# 比赛跳绳的作文(共44篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2025-01-03

*比赛跳绳的作文1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，...*

**比赛跳绳的作文1**

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！

**比赛跳绳的作文2**

今天是星期二，我们工二村小学举行了一场热闹地跳绳比赛，我们班里有好多同学都参加了，有谢天翼、郭小龙、魏志豪、段肖杰、张成森、王明帅等等，大概有二三十人。

活动在下午第一节课后开始，同学们在一节课后铃声打响，校体育老师就用广播说：“所有同学带着凳子下楼到操场上集合”，我们在班主任的带领下都来到操场上制定的位置。又听到喇叭里传来大队部孙老师的声音：“现在请参赛的同学准备上场，先是低年级参赛跳绳的选手入场，只听哨声一响，小选手们个个跳的都非常快，别看他们个子小，动作可不慢，个个都象小老虎。时间过得真快，该轮到我们班了，我班入场的选手面容可以用精神抖擞来形容，只听哨声响起，嗖嗖地跳绳声在耳边响起，只见我班谢天翼脚底像弹簧一样嗒嗒的跳着，一二三四五六七八。一下子跳二百多个，是我们班成绩最好的。

第一项小绳比完了，接着又进行第二项大绳，一根大绳抡起时，里面站着十个选手，顿时沸腾起来，同一个步骤跳起来，很快第二项比赛就结束了，紧接着又进行第三项老师之间的比赛，有年轻的，年龄稍大点儿的，年纪大的老师没有参加。比赛时，年轻的老师体力充沛，所以年龄稍大点儿的老师个个败下阵来，年轻的老师占了优势。老师、同学们在欢笑中结束了这场比赛。这时，喇叭里又传来孙老师的声音：“明天公布成绩，各班请带回。”

**比赛跳绳的作文3**

在这个阳光明媚的一天里，我们举行了一场别开生面的跳大绳比赛。

这一整天里，大家都在为这件事兴奋着，终于，跳大绳比赛如期而至。同学们在老师的带领下，兴致勃勃的来到了操场，他们个个精神抖擞，摩拳擦掌，跃跃欲试，眼中释放出对冠军向往的光芒。

首先上场的是我们女生，我们抱着必胜的信念走到了绳前，男生们也对我们投降了信任的目光。这时，只听裁判员的哨声一落，比赛就开始了。所有的人都像一只燕子，轻盈的“飞”过绳子。快要轮到我了，我的心里似乎有一只小鹿在乱窜，心里有一种说不出的紧张。终于，到我了。我双脚向前一迈，快速地跑到中间，纵身一跃，绳子也从我的脚下轻轻地掠过。就这样，每一个人都全力以赴，好像战士们在冲锋陷阵。转眼间，三分钟过去了，我们班女生取得了很好的成绩，凯旋归来。

要到男生了，我的心情好像要比自己上场时还要紧张。开始了，开始了！我们女生在奋力的喊着加油，呐喊声震耳欲聋。男生们也因为我们的加油声越跳越快，越跳越有劲。终于，时间到了，我们班男生也取得了前所未有的好成绩。

比赛结束后，大家都站在操场上等待结果。每一给人都兴高采烈，还不时问一问其他班的情况。不一会，比赛结果出来了，我们得了第一名！听到这个消息后，所有的人都欣喜若狂，高兴的欢呼起来，一路说说笑笑的回到了教室。

这次比赛已经过去了，但它使我明白了团队力量的伟大。只有团结一致，才能取得成功。

**比赛跳绳的作文4**

星期三我们学校举行了三跳运动会，下午是我们二年级的跳大绳比赛，我参加了双人跳和大绳比赛，最精彩的就是我们的跳大绳比赛了。

下午，同学们拿着小凳子来到学校的操场上，在指定的位置整齐的坐下来，有的在看自己喜欢的课外书，还有的在和同伴兴致勃勃的聊着天，有的静静地坐着等待比赛的开始。等到两点跳绳比赛终于开始了，操场上立刻叽叽喳喳的声音终于安静了下来，首先开始的啦啦操的精彩表演，之后是我们的跳大绳比赛了，跳大绳的同学们个个兴奋的做起了准备工作，只听见哨子“嗖”的一声响，运动员们像一支离弦之箭一样飞快的冲了出去，在我们的耳边只听见绳子把地打的啪、啪直响，旁边张老师和几个家长使劲的喊着“加油、加油！”给同学我加油鼓劲。同学们越跳越快，一个个像一只机灵的小猴子不断的再绳索中穿越着，又像一只只采蜜的小蜜蜂在花丛中跳起了八字舞，接连不断个个都是跳绳的小健将。时间一分一秒的过去，同学们跳的气喘吁吁，正跳的起劲的时候“嗖”的一声时间到了，我们的大绳比赛结束了，这次的跳绳比赛激烈而非常有趣。

最后成绩出来了我们班得了第四名，成绩不是很好，但是我们都努力了，这次的大绳比赛见证了我们班团结友爱的精神，让我明白了一个道理：“团结力量大！”

**比赛跳绳的作文5**

“加油！加油！”操场上的喊声、加油声此起彼伏。哦！这是我们小南坑正在进行跳绳比赛呢！

瞧，各班的学生在操场上严阵以待，磨拳擦掌；上场的同学个个精神抖擞，意气风发，有的身轻如燕般跳着，有的则发出咚咚的脚跳声，他们各自拿出了看家本领，互不示弱，表现出了顽强的意志，展示着他们的风采。

转眼轮到我们班了，我的心像揣着只小兔子似的怦怦直跳，我想：我一定要跳好，发挥出好的水平，为班级争光！想着想着，我走到了大哥哥的面前，裁判严肃地宣布：“预备！”“哮”又一声清脆的哨声，随着裁判一声令下，同学们仿佛箭在弦上般一齐跳了起来。我手中的跳绳像彩环似的上下飞舞，绳子打在地上不时发出“啪、啪”的声音，地上卷起阵阵尘土。我起初跳得非常快，跳了100个时，我的胳膊、腿都开始发酸，速度也渐渐地慢了下来，但当我看到高老师那鼓励的眼神时，顿时觉得浑身充满了力量。我想：我要坚持，坚持，再坚持！坚持到底就是胜利！于是，我咬紧牙关，拼尽全力跳了起来。

“哮”哨声响了，跳绳比赛线束了，我取得了168个的好成绩，大家深深地舒了一口气，七嘴八舌议论着自己的成绩：“我跳了139个。”“我跳了152个”跳绳比赛结束了，但同学们银铃般的笑声久久地回落在校园的上空。

**比赛跳绳的作文6**

“四年级选手下场。比赛开始。”伴着体育老师的哨声，比赛开始了！

我们先试了一圈绳，随后，紧张的比赛就开始了。我的目光紧跟着前面的同学，生怕连不上或跳坏。

在比赛的前几天，我连不上绳了，同学们大喊：“张煜涵加油！”我还是连不上。“后天就要比赛了，一定要连上啊！”但是恐惧战胜了勇气，我还是不敢跳，最后，老师让一个同学在我后面，在我不敢跳的时候推我一下。

赛场上，摇绳同学的眉毛皱着，盯着每个同学。我心想：“冲啊！”我闭上眼睛冲了过去。我跳过去了，加油！

这时，摇绳同学不小心掉了一次绳，我们立刻变得慌了。我前面的同学也跳坏了几个，我的心更加慌乱了，乱到不能自制。我想来个深呼吸，但我已经没有时间来思考了，就快到我了，我冲了进去，但我还是跳坏了。我回到队里，心想：“你怎么跳坏了？”我听到体育老师说：“不要慌，跳好下面的。”“对呀，我要跳好下面的。”绳子发出“呼、呼”的声音，该我了，我跑到圈子里，单腿一跳，就跑了出去。“还有5秒！\_体育老师说。我们加快了速度。我又跳完了一个绳，当我们跳到177个的时候，此赛结束了。

虽然我们可能是第四名，但是我学会了不要总是去想那些做错的事，要想想能做好的事。

**比赛跳绳的作文7**

我们在学校里举行过许许多多的活动，其中最让我难忘的是让人热血沸腾的跳绳比赛。

激烈而紧张的跳绳比赛在操场上进行。比赛开始了我们每人拿一根跳绳两手分别握住跳绳的两个手柄，一只脚踩在跳绳的中间。我屏住呼吸、目视前方，紧张的气氛让我的\'心砰砰乱跳像是有一只小兔在我怀里。随着老师的哨声紧张又激烈的跳绳比赛，拉开了序幕。

我按照平时的节奏边跳边摇，手和脚配合得很完美。我的脚像装了弹簧似的上下蹦的可欢了！跳着跳着不一会腿就不听使唤了，嗓子也想着火了一样，气喘吁吁、汗流夹背，再也跳不动了，手也摇不动了，真想停下来。此时此刻，我听见了同学们的加油声、鼓励声，又想了一下，我一定可以的我一定要为班级争光，不能拖后腿，于是跳得更快了手也摇的更快了，好像有种魔力使我前进，最后我坚持下来了，并且取得了优异的成绩。

啊！这场扣人心弦又有趣的比赛真让我难以忘怀。

**比赛跳绳的作文8**

每天下午5点钟，我和同学们都会去健身器材旁玩一会儿，最近我们迷上了跳大绳。

老师刚买大绳的时候，大部分同学都不会跳，老师都是把绳子放好了，让我们都站上去，老师才开始悠绳，慢慢的，我们都学会了跳“活绳”，于是我们商量了一下今天男生和女生一起举办一个跳绳大赛。

比赛开始了，我们四名女生一组和四名男生进行比赛，我们8个同学一起站在大绳上，看看谁跳的时间最长，随着3、2、1的倒计时，我们一起在大绳上跳了起来，我们随着绳子的节奏一上一下的跳，谁都怕第一个下去，大家心里都暗暗的鼓着劲儿，数着节奏。突然，有一个男生跳错了，就下去了，我的心里更加紧张了，唯恐自己跳错了，可是，我还是不小心踩到了绳子上，我也被罚了下去，幸亏我们还有两名女生还在跳，最后所有的男生都被罚下去了，我们女生获得了胜利，我们所有的女生都高兴得欢呼了起来。

真开心呀，要是以后还有这样的比赛该多好啊！

**比赛跳绳的作文9**

一个阳光明媚的下午，我们学校举行了一场激动人心的跳绳比赛。

三点钟，比赛开始。参赛的一共有20名同学，分五局进行比赛。第一局是有两组同学上场，他们一排溜儿站着，手中拿着跳绳，做好了比赛的准备！你看他们个个立正站稳，神情严肃，屏息等待。只听“嘘”地一声长长的哨响，同学们很快摇起跳绳跳了起来。跳绳上下来回地运动，还不时地发出“吧嗒、吧嗒”的响声。他们的脚跟着绳子的节奏不停地跳着。再看另外两个同学跳的多带劲呀，他们嘴抿着，腮帮鼓得老高老高。飞快的甩着手中的跳绳，脚下像踩着弹簧一样，飞快的跳动着。

“嘘”地一声，清脆的哨向声，这局比赛结束了，紧接着第二局、第三局……，计数完成后评委老师计算最终结果。最后，三年级的两名同学得了第一名和第二名。

激烈的跳绳比赛结束了，我争取能参加下一次比赛，更希望通过跳绳增强我的体质。

**比赛跳绳的作文10**

学校组织的冬季小型运动会开始了，我们开始进入紧张状态。我参加的是跳绳比赛。

“嘘——”比赛开始了，观众安静下来。我连忙甩起绳子开始跳起来。一个，两个，三个……绳子在飞快的转动。时间在一分一秒中流逝，我的手由于紧张而微微颤抖。我依稀可见其他选手的身影，汗水模糊了我的视线。“加油，加油……”啦啦队齐声喊道。选手们像灵巧的小燕子一样轻盈地跳着，可我知道他们有人已断了很多次绳。这可是绝好的机会，我一定要把握住。我心里想。汗水湿润了我的头发，我的心“扑通、扑通”地跳着。绳子飞快地从我脚下穿过。“……九十九、一百、零一……”我不停地数着。啦啦队在呐喊助威，可是，如果受了他们的影响。是件可怕的事情。我并没有听见加油声，空气在那一刻似乎凝固。虽然是数九寒冬，但我脸上仍是滚烫的。我闭着眼，咬紧牙，使劲地甩着绳子。绳子仍快速地从头顶飞过。“……（一百）六十九、七十、七十一……”一百七十多了，比赛在哨声中结束。“哇，你跳了一百七十七个！”同学们祝贺我。我高兴得跳了起来。我捧起火红的奖状，觉得无比光荣。我已筋疲力尽，但还是跑回了休息室，庆祝了一番。这使我十分难忘。

使我难忘的跳绳比赛，是多么精彩而有趣啊！

**比赛跳绳的作文11**

“叮叮叮”，上课了，操场上排着三条整齐的队伍。哦，原来是四年（1）班要举行跳绳比赛呀！

还有五分钟，比赛就开始了，同学们早已准备好了，个个摩拳擦掌，跃跃欲试。唯独我，站在一个角落独自紧张，不敢和同学练习。

我们分为a、b、c三组，a组先比赛，我是b组的组员，看见a组比赛，我更是紧张了，因为我知道：下一个就轮到我了！

终于轮到我了，我的心怦怦直跳，忐忑不安地走向操场，手紧紧地握着跳绳，手心直冒汗。“开始！”我不敢想其他事，一心想赢，不让同学们失望。我使出浑身解数，拼命地跳……不一会，我就跳了50下，但是体力差不多用完了。60、70、80、90……越来越累，越跳越慢，我的额头上布满汗珠，衣服也湿透了……“停”！随着体育老师响亮的声音，我停了下来，一共跳了120下，勉强及格了。我那颗悬着的心终于落下来了。

通过这次比赛，我懂得了坚持就是胜利！只要用心一定会成功的！

**比赛跳绳的作文12**

一个风和的日子，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。

**比赛跳绳的作文13**

你最近有跳绳吗？我们最近一有空就疯狂地练习跳绳，那是因为要举行跳绳比赛。

为了比赛拿一等奖，林老师教了我们一些方法，经过多次练习，我们都进步了很多，因为跳绳练起来很累，我开始是很不愿意练习跳绳的，但为了班级荣誉，我也不得不拼一拼。

时间过得真快，比赛的日子到了，可我还是没有达到自己的要求看着赛场上同学们一直在用力甩起的跳绳，那一直有节奏跳跃的脚，我心里越发感觉不安了。一个、两个、三个……，我们班的同学一个个依次跳完了，就剩下我和陈思颖没有跳了。“下一个，王梓璇。”听着老师的喊声，我紧张地走到跳绳的位子，心里默念着：“加油！”哨声一响，我立刻跳了起来，现在回想起来，那时的我只有一个信念：一直跳、一直跳！

一分钟到了，我停下来，大口大口地喘着气，回到了自己的座位上，脑子里还在回想着刚刚跳绳的一幕，不一会，跳绳比赛全部结束，老师和同学们都返回了教室。

这真是一次难忘的跳绳比赛。

**比赛跳绳的作文14**

星期四第二节下课，我们跳绳的同学排成一队，一起来到操场参加跳绳比赛。

第1个上场的是张萧今同学，她站在自己的圆圈里，等候“开始”的号令。“嘟”的一声，比赛开始了，她手中的绳子快得像轻风一样，上下来回摆动，使人看得眼花缭乱，绳子落在地上几乎看不见，只有一道白光。她一边跳一边想：我一定要赢比赛！很快，一分钟到了，接着，陈晨上场了………

终于轮到我了，我的心像揣了只兔子怦怦直跳，我告诉自己：别紧张，好好跳！渐渐的，我的心平静下来了，我两手握着绳子，老师一声令下，我就飞快地甩动绳子，绳子在我脚下擦过，发出“呼呼呼”的声音，我不停地跳着。在我筋疲力尽的时候，郑老师在旁边给我加油助威，让我又有了自信，坚持到最后，结果跳了161个。

我真高兴能参加比赛！

**比赛跳绳的作文15**

今天下午我们三年级这十二个班举行跳绳比赛，十二个班和裁判一起围成了一个很大很大的长方形，长放开里面是参加此次比赛的选手，我们前几次竞赛都 是三等奖，所以我们四个好朋友从前几次的比赛成绩来判断这次得第几名，这次有可能是三等奖。“我真希望是一等奖。”

比赛开始了，从一班到十二班轮流来，每个班可以跳两次，三年级一班上场了，只见他们带有一丝丝轻松、很有把握的神情，“一、二、三……耶！”二班上场了……

直到前九个班跳完了，轮到我们了，那八名参加选手走过去做好准备，同学们不敢喊加油，因为大家正屏住呼吸，一眼不眨地盯着选手，数着数，同时为他们默默地加油。

不一会儿，比赛结束了，“一等奖十二班，二等奖一班，三等奖……”会是哪一班呢？我的心在砰砰地跳，真像有一只不安分的小兔子在笼子里乱跳……“十班三等奖，”当裁判说完这句话时，心中的小兔子终于安静下来了。

这次比赛，班里大多数同学还是对这次比赛感到不理想，因为我们班总是得第三，多么想得个第一，感受一下成功的滋味呀！虽然我也有一点点的遗憾，但是这次比赛为下次比赛奠定了基础，更让我们明白了集体比赛需要团结的力量。我相信下次比赛我们一定会夺得第一的！

**比赛跳绳的作文16**

我和妈妈最喜欢的游戏之一是跳绳比赛。之前跳绳比赛输给了我妈，现在比赛不一样了。

有一天，我和妈妈在比赛跳绳。这根绳子像绳子一样直而长。我们要开始比赛了。妈妈先跳，我坐在旁边看，帮忙数数，看她跳了几下。啊，妈妈跳了42次。轮到我跳的时候，我跳了十几下。我输了。妈妈说：“看看你，你只跳了12次。太可笑了。”听了妈妈的话，我说：“有能力再来一遍！”。妈妈说：“好吧，我不怕你。”

第二场比赛开始了。这次是我妈先跳的。我妈跳了一次又一次。刚跳到第六名，我妈的绳子撞到墙上了。我看到的时候很开心，说：“哦，你只跳了六次。你真可笑，比我还惨。”轮到我跳了。我很紧张。开始吧。我跳得很认真。太好了。我跳了30下。我很高兴能拿到绳子，但我不小心把大绳子拿到树上了。后来我扔石头，绳子掉了。我接过绳子说：“妈妈，我们再来比赛。”

第三场比赛，我先跳。我还是跳了30下。妈妈也跳了30下。平局！但是平局不会让两个人开心。如果一个人赢了，一个人输了，说明胜利者是快乐的，失败者是悲伤的。这不是最好的。

**比赛跳绳的作文17**

盼星星，盼月亮，盼望已久的运动会终于来临了。吃过早饭，大家早早地来的学校，排起整齐的队伍，踏着欢快的步伐，来到宽阔的体育场。

在这次运动会中，我参赛的项目是跳绳。比赛开始前，老师把参赛的队员都叫到一起，“一”字排开，我的心情很平静，一点也不紧张，我先试着跳了几下，把绳子的长度调到合适的位置，然后静静地等待裁判员老师的哨声。“嘟”哨声响了，我迅速地跳起来，刚开始跳的得心应手，在同学们的阵阵“加油”声中越跳越快，可是当跳到一百一十多个时就很累了，但我还是咬紧牙关，奋力地跳啊跳啊，最后累的气喘吁吁，上气不接下气，正当我无法坚持时，终止的哨声又响了。“156下”我的成绩不算太好，没有为班级争得荣誉，我感到有点伤心，但老师安慰我说：“表现的不错，重在参予”

这次虽然没有拿到奖状，但我以后一定要再接再励，争取在下一次比赛中，跳出好成绩。更希望通过跳绳增强我的体质。

**比赛跳绳的作文18**

跳绳比赛开始了！跳绳比赛开始了！我们都非常激动。

我们排成两队安安静静的走出教室，教室外面特别的热闹，操场上一片热闹的景象，有哨子声、有欢呼声、还有呐喊声……，参赛的同学们一个个更是摩拳擦掌，准备为班级争光。

过了几分钟，轮到我们班了，我的\'心脏都跳到极限；我和我的队员们一起呐喊：“二（2）班加油！二（2）班必胜！”我们班跳绳的队员们听到了，跳得更加起劲了。哨声响起他们停下了脚步，每个队员都跳得满头大汗，气喘吁吁。

过了几分钟，终于轮到我了，我一直都在努力的跳，跳了40秒钟，我的脚已经很酸了，但是我还是坚持了下来。最后老师告诉我一共跳了139下，我很高兴。

本次跳绳比赛中，我们班虽然成绩不是很理想，但是我们心里个个喜悦无比，当老师宣布成绩时，顿时我们又是欢呼，又是鼓掌，怎么也表达不尽我们的欢喜，欢腾的风景在操场上空回荡……

经过这次比赛，我懂得了只要付出，才会有成功，我们一定要加强锻炼，争取在下一次跳绳比赛上取得更好的成绩。

**比赛跳绳的作文19**

今天，我们学校举行了一场特殊的跳绳比赛。我迫不及待地想成为第一个冲出教室的人，这时我听到广播说，“学生们挪到凳子上，出去排队。”学生出来后，我又站在队伍里。我们整齐的走到指定位置，准备看比赛。

游戏开始了！五六年级的大哥哥大姐姐跳“8”，各种跳法都有。熟练的样子让我着迷。

五六年级比赛结束，我们到了四年级一班比赛的时间了。我们带着五颜六色的跳绳走向体育场。这一刻我的心像十五个水桶打水，呼吸比平时快多了，额头渗出汗水，生怕跳不好。

就在我非常紧张的时候，哨声响起，我迅速跳了起来。最后跳了136下，超过了我原来的水平，很开心。

然后高一高二高三的学生也各显才华。虽然都比我小，但是有的舞跳的比我好！以后会加强锻炼，争取在下次比赛中取得更好的成绩。从这次跳绳比赛中，我得出的结论是，无论做什么都要努力，不努力，不锻炼，是不会有好成绩的。

最后，平时认真的老师也参加了比赛，就像小孩子一样。

虽然我们班在这次跳绳比赛中没有获得一等奖，但是我了解到光靠一个人是不够的。我们全班都要努力，好好锻炼，团结一致。在以后的比赛中，一定要为班级争光！获得第一名！

**比赛跳绳的作文20**

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！

**比赛跳绳的作文21**

今天，我们学校举行了一场别开生面的跳绳比赛。跳绳的顺序是：六年级、五年级、四年级、一年级、二年级、三年级。最后，是老师们“摇大绳”的比赛，我看得非常过瘾。

首先，六年级开始比赛：只听“预备，开始！”的口令声落下，一个个大姐姐、大哥哥便开始跳了。他们一个个精神抖擞、生龙活虎、争先恐后地。有的大哥哥大姐姐，他们准害怕绊了脚。可是，有大哥哥大姐姐们沉着冷静，跳起绳来像一只只翩翩起舞的燕子，姿势优美极了！一会儿叉着腰，一会儿歪着头，一会儿单脚跳，一会儿双脚跳，花样儿变化多端。我的眼睛看都看不过来，把我看得眼花缭乱，我多么羡慕他们啊！

随着比赛的时间，该我们上场了！我们都非常紧张，唯恐自己跳不出好成绩，给我们的班集体丢脸。我更是如此，心里像揣着个小兔子，咚咚直跳。我深呼吸一口气，尽量让自己平静下来，站到我的位置上，准备开始跳。

比赛开始了，赛场里没有说话声，只有“刷刷”跳绳的\'声音。最后，我夺得一分钟跳１３６下的“光荣战绩”，没有辜负老师和同学们的希望。

最后，一、二、三年级开始比赛，同学们拿上了自己五颜六色的跳绳，开始了比赛。比赛时，五颜六色的跳绳变成了一道道彩虹，十分迷人！

比赛接近了尾声，这时，也是比赛的热潮。因为，我们的老师们也想热热身，跳跳绳。其中，还有我们的班主任——吴老师，我们班的同学们都大声喊：“吴老师，加油……”最后，吴老师赢了，我们欢呼雀跃。

跳绳不仅是一次比赛，还是我们展示自我的大舞台。我一定要加强锻炼，争取下一次取得更好的成绩。

**比赛跳绳的作文22**

一年一度的跳绳比赛又在我们学校拉开了序幕。今年我们班级参加比赛的有五男五女，都是我们班级跳绳单项中的佼佼者。今天就让我们一起去见证他们为班级争荣誉的一刻。

操场上人上人海，每个班级的同学都来到操场上为班级的小健将们加油助威。他们手中拿着自制啦啦队旗，身穿班级服装，严阵以待。再看赛场中的小选手们，各个拿着自己最称心如意的跳绳，已经在比赛前开始热身运动。他们有的甩甩胳膊和腿，有的跳跃两下，还有的在调整跳绳的长度，以期达到最佳效果。

比赛在一声哨响中开始了。只见我们班级的女中豪杰小静身手矫捷，绳子在她手中如被施了魔法般旋转着，一圈两圈三圈，让人眼花缭乱。她一会儿左脚点地，一会儿右脚点地，一会儿连跳两下，一会儿把绳子连甩两下，根本停不下来。为她数数的同学也累得气喘吁吁。再来看男生子硕，他没有静静的花样多，但是他的连续性好，保持一个动作，一直跳着，就像一只小袋鼠，中间根本没有间断。

看到他们这么卖力的为班级争光，我们各个也鼓足士气为他们加油助威：加油，队员们，你们是最棒的。啦啦队员中给力的当属大胖刘，他挺着大肚皮，不停地上上下下地跳着，声嘶力竭的喊着，那副样子恐怕可以把喉咙吼破。

比赛终于结束了，我们班级获得了男女双项第一，真是无敌跳绳神班呀！

**比赛跳绳的作文23**

今天，我们有场跳绳比赛。

中午，同学们来到班上，个个摩拳擦掌，信心十足，可看书的人却没几个了。同学们正在新鲜着，突然，楼道内传出了轻微的“轰轰”声。这时，董老师一声令下，我们就速速地拿好跳绳，在楼道里站好了队。说完“齐步走”，我们就踏着整齐得步子走下了楼。

不一会儿，我们就在楼下的指定位置站好了队。随着体育老师的口令声，第一个上场的班级开始跳了。他们在上面跳，我们在下面边看边说“你快看，那个小男孩跳的多快啊！”

“呵呵，你看，那个小胖子跳起来多像个小肉球啊！”

时间就这样一分一秒的过去了。终于轮到我们班上场了。我准确地走到了为我数个数的同学的面前，我见还没正式开始，又把绳拉了拉（以免跳时结扣）。等了一会儿，还没开始，我又跳了几个。这时，体育老师走了过来，我对他投去了祈求的眼光（因为当时的我很紧张），可老师却对我说了一句话我看好你呦！

过了一会儿，体育老师的口哨声再次响起，我快速地跳了起来，当时，我脑子一片空白，只有一个念头，就是多跳几个。一个，两个，三个，渐渐地，我都忘了我跳了多少个了。这时，董老师拿起手机向我们走来，照了几张照片后，时间就到了。我们撤离了场地后，又继续看别的班的跳绳比赛。

如果你问我在跳绳中的启示，是什么，我一定会告诉你，团结无所不能。

**比赛跳绳的作文24**

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。

**比赛跳绳的作文25**

星期五下午2点，我们兴高采烈地来到了学校，因为我们今天下午要举行跳绳比赛。

第一节课是写字课，我们一面练字一面盼望着下课。时间好像过得特别慢，感觉过了很长时间，终于响起了下课的铃声！我们就急切的搬着椅子下楼了，操场上已经是人声鼎沸，同学们个个都摩拳擦掌，跃跃欲试，充满信心地等待着比赛的开始。按照指导老师的指挥，我们班坐在了操场的最东面。同学们有的练跳绳，有的写作业，有的玩游戏……，都在焦急得等着跳绳比赛开始。

跳绳比赛开始了，先是低年级比赛，后是高年级比赛。过了20分钟，终于轮到我们班比赛了。首先是单人跳绳比赛，每人的比赛时间是一分钟内，谁跳得最多谁获胜。我们班共有20个选手上场比赛。我们班首先上场的是黄俊超，他跳得是双摇，双摇就是每跳起一次，绳子从脚下过两次。他跳得可真快，在一分钟内跳了200多个。接着我们班的选手一个接一个得上场了。轮到张妍跳了，她开始跳得很顺利，突然不小心被绳拌一下，差点摔倒！我们都正在为她担心，只见她调整了一下，为了班级的荣誉又继续跳了起来。单人比赛结束后，又接着开始了大绳比赛，只见我们班30多个选手个个身手敏捷，一个接一个飞快得从旋转的大绳下穿过，一共跳了200多个。

跳绳比赛结束了，我们开开心心的回家了。我以后要向参加比赛的选手们学习，多参加集体活动，为我们班争光。

**比赛跳绳的作文26**

今天，我们举行了一次有趣的跳绳比赛，你猜我是输了还是赢了呢?

比赛开始了，我心里像揣了只小兔子似的咚咚直跳。我轻轻地甩着绳子，有节奏地跳着。不一会儿，我加快了速度，绳子从我头上一闪而过，就像一条飞舞的蛇一样，又像一条彩环似的，忽然传来一种“唰唰”的声音，就像一位熟练的琴弦家在弹奏一曲动听的乐曲，突然弦断了，“呀!”我一不小心被跳绳弄到脚，不得不停下来，我重新整理好跳绳，紧张地跳了起来，我心想：不会跳得很少吧?这时，我已累得满头大汗，气喘吁吁了，我的腿上像挂了铅似的，越跳越慢，我又想：不能放弃，坚持不懈，跳到最后，全力以赴!老师说：“停!”我赶紧停了下来，给我数跳绳数的人说：“跳了272下。”我大吃一惊，居然那么多。

我的对手金星宇，他灵活轻快地跳着，看上去自信满满。我目不转睛地盯着他，他跳得就像小老虎似的神气十足，他紧紧地握住绳把，好像有使不完的力气。

比赛的结果是我输了。我想：失败是成功之母，我相信下一次跳绳比赛我一定会赢。

**比赛跳绳的作文27**

高一上体育课的时候，体育老师说：“我们来个跳绳比赛，看谁一分钟跳的多！”我想：“呵呵！跳绳难的是小菜一碟，很容易！”

“开始！”蒋先生一吹哨，我就开始跳。我把赞赏抛了出去。当绳子接近我的脚趾时，我跳了起来。可惜来不及跳。我想：“唉，我一个都没跳过。你做梦去吧。放弃吧！”但另一个想法：“不，如果我放弃了，我就不跳绳了。这样，同学们会笑话我，所以没面子！”

于是，我又把跳绳捡起来，向后一扔，然后心里数着“一、二、三”。开始跳！“我把跳绳往前扔，但是这一根没跳，再跳！还没跳过去，加油！就这样，我反复练习，大汗淋漓。

从现在开始，我一有时间就跳绳。

一个月后，又举行了一次跳绳比赛，每一次努力都有回报。我跳了30多次。

现在四年级，一分钟能跳70~80次。我跳绳越跳越多。

**比赛跳绳的作文28**

在一个炎热的下午，一场激烈的跳绳比赛在我们学校举行了。

同学们为了取得好成绩，都把全部的力气集中在下午。要跳到项目有单摇、双摇、编花和一带一。

比赛终于开始了，我报了双摇，可是双摇我现在还不太会，这可怎么办？我垂头丧气地对旁边的李妍说：“哎，咱俩双摇都不太会，这可怎么去比赛，得给咱班丢多大的脸啊！”李妍却笑了笑，说：“可不能这么说，只要咱们努力，老师不会说我们的。”李妍还没说完话，学校大喇叭里点到了我和她的名字，我们像箭似的跑去，准备参加比赛。我和李妍站到了我们该站点地方，开始跳，时间很短很短，我心想：体育老师也真是的，让我们在这么短的时间里跳双摇，别说我们了，就是他也跳不了几个。我抓紧每一分每一秒，努力地让绳子摇得快一些，仿佛在这个世界上只有我和我的绳子，只听一阵哨声，这才把我从我的小世界里拉出来。

所有的同学都停了下来，都把刚刚快到嗓子眼儿的心又放到了肚子里，我们都一个接一个地跑回了自己的班，在快到班的时候，兴奋的对班主任老师大喊：“老师，我跳了15个，我跳了15个……”我和李妍高兴地跳来跳去，心里比吃了蜜还甜！老师叫我们不要再跳了，休息休息，一会儿还要上体育课呢。同学们好像吃了神奇的药似的，老师的话都不听了，而且还是班长带着去玩呢！

比赛在激烈的气氛中结束了，同学们陆陆续续回班了。

**比赛跳绳的作文29**

我们班快要参加跳绳比赛了。就在星期二下午的阳光活动课上，三年经进行了跳绳比赛。

比赛前夕，我们都练了很长时间，几乎每一节课下课后都要去练，直到自己确定不会再出差错的时候，才肯罢休。

很快就开始正式比赛了，我们的心情都非常激动，也很紧张，希望被选上的同学能跳好，为我们班争光。正在我们非常激动地时候，突然，广播上说：“跳绳比赛正式开始的时候”第一轮同学正在准备，“预备，开始，同学们毫不犹豫的跳起来了。

比赛进行了很长时间，我们也在旁边不停地喊：\_加油！加油！”比赛激烈的在进行中，女生中跳的最好的是×××男生中跳的最好的是××××这两个同学表现极为突出，尽管这样，我们班还是排在第五名，不过，没关系，下次跳大绳还有机会嘛！只要尽自己最大的努力就行了。

我喜欢跳绳比赛！

**比赛跳绳的作文30**

期盼已久的跳绳比赛今天下午就要举行了，同学们个个摩拳擦掌，跃跃欲试。上个星期大家都争分夺秒，不断练习，，特别努力。每天早上都能看到他们努力的身影，每天中午他们是回家最晚的，下午是到学校最早的。经过这么多天的辛苦练习，现在是验证成果的时候了，所以都迫不及待了。

第一场比的是男子单摇。裁判一声令下，参赛的同学们好像一台加满油的机器一样跳的十分快。看的我眼花缭乱。

接下来是女子单摇、男子双摇、女子双摇。我最喜欢的是看跳大绳比赛，跳大绳是由两名同学摇长绳，八名同学逐个跳，规定时间内以跳的个数计成绩。只听裁判员嘟的一声哨响，同学们像小精灵一样毫不费力，轻巧的在翻飞的绳子下跳，一会儿，同学们似乎没有力气了，速度慢了下来，观看比赛的同学们便一起喊起了六三班加油！六三班必胜！参赛的同学们得到了心灵上的支持，便跳的更起劲了。

比赛最后结束了，我们班好几个人都拿了奖，他们领奖时，他们笑了，全班都笑了，笑的十分开心，因为这是他们努力拼搏用汗水和负出为六三班争得了荣耀，光荣不仅属于他们，也属于全班。大家都为他们而骄傲。

**比赛跳绳的作文31**

今天，我想起了学校那场隆重的跳绳比赛。

那是一个星期三下午的第一节课比赛，我们早早的准备ok，等待着比赛，过了一会，一个同学说刘老师来了，大家都跑出去看看，一个同学说：“比赛时间快到了，给我o泡给我o泡。”接着有许多同学都重复一遍，包括我，过了一会儿比赛时间就到了，我们跟着刘老师到了楼下，一位体育老师说:四(1)班同学上场。”我们已经到自己的号次上了，体育老师又说：“各就各位，准备，开始。”

我们都很紧张，但还是跳着，一开始同学们都很来劲，跳得非常快，可慢慢的同学们都慢了下来，忽然听到了体育老师的声音：“最后十秒钟。”我们又开始拿出吃奶的力气，使劲的跳，跳了一会，体育老师响亮的说：“停，时间到。”听到了体育老师的命令，我们个个都纷纷的停了下来。在自己的位置上喘着，有些同学气喘吁吁地说：“希望是第一名，这样就又有一块巧克力吃了。”

我们的比赛结束了，接着是四（2）班、四（3）班一直到四（12)班的比赛结束。

全四年级比赛结束，我们全班同学也在等老师的好消息。过了一天，我们终于等到了好消息，刘老师宣布：“我们班跳绳比赛获得了第一名。”同学们听到了这个好消息，高兴的鼓起掌来。

**比赛跳绳的作文32**

天空中没有云朵，只有一个大大的太阳，好像云朵们都藏了起来，在和太阳玩捉迷藏。

“一二一，一二一……”从三层高的楼层放眼望去，操场上一片嘈杂，教学楼上空也已扯起了有关运动会的横幅。

我们的比赛快要开始了，我急忙快步地、迅速地下楼，来到了比赛跳绳的场地。

信心十足的我拿起早已准备好的跳绳。随着一声“开始！”我赶忙预备起跳。起跳十分顺利，我心中不禁暗暗窃喜。正在跳的时候。不知哪里出了差错，被绳子绊了好几下，虽然很快就恢复了正常，可我心中却七上八下的，不停地想着如果再出差错该如何，手中的跳绳也渐渐慢了下来，额头也在不停地冒汗。“加油！”“好好跳！”啦啦队给我们加油的声音迅速地盖住了我的这种情绪。“加油！”我也在心里给自己鼓劲。

我又全力以赴地开始跳。心中只有一个目标，一件事：好好跳绳，全力以赴！只听得绳子落在场地上“啪啪”的响声和“通通”的心跳声，以及大口大口的呼气、吸气声。

“停！”随着一声令下，操场上跳绳的同学们几乎是一瞬间就停了下来。大屏幕上亮出了我们的成绩。“149!”“太好啦！”我开心地手舞足蹈，差点没能抑住自己的情绪。我居然获得了第一！

我仰头又向天空望去，太阳仍旧那么大，那么亮，那么圆，只是那些藏起来的云朵都出来了。难道，太阳把它们找到了？

**比赛跳绳的作文33**

今天下午，我校开展了冬季运动会上规模较大的跳大绳比赛，四年级十三个班全部参加，我们班分A组和B组，也就是男生和女生两个组，我是B组成员之一。我们的对手是十二班，我很激动，也很期待。

“比赛马上就要开始了，请各位同学做好准备”，体育老师大声的喊着，我的心砰砰的跳个不停，心想：如果我跳掉了，影响了后面的同学怎么办？如果在中间我摔跤了怎么办？如果怎么办？此时，所有的遐想全部涌上心头。

接着，比赛马上开始，我看着体育老师嘴巴喊：“开始”我们班的第一个同学就开始跳，一个紧接着一个，马上轮到我了，我心里默喊着，“加油”吴博俊你是最棒的！结果我跳过去了，而且没掉，也没摔跤。我好开心！

就在兴奋之余，突然，在跳第二轮的时候，一位男生跳断了，紧接着后面两三个同学都受到影响了，都没跳好，看到这个情况，心里很担心，眼泪都快流下来了，跳绳的个数立马就和十二班拉开了差距，很快，到了最后一分钟，我们每个人都在加速，都在努力，李老师也在呐喊“加油”。

最终，我们跳了600多个，没有拿到名次，我们全班同学都哭得稀里哗啦，觉得很遗憾，结果虽然不理想，但让我感受到了团结就是力量，同学们的集体荣誉感很强，也让我懂得了凡事重在参加，过程快乐就好，不要太在意结果。

**比赛跳绳的作文34**

几乎每天，我都能在小区广场看见许多人，今天，我又去了广场，广场上有的人在骑自行车，有的人在滑板，有的人正在和朋友玩，还有几十人围在一起。

我走过去一看，原来是在跳绳！两人一次，看谁先停下。于是我也排在队伍后面，等着轮到我跳。我先看了看前面的人跳。一个是男的，一个是女的。男的跳得很笨重，活像只大熊猫。女的呢？她轻盈得像只燕子，绳在她手中上下翻飞，犹如金蛇狂舞，发出“呼呼”的响声，让人目不暇接！不用说，女的肯定赢！

过了一会儿，终于轮到我了！我的旁边是一个大概12岁的女孩。

这时，只听见“预备！”的声音，我便马上准备好了。“开始！”听见了这个声音，我开始跳了“一，二，三，四……”（大家一起喊的）。跳着，我听见了声音有分叉：“六、七、八…”“五、六、七…”我有点紧张了，急忙加快了速度，声音又变成了“十、十一、十二”“八、九、十”！这说明我是那个快的！我高兴极了，便调整了一下自己的心情，发挥出最高的水平。又跳了好久，我又听见了：“七十……八十……九十…”“九十九、一百……一百零八……一百二十！”随着一声清脆的哨声，时间到了！我跳了120下！我的心里别提有多高兴了！大家爆发出一阵热烈的掌声，而我尽管累得气喘吁吁、脸涨得通红、嘴里地喘着粗气，但却非常开心！

我来到领奖处，领了两包纸、一块毛巾。便欢欢喜喜的.跑回家向爸爸妈妈“报喜”了。

一回家，我就查找了跳绳的好处：经国内外专家研究，跳绳对心脏机能有良好的促进作用，它可以让血液获得更多的氧气，使心血管系统保持强壮和健康。跳绳能增强人体心血管、呼吸和神经系统的功能。跳绳有益于身心健康，强身健体，开发智力，丰富生活，提高整体素质。跳绳时的全身运动及手握绳对拇指穴位的刺激，会大大增强脑细胞的活力，提高思维和想象力，因此跳绳也是健脑的最佳选择。研究证实，跳绳是全身运动，人体各个器官和肌肉以及神经系统同时受到锻炼和发展，所以长期跳绳可以防止胃病。

今天我真开心，既赢了跳绳比赛，还学到了知识。

**比赛跳绳的作文35**

学校组织了一次跳绳比赛。我和几个好朋友报了跳绳。我还报名了个人跳绳。

经过一周的训练，比赛终于开始了。首先是个人跳绳比赛。十人一组，我被分到第二组。第一组的同学都上前做准备活动。过了一会，裁判宣布比赛即将开始，十名选手全部就位。随着一声令下，选手们迅速跳起，一分钟很快就过去了，跳的人数最多的超过了170人。当我来到我们组的时候，我的心很紧张。在裁判的命令下，我迅速跳了起来。因为比平时努力，一分钟跳了186次，最后成为个人组第一。

然后，我们开始举办团队大跳绳比赛。我们五个人站着不动，跟着两个裁判扔绳子的节奏开始跳。大绳和小绳的规则不同，在于它取决于一次能跳多少人。可能是因为累了吧，我们只跳了70多下就拿到了第三名，但结果还是不错的。晚上，我们一起去吃饭，笑着玩着。

我希望学校能举办更多这样的活动，不仅能促进学生的体育运动，还能增进他们的友谊！

**比赛跳绳的作文36**

周五下午，我们学校举行了一场精彩的跳绳比赛。

比赛开始了，5位五年级的同学抬头挺胸走上小操场，信心满满地站在裁判面前，“预备，开始！”“哗哗，哗哗哗”那几个同学飞快地跳起绳儿来。“哇，第4个同学跳得真不赖！”一个同学紧紧地握着跳绳说。“第2个同学怎么老是停？”另一个同学皱着眉头说。很快他们就跳完了。我看了看周围的同学，他们要不激动的拿着跳绳；要不互相打气，为对方加油；要不在议论刚才比赛的选手的水平。接着，又有5位同学中有我认识一位姓陈的哥哥，我本以为他跳绳跳得很快，可结果让所有人捧腹大笑——他跳得很“快”，跳得姿势很怪，他在跳绳的时候把脚抬得很高，像正在练习高抬腿，却只能连续跳了3至5下，就会被绳绊住。最后，他的鞋带掉了！哇哈哈哈！

很快，就轮到我了，我激动地走到面前，听到口令便开始跳了。我跳得有点儿累了，想放慢速度。这时，我听见后面的同学喊：“阳灿加油，阳灿加油！”我听了，不知道哪来的一股力量使我重新飞快的跳起绳来。“停”裁判说。终于跳完了！噢，我跳了157个。咳，我没有发挥出我的实力，不过重在参与，我还是对同学开心地笑了。过了一会儿，又开始比团体赛。轮到我们班了，我拿着塑料巴掌用力的摇着，和别的同学一起喊“四年十班加油，四年十班加油……”我们越喊声音越大，甚至跳了起来！

哇！这次比赛真精彩呀！

**比赛跳绳的作文37**

前两天，班主任就说快要准备跳绳比赛了，同学们都在体育课上抓紧练习：两人摇绳，八个人在中间跳。到了今天的课外活动，我们与其他班比了一次激烈的跳绳比赛……

第三节一下课，我们就站队到教学楼的小路上。到“战场”一看，跳得人个个都像具有潜伏力，虽然不经意间会败了，但是班级的团结心是始终不动摇的。

首先是四男四女站到绳子中间，有班长范天宇和体委魏志洋摇绳，其他人跳。口哨一响，我们就开始了：范天宇胳膊上缠了一圈绳，手把绳子拽得紧紧的.，两腿叉开，胳膊用力一甩，绳子360°旋转着。他甩的同时，牙咬的紧紧的，好像每一下都借助了风雨的力量;魏志洋头上的汗珠晶莹着，两只手紧紧地抓着绳子，甩一下好像“树木倒塌”，甩两下好似“地动山摇。两个人摇着，中间的八个人跟着节奏，目不转睛地盯着绳子，脚步均匀地跳动着。“一，二，三……二十二，二十三”同学们喊着，只见李硕的声音最大，意外的是有一人绊倒了。陈家月想热锅上的蚂蚁：“别慌，继续!”“一，二，三。。。”同学们继续喊着。不幸的是徐明明又倒了，这是两个摇绳的人也着了魔似的，摇不好。陈家月又喊：“有人受伤了，继续!别慌!”这才稳定下来。

随着一声响亮的口哨声，结束!

这真是一场激动人心的比赛啊!

**比赛跳绳的作文38**

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。

**比赛跳绳的作文39**

下午三点，我们去举行跳绳比赛，我和我的同学非常兴奋地跑下楼去。

到一片空地，老师说先各自练习一下，我们都迫不及待地练起来。我练习了二十分钟，老师要我不要再跳了，去休息一下。过了一会儿，老师就说：“楚瑜，到你比赛了，快开始了。”我就跑过去，手里拿着一根跳绳，做好了比赛的准备。

赛开始了，刚开始我跳得很轻松，而且信心十足。大约半分钟后，我觉得越来越累了，又跳了几下，终于老师说时间到，我停了下来。我心想，我是第一名，可是我并不是第一名，我只跳了六十三个。

休息了一下，等待第二轮比赛。第二轮比赛中，我跳了六十八个，我进步了五个，真是太好了！

赛结束了，我们来到教室里。老师说我是四等奖，奖一张票，我心里仍然很兴奋。虽然我没有得第一名，但我也积极参与了，并且第二次比第一次有进步。通过这次比赛我懂得了：做一件事情，不能半途而废，只要坚持不懈，就是一种成功。

**比赛跳绳的作文40**

天空中没有云朵，只有一个大大的太阳，好像云朵们都藏了起来，在和太阳玩捉迷藏。

“一二一，一二一……”，从三层高的楼层放眼望去，操场上一片嘈杂，教学楼上空也已扯起了有关运动会的横幅。

我们的比赛快要开始了，我急忙快步地、迅速地下楼，来到了比赛跳绳的场地。

信心十足的我拿起早已准备好的跳绳。随着一声“开始！”我赶忙预备起跳。起跳十分顺利，我心中不禁暗暗窃喜。正在跳的时候。不知哪里出了差错，被绳子绊了好几下，虽然很快就恢复了正常，可我心中却七上八下的，不停地想着如果再出差错该如何，手中的跳绳也渐渐慢了下来，额头也在不停地冒汗。“加油！”“好好跳！”啦啦队给我们加油的声音迅速地盖住了我的这种情绪。“加油！”我也在心里给自己鼓劲。

我又全力以赴地开始跳。心中只有一个目标，一件事：好好跳绳，全力以赴！只听得绳子落在场地上“啪啪”的响声和“通通”的心跳声，以及大口大口的呼气、吸气声。

“停！”随着一声令下，操场上跳绳的同学们几乎是一瞬间就停了下来。大屏幕上亮出了我们的成绩。“149!”“太好啦！”我开心地手舞足蹈，差点没能抑住自己的情绪。我居然获得了第一！

我仰头又向天空望去，太阳仍旧那么大，那么亮，那么圆，只是那些藏起来的云朵都出来了。难道，太阳把它们找到了？

**比赛跳绳的作文41**

一周一次的跳绳比赛开始喽！”妈妈喊道。按规定，妈妈是裁判，我和爸爸是是队员，每人跳一分钟，跳得多的算赢，跳得少的算输，赢者可以看一会儿电视，输者晚上洗碗。妈妈从箱子里拿出跳绳，又从盒子里拿起秒表，妈妈把跳绳给了爸爸。开始记时了，“三、二、一、开始”！在妈妈的\'一声令下，比赛开始了；只见爸爸甩着绳，上下跳着。我在一旁看着，见爸爸跳得这么轻松，我一定会输的。怎么办？我对爸爸做了一个鬼脸，爸爸见了，哈哈大笑，停下了正在甩绳的手，可过了一会儿，他又跳起来了，我又做了个鬼脸，这回爸爸没有上当，继续跳。又过了一会儿，时间到了，爸爸跳了119个。

下面是我跳了，我一会儿单肢跳，一会儿双脚跳，人会儿挎步跳，一会儿花跳，一会儿……把爸爸妈妈看呆了，过一会儿，他们才回过神来，爸爸忽然喊道：“男男！你背后有一条毛毛虫！”我“呀”的一声叫叫起来，可我马上知道是在耍我，于是，我继续跳了起来。爸爸见我没上当，失望地吐吐了舌头。不一会儿，时间到了，哇！我跳了132个。“万岁！我赢了，我赢了！”我兴奋地喊道。爸爸低下头，无可奈何地去厨房洗碗。我开心地笑了，妈妈也笑了，笑声传出窗外，在天空中久久地回荡着……简评：温馨的一家。

**比赛跳绳的作文42**

今天下午，我们学校举行了跳绳比赛。

下午最后一节课上课铃刚响，我们就下楼排队比赛跳绳，老师将我们分成三组，我被分到了第二组。老师分好组后，比赛就正是开始了。

首先上场的是第一组同学，到了比赛场地后，他们拿起跳绳做好准备，只听老师吹响哨子，大家马上抡起跳绳跳了起来，大家的动作各不相同，有踮着脚跳得，有仰着身跳的，有趣极了。

第一组的同学比赛结束后，马上就轮到了我们这一组，我紧张地抓紧跳绳，生怕出现失误。听到老师吹响比赛的哨声，我马上跳了起来，开始我的速度很快，可跳了一会儿，感觉有点儿累，便放慢了速度，可时间过了一大半，我跳的还不够100呢。我便加快了速度，97、98、99、100。终于跳够100下了，我更有信心了，继续加快速度。很快，老师喊了声“停”！我们马上停了下来。最终，我的成绩是123下。

今天的比赛可真有趣，虽然比赛的过程有些累，但是从中体会到了无穷的乐趣。

**比赛跳绳的作文43**

星期四的下午，天气很好。我们学校的二年级在操场上举行了一次精彩的跳绳比赛。

四点钟，比赛开始。首先是2（3）班上场比赛。他们先上来10人五组同学，（每两人一组）他们一排溜儿站着，手中拿着跳绳，做好了比赛的准备！你看他们个个立正站稳，神情严肃，屏息等待。只听“嘘”地一声长长的哨响，同学们很快摇起跳绳跳了起来。跳绳就像织布厂里的梭子上下来回地运动，还不时地发出“吧嗒、吧嗒”的响声。他们的脚跟着绳子的节奏不停地跳着。你看张帅和王军伟跳得多优美呀，简直就像一只只蝴蝶跳着轻盈的儿童舞。再看班长和红星跳的多带劲呀，他们嘴抿着，腮帮鼓得老高老高。看样子第一二名非他们莫属。比赛结果真的是2（3）在全年级获第一名，而且男女个人前三名也都被2（3）班夺得。

同学们都为2（3）班取得的骄人的成绩鼓掌祝贺，校长还为2（3）班颁发了奖杯。这次跳绳比赛真的是精彩激烈呀！

**比赛跳绳的作文44**

下午，期盼已久的跳绳比赛终于来了，虽说大家信心不是很足——各班赛前训练的成绩都比我们班好——不过这么多个星期的训练终于要面对考验了……

比赛前，曾老师和胡老师一直陪着我们，给我们打气。我也用那没心没肺的笑声掩盖心中的紧张与恐惧。

赛前裁判也给我们一次试跳，可是绊到了——平时训练时老是绊倒，等下比赛……我还是比较没信心。

比赛开始了，我和云飞配合摇绳，大家也异常默契的跳着。三分钟，没有绊到一次，这在比赛时慢慢增长了我的信心。可是就在找到节奏后，我发现手有点无力——平时训练过度，现在很酸，有点无力，慢慢觉得力不从心，只能跟着云飞甩，人也摇摇晃晃的`，一不小心就要摔了……

三分钟好漫长，我好累，不过这么多个星期都熬过来了，不能在关键时候拖班级后腿呀，我尽量往好的方面想：曾老师刚才说跳完了要给我们买饮料好好犒劳我们，呵呵……

“嘀……”哨声终于响了，我拖着绳子走到老师身旁。“315下！”猴子最先喊了起来，大家也都乐不可支，都情不自禁的欢呼雀跃。

“来，大家过来，男生站后面，女生站前面……”曾老师把我们带到花坛边上给我们合影留念，大家都忘却了比赛时的疲惫，纷纷露出了灿烂的笑容……

315，突破极限的数字——老师！我们的奖励呢？

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找