# 小学生年级组跳绳比赛作文300字(必备15篇)

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2023-12-29

*小学生年级组跳绳比赛作文300字1在一个阳光明媚的下午，我们学校要进行大家期盼已久的跳绳比赛，同学们个个摩拳擦掌，、蠢蠢欲试，好像做好了随时战斗的准备。比赛马上就要开始了，此刻我的心里有点紧张，呼吸，努力让自己平静下来。一组四个人，只听老师...*

**小学生年级组跳绳比赛作文300字1**

在一个阳光明媚的下午，我们学校要进行大家期盼已久的跳绳比赛，同学们个个摩拳擦掌，、蠢蠢欲试，好像做好了随时战斗的准备。

比赛马上就要开始了，此刻我的心里有点紧张，呼吸，努力让自己平静下来。一组四个人，只听老师一声令下，我迅速把绳子抡起来，双脚随着绳子的节奏不停地跳起，落下，进入状态后感觉心里没有原来那么紧张了。时间一分一秒地过去，我感觉头上想要出汗，有点气喘吁吁，我边跳边想：我一定要坚持，我可以的！突然，一不小心我被绳子绊到了，这时迟疑了一下又迅速调整好心态继续抡起绳子往下跳。比赛时间很快就过去了，我也累得满头大汗。

这次比赛我没有得到名次，老师安慰我说：不管比赛结果如何，能坚持到最后就是赢家。

**小学生年级组跳绳比赛作文300字2**

晚上，朋友妮妮来楼下叫我一起玩跳绳比赛的游戏。

我一听连忙拿好绳子，穿上鞋，就马上跑到楼下去和妮妮会合。可是，我怎么没有看见妮妮呢？突然，她趁我不注意的时候跳了出来，吓了我一大跳，我说：“妮妮，你干嘛吓我一大跳呢？”妮妮说：“我是在测试你的胆量了呢，没想到你这么胆小啊！我说：“你才胆子小呢。跳绳比赛我肯定可以赢你的，我看我们还是开始比赛吧！

比赛开始了，我们跳啊跳啊，跳累了，妮妮先停了下来，过了一会儿，我也坚持不住了，停了下来，妮妮的妈妈说妮妮跳了一百个，我的妈妈说我跳了二百个，妮妮不服气，说要重新再来一次，我说你想赖皮啊，妮妮说我没有。看我们二个吵着，妈妈要我们再重新比赛一次，结果这次也还是我赢了，妮妮终于输的心服口服了。

时间过的挺快的，到了8点半，我们都依依不舍的回家了。

**小学生年级组跳绳比赛作文300字3**

一年一度的跳绳比赛开始了，我的爸爸妈妈和好朋友一起来看我比赛。

小运动员们都做好准备，首先上场的是小东，只见他双手拿起绳子，把它扽了扽，向前一甩，单脚跳过去，啪啪啪，身体向左倾斜，最后绳子把小东绊了一下，小东很失望地结束了比赛。

紧接着是小丽，她双手拿起绳子，在脚上一扽觉得正好，于是她向前一甩，绳子从她脚下越过，绳子有节奏的拍打着地面，刚开始很慢，不一会儿，速度越来越快，那绳子仿佛在空飞舞，像一条条优美的弧线，她那轻盈的身姿，仿佛像小燕子一样。明亮的眼睛，紧盯着前方，“啪”绊了一下，比赛结束了，小丽很伤心，低着头站在了一边。

该我登场了，我拿起绳子，做好准备，深吸了一口气，我双脚并拢，身体向上一跃，双臂使劲抡两圈，跃起又落下，又跃起又落下，我先跳了几个二摇，接着我双脚好似安了个弹簧，身体纵身一跃，又来了个三摇，在旁边观战的妈妈大声喊着：“太棒了!太棒了!”我接连跳了十几个双摇，不一会我的速度放慢了，这时绳子刚好落在了脚下，我喘着粗气，脸上的汗珠向下流着，哇，竟然跳了四十五个，我成为了第一名。大家都鼓起掌来。

今天的活动是我最难忘的。

**小学生年级组跳绳比赛作文300字4**

我是个好动的孩子，对所有的运动项目都感兴趣。

今天早上，作文班举行了一次激烈的跳绳比赛。比赛还没开始，老师开始给我们介绍比赛规则，老师说：＂七人一组，分成二组，第一组先跳，第二组给第一组数数，然后第二组跳，第一组给第二组数数。

比赛快开始了，同学们有的人在压压腿，有的人在弯弯腰，有的人拿着自己的跳绳在试跳。

“一二三”老师开始！老师一声令下，同学们就像一个个不要命的精灵，拼命地跳。尤其是王越，她的两手就像两个飞速旋转的风火轮，手和脚就像两个配合默契的好哥们儿，手旋甩，脚旋跳，王越跳了100个，第一非她莫属。太厉害了！

我没有拿第一，可我能参加活动也很高兴。

我们作文班真是藏龙卧虎呀！

**小学生年级组跳绳比赛作文300字5**

体育课，周老师走进教室，对我们说：“今天，我们来举行一场跳绳比赛。”同学们兴奋地跳了起来，迫不及待地拿起跳绳冲向操场。

老师把我们分成两队，男生一队，女生一队。看看男生，有的抡抡胳膊，装大力士；有的踢踢脚，抖抖手。女生们则互相加油，互相打气。只听一声清脆的声音，比赛开始了！男生使劲跳啊，脸都憋红了，但依然不放弃。女生也不甘示弱，一步一步加快节奏。我是其中的一员，可千万不能拖大家后腿啊！我不停地鼓励自己。终于，男生跳不动了，一下子倒在了地上。我们女生憋着一口气，看见男生倒下了，也松懈下来。

“女生赢了！”周老师高声宣布。女生们兴高采烈地欢呼起来，男生们一个个垂头丧气的，但他们说：“你们别太得意了，下次我们一定会胜过你们！”女生们一边做着鬼脸，一边说：“好，我们等着！”

看着我们互相较劲，周老师笑了，我们也跟着笑了。欢笑声充满了整个操场……

**小学生年级组跳绳比赛作文300字6**

今天下午，我们一年级的同学在操场上举行跳绳比赛。

我虽然很想参加这次比赛，由于我昨天没有发挥好，失去了这次的机会，但是我依然希望我们班的小选手能够发挥优异的成绩。第一位选手是许嘉雨，他开始跳得很快，十几，二十几，三十几……突然，绳子绊倒脚了，我在一边看得着急，大家也都为他加油，加油声非常响亮，快要把我的耳朵给震聋了，只看见他又迅速的拿起绳子，继续跳起来，我才松了一口气。他最后跳了110下，我为他高兴。接着是我们班的尚进，他以熟练的技巧，赢得了最好的成绩，我们为他鼓掌。

比赛结束了，我们班输了，大家很失望，但是大家都有信心要再接再厉，争取下次取得更好的成绩。只要大家肯努力，我相信我们一定会超越自己的。

**小学生年级组跳绳比赛作文300字7**

星期二下午的体育课如期而至，今天有我期待又害怕的跳绳测试。和往常一样，我们在教室门口排着整齐的两列队伍，两个人并排手拉手被叶老师带到操场上。

老师先给我们示范了几次，告诉我们双手要紧握绳子的两端，双腿伸直双脚并拢，双脚不要跳太高，然后再开始跳。接下来我们在操场上自由练习，叫到名字的同学由老师计时跳绳。

“杨佳璇!”我心里一阵紧张走上前去，哨声一响，我便迫不及待地跳了起来。边跳边想，我一定要加快速度，跳得越多越好，一分钟120个就可以获得“跳绳小能手”的称号。我学着老师的动作，努力地跳着，一次又一次绳子被我踩在脚底下，不知道试了多少次终于连贯地跳了几个。时间过得很快，我还没跳几个，时间就到了。“60个，杨佳璇同学有进步!”叶老师喊道!伤心的我立马开心起来。

跳绳真是项有趣的运动，老师说跳绳能健身、健脑还可以减肥呢!我下定决心要好好练习，努力达到叶老师的要求!

**小学生年级组跳绳比赛作文300字8**

今天是三月三十一日，星期一我们在第六节课下课后进行了比赛，在比赛中会跳的同学很开心很兴奋，不会跳的同学闷闷不乐，很不开心，因为他们没有为班级做事，没有为班级争光，时间过得像流水一样快，一晃六节课就过去了，丁玲玲下课铃响了，只见同学们像离弦的箭一样冲出了教室来到了操场上，我们大家都很有信心，而且信心十分充分，因为体育课上，体育老师很细心的知道我们怎样跳绳。

比赛开始了，不知为什么同学们在跳的过程中，有的绊绳，有的摔倒，我虽然没有跳，但是我一直在旁边看着，心里也想有十八个水桶打水似的——七上八下，心揪到了一起，虽然我可以看出同学们已经用力全部的努力比这次跳绳比赛，但是我们班最后还是没有取得第一名，此时此刻我们大家的心里都很难过，很悲伤。

通过这次跳大绳比赛使我明白了一个道理，那就是：不管做什么事，只要大家齐心协力，劲往一处使，那么事情就一定会成功的。

**小学生年级组跳绳比赛作文300字9**

跳绳比赛快到了，老师为了让我们加强技术，每天让我们训练跳绳。在跳绳的途中，有许多酸甜苦辣，你想听我讲讲吗？

酸：有几次，我们总是学不会，不是绊倒，就是连不起来，每次牛奶操做完总是最后一个走，不停地训练，一次又一次，不停的训练。

甜：虽然每天训练非常辛酸，但正是这样，才让我们的技术不断提高。我们一个接一个，“刷刷！刷刷！”，每当我们跳到一百下的时候，每个同学都欢呼雀跃，一蹦三尺高，欢乐的笑声响彻云霄。

苦：有时体活课我们到小操场上去训练，那时，烈日炎炎，地面都烫烫的，在那么毒辣的阳光下，我们还坚持训练，虽然满头大汗，但我们心中一想起比赛就充满了斗志，坚持不懈。

辣：在这段训练的过程中，我也失败过多次，也摔跤过，虽然感觉有点累，苦。可我越是这样，就越有斗志。

虽然跳绳有不少酸、苦、辣，可也有许多甜。俗话说得好“失败是成功之母”。我相信，只要坚持不懈，就一定能取得好成绩！

**小学生年级组跳绳比赛作文300字10**

这是一个快乐的上午，因为老师说今天要六人行跳绳比赛，大家都欢呼起来，班里就像炸了锅一样。

说了说要求：“大家先在小组内比，挑出一个高手，来参加预赛，然后挑出王牌高手，来参加最终的决赛。”

中的高手比赛过后，然后进行了预赛，预赛结束后，就剩下三个人进入了决赛。

开始了，同学们都胸有成竹的走上了比赛场地。比赛开始了，我们先看看袁梦琪吧，她的绳子就像一只蝴蝶，在她的指头上来回飞舞，不一会儿，一座长江大桥横跨在河面上，然后又出来了一条小鱼在河里游来游去。再来看一看罡婧睿吧，她的绳子就像一只小鸟在枝头来回跳动，突然她的手里出现一个一松一紧的松紧带，然后又出来了一个金光闪闪的五角星。再看看卫嘉怡吧，她好像有点紧张，同学们为她打气加油。

倒记时“五、四、三、二、一”，同学们都停了下来，冠军是袁梦琪，亚军是罡婧睿，季军是承嘉怡。

跳绳比赛使我更加认识到“任何成就都是刻苦劳动的结果。”

**小学生年级组跳绳比赛作文300字11**

从 20\_年11月21日开始，我们学校开展了一次运动会。星期三比跳绳，星期四比迎面接力和赶猪，星期五比七彩阳光体操。

我选上了跳绳比赛与迎面接力比赛，从上周三，我就开始练跳绳了。我一开始才能跳一百零几个，后来能跳一百一十个左右，我就这样一直练。

终于到了星期三，那时我的跳绳也练得差不多了，一分钟能跳一百二十个左右。到了下午，开始比赛了，先是低年级比，再是中年级比，最后是高年级比。

我们该入场比赛了，我心里紧张极了。入了场，我先找好给我数数的人，再试跳了几下，我准备好了。哨声响起了，比赛开始了，我按照老师和爸爸指导一直在跳。

结束的哨声响起了，我一共跳了一百四十八个，我打破我的记录了。

这次跳绳比赛，提升了我腿部力量。我好高兴啊！

**小学生年级组跳绳比赛作文300字12**

我印象最深刻的比赛是参加“跳绳比赛”，因为它是我参加比赛的“第一次”。记得比赛前我们班每天认真的练习，很多不会跳绳的同学，经过老师的指导后，都渐渐的学会了，大家也都为了拿前三名，不论在学校或家里都很认真练习，做赛前的准备，我看了心里觉得好高兴喔！

比赛时，有的人一不小心将绳子卡到脚，有的人则很卖力的在跳，有的人一直跳到比赛结束时，还气不喘的，我呢？正如老师说的“跳得快又稳”，应该可以为班上争取好成绩，我感觉到全班同学都很尽力在跳，真的是团队精神的表现。

比赛结果，我们得到二年级组第三名，因为我们的努力，不但吃到老师请的糖果，也收到爱心妈妈送给我们的小奖品，今天真的是很棒的日子，皆大欢喜，也让我深深体会到只要肯付出，就会有好成绩的。

**小学生年级组跳绳比赛作文300字13**

上学期，政治教育系组织了一次跳绳比赛，我们四年组的老师和学生都参加了。

下午1点，全体师生聚集在二楼中央。所有即将上场的球员都在整装待发，跃跃欲试。快看！四（1）班所有队员士气高昂。他们都在精心准备，等待赛场上的比赛。

只听到一声枪响，比赛开始了。选手们都容光焕发，脚下有风，脚下有跳绳在跳舞，仿佛有几条花蛇在翻滚，不时发出“嘟嘟”的声音。我最担心的是我们班的董天，他是这些运动员中最慢的。我们忍不住大喊：“董天，加油！”董天似乎听到了我们的话，他的手突然快速颤抖起来，绳子发出“呼呼”的响声，人群中爆发出热烈的掌声。董天手里的绳子抖得更快了，他像一只飞翔的燕子。可惜就在他大力跳起的时候，哨声又响了，比赛时间到了。

最后我们班以总分120分获得第二名。虽然没有夺冠，但是今天玩的很开心，所以参与很重要！

**小学生年级组跳绳比赛作文300字14**

今天有幸作为一名带队老师实际感受体育比赛的魅力，也切实体会了在竞技赛上学生的拼搏与顽强。

一大早孩子们便来到学校，虽然已经经历了两天的高强度比赛，但是在他们脸上我看不到丝毫的疲倦，相反每个人都洋溢着自信、爽朗的笑脸。到场地之后，孩子们自觉的整理物品，投入紧张的练习，一切都进行得井然有序，我惊讶于他们身上的老练，这是平时在学校难以看到的。各个学校都铆足了劲一遍遍的练习，根本不需要老师安排，孩子们自发的互相观摩学习，甚至讨论其他队的战术和情况，听着他们小大人一样的语气，再看看他们稚嫩的小脸，我的内心涌上一丝感动。

这就是竞技体育的魅力吧，其中的酸甜苦辣也只有参与其中的人才能真正体会，辛苦却无法轻易割舍、枯燥却充满刺激，“台上一分钟、台下十年功”巨大的反差也是体育人顽强拼搏、坚持不懈、吃苦耐劳、勇争第一最好的写照……

**小学生年级组跳绳比赛作文300字15**

今天下午，天气晴朗，我们学校举行了一年一度的跳绳比赛。我们学校各个班级都积极参加这次跳绳比赛，因为每一次跳绳比赛，都能锻炼自己的胆量，给自己的班级争得荣誉。我心里想：上次我们全班的同学都已经拼尽全力了，但是还没有获奖。我非常紧张又非常激动。

首先上场的是一年级的小弟弟和小妹妹，他（她）们都非常可爱。他（她）们的比赛开始了，比赛非常激烈，几乎看不到他（她）们的跳绳。要到我们上场了，希望给班级夺取个好成绩。我们比赛结束的时候，我在30秒中内，跳了80个。这对我来说并不是好成绩，因为我以前能跳99个。我垂头丧气地走到教室，因为没有给班级获得更多的荣誉。等到下次跳绳比赛我一定努力训练，给我们班级争光！

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！