心好像一下子停止了跳动。我急忙整理好绳子接着跳，时间快到了，我更紧张了。幸好，没有再出现失误。不一会儿，时间到了，我马上停了下来。我一分钟跳了一百六十多个，跳得比\*常快很多，我太开心了！一天后，我得知自己得了全年级第一名。我一点儿也不意外，因为我觉得我能得第一名。

这就是我第一次参加跳绳比赛，至今让我记忆犹新！

**第一次尝试跳绳作文35**

前几天，我们家的电脑突然坏了，我想：“这次电脑坏了，就不必惊动爸爸了，让我自己修就行了，而且这一次电脑有没有出现太大的问题，应该是线给松了，看看重插一下线能不能修好。”

开始修电脑了，我先把主机推开，然后把线全部拔掉。最后，把线插上，插到最后一根的时候，怎么也插不进去，我使足了力气，还是插不进去，这可怎么办呀？难道电脑我修不好了吗？

我心中不免有一些失望，而我可不是那种轻易就服输的人，我仔细的观察起了这根电线的结构，只见这根电线左边是空的，右边是实的，我刚才插时插反了，所以我没有\*\*去，找到了原因，我马上行动起来，一下就插了进去。

我打开电脑一试，呀！电脑被我修好了，我顿时兴奋无比，我心里想：“我终于又可以玩游戏了，太好了，太棒了！我自己都觉得我是修电脑的能手了！”

**第一次尝试跳绳作文36**

在一个月黑风高的晚上，一个电话在老爸的口袋里响了起来，老爸把放在自己的耳边接了起来，接完电话老爸转身过来对老妈说：今天我们一起出去吃，让儿子和毛毛呆在家里吃晚饭。原来是有一位叔叔请爸爸妈妈出去吃晚饭。

我跑过去对妈妈说：妈妈我不会烧菜喔。我还以为妈妈会帮我们做好晚饭再出去，没想到妈妈竟然会说：如果我每天都把东西准备好给你，你就会养成依赖的心，一旦我停止给你准备东西，你就有可能会\*\*。说完妈妈对我说：厨房里有些方便面，冰箱里有榨菜。说完他们就去吃晚饭了。

我先拿出方便面再把水放进锅里，把锅里的水给烧开以后把方便面放进锅里，方便面已经渐渐的分开了，我把重重地锅拿起来到处里面的水，再把开水倒进去煮，我拿出碗和榨菜，接着我把方便面倒进碗里，把调料盒榨菜一起放进碗里。我和弟弟把碗拿了起来闻了闻好香呀！我们吃的满嘴都是油。

从中我知道了我们不要依赖自己的父母，要学会\*\*。

**第一次尝试跳绳作文37**

抬头，偶然看见桌上的木雕鹦鹉笔，思绪不觉飘到了一次购物经历上。

那日，太阳将大地炙烤得直冒烟，踏出门，一股热浪迎面扑来，使我仿佛置身于火海之中。但这仍\*\*不了我和孙去洪崖洞购物的脚步。

刚到洪崖洞，我们便直扑室内商城，里面各种商店陈列的物品琳琅满目，令我们应接不暇。这时，我们被一块写着“木雕笔”的招牌吸引过去。那里有堆积如山、各式各样的木雕笔：有刻着活蹦乱跳的小狗的木雕笔，有刻着仰望远方的老鹰的木雕笔，还有刻着活泼可爱的小兔的木雕笔……我们刚看上这支，准备付钱，又看\*\*那支。心中犹豫不决：到底选那支好呢?真想把整个店铺都买下来!我们挑选了许久，仍是难以抉择……

忽然，我眼前一亮，一只做工精致的木雕鹦鹉笔浮现眼前：它有着火红的身子，头顶的羽毛根根向上，精神抖擞，像极了一只浴火神凤。银灰色的喙，赤褐色的翅膀，栩栩如生。最为传神的是它的眼睛，炯炯有神，好像在召唤我：“选我吧!我会为你带来惊喜和幸运!会为你的文章添上神来之笔!”

我们终于选到了心仪的笔，兴高采烈地去往其他店铺。

来到一家装修唯美的店铺，前面的柜台上醒目地写着：木雕笔10元一支。我们气得直跺脚，我们买时可花了整整15元呀!真恨不得马\*\*笔退回去。

可停下来转念一想，我们从中也有收获：常言道“货比三家”，下次买东西时就要多对比一下了。不是吗?

**第一次尝试跳绳作文38**

一个风和日丽的日子，灿烂的阳光洒满了美丽的校园。“加油，加油！”这震耳欲聋的加油声响彻云霄，原来是北门小学一年一度的冬季跳绳比赛开始了。

操场上人山人海，大家把比赛场地围得水泄不通。同学们个个摩拳擦掌，有的沉着冷静，有的成竹在胸，跃跃欲试准备迎接激烈的挑战。伴随着慷慨激昂的运动员进行曲，比赛正在紧张有序地进行着。

轮到我们班参赛了，大家沉着地走进比赛场地。裁判长一声令下，同学们都飞快地跳起来。我张开双臂，手不停地挥舞，好像有使不完的劲。脚尖点地轻快地弹跳着，跳绳在空中飞舞，不时地发出悦耳的响声。刚开始我还精力旺盛，跳得很快，渐渐地，感到体力不支了，脚像灌满了铅一样重，很难抬起来。看着其他同学努力地跳着，我暗暗给自己加油：坚持就是胜利，你一定能行的。于是我鼓起勇气，咬紧牙关，坚持到底。拼命跳啊跳，一秒钟都不停息。

“滴”一声清脆的哨声响起，紧张激烈的跳绳比赛结束了。尽管最后只跳了137下，但我仍然很高兴。

这次跳绳比赛，让我明白了一个道理：结果并不重要，过程才是最美丽的。你努力了，奋斗了，你就胜利了。做任何事情，只要你坚持不懈，就一定能取得成功。

——叙事作文：第一次

叙事作文：第一次

**第一次尝试跳绳作文39**

在一个秋高气爽，凉风习习的星期天下午，妈妈带我去操场上练跳绳，我特别开心，一路蹦蹦跳跳的去了操场。

妈妈说：“你现在开始跳一分钟竞速跳吧。”我说：“好的我就来练一分钟竞速跳。”我双手握着绳头，一只脚踩住绳子中间 ， 双手用力提了提绳子，看到绳子长短合适，于是，我屏住呼吸，双眼目视前方，大臂自然垂下夹紧，小臂分开，带动手腕飞快地绕圈，双手匀速地摇着，脚跟微微踮起，脚尖轻轻地点着地面，就像小鸡啄米粒 ，只听见嗖！嗖！嗖！绳子飞快的抡起，跳着跳着，我的腿像灌了铅一样，跳不动了，胳膊也摇不动了，我满脸通红，汗流浃背，气喘吁吁，筋疲力尽……但是，我仍旧坚持着，我心想：“我一定要跳的“你跳的不错，一共180个，继续加油！”

练习完跳绳，我和妈妈回到家天已经黑了。虽然很累，但是我明白跳绳能锻炼身体，锻炼毅力，我决心我还要继续努力练习，争取参加明年的三跳运动会，获得名次，为班级争光。

**第一次尝试跳绳作文40**

人生有许多的第一次，有的是第一次当少先队员，有的是第一次做饭，有的是第一次坐汽车，也有的是第一次玩电脑……但我的第一次却是种玉米！记得上五年级的时候，我和老爸老妈去奶奶家，正好赶\*\*种玉米我们就揽下了这个活。我们拿好玉米种子、化肥、锄头和几桶水就去了玉米地。到了那里妈妈说：“现在我们开始分工，小顾负责放玉米种子和化肥，老顾负责挖坑和挑水，至于我嘛，就负责浇水吧！我们比赛，谁先干完谁就有奖励，谁后干完谁就有惩罚，现在开始干吧！”妈\*\*话音还未了我就开始埋头苦干了。我心想：我肯定能第一个干完，他俩想赢我，没门！我边想边笑，妈妈看见了说：“在想啥好事呢，笑得这么甜？”我淘气的说：“想知道？嘿嘿，我不告诉！”我们就这样在一场比赛中干完了活。回到家后我发现，灰色的裤脚上已经沾满了泥土，鞋里早已经成了泥土的天下。我不禁赞叹道：种玉米真的不是一项简单的活呀！

**第一次尝试跳绳作文41**

以前，我跳绳水平极差，现在，经过体育课上的不停地锻炼，我一下子能跳125个了。

今天同样有体育课，我带着绳子，做完准备活动，我们就开始跳了，岳思恺下午没有来，我就和阿潘（我的同学）一组，我先跳，他就帮我计时。只听绳子“嗖..嗖….”的声音在我的耳边呼啸而过，打在地上，“啪啪”直响。这一跳就是一百三十五下，比上节课还多跳了十下呢。

现在该阿潘了他边给自己计着时，还边跳着绳。我也听见绳子在呼呼地作响，但是，这声音断断续续。他的动作总是不协调，时不时因为绳子绊到脚而停下来，一分钟过去了，才跳了将近100个。

于是，我就告诉他：“跳绳，手脚的速度、动作要一致，要快就快，要慢就慢。如果你手脚不一致的话，那么，肯定跳的不多。

阿潘听了我和他讲的话后，按照我说的，手脚一致，果真，他跳了很多，而且中间也没有断过，他这次听我的，在短短的一分钟里他一共跳了一百多个呢！

今天我帮阿潘提高了跳跳绳的效率，我不仅帮助了他，而且在共同的活动中，把我们的跳绳成绩提高了。此时，我想起一句话：帮助别人，快乐自己。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！