# 去游泳馆游泳的作文怎么写(实用16篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2025-06-20

*去游泳馆游泳的作文怎么写120\_。8。1建军节，这一天是我第一次学习游泳的日子。下午吃过饭，我很激动，因为是第一次学习游泳，既兴奋又紧张，兴奋的是可以在泳池里面好好的玩水了，紧张的是听说第一次学游泳，教练都是直接把人摔到泳池里的，感觉有点小...*

**去游泳馆游泳的作文怎么写1**

20\_。8。1建军节，这一天是我第一次学习游泳的日子。下午吃过饭，我很激动，因为是第一次学习游泳，既兴奋又紧张，兴奋的是可以在泳池里面好好的玩水了，紧张的是听说第一次学游泳，教练都是直接把人摔到泳池里的，感觉有点小害怕呢。不管怎么样去了才知道。爸爸送我去的，路上爸爸简单的跟我说了关于游泳注意的一些事项，我都一一记下了，到了游泳地方，看见有好多大小差不多大的小朋友一起学习游泳，感觉心里不是这么紧张了，教练吩咐我们换上泳衣、泳镜等装备，跟着教练向泳池方向走去，我们排成一排，认真听教练说关于游泳方面的知识，然后教练让我们先热身等动作，我完成的还不错，压腿，伸展腿和膀子，感觉像是在电视里看见游泳比赛时的场景，心里挺开心，感觉自己就是一个即将要比赛的运动员，呵呵......

不一会，热身完毕，教练就说，同学们第一节课，就是学习怎么样漂浮在水面上，并且用腿拍打水，手抓住水池边的栏杆，做简单的动作。听似简单，但是下水才知道，挺难的，我老是身体往下沉，搞得我喝了好多水。就这样，我一遍一遍的不停练习，最终，快下课的时候，我才有点样子，心里小有成就感，学游泳还是蛮好玩的，紧张快乐的几小时，很快过去了，今天的游泳课结束，期待明天更好的发挥，学的更好。

**去游泳馆游泳的作文怎么写2**

今年暑假，我和同学相约在游泳健身中心学游泳。为期十天的训练，把我从一只旱鸭子变成了“春江水暖鸭先知”的水鸭子。

游泳开始前，需要做的准备工作有：换上花哨的泳装、浸湿双脚、基本的热身运动。随后就可以跳进一汪清水的泳池，正式开始期待已久的游泳课程。

伴随着扑通声的此伏彼起，我和同学一个个扎进水中，老师俨然将军一般，布置任务了：转身滑水30个、蛙泳8个来回，标准的泳池是25米，我们相当于连续游了400米。自由泳打腿25下。然后再教新的内容。我们这些小将在老将的一声令下，便投入到战斗中去了。在途中，老师不断来回巡视战况，看有没有哪些不符合要求的行为。在老师的虎视眈眈中，我们唯有努力的完成布置的任务，不敢有一丝松懈。

我体会最深刻的是自由泳，虽然它的名称听起来很随意，可其实并不自由呢。老师的要求是这样的：手划到底，然后翻出水，出水后，前臂和后臂呈“”形，同时手腕自然下垂，放松身体下水，头部在手部进行两次动作后向同一方向吸气。注意后脑勺要没在水中，在头部和手部进行动作的同时，脚不停的打水。听起来不难，做起来还是有难度的。这三个动作在不断的重复，我的疼、酸、累三种感觉也达到了极致。

功夫不负有心人，克服了疼痛，学会了游泳！

**去游泳馆游泳的作文怎么写3**

今天,我去游泳馆游泳了,到了有游泳馆我的爸爸付了钱,我就进去了之后,进了男更衣室,换了衣服之后我进了游泳池,我游了一会就接连上了三回卫生间呢!

接着我再水中憋了一口气,一口气就憋了一分零三秒呢!我下去憋第二口气的时候,我稍微动了一下,人都浮起来了,哪个时候我就用蛙泳来游。游了好久,突然,一位播音员说:我们的时间到了。

还想游的话来买票处买票。我就下楼了,换好了衣服我就跟爸爸回家了。

**去游泳馆游泳的作文怎么写4**

夏日炎炎，在这么热的天气里，我想找个地方避暑。心里想刚这么想着，妈妈就在一旁说去游泳。

听到“去游泳”这三个字，我飞快地跑出房间问妈妈：“妈妈，我们是真的去游泳吗？”妈妈说：“你看我都在给你们准备游泳衣和游泳裤，还有游泳帽了，像是在骗你们的吗？”

准备好东西，我们就出发了，不一会儿，我们就到了目的地。我像风似的奔向大门，看见门口有一个背挺得很直的保安。我们看到了有好多人在排着队，然后，妈妈带着我也一起去排队了，排完队后，我们去游泳的地方，我心想：水会不会很深呀？”

后来，我看到水并不是我想象中的那么深。我下了水开始游泳，水才到我的大腿。我游了很久，妈妈过来说：“我们回去吧。”我说：“好吧。”

我只好恋恋不舍地回家了。

**去游泳馆游泳的作文怎么写5**

今天下午，爷爷带我去泗阳中学学游泳。

我怀着紧张而又激动的心情和爷爷买了门票，换好衣服，便下水了。

爷爷先教我游泳的动作，我会了之后，爷爷便让我游。爷爷先托着我，我便开始游。我先把手放在水里，然后手背靠着手背，接着张开手臂，（注意：张开手臂时还是手背对着手背。），同时脚还要来回摆动，摆动的速度要快。游了一会，爷爷不在托着我了，而我却浑然不知，以为爷爷还在托着我呢！我有了一米多远之后，才知道爷爷没有拖着我，是我自己游的。我累了，便到池边上坐下休息。爷爷便给我讲水的作用，你用手划水，脚来回摆动，你就向前进休息够了，我又下水去游了，但是没有第一次游的好，在没有用手托着我的情况下只游了一点，还呛了几口水。没想到呛水的滋味这么难受。

接着，爷爷让我练习憋气。“我先给你示范一遍。”爷爷说。只见爷爷先吸一大口气，然后赶紧把头伸进水里。在伸进水里的过程中要把眼睛闭上。我也做了一遍，但鼻子呛着水了。爷爷说：“在水里，鼻子不要呼吸，嘴巴也不要张开，要不然会呛着水。”我便捏着鼻子做了一遍，可水好像在和我对着干，偏要把我浮起来，我便和他斗，最终还是没有斗过它。我又练了几遍，一遍比一遍好，终于不用捏着鼻子憋气了。

虽然我没学会，但我进步了很多。我通过学游泳我明白了游泳可以强身健体。

**去游泳馆游泳的作文怎么写6**

在暑假中，我做过许多有趣的事，有抓虫子，包奇型怪状的包子有去过爬泥巴……但我最难忘的就是暑假时爸爸教我游泳的那一次。

那是天气闷热的一天，爸爸带我回到家乡那似是避暑胜地的小河。车快到达家乡小河的时候，我打开车窗，一阵清爽的空气朝我扑来，远远一望，我看见了小河里的水草在微微漂动，我兴奋不已。

终于来到小河边，只见已经有许多人在水里游泳。因为我不会游泳，只能在一边呆呆地坐着。看着爸爸和其他人像青蛙一般，一下子潜水下去，一下子就要矫健地游到河的最终端。刚从水里上来的爸爸看见我愁眉苦脸的样子，一下子就猜到了我的心事，“想不想游泳？”我看了一眼老爸满口答应好。

爸爸首先让我跳进河里让我适应温度，我一跳下去，顿时学意全无。冷冰冰的河水，河水的深度，也让我感到了莫大的恐惧。“我会不会被淹死？”我心里默默地想着。爸爸把我拉上来的时候，我就像泄了气的气球，不敢再靠近河里。老爸又气又好笑，我对我严肃地说：“还记得你的座右铭‘坚持就是胜利’吗？”听了爸爸的话，我突然沉思起来：“要是这点小事都干不好，以后长大怎么立业啊！”。我马上站起来，接着继续游。爸爸一看，觉得我的动作不对，马上就来帮我矫正了姿势。我听到爸爸说：“要保持冷静，身体保持平衡，双手、双脚要同时滑动。”但我每次都是屡战屡败，过了一会儿，我渐渐向前游去，我边游边叫：“我学会游泳了！”爸爸看着我，欣慰地笑了。

“坚持就是胜利”！它永远是我的座右铭。

**去游泳馆游泳的作文怎么写7**

今天，我和爸爸去柳浪露天游泳场游泳了！

下午，我在找文具的时候偶然发现了我的泳裤，便突发奇想跟爸爸去游泳。爸爸正好在之前看到我们家附近有一个规模挺大的露天游泳场，便决定带我去游泳。我们带好了游泳用的物品便出发了。

我们来到了柳浪露天游泳场，换好了衣服便下水了，我在水下活动了一会儿就开始复习我以前学习的蛙泳。有几天没游泳了，但是我还没有忘记，游了一会儿就慢慢找回了游泳的感觉。

爸爸不会游泳，便带着泳镜和泳帽有模有样的边划手边站着往前走，装的跟真的在游一样，让我无语了好半天，于是就我和爸爸比赛，会游泳的我轻易的把爸爸甩在了身后，爸爸不服气，便上岸一路小跑跑到了终点再下水装做游到了终点。我游累了，便坐在爸爸的背上，爸爸背着我慢慢往前走，跟坐着小轿车一样，平稳，舒服啊！

今天游泳真开心啊！

**去游泳馆游泳的作文怎么写8**

今天早上，天气晴朗。朵朵白云一块一块地。它们随着风儿轻轻的飘着。大地上开着五彩缤纷的花朵和嫩绿的树叶。大街上的人来来往往地穿行着。

早上，我和妈妈换好衣服，穿好鞋。高高兴兴地陪着妹妹去游泳。

我们在天佑医院里看见了来来往往的小弟弟和小妹妹。我紧紧地拉着妈妈的手，来到了“婴儿游泳洗澡室”我看见了这里有好多和妹妹同龄的其它小弟弟小妹妹。这时，员工阿姨把妹妹抱到了给婴儿做护理的台子上。妹妹高兴得手舞足蹈。阿姨请她做了一个操，然后就把妹妹放进了婴儿游泳池里面。妹妹在游泳，我们在用那里的玩具来逗妹妹。我看见，妹妹游泳的样子太可爱了！我和爸爸妈妈都太开心了！然后，阿姨给妹妹洗了一个澡，太可爱了！

回家时，我们一家都留下了一个很好的纪念。

**去游泳馆游泳的作文怎么写9**

游泳是我最喜欢的项目之一，今天下午妈妈带我和哥哥去游泳。

下午六点左右，我们早早的吃了晚饭，我们迫不及待的穿上了泳衣。来到游泳池，买完了票，赶快进去游泳池。哇！人真多呀，池中的水清澈见底，小朋友们一个个就像下饺子一样，扑通扑通跳进水中，顿时整个池中沸腾起来。我和哥哥在水中就像鱼儿一样游来游去。我想学潜水，哥哥教我先深呼吸，然后憋着气，就可以了，我试了一下，果然很简单，一下就学会了。后来我和哥哥在水中戏水打闹，玩的不亦乐乎。突然看到了我的同学佳佳，我们一块玩起了水上大战，结果我们女生胜利了，我们欢呼起来。不知不觉中，天已经黑了，我们依依不舍得来开了游泳池。

今晚真开心，游泳既可以解暑又可以强身健体。

**去游泳馆游泳的作文怎么写10**

国庆节那一天，我和爸爸到海边游泳。

到了那里，我和爸爸就走向租游泳圈那里去，我便租了一个蓝色的游泳圈。到了海边，我便迫不及待的拿了游泳圈游了起来，正好这是来了一个浪，我便被冲到两米高，喝了一口咸咸的海水，我不甘心，又试了一次，最后还是被冲到了两米高，我不敢试了，便到爸爸那里游去了，我刚要到爸爸那里去，转眼一个浪来了，还好我这次差一点又被浪冲走了，游泳后，我便到沙滩捡贝壳，我到沙滩的一处地方，挖起洞来了，我挖呀挖呀，挖到了一个美丽的贝壳，我把他在水里洗了又洗，最后爸爸说要走了，我才慢吞吞地回到租游泳圈那里，我和爸爸来到租游泳圈那里，我拿掉游泳圈，换上了衣服，正在这时爸爸也换好了衣服，我们把游泳圈还给阿姨后才依依不舍得回家了。

今天的游泳真有趣！

**去游泳馆游泳的作文怎么写11**

这个暑假，我最开心的事就是学会了游泳，这是一件非常有趣的事情。

我家小区的旁边有一条大河，每到夏天，许多人都来河里游泳，我看见他们自由自在地在河水里象鱼儿一样游来游去，心中非常羡慕。我决心也要学会游泳，爸爸教我，学游泳首先得学会在水里憋气。于是，我每天都会用脸盆装满水，把脸浸到水里练习憋气。

开始练习时，我觉得非常困难，我根本忍不住在水中不呼吸，被水呛了多次以后，我终于掌握了一些诀窍，学会了憋气。

爸爸说大河里游泳不安全、不卫生，于是带我来到游泳馆，我看见游泳馆里已经聚了好多人，有大人，有小孩，大家穿着五颜六色的泳衣，有些人在游泳池里开心地游着，有些人在游泳池边的椅上休息，还有些人在喝饮料、聊天……我迫不及待地跟着爸爸跨入游泳池。

游泳池里的水\_较凉，但在炎热的夏天更让人们觉得舒适。开始几次我去练习游泳时，我的手和脚协调不起来，爸爸把我托到水面上，我自己手脚一划动身体就沉到水里了，始终无法浮到水面上，更谈不上游泳了。爸爸不断地鼓励我不放弃，继续练习，他说学游泳不仅可以锻炼自己的身体，还可以锻炼自己的毅力。我不断地练习，一次又一次，现在我终于能够自己单独在水里游了。虽然，我游的还不是太好，离我的目标还有差距，但我坚信，只要我努力坚持下去，总有一天，我能够象鱼儿一样在水里自由自在地游来流去。

**去游泳馆游泳的作文怎么写12**

今天下午，我高兴得手舞足蹈。因为妈妈要带我去游泳。我利索的收拾好东西，让妈妈带我去游泳啦

到了那里，我还遇见了冰冰、耍耍，还有其他的一些同学。开始，卢文轩拿来一个空瓶子，我们把瓶子扔到远处。看谁先捡到，谁就可以扔那个水瓶。我和冰冰还有耍耍一组，卢文轩还有连子奥一组。刚开始总是我赢，但是，越往后，我就慢慢的处于了下风。因为陆文轩和连子奥配合的太好了，我们根本抢不到。可是，就在下一轮冰冰扔水瓶的时候，又不小心扔到了一个人，我们被那个人狠狠的教训了一顿。

于是，我们决定换一个游戏。我们想了想，还是没有想出好主意。最后，连子奥提议，我们来跳水吧!我双手赞成，其他人也同意了。我们跳了一回又一回，建起来的水花一次比一次大。我们玩得不亦乐乎。可分别总是难免的，我们又依依不舍地离开了。

去游泳可真开心啊，下回我还要去。

**去游泳馆游泳的作文怎么写13**

游泳是一项受人喜爱的体育运动。我从小就喜欢游泳，并且游得很好。知道我的游泳技术是从哪儿起步的吗？你肯定猜不到，是在我家的迷你“游泳池”——浴缸里。

“卯卯，去游泳啦！”听到这句话，我立刻兴奋起来：脱了衣服，穿上泳裤，套上泳圈，戴上游泳镜，全副武装地踏入浴缸温暖的水里。妈妈在旁边配合，我就开始了“专业”的游泳训练。

“现在开始数数，我要憋气了！”我指挥完妈妈，一头扎进水里，“一，二，三，四……”，我坚持着，直到我觉着实在太闷了，才“哗”地从水中抬起身，飞出的水花挂在墙上，贴在地上，好像在装饰我的训练场。“比昨天多了两个数！”妈妈夸奖我说。“再来一次！”“哗”，我再一次钻进水里……

憋气练习完毕，进行下一项训练。

我开始浮在水上，用脚上下打水，胳膊向两侧划水。“泳池”里响起“啪啪”的水声。我激动极了，觉得自己是一位游泳健将，正在一场激烈的比赛中，奋力游着，竟忘了是在小小的浴缸中。

直到我累了，游泳训练也就告一段落了。随后，妈妈帮我打好香皂，冲洗干净，这才高高兴兴地从“泳池”中出来。我得意地踩着满地的水，好像自己是一位世界冠军了。现在我游泳游得很好，还真得益于那时的训练呀！

其实把洗澡说成游泳，是因为小时候我怕淋浴时水冲在脸上、头上的感觉，每次洗澡都不情愿，爸爸妈妈才想出这个方法，让我把洗澡当成乐趣。

**去游泳馆游泳的作文怎么写14**

昨天，我和妈妈去博士楼旁的游泳馆去玩。因为天气太热，所以想去游泳馆凉快一会，毕竟还我不会游泳，出门时就带上了臂圈。

一到那，我就换上衣服跳进了水里，不过一秒钟，就从水里窜了出来，水乍凉乍凉的。不过，第二次就没事了。

我先试着把腿飘起来，结果就是呛了一口水，妈妈教我不要用鼻子喘气，我又试了几下，又呛了一口水我问妈妈又泳镜，我戴上后，发现了两个认识的人，他借给我一个游泳圈，带上它后，便去了一米四以上的深水区。

其实我并不知道水逐渐变深，是他问我说：“你的脚能够到地面吗？”我试了试不行，就往浅水去游了过去。妈妈夸我不学就能游起来。我又和那两个人玩了一段时间，他们就走了。突然我发现，水在逐渐变浅，妈妈对我说：“是在放水。”原来，一米二的水深成了一米。

很快就到了六点五十，妈妈说：“我走吧，一百二十六路车，七点就没了”。我只好擦干身体，穿上衣服回家了。

**去游泳馆游泳的作文怎么写15**

人生中有很多第一次，说来惭愧，我是今年暑假，才去游泳，这是我第一次游泳，令我难以忘怀。

我们小区有一个很大的游泳池，换上泳衣吗，我套上了一个大泳圈，慢慢地顺着梯子进了水。在水中的感觉和陆地可是大有不同，温度适中水刚刚蔓延到我的下巴，我便马上感到了水的压力，它把我的步伐变慢了，呼吸变困难了，呼吸时要用很大的气力，鼻子的劲儿不知哪里去了，吸气变得非常吃力，只有张大嘴巴大口呼吸，似乎要吞食什么东西。

原来以为游泳十分简单，只要大口吸气，身体就会轻轻地乖乖地漂起来，再刨几下，用脚划划水，就可以前进了。几次双手抓着栏杆，吸上一大口气想浮起来，可不是呛了几口水，就是嘴里气体“外泄”。总之，是一无所获。只有套着大泳圈，才能浮起来。学几下划水，脚使劲蹬，还是前进不了多远。尽管只能如此，但我还是感到是那样的开心、舒服。我的游泳圈因为我不注意飘到了深水区我急忙在水中走过去，爸爸看我要走到深水区，马上警告道：“不能去！”，突然，我一不小心，脚一滑摔了个“狗啃泥”，我在水里，使劲往上跳，但是跳到了水面上，又马上会掉下来，我在水中挣扎了好半天，我双腿使劲蹬，使劲跳，嘴巴大口吸气，周围一个救生员，看我这样马上游过来把我拉上岸。

经过了这一次我明白了以后要听大人的话，看似简单其实不然，这一次让我记忆有新的一次学习游泳！

**去游泳馆游泳的作文怎么写16**

今天下午，本来说在家里吹吹空调，看看电视的，可是被爸爸强拉着我去宜宾游泳。

过了半小时，我们来到了游泳公园，我提着游泳圈，小心翼翼的走到游泳池边。看着游泳池的水，我浑身起鸡皮疙瘩，我看见弟弟跳下也没怎么样，可还是战胜不了我心里的害怕，正当我犹豫不觉的时候，弟弟在下面骂了我一句胆小鬼，本小姐“士可杀不可辱”，我一气之下跳下水，可我没抓住游泳圈，一下子就掉到了水里，我喝了几口水就抓住游泳圈起来了，看见弟弟在那里捧腹大笑，这样的“奇耻大辱”，如果让我同学知道，我还怎么在班上立足啊，我马上去追弟弟，我要让他还回来。我看见弟弟还在笑，我就加大“码力”，向弟弟发起“攻击”，弟弟也反应过来了，就快速逃开，可他反应的太慢了，几下就被我抓住了，我警告他今天的事不许告诉我的同学，他答应了，我勉强放了他，可心中却非常不舒坦。

我这次游泳可是“奇耻大辱”，千万要为我保守这个秘密哟！

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