# 小学生我学会了打羽毛球的作文400字（通用15篇）

来源：多多范文网 作者：官方发布 更新时间：2025-05-20

*夏日的阳光洒在操场上，我握着崭新的羽毛球拍，望着对面微笑的爸爸。第发球时，羽球像调皮的精灵总是“躲”开球拍，可当我终于学会用巧劲让球轻盈飞跃球网时，那份成就感比吃了蜜还甜。这段学球的经历，让我明白坚持的意义，更让我爱上了这项充满活力的运...*

夏日的阳光洒在操场上，我握着崭新的羽毛球拍，望着对面微笑的爸爸。第发球时，羽球像调皮的精灵总是 “躲” 开球拍，可当我终于学会用巧劲让球轻盈飞跃球网时，那份成就感比吃了蜜还甜。这段学球的经历，让我明白坚持的意义，更让我爱上了这项充满活力的运动。以下是由多多范文网为大家整理的小学生我学会了打羽毛球的作文400字（通用15篇），欢迎大家阅读。

**1.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇一**

　　周末，爸爸带着我来到小区的空地上教我打羽毛球。

　　刚开始我发球不准，羽毛球像个调皮的孩子，老是跟我作对，球拍打不到球，我急得直冒汗，爸爸耐心地指出我的错误，并认真地给我做了几次动作示范，渐渐地，我进入了状态。当我发出了第一个好球时，爸爸冲我竖起了大拇指。

　　我越战越勇，吵着要跟爸爸进行比赛。只见爸爸左手拿着羽毛球，把球轻轻往空中一抛，右手拿着球拍，抡起胳膊，对着羽毛球奋力一挥拍，“嘭”的一声，羽毛球嗖地一下子飞了出去，在空中画出了一条优美的弧线朝我飞来，我也不甘示弱，迅速往后退了几步，纵身一跃，高高举起羽毛球拍，瞄准羽毛球，往前一扣，结果扑了个空，我有些泄气，爸爸拍拍我的肩膀说：“学任何东西，都要有耐心。”接着我调整了下心态，振作起来，爸爸又发了一个球过来，我沉住了气，眼睛一动不动地盯着飞来的球，等球快到我跟前，我用力地挥了下球拍，球被我接到了！我兴奋得一蹦三尺高。

　　时间过得真快啊，一晃一个小时过去了，我们该回家了，我身上的衣服都湿透了，可我一点也不觉得累，通过这次学打羽毛球，我觉得世上无难事，只要我们努力，就能学好。

**2.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇二**

　　一个风和日丽的下午，姐姐决定带我在院子里教我打羽毛球。

　　姐姐告诉我学羽毛球第一步必须学发球。姐姐教我拿球拍的姿势，左手捏住羽毛球，右手握住球拍，在左手向上抛出羽毛球，球拍要对准球朝前打那个羽毛球。球发出去以后就是要接羽毛球了，当发出去的球被对方接住以后，球立该就飞来了，这时就要做好准备，把飞回来的再打回去。

　　开始练习的时候，我要么球发不出去，要么球没接到。姐姐要我坚持练习，慢慢就会好的。我要坚持下去。这是我第打羽毛球。我相信第二次，第三次……的练习，我会学会打羽毛球的。

**3.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇三**

　　今天是星期六,下午,爸爸妈妈对我说:“悦悦，你和我们一起去打羽毛球，好吗？”我一听，高兴地说：“好啊！”可一想，我又不会打，于是说：“我不会打怎么办呢？”妈妈说：“没关系，我们可以学呀！”于是，我们三人就坐了车去爸爸单位附近的羽毛球馆。

　　一进羽毛球馆，我就兴奋地说：“哇，真大呀！”只见场地中间有一个长长的球网，爸爸告诉我，打羽毛球的时候要把球从网的上面打过去才行。我们开始打球了，一开始，我先练习发球。我左手拿球，右手拿球拍，右手用力发球，怎么回事？球拍怎么没x到球？爸爸过来教我，说眼睛要看好，球拍要往球上打，不能乱舞。我照着做了，练了几次，能打着球了，可是，球却总落在自己头上，打不到对方那儿去，我急得直冒汗。爸爸说：“别急，万事开头难，只要你认真练习，就可以打好。”我就按照爸爸教我的方法，又地练习，后，终于能把球发到爸爸那边去了。练会了发球，我又开始学接球。看着爸爸的球飞过来了，我连忙用球拍去接，谁知，球又不知道飞哪儿去了。但是，这次我没有泄气，看准了爸爸的球，努力去接，然后用力地朝爸爸那边打过去。、两次、三次，我能接到球了，我高兴地跳了起来，爸爸妈妈都夸我真能干。

　　练了一个多小时，我累得满头大汗，但是我很高兴，因为我已经有点学会打羽毛球了。我跟爸爸妈妈说：“下次我还想再来学打羽毛球。”并且，通过今天的学打球，我还明白了很多道理：万事开头难，只要通过我们的努力，坚持到底，就一定能取得成功！

**4.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇四**

　　今天上午，爸爸教我打羽毛球。爸爸左手拿着球，右手拿着球拍。爸爸先把球往上扔，右手挥着球拍，一下子朝着我打了过来，因为对球的判断不准，总是接不到球，这样两三次我很失落。爸爸跟我说：“不要放弃，开始谁都打不好只要努力就能很快掌握了。”

　　我重新打起精神，捡起羽毛球，心里还是有几分紧张。我把球轻轻的一扔，挥动右手中的球拍，朝着球一打，没有x到球，又落空了。这次我没气馁，捡起球接着来。这，我果然把球成功地发出去了，爸爸也顺利地接到了。就这样，爸爸陪着我反复练习，慢慢地我的球技进步了。

　　在回家的路上，我高声喊出了：“我终于学会打羽毛球啦！我好高兴呀！”

**5.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇五**

　　期盼已久的暑假终于到来了。一天，妈妈对我说：“这个暑假去学打羽毛球，好吗？”“好啊!”我高兴得一蹦三尺高。

　　记得学打羽毛球的第一天，我兴高采烈地来到了新活力羽毛球馆。开始上课了，教练让我们全体集合，并做了体能训练。首先是慢跑，然后做了“蛙跳”，后是“矮人走”，第一轮训练完了，我早已气喘吁吁，汗流浃背了。

　　开始练动作了，教练让我们练“贴耳挥拍”这个动作来接球。教练一连几个发球我都没有接住，这时，教练严厉地说：“拍子要摆正。”我马上把拍子摆正。可是，我还是没有接到发球，我像泄了气的皮球一样，无精打采。教练鼓励我说：“世上无难事，只怕有心人。”听了教练的话，我决心要练好接球，功夫不负苦心人，我终于接到球了，心里暗暗高兴。接着，教练又传授“轮吊”的技术。教练开了一个高球，我退到后场把球接住了，但是球没有过网。这时，一个短球又到了，说时迟，那时快，我一个箭步冲上去，轻轻地把球送了过去，我终于成功了。我高兴得大叫起来。

　　学会了打羽毛球，我真开心啊！

**6.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇六**

　　在这个暑假期间我学会了打羽毛球，下面我就来跟你们讲讲吧。

　　那一天早上，我来到体育场一推开门就看见一位长得非常高的女士，我想那应该就是我的教练了，然后我就跑了过去，跟我的教练问好，我的教练就跟我先讲了一下我们今天的目的，然后我们就开始行动了。

　　我们一开始先做了准备动作。先热热身，热身结束后，教练就开始教我一些基础的动作。首先是学会正确握球拍，免得受伤。然后教练就开始教我发球，我心里想：\"发球，那不是很简单？\"于是我按照在电视里看过的运动员有模有样的学了起来，先把球高高的抛起来，然后打了过去，但教练说：\"错错错，你这样是不正确的，我来教你正确的打法。\"然后教练就给我示范了一下正确的打法，然后球嗖的一下就射中了枪，我目瞪口呆，原来打羽毛球也可以这么帅，之后我又向教练请教了更多动作，动作也慢慢熟练起来。

　　今天学打羽毛球，我才明白，很多事情不是看起来那么简单，一定要亲手去体验。

**7.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇七**

　　暑假的一天，我的作业写完了，院子里也没有一丝太阳。我呆在家里闲来无事，决定趁着这个机会出来学学打羽毛球。

　　我兴致勃勃地对妈妈说：“妈妈，今天天气挺好的，你教我打羽毛球吧？”“好的。”妈妈回答。话音刚落，我就火急火燎地去拿羽毛球了。妈妈见我这么激动，都笑了。我赶忙把羽毛球交给妈妈，妈妈就开始教我了。妈妈先教我怎么发球。她给我做了示范。我看见妈妈左手把球向上抛，当球落到半空中时，右手往前一拍，球就飞出去了。我站在一旁看得眼睛都亮了，也想试一试。我就拿起羽毛球练习起来。第，我把球用力地扔向天空，可扔得太用力了，我退后了两步，用力一拍，可惜把它x到了地上。我有点儿灰心，这时我想到了一句名言：“失败乃成功之母。”接着我又打起鼓气练了起来。不一会儿不一会儿工夫，就成功了。后妈妈又教我接球。我充满了自信，学一会儿就会了。

　　经过一个下午地练习，我终于初步学会发球和接球，虽然成功的次数不多，但我还是很开心的。我相信经过多次练习，我一定会学会的。

**8.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇八**

　　一个风和日丽的星期六，我突发其想，找爸爸要了10元。买了个羽毛球。

　　回到家里，我对爸爸说：“老爸，我们一起去打羽毛球吧！”“好”爸爸兴高采烈地说。接着，我便拿着拍子、羽毛球，高高兴兴地去学羽毛球了。

　　爸爸先叫我发球。我一发，拍子没x到球，掉在了地上。爸爸笑得合不拢嘴，说：“你应该脚成弓字步，手甩大些。”我照着爸爸的话做了，还真管用。之后，我们就开始了大战。因为我工夫没到家，所以以3：10大败。我没有善罢甘休，而对他说：“以后，我一定要打败你！”从此，我每天抽出2、3个小时来练习。

　　这不，昨天我才跟他再次大战。因为我每天练习，我才以10：9险胜爸爸。

　　我终于学会了打羽毛球！

**9.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇九**

　　我的课余生活多姿多彩，舞蹈、画画、主持……其中，我喜欢打羽毛球。

　　这不，妈妈给我报了一个羽毛球兴趣班。我兴奋极了，日日夜夜盼望着开课。

　　星期天上课了。进了球场，先映入眼帘的是一只只飞来飞去的羽毛球，还有在球场挥拍打球的人。教练把我们集合起来，开始进行热身和体能训练。十几个来回的青蛙跳，让我的腿又酸又累。接着老师教我们握拍，没想到我以前的握拍姿势是错的，应该十指高于大拇指，剩下三指自然放于大拇指以下，这样抓拍能更稳。后，老师又教了挥拍，第1步：双手举起，拍面对着正前方。第2步：右脚尖点地，拿拍手自然垂下，胳膊肘对向前上方。第3步：拍子举起，把球打出。第4步：把拍收回，侧于身下。就这样我们一遍遍练习，不知不觉2个小时过去了，我的动作也越来越熟练了。

　　这次的收获真不少，我和妈妈开开心心地回家了。我期待着，不知道下堂羽毛球课能给我带来什么样的惊喜。

**10.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇十**

　　又是一个周末的来临，今天，我写完作业，望着蓝白相交的天空，此时，我已在沉思当中，回忆起小时那点点滴滴的美好时光。突然，小伙伴的欢乐声把我从沉思叫醒过来。此时，我被他们玩的游戏迷住了，他们在玩打羽毛球。我马上把姐姐叫来，请求她叫我打，亲爱的姐姐一听见立即答应了我的请求。

　　姐姐先教我把羽毛球拍抓紧，并让我试着开球。我心中充满了十足的信心拍了半天还是没拍好一个球，姐姐看出了我有点灰心，就马上给我鼓气，再次使我信心十足。拍呀、拍呀、拍呀经过我的努力下，我终于学会了开球。我此时也十分欢喜。姐姐告诉我开球只是基本的练习而已。她让我练接球，姐姐开了一百个我却接不到半个。练了半天还练不好，姐姐看到我这么努力，就在鼓励我：“好的开始就是成功的一半，你既然学会开球就不应该半途而废，应该继续努力，练一件事就是在考验自己，相信自己一定能行。”姐姐的这番话，让我更加信心十足，接、接、接在我的努力下，果然功夫不负有心人，让我学会了打羽毛球。

　　虽然这件事已过去多年，但仍然深深地印在我的心中，毕竟这是姐姐的精心教导下和我努力换来的成果呀！

**11.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇十一**

　　今天，我来到朋友家玩，看到她正在打羽毛球，打得非常好，我便暗自下定决心，也要学会打羽毛球。

　　我跑过去求她教我，她终于同意了。她说：你首先用右手拿拍，像拿棒子一样。可我拿起球拍挥了挥，感觉身体就不平稳了，一边重，一边轻，我灰心了，拿个拍子都拿不好，还怎么可能学会打球。于是，我对朋友说：“我不想学了。”可她鼓励我说：“这只是打羽毛球的第一步，只要你多练习一定可以的.，加油吧！”

　　接着，她指挥我把手向后拉一点，然后用力一挥，只所见“唰”的一声，我把她打出来的羽毛球打回去了，而且非常高，她高兴地鼓掌说：“不错呀，第就打地那么高！再加打把劲！”我心里乐开了花。我又接着打，“哎哟”我大叫一声，意外的是我没看准，羽毛球没有接到x到我头上了，“我不学了！好疼啊！”我再灰心了。“世上无难事，只怕有心人哪！你不多用点心，再坚持一下，怎么学得会呢？”她语重心长地对我说。我想了想，说：“有道理，再来！”她点了点头，拿起拍子来教我了，“唰唰，唰”的挥拍声伴随着汗水地流淌，我的球打得越来越准……终于我学会了接球与发球。

　　后来，我和她来了一场比赛，球拍不停地挥动，羽毛球像只欢乐的小鸟，这边飞一下，那边飞一下……真畅快，这次，我不仅学会了打羽毛球，同时也明白了：做事不要因为受到挫折就放弃，只要勇敢尝试与坚持就会有收获。

**12.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇十二**

　　今天体育课的时候，老师突然宣布我们下节课要学习打羽毛球，这可把我难坏了，我根本就不会打羽毛球。可能你就会问了，不会很正常啊，会的话干嘛还要用老师教。但是你可不知道，我们体育老师有一个很独特的上课方法，他在上课之前一般会让我们先自由活动一下，看我们玩的如何，然后再教。要是在课前活动的时候被别人发现我不会玩，那我可不就糗大了，不行，我绝不能让这种事情发生。

　　回家的路上，我一边想着如何才能够不再同学面前出糗，突然，我灵光一现，这周六我们要去姥爷家吃饭，好像姥爷挺会玩的，到时候他只要教我那么一小下，我在同学们面前不至于出糗就好了，一想到这里，我的心情就无比的`兴奋和激动。

　　好不容易熬到了周六，终于可以到姥爷家去了，一大早我就跑到了姥爷家里拉着姥爷去楼前的小广场练习羽毛球，可是一切似乎并没有我想象中的那么顺利。一开始姥爷向我发过来的球我一个都没有接住过，后来姥爷干脆让我发球，可是我也没能发出去过。

　　经历了那么多失败，我几乎都已经想放弃了，这时候姥爷过来抓住我的手说：“乖孙，可不能轻易放弃，就这么点小事，我手把手教你。”我们爷俩手把手的练，我终于学会了发球。后来的一切似乎都没有那么困难了，我很快就学会了基本的动作。

　　经过这次事情，我学会了只有坚持不懈才能达到我们所想的目标。

**13.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇十三**

　　放暑假了，放暑假了，我们可不能做贪睡的小懒虫哟。我给自己制定了暑假计划，每天早上运动一小时。做什么运动呢？打羽毛球吧。可是我还不会，那就从现在开始学吧。

　　清晨，我从甜美的梦中醒来，我拿起羽毛球和球拍，高高兴兴地和妈妈下楼了。小区里的景色格外美丽，我发现了一只在草丛中捕食的蜥蜴，几只翩翩起舞的`蝴蝶，还有一群在欢快唱歌的小鸟……

　　在鸟语花香中，我们开始打羽毛球了。我不会开球，只会把球抛向空中再打过去，妈妈说这样是犯规的。妈妈发过来的球，我也接不到。我们不断地重复着捡球――发球――再捡球――再发球。多个回合后，我开始不耐烦了，觉得太无聊了。我还耍小脾气了，落在我旁边的球我也不弯腰去捡了。妈妈叫我一定要有耐心，要坚持。慢慢地我就能接住一个、两个球了。我暗暗地下决心，以后天天都要来练习。在坚持练习几天后，我能连续接住三四个球了，那一刻，我很开心，汗水都顾不得擦。

　　练习了十几天后，我已经可以连续接住五六个球了。一天，爸爸想看看我学得怎么样了，叫我跟他去打球。爸爸打羽毛球可是很厉害的，我想我是肯定接不到爸爸发过来的球了。没想到的是我连续接中了爸爸打过来的球七次，耶！我们连续打了七个来回，我开心得跳了起来！我终于学会打羽毛球了。

　　在这么多天的学习中，我明白了打羽毛球要看方向和速度，要前后左右地调整自己的位置，这样才能够多接到球。开球的高度不能超过自己的腰。除了球拍，身体其他部位都不可以碰到球。我要坚持练习下去，学会更多打羽毛球的技巧。

**14.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇十四**

　　今天可是个重大日子，因为妈妈答应我教我怎么打羽毛球。我可兴奋啦！

　　首先，妈妈和我一起到街上的体育器材店里买来了羽毛球拍和羽毛球。回到家里，妈妈开始教我打羽毛球了。我们来到小区的一片空地上，妈妈先教我怎么发球，妈妈给我示范，她把羽毛球轻轻地抛上蔚蓝的天空，等羽毛球落到合适的位置，再用羽毛球拍用力一拍，只听“嗖”的一声，羽毛球一下子飞得老远了！

　　现在我来练习发球，我用力向上一抛，“哎呀！羽毛球怎么不见了，这还怎么打啊？”我皱着眉头问妈妈。妈妈捂着嘴笑了笑，指着我身后的羽毛球说：“喏，这不是羽毛球吗？是你把球抛得太后了吧。你把球稍微抛前一点。”我按妈妈说的抛了，哪知，我这次又抛太前了。

　　经过我半天的`练习，发球终于练好了，但另一个难题又来了，那就是——对打。对打练习开始了，妈妈把羽毛球打了过来，可是还没等我反应过来，球就落地了。我搓着手，撅着嘴说：“妈妈，你发球也太快了吧！我根本接不到啊！”“宝贝，”妈妈温柔地对我说：“你要把握好时机，看到羽毛球快要到你面前的时候就要准备打了，不要等羽毛球到了你面前再打。”

　　我终于也把羽毛球对打也练习好了！和妈妈一起对打的时候还偶尔可以赢。天已经快全黑了，这时我和妈妈才想起来，晚饭还没吃呢！

**15.小学生我学会了打羽毛球的作文400字 篇十五**

　　星期三，我拥有了一副羽毛球拍。我很兴奋，吵着要打羽毛球。妈妈本来不理我的，但是终于被我吵烦了，便无奈地说：“好了，今天晚上带你去打羽毛球，不过你打不了可别怪我哦！”“好！”我自信地回答“我一定要战胜你，走着瞧吧。”

　　终于等到了晚上，妈妈如愿带我来到了榕树下打羽毛球。我自信地拿起羽毛球，把羽毛球抛向天空，拿起羽毛球拍正准备打，啪！羽毛球没x到，自己却被羽毛球砸到了。我几次发球，羽毛球没打出去，自己倒被弄得狼狈不堪，我索性坐在地上，把羽毛球拍扔到一旁，气馁地说：“不玩了，一点都不好玩，发都发不出去，还怎么打呀？”这时，妈妈走过来，摸了摸我的头，笑着说：“没事，妈妈也不会打啊，但是只要努力，掌握方法，就一定能打好的！来，爬起来继续打！”

　　我嘟着小嘴巴，慢慢地爬起来，拿起羽毛球拍，吧羽毛球向上一抛，虽然妈妈鼓励了我，可我还是有点生气。于是我使劲一拍，啪！与抛球高高的飞了出去，妈妈接都接不住。这是，我脑子里闪过几个字：快、准、狠、

　　我低估着：“知道了，我找到秘诀了！”便举起羽毛球拍准备接住妈妈发过来的球，我再次低估着：“看准时机，重重的`拍！”咻，羽毛球再次飞上了高高的夜空，然后又冲向妈妈。砰！妈妈又没有接住，只听妈妈说：“不打了，打不过你。”我大声说：“我找到秘诀了！”“是什么呀？”妈妈好奇地问。我说：“这是秘密！”

　　虽然我找到了秘诀，但打的还不是很好，对付像妈妈这样的菜鸟，还是可以的——再接再厉！

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