# 多彩的活动作文600字六年级长跑(精选32篇)

来源：网络 作者：春暖花香 更新时间：2024-12-11

*多彩的活动作文600字六年级长跑1今天下午，虽然依然是艳阳高照，但吹在脸上的风中却已经开始夹杂着几分秋意。在这几分秋意中，我们班的选手们挺胸抬头，站在操场上准备拔河比赛。老师简洁明了地告诉我们比赛规则：地上画了三条线，中间的一条是绳子中心红...*

**多彩的活动作文600字六年级长跑1**

今天下午，虽然依然是艳阳高照，但吹在脸上的风中却已经开始夹杂着几分秋意。在这几分秋意中，我们班的选手们挺胸抬头，站在操场上准备拔河比赛。

老师简洁明了地告诉我们比赛规则：地上画了三条线，中间的一条是绳子中心红带子的初始点，其余两条是和线，只要拉过了己方的和线，我们就胜利了。

第一场是我们和五班的小组比赛。我们班的队员们分列在绳子两侧，腿呈“弓”步式，双手像钳子一样牢牢地握住绳子，身子往后倾，卯足了劲向自己的方向拉。19号嘴唇闭的紧紧的，别看他平时一副迷迷糊糊的样子，可在这种时候他却是那么的精神抖擞，他双脚像钉在了地上似的，紧紧地把胜利握在手中，终于，在19号和其他队员的共同努力下，我们胜利了。

我们欢呼着，每个人的心中都装满了喜悦。

小组赛后，是半决赛。我们要和那“穷凶极恶”的一班先进行比赛，胜利者将挺进决赛。也许是我们队的队员体力不支，也许是对手的力量太猛了，这一次的比赛进行得并不是那么顺利。比赛才刚开始，19号的手背上就青筋暴起，额头上渗出了密密的汗珠，眉毛皱得紧紧的，紧咬着牙，发出咯吱咯吱的声音，他浑身上下，乃至每一根头发都在使劲。尽管我们所有队员都拼尽全力，尽管啦啦队员们的嗓子都快喊哑了，可我们还是输了。

真可惜，只差一点点就可以赢的。但是我们丝毫不觉得沮丧，我们依然觉得信心满满。因为拔河比赛不仅是力量的比拼，更是团结和坚持的较量。虽然我们输掉了半决赛，但是通过拔河比赛，我们也看到了我们班同学们的团结一心的面貌和坚持不懈的毅力。我想，有了这两样法宝，今后的我们一定能够取得更多的胜利和成绩。

**多彩的活动作文600字六年级长跑2**

星期五下午，细雨迷蒙，老师笑容满面的走进了教室，教室里像炸开了锅一样，人声鼎沸。原来这节课我们要玩一个叫做吹瓶子的游戏。老师立刻喊道，静一静，静一静，班级这才暂时安静起来。这时，老师开始公布规则，两个人上讲台上吹装水的瓶子，先吹倒的人就为胜利，不能使用四肢触碰瓶子。

老师话音刚落，褚汇康、徐凯前就举起了手，胸有成竹地走上了讲台处。汇康弓起腰，双手撑在桌子上，深吸一口气，用起了洪荒之力向瓶子吹去，可是瓶子像乖巧的小娃娃一样纹丝不动，他又用力连吹了好几口气。可瓶子依然稳如泰山，好像在说，哈哈，我可是大力士，休想把我吹倒。这时，只见徐凯、钱和褚汇康都已经满脸通红，不停的喘气，第一轮挑战失败。

第二轮由大力士马浩然和史君浩登场，只见他们俩摆好架式，深吸一口气，直接开吹，可是这瓶子像扎根的大树，一动不动地立在那里，忽然马浩然换一个角度，叉开双腿，深深吸了几口气，腮帮子鼓鼓的，里面象塞了两个圆溜溜的乒乓球。使劲一吹，一阵风扫过，哇，瓶子立刻倒了，教室里顿时沸腾一片，真是飞机上吊邮筒——开心。第二轮结束，老师让我们闭眼休息一下，紧接着我们又睁开眼睛继续比赛。这时，我们班的机灵鬼袁林浩和秦琪琨举起了手，比赛一开始，袁林浩就直接把瓶子弄倒了，原来是袁林浩发现老师在我们闭眼期间，在瓶子下放了一张纸，袁林浩将纸一抽出，就把瓶子带倒了。而且这也没有犯规，而旁边的秦琪琨还一脸茫然，不知如何是好，逗得全班同学哈哈大笑。

**多彩的活动作文600字六年级长跑3**

夜晚，十点零八分……

“嘀——嘀——嘀——”三声急促的哨声划破了夜晚的宁静。“这是夜晚紧急集合的哨声！”不知是谁说了这么一句，各个寝室瞬间炸开了锅。“快起来快起来，紧急集合了，快点！”“唉，谁拿了我的衣服？”“鞋子鞋子，快点！”……。我被同学们的声音吵醒了，不知何事，便问一旁的同学，听到“紧急集合”这四个字，我立马从床上蹦了起来，抓起一旁的衣物就往身上套。咦？怎么穿了半天也穿不上去，我借着朦胧的月光一看，才发现这是我的裤子，我连忙脱下，伸出腿穿裤子，再拿起身旁的衣服往身上套。

当然，别的同学也是乱糟糟地一团，为自己找不到东西而着急。我看到旁边的两个同学因为找不到各自的东西而在争吵。

我的衣服已经穿好了，接下来就是叠被子。我把被子一拿，左叠右叠胡乱弄了一通，但是叠好的被子怎么也塞不进柜子。没办法，只能重新铺开再叠一次，终于勉强塞进了柜子。立马转身冲出寝室，一路狂奔到操场集合。

在集合的操场上，我看见许多同学气喘吁吁、一脸的不情愿地赶过来。有两位同学因为太匆忙而把对方的鞋子穿在了自己的脚上，红着脸在互相责怪。其他同学也各有各的事：有的裤子前后穿反了；有的因跑得太急没系好的鞋带散了；有的边跑边扣扣子……。

这时，老师和教练拿着计时器对我们说：“同学们，今晚你们从寝室到这里集合一共花了4分46秒，勉强优秀。好！现在一路纵队回各自的寝室休息。”

“哎！回去终于可以睡个好觉了。”同学轻声地说着，心里开心极了。

不久，一切又恢复到了原先的宁静。只是，偶尔传来几声轻微的鼾声回荡在夜空……

**多彩的活动作文600字六年级长跑4**

习作 《 多彩的活动 》

“祖国在我心中”朗诵会、学校运动会、六一儿童节演出、植树、端午节看龙舟、看望孤寡老人……这些校内外活动，你参加过哪些？选一次活动写下来，和同学分享你的经历。

导入新课

探究新知 1. 回忆一下，校园生活我们经历了哪些活动？

(1)先回想自己参加过哪些活动。比如，“祖国在我心中”“朗诵会、学校运动会、“六.一”儿童节演出,植树、端午节看赛龙舟、看望孤寡老人活动……可以是校内的，也可以是校外的。

拓展思路

1. 回忆一下，校园生活我们经历了哪些活动？

体育竞技类: :拔河、跳绳、接力赛、游泳,骑马、攀岩、固棋……

文艺演出类: :合唱、课本剧表演、啦啦队表演、集体舞……

公益慈善类: :看望老人、植树、与参加儿童联谊、广场清洁、爱心助学……

民俗活动类: :赛龙舟、包粽子比赛、写春联、踏青、元宵灯会…

校园生活类: :开学典礼、课间操、校运会。

2.选一次活动写下来，和同学分享你的经历。

3.写完后读给同学听，根据他们的建议,用修改符号修改自己的习作。

写好活动的场面，就要注意以下几点：

1.场面描写要紧紧围绕文章主旨——一个“中心”。

首先应确定这个场面是围绕一个什么意思来写，也就是要表现一个什么中心，围绕中心写出的场面才会生动具体，让人看后才会有身临其境的感觉。

思路导航

2. 面“概”点“详”，点面结合。

要有面上的概括，又要有点上的描写。在作文中，要想把全部活动的过程叙述出来，不可能对所有参加活动的人一一进行描写，这就需要“面”上的概括。

“面”，是指参加活动的人整体情况；概括，就是用言简意明的语言，勾勒出参加活动人的表现、环境气氛等等。但是在一篇作文中，只有“面”上的概括是不够的，还必须有“点”上的详写。“点”就是参加活动的典型人和典型事；详写，就是要写出活动的重点项目，以及参加活动的人想了什么，做了什么，说了什么。描写场面只有把“面”和“点”巧妙地结合起来写，才能如实地再现出活动的全部过程。

1. . 场面描写要紧紧围绕文章主旨 —— 一个“中心”。

场面描写，重在写好典型的人，典型的事，典型的景，典型的物。抓住典型要细致描写，精心刻画，不能用一两句话带过去。描写细致，就是要详细刻画人物的神态、动作、语言和心理活动。只有详细描写典型，才能突出场面的重点，给人留下深刻的印象。要清楚描写一个场面，要注意考虑好先说什么，后说什么，再说什么，句与句之间，层与层之间要清楚。

技法点拨

2. 总景分人，面点结合 —— 两个“基本点”。

场面描写除了写场景，也要写人物。整个场面的全景是“面”， 场中的主要人物是“点”， 写作时要做到面点结合。既要简单地写出整个场面的全景（即略面），又要选好角度，分别主次，有选择。

描写一个场面，既要写出参加活动人的心情、神态表现，又要写出围观人的反映，把场内外交织在一起写，才能更好地烘托环境气氛。在描写的过程中，还要恰到好处地写出人物的感想、体会。这样有面上的概括，有点上的详写，有内外的呼应，有感情地表露，就能把一个场面描写得活灵活现。

写这篇习作的时候，可以先回想自己参加活动时的场面、过程及当时参与活动时的体会，然后再进行习作。不同的活动会带给人不同的感受，比如，有的活动需要团队或者小组合作才能完成，而有的活动需要有较好的观察和思考能力，所以在记叙的时候还可以把自己的体会和感想融人习作中。

如何选材

1. 认真审题。习作的主题是“多彩的活动”。积极参与校内外活动,不仅能锻炼我们各方面的能力,还会带给我们启示和快乐,可以关注活动的场面和意义。

2. 列出提纲。首先要简洁地交代活动的时间、地点、参加的人员和活动的名称，然后具体写活动的过程，可以把印象深刻的部分作为重点来写，最后写出自己在活动中的体会。

3. 内容具体。在写活动的场面时，既要关注整个场景，也要注意同学的表现,写-写他们的动作、语言、神态,采用“点面结合”的方法,反映活动的全貌。

如何构思

(1)这是哪一次活动 (2)活动的主题是什么? (3)是活动哪一个阶段的场面? (4)这个场面给你留下深刻印象了吗?为什么? (5)你在这次活动中做了什么?有什么感受? (6)如今再看到这个场面,有何感受? (7)哪一点让你产生了这个感受?

(6)如今再看到这个场面,有何感受? (7)哪一点让你产生了这个感受? 回顾活动

选择亲身经历的一次活动,写出在活动中见所闻所感,突出“难忘”这个特点;“难忘”的原因在记录见闻感受的基础上,提炼即为文章的中心。

完成了以上任务,基本可以做到写作有中心、材料具体、思路有序了。如何达成重点地记叙一次集体活动”的要求呢?

详写活动的重点阶段,是必要的。我们可以在叙述之中穿插使用描写的表达方式,以具体、生动地再现重点阶段的情景。

想一想: :

这个阶段的活动内容是什么?从整体上看同一时间同一环境中人们的活动有什么共性特点?这个场面让人感受到什么样的气氛?

场面的核心人物是谁?核心人物在活动中做了什么?说了什么?如果核心人物是“我“我”想了些什么?其他人在活动中有什么表现?他(们)的神态、动作、语言有什么?

场面描写是展开详写的重要手段,一方面要对整体概况进行描写,另一方面要关注细节,把人们共同活动的场面和特定人物的具体表现结合起来进行描写,这样就能使阶段的写作内容显得具体、充实,同时也能呼应文中交代的相关活动背景。至于活动其他阶段,则可以略写,或者不写。

明确写作要求

（1）写清楚活动的过程，把印象深刻的部分作为重点来写。

（2）写活动场面时，既要关注整个场景，也要注意同学的表现，写一写他们的神态、动作、语言。

（3）要写出自己独特的感受或体验。

那天，同学们挥汗如雨；那天，同学们团结一心；那天，同学们使出吃奶地劲；那天，同学们的嗓子都喊哑了；那天，此起彼伏、震耳欲聋；那天，惊心动魄，震耳欲聋；那天，我永远忘不了。

那天，举行了一场精彩的拔河比赛。

盼星星，盼月亮，终于比赛了。六2班对六3班。于是大家纷纷走上前去，拉住绳子，排成“柳条”形。我的朋友赵思佳紧张极了，心“扑通通”地跳，我在旁边好像看出了我的心思，就对他说：“没事，别紧张，放松点……” 拔河比赛

“嘟”，哨声响了，大家身体一齐向后仰，一个个涨红了脸。同学们的手像一把大钳子一样，紧紧地抓住绳子不放。我班使出了九牛二虎之力，脚一步一步吃力地向后退。可谁知六3班的劲也很大，两边这样一拉，我好像要飘起来一样。再向右看看，只见赵思佳把眼瞪得圆圆的，咬着牙，汗从头发上“跳”下来。哎哟！麻绳上有一根刺扎在了他的手里，他把手换了一下，右手在前，谁知一换手，同学们的手就把绳占满了，他的另一只手不知道放在哪了，我在焦急之时赶忙给他指了个位置才得以放手，我老师和啦啦队一直对他们喊“加油，加油！”，最后裁判员“嘟”地一声，结束了第一场比赛。1：0，“哈，我们赢了。”

“第二场比赛开始了，快准备。”老师喊道。“嘟”哨子响了，他们便一齐向后拉。我和一旁的啦啦队大声的喊：“六2加—油，六2加油。”此起彼伏，震耳欲聋。拔河的同学更加用力了，但对手太厉害了……渐渐地红布条儿离我们越来越远了……

通过拔河比赛，我明白了，一个小水滴只有融入大海里才不会被蒸发，一朵花儿只有开在花园里才不会被埋没，一个人只有在集体中才能发挥更大的作用，因为—团结力量大，虽然我们没赢但我们努力了。

总评：

这是一篇写“一场精彩的拔河比赛”的文章，“同学们的手像一把大钳子一样，紧紧地抓住绳子不放”详细地叙述了拔河比赛的过程。全文语言流畅自然，较为生动，是一篇不错的习作。

开始习作

评价标准：

（1）写清楚活动的过程，是否把印象深刻的部分作为重点来写。（☆☆☆☆☆）

（2）写活动场面时，既要关注整个场景，也要注意同学的表现，写一写他们的神态、动作、语言。是否点面结合，详细得当。

（☆☆☆☆☆）

（3）是否要写出自己独特的感受或体验。（☆☆☆☆☆）

（4）书写工整，无病句，错别字少。

（☆☆☆☆☆）

分享作品

1.写完后，和附近的同学交换看一看。

2.互相批阅，提出自己的建议。

3.听同学建议，修改自己的作文。

课堂作业

完成作文草稿，修改合格后誊写在大作文本上。

板书设计

**多彩的活动作文600字六年级长跑5**

记得有一次运动会，我被选上了运动员。老师问我们要参加哪种运动，我想了想，我决定三门都选跑步。运动会开始了，我准备好，听着枪声，运动员跑得非常快，我也跑得非常快，我却跑了个第四名，这是一个 60 米的跑步。到了第二天运动会上，我又要跑步，这次跑的是 100 米的跑步，要跑一圈，我跑了个第二名。

到了第三天运动会上，我又要跑步，这次跑得是一个200 米的跑步 架 要跑二圈，我跑了个第一 脏 名。跑完了之后，我累得 恕 都喘不过气来，我赶紧把 咏 水上面的盖子拧开，把水 范 喝下去，我喝了好多，还 迭 差一点把水喝完了。我喝 晒 完之后，就座在地上，看 芋 别人比赛。

比完赛之 羽 后，老师就进教室里，把 芝 奖状发给我们这些运动员 宣 ，发完之后，我一看，自 怔 己有三张跑步的奖状，第 迎一张是 60 米跑步的，第 佰 二张是 100 步跑步的， 霞 第三张是200 米跑步的 待 。我不相信自己竟然有三 种 张奖状，我又看了看，三 役 张奖状上真的有我的名字 颖 。过了一会儿，老师说：

肄 “今天晚上没有作业。” 獭 老师叫我们来排队，我们 削 赶紧收拾书包，出来排队 抒 ，我们排着整齐的队伍， 归 高高兴兴地回家了。

才 现在，每天有空，我都会 掘 跑步，我非常的喜欢跑步 审 的感觉，就像阿甘正传里 尽 的阿甘一样，在今后人生 掐 的道路上，

我还要一直的 命 跑步。

**多彩的活动作文600字六年级长跑6**

时间过得真快，一转眼这个学期就已经结束了，我在学期初开始的运动项目也已经坚持了四个多月了。

去年九月一开学，妈妈就要求我开始一项体育锻炼——跑步，我也爽快地答应了，心想跑步还不简单嘛，电视画面上那些快步如飞的运动员好像跑得很轻松呀！

于是每天傍晚妈妈就带着我在小区附近的沿河大坝上跑步，一开始我跟在妈妈后面跑得很慢，不一会儿就气喘吁吁，腿就像灌了铅似的沉重，真想停下来休息，原来跑步这么难受呀！可是妈妈跑跑停停等我跟上她，然后和我并肩一同跑，边跑边鼓励我坚持跑完一公里。就这样每天慢跑一公里坚持了两周，我感到跑步的过程没有一开始的那种痛苦了。

于是妈妈“得寸进尺”，从第三周开始要求我每天跑2公里，我犹犹豫豫地答应了，担心自己跑不下来那么远的距离。果然，在跑完一公里后开始跑第二公里时，我又出现了迈步艰难的情况，真想不跑了，可是妈妈不答应，硬是要我艰难地完成了2公里。

就这样又坚持了2周，我终于适应了，可以轻松跑完2公里的全程了，虽然每次跑完都是汗流浃背，但我觉得特别地畅快，很有一种战胜困难的成就感，渐渐地我爱上了跑步。

平时上学的日子，只要不下雨我就在傍晚跑，而在周末，自己写作业坐久了感到头晕，就会出去跑2公里，回来继续写作业时大脑更清晰更好使了，做作业的效率也更高了。

跑步不仅助我增强了体质带来了身体健康，也让我学会了要勇于克服困难战胜自己，让我感到精神快乐，所以我将一直坚持下去。

**多彩的活动作文600字六年级长跑7**

阳光明媚，春风送暖，蔚蓝的天空中，云在悠闲地飘来飘去。小鸟在枝头高声歌唱，花儿竞相开放，像是在准备为我校举行的艺术节之“班班有歌声”合唱比赛喝彩。

那天下午，同学们穿着制服，接二连三来到班级。看着焕然一新的班级：大窗帘上，贴着五颜六色形状各异的气球，黑板上好看黑板报:两旁用气球做成的柱子，用桌椅摆成的六台站台……同学们都兴高采烈，摆好阵势，准备做赛前练习。

正练习着，老师突然说：“已经到8班了，很快就是我们了!”顿时，全场安静下来，大家紧张万分，连空气中都弥漫着紧张的气息，我一开始松弛的心也紧起来，连气都不敢出。这时，林老师说道：“大家不要紧张，越是这种时候，越能考验我们……”听了林老师的一番话，我紧绷的心也舒缓了些，大家也松了一口气，“来最后一次，加油!坚持住!”同学们互相鼓励。

终于，还是轮到我们班了。大家都拿出最好的状态来应对。评委老师走进来了，我们的心也越跳越快。时间就好像冻住了一般，大家都一动不动。“各位老师好……”施星睿开始报幕，听见笛声响起，看到指挥手势，我知道，比赛真正开始了。我是舞蹈的，与其它的同学们的配合。渐渐地，我的心放松下来，似乎是开始享受这场比赛了,任由我的身体随着音乐舞动。同学们也是，开始放声歌唱了!紧张感在音乐中逐渐消去,只剩下快乐与享受,大家都乐在其中。

比赛结束了，同学们都沉浸在白己的想象里，迟迟不肯醒来，通过这次“班班有歌声”合唱比赛，也使我们班更团结、更和谐。我也明白:只要齐心一致，没有什么是我们完成不了的，人心齐，泰山移!

**多彩的活动作文600字六年级长跑8**

盼望着、盼望着，让我期待已久的“红领巾善心义卖活动”终于要开始了，你可要知晓，这次活动不只十分有趣，还可以献爱心哦！

活动开始了，我是个员工，也就是卖东西的。来到义卖地址，只见那里人流如潮，一片热闹的景象。同学们的摊位上也挤满了人，小摊的布置也十分漂亮，上面贴着许多彩色的大字，有些同学还举着写着“大甩卖”的黑板呢！

我来到大家的摊位上，开始“工作”了。大家班有许多本《阿衰》的书，所以十分吸引低年级的小朋友。这个时候一个小朋友“哒哒哒”地跑了过来，问我：“小姐姐，这个要多少钱啊？”我看了看那本书，笑着对他说：“3元，你带了几元？要不要买呀？”他看着我，做出一副可怜巴巴的样子，可能是带的钱不够吧！过了一会儿，它才小声地对我说：“我只带了3元，假如全付了就不可以买别的了，可不能就2元？”我只好答应了。这是我首次买东西，虽然只赚了2元，但还是非常开心。

过了一会儿，要换人了，我就可以去“购物”喽！别的班营销的方法可真多：买一送一；满5元，抽一次奖；满20元，买其他都仅需1元……其中，我最喜爱的是买一样东西就送一杯雪碧啦！由于今天非常热，出了许多汗，都想喝些饮料。我来到那个摊位上，员工十分热情，向我营销推广一张蝴蝶标本，我看了看，心想：这个可以送个父亲，还可以喝饮料，而且只须3元，多划算啊！我想着想着，不禁乐了起来，便买下了。

“红领巾善心义卖活动马上结束，请同学们有序退场。”听到这句话我不禁有点失望。回到教室，我心想：这次义卖活动虽然时间非常短，但还是十分有趣。

**多彩的活动作文600字六年级长跑9**

这周星期六，未来作家的老师别出心裁地给我们举行了一场剥核桃比赛，大家开心极了。

老师先讲了一下比赛规则：三人一组，选手不可以借用任何工具，谁先剥开核桃并吃完的人获胜。老师刚说完，教室里立刻沸腾了起来，有的同学在大声地讨论着用什么方法才能又快又好地剥开核桃;有的同学不等老师选他，已经向讲台跑了过去;还有的同学高高地举着手，希望老师注意到他……教室里热闹极了。

老师很快选了几组同学，我和其他两位女生是第一组。我们三人慢吞吞地走上讲台，她俩很快选好了核桃，我挑了个乒乓球大小的核桃，只见上面凹凸不平，有许多纹路，皱巴巴的，就像月球的表面。老师一声令下，比赛开始了。我把核桃放在手心使劲地捏，可是核桃壳太坚硬，不管怎么使劲就是剥不开。旁边的一位女生不知用了什么神力，一下子就剥开了。我和另一位同学怎么也剥不开核桃，急得满脸通红。周围的同学都替我们着急：用脚踩，用嘴咬，用指甲抠……我使出了吃奶的力气，核桃就是没有碎。我心想：怎么办?怎么办?老天啊，帮帮我。这时，我灵机一动，高举核桃猛地往地上一砸，只听“啪”的一声，核桃居然开了，我成功了，别提多高兴了。大家都看着最后一位女生，只见她手一滑，核桃滚掉了，她赶紧捡起核桃，把核桃往门上一扔，核桃碎了，大家都欢呼起来。

其他几组又陆续上台参加了比赛，结果你们猜怎么了?他们轻轻松松就把核桃剥开了。活动终于结束了，老师虽然没有给我们评出胜负，但大家还是很开心。

通过这次活动，我懂得了做任何事不能蛮干，要多动脑筋运用巧劲，才能起到事半功倍的效果。

**多彩的活动作文600字六年级长跑10**

如果你想知道我们班的跑步能手是谁，我肯定会不假思索地说：“当然是祝俊溢了！”

祝俊溢有着不高的个子，有力的大腿。从他那充满活力的大眼睛中就能看出，他是个喜欢运动的男孩子。

一次，我们小队和其它三个小队比赛跑步。到他了，我们的目光都集中在他的身上。发枪令一响，他就像离弦的箭一样，飞奔而去，冲出终点。YEAH!我们赢了！

还有一次，老师举行了一场接力赛。比赛正如火如荼地举行着，很巧，祝俊溢分在了我们这一组。小组里，有几人跑得慢极了。特别是周振业，等他将棒传给祝俊溢的时候，我们已经落后很多了，大家都十分着急，拼命地喊着：“加油！加油！”祝俊溢一点不慌，一拿到棒就飞快地跑了起来，像一匹千里马，超过一个人、二个人、三个人------

他紧咬着牙，甩掉了所有紧追不舍的人。“还有五十米、四十米、三十米、二十米、十米------”最终，他第一个冲出了终点，我们全场沸腾了，胜利真是来之不易啊！

跑步能手，非我的朋友——祝俊溢莫属！

**多彩的活动作文600字六年级长跑11**

周二真是悲惨的一天。上午，我们去操场上晨跑，谁知道梅老师让我们五年级一到三班和六年级多跑几圈。我们学校操场一圈250米，一般跑三圈，750米。可今天，要多跑500米。我的天呀！在这个雾霾天气里，跑1250米，用我们的鼻子“净化”空气？我们吸进雾霾，呼出新鲜的二氧化碳，我们很光荣？

有同学边跑边咳嗽，这空气我吸到鼻子里好像有一股臭味，到肺里就觉得肺很胀，快爆了一样，我边跑边大口吸气，可好像没吸到氧气一样，又似乎是一股粉尘味，干干的。太不舒服了，我真想趁老师不注意先回班级。终于跑完了，回到教室上课，人好像坏了一样，全身无力。

到了下午，噢不，下午第一节体育课，还要跑步热身，不知道要跑几圈。上课了，天还是灰蒙蒙的，心情又坏了许多。还好，老师说只要跑一圈操场。不过，跑完要打篮球，打篮球费的体力可大了，打久了上气不接下气，吸得雾霾也越多。噢，不！人太损了！

放学了，我突然想起今天还有篮球校队训练，谁知道还要打全场比赛！我的老祖宗呀，这是什么情况？打了比赛不说，老师还让我们练运球折返跑，累得我们气喘吁吁，又是大口大口地吸着雾霾，嘴里更是非常干。五分钟，四分钟，三分钟……马上就要结束了，结果老师还要我们以最快的速度跑操场一圈。我们只好硬着头皮跑了一圈。

终于结束了，解放了，雾霾太伤人了，闻着就想吐。我的祖宗啊！终于结束了，这一天里不知吸了多少“毒”，好惨啊。如果当天让我们去医院检查一下，说不定有许多人已经中度中毒。如果以后我们的健康出了什么问题，谁来负责啊？以后这样的雾霾天气，我再也不去室外“吸毒”了！

**多彩的活动作文600字六年级长跑12**

今天上午老师告诉我们一个好消息，下午要举行拔河比赛。教室里立刻沸腾了起来，我高兴得中午饭都没吃好。好好不容易，熬到了下午，老师把全班同学分成两队，同学们个个摩拳擦掌，都想试试自己的力气。

同学们在老师的带领下来到了比赛场地，只见一条大粗绳子压在操场当中的两条白线上，绳子中间扎着一块红布条。裁判员宣布了规则，谁能把绳子中间的红布条拉过靠自己一头的白线，谁就赢了。

“预备”裁判员大喊一声，双方队员抓起了绳子，眼睛瞪着对方好像和他们有仇一样，啦啦队的队员也瞪大了眼睛屏住呼吸，准备观看比赛。“嘟”哨声响了，比赛正式开始了。

我方队员个个都使足了劲儿，用力向后拉，大力士王强的手紧紧的握着绳子，把绳子用力向后拉，你看他脸蛋憋得通红。再看看体育委员冯丽，平时乐呵呵的，可是这时竟严肃起来，他紧紧抓着绳子，身子向后倾，使出了浑身解数拼命往后拉。

啦啦队比场上的队员还着急，个个挥拳跺脚，加油声响彻了整个校园，红带子一会儿向我们这边，一会儿又向对方那边移。渐渐的，渐渐的红带子向对方那边，我们怎么也拉不过来了，我们输了。交换场地再战，这次我们吸取了失败的教训——用力方向不一，我们决定让汪强喊口号，经过几分钟的战斗，我们胜了对方。不服要求再战，老师说这项运动体力消耗很大，不能再战了，过几天你们在比吧。

**多彩的活动作文600字六年级长跑13**

你参加过哪些校内组织的活动呢？运动会、社会实践、元旦联欢会……这些都是我参加过的多彩的活动。但最令我印象深刻的，还是跳蚤市场活动。

“一年一度的跳蚤市场就要开始啦！”主持人老师话音未落，就响起了一阵又一阵欢呼声。放眼望去，操场上人山人海，人声鼎沸，班级摊位排成了一条条长龙，琳琅满目的商品也吸引了无数的客人。同学们都三五成群，讨论着自己的计划，攀比着自己的摊位。一个班的同学在一起，我分配任务，你搬运“物资”，他宣传商品，她打听“情报”。如果不是一个班的，大家都互相打听，互相赞扬。关系好的同学会互相提意见，关系不好的会互相打赌，看谁换的物品多，个个都兴奋无比。老师们也在各个班级的摊位前徘徊。

一名老师停在了一个班级的摊位，那里的商品各式各样，应有尽有。老师看得入了迷，但他不知道自己已经进了“虎穴”。突然，一群孩子把老师围得水泄不通，都争当起了小销售员。那位老师好不容易才挤出了包围他的孩子们。原来，他随便交换了一件物品，那些孩子们才肯放过他。老师来到操场的一角，观察着同学们热闹非凡的“交易现场”。操场上有推销的，有讨价还价的，有吆喝的，有闲逛的。这一刻，每个同学，每个老师都是商人，会精打细算但经验并不丰富的商人。老师忘记了自己是老师，开始融入同学；同学忘记自己是同学，开始摆起小商人的架子。所有人都忙得不亦乐乎。跳蚤市场使我们锻炼了口头表达和与人交流的能力，还可以让我们在训练勇气的同事交到许多新的朋友。

**多彩的活动作文600字六年级长跑14**

“50米跑”刚刚结束，马上就要“50\*8跑”了。

同学们已经累得气喘吁吁，都在大口喝水，大口喘气。王同学和姚同学一起坐在垫子上，他们在聊“50\*8跑”和谁一组，来缓解劳累感。顾同学看起来十分轻松，他只是喝了一口水就在四处奔跑。而沈同学则在做舒展运动，为接下来的跑步做好准备。

只听见四周的哨声不断响起，“各班同学过来跑步！”听到这声音，同学们快速站起来，伸伸腰，抖抖腿。组好队，我们便开始跑步了。随着一声哨响，六位同学蹬起了脚，只留下了回声和渐渐扬起的尘土，飞快地跑了出去。一眨眼，就有同学已经绕过了第一杆。莫同学在中间，不快不慢地跑着，。看着他熟悉的跑步动作和快速的过杆姿势，不禁让众人产生了心理压力。跑在最前面的是孙同学，虽然他目前仍是第一名，但显然有点力不从心，速度明显慢了下来。跑在第二的是凌同学，虽然他脸上有些疲倦，额头上汗珠不断的冒出，但却还有力气，也足够了。跑在后面的是朱同学和曹同学，因为曹同学身体不舒服，跑这么久已经勇气可嘉了。那朱同学呢？或许是想在后面发力，或许是真的跑不动了。

比赛进行到了尾声，只剩一圈了，孙同学速度慢了下来。莫同学不断发力，成功跑在了第一。四周的加油声不断，不跑的同学用尽全力在呐喊加油。跑步的受到了鼓舞，速度快了一些，大家也喊得更响了，最终莫同学冲过了终点，后面的同学也陆续跟上了。

跑完了，同学们有的去扶运动员，有的递水，有的则凑过去问“感受怎么样？”。

又是一声哨响，操场上又洒下了汗水，响起了响彻云霄的呐喊声、加油声！

**多彩的活动作文600字六年级长跑15**

在一个风和日丽，万里无云的星期五，我怀着无比激动的心情，跟着全校师生和导游去游览美丽的新农村示范点、游乐园、庄严的烈士纪念碑。

我们在导游的领导下上了车，只见路上人山人海，采旗飘飘。在到新农村示范点的路上，我们看见公路两旁绿树成阴，像是给车撑了把巨伞。

中午11点，我们“告别”了新农村来到游乐园。游乐园可真大呀！有“碰碰车”、“海盗船”、“自控飞机”同学们都争先恐后地玩了起来，我也不甘示弱，和他们一起上了“海盗船”。坐“海盗船”可真惊险啊！都立起来了，吓得我双手抱头。

转眼道了两点半，我们只能跟游乐场“拜拜了。我们又倒了烈士纪念碑，苍翠欲滴的松树把烈士纪念碑围在中间，好像一排排战士守护着他，树上的白花仿佛告诉我们要继承先烈的革命精神，长大为建设祖国出力。烈士纪念碑先显得更加高大，碑顶的球像火一样，仿佛空中有两个太阳在照耀我们，我们纷纷向可敬的烈士们行礼，献花。

下午三点，我们坐车回到了学校，这次活动真让我难忘啊！

**多彩的活动作文600字六年级长跑16**

“六（三）班第三届拍卖会现在开始！”我站在讲台前，一手拿锤，一手拿碗（用来敲击），大声地喊道。没错，今天就是我们班的第三届拍卖会了。

当老师在摆围巾、盲盒、斗鱼等拍品时，同学们早已安耐不住，也各自做起了准备工作。小李把自己的积分搭成了一座高塔，一副势在必得的样子。我默默地将我那一千二百三十三的积分一张张整整齐齐地排好，直到铺满了整张课桌为止。而老应呢？他却奋笔疾书，正在补作业，生怕自己会因为作业未完成而参加不了拍卖会呢。

很快就到了拍卖时间，大家都开心至极。随着小邵的那声“开始”，第一件拍物品已摆上讲台——豪华版斗鱼，起拍价五十积分，每次加价不少于十积分。一开始大家都很警觉，不敢轻举妄动，直到小李首当其冲，大喊道：“二百五十积分。”

“三百五十积分。”按耐不住的小邓也拍桌而起。

“三百七十积分。”生姜直接抢价。

“三百八十积分。”小邓颤抖地说道。

“四百。”生姜再次加价，这下可把小邓给急坏了。

他狠下心来，直接喊：“四百一十积分。”这时，底下鸦雀无声，小邓终于得到了他最想要的斗鱼了。

接下来，开始拍盲盒了。此时的我内心是慌张的，因为如果这次拍卖会积分不用完，便会全部作废，而我到现在为止一件拍品也没敢下手。后来又陆续拍出围巾、手套等等，直到摆上了我一眼相中的帽子，才毫不犹豫地以两百积分拍下，而这次的喊拍也顺理成章地让我成为了它的主人。

通过这次的拍卖会，让我深刻地明白一个道理：不管做任何事情，都不要瞻前顾后，犹豫不定，因为机会只会给有准备且果断的人。

**多彩的活动作文600字六年级长跑17**

阳光明媚，春风送暖，蔚蓝的天空中，云在悠闲地飘来飘去。小鸟在枝头高声歌唱，花儿竞相开放，像是在准备为我校举行的艺术节之“班班有歌声”合唱比赛喝彩。

那天下午，同学们穿着制服，接二连三来到班级。看着焕然一新的班级：大窗帘上，贴着五颜六色形状各异的气球，黑板上好看黑板报：两旁用气球做成的柱子，用桌椅摆成的六台站台……同学们都兴高采烈，摆好阵势，准备做赛前练习。

正练习着，老师突然说：“已经到8班了，很快就是我们了！”顿时，全场安静下来，大家紧张万分，连空气中都弥漫着紧张的气息，我一开始松弛的心也紧起来，连气都不敢出。这时，林老师说道：“大家不要紧张，越是这种时候，越能考验我们……”听了林老师的一番话，我紧绷的心也舒缓了些，大家也松了一口气，“来最后一次，加油！坚持住！”同学们互相鼓励。

终于，还是轮到我们班了。大家都拿出最好的状态来应对。评委老师走进来了，我们的心也越跳越快。时间就好像冻住了一般，大家都一动不动。“各位老师好……”施星睿开始报幕，听见笛声响起，看到指挥手势，我知道，比赛真正开始了。我是舞蹈的，与其它的同学们的配合。渐渐地，我的心放松下来，似乎是开始享受这场比赛了，任由我的身体随着音乐舞动。同学们也是，开始放声歌唱了！紧张感在音乐中逐渐消去，只剩下快乐与享受，大家都乐在其中。

比赛结束了，同学们都沉浸在白己的想象里，迟迟不肯醒来，通过这次“班班有歌声”合唱比赛，也使我们班更团结、更和谐。我也明白：只要齐心一致，没有什么是我们完成不了的，人心齐，泰山移！

**多彩的活动作文600字六年级长跑18**

在我的印象中，那一节班队活动永远是那么令人难以忘怀！

那节班队课，大概是在三四年前。班主任邱老师提前让我们排好座位，且神神秘秘的，不肯告诉同学们，他到底要干些什么！

随着上课铃声的响起，老师迈着轻盈的脚步走了进来，大家都发现老师手中拿着一叠纸杯，和一个大大的热水壶。“这是要干什么，难道是要请我们喝茶不成？”底下的人纷纷议论起来，谁都不知道老师的葫芦里到底卖的是什么药？面对同学们的质疑，老师面上没有任何波澜，只是清咳两声，引起同学们的注意，安静下后，老师说：“接下来，我把几种的东西分给大家，大家拿到后可以观察观察。”拿到东西后，我观察了一下，此玩意为棕褐色，表面粗糙，像老人脸上的皱纹，且这东西像极了某水果的核……

当我们观察得差不多时，老师让我们把它放到杯中，再往纸杯中倒热水，让我们静待几分钟。

同学们都目不转睛地看着，生怕错过一个奇迹，一个组的同学都快头挤着头，脸贴着脸啦！终于在我们漫长的等待下，这玩意儿，慢慢扩散变大……

老师在结尾，告诉我们“这黑不溜秋的玩意叫胖大海！别看他长得不起眼，却有清热解毒化痰的功效，且不苦，喝起来也挺好喝的！”

同学们立刻眼前放光，这玩意儿居然如此神奇，同学们晚上回家都试了试，真的很好喝！

这一节课，虽然时隔三四年，却仍那么令人难以忘怀！

**多彩的活动作文600字六年级长跑19**

白云在天空中悠闲地飘荡，蓝天在微笑，柳条似乎也在看热闹。一场激烈的跑步比赛马上开始。

“预备——跑！”随着裁判员一声令下，我们班的小陈如开弓的箭，快速地冲了出去，他的眼睛像是被光芒点亮，眼中充满希望。他似乎化作了一只燕子，快步如神，好像在空中飞舞，芳草也在为他鼓掌。第二位选手也追了上来，他犹如一只豹子，好像前面有猎物，发出锐利的目光，势在必得，似乎已经看到了胜利的喜悦。不一会儿，参赛者们彼此间拉开了差距，大家的体力都有所下降，但谁都不愿意放弃。

忽然，落后的四号选手像安上了马达，开始飞快地加速，很快跑到了前三。其他参赛选手看到这一幕，都不甘示弱，奋力向前跑去。他们要用自己的耐力，将追上来的对手一次又一次的超越上去。三号选手已经有些体力不足，渐渐放慢了速度。二号选手则仍不快不慢保持原来的状态。只有小陈和四号选手在激烈地争夺。我的心开始砰砰乱跳，握紧拳头，焦急地看着操场上你追我赶的两人。同学们都在为小陈祈祷：“快一点，再快一点，有人要追上你了。”我望了望其他班的同学，一个个鼓足劲为自己班的选手呐喊助威。

瞬间，大家开始为参赛者们大喊加油：“1313世界前三！”“一班一班，非同一般！”

排山倒海的加油声一浪高过一浪，在上空盘旋，气壮山河！

参赛者们似乎听见了加油声，都迈开腿摆起手臂。小陈猛得加速，将身后的四号选手远远地甩在后面。他不断地加快速度，如一团熊熊烈火“飞”过了终点。

小陈夺冠了！瞬间，欢呼声，笑声，庆祝声，响成一片。

蓝天如水一般清澈，白云似乎在微笑。这次运动会真让人激动！

**多彩的活动作文600字六年级长跑20**

今天是星期二，昨天下午有一项作业没有做完，但是我却撒谎，对老师说：“我没有带。”所以我一天都忐忑不安。

第二节课下课后，我想：应该找点事做，就不用担心了。但是，干什么呢？对了，老师下课后还留下了作业的。于是，我立马开始写作业了。快写完时，突然班长冲进来，跑到我的座位上说：“老师让你去办公室。”

我突然懵了，心里马上焦急起来。我慢慢起身向老师办公室走去。本来教室和老师办公室的距离仅有不到二十米。但是不知道为什么，每走一步都那么艰难，就像在脚上拴了两个铁球一样。我思索着：这可怎么办，老师是怎么知道了我没有写作业的？难道是我同桌告密的？我越想越害怕，越想越担心。

当我走到老师办公室时，小声打了报告，走到老师跟前，我看到了老师桌子上放了一张手册，还看到了我的名字了。老师问我：“开学的时候，为什么不写你爸爸的电话号码？”我听到了，心马上平静了下来，但又结结巴巴地说：嗯……我爸爸去外地工作了，只有过年的时候才回来。”老师答道：“那没什么了，你回教室吧！”“哦，等一下！”我的心又怦怦直跳，紧张起来了。老师却不紧不慢地说：“把这些作业抱下去发了。”我抱着作业，冲出办公室，顿时感觉神清气爽。

虽然这次躲过了一劫，但我决心不会再有第二次了。

**多彩的活动作文600字六年级长跑21**

星期五下午，细雨蒙蒙，老师笑容满面走进教室，说我们这一节举行吹瓶子的游戏，教室里像炸开了锅，老师大使劲地敲着桌子才将声浪压下去，老师宣布了游戏规则：在不接触瓶子的情况下，把装满水的瓶子吹倒的人算胜利。

听了游戏规则，有的人目瞪口呆，有些人欢呼雀跃，有些人跃跃欲试，我忐忑不安，瓶子里面装这么多水，怎么吹得倒呢？希望老师别选我。

游戏开始了，老师首先选的是我们班的调皮鬼马皓然、史君浩同学，马浩然听见老师喊到他的名字，他高兴得直蹦三尺高，满脸笑容地走上了讲台，而史君浩表情非常认真慢悠悠地走上讲台，老师说比赛开始，马浩然同学两腿岔开，双手扶着桌子，他的脸颊一鼓一鼓像是在练蛤蟆功一样，它的对手史君浩也不甘示弱。他深吸一口气，只听见“呼”的一声，像是刮来了一阵龙卷风，但是瓶子仍然屹立不倒，好像在桌子上扎了根一样。一分钟，两分钟过去啦，可是瓶子还是纹丝不动。但是两位执着的选手，还是没有放弃比赛，马浩然的手一不小心碰到了桌子，桌子开始轻轻地晃动，瓶子也开始摇摆起来，马浩然似乎找到了突破口，他用手猛的摇动桌子，一口气把瓶子吹倒了，“胜利了”马浩然大声喊道。

第一场后，老师让我们趴在桌子上休息一会儿，休息完，比赛又开始了，老师选出的是两个重量级的选手，大力士袁林浩和秦琪坤，他们两个跑上讲台。秦琦坤儿两腿岔开，双手扶着膝盖，弯着等待老师宣布比赛开始。秦琪坤刚吹一口气，只听见“砰”的一声，袁林浩的瓶子倒了，原来在我们休息的时候，老师在两个瓶子下面各夹了一张纸，机灵鬼袁林浩捕捉到了这个细节，把纸抽掉就赢了，

这个游戏让我懂得了一个道理，遇事的时候我们要认真观察，仔细思考用智慧取胜。

**多彩的活动作文600字六年级长跑22**

春天是明亮的，万物复苏的春天迈出了轻盈的一步。学校决定组织我们去公园跑步。听到这个消息后，学生们又惊又喜，认为他们可以在春天参观公园。多么令人愉快的事情。

铃声一响，学生们兴奋地冲下楼，整齐地站起来，等待命令开始。伴随着频繁的哨声，我们迈着整齐的步伐，在鸟儿清脆的歌声中，我们来到了公园……

看，草丛里钻出了几根绿芽，给黄土地增添了几缕生机；杨枝出现在柳树上，随风飘动；湖面上也有层层波浪，在阳光下闪闪发光.多美的山水画啊！

“一、二、三、四……”带着强烈的口号，我们来到了松林。一片阴影突然洒在我们汗湿的身体上，让我们感到凉爽。阳光透过浓密的松针倾泻到大地上的亮点。当你仔细看的时候，你多么想要美丽的图案！一阵微风吹过，格局变了。多有意思！

“爸……”脚步声回荡，不知不觉来到假山和喷泉。“轰——”水花似乎浇灭了灼热的气息，让我们身上的圆汗不适合飞走。

“坚持住！体育老师喊道：“我们跑得很快！“果然，不一会儿，一座熟悉的教学楼站在我们面前。我们欢呼，树上的鸟儿为我们欢呼。

我们在欢呼声中奔跑。虽然我们有点累，但我们注意到了周围美丽的景色，并获得了幸福。

**多彩的活动作文600字六年级长跑23**

闻涛的九月，红日当空。当然，我们也迎来了新学期的振奋人心的体质测试。

操场上有我们奔跑的身影，体育馆里有根根跳绳在甩动，同学们老师们的加油声也此起彼伏。走廊上，我们班正在进行体前屈，莫过于我印象最深刻的一个项目。

教师里，同学们都在互相拉伸。紧张的气氛中又捎带了些许的轻松，时不时还传出几声嚎叫：“你轻点儿啊！”椅子被统一推进桌子下，过道上挤满了人，同学们三个一伙，五个一群，不留余地地在过道上拉伸。有的女生站在讲台上，弯下身子，不停地用手去勾地面；有的女生坐在别人背上，使出全身力气往下压；而我，直接干脆了当地搬来一张凳子，把一条腿架上去，开始压筋。眼看着就要轮到我测试了，我更是加紧练习。

排在垫子后的我很快就轮到了。我十分紧张，心扑通扑通上下直跳。脱鞋子的时候，我的手都是抖的。不知为何，我刚坐上垫子，旁边就围上来了一群同学，她们一个个都挤来挤去，好多脑袋从人群中探出来。有个女生对我说：“你让让我吧！”有的女生在一旁给我鼓励，还有的女生似乎在等待着什么发生，满脸期待地望着我。我深吸了一口气，把腰挺得笔直笔直的，猛地一下用力推动游标，直到我无法再往前推一点点。我抬起头来，等待着孙老师报出我的成绩。明明只有短短的一秒钟，可我却觉得十孙老师低头看了看板面，说：“28”。顿时，我心里吊着的一块大石头终于落了地。

付出总是会有回报的。回想起之前在家里练到哭的那些努力，在今天有了回报，我忍不住露出了满意的笑容。那一刻，我终于明白了一句话：“有些光芒，一定要经历过黑夜的洗礼才更加透亮。

**多彩的活动作文600字六年级长跑24**

今天，是我校第二十九届运动会开幕的第三天，也是运动会的最后一天上午。各个年级跑完20\_年级男女60米混合接力赛。

比赛快开始了，我们先列好队，男左女右，准备战斗。杨梅为第一棒，可一直在那耍酷---玩棒。身为下一棒的我，一直劝他说：别玩了，等一下跑跑完步拿了第一随，你怎么玩。只见他羞愧地低下了头。这时，大家对胜利充满了信心。砰的一声枪响。一。三班的运动员都飞奔出去了。糟了，杨梅漫了一秒，这点还可以原谅。可是，到了那边女孩接棒的时候，竟然丢了棒。我们又落下了一大截，这该怎么办呢？我们没有泄气。为了那一大截，我们后面的拼命地跑。可喜的是，一班也丢了一棒。我们三个班简直是齐驱并驾，我班的加油声也是此起彼伏。在最后关头的时候，三班的主力队员---廖涛，猛的冲向了终点三班技高一筹，得了第一，我班屈居第二。

屈居第二的我们，带着那么一丝丝的遗憾，但是，把我们的欢声笑语，把我们撒下的汉水永远的留在了运动场上。

**多彩的活动作文600字六年级长跑25**

随着人群的喧闹，一年一度的运动会又开始了。不管是运动员还是观众，每个人都很兴奋，运动员们都摩拳擦掌，跃跃欲试！

你瞧！‘女子400米接力赛’开始了，只听发令枪“砰”的一响，我们班的运动员小敏刷的一声冲了出去，小敏眉头紧皱，如临大敌，有好像在计划着什么时候冲刺。她的手臂不停摇摆着，整个人就好像一只离着弦的箭要射向敌人。我班同学激动的摇晃手中加油棒“加油！加油！”

这时，意外发生了，小敏在过弯道时跑太快了，摔倒了，膝盖被擦破了皮，一瞬间，躁动的人群安静了下来，有的人脸上露出了失望的表情，有的人露出了幸灾乐祸的神情，也有人一脸着急和担心的望着小敏。我真想冲上去问问小敏怎么样？

“加油！我们相信你能站起来！”是我们班班长对小敏喊了一声，随后，在人群中传出了一声声加油，虽没有名字，但大家心知肚明，这是对小敏的加油声、鼓励声。小敏听见后，慢慢站起来，像打了鸡血一般，双脚好似一台发动机，在三秒便将60米跑完，将交接棒交给下一位运动员小灵，小灵也不知是不是因为出了小敏这一回事跑得格外快，快得像闪电一般，看到的只有影子。第七个，第六个，第五个，第四个，小宁以一己之力反超到了第三位。到了小霞，小霞就像要去打仗似的，跑的比猎豹还快。到了最关键的一棒小彤，跑起来就像踩着风火轮一般。很快，第一位和小彤进入了焦灼状态。我的心不由自主的替她们捏了把汗。到了终点，小彤拼劲全力，以领先一步，拿到了冠军！同学们足足过了十秒钟，才回过神来。两三个人相抱在一起，高兴地流下了眼泪！“耶，我们赢了！”

等她们四个领奖下来后，我们一起欢呼，一起将它们抛向天空！有接住又抛上天空……

**多彩的活动作文600字六年级长跑26**

一天，天气晴朗，万里无云，阳光明媚。

狮子王在这个好日子里，对着动物们说：\"今天，我们要来举行一场跑步比赛，可以吗？\"不用说，兔子和驼鸟一定会非常高兴。以为兔子和鸵鸟每次\"动物赛跑\"它们俩个都能进入决赛，并且，其中一人能获的奖杯。

不过，其实。鸵鸟比兔子跑的快大家都知道，所以，都会去祝贺鸵鸟，兔子呢？就一个人孤零零地站在一边，好像非常非常的失望，鸵鸟就会去安慰它，鼓励它。

动物们的跑步比赛开始了，场地上一片加油声。有些还扮了一个有趣的拉拉队。

果然，兔子和鸵鸟又进入了决赛，在这个紧急关头，兔子不小心摔了一跤，鸵鸟马上不跑了，回头去把它扶了起来。可是，在俩个人快要跑到终点的时候，兔子又跌了一跤，所以把红丝线拉走了。那这奖杯就是兔子的了。

可是，兔子并没收下奖杯，而是说：\"是鸵鸟帮助了我，如果没有它的帮助，我就不会得到这个金灿灿的奖杯了！\"

**多彩的活动作文600字六年级长跑27**

我最喜欢跑步了，特别是在玄武湖公园，看着高高的城墙，呼吸着新鲜的空气，那感觉可真舒服！我突然想到，如果20\_年的青奥会，把跑步这个项目放到南京的城墙下来进行，那该是一件多有趣的事情啊！选手们可以从中华门城堡开始起跑。

他可以一边触摸着古老的城砖，一边欣赏着夫子庙那古色古香的建筑，他一定能想象得出历史上的南京有多么繁华美丽！当选手们跑到石头城公园时，他一定会被“鬼脸城”的神秘所吸引，他会看到很多很多的南京人在散步、打球、遛狗、游戏，每个人的脸上都洋溢着幸福的微笑。他们的身后是各式各样风格的高楼大厦，那是南京人美丽的新家园。即使是匆匆跑过，那些选手也一定能感受到南京人民幸福的生活！最后的终点就放在小桃园吧。比赛结束，选手们可以轻松自在地欣赏美景：城墙脚下开满了五颜六色的花，清清的护城河上有很多的游船在飘荡，远处有青翠的狮子山、高耸入云的阅江楼……

美丽的南京一定会成为他这次比赛最美的记忆。怎么样，青奥会组委的叔叔阿姨们，我的建议很特别吧？请把跑步这个比赛绕着城墙来进行，让大家都来感受南京独特的魅力吧！

**多彩的活动作文600字六年级长跑28**

金色的太阳温柔地洒向大地，洒向操场，洒向我们的心头，我们怀揣着向老师的叮咛，雄赳赳，气昂昂地走进了比赛场地。

比赛即将开始，操场上人声鼎沸，锣鼓喧天，就像一颗颗玉米即将要在锅里爆炸开花，走廊上挤满了人，花坛边也坐满了人，个个班上的啦啦队员也忙的不亦乐乎，有的举着旗帜，有的举着花球，大声喊着加油，还有的手里拿着彩带，不停飞舞……操场上一片热闹、沸腾的景象。

“嘟”随着裁判员的一声哨响，我们六（3）班和六（2）班的拔河比赛拉开了序幕。双方队员屏气凝神，紧握麻绳，脚就像是用钉子钉住了似的，一动不动。身体微微后倾，拼命地向自己的方向拽绳子。比赛没过一会儿，我方就爆发出了惊人的实力，一举将对方击败，获得了胜利，获得了阵阵掌声。

休息了十五分钟后，第二局开始了。我们再次紧紧握住了绳子，雄赳赳、气昂昂地站在了场地上。双方进入了僵持的状态。此时，我方的队员个个都红了眼睛，有的人脸涨得通红，有的人咬紧牙关一动不动，还有的人铆足了劲儿向自己方向拉。时间慢慢流逝，眼看绳子就要到对方去了，我的心也一下子提到了嗓子眼，情急之下，有人对队员大声喊到：“用力挽住麻绳，不要松手！”啦啦队拼命的呐喊到：“六三班加油！加油……”女生们也跺着脚，挥舞着拳头，拼命地助威。队员们像吃了定心丸，爆发出惊人的力量，红带子缓缓向我们这儿移动，任凭对方怎样用力，也无济于事，我们胜利了。

整个下午，操场上都在不断地欢呼，不断地鼓掌，一个高潮接一个高潮，群众差不多把嗓子眼都喊哑了，手掌都拍麻了，都觉得还没表达出内心的欢喜，激动。

“人心齐，泰山移”同学们在夕阳下坚持不懈，团结一心的画面，永远让人难忘。

**多彩的活动作文600字六年级长跑29**

以前看别人锻炼，心里也痒痒。第一天，新鲜！第二天，闹铃一响，我揉揉惺忪的睡眼，伸伸懒腿，打个哈欠，翻个身子，酣然入睡。哎，锻炼只在美梦中。

去年暑假连续两次晕倒，整个假期都在医院度过。医生和我开玩笑：“别的老师都去风景名胜旅游去了，你却在我们这让我们伺候！哈哈！”我双手一摊，无奈地说：“今年到这里养生，明年出去奋斗！”

今年暑假，一定要坚持锻炼。我暗下决心。第一天，随着一阵清脆的鸟鸣，我欣然起床，换上运动装，穿上跑鞋，来到操场。第一圈，凉风习习，步履矫健；第三圈，汗珠沁出，嗓子发痒；第五圈，大汗淋漓，步伐沉重。算了，今天就五圈，不然倒下了又得去医院旅游。

第二天，铃声响后。坐起，腰疼；站起，腿疼；走两步，蹒跚。跑还是躺下？牙一咬，心一横，继续向操场进军。抬腿，迈步，前进，难！双腿如绑着千斤重的石块，每迈一步如翻越一座小山。就这样，一步，两步……一圈，两圈……结束了。

第三圈，步子可以再抬高一点，速度可以再快一点，呼吸可以均匀一点。哈，舒服！第五圈，身上的毒素已经随着汗液从千万个毛孔里流了出来，呵，爽！加快速度！我突然感觉两腿像安装了弹簧，脚一落地，就自动弹了起来！身子亦如飞燕，在操场飞舞了起来，就连晨风也随我一起舞蹈。张大嘴巴，吸两口新鲜空气，哇，好甜，有凉凉的薄荷味道。此时，心就像泡开的茶叶，没有一点皱纹。啊，惬意！

从此以后，不用闹钟，不需催促！晨起，跑步！身心在操场上舞动！

郁闷时，绕着操场奔，一直奔，忘情奔，发狠奔，直到衣服湿透，汗水没有！此时，脚步随着汗水的流泻而逐渐轻松！

**多彩的活动作文600字六年级长跑30**

“加油！加油！加油！”随着“砰”一声令下，运动健儿们在此起彼伏的呐喊声中冲向终点，在第一项比赛冠军产生之际，初中的第一次运动会就此拉开了序幕。

运动会可少不了我的身影，在男子400米比赛结束后，不一会儿就轮到了我报的女子400米。我随着长队走进操场，心脏扑通扑通地跳个不停，我紧张极了，忐忑不安地做着热身活动。“接下来，初一女子400米上道。”听到裁判员的呼喊，我的心也凉透了半截，我神情麻木地走上跑道，眼眶中的泪水差点落了下来。裁判无情地喊出：“各就各位——预备——砰”似乎不给人丝毫思考的时间。我冲了出去，一瞬间，所有情绪都被抛到脑后，耳边只有稀稀疏疏的加油声和源源不断的风声。我迈开步，加快步频，缓缓缩短了和前面选手的距离。一个……两个……三个……超过了她们，我的眼中看不见身后，我只有更加卖力。一圈下去，我似乎已经快透支了，可比赛还没完，大家都在努力坚持，我又有什么理由放弃？同学和老师的加油呐喊声源源不断地传进我的耳畔，不！是心！我听着呼喊声，心中又似乎充满力量。最后60米，我抬起头望前面，终点线已清晰可见。无数天的辛劳在此刻凝聚成一股神秘的力量将我推向终点。脚步越发地沉重，我咬牙抬起疲倦的脚步冲过了终点。此刻，我的世界似乎只有我一个人，我在心中无声地欢呼起来。广播里也如愿以偿地响起了：“初一女子400米决赛成绩：第一名，701，林思雨……”

初中第一次运动会，我取得了三块金牌的成绩，也算是给我的初中生活开了个好头。一次运动会，无论有没有取得奖项，无论有没有登上赛场，大家都是重要的参与者。运动会又让我们领悟到了团结的重要性，不管结果如何，我们也都是满载而归。

**多彩的活动作文600字六年级长跑31**

我有许许多多的兴趣爱好，比如，踢足球、看书、拉小提琴和跑步，在这些爱好当中，我最喜欢跑步，因为跑步能够锻炼我意志力，可以让我挑战自己。

刚上小学时，我跑步并不快，总是跑不过我的好朋友陈彦回。每次比赛，他都跑在我的前面，我怎么追都追不上，看着他风驰电掣般从我前面跑过去，我是真的羡慕啊！回到家，我就在思考，后来，我终于发现，原来他的脚步很快，而且两条腿看上去非常有力量。于是我就上网查找一些如何让自己跑得快的一些知识，每次上体育课，我都非常认真，老师说的动作要领我都记在心中，周末的时候我还让爸爸带我去学校操场上练习。在爸爸的指导下，我的跑步速度逐渐加快，像插上了一对翅膀。功夫不负有心人，终于在最近的一次体育课上，我跑步获得了全班第一名。我在同学们的喝彩声中感受到了成功的喜悦，在老师的祝贺声中体验到了对我的关爱。

我爱跑步，它给我带来了无比的欢乐，虽然取得了一些成绩，但是我知道，只有不断努力，才能收获更多！

**多彩的活动作文600字六年级长跑32**

听着主持人扣人心弦的报幕，看着赛场上那让人眼花缭乱的跳绳，喊着那响彻云霄的加油声。大家终于迎来了那盼望已久的跳绳比赛。

好一场热闹非凡的比赛，大伙精神抖擞，大赛一触即发。看那位选手拼尽全力在各位高手中崭露头角。看台下的观众是目不转睛，津津有味地看着比赛。整个操场欢呼声一片，变成了欢乐的海洋。

最夺人眼球的无非是那精彩绝伦的长绳比赛了。我班选手正可谓胸有成竹且斗志昂扬，大伙摩拳擦掌，来势汹汹。伴随裁判的一声令下，那长绳便从未停止过，仿佛一只蝴蝶，上上下下，一直飞舞着。第一名时刻盯着绳子，绳子刚刚离开地面，她犹如离弦的箭一般冲了出去，来到绳子中央，刚刚停下，那绳子便扑面而来。可她却像一只轻巧的白鸽轻轻飞起，又轻轻落下，巧妙的跳过了绳子，留下了那自信满满的笑容。同学们鱼贯而入，接二连三的跳过了绳子。糟糕，有名同学被长绳给绊住了，同学们心急如焚地紧盯着那被绳子缠住的同学。只见他轻轻抬起左脚，身体绷直向上一跳，紧接着再把右脚拿出来，双臂张开，好一个大鹏展翅，从缠住的绳子里“飞”了出来。台下响起了震耳欲聋的掌声，大伙喜笑颜开，遮不住的是那满心的喜悦。

到了振奋人心的颁奖时刻了，大伙敛声屏气，全神贯注的听着广播，脸上露出了迫不及待的神情，不过可惜的是大家班并没得奖。没关系，人外有人天外有天，大伙再接再厉。

美好的时光稍纵即逝，这场比赛让人意犹未尽。运动使人快乐，运动使人健康，那飞舞的长绳依然在我眼前晃荡着……

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