# 打排球比赛作文4篇

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2024-01-12

*排球，球类运动项目之一，运动起源于美国。1895年2月9日，由美国麻省霍利奥克基督教青年会干事威廉·摩根发明。下面一起随小编欣赏一下打排球比赛范文吧！打排球比赛范文篇一：　　记得那次有趣的体育课，我们进行了一场有趣的打排球比赛，现在想来...*

　　排球，球类运动项目之一，运动起源于美国。1895年2月9日，由美国麻省霍利奥克基督教青年会干事威廉·摩根发明。下面一起随小编欣赏一下打排球比赛范文吧！

**打排球比赛范文篇一：**

　　记得那次有趣的体育课，我们进行了一场有趣的打排球比赛，现在想来，还使我念念不忘呢。

　　操场上，有的踢毽子，有的跳长绳，有的打羽毛球，每个人都选择了自己喜欢的活动。我呢，两手插在口袋里。不知做什么好。这时，老师拍我的肩膀说：“蒋如宇，你想玩什么?”我一脸茫然，“那里有一个排球，你去找几个小朋友打排球吧!”“你去哪里，和女生一起打排球吧!”

　　我来到排球场，所有的女生叽叽喳喳地说：“我们全体打一个人。”老师站在公平的立场上说：“五个女生和蒋如宇站在一起，其余的站在一旁。

　　比赛开始了，我先发出一球，我先把球抛向了空中，挥动右手，把球狠狠地打过了球网，女生们双手交叉想把球拦在网中，我的力气太大了，它们哪能抵挡得住，球在空中划过了一道弧线，到她们的网内，我们赢了。你一球我一球，我们正打得热火朝天，把周围的同学深深地吸引住了，也纷纷加入到我们打排球的行列中，我们的队伍一下子壮大了起来，我定睛一看，新增的队员中，有不少还是刚才我们的敌手呢!我开玩笑似地说：“我国的地方有限，再来的话我们“国家”就要季挤爆了，哪里“生”从哪里会吧!女生不屑一顾的说：“切，你们不就是不我们绝吗?有什么了不起!”在嘻嘻囔囔的争吵中，我们有重新组织了队。我们队员把球抛过了网，对方球员狠狠扣杀……

　　“叮铃铃”下课了，自由组队打排球真是太棒了，友谊第一，比赛第二，我们在欢笑声中结束了这场体锻课。

**打排球比赛范文篇二：**

　　下节是体育课。

　　体育课没什么新鲜的。大家一起跑步热身后就可以自由活动了。除非是体育考试，不然体育课永远都是这样。

　　可没想到，今天的体育课与以往不同。

　　一上课，老师便从操场的另一头捧着一个橘黄色的排球走过来。他让男生去跑步，然后对女生说：“今天女生练排球。”我好像得到了一份心仪已久的礼物，既惊讶又开心。

　　老师开始给大家讲解最基本的动作——垫球。早已跃跃欲试的我们都有些等不急了，恨不得马上开始练习……

　　我把排球抛起来，马上摆好姿势去接，可看起来那么可爱的排球偏偏那么不听话，竟把我的大拇指当做跳板，刚落下，又跳起来飞到很远的地方去了。我不明白，在老师手中那么听话的排球，到了我手中怎么就读不懂我的意思呢?难不成老师给球施了魔法?于是，我决定向老师请教一番。

　　老师让我垫了几下就挑出一大堆毛病：“你看，你的胳膊没伸直而且没放平;再有，得让球落在你的小臂上才对;然后注意身体是往上伸展的。”

　　我认真地按老师说的去做。接球的时候我把胳膊摆得直直的，球瞄准我的小臂落下来，我很默契地踮起脚尖接着它，它便有力地一跃而起，我连忙准备用胳膊做它的另一个起跳点……

　　经过老师的一番调教，我的球技果然进步了不少。那只橘黄色的排球暖暖的，很贴心，与我里应外合、忙而不乱地配合着。“不赖嘛!”我暗自赞叹。

　　垫了几百下，我有些晕头转向了，加上太阳光不断地抚摸，我早已大汗淋漓，但我依旧津津有味地垫着，因为这是一种享受。真正喜欢做一件事时，汗水也是一种开心满足的表现。

　　玩得正开心，一串讨厌的下课铃声响了。我十分不情愿地走向球筐，慢吞吞地把球放进去。抬手抹一把额头上的汗，心想是不是有一种潇洒的感觉?想着，我意犹未尽地走向教学楼。

　　嗯，下节体育课我要学会传球!

**打排球比赛范文篇三：**

　　当我费力的从一个大箱子的最底层翻出一个已经布满了灰尘的排球时，郑重其事得向老妈说：“妈，从今天起，我—每天都要练排球，准备排球对垫比赛!”

　　而要练好对垫，那么自垫自然就要先做好了。我先向大师—陈逸晗请教了一下自垫的技巧：1。先平摊出双手，将双手搭在一起。左手在下，用大指姆压在右手上，再用右手的大指姆和左手的大指姆“挨”在一起。2。脚分开，当球离开手臂时蹲下，当球飞过来时，就直起身子，用手臂去接球。3。眼睛要一直盯着球，不要东张西望。4。不要抛得太高，力气不要太大，不然对方就接不到。也不要用劲太小，球就会抛不远。而做好这些，对垫对于你就没有什么难度了。

　　我先蹲一个马步，双腿屈膝，两臂打直。把排球拍到高于我头顶的地方。在等排球落下来的一瞬间里脑子里过一遍动作，就按照方法来做。可不知为什么当我把排球打上头顶时，明明没有用多大的力气啊!可是为什么球老是会飞那么高呢?由于每次都因为球飞得太高而失败的我十分懊恼，干脆就不练自垫了，直接从对垫开始。

　　我先让老妈把球抛过来，然后我再打过去。可是排球老是不听我话，不是抛得太高，就是打偏了。我不得不放弃，再次从自垫开始练起。

　　由于我坚持不懈的努力，我的排球技术对于我以前，已经提高的许多。我知道了做一件事必须要先练好基础才行。

**打排球比赛范文篇四：**

　　新的一天开始了，阳光照耀着大地，一下子，让人觉得阳光照在身上特别暖和。

　　我高高兴兴的来到学校，正前方，我看见前面又一个熟悉的背影，我走进一看，原来是我们班的刘佳凌在练排球，我迫不及待地把书包放在椅子上，走进体育室去拿排球，一走进体育室，我便马上拿了个排球走出门，对刘佳凌说：

　　“刘佳凌，来打排球啦!”

　　“好的!”刘佳凌急忙把球放到草坪上，朝我奔来，我说：

　　“你离我远点，小心我的球打爆你头!嘎嘎——”

　　“少自恋你。”我一听，二话不说，愁眉苦脸的站在位置上，

　　“预备——开始!”我摆好手势，排球扔向天空，当排球落在手上时，我的力气都集中在手腕上，“砰”的一声，球在天空旋转着，光线让人感到刺眼，但是我并不在意，一点一滴的看着排球轻轻的落在刘佳凌的手腕上，刘佳凌腾空而起，一下子就拍到了排球，排球又向我朝来，我以迅雷不及掩耳之势的速度飞快地接到了球，刘佳凌这才注意到排球已经向自己朝来，她并没有去接，因为她知道已经来不及了，球“啪”的一下落在地上，我高兴的叫喊着起来，刘佳凌却一动不动地站在原地，用羡慕的眼光看着我。

　　“叮叮叮……”上课的铃声响了起来，我急忙把球放回体育室，背上书包跑去，看见刘佳凌在前面，我便说：

　　“刘佳凌，你等等我啊!”

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！