# 我爱体育高中作文(共37篇)

来源：网络 作者：独影花开 更新时间：2025-01-28

*我爱体育高中作文1我天生就缺少体育细胞。体育课时，常常是一个人在跑道上艰难移动，却看着别人绝尘而去。虽说我与体育基本无缘，但自行车却是我生活中必不可少的一环。对自行车的喜爱要追溯到童年时那无忧无虑的时光了。小时候，外公经常骑着他那辆高大的黑...*

**我爱体育高中作文1**

我天生就缺少体育细胞。体育课时，常常是一个人在跑道上艰难移动，却看着别人绝尘而去。虽说我与体育基本无缘，但自行车却是我生活中必不可少的一环。

对自行车的喜爱要追溯到童年时那无忧无虑的时光了。

小时候，外公经常骑着他那辆高大的黑色自行车带着我到处游玩。四月的风已褪去料峭，带着风信子淡淡地微香拂面而来。我晃荡着小脚，顽皮的掠过一片片开的烂漫的油菜花，听着车铃欢快的响声。那辆破旧的自行车曾带给我多少快乐，以至于现在当我独自骑车时，似乎还能闻到淡淡的花香，似乎还能看到金灿灿的油菜花地，似乎还能听见欢快的铃响。

于是，我就这样喜欢上了这项体育运动。不是为了参与体育竞技，也不是为了感受飚车的一份风驰电掣，骑自行车只是我生活中的调剂与放松。

每当我学习颇感疲劳时，妈妈便会推出我的自行车，为我擦拭一新。我带着郊游的好心情便漫无目的的出发了。穿过一排排琳琅满目的店铺，驶过一条条大大小小的马路，所有难题与烦恼便暂时抛到了脑后。有时，一份任未消失的童心让我故意骑着车从公园山坡顶端的石子路开始俯冲，尽管有摔成栽倒葱的危险，但我仍是乐此不疲。

广州亚运会已隆重召开，我作为自行车运动的小小爱好者之一也衷心的希望祖国运动员能收获成功。

**我爱体育高中作文2**

俗话说：”生命在于运动“，可见运动对于生命是多么的重要。我也喜欢运动，而我最喜欢的运动项目便是打羽毛球。

今年暑假的一个夜晚，我和朋友约好去检察院打羽毛球，对于这一刻，我已经等了很久了，今天如愿以偿能去打羽毛球，我高兴万分。一路上，我一直都在想着用什么方式去打才好，以让我大显身手。

到了检察院，我们自信满满地拿起羽毛球拍，大摇大摆地向大厅走去，丝毫没有害怕对方。比赛开始了，我首先发球，用力向上一抛，眼睛注视着球，判断好位置，使劲一拍，球呈抛物线飞向对方那边，对方也不是吃素的，他老早就聚精会神地盯着羽毛球了。首先，他向右移了几步，将球拍挥至身体右侧，卯足了劲儿，虽然球是重重地砸在了球框上，但是球仍然飞到较远处。而我呢，早已判断好了球的走向，但是球飞得不怎么远，我只能快速地向前冲去，可球已经落得很低了，已经接近了地面，眼前就要死了，幸好，我急中生智，平衡地将向上一托，球弹得老高，接着猛地将球打向对面，这下，我才松了一口气。由于对方以为球已经落地了，得意洋洋，再轻松地挥挥球拍，却没想到这个球竟然起死回生了，并且现在已经非常接近对方了，还好对方第一时间跳了起来，但是球就是甩着小顽皮，竟然是擦着球框出了底线，多么可惜啊!而我却高兴得一蹦三尺高，没想到这个球帮助我反败为胜，这难道是幸运女神在眷顾我吗?

经过今天激烈的羽毛球竞争赛，让我明白了运动不仅能带来健康，还能带来快乐、幸福以及一些深刻的道理……

**我爱体育高中作文3**

铃铃铃......这比坎坷还要令人崩溃的上课铃又响了，而且这节是本人最最最害怕的体育课，况且，还是由最最最严肃的体育老师---陈波老师来上，mygod，悲剧啊，但事实是不能改变的。于是，我跟着同学们走下了楼梯，排好队伍，默默等候老师。

老师来啦，别玩啦，排队吖某位同学大声喊道，我转头一看，真的是老师，快排好队吖，不然就遭殃拉。我马上整队：立正，向前看齐！陈老师说：把队带到操场去于是，我遵从了老师的命令。

队伍带到了指定的位置。陈老师叫我们面向他，开始做准备运动：陈老师教我们先把左脚尖着地，右脚踏地，左脚还要转悠着，两只手十指相扣，也转悠着，陈老师说，这样可以把韧带拉直。我也跟着做做，效果不错哦。第二个准备运动是腿部的，我们先把腿蹲成八字，一前一后，再用双手压在前腿的膝盖上，一二三四，五六七八。瞧，陈老师还给我们喊口令呢，我们也在用心的做，但有些同学可能是想捣乱吧，他们做得一塌糊涂，乱七八糟，就像个滑稽的小丑。接着我们又做&& 准备运动都做完了，接下来我们做的是针对中考的项目跳远，老师叫我加入第一排，虽然我很不想，因为第一个跳远的是第一排，但师命不可违啊，我只好乖乖答应了。我找好了位置，听着陈老师的哨子声吹响，双脚轻轻一跃，然后向前落地。嗯和谢雨蓉也不差多少，第一次还算好。预备。哨子再次吹响，我又向前跳，哎，这次落后一点点，不过还好。第三次，我连一口气都没喘好，又要向前跳。第五次，第六次。我被整的上气不接下气，我的爹哦，总算跳完了，不过还好，我不是倒数第一名，有人帮我垫底。我对体育就是擀面杖吹火一窍不通。体育可不是我的专长，上帝给了我一个聪明的脑袋，却剥夺了我四肢的发达。别人是头脑简单，四肢发达，而我是头脑发达，四肢简单，我汗！ 我看着前面正在跳跃的同学，男生果然个个头脑简单，四肢发达。而我们女生当中也有女中豪杰，如陈晓平，黄燕等，体育也不错哦。而我嘛，用屁股想都知道我是什么料啦。

一节体育课上完了，我顿时感觉腰酸背痛，不知其他同学有没有和我一样的感想呢？看来以后得多多锻炼身体啦哈！

**我爱体育高中作文4**

体育运动多种多样，每一种都能强身健体。我们经常听到人们说：“生命在于运动。”而我们每个人都有自己最喜欢的体育运动，有的人喜欢跑步；有的`人喜欢跳绳；有的人喜欢打篮球……你们猜猜我最喜欢的体育运动是什么，我就告诉你们吧，我最喜欢的体育运动是游泳。你们一定想知道我为什么最喜欢游泳，接下来我就和你们说说吧。

我最喜欢游泳的原因是，游泳一定要有凉水。而我自幼就十分喜欢凉快，所以游泳时我就可以好好的凉快一下了。还有，我本来小的时候不知道游泳是什么，是因为爸爸提出要去游泳的要求。我就在岸上看着爸爸在水里游来游去，就觉得游泳很好玩。

可是游泳时一定要认真，只要稍有一定走神，一不小心吞了一口水就不得了了，就有可能在水里死亡了，带游泳圈也不可以大意。就像我有一次带着游泳圈在水里游泳，我看见爸爸离我那么远，我就用力往那里游去，可是由于我用力过大，游泳圈竟然翻了！我落到了水里，爸爸看到了，急忙赶来，把我抱到了岸上。你们现在知道游泳有多危险了吧。

现在我就和你们说说关于游泳的知识。游泳分为四类，分别是：蛙泳、仰泳、自由泳和蝶泳。其中我认为蛙泳最为轻松，只不过蛙泳游得最慢；而自由泳最为吃力，只不过游得最快；仰泳也挺吃力的，速度也挺快的；关于蝶泳我就不知道了，因为我根本就没有试过蝶泳。

游泳前一定要买好道具，比如：游泳镜、耳朵塞、鼻塞、泳衣、泳裤、泳帽等。

下水前一定要把道具带好，不然会呛水的。下水后也要聚精会神的游泳，才能保证不会呛水。下水后还要注意不要撞到人，撞到人也会有危险。

蛙泳时要像青蛙一样，我是说腿要和青蛙一样，动来动去才可以。自由泳时双手一定要一直往前打，腿一定要上下动才能保证不会沉下去……

关于游泳我就说到这，接下来该你们了！

**我爱体育高中作文5**

我最喜爱的体育运动是踢毽子儿。我喜爱踢毽子，是在半年前我和我表姐的一次踢毽子比赛。

那天，表姐到我家玩。我们一起写完作业以后，觉得有点儿累，于是表姐提议说：“我们来玩踢毽子吧。”“可是，我不会踢怎么办?”表姐说：“我先来做示范，然后你再踢。”说着，她踢了起来。1、2、3……她踢得可真多呀，一下子踢了10多个，该我踢了，我觉得腿有点儿不听使唤，胳膊也跟着较劲儿，只踢了2个，毽子就被我踢飞了。接下来我们又踢了半天，可我还是没有抓到要领，踢得还是很少。到了5点多钟，表姐被她爸爸接走了。我暗暗下定决心：瑕疵比赛的时候一定要超过她。于是我每天一有时间，就开始练习踢毽儿。

真是功夫不负有心人。这天，表姐又来我家了。我们同样先写作业，写完作业后，我主动说：“我们一起踢毽子吧。”我没和表姐说我在家每天坚持练习踢毽子，这次还是表姐先踢，她踢了18个。哈哈，我悄悄地笑了起来。该我了，我的心“砰砰”直跳，我真怕自己踢不好，21比18，我赢了。表姐看后很吃惊，问我怎么能踢这么多了?我告诉她我每天晚上坚持练习地结果。 现在时间长了，我的进步更左右^v^替地踢法。

踢毽子不仅使我能锻炼身体，还给我带来了快乐，我喜爱踢毽子!

**我爱体育高中作文6**

还记得那是一烈日炎炎的下午，姐姐向我吹嘘说在她羽毛球打得很好，是“东方不败”。嘿，这下我可不服气了，要单挑这个“东方不败”。我说“三球两胜怎么样？”“没问题。”“东方不败”十分爽快。我们选了一个正规场地，一场厮杀就此拉开了帷幕。

第一球，我并不急于求胜，而仔细观察“东方不败”的打球线路，好来个知已知彼，百战不殆。“东方不败”先发球，我回了一个后场球，只见她一个鱼跃，腾空而起，球拍一挥，羽毛球像一只敏捷的白色小鸟，向我的脚下飞来。嘿，这球打得也够猛的，我一箭步向前，瞄准时机，手腕一抖，将球稳稳地送到她的前场右角边。嗨，这一击给她来了个措手不及，一个慌乱，球掉到地上。这一球我赢了。

第二球，“东方不败”重振士气，严阵以待。这次由我发球，我在发球的瞬间，将球拍一斜，目的是想把球发得更刁钻一些，考验一下“东方不败”的能力。球飘向“东方不

败”的左前方，只见她一个前扑，将球送了回来。咦，这么刁的\'球都能接过来，能力蛮不错吗！我心中暗想，就在我注意力不集中的时候，羽毛球已像离弦之箭，朝我飞来，结结实实地砸在我的脑门上。哎哟，我捂着砸痛的脑门蹲了下来，心想这下丢人可丢到家了，再看“东方不败”，笑得嘴角快咧到耳朵根了。

第三球的较量开始了，双方都像整装待发的武士，表情严肃。这次由她发球，球像箭一样弹了过来，我立刻回了过去，“东方不败”也豪不松懈，球拍一挥，挡了回来，我们你一拍，我一拍，球或如行云流水，或如急风骤雨，在我们之间穿梭。突然，“东方不败”给我来了一低险的球，我情急之下，跨出一个大箭步，来了一招“海底捞月”，将球挑到她的后场。“东方不败”本来以为她可以一招致置我于死地，可她没想到我会回了过去，连忙想来一个扣杀，但由于准备不足，一个趔趄，摔倒了。耶，我赢了！在回家的路上，“东方不败”对我说“你可要记住，胜不骄，败不馁”。

我赢了这场羽毛球比赛，同时也领悟了一个深刻的道理：谦虚使人进步，骄傲使人落后!

评语：习作开篇点题，用词生动准确地叙述了“我”和“东方不败”的一场羽毛球比赛。全文结构完整，思路清晰，主题突出，特别是在描写双方比赛过程的时候，既有对打球

动作细腻传神的叙述，又有惟妙惟肖的心理描写，读来使人如置场中，现场观看了一场羽毛球赛。

**我爱体育高中作文7**

大家都以为语文、数学、英语最重要，其实并不是这样。我们众所周知的梵高、莫奈，可都是画家；我们熟知的姚明、迈克尔。乔丹可都是打篮球的…所以我们不仅要重视语、数、英三门课程，其他的课程更要注重哦！来看看我们校园有哪些好玩的体育课程吧。

瞧，那边的同学正在学习散打。他们排成整齐的队伍，正在进行散打训练呢。教练正在发号指令：首先右手要护住自己的脸颊，然后左手握空心拳，和自己的鼻子一样高的地方。右脚后脚跟离地，左脚膝盖微微弯屈。当老师喊“一”的时候，我们打前手拳，老师又喊“二”的时候，我们打后手拳。这只最基本的。看来散打很难啊。我以前都以为只要打打拳就行了。这只是笫一站，下面，我们开始了解我们的校园特色——足球吧！

足球可是一个有趣的课程。大家一定都以为足球非常简单。可是并不是这样，我们就来采访一下李彦、薛业豪他们足球课程都上些什么吧……通过与薛业豪和李彦的交往之后。我知道了他们足球课程都练一些动作，“踮球”是他们经常练习的动作。那么踮球怎么做呢？就让我来告诉你吧。先用手把足球放在手上，再扔下去。最后踢起来。他们的最高纪录可是32个呢！“列车”即将开到第三站集体舞的世界。

集体舞跳起来不仅好看，而且对身体有益处。在老年阶段，老人应该适当跳一些广场舞也是很好的。为什么呢？因为老年阶段，老人的腰会渐渐地弯下来。跳一会儿广场舞，会比宅在家里好的多。

你们应该在电视里看到过鼓舞吧。鼓舞并不难，就是用鼓棒敲打大鼓的。只不过是用棒子不断地变着敲打的地方，再加上一点儿舞蹈。难怪我们同学会跳得那么好。

跳绳大家一定不陌生。但是，你们会双蹦吗？双蹦是先跳得很高，再把绳子摇得非常快。再连续跳，我们就会了。但是，不是我说得这么简单哦！双蹦是要多练习，才可以学会的。

踢毽是我最喜欢的，但我踢得并不好。我真想快点儿学会啊！因为太简单了，我就不说了。

这些可是我们校园的大课间活动，还有其它好玩的课程我没说呢。我就介绍到这儿，我的校园体育活动可是丰富多彩！

**我爱体育高中作文8**

在体育项目中有篮球、足球、羽毛球……而我最喜欢的运动那就要数跑步了。

记得在三年级的时，我参加了本年级的60米女子跑步。当时，我的心情非常紧张，腿一直发抖。参赛的同学们都上场了，我站在跑道上摆好准备姿势，只听裁判员说：“预备！跑！”应该有发令枪声的呀，你猜怎么了，发令枪坏了。但正在我们哈哈大笑时，“呯”的一声，发令枪竟然“开口”了。我以为开始跑了，就飞奔了出去，结果听一个老师说回来，我就想：哎，白跑一趟。过了一会儿，发令枪再次“发言”了，哼，我才不跑呢。但看见其他人都跑了，我还是跑了出去，刚才那个老师说不跑，我又想：哎呀！我笨死了！就在我没劲的时候，裁判员说：“这次真的跑了，预备！”啊!有没有搞错，这……这也太欺负人了！“呯”，发令枪响了，我无可奈何的跑出去。因为前两次的意外，耗尽了我一些力气， 但是我没有懈气，继续努力向前跑，直到终点。比赛结束后，裁判员告诉我得了第六名，我心想：虽然我得了第六名，但是我努力了，只要坚持不懈，一定能到达终点。

我喜爱这项体育运动——跑步。

**我爱体育高中作文9**

纵观千百年来的历史，人们都以战争来显示自己国家的强大互相打个你死我活，“弱肉强食，王者称王”然而，在如今的世界中，却倡导和平发展。那么要显示国家的富强，我们可以在体育赛事上一分高下。眼看20\_北京奥运会的到来，各国的运动员都摩拳擦掌，整装待发，准备在“站场”上一决高下，为祖国争光。我们是中国人，为了让全世界知道中国人的身体素质是过得硬的。我们必须加强锻炼身体。自20\_年的到来，我改变了很多。

在今个学期，镇里组织了一次田径比赛。我有幸被挑中，进入了训练队。这对当时十分讨厌体育的我来说，是种“荣幸”。我不知道埋怨谁才好。刚开始训练时跑几圈，也不觉得怎么样。可到了后来要长跑，一跑就是十几圈，到了最后竟然早上、中午、下午放学后都得训练。我的时间紧绷绷的，简直像是被人关在一个小小的瓶子里，不能动。堆积如山的作业向我压过来，我都不知到如何事好。我只得像从棉花里挤水一样，挤出时间来。说来也怪，我虽然没空复习，可成绩却没有下降，反而升高了。我觉的我的身体比以前好多了。

体育带给我的还不止这么多呢！在不知不觉中，我喜欢上它了。长跑，是最难熬的。然而它却让我在汗水中磨练了我的意志，它使我变得有毅力、恒心、遇到困难迎难而上。以前长跑，我都是最后的，像只落群的小蚂蚁，有时跟不上了，索性就不跑。一次，我叫一个同学等等我，她却反过来讥笑我：“这么差劲，还来训练！”我愤怒了，心中燃起了红红的烈火，原本沉重的双腿变得有力了，全身充满了力量，我一直冲向前方。我咬紧牙关，对自己说：“你一定行的，加油！终点就在前方！”带着我的希望，迈着坚定的步伐向前，向前……在以后的长跑生涯中，我在没有跑过最后。

以后，无论在生活上，还是在学习上，遇到困难、挫折，我都会不断地激励自己，昂着头迎难而上。

我变了，我喜欢上体育了，它给我活力与健康。在20\_北京奥运会的盛事上，我相信中国的体育健儿是行的，他们会赛出风格，赛出成绩。或许，在以后的某届奥运会上，我会站在领奖台上，高唱着国歌！

**我爱体育高中作文10**

我这个人哪，从小就热爱运动，即便是不会，我也喜欢。但是有一项运动，是我最喜欢的，那就是—羽毛球。

羽毛球有许多好处，它可以帮助小孩子长个子，动脑力，而且打羽毛球也是可以提升气质的，这个是真的，不信你可以去看看中国羽毛球队的选手们，都是威风凛凛的。

我在玩羽毛球的时候，先把羽毛球扔起来，然后用自己的臂力进行扣杀。妈妈说打羽毛球最主要的是快、准、狠。妈妈就是做到了这几点，所以和爸爸打羽毛球的时候最多能打20多下呢。

一次，妈妈给我介绍羽毛球，并且要带我一起玩，可是对于样样精通的我当然难不倒了，我想给妈妈见识见识我的运动细胞有多好。我们一起在小区打羽毛球，妈妈首先给了我一个下马威，我跟妈妈打了10局都是我输，我生气之下，决定不玩了。看了妈妈和爸爸打的热血沸腾。我问妈妈窍门是什么。妈妈说窍门就是快、准、狠。经过很长时间的练习，终于我可以答应妈妈机场了。

总之，我认为打羽毛球是一项不错的体育运动，他有许多好处和优点。如果你们有兴趣的话，可以常常练练哦！

**我爱体育高中作文11**

没有人会看路边冰冷的便利店，也没有人会注意到店里有一个孤独的老奶奶，迷迷糊糊的盯着墙上的时钟，秒针的机械声音在空旷的气氛中回响，滴答滴答，滴答滴答滴答

我还记得那个温暖的下午，我和几个同学还有家长来到一家便利店。这家小便利店是一位70多岁老妇人的家。

来到便利店，看到老奶奶坐在门前仰望蓝天，没有一丝白云，仿佛错过了快乐的时光。她的眼睛流露出幸福的光芒，但我们的眼睛有些湿润。什么样的人会靠过去的回忆生活？奶奶，我多么想温暖你孤独的心！

我们跑向老人，他慢慢低下头，仿佛还没有从记忆中醒来，带着一丝迷茫看着我们。

我们拉着奶奶粗糙的手，小心翼翼地把她扶起来，一个个向她介绍自己。这位老人似乎是很久没有见过这样兴奋的人了。他饶有兴趣地听完了我们的介绍。她的脸上布满了灿烂的笑容，她的表情似乎也随着这个笑容变得生动起来。父母已经开始给老人打扫房子了。一个小房间里充满了欢乐的气氛，温暖仿佛融化在空气中。老人笑得合不拢嘴。我们拿出抹布，跑进厨房拿点水，开始打扫房子。家具上的大量灰尘让我们感到悲伤，也坚定了想帮助老人的心。我用抹布轻轻地小心翼翼地擦着，从显眼的角落到不显眼的角落，从窗户到地板，从电视到沙发，我的小身影不停地在房间里徘徊。奶奶非常高兴地看着我们。激情如火在屋里燃烧，每一颗心都渴望为奶奶做点什么。我们多么想弥补奶奶留下的幸福啊！奶奶，让我温暖你孤独的心吧！

时间不等人，我们要走了。父母特意在奶奶的店里买了点东西，奶奶知道我们要走了，很不爽。我跑过去捏奶奶的手。奶奶，我们改天再来！奶奶舒展着眉头，开心得像个孩子。那一刻，我觉得奶奶只是一个孩子，一个需要好好照顾，渴望幸福的孩子。

后来我经常去看她，舅舅家就在附近，他也去看奶奶。有几次去的时候，看到舅舅深情地牵着奶奶的手说话，笑声传得很远很远…

现在，老人已经被亲戚接走，便利店关门了。这家小便利店不再孤单。它见证了奶奶的孤独和温暖。对我来说也成了美好的回忆，因为我曾经给过这里孤独的奶奶温暖。

**我爱体育高中作文12**

跳绳是我最喜爱的体育运动，每天我都会到公园或楼下跳上半个小时，每次都跳得大汗淋漓，那叫一个爽！其实以前我最讨厌跳绳了，想知道我是怎样爱上跳绳的吗？现在我就来跟大家分享一下我的跳绳小故事。

刚开始学跳绳的时候，我差不多能把地板给震塌，还跳不了几个，妈妈见了连连摇头。“好吧，我们从头开始学。”妈妈无奈地说。妈妈先教我甩空绳，我的两只手分别拿着两根跳绳，由于力量不均，两根绳子被甩得一边快一边慢，一边高一边低。妈妈指出我的错误，再亲自演示一遍给我看，她一边甩绳一边讲解：“两个胳膊要抬起一样高，用手腕发力甩绳。”我照着妈妈的动作，一遍又一遍地练习，终于学会了甩绳。

接下来，妈妈教我踮脚。双脚起跳落地时，用前脚掌着地，后脚跟抬起来，这样就不会发出砸地板的“咚咚”声。她说：“你以前之所以跳得又慢又费劲，是因为双脚重重地砸在地上，只要你记住妈妈的小妙招，一定会跳得又快又轻松。”

双手甩着空绳，踮着脚落地，一天又一天地练习，我终于学会了跳绳。最多的一次一分钟计时，我居然跳了141个，我激动地抱着妈妈，兴奋地喊道：“谢谢妈妈一直耐心地教我学会跳绳，一直陪伴着我。”妈妈也激动地说：“是你自己一直坚持不懈地练习，才会熟能生巧，越跳越好！”

跳绳的经历让我明白了，做任何一件事情都要有坚持不懈的精神，先苦后甜才能收获满满。

**我爱体育高中作文13**

我喜爱的体育项目有很多，比如打羽毛球，跳绳，打乒乓球等。但我最喜爱的是溜冰。但是刚开始学溜冰的时候我可是吃了不少的苦头呢!

去年寒假里的一天，闲来无事的我和妈妈来到我们家附近溜冰场。嗬，这儿还真热闹!二十来个平方的溜冰场上已挤了不少人，都是小孩儿，大人们则趴在围栏边观望，还一边指点着场内。

我可是第一次溜冰，既兴奋，又紧张，穿好溜冰鞋，紧抓着栏杆，就是不敢放。妈妈开口了：“咋啦?害怕啦?”

“怕?我的字典里可没这个字!”于是我松开了栏杆，却不料一个重心不稳，左脚向旁边一滑，眼看就得四脚朝天。幸亏我平时有练跳舞，习惯地往下一蹲身体，重心平稳了，避免了屁股“亲吻”大地。

吃了这“一堑”，我可不敢再大意了，毕竟摔在那硬邦邦的水泥地上的滋味可不好受。我扶着栏杆小心翼翼地移动双脚，吃力地、艰难地前进着，耳边不时传来“啪哧”、“哎哟”的声音，吓得我连眼睛都不敢睁开看。

可老天真不长眼，我已经这么谨慎了，它还不放过我。就在我借着双手支撑着栏杆的力量滑行时，前面不远处的一位正“耍帅”地用单脚转着滑的家伙不知怎么地倒了下来，用背在地上“哧”地一声，就到了我的脚下。我吃惊地睁大眼睛，还来不及闭上，就重重地摔倒在地，“哎哟”声还没出口，“啪哧”、“啪哧”声就不绝于耳。回头一看，真“精彩”??居然倒了“一条龙”。这下可热闹了，场内“哎哟”声连成一片不够，场外还有哈哈大笑声来“伴奏”我这一摔可真不轻，别人都歪歪扭扭地爬了起来继续溜冰，我却好半天没能动，还是妈妈帮我站了起来，脚却动不了了，屁股也似裂了几瓣。

经过了反复的练习，现在我的溜冰技术可使炉火纯青了呢!我喜爱溜冰，因为溜冰让我找到了自信;体会到了快乐;更让我锻炼了身体。

**我爱体育高中作文14**

最近我们学习了关于体育运动的单元，老师告诉我们，体育运动不但可以增强体质，还可以预防疾病，所以，我们要经常做运动。这使我想起了我最喜欢的一项体育运动。

暑假中的一天，我和妈妈回老家，有一天，我十分无聊，妈妈对我说：“你是不是很无聊呀？”我愁眉苦脸的说：“我把作业写完了，没有事做，觉得很无聊。”妈妈想了想说：“那我教你打羽毛球怎么样？”我高兴的同意了。但是打羽毛就可没有那么好打，这不，刚开始我就有点想打退堂鼓了。

妈妈对我说：“要想打好羽毛球就必须看球精准然后用力打向对方。”我想，看来羽毛球还真是不好打得。于是，妈妈把球扔向空中，然后用球拍用力一击，球立刻向我这边飞来，我跳了起来准备接球，但是球好像故意躲着我一样，打了好几次都打不住，我十分恼火，说：“不打了，不打了，谁爱打谁打去吧，反正我不打了。”妈妈说：“你怎么可以这样呢，既然你要学就必须坚持，像你这样半途而废是不行的。来，我妈妈的来教你。”没有一会工夫，我就会了，并且接球是百发百中。

从此以后，我只要一有时间就会打羽毛球，它成为我无法割舍的爱好。

**我爱体育高中作文15**

小鸟最喜欢飞来飞去，在天空中自由自在；羚羊最喜欢跑来跑去，在草原上到处撒欢；小鱼最喜欢游来游去，在池塘里尽情玩耍！

我最喜欢在体育场上打羽毛球，打来打去，快乐无比！

至今还记得，去年我刚练习打羽毛球的情景。羽毛球就像一个淘气的小精灵，躲躲闪闪，每一次都掉到地上。我试了十次才成功。后来，我慢慢地进入了状态，能够接住十个球了，妈妈鼓励我说：“你一定会超过我的！”

从那以后，我和妈妈一有时间就下去打羽毛球，每月都有进步，现在，我已经能连续打四十个了，我高兴极了！

在今年暑假里，我和妈妈进行了一次比赛。三关后，决一胜负的时候到了！“比赛的冠军得主是……”爸爸故意停了一会儿，“儿子！”我欢呼了！爸爸妈妈也为我高兴！

我要感谢我的妈妈，我的胜利，当然离不开妈妈一年来对我的锻炼，是妈妈陪我走到了成功的终点，我想说一句：“妈妈，你辛苦了！”

**我爱体育高中作文16**

我不但是铁杆球迷，还是校足球队的一员。虽然我们每天只训练一个半小时，但是我们快马加鞭、争分夺秒地投入到训练中去。在校队里，我可是出了名的射手王！射门时，我总是喜欢用正脚背大力抽射，对方门将被逼得无力抗衡。过人时我能做出各种各样的过人动作，轻而易举地过了对手，带着球安然冲出重围。对手一看见我，他们就提心吊胆，严密地防守我。有一次，我在中场拿球，我的脚快速地做了一个马赛回旋，突然朝着球门的死角用力一抽，球像离弦的飞箭一样，嗖的飞了出去，划出一道美妙的弧线，对方门将措手不及，呆呆地看着球飞进了球门。球进了！观众们欢呼雀跃，连教练都在场下大喊：踢得好！踢得好！在观众的欢呼声中，我们一直保持着优势，最终赢得了比赛。

当然作为铁杆球迷，我也非常佩服足球明星的球技。我佩服C罗的电梯球；我佩服内马尔的彩虹过人；我佩服马塞洛的凌空抽射那是欧冠半决赛，皇家马德里客对拜仁慕尼黑。对方球员没把球解围远，马塞洛没等球落地，连停不停上来直接抽射，拜仁门将诺伊尔还没有反应过来，球就进了！他整个动作做得自然流畅，赢得了全场的欢呼呐喊！还有里奥。梅西那句震撼人心的话：我不是天生强大，我只是天生要强！时时刻刻回响在我的耳边，也让我明白了：做任何事都要坚持不懈才能成功。

足球是一项需要团队配合的运动项目。这次世界杯，英格兰对瑞典的比赛中，英格兰发角球时，队员们总是站在禁区线上凑成一堆，做了好几个手势，当角球发出时，他们就朝不同的方向跑，使对手防不胜防，趁着混乱的场面，英格兰队早已将球顶进了球门里。可见在足球里配合是多么重要！

我爱足球，更爱它带给我的足球精神！

**我爱体育高中作文17**

下午放学回家推开门，只见爷爷端坐在沙发上，目不转睛地盯着电视。嘿！那股专注劲，仿佛他自己置身于紧张激烈的九运会赛场，以至于我进屋他都毫无察觉。为了不破坏爷爷的雅兴，我悄悄地去厨房帮奶奶的忙。

不一会，饭菜俱备，我就高喊：“爷爷吃饭了！”“你们先吃，我一会儿来！”“酶，一个国内赛事，干吗那么投入！”对于爷爷的“过分热情”我真有点不敢恭维。“待会儿菜凉了！你吃了再看！”奶奶紧跟着下了最后通碟，可他好像没听见似的，目光仍然痴痴地聚集于屏幕。原来，电视正直播男子400米自由泳比赛。面对爷爷的固执，我有点沉不住气了，凑近他耳边劝慰着：“爷爷吃饭吧，我求您啦！”“别等我，我让你们先吃就先吃！”爷爷一摆手，有点不耐烦。对此，我就不敢再“耍性子”了。忽然，爷爷一拍大腿，蓦地从沙发上站起来，径直奔向屏幕，看上去那架势恨不得助谁一臂之力。他边走边嘀咕：“陈桦不行，难道于诚也不行？不会的，他上午不是已打破全国记录了吗！”这是爷爷在给自己吃定心丸，而我却分明看到他鼻翼上闪动着细密的汗珠……

当爷爷喜气洋洋地来到餐桌边时，他仍顾不上端饭碗，又滔滔不绝起来：“于诚这小伙子真不简单，最后20米时，甩开了对手，以3分53秒18的成绩打破了他上午自己创下的全国记录，为我们浙江夺取了第一枚金牌！”喜悦让他的脸上绽开出一朵耀眼的菊花。忽而，爷爷又以不无慎怒的口吻说道：“记者真不识趣，人家累得喘不上气来，还非得采访……”哎，我这位“多管闲事”的爷爷！

爷爷是一个铁杆的体育迷。在家中只要他拿遥控器，电视一准锁定在体育频道。这不，最近正赶上全运会，岂能错失良机，他认为在众多频道中，唯有“体育频道”最真实、刺激、有看头，是一盘百吃不厌的营养大餐。爷爷不“偏食”，无论球类、游泳、体操，他都来者不拒，喜爱非常，就连夜半时分的足球比赛，他也准时观看。因为这事，年逾古稀的老两口常常闹别扭，奶奶生怕爷爷的血压受不了。

可是，纵使你有千条妙计，他也有一定之规。

如果你不让看，那无异于挖了他的心肝。面对如此倔强的爷爷，奶奶也拿他没有一点办法。是呀，谁让爷爷是一个不折不扣的体育迷呢！

**我爱体育高中作文18**

我最喜爱的一项体育运动是跑步。

我每天都要在早晨起床后跑步，我还经常在跑步后顺便帮父母带一点早饭。每天早晨六点钟我会准时起床，然后换衣服，洗脸，干完这些杂事之后，我就开了门开始了跑步运动。我先到航院围绕操场跑两圈半，一圈三百二十米，我刚跑完一圈半就有点儿喘不上来气来了。但是，我知道：做任何事情都必须坚持下去，有毅力，坚持不懈地努力，决不能半途而废。于是我战胜自己，坚持把最后一圈跑完。等我跑完了步，我就走着去买早饭，然后直接回家。我为什么喜欢跑步这项运动呢？有很多人说：跑步会使人累，喘不上来气。但是，通过长期的锻炼，我觉得跑步这项运动既可以锻炼身体，还可以增加毅力，长大之后能像刘翔那样当一名奥林匹克运动员。要想当一名奥林匹克运动员，就要努力，持之以恒，坚持不懈，最终会获得回报和收获。通过参见跑步这项运动，我明白了一个简单的道理：只有用努力和毅力，坚持不懈地做好每一件事，才能把这一件事做好，决不能半途而废。

**我爱体育高中作文19**

说到我最喜欢的老师，那绝对是体育老师，今天，我就让你们认识认识他。

他有着一头乌黑发亮的头发，一双敏锐犀利的眼睛，两条强壮的胳膊，两条长而强劲有力的双腿，六块腹肌，这才是货真价实的“肌肉男”。

他虽然是教体育的，但琴棋书画，样样精通，现在，咱先说说音乐。一次，因为下雨，体育课就变成了自习课，而老师见大家都闲着无聊，就说：“既然都闲着没事干，那就让你们见识见识，什么叫歌王？”说完，就飞奔出教室，而我们大家是二丈的和尚——摸不着头脑。过了一会儿，老师又回来了，手里还提着一个长长的包，把包拉开一看，里面竟露出了一把吉他，大家还没反应过来，老师就已经唱了起来，唱的是许巍的歌：《曾经的你》。这歌声清脆悦耳，沁人心脾，大家都被这歌声迷住了，有位同学竟然情不自禁地叫了起来：“老师比许巍唱的还好，老师才是最厉害的！”歌唱完了，可同学们还沉浸在优美动听的歌声中，半天才醒过来。突然，一阵惊天动地的掌声响了起来，震的大地为之颤动，震的火山为之爆发，震的全球几十亿人为之惊叹不已，震的……

并且老师还身怀绝技。一次，我们提出和老师比篮球，于是，老师1vs5，我们想：哼，老师就一个人，而我们有五个人，老师肯定输定了，真是自讨苦吃！比赛说开始就开始了，只见老师从中线向篮筐突进，而我们挡在三分线上，觉得老师不可能投球，只能原地打转，可谁知老师一个转身，在突然跳投，球就稳稳地落在篮筐里面，我们惊得下巴都要掉了，不过因为是两球定胜负，所以我们还有机会反杀。这次，轮到我们进攻了，我的队友李明奋不顾身地向前冲，但半路杀出个程咬金：老师突然出现在他的面前。他立即把球传了出去，可是球才飞到一半，就被老师断下，于是，我们当即组织防守。这次，我们在三分线外防住老师，这样他就没有把握投球，可老师一个假动作，把我们全部都引到左边，却突然从右边冲破“防线”，再来一个大灌篮，球竟然进了，这次，我们惊的是无目瞪口呆，而对老师佩服的是五体投地啊！

我们的老师真是一个“多功能”的老师，你喜欢他吗？

**我爱体育高中作文20**

昨天上了体育课，今天又上体育课，真惨，昨晚我没回家，又在杨炀家呆着，今天我又得穿表弟杨炀的运动鞋了，没办法，只好自认倒霉了！等呀等呀，上午第四节课到了，第三节课刚下课我们就马上到教室外面排队。朝着黄老师呆的地方走去，在去黄老师那里的路上，烈日当头，我和其他同学一下子就马上满头大汗了，只好跑了起来，整队乱了，有的同学使劲地跑，有的同学和别的同学手牵着手，在后面慢慢地走着，还一边聊天呢！我没有跑，但是在飞快地走着，没有和别人牵手，更不要说和别人聊天了！到了黄老师站的地方，也就是大操场旁边。

到了老地方，我和同学们已经知道黄老师的严厉，所以马上站到自己的位子上，站得可端正啦！我也不例外，当全部同学都到齐了，老师就喊上课，接着就给我们另外排座位了，等了一会儿，黄老师朝我这边走来了，他拉着我到第一行，又把原来站在第一行的同学拉到后面去，原来站在第一行的我现在站在了第一行，老师拉我的手，好痛，好痛哦！而且我最怕站在第一行了，老师可以很清楚地看见我的一举一动，我做错了一个动作，必定少不了老师的批评，况且黄老师特别地严厉，几乎全班的同学都怕他！下面我还给大家说一说黄老师更加严厉的事。正式上课了，同学们发出一阵阵“你完蛋了！“的声音，怎么回事呢？原来，上节体育课里，老师说了，体育课凡是穿皮鞋或者凉鞋的同学，都要把鞋子脱下来，放在一边，空着脚上课，够严的吧？！而且要等到下课后才能把鞋子穿上。

今天就要好几个同学穿了凉鞋，肖惠一个人穿了皮鞋。这节课的内容是练习课间操的\'前3节，也就是前三个动作。上学期学的，我都忘记了！黄老师开始复习了，他做的每一个动作我都仔仔细细地看，做的时候就认认真真地做，不一会儿，这三节都练得滚瓜烂熟了，超过我的意料之中，神了！。最后，老师一次又一次地放音乐，我们也一次又一次地练习着。回家以后，我在思考着，为什么黄老师这么严厉，他会这样严厉下去吗？真希望他能继续严厉下去，这样，那些爱说话，爱做小动作的同学的计谋就不能得逞了，哈哈！

**我爱体育高中作文21**

“运动”这个词我想大家听起来并不陌生，但我在运动时想到的却是另一副画面。

我喜欢跑步时的快感。因为跑步让我变的强大，让我更加肯定自己。看着那双大手，是我前进的方向。他对我诉说，长大后一定要去跑到世界的尽头，一定要看到这人世间的善于恶和远方。我们在路旁享受着黑暗，独享的幽静。此时没有人山人海的喧嚣，而都市那美丽而繁华的夜景，使人陶醉。速度是我们永垂不朽的追求，现在勤加练习，一定可以点燃我那一盏发亮的孔明灯。

我在运动，“生命在于运动”。这更是一句千古流传的佳话。

手中握着的那一刻，篮球就像是在抓住我的生命，永不停息的运动着。因为打篮球，因为运动，我每天不再提心吊胆。打球的我很快乐，我享受着这种快乐，当我千方百计突破对方的防守线，投进球时的那一瞬间。我的心中是无比的喜悦和自豪。

我对跳绳又是另外一种追求。我告诉过你们我想要速度，跳绳是表现速度和梦想的另一种方式。当我看着脚下的丛草被打击的摇曳时。我认为我有多伟大，也曾想要过这种伟大，操控生灵。但是现在才知道当时的我错了，我现在不认为伟大有多么美好，只想认真对待每一天，做好我该做的事情。当我当我看着那双快速运动的手时，我又开始洋洋得意。但此时的我又犯了一个致命的错误：因为分心而被摔倒，之后我的眼泪和血液便永远的留在了门外的那颗梧桐树下。

虽然我在运动时伤了，病了但我依旧执着。现在我也是这样，对一个事物坚持己见，我认为这样有好……也有坏……

同学们，让我们运动起来。增强体质，增进健康。

**我爱体育高中作文22**

记得在我读幼儿园中班的时候，外公带我去东山体育馆打乒乓球。在通往兵乓球室的走道上，我经过了一间宽敞的教室，透过窗户我看见一班哥哥姐姐正在专心致志地跟着教练在舞刀弄剑，我羡慕极了!恨不得立刻进去和他们一起玩。

爸爸妈妈下班回来，我就嚷嚷着他们让我去学武术，妈妈一向心软，没说两句就同意了，这时爸爸严肃地对我说：”学武术可要吃得苦，学习那种永不言败的精神，不要上两节课就怕辛苦，半途而废啊!“”学武术不仅威风，还可以强健身体，我一定会坚持的。“我满脸决心的说，大家看见我的认真样子都大笑起来。

原来，学习武术真的并不是我想象的那么简单。记得上第一节课，教练要求我们先练习基本功——扎马步，只不过是蹲下，教练不是说我蹲下的时候身子没挺直，就是说我双脚没用力，手也没有放对位置，唉!一个看似简单的动作我却怎样做都做不好。要做好可是要下苦功的：头要昂起，腰要挺直，手要握拳平放在腰间，双脚用力站稳，这个姿势摆好了，还要保持不动15分钟才算合格。这扎马步还是最基本的动作呢!

台上一分钟，台下十年功，我现在明白，哥哥姐姐们舞刀弄剑的飒爽英姿可是下了苦功才练出来的。我也要不怕辛苦，坚持不懈地继续学习武术，让我的身体更强壮，意志更坚强。

**我爱体育高中作文23**

要说最喜欢的体育活动，也许真的没什么。我天生并不喜欢跑步、羽毛球等等。上体育课也是有些反感。若是真要说我喜欢的运动也许只有篮球了吧。

我打篮球算不上好，仅仅是一种喜欢。有时夏天的晚上和好友相约去初中对面的篮球场打会儿篮球。并不是斗牛，有时就算是单纯的投篮也是很有乐趣的。看着篮球划过优美的抛物线，准确地落入篮筐时，那种感觉妙不可言。有时，一边打打篮球。一边聊聊天，说到好玩的地方也会肆无忌惮的大笑。那种自由、开放是我所喜爱的。有时，看着朋友和并不相熟但志同道合的人一起打比赛。他们时而为了自己进的一球而欢呼雀跃：偶尔也为自己没能及时拦下对手而懊恼不已。看着他们准确地投了一个３分，我也会情不自禁地为他们喝彩。打完球后尽管汗流浃背但是喝一口冰水，凉爽的风吹过，说不出的惬意。朋友们一起伴着有些昏暗的路灯，聊着不知从哪儿听到的消息，慢悠悠地晃回家。平常１５分钟的路程有时要走３０分钟。

虽然现在朋友们都进了不同的学校，但我希望明年暑假大家在一起相约在老地方打篮球。篮球也许是我们友情的象征和寄托吧。

**我爱体育高中作文24**

“注意，注意，体育节将在今早举行……”“注意，注意，体育节将在今早举行。”刚到学校便听见同学们在互相传达这激动人心的消息。

当早读课结束时，同学们在老师的指挥下，来到了操场上。操场上的运动员们摩拳擦掌，互相鼓励。但我，表面乐滋滋的，可心里却紧张的不得了。我自己问自己“怎么办，如果没拿到名次，同学们一定会取笑我的，哎……”当我知道自己被安排在第4跑到时，我崩溃了，因为一般被安排在第几跑道，就会跑第几名，面对着那么长的跑道，我不禁倒抽了一口凉气。

这时，50米比赛开始了，我们把目光转到了唐玉洁身上，因为她的腿受了伤，我们一边为她加油，一边默默地对她说：“加油，我们看好你。”果然，唐玉洁不负重望，拿到了第一名。

再看那边，男子800米比赛开始了。孙洁亚和王涛非常用力地在跑步，但却落在了后面，孙洁亚捂着肚子，我们都知道：他肚子疼，于是，我们着急地对老师说：“老师，他要坚持不住了，快让他下来吧。”可老师却不吱声，好像在说：“没事，我相信他。^v^最后，孙洁亚虽然没得到好名次，但他坚持了下来，我们都被他的精神所感动！

一会儿，女子200米比赛开始了，我心想：就算我不能拿到第一名，也要用力—博。随着—声枪声，比赛开始了，我渐渐落在了后面，但我不服输。于是，我拼尽全力，渐渐地，我追上了—个又—个。虽然最后我只拿了个第三名，虽然我辜负了大家的期望，虽然我落下了眼泪，但是，我努力了，拼搏了。

时间过得真快，转眼已要放学，我们极不情愿的离开了。但是，我们的目光又回来了，因为还有人在为班级的荣誉而奋斗，那就是跳高选手张洪瑞，我们站在楼上，当他一次又一次跳过那竹杆时，我们个个高兴不已，可最后，由于个子关系，他被淘汰了，我们个个惋惜不已。

虽然我们班只有一人取得了第一名，虽然我们也在为失败而惋惜，虽然我们流下了懊悔的泪水。但是，我相信，每个人勇于拼搏的精神永远留在了我们心中，每个人为班级荣誉而奋斗的精神永远留在了我们心中，每个人的加油声永远留在了我们心中。

我们，我们六(5)班，我们六(5)班的所有人，一起见证了运动员们努力奋斗的全过程！

**我爱体育高中作文25**

我喜欢的体育运动优秀作文

最激动人心的春季运动会，在一个风和日丽的上午开始了。同学们兴高彩烈的前来观看比赛，赛场上响起了此起彼伏的呐喊助威声。

跑步是我最喜欢的体育运动了。我代表我们班参加了60米短跑比赛，在大家的注视下，我步入了赛场，这时，我的心“怦！怦！”跳了起来。提醒我自己，千万别紧张，于是，深深吸了口气，紧张的心一下变得平静了许多。我认真地做起准备动作。压腿和弯腰是少不了的，为的是以免在比赛中受伤。这时，广播响起：“请运动员入场，比赛马上开始。”我走到起跑线前，双腿下蹲，右腿弯曲，左腿跪地。双手撑地面形成八字形，身体微微向前倾斜，眼睛目不转睛地注视着前方，耳朵仔细地倾听着发令枪响。

就在着激动人心的时刻，发令枪“怦”的一声，响彻云霄。只见运动员们你追我赶的，像箭一样的冲出了起跑线，紧接着我迈开大步向前冲，双脚有力的踏着地面。两手一前一后地摆动着像一只灵巧的燕子舒展着它那轻盈的翅膀，眼睛也聚精会神地注视着前方，不感放松。我感觉头发在微风中上下舞动着，衣服也迎着风飘了起来，像撑起一个大大地降落伞。同学们在跑道两旁不约而同地喊着，“加油！加油！”就在这时，我一挺胸，咬紧牙关一鼓作气地冲到了终点。赛场上爆发出了热烈的掌声……

我赢了！我为班级夺得了60米短跑冠军！同学们兴奋地向我表示祝贺。有的跑过来抱着我，有的向我伸着大拇指，还有的称赞我是小刘翔！此时我自己也激动地都不感相信眼前的景象。运动会不仅让我成为了班级英雄，更让我为集体作出了贡献！我爱运动会，更爱体育运动，下次我还要参加！

**我爱体育高中作文26**

我最喜欢的运动是游泳。说起游泳，那还得从我刚学游泳的时候说起。

那时我才9岁，暑假一开始，老妈就给我报了一个“暑假游泳培训班”，我非常高兴，心想：马上就可以学游泳了，yes。可是刚进游泳馆，看到那深深的水池，我却害怕得双脚发抖。虽然老妈和教练一直在鼓励我，可是我还是不敢下水，而且还差点哭了！在同学们的怀疑目光中，老妈只好对我说：“杨佳豪，你不是说你很喜欢游泳吗？怎么，还没下水就要放弃了吗？”我只好无奈地跳下泳池。没想到的是，我一下水，就呛了几口水。呛水的滋味真是难受：鼻子发酸、喉咙堵得发慌。我痛苦得只想打退堂鼓了！可我又仿佛看到老妈那严厉的目光……老妈又说：“做什么事情都不要半途而废！这个道理你难道不懂？”于是我只好忍着呛水的痛苦，跟着大家一次又一次地将头埋入水中，和教练苦练游泳的基本功……第一节课终于结束了，由于我表现最突出，老师让我当了小班长，我心里乐开了花。

在接下来的十五天里，经过我的努力，我成了班上最会游的一个。老师和同学们都夸我，我开心极了。

以后的日子里妈妈常带我去游泳，我发现游泳的花样很多，有蛙泳、自由泳、有蝶泳、有花样泳……我只学会了蛙泳，但和其他学员交流中我学会了自由泳，仰泳也学会了一点点。虽然这不是专业的仰泳和自由泳，但我很快乐，因为我发现自己的学习力还挺强的。尤其在游泳方面很有天分，呵呵。

游泳给我快乐，游泳给我自信，游泳给我健康的身体，我喜欢游泳。

**我爱体育高中作文27**

今天，我们迎来了一个更加注重体育精神的时代，“体育人”、“体育教育改革”等一系列词语逐渐涌出，国家对体育强国建设的不断追求，正显示出体育精神的重要性。“文明其精神，野蛮其体魄”，面对新时代、新形势，我们更需要大力发展体育事业，弘扬体育精神，展现时代风采。

^v^曾说：“强壮的，而非体弱的”，他鼓励青年要勇于发展体育事业，强身健体，“身体是革命的本钱”，没有强健的体魄，又谈何完成“二万五千里长征”的英雄壮举？没有强健的体魄，又谈何人生？谈何理想？曾几何时，中国人被西方扣上“^v^”的帽子，而今，我们已告别过去，我们比任何时候都更加注重体育精神，奥运会上冉冉升起的五星红旗，国际赛事上一次次奏响的国歌，无不向世界展示着中华民族的强大国力，展示着中国健儿“为国争光、无私奉献、团结协作、顽强拼搏”的中华体育精神。一个拥有体育精神的人，一定拥有面对困境的强大的精神内核；一个崇尚体育精神的国家，一定是一个拥有文化自信，奋斗拼搏精神气质的国家。国家以体育锤锻体魄、凝聚精神，将我们带向一个更为精彩的世界。

体育精神是坚韧不拔、不断进取的顽强拼搏精神。锻炼改变生活，竞技激发斗志，体育精神让人在困境中怀有希望，从低谷中千锤百炼。著名国乒选手丁宁在一次采访中说：“我热爱乒乓球，并非乒乓球给我带来了多少荣耀，而是在日复一日的艰苦训练中，我感受到了坚持的乐趣。”“艰难困苦，玉汝于成”正是在不断地训练中培养了她坚韧不拔、不断进取的顽强拼搏精神，成就了其不凡的人生。

体育精神是无私奉献、为国争光的家国情怀。从奥运会洛杉矶许海峰射落首金，到中国女排五连冠，苏炳添以9秒83的成绩成为首位闯入奥运百米决赛的中国人，再到跳水、举重、田径等项目屡屡突破，一代代中国体育健儿向世界展示中华健儿无私奉献、为国争光的精神。无数青年也在一次次的凯旋高歌中凝聚奋进的力量，点燃爱国的激情。

“人无精神不立，国无精神不强。”不断发展和弘扬中华体育精神，使其成为当代青年人的精神底色，成为中华民族伟大复兴的精神力量。

**我爱体育高中作文28**

电光火石的拼杀中，灵魂的呐喊转化为身体摘夺桂冠的原动力；成败转瞬的赛场上，体育的精魂成为对人格强有力的洗炼。

体育的力量影响一代又一代人，伦敦奥运会如是昭示。更快，更高，更强--这是人类突破自我的永恒追求，它燃起人类生命底色中天赋的高贵血性，它鼓舞人类义无反顾地去闯、去拼、去超越，以拼搏作抵押，赢得心灵深处高声呼唤的荣耀。生而为赢，是人类精神内核中不可泯灭的一道光芒，斩断阻碍，为个体与社会向上攀登供给着源源不断的能量。

然而，博弈角逐间，强强相争，体育的竞技场上必有成败之分，这又恰好是体育另一种魅力所在。固化的观念中，胜者为王，败者食尘--体育的精神则重重击碎了成败的障壁，赋予了失败与胜利同等的意义。失败者的形象并非只能是失魂落魄、黯然退场，他们以另一种方式被铭记与赞颂。每一次向更强者发起的冲击，每一次战胜旧我的勇气，都是一位真正的斗士伟岸身姿的记录。英雄的脊背不会因失利而弯折分毫，被强者战胜不是耻辱，因为那超越自我的一切同样值得尊敬，每一位燃烧自己的勇者都应受喝彩。竞技输赢背后，体面与尊严不是独属胜者的奖励，它也是为败者授予的勋章。

这是体育之魂所承载的精神昭示，由体育场上转移到体育场下，理应成为每一个时代人们面对生活的范本。追求胜利，是一个人生命的火种与光源，是一代人前进的终极本源，面对如山如海的挑战，去俯瞰那仿佛不可逾越的艰难，全力以赴去赢的向往当扎根于我们坚如磐石的信念；面对不可逃避的落败，不要畏缩手脚自染阴霾，要有傲然无悔、尽力而为的尊严和利刃回鞘、静待翻盘的体面。

让体育精神在一代人幼小的空旷的生命中生长，这一代人便拥有足够强大的精神内核去直面未知的风险，以一颗从容不迫的心去体味接纳跌宕起伏的人生境遇。当他们终于可以成为中流砥柱去支撑起社会的屋檐，强大的信念已然更加坚固，一个更为强大坚韧的社会将屹立不倒。

体育如何影响一代人？成败之间坦然坚韧，拥有不丧失热血、拼搏过后无怨无悔的尊严，他就是无冕之王。这份高贵的不可磨灭的信念，将永远推着我们的航船在前进的时间之海中乘风破浪！

**我爱体育高中作文29**

从小体育就不好的我和体育可以说是有着很深的“感情”了。

记得以前学校举行运动会，班主任让大家踊跃报名，我永远都是一脸的无奈。开运动会的时候，我一般都是站在一旁，也永远是呐喊助威的那个。一边看着别人在运动场上健步如飞，一边感叹怎么可以这么厉害，然后再默默地惭愧一番。这种情况一直持续到了初中，那时候当我知道中考要考体育的时候内心简直觉得崩溃了。要知道我仰卧起坐一个也做不起来，跳远也只能跳一米五几，跑步也是最慢的一个。可是能怎么办，要想有个好成绩，还得过了体育这关，只能咬紧牙关练呗。

记得那个时候大冬天的，班主任借了几块垫子，然后班上的女生五点半就起来，轮流着练仰卧起坐。我最开始练的时候穿着厚重的衣服在垫子上脸都憋红了，做了半天硬是一个也没做起来。几度的气温，身上竟然出了一层薄汗。但是不能这么轻易就气馁了，第一次不行就接着第二次再不行就三次四次。就这样咬牙练了几天，我终于能练十几个了，但是这远远不够，中考的标准是四十多个，还差了一大截呢。每天女生在宿舍练完仰卧起坐，然后全班在操场集合练习跳远。我尽了全身的力也只能跳个一米五，看看别人一迈就能跳好远，心里又气又急。我发了狠地每天练，一天天也有一点进步，一点点达标。练完跳远就是一百米短跑了，我属于那种耐力型的，就是长跑还可以，但是比速度一百米冲刺就不行了。每次冲刺完都感觉上气不接下气，气喘吁吁，心跳砰砰砰，感觉要跳出来了。

从冬天练到了夏天，从穿着棉袄练到穿短袖练，我终于各项都达标了，而测试也如期到来。测试那天还是有点紧张的，调整了呼吸我就自信慢慢的去了。测试成绩出来了，虽然没有达到满分，跳远和短跑个扣了一分，但是这个结果我还是挺满意的。毕竟我开始体育那么差，能拿到这个成绩我就没什么抱怨了，毕竟我付出了努力也看到了成绩，人嘛要懂得知足。

我和体育之间的故事就讲到这里了，这段日子虽然苦了点，但是我收获了很多。拿到了成绩，我也因此喜欢上了体育，身体素质也变好了。

**我爱体育高中作文30**

人声鼎沸的校园，各位“英雄豪杰”都在谈天说地，自信满满的宣告今天一定要考满分，没错，今天是体育中考。

这一天寄托了我们多少个日日夜夜的愁绪，所以，来一场痛痛快快的决战吧！乘坐大巴到达麻涌中学考场时，天空阴沉沉的，似乎一忍不住就会来个倾盆大雨，可这并不影响我们的心情，“呦，三班可是体育班。”英语老师在一旁笑呵呵的说。对，体育是我们三班的优势，这次我不能给三班丢脸，一定要全力以赴冲向终点！在篮球场热身后，200米考试已经开始，揣着一颗忐忑的心，静静等候，坐在等候棚里，短裤扣着赛数布，听了四十七次开赛枪声后，终于轮到我了，“一定不能紧张！我能行，我一定能行！”心里默默暗示着，可双手还是在颤抖，始终是最后一次200米，我闭上了眼睛，等待裁判员的发令，在他说的预备中的预字时，我迅速的跨出了一大步，我深知，大家都会争分夺秒的奔跑，也就紧握拳头，视线直望向终点，感受到了热血在沸腾，冲击我的脉搏，冲到离终点还有70米、60米。

我听到了邻道的咆哮，“决一死战吧！”我也竭斯底里的呐喊出来，在冲过终点的一刹那，我听到了老师们的欢呼声，同学们的呐喊声，也听到自己的笑声，功夫不负有心人，秒，超过了上次模拟考的分数，内心的喜悦无法述说！折算起来，这也就意味着我仰卧起坐54个左右体育就能满分了，我心里窃喜着。与此同时，仰卧起坐也正热火朝天的进行着，过了四十分钟后，轮到我们女生，在比腰力的情景下，女生并不逊于男生，在60秒内，60个，甚至是70多个仰卧起坐对女生来说都是小菜一碟，可对于身材臃肿的女生来说，这可非常艰巨，包括我。

从转入初二那会儿一分钟做5个仰卧起坐到现在做五十多个，可想而知我的汗水不是白流的。在哨声响起的一刹那，我忘乎自我，咬紧下唇用尽全力增快自己的频率，60秒只是一个恍惚的时间，时间到了，我也务必停止下来，这次56个，我满分了！每一场决战，其胜利都会属于有准备的人，这是个无可置疑的道理。

**我爱体育高中作文31**

篮球是在我们班最吃香的一项运动。因为男生女生都爱这项运动，我们的体育课简直成了NBA的赛场，各路女生，各路男生，都八仙过海——各显神通。

青春的活力与动感，我已经先在篮球场上体会了，我从小就喜欢篮球，对篮球有很深的迷恋之情，节奏活泼而欢快，紧张却又刺激，让你很快就能全情投入，初中的青春生涯，谁与争锋？这就是我最喜欢的一项体育运动——篮球。

在我日常娱乐生活中，篮球起了及其重要的作用，也有多种打法，一般而言，我们将之分为三种：五打五；三对三；单挑。

五打五，意味着有两支队伍，每支队伍均有五人，中锋、大前锋、小前锋、得分后卫、控球后卫。中锋的职责是抢板、传球；前锋负责外线、上篮；得分后卫则主控投篮；控球后卫是左右变相，起组织功能。NBA正式的比赛都是采用这种打法。其余两种是五打五的简化版，三对三，则两队须有中锋、前锋、后卫，打球原则与五打五相同。而单挑，即一对一，你守我攻，你攻我守，两人最直接正面的交锋。而街头篮球则是一种娱乐性的打法。它的打法很简单诸如此类的翻腕、二运等，就已取消了。还有好多虚假的动作比如假晃，先往右，实则往左进攻有种作秀的感觉，耍酷，越帅越好。

我个人一打一的打法，为什么呢？因为我目前能力有限，球打得不是很好，其他的打法我不是很在行。我的身高在班上排行第一，在球队里也是三甲之一。因此我平日靠身体打球我喜欢的球星之一是詹姆斯，因为他很壮也是靠天赋和身体打球，我希望以后像他一样，当个出色的球员。

当然我还喜欢科比，他的球打的太好了，命中率极高，简直就是球场上一“怪”。我还喜欢韦德、乔丹等等，这些都是我的偶像，也是我的学习对象。我希望望自己好好练球争取进入CUBA，然后参加NBA选秀，进入NBA球队，成为最棒的球星。

我酷爱篮球，因为它注入了我的心血，它让我有了一种把篮球玩好的责任心，我也有这个信心！

**我爱体育高中作文32**

今天，妈妈带我去体育广场游玩，我高兴极了。

这天早上，我们从正面跨过栏杆进入了体育广场。首先一进广场，我就被一块侧面是梯形，上面是长方形的一块黑色的大石头，石头上面刻着“南通体育广场”六个鲜红的大字，在阳光的映照下显得格外醒目、耀眼。大石块前竖立着26个方形的木花坛，伸出正开得正艳的花儿，五颜六色，色彩缤纷。一个木花坛上面的花儿让我觉得星罗棋布，好像空中的小星星掉落下来，不小心点缀在一根枯枝上，又让小花重获新生。

前面又出现一个巨大的广玉兰彩灯，每一个广玉兰都指露出了一个小洞，好像有什么东西从洞里飞出来似的，又好像是一位小姑娘不敢显现自己的脸蛋，又好像一个没有见过世面的小婴儿，扒开花瓣来看看鲜艳的花、青青的草、绿绿的树。“一、二、三、四、五、六！啊！一共有六个花朵！”我大声呐喊道。它的“根”好像几个像我这样的才能围起来似的。

我又在一个巨大的圆形“舞台”，我一会打滚，一会儿飞速地绕着圆圈跑起来，一会儿时间我就转晕了，我扒在地上，发现下面竟然有人在打羽毛球，我好像浮在空中，顿时心惊胆战，生怕身下摔一个狗啃屎式，就敢紧跑“下台”，不敢在“上台”。我又往天空看了看，一只只硕大的哆啦A梦、愤怒的小鸟、小鹰、喜羊羊……飞翔在半空中，仔细一望，原来一个个风筝自由自在地飞着呢！

这里石径上镶嵌着形态各异的鹅卵石，感觉地上凹凸不平，真舒服！路上看见旁边的小花在竞相开放，一团团、一簇簇，你挨着我，我挨着你，仿佛在比着美呢！看着看着，仿佛我也变成一朵野花，穿着鲜艳的衣服，站在阳光下，站在春风里，和别的花儿在一起舞蹈。小草那顽强不屈的生命力令我们刮目相看，还听着风和树叶间摩擦发出的“沙沙”声，享受着微风带给我们的一丝丝凉意。还看着小鸟那灵巧矫健的身姿，我仿佛也变成了一只活泼可爱的小鸟，在枝头嬉戏着，嘴中还时不时跳出几个黑色的小音符，“叽叽喳喳”真是悦耳动听。

最后，我们在依依不舍中离开了体育广场，但我们的笑声回荡在广场上空。

**我爱体育高中作文33**

童年是纯真、快乐的。我们身处童年，每天都编织着不同的故事。一只昆虫、一个玩具、一次发现、一场争执……看起来是那么的微不足道，却包含着我们的快乐、梦想和追求。

故事发生在三年级下学期开学第一天，那时候的我们都特别期待上体育课。但上体育课的老师是我们的数学老师，而数学老师又喜欢把我们的体育课上成他的数学课。我们最喜欢的体育课就这样被老师占用了。

那一天天气特别好，又恰巧最后一节是体育课。我们几个同学商量，去求求老师。可是，老师会答应吗？今天可是第一天。我们怀着忐忑的心情来到了老师的办公室。我们敲门，得到老师的同意后进了老师的办公室。我用委婉、渴望的语气对老师说：“老师，今天的体育课上吗？”老师看着我们一张张充满期待的小脸，先是脸色一正，我们也跟着慌了起来，以为老师不会答应。没想到雨过天晴。

老师笑了起来：“真的很想上吗？”

“想上！”我们整齐的回答。

“那就上吧!”

“耶！”我们呼喊着跑回教室把这个好消息告诉大家，同学们也跟着欢呼起来。

“解散！”

时间随着温和的阳光推移到了最后一节课，我们做完了热身运动、篮球训练，老师终于把我们解放了。我们开始做游戏。我们六个人玩“老鹰捉小鸡”。袁俊为凶恶的“老鹰”，我则是保护小鸡的“母鸡”，其余几个好友就只能当“小鸡”了。凶狠的“老鹰”扑来扑去，虽然想尽一切办法想抓到小鸡。可有尽职尽责的“我”紧紧地护着小鸡，他休想得逞。这时，“老鹰”装作漫不经心的样子，突然猛一转身，向着小鸡扑了过去。“我”见状，大吃一惊，张开了双翅迅速挡住了“老鹰”的去路，机警地保护着自己的“孩子们”。而小鸡们也一个拉着一个，左躲 右闪，不让“老鹰”我抓住。“老鹰”几次从两旁攻击，都没有成功。面对这种情况，“老鹰”改变了”策略”。这次，先假装从正面进攻，等到“我”又高高张开“双翅”竭尽全力企图拦住他的袭击时，“唰”地从我的两只“翅膀”下钻了过去。“小鸡”们一看我没有挡住“老鹰”，吓得四处奔逃。一只“小鸡”跑慢了一步，结果嘛，唉，自然成了“老鹰”的爪下之物了

“叮铃铃……”随着放学铃声响起，这幅“老鹰抓小鸡”也画上了句号。

**我爱体育高中作文34**

在我8岁的时候参加过一个小马星球的亲子马拉松，绕绿博园一共有5公里，我提前领了衣服，和妈妈，姑姑，爷爷穿着一样的服装，做好跑前的准备。

刚开始只是两位教练领着我们做热身操，我的心里非常紧张。然后我们就跑到起跑线前面，主持人就喊：“准备……跑！”我都像剑一样冲出去，闭着眼睛使劲跑。一拐弯看见一个障碍。我就直接跳上去翻过障碍，再滑下去继续跑。我扭头一看，唉，妈妈咋不见了？

我不管这件事儿了。然后扭头就跑，翻过四个障碍后发现后面没有人了，我还以为我跑错路了。这时我看见前面还有一个人在跑才放下心来。我觉得口干舌燥，路边有免费送水的，但是喝水也会浪费时间，我忍住不喝。

终于快到终点了，我还看见爷爷手里拿着两个火腿肠和一瓶水。我又累又渴地向终点冲去，刚过终点线，一个阿姨就跑过来给我脖子上挂了个奖牌。她说：“恭喜你小朋友，跑了一个第二名。”爷爷高兴的抱起我。我又问：“妈妈呢？”

过好一会儿，妈妈才从后面跑出来。姑姑也被远远的落在后面了。我上了领奖台还发了奖品呢！

虽然我非常雷累，但是我的成就感压倒了一切。以后还有马拉松我一定要参加，因为这样不仅可以锻炼身体，提高免疫力，而且还可以让我小小地骄傲一下呦。从此以后，我爱上了马拉松。

**我爱体育高中作文35**

小时候在小学的岁月中慢慢长着。而我们大家最喜欢上的课就是体育。一听到今天有体育课同学们都欢呼雀跃。但上了初一之后吧，这体育课就变味了。

上了初一以后同学们都不愿意上了，并且非常讨厌体育课，这是为什么呢？就让我来为你说一下体育老师的“罪行吧”

讨厌理由一：跑步累死人。

哎，我们的体育老师太爱让我们跑步了。每节体育课都要跑上4、5圈。一上课，老师慢慢悠悠的进入教室。一上课老师的开头语就是这样：集合！先跑两圈再走一圈！看着同学脸上的神色，心里很难过，只好无奈的走出教室去操场集合。有的懒学生，直接给老师请了个病假不去了。可是从来都没逃过老师那双炯炯有神的眼睛。来到操场，同学们无力地眼神映出憔悴般的神色。只好架起双手准备跑步。老师一吹口哨，同学们就跑。老师是要求喊道1的时候左腿现落。我们总是相反。先落右腿。这点小动作永远都逃不过老师的眼睛。当我们跑完两圈后，老师要求重新跑，因为跑得太乱重新开始。这是同学们早已疲惫不堪、大汗淋漓、气喘吁吁、腰酸背痛。只好忍受的跑完这一圈。我能了解同学们的心情，他们肯定很气愤。因为我也在跑，我们都一样。

讨厌理由二：爱唠叨。

如果。你把你的家长叫来，比比唠叨，这时你的家长根本不是老师的对手。我们体育老师很会说话，这一节课都不用喝一口水。老实说：“你们班跑的什么！尤其是男生！跑的那是什么呀！你们办事这几个班跑的最差的！男生再跑两圈给你们个将功赎罪的机会。”大部分同学都在说话，我跟你聊，你跟他聊，有时不小心就会被体育委员抓到去一边罚。重刑就是跑上两圈。做体操时，老师特会唠叨一会这个一会那个，这个动作这样，那个动作那样。让我们头晕眼花、手忙脚乱、不知所措、手舞足蹈，可把我累坏了。

讨厌理由三：不让玩。

我们体育课，最不能理解的就是不让自由活动。前面那两点就够我们受的了。但是有时跑好了还会玩一小小会，大约也就是1分钟。我刚做那休息一会就被叫了起来。回想起小时在小学的体育课时，别提多么想念了。

体育老师这样做也是为了我们好，为了增强我们的体质，让我们学习能有一个好的身体，在这里，我也深深的感谢老师！

**我爱体育高中作文36**

今天早晨阳光明媚，我兴高采烈的去观看了健美操比赛。

我来到体育馆，比赛即将开始。我的好朋友开心排在第二个，她是小学组的三人操。首先登场的是初中五人健美操比赛。只见大哥哥大姐姐们个个在那全神贯注的比赛。他们的的伴奏我一下就听出来了：小苹果。只见他们跳得整齐划一，得到了全场观众们的喝彩。接着是我的好朋友开心上才场了，我好紧张!只见她们精神抖擞的向裁判致敬，紧接着音乐响起，她们弯腰、展臂、踢腿、跳跃，做得干净利落，音乐停止，她们完美结束!她们最后得分是14。65。有几个高难度的动作看的我手心冒汗。真是台上一分钟，台下十年功。下面来了一队穿着五光十色队服的队员们，其中还有一名很胖的小妹妹，我和妈妈都怀疑那位小妹妹怎么能跳得起来的呢?哈哈!

男子单人健美操第一组的大哥哥在比赛中时不时来个飞跃，真是太优美了。还有第五组的那个男生，还在那扭屁股呢。怎么看都像是个女生，我都差点吐了，结果他只得了7。96分。还有一名男生像小金鱼跳舞一样，跳得非常娴熟，取得了小学部男子单人健美操比赛的冠军。

我也暗暗下定决心，也要好好练好健美操，以后有机会能参加这样的比赛，锻炼自己的胆量。无论是做操还是学习都要下功夫。

**我爱体育高中作文37**

“头脑简单，四肢发达”是很多人给我们体育生下的定义。或许其他同学甚至老师眼中，我们就是文化成绩差的一类，所以有的人说我们狂、我们傲、我们目中无人、“同在一个校园内，你们凭什么，你们有什么资本？”满脸的不服气还带着质疑。那好，现在我就告诉你，我们凭什么！

多少的日子里我们以奔跑为目标，多少的岁月里我们同操场打交道，多少次风雨中的奔跑，多少次烈日下的冲刺挥汗如雨，多少次摔倒后的爬起，多少次受伤后的继续、永不言弃；多少次的汗流满面，多少次的血沾衣襟，依旧无怨无悔。有谁知道，我们洒下的汗比喝的水还多，我们奔跑的脚印足以踏遍万水千山。

你们乘凉时，我们在烈日下一遍遍练习起跑；你们吹风时，我们在暴晒中一次次重复冲刺；你们吃饭时，我们仍在沙坑里练习跳远；你们蹦蹦跳跳有说有笑时，我们肩顶杠铃自娱自乐；你们捂着羽绒服躲避风寒时，我们三九天跑得浑身大汗；你们放学成群结队进超市时，我们却得拎着臭鞋带着一身疲惫去洗澡；你们上一节体育课跑两三圈大喊累死了，可我们每天训练累得连迈腿的力气都没有；你们受一点点伤有人疼，请假回家无人敢拦，可我们受伤了只能忍，要学会把疼痛降到最低，因为我们还要继续；你们没事讲讲八卦新闻，我们没事要想如何把专业与学业更好的结合实际。你们高中三年把自己保养的又白又嫩，我们肩上的皮、手上的茧却脱了一层又一层；你们学习好称为天才，我们专业好却被一些人说成“四肢发达”。

流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队，这句形容军人的话，也成了我们每个体育生的至上名言，刻在骨子里。

练了体育才知道 ，夏天的太阳能会把人晒晕的；练了体育才知道，冬天的寒风是可以在身上划出口子的；练了体育才知道，长跑下来连呼吸都是疼得要命的；练了体育才知道，操场上任何地方都是可以当床的；练了体育才知道，人是没有克服不了的困难的；练了体育才知道 ，肌肉拉伤是很疼的；练了体育才知道 ，只有用拼搏才能铸就梦想。

三年的风雨兼程，三年的同甘共苦，我们从未放松，我们从不言弃。我们敬佩胡杨，因为胡杨活着，一千不倒，倒下一千年不腐。我们是体育生，钢一般的意志 ，血一般的豪情，除了军人，我们最强。我，是体育生！

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！