# 四年级一打篮球作文600字(通用10篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-02-08

*四年级一打篮球作文600字1在很小的时候，我就已经和篮球结下了不解之缘，因为它让我学会了很多有用的东西。在打篮球的时候，我收获了很多友情。有一天，学校里的教练找我去练习打球。我到了以后，发现那里有很多我不认识的人。但他们不嫌弃我是新手，手把...*

**四年级一打篮球作文600字1**

在很小的时候，我就已经和篮球结下了不解之缘，因为它让我学会了很多有用的东西。

在打篮球的时候，我收获了很多友情。有一天，学校里的教练找我去练习打球。我到了以后，发现那里有很多我不认识的人。但他们不嫌弃我是新手，手把手地教我球技，我做错了也会重新再教，打篮球让我得到了来自朋友们的友谊。

有件事让我明白了自己最喜欢篮球的原因。有一天，我找同学们比赛。他们每一球都传给我，而我却每一球都没有投进。休息的时候，我问他们，为什么明知道我投得不好，还要把球传过来。他们却说：“因为打篮球靠的本来就是相互之间的信任，没有信任，我们根本就赢不了！”啊，篮球让我赢得了队友们的信任。

有一天，老师带我们去打区赛，队友都是我不认识的。比赛开始了，他们拿到球后，突围冲了进来，十分配合地把球传给了我。对手们都围了过来，我立刻又传球给队友。队友再一投，进了！那一场我打得十分开心，因为我懂得了什么叫团队合作。

有一天下午，同学们约我去练投篮，我和他们一起尽情地练了起来。后来练到天黑下来，同学们也都走光了，我还沉浸在兴奋中无法自拔。最后，妈妈跑了过来，把我拉回了家。

我刚刚进入篮球队时，注意力总是在别处，经常左顾右盼。后来实战的时候，我知道自己的实力打不过别人，后来的每节课我都集中注意力，全神贯注地把事情做好。

有一次下大雨，篮球课上不了。我整天都坐立不安，心神涣散，好像坐着时椅子上有钉子，站起来腿又发麻。

打篮球让我的生活变得充实，也让我领悟了很多道理，篮球真是我的好伙伴！

**四年级一打篮球作文600字2**

我的爸爸是一个“球迷”，尤其迷篮球，每天中午或者晚上，都要打开体育频道，看自己喜欢的“体坛快讯”。他自己的篮球也打得不错，我有时也在旁边看看，我想：“篮球那么好打，只要站好了，把球往框里投，就行了！干脆我再来（我已经会打一点点篮球了）玩玩篮球吧！”

我和我妈妈说好了，到我家后面打，关键是没有篮球，这时候，爸爸借给我一个篮球，我高兴地拿了篮球和妈妈一起去打篮球了。我们来到了篮球场那儿没有一个人，所以我们有很大的空间打篮球，我们有两个篮球框，可以来回的投篮。妈妈知道我会一点投篮，那就是“倒挂马桶式”，5%可以投中。妈妈告诉我：“有一种简单易学的投篮方法‘三步篮’，只要姿势好，100%可以投中！连‘姚明’（进入NBA打球的人）都用这种方法投篮！”

“啥样子？”

“别急，让我来教你！”

“好！”

妈妈开始教我这种投篮。我认认真真地学习，并且学着投篮，因为开始不熟悉，是个只能中一个。在妈妈不厌其烦地教导下，我十个球，能中三个了。这可都是我和妈妈的功劳呀！妈妈不断的教我改正好投篮姿势：如不要弯着腰投篮；投篮时要跳起来……我也不断的改正。

经过好几个小时（每星期打一小时篮球）的苦练，我十个球，能投中五个，好时能投中七个，真是功夫不负有心人啊！

现在，我每到周末，就会和妈妈到球场上打打球，先练习一些篮球的基本功，过些时候，再让“高手”老爸指点一二，说不定哪天篮球场上，你能看到我矫健的身影。

**四年级一打篮球作文600字3**

篮球，是一项运动，更是考验一个人的体能和速度。

记得我第一次打篮球的时候，就算离篮圈再近，投进的机率也很小。因为当时没有老师教，所以怎么练都不知道。每周六下午一点半我都会按时到篮球场练。直到那一天，我到那里的时候，已经有几个高手在那里练了。我正准备走，那几个人对我说：“你是不是来打篮球的呀？”我回答道：“是的。”“那你来吧，我们也可以教你。”他们对我说。“哦，谢谢。”

他们教我怎么投球进率高，怎么投三步篮。我问他们：“你们每周都来这儿打篮球吗？”“是的。”他回答道。我又问：“那你们可以教我打篮球吗？”“可以呀！但我不能保证每周都来，有时候作业太多了。”我开心地跟他们说：“好！好！好！太谢谢你们了！谢谢！”

但他们却没有一次没来的，每周都按时到那儿。经过整整两个月的训练，我的篮球技术越来越好了，他们说：“下周来比一比吧！”我吓了一跳，心想：他们是老手，我只是个新手。怎么能比过他？但我还是答应了。

现在，那些打篮球的早已不在我校了。但我还是坚持每周练1小时，这样，1周1小时，篮球技术肯定是刷刷的涨呀！

哈！哈！哈！老师今天告诉我们一个好消息，学校在办一个篮球社团，想打的可以去报名。我开心极了，一下课我就去报名了，争先恐后。

篮球，我的最爱！

**四年级一打篮球作文600字4**

今天下午，烈日当空，但是我迫不及待的收拾衣服，拿起篮球，准备和我弟弟“洋芋蛋”一起打篮球。

篮球场设施齐全，但是平时人太多。今天下午天气也不是太热，我们就早早出发了，我们骑上电摩，就往篮球场里走。过了一会就到篮球场了，我拿起篮球就投篮，可是，我这三脚猫的功夫很难投中栏，我就想欺负更三脚猫的弟弟，我就说：“弟弟，你如果能抢到我的球，我可以给你买好吃的，洋芋蛋一听有好吃的，就立刻打起精神，要抢我手中的球，我哪会如他的愿望，我的球不是谁都能抢到的！我一跃，将球传到另一个手上，把洋芋蛋急的.像一个热锅上的蚂蚁，他再急还就是抢不到球。

忽然，一个不速之客到了篮球场，我们对视一眼，这就算打招呼了。这个不速之客和我长得一样高，他来到了篮球场，有模有样的投篮，一会就投进了一个、两个、三个……我观察了一会就也去投篮了，我和他的就相撞在一起，他拿起我的球投篮，我也拿起他的球，这应该是一种回访的礼仪吧，我们打了一会就换回了各自的球。

又开始抢球，我先拍球，然后环球转身，他没抢到，他又开抢，我用后环球躲过了他的强势，可是第三次就没那好运，他一个下拍，就把我的球拍走了。情况好不壮观，该我了，这个人就用过裆球一直拍呀拍，最后我一个下滑就把球抢到了，我们两打了个平手，我们打了一会，那个人就拍了拍我的肩膀。骑上自行车消失不见了。

我拿起备好的矿泉水，就咕嘟咕嘟喝完了，这矿泉水是这么香，比饮料还要好喝，回到家，我就迫不及待的洗了一个澡，篮球真好呀。

**四年级一打篮球作文600字5**

打篮球是我、田雨岑和张拓元体育课最喜欢的游戏。每次体育课，只要体育教师把我们带上让我们自由活动，我和张拓元还有田雨岑就立刻跑到篮球场上找篮球。如果找到了篮球我们就玩篮球，如果没有找到篮球，我们也不会善罢干休的。我们就会去找体育教师，拿体育教材室的钥匙。

田雨岑第一次打篮球的时候，还是拿躲避球投的。等到她比较会打篮球的时候，她才拿篮球来投篮，并且这些都是我教田雨岑的。体育课到了，教师把我们带到操场后，教师把体育教材室的门打开，张拓元就立刻冲拿篮球。我和田雨岑就在外面等着，我们看见张拓元拿着篮球出来了，我的心就在扑通扑通的跳着。然后，我和田雨岑飞快的跑向篮球场，等着张拓元来。我和张拓元还有田雨岑轮流投篮，张拓元先，然后是我，最终是田雨岑。我们投了一会，四个大哥哥走了过来，突然有一个大哥哥说：“我们来一场比赛。”另外几个大哥哥也同意了，他们又走了回来，对我们说：“我们跟你们来一场比赛吧？”我们说：“我们是比可是你们的。”他们沉思片刻，过了一会，一个大哥哥说：“我来带你们打他们。”我们说：“可是，你们比我们多一个人。”就在这关键的时候，詹浩跑过来说：“我也想玩。”那些大哥哥说：“这回公平了。”大哥哥们一开始让我们投了三球，詹浩没进，张拓元也没进，最终还是我进了。然后，真正的比赛开始了。一开始是我来发球，那个带我们打的大哥哥说：“把球穿给那个人：”他指了指张拓元，我赶紧把球传给张拓元，张拓元一投就进了，并且张拓元投的是穿针。那个带我们打的大哥哥又接住篮球，把球又投进了篮筐。我们本来遥遥领先的，结果还是被另一个对的大哥哥接住了，我和张拓元费了九牛二虎之力也没法拦住他，还是投进了篮筐，他们对的分数就追了上来，最终还是我们赢了，可是我们已经累得筋疲力尽，汗流满面了。

可是我还是十分的高兴，因为我们同心协力战胜了大哥哥。

**四年级一打篮球作文600字6**

暑假里的一天傍晚，天空下着蒙蒙细雨。不一会儿，雨停了，天空出现了一道彩虹。我的心情像彩虹一样美丽，因为爸爸要带我去学校打球。

我和爸爸骑车来到了学校，爸爸说“我们先练习运球。”我按照以前原地拍球的姿势拍球，可人一走，球跟不过来。于是拍了又走，走了又拍，反反复复，有一次我差点摔跤了，我用力一拍走了，球也走了，我心里想：为什么叫你走扁不走，不叫你走倒走了，再看看你的脾气比我还大！爸爸见我这样子，知道我一定碰上了麻烦事，于是大步向我走来，捡起球对我说：“运球要注意向前拍，这样才能走动。加油，只要功夫深，铁棒能磨成绣花针。来吧，你一定行！”他边说边做动作，我见状也试了一下，“啪啪啪”可是球还是步听话。想起爸爸刚才鼓励我的话，我又重新练习起来，这一次我抓住动作的要领，慢慢地，我可以控制球了。没多久，我终于学会了运球，不管我向前或是退后，球都能乖乖地在我的手掌心下上下“跳动”。此刻，我心里甭提有多高兴了，爸爸看见了，也竖起了大拇指。

后来，爸爸又教我投篮，我先尝试原地投篮。一个、二个、三个…我投啊投，就是进不了球，爸爸过来帮我纠正了姿势，还教我一个方法，只要击中篮板上的黑框，球就能擦进球篮。这一招果然厉害，我纷纷投进了好几个两分球。爸爸表扬我进步快，我开心得不得了。后来，我还投进了一个三分球呢！

从此，我爱上了打篮球，每天我都要到学校的篮球场上跟几个小伙伴练上一回。打篮球不仅是有趣的，还让我明白了一个道理——失败是成功之母。失败时，只要我们多加练习，成功就在眼前！

**四年级一打篮球作文600字7**

今天下午的第一节课是我们新学期的第三堂室外体育课，也是我们本学期的第一堂体育活动课。这让我倍感兴奋。要知道，在体育2的课上，可是能打篮球的!这对我这个久违篮球的篮球狂人来说，无非是一个天大的好消息。自从上次在暑假的七月二十日打过一次篮球之后，我就好久没有再能打一回篮球了。今天，我终于能重新披挂上阵了!真棒!

进过一番跑步和准备活动后，激动人心的那个时候终于来了!当老师下令解散后，我们立刻一哄而散，女生在一旁开始提起了毽子，做起了游戏。而我们男生则疯狂的开始进行篮球赛和足球赛。我到一个新朋友那儿接过了篮球，先开始了排队投篮赛。作为我们正式开始比赛的热身。我经过抽签，有幸第一个成为投篮的人。我先运了几下球，然后把球“嗖”的一声投了出去……耶!一击命中!我看到球进了之后，立刻欣喜若狂的一蹦三尺高。这真是旗开得胜啊!

此后的排队篮球赛中，我又投进了好几个球，连我自己都对自己的手感惊讶的出奇。但是玩了一会儿之后，我们便开始了真刀真枪的篮球赛。我们先分了一下队伍，然后，随着主裁判将球向上一抛，篮球赛开始了。

我今天的手感不错，感觉也很好，比赛一开始，我就从对方手中一把断下了球，随后，将球传给三分线外的队友，他将球投了出去，竟然一下子就投中了!耶!好棒啊!

在此后的比赛中，我们的战斗更为激烈。我虽然一开始手感不错，但后来却频频失手，怎么头也投不中。被对方防的寸步难行，根本投不出球。更为耻辱的是，我这个篮球狂人居然还吃了一记火锅!真是让人念念不忘啊!这件事让我很生气，真是“强哥不发威，当我是病猫”啊!所以我开始更加疯狂的投篮，但仍然进不去。虽然此后我们都疯狂地攻击对手，但是谁也都不过谁。最后，我们一两分的优势险胜对手，真险啊!

啊!今天打篮球打得真爽啊!我们下一次还要来玩儿!

**四年级一打篮球作文600字8**

篮球，是我的拿手好戏。

起初看见小区里有人安了一个篮球筐，便怀着好奇的心情投了几个球，发现投篮居然这么好玩。便渐渐的和同学们在小区里打篮球赛玩，也学会了左手运球，右手运球，体前变向，单手体前变相等基本技巧。在小区里逐渐打上感觉后，又在学校认识了校篮球社团的同学，他帮我进入篮球社团。从此，开启了篮球的专业学习之旅。我们每周一上课，每次训练一个半小时，在学习了一个学期后，我有幸被选中作为一名参赛队员随校队出去参加比赛。

那是一个星期六的上午，我们乘车来到首师大附中参加篮球比赛。这是第一次出来参加正式的篮球比赛，虽然我不是首发但心情不免也有些激动。比赛开始了，以跳球决定球权，太棒了！我们拿到球权。开始下快攻，我们率先拿下二分。对方球权，对方开始进攻，我们使二三连防，有效的将对方挡在三分线外。虽然对方也投中了几个球，但两队的差距始终在10个球之间。到了后期，老师让我上场，对方快攻，突到篮下，起三步上篮，没想到我们一个大帽，上篮失败，但球没出界，被救回来，我抢到篮板，快攻来到三分线附近，对方两人防守，我三威胁突破，先是一个威胁投篮，迅速威胁传球，对方伸手想抢断，趁他重心不稳，我迅速突破，上篮，进了！

我也发现，走出学校，才真的\'是人外有人，天外有天，见到了很多实力超群的选手，我有了新的目标，希望下次我还能有机会代表学校参赛。

这次比赛让我对运动员们大比分落后不气馁，大比分领先不骄傲的体育精神，有更深刻的体会，遇到困难不放弃。

**四年级一打篮球作文600字9**

那是星期三的下午。炎炎夏日，身为篮球队队员，我却不得不到操场上训练、挥洒汗水。

阳光炙烤着已有几十度高温的地面，也烤着运动中的我。在这样的温度下，坐在地面上，灼痛会把我瞬间烫熟，疼痛会强迫着我站起来。如此剧烈运动，且又不能坐下好好休息，只能站立着，才会让自己有一些稍稍喘气的机会，

汗水不停地冒出、淌在脸上，最后”啪嗒“一声落到地上，如此反复，洽像一席瀑布，向下飞溅。

熬了两节课的时间，终于熬到训练结束。像是整个人都被拧干了，没一点的水分，嘴唇近乎干裂，舌头也好像被风干了。拖着沉重的步子走出了校门。

看着对面小店一排排的`饮料／水，不禁咽了一口唾沫，小店就像是天堂一般，如此美好，那儿有我救命的稻草，可我唯独缺少进入天堂的门票。唉！没带够钱啊！可嘴巴急需水的滋润，要以这样缺水的状态走回家，显然有些困难。思维还在踌躇着，身体已经不由自主地走向了小店。回过神时，老板已经在我面前，询问我要买什么了。我假意掏掏口袋，拿钱，以掩饰自己的尴尬，吞吞吐吐着回答：”嗯……啊，我……要买……一瓶水。“当我反应到自己的回答时，老板已经拿来了一瓶水。我恨不得扇自己的嘴巴，怎么说出来要买水了呢？我站在原地，磨耗着时间。或许是老板已察觉出我原地不动的原因，她呵呵一笑，说道：”没带够钱啊？算了，拿去吧，明天拿来就行了，去吧。“

我愣住了，有些难以置信，接过水时，心中百感交集，却不知该如何表达。只是不住地说：”谢谢，谢谢。“这位老板是生意人，理应很爱财，不会做亏本的买卖，可却白白送了我一瓶水，老板没有一点儿斤斤计较，她如此信任我会还她钱，这份信任，让我感动。

**四年级一打篮球作文600字10**

今天，我非常的高兴，因为今天下午我要去学习打篮球。

上午，我做完作业吃过午饭，我就抱着我最爱——篮球到了居民点，因为只有居民点才新修了宽阔的篮球场，我看别人在打篮球，我也想去打篮球了，可是篮球在我手中不听使换，我怎么拍都拍不好，总是随时在捡球，这时我看见一个大哥哥一下子就把篮球给投进了，那个大哥哥会单手投、双手投，甚至还会背对着框投呢！动作非常标准、敏捷，我非常羡慕。我就说：“大哥哥，请你教我几招吧好吗？”大哥哥说：“好吧，不过要先练好基础，用单手拍篮球，中途不能失误，不过速度要快，而且要听不到手拍球的声音，要绕着这个篮球场拍球”。我就开始练习了，我才跑了三圈就满头大汗，气喘吁吁，心跳加快，一屁股摊坐在地上，这时大哥哥跑过来递给我一瓶水，说：“只能休息一小会儿”。我接过水说：“谢谢大哥哥”，然后一咕噜喝掉一大半，我好像一下子就又有能量了，马上又开始练习，我又学刚才的样子练习了几圈，眼看着我马上就要练会了时候，我非常地开心，可是我累得连脚都麻木了迈不开腿了，我心想：要坚持、再坚持，坚持着坚持着，到后来也不觉得很累，直到下午五点才练会最基本的拍球技术。

第二天的下午，天气格外的好，是妈妈陪我来练球的，我先开始热热身，照着昨天的方法练了几圈，我试着练习投篮，第一个没有投进去，接着第二个、第三个……，这时妈妈拿着水和毛巾递给我说：慢慢来，不要着急，你要看准中间那个黑色的框瞄准去投，不要盲目地去投。”我喝了几口水，聚精会神地朝着黑色球框投去，一下就进球了，妈妈朝我竖起了大拇指，我更有信心了，心里乐滋滋的，就这样我又投进了第二个、第三个……

以后我还会经常来练习篮球，这样既锻炼了身体，也让我做事更坚强更有毅力更有耐心！

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