# 接力赛感受高中作文1000字(21篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2023-12-08

*接力赛感受高中作文1000字1谈到运动会，有个项目最为激动人心，那就是接力赛。因为它考验集体的能力，代表大家的实力，也象征团队的荣耀。因此，每年运动会，接力赛都会成为全校瞩目的焦点。今年的运动会上，我们班就出了一个乱子。4X100米接力赛开...*

**接力赛感受高中作文1000字1**

谈到运动会，有个项目最为激动人心，那就是接力赛。因为它考验集体的能力，代表大家的实力，也象征团队的荣耀。因此，每年运动会，接力赛都会成为全校瞩目的焦点。

今年的运动会上，我们班就出了一个乱子。4X100米接力赛开始了，“快点冲啊！要被超过了！加油啊！”场下的啦啦队员都在拼命给我们运动员加油，虽然鼓舞人心，可这无疑也给我们增加了巨大的压力。参赛队员听到了场下同学的呼喊，慌忙中，三两下就被隔壁五班超越了。队友们更着急了，前一棒的同学一边跑一边叫我“快点接棒！快点接棒！”一边还推了我一下，这一推、一喊像是有个一万斤的砝码压在我身上，要知道我在班里跑步本来就不快，如果输了岂不是还要算到我头上？怎么办，怎么办，我边想边冲了出去，没注意脚下，左脚绊了右脚一下，顿时磕到在地上……完了，我心彻底凉了。这下我们班要成最后一名了。边上的同学赶紧把我扶起来，等我一瘸一拐再冲上去时已经成了最后一名。因为这件事全班同学都闷闷不乐。当然，最沮丧的人，因为我的失误，导致班级接力赛垫底，一下我都自责不已。后来回到家，我慢慢\*静下来，我又在思考另一个问题：如果别的同学不催我，是不是我就不会摔倒？不会耽误？最后也不会落个倒数第一？所以说，越是紧急的时刻，越是不能乱了方寸，不如放慢心态好好想一想，该怎么做，而不是在心里一遍一遍地催自己，这样只会适得其反。

人生之路，像是一条跑道，我们每个人都要在上面奔跑。很多时候，我们都扮演着接力队员的角色。所以说，遇到问题挫折，不如及时冷静下来，调整心态，认真思考，理清思路，这样结果一定大不相同。

**接力赛感受高中作文1000字2**

前一个星期五，我校举行了一年一度的校运会，难忘的接力赛。有：跳绳、跳远、男女混合接力、150米跑在各个项目中，最令我难忘的是接力。

当150米跑结束后，就是大家期待的男女混合接力赛。运动员们都已准备就绪，^v^砰^v^！裁判员的一声枪响犹如拉了弦一样，使运动员们像箭一样飞快的跑着。在观众们一浪又一浪的加油声中，我们五四班跑在最前。就在五四班高兴的时候，令人叹息的一幕发生了。

原来我们班的两名女生陆续掉了棒，使得五一班大举反超，我们成了第二名，而五三和五二在后面。两旁的观众都在拼命的叫，五一：^v^保持局面！”五二和五三：“争取第三！”而我们：“追上去！”

轮到女的最后一棒——吴小燕！她以燕子般的速度冲了出去，已经追\*了五一，把棒交给了全班跑步第一的李洋，李洋像猎豹一样飞快地奔跑着牙齿紧紧的咬着，原本五一的班主任觉得稳操胜卷的，可看着李洋飞快的速度，脸上失去了笑容，难忘的接力赛。终于，李洋反超了五一，胸脯一挺，压线了。我们抱在一起，脸上露出胜利的喜悦。

这次接力赛使我知道了，团队的力量是最强的，只要坚持不懈就能获得成功！

**接力赛感受高中作文1000字3**

加油!加油!你猜猜我们在干什么吗?哈哈!我正和我的小伙伴们一起在楼上玩接力赛呢!

游戏开始前，我们选出两个队长和一位裁判，然后宣布了游戏规则。游戏规则是这样的：参赛人员一个接一个的出发，跑到对面的墙，再返回来。回来的时候，要与下一位队友击掌，让下一位同学继续跑。如果游戏过程中有人犯规，立刻淘汰。

开始比赛了，裁判说：“预备——跑!”我像豹子一样冲了出去，跑到终点，快速的拍了墙，又飞快地跑回来和下一位同学击掌，和我击掌的同学也飞快的出发了。气喘吁吁的我并没有休息，而是站在队首处，大声的喊着“加油、加油!”第一轮过后，对方组赢了。

尽管我们队输了，但是我们队并没有一蹶不振，因为还有机会。

第二轮比赛开始了，我们调整了一下心态。用尽全身力气去奔跑。终于，这一轮，我们赢了，我们激动到手舞足蹈。

虽然比赛最终是我们两队打成\*局，但我们仍然很开心，我喜欢这个游戏!

**接力赛感受高中作文1000字4**

“啪——”枪声响了，项久伦作为我们班的第一棒，以迅雷不及掩耳之势的速度冲了出去，像一匹脱缰的野马一般，在赛道上狂奔着。一旁的观众啦啦队呐喊、助威声也随着枪响而开始响彻天空：“加油啊!一定要为班级争光啊!”那声音宛如排山倒海，此起彼伏。有的同学高兴得手舞足蹈，有的同学伤心得垂头丧气，还有的同学解下鲜艳的红领巾，舞动着、挥舞着……各班那些求胜心切的老师，有的紧皱眉头、咬紧嘴唇，急得直跺脚;有的和啦啦队一起给班级加油;还有的在跟队员们说些什么……

再看看项久伦，他把棒握得紧紧的，我们也为他能不能超越别的.同学而捏着一把汗。渐渐地，他的体力有些不支，落到了后头。过了好一段时间，终于轮到我了，于是我的眼睛直勾勾地紧盯着向我跑来同学手中的接力捧，伸出自己的右手，尽量压制住我怦怦直跳的心。来了，来了，越来越近了!心急火燎中，终于轮到我了，在那一瞬间，我一把把接力棒从那位同学手中夺了过来，然后就不顾一切地飞奔了起来。天啊!跟我跑的人那么快，不过我使用了九牛二虎之力，好不容易超过了一个同学，把棒递给了另外同学。嘿嘿!大李老师真是料事如神，把跑得快的同学放在最后。只见那位同学像一只羚羊一样冲了出去，但人家速度有限，我们班又落到了后面，变成了第四个，虽然这样，但我们并没有放弃。

接下来轮到我们班包雨莹上场了，她准确地接过棒，如同“飞毛腿导弹”一样，飞似得冲了出去。只见她犹如武侠小说中身怀绝技的高手一般，身如飞燕，真不愧是我们班女生跑步数一数二的哩!看着她跑，我比自己跑的时候还要紧张多了，心想：加油啊!包雨莹，我们班的成败在此一举，胜利或失败的命运都掌握在你手中了呀!包雨莹果然没有辜负大家的期望，一连超越了一二名选手。可惜半路杀出个程咬金，人算不如天算。当王予禾刚要递棒给王亦易时，摔了一个“狗吃屎”，跟别班的人拉开了一段路，虽然王亦易很聪明，马上捡起棒就跑，但是一段路就是一段路，不管后面的队员怎么拼命地追，怎么拼命地跑，也才得了一个第三名，不过失败是成功之母，只要我们以后努力，第一名还是我们三(4)班的!

虽然我们是第三名，但也很高兴!是呀，人生就好像一场接力赛，每一个环节都很重要，如果掉了棒，就会和别人拉开很大一段路。

**接力赛感受高中作文1000字5**

>游戏目标

1、能双手抓杠悬空吊起20秒左右。

2、能动作协调地快跑25米左右。

3、能配合一致完成规定动作。

>游戏准备

1、场地设置：画起跑线和终点线。

2、木棍若干（能禁得住孩子体重）。

>游戏玩法

1、按家庭（孩子、爸爸、妈妈）分若干组，每次游戏至少有两组家庭参赛。

2、孩子站在起跑线上，爸爸妈妈手握木棍的两端，站在距起跑线25米左右处。

3、听到开始的口令，孩子起跑，跑到爸爸妈妈处，爸爸妈妈稍举起木棍，孩子双手握住木棍的中间，从吊起开始，爸爸妈妈高声数数到20，孩子坚持下来的家庭为胜。

>建议：

提示孩子用力抓住木棍，鼓励孩子坚持20秒。

**接力赛感受高中作文1000字6**

“加油！加油！”操场上传上来一阵阵排山倒海的欢呼声，我们学校正在举行一年一度的冬季运动会。

我参加了接力赛。

随着同学们的欢呼声，激动人心的接力赛拉开了序幕，参加接力赛的运动员有的同学在做准备，有的同学在谈笑风生……运动员们看上去个个都胸有成竹。

一声枪响，队员们争先恐后地追逐着，还没轮到我的时候，我心里特别紧张。

眼看着前面还有五个人了，我又换了一个思路想：我既然参加了接力赛，应该为班级争光，而且老师和同学们也在操场上呐喊着：“加油，加油”。想到这儿，我的畏惧被老师和同学们的呐喊声吓跑了！

因为我光想着跑，连谁给我递的接力棒都忘了，可我走不了，他在离我还有10米处，伸起了他那长长的手臂，好像在提醒我“该接棒了”。我也伸起我的手臂，准备接棒。

棒接到了，我握着棒，快速地向另一个男方那儿奔去。

还有五、四、三、二、一个同学了，我们使劲喊：杨智杰，加油，杨智杰，加油！

老师和同学们喊到：耶！我们班第一名！听到这个振奋人心的消息，我们高兴得跳了起来。

这一场接力赛，真让人难以忘怀啊！

**接力赛感受高中作文1000字7**

天气阴沉的一天，预示着一天的好意情。

下午第二节是我们班的体育课，教师说过这节要接力赛跑的。我们曾经练了有两个星期了，所以明天一切的同窗都想争第一。

先是我们男生竞赛，我们分为一二三组，又分为AB两场竞赛。

先A场跑，我被分到了一组的B场。

竞赛开端了，先是一组的第一棒抢先，但不久之后又被三组的追上了。在第一棒与第二棒交棒的时分，二组的接力棒不小心掉了，无疑第二组与第一无缘了。

最初A场的竞赛一组赢了。

然后就是B场的竞赛，我们一组的前两棒跑的特别差，由于他们两个的脚都受伤了，好在他们两个并没有拉的太多，最初被我拉回来了，但我们组并没有的第一，才得的第二。

但AB场加起来我们一组还是第一。

明天还是比拟开心的。

**接力赛感受高中作文1000字8**

4月24日下午，4\*100米接力赛随着一枪令下，开始了比赛。第一棒是王传耀，一枪令下他快速奔跑，像一匹骏马在草原上奔驰。

同学们在座位上站起来激动得说：“王传耀加油，王传耀加油！”“王传耀快甩开对手，给下面的三个人有更多的时间。”到了第二棒，王鼎接棒时慢了些，让对手赶上了，王鼎为了弥补时间，像狮子一样吼了一声，快速奔跑，涨红了脸，使出了吃奶劲，但没有赶上。第三棒是王寅森，他接到棒，像袋鼠一跃，紧跟着对手。“加油！加油！王寅森加油！”听到班上的同学助威，他跑得更有力了，双腿像发动机一样，渐渐拉近了差距。第四棒是最后一棒，也是最重要的`一棒，他是我班有名的飞毛腿，江晨接棒后，奋力向前跑。慢慢的，江晨超过了对手，哇！

同学们激动得跟在江晨一起奔跑，江晨像利箭般飞到终点。“接力赛得了第一！”同学们雀跃欢呼。运动会在同学们的欢声笑语中，在大家共同协作下圆满画了一个句号。

**接力赛感受高中作文1000字9**

在这个阳光明媚、风和日丽、秋高气爽的日子里，我们怀着激动的心情迎来了一年一度的学校秋季运动会。

我被选上的班级接力赛项目，就在运动会第一天的上午比赛。

我们练习了好长时间，终于要正式比赛了。老师提醒我们：“要提前去接棒，这样会节省很多时间。”

站好队形后，老师的哨子一吹响，接力赛开始了。只见第一个同学快如闪电，成功送棒；第二个同学紧随其后；呀！该我了，我做起跑的姿势。

我飞速地跑了过去，快到头时，我差点儿就摔扒下！谁知，我跑过去了，同学们纷纷说我犯规了，加了5秒钟！我很难接受这个残酷的事实！我在尽我的全力啊。

比赛过后，有一个同学一直在宣传我犯规的事儿。我很生气和自卑。

下午，我看到妈妈给我发来的信息：孩子，我很高兴你能国了班级荣誉奋力奔跑。虽然抢跑了，但这不怪你，你也是为了班级能取得好的名次。刘翔为了国家的荣誉还抢跑呢。别太在意别人怎么说，即使有人出意外了，也多多安慰，少些指责多点儿理解，毕竟大家都希望班级好。都不是有意的！

看到了这条信息，我心里真的很高兴妈妈能理解到我当时的心情。

在整个接力赛过程中，还有一个同学也出现了失误，但是我不会责骂她，因为我知道她不是故意的，她的内心也是十分的懊恼和自责。

**接力赛感受高中作文1000字10**

>体育活动:接力赛

>活动目的:

1. 教幼儿初步学会在赛跑的过程中将接力棒传递给其他幼儿,培养幼儿的反应能力及灵敏性、协调性。

2. 培养幼儿对体育活动的兴趣和团结友爱、克服困难的品质。

>设计思路:

本课以游戏的形式贯穿在整个体育活动中,让幼儿能够很有兴趣地进行活动,以达到培养幼儿的反应能力以及团结友爱的品质的目的。

>活动准备:

1、 物质准备:

(1) 园内操场,并在规定区域画好起跑线以及终点线;

(2) 接力棒两根;

(3) 在终点处放两面小鼓。

2、 前期知识准备:

幼儿事先已玩过游戏《山上有个木头人》。

活动流程:

游戏《山上有个木头人》马路 热身运动 游戏“接力赛”

放松运动

活动过程:

1、游戏“山上有个木头人”

指导: 师生共同玩游戏“山上有个木头人”。让幼儿听口令做动作,儿歌结束后幼儿站定,不能说话也不能动,看谁坚持的时间最长。

游戏儿歌内容:山,山,山,山上有个木头人,

三,三,三,三个好玩的木头人,

不许说话不许动。

2、热身运动

指导: 幼儿跟着老师做热身操:上肢运动、下蹲运动以及全身运动等,活动各个身体部位、关节。

指导语:我们做完了热身操,就有力气去玩下面的游戏啦!

3、新授游戏“接力赛”

指导:(1)教师将全班幼儿\*均分成两组,在起点线前排成两竖队。

(2)教师讲解游戏名称以及游戏规则。

玩法:

两人分站起跑线左右,每组的第一个小朋友右手拿一根接力棒,听口令朝终点处快速跑,到达终点站后各自敲打一下各组的小鼓,然后沿原路跑回,接力棒传给自己组的下一位小朋友。游戏继续进行。

指导语:让我们为他们加油吧!大家比一比谁的速度最快、哪一组是第一名,好吗?

4、放松运动

指导: 幼儿随教师做“小鸟飞”的律动,自然离开场地,返\*室。

活动延伸:

此游戏可在早晨晨锻时继续进行。

**接力赛感受高中作文1000字11**

>活动目标：

1、通过运球走的练习，提高幼儿控球能力，发展动作敏捷性。

2、增强幼儿合作与竞争意识，体验游戏的快乐。

>材料准备：

布置场地，摆好四把椅子，准备球四只。

>活动设计：

一、将幼儿带到比赛场地，幼儿成四路纵队，老师告诉幼儿比赛内容，激发幼儿兴趣。

二、讲解“运球接力赛”的规则并做示范：听到口令后，每队第一名幼儿向前运球至前方椅子处，然后绕过椅子运球回来，将球传给第二位小朋友，继续游戏。球若中途滚走，需将球拣回来，并回原地继续运球走。拍好球的小朋友要到队尾排队，哪一组最先结束，为胜利，举手示意。

三、“运球接力赛”开始。要求每组小朋友只能在队伍里为对友加油。宣布获胜队。

四、请小朋友讨论获胜队取胜的原因。

五、再次“运球接力赛”。每组幼儿相互选出五名代表，再进行一次小组比赛。

其余小朋友和老师一起组成啦啦队，为队员加油！宣布第一、二、三名。

**接力赛感受高中作文1000字12**

>活动目标;

1、学会与其他幼儿相互协作游戏。

2、提高幼儿的手眼协调能力。

3、培养幼儿的团结合作意识。

>活动准备：

皮球若干

>活动过程：

1、幼儿分\*数相等的两队，每队再分成甲乙两组，面对面站在抛球线后。游戏开始，每队甲组排头幼儿向乙组排头幼儿抛球，然后向乙队队尾，乙组排头幼儿接住球后，

边拍球边向甲组跑去，到抛球线接住球教给甲组新的排头幼儿，自己站到甲组队尾。游戏依次进行，最后以抛接球准确和速度快的队为胜。

>活动指导

1、注意拍球的力度，把球控制在身边。

2、注意交接球的准确性。

3、比赛过程中抛球失误时，有接球者拾回球进行游戏。

4拍球失误时。要从失误处拾起球继续前进。

4、活动结束，

对表现好的小组成员给予表扬鼓励，教师做及时总结

>活动反思;

抛球、传球给幼儿带来了快乐，锻炼了幼儿的身体机能，幼儿都能积极主动的参与到游戏中去，在配合中增长了知识，锻炼了身体，养成了守规则好习惯，更进一步感受了集体的合作意识的重要性

**接力赛感受高中作文1000字13**

这一次，我又被抽中参加接力，想到我和其他同学一样能为班级争光，我的心就像不停敲动的鼓点，跳得非常激烈。

比赛的哨声一响，前面的同学就飞快地冲了出去，几个接力下来，我们班已经跑在其他班前面。但是到了郑昊阳和郑文琪交棒的瞬间，只听“当”的一声，接力棒掉了。但是郑昊阳反应非常迅速，飞快地捡起棒子，交给郑文琪，郑文琪也竭尽全力向前冲刺。

轮到我了，我一拿到棒也立刻向对面的同学飞奔过去。奇怪的是，当我起跑后，世界突然变得很安静了，除了自己的心跳声和呼吸声，之前一直环绕在耳边的雷鸣般的加油声、欢呼声突然都消失了。我只看到对面的同学俯低了身子，向我伸长了手臂。

当我跑到对面把棒交给同学，所有的声音又都涌向了我的耳朵。我一回头，看到我们班的同学和最前面的班级拉近了距离，我想我前面肯定是跑得很快的。

在接力赛中，我们班的同学都使出了吃奶的劲，全力奔跑。经过大家的努力，我们班取得了年级第二名的好成绩。

**接力赛感受高中作文1000字14**

我们学校今天开运动会，我想写接力赛，但是比赛完后，我们班有十几个人都哭了。

接力赛有我，我是女生的第一个。我们比赛的人上了操场，我们等了一会，就到我们四年级了。

我那时候很紧张，怕是因为我跑慢了而是最后一名，我是第一个跑的。老师喊了一声：“准备，开始。”我一听到口令，我就拼了命的跑，我跑的时候，我望了旁边一个快速跑的学生一眼，是一班的领先，我们班第二，二班落后，当时我们是三个班比赛接力赛，我跑到了终点，把棍子给了聂俊熙手上，到了男生手上后我松了一口气。继续观看比赛，跑到中间时候，二班女生摔了二次了，一下子比赛到了最后一个人接棍子了，就是我们班秦博，他也拼了命的跑，二班也拼了命的跑。最终，我们班和二班在一、二、三中并列第二名，但是在四年级五个班中我们班只是并列第四名，所以我们班十几个人都哭了。

我很开心地参加了此次运动会的接力赛的比赛，下次我们再接再力！希望……

**接力赛感受高中作文1000字15**

>活动目标

1、 会从同伴手中迅速接过球，抱着球跑，把球传给另一个同伴，促进幼儿的灵活性和协调性。

2、 发展幼儿快跑的基本动作，提高奔跑的能力。

3、 在游戏活动中，培养合作意识，体会团结协作带来的快乐。

4、 体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。

5、 商讨游戏规则，体验合作游戏的快乐。

>教学重点、难点

能从同伴手中稳当接过球，能把球稳当传给另一个同伴。

>活动准备

4个皮球，4条有一定距离的跑道。

>活动过程：

1、 准备开始：班上一共有32名幼儿，把全班幼儿分成4组，每组8人，分在每条条跑道的两头，这样每头就有4名幼儿。向幼儿讲清楚接力的办法和要求：一头，4个小朋友抱好球作好准备，等老师下令以后，抱着球跑到对面把球传给你的同伴，另一头，向幼儿讲清楚：当对面你的同伴抱着球过来时你要迅速从他（她）手中接过球，并快速抱着球跑过对面把球传给后面的同伴，以此向每个幼儿讲清楚活动方法和要求。

2、 游戏过程：教师下令开始，全场开始活跃起来，4名幼儿抱着球快速地跑，旁边的 幼儿跳着，喊着加油，即将接球的孩子紧张极了，恨不得跑出去接球了，活动在活跃，开心而又紧张的氛围中进行着。

3、 活动结束：教师宣布接力赛结果。

>教学反思

本次活动的主要特点是从幼儿的兴趣爱好出发，突出了以幼主体活动为中心，教师引导为辅的教学理念。教学过程活跃有序，取得了良好的效果，教师在活动中为幼儿创设了比较宽松的环境，鼓励幼儿主动与同伴合作，促进了幼儿快跑的基本动作，进一步加强了幼儿的灵活性和协调性，培养了幼儿的合作意识，充分发挥了幼儿的自觉性和主动性。但是对于个别能力较差的幼儿，教师还得通过不断鼓励来增强其信心。

**接力赛感受高中作文1000字16**

这一天学校将举行一场运动会，我激动万分，在此之前，我一直跟同学练接力跑，练习的程度让我自己都充满信心。

我们终于上场了，这次的比赛规则是由四个人依次接力，每个人跑200米，由最后一棒的选手依次到达终点并排名，毕竟我是最后一棒，是我这队取胜的关键，因此我的心里倍感压力，如果距离太远我追不上，如果我跑得不好，自己也会倍感愧疚。

第一棒是妙君谦，在我们校内，他可是赫赫有名的体育小霸王，很快他将其他三道的选手甩开了25米之远的距离，第二棒是邓浩宇，虽然他远超其他选手，却被一个名叫苏培景的选手超过了，虽然是第二棒，但我心里已经有了跑200米的打算。我想这次一定要全力以赴，跑出一个好成绩，第三棒是何健翔，到他我就有些担心了，因为今天早上他拉肚子了，可能发挥不了他的极限速度，果然快到交接点处，他便被其他三位选手超越了，我马上伸出手喊道：“加油啊，加油啊！”这时我听到旁边转来三声啪的声响，知道他们已经出发了，又过了半秒，才有一根硬邦邦的棒子用力地拍到我手上，也不管是什么，我抓起棒子就往前跑。

我紧绷着肌肉劲都颤抖起来，好像把一切都置于脑后，只记得四个字——向前冲刺，我爆发出惊人的冲刺能力，立刻便把一位选手抛于身后，我又与另外一个选手打起了耐力战，不一会儿他便被我超越了。距离终点还有60米距离，我与第一名距离不相上下，距离终点还有30米的时候，我却有些支撑不住了，正当好胜心强的我想如何超越他的时候，脑子突然蹦出了体育老师告诫我们的话，当你们支撑不住的时候，用力摆动手臂也能使你们前进，我便用力摆动手臂，还真有效，我便愉悦起来，用力摆动手臂，超越了所有选手，率先冲到终点。

远处传来一片欢呼声，我重新回到座位上，瘫在座位上，大口呼吸着新鲜的空气。

**接力赛感受高中作文1000字17**

>活动目标

锻炼孩子的意志，提高孩子团结协作精神和集体荣誉感。

体验人多力量大，同伴间应该相互合作的情感。

增强合作精神，提高竞争意识。

>教学重点、难点

1、关键在于接力棒的传递，要准确及时。

2、跑步过程中一定要走直线，防止走偏。

3、安全问题一定要把握好。

>活动准备

1、场地准备20米跑道三条。

2、分三组，每组5人。

3、接力棒3个。

>活动过程

三条跑道前各站5人，听到口令后向前跑20米后折返到起点，下一名幼儿拿到接力棒后继续往返跑，直至5人跑完，最先到达终点的一组为胜者。

**接力赛感受高中作文1000字18**

星期五下午，老师告诉我们今天要进行一场接力赛。听到这个振奋人心的消息，同学们高兴得一蹦三尺，而我却犯了愁：我这么矮，怎么行啊！而且事不凑巧，我的脚又下好扭伤了呀，唉，只好拼一次了！

刘老师把我们分为4队，我在3队，我们队的对手是2队。我们到了操场。可惜天公不作美，今天凉风习习，天上还飘着毛毛细雨，但这一点也不影响我们愉快的心情。

“滴”随着清脆的一声哨响，激烈的比赛开始了。我们队第一棒是先鹏飞，比赛一开始，他就飞也似地冲了过来。“啊，好，跑快一点！”其他队也在为场上队员加油鼓劲了。而我也不例外，在心中默默祈祷，让先鹏飞给队友们开个好头！

我的目光不以意地扫到刘老师身上，从她挥舞的拳头和焦急的神情与目光中，我看出她也在为同学们加油。

经过几位队员的奋力拼搏，我们已遥遥遥领先。对手显然力不从心，他们派上了猛将蒋弘键。为巩固胜利，我们也亮出王牌—刘亮。一接到棒，刘亮就如同离弘的箭跑了出去，可是蒋弘键也毫不相让，如猎豹追赶猎物，对刘亮穷追猛赶。刘亮使出浑身解数，如猛虎下山之势奔向终点……刘亮和蒋弘键的龙争虎斗真是惊心动魄啊！

终于，要到了我。我心中万分紧张，可也毫不畏惧，心想：敢拼就会赢！一接到棒，我立即跑了出去。跑了一小半路程后，我竭尽全力不顾一切地向前冲刺，幸好没被超过。

当接到最后一棒时，我的心几乎要跳出来，而我能做的，也只有为场上队员加油了。随着一阵欢呼，我们赢了！

同学们迈着轻松的`步子兴高采烈地回到教室。虽然天空中仍下着雨，但我们的教室却处处洋溢着欢乐的阳光。

**接力赛感受高中作文1000字19**

星期四那天我几乎被迫参加了接力赛，我真的不想去，我害怕和担心会掉棒，不想因为我而让大家输掉比赛。而且，班上很多同学都不想去，男生人数还好，女生人数减简直少得可怜!班主任生气了喊道：“你们都是怎么回事啊!这是一件为班级体争光的事，为什么一个个这样······”天知道我是怎么搞的，居然站起来，报了名!

公元20XX年11月16日下午，我们班早早做好准备，从1点30分就开始集合，就快比赛了，您在看看我们班，闹得不像话，你追我打得，一点正样都没有，还有人教小弟弟学坏!队长看着我们无奈的摇摇头.

快比赛了，我们才开始紧张起来，我呢，手心出汗，双腿发麻，眉毛皱起，要知道，我们班一次都没排练过。来到比赛场地，大家暗暗加油，“预备”队长握住接力棒，一副蓄势待发的样子，大家屏住呼吸，“砰”的一声枪响，打破了宁静，再看我们队长，像离玄的箭一般飞了出去，大家使劲儿喊着加油，她成功地与其他俩位选手拉开了一米的距离，再加上13班掉棒了，大家都对这小小的胜利感到高兴，天助我们也，另一班也掉棒了，我们与13班高兴的欢呼鼓掌，因为我们班与其他班又拉开了不小的距离，我高兴地说：“我们赢定了!”可是过了一会儿，一位同学掉棒了，我心里安慰道：没事，还好我们目前还是第一。可老天好像在与我们作对一样，有掉了一棒，现在我们要真正和9班拼跑步速度了，简直不相上下。

过了一会儿，该到我了，做好姿势，死盯着接力棒，4米·3米·2米·1米，过来了，\*出道接力棒的一刹间，我的心“噔”的提了上来，时间顿时停止了，周围喧闹的人群一下子安静下来，我急忙反应过来来，迅速握住接力棒，可还没等接住，接力棒就“飞”了过去老天在于我开玩笑似的，时间又顿住了，心“咯噔”一下，不好!要掉棒!不行啊!这场比赛很重要，我们不能输!我不拉回了现实生活中，把手向后一身，抓住了接力棒，拼命往前冲，这条还好像很漫长，我听到周围加油声，立刻来了劲儿，加速跑着，也不知哪位仁兄说了句“钱掉了”嘿嘿，这点儿小把戏害怕不了我，我把接力棒交给同学后，放心地停了下来，大声喊着加油，把嗓子都喊哑了!可是我们只在小组中取得第二名，唉!好可惜啊!

**接力赛感受高中作文1000字20**

今天上午，我们全校师生展开了一场运动会。运动会的内容是跑接力棒。

上午，当全体师生都到操场以后，接力棒比赛马上就开始了。先是高一的同学，高一的同学上场准备好了以后，老师一吹口哨，他们就像火箭一般地从出去。高二、高三的同学跑得也很不错。

当到高三的同学时，同学们立刻紧张起来。高三一班高三二班跑了以后，就到我们了。到我们了，同学们上场的时候精神抖擞，嘴里还说着一定会赢。老师一吹口哨，第一个同学就飞快地跑了出去。我一边喊着加油，心里一边想：大家一定要加油呀，我们一定要拿第一!比赛场上，大家都集中精力，一点儿也不敢分心。可是，一位同学接到了接力棒以后往前跑，当要递给另一个同学的时候，接力棒一下子就掉到了地上。我大惊失色。还好有一个同学反应比较快，捡起接力棒就像子弹一样飞了出去。当到最后一个的时候，我不禁为她捏了一把汗。董荣一接到棒子就跟离弦的箭一样飞了出去。我觉得我们跑得很好。高三的跑完后，校长就公布了我们的成绩。当校长念到高三三班第一名得时候，我的笑容就像一朵花似的绽放开了。

这真是一场精彩的接力棒比赛。

**接力赛感受高中作文1000字21**

几声短哨声，和一声长哨声之后，第一棒游仰泳的选手跳下游泳池。双脚蹬着台子，双手拉着跳台的杆，进入准备状态。

“滴”的一声铃声后，选手迅速松手，双脚用力一蹬，让自己的身体尽量地往后弹。先在水中后绷直身体划过一段距离，然后抬起手，画圈一样地穿过水面。那种泳姿，任何人都无法靠近，是充满了蓬勃生机的泳姿。

仰泳选手的手碰到池壁后，第二棒蛙泳选手立即跃入水中。他的划水动作，像是把水劈开，让自己没入水中前进。后半程的激烈追击，会使人产生手臂伸长的错觉。

第三棒蝶泳出发，他双手从前往后打，用力拍击着水面。水面把他托起，然后又没入水中，像在跳着前进，这样子就像蝴蝶扇动翅膀一样。

最后一棒，自由泳选手跃起，他跃得很高，在空中划出一条圆滑的弧线，像跃出水面的海豚一样。在返程的时候，他双脚一蹬，一下滑了好远，瞬间超过一名对手。他飞快地滑动着手臂，渐渐地又追上了前面一名，不久，就并列了。他的头往左右偏，大口地呼吸着空气。

最后，他摸到了池壁，头从水中钻了出来。在大屏幕上，他们学校名称的前面显示出了一个数字——“1”。

接力赛的启示作文10篇扩展阅读

接力赛的启示作文10篇（扩展1）

——接力赛作文10篇

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