# 我家的阳光生活作文

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2025-04-27

*我们全家人从不在周末早上睡懒觉。当第一缕阳光照进卧室时，我们就早早地起床了。洗漱完毕，吃完早餐，便开始了我们一天的阳光生活。　　我们乘公共汽车去体育馆，一家人要在那里打羽毛球。羽毛球比赛开始了，我和姐姐“以多欺少”，两人一起和爸爸对打。...*

　　我们全家人从不在周末早上睡懒觉。当第一缕阳光照进卧室时，我们就早早地起床了。洗漱完毕，吃完早餐，便开始了我们一天的阳光生活。

　　我们乘公共汽车去体育馆，一家人要在那里打羽毛球。羽毛球比赛开始了，我和姐姐“以多欺少”，两人一起和爸爸对打。妈妈在旁边给我们加油助威。我左打一下，右打一下，累得爸爸满头大汗，还有几次险些摔倒。爸爸忙叫妈妈来支援。这下就变成了双打。妈妈虽然打不好，但她还是尽力打好每一个回合，妈妈还真有几次打出好球，让我和姐姐猝不及防。爸爸的力气大，他总是使劲向下杀球，让我们防不胜防，竟然有一次把球打到了我的头上，可真疼呀！我和姐姐配合默契，一起“奋勇杀敌”。我们使劲挥拍把球打到后场，再灵巧的打一个网前短球，左一个偷袭右一个抽杀。爸爸和妈妈刚才还有条不紊，现在已经乱了阵脚，他们支持不住了。最终，我和姐姐大获全胜。

　　一个小时的比赛结束了。我们全家人都是满头大汗，打羽毛球可真累呀！但我觉得整个身体可舒畅了。现在，该慰劳我们的肚子了。我们围坐在餐桌旁等着上菜时，爸爸对我们神秘地说：“我要宣布一件事... ...”三颗脑袋马上凑上去，每个人都两眼放光。爸爸见有这么大的反响，更加得意地说：“告诉你们吧，为了咱们家的阳光生活... ...”我迫不及待地问：“什么是‘阳光生活’呀？”爸爸说：“‘阳光生活’就是身体健康，心情愉快，还有绿色环保。你看，咱们乘公共汽车来体育馆，够环保吧？咱们打羽毛球既锻炼身体又愉悦身心。幸福的生活像春天的阳光包围着我们，这就是阳光生活！”爸爸接着说：“我要向你们宣布：我们全家明天一起去郊外种向日葵！”我和姐姐欢呼起来：“太好了！我们要像向日葵一样，永远向着阳光！永远过阳光生活！”

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