

我愛運動 - 2020 第二期 特優 南美國小 陳 ○ 睿

- 4 年級 5 班

俗話說：「生命在於運動」，所以我愛運動，運動使我健康，運動使我快樂，不管是跳繩、打棒球、打籃球、踢足球 都是我喜歡的運動。

我愛運動，我愛和家人一起打棒球，棒球又小又圓，有如一顆高爾夫球，打棒球非常的簡單，只要先把棒球固定在檯子上，然後用力的一揮，接下來完成跑壘，最終回到本壘的位置就完成了，是不是很簡單呢？看似很簡單的運動其實也不簡單呢！有一次我們全家在打棒球的時候，爸爸竟然在跑壘的過程中不小心跌倒了，那有趣的模樣把我和媽媽都逗樂了；所以只要一有空，我們一家人就會在空地上練習打棒球，只要多練習，你就可以和我一樣帶上爸爸媽媽來一場有趣的棒球賽呢！

我愛運動，我愛和同學一起打籃球，籃球又大又圓，有如一隻笨重的大熊，想打這麼笨重的 大熊 投進籃框裡是很不容易的，首先要經過重重關卡，邊運球邊避開對方的阻礙，慢慢把球運到靠近球框的位置，再瞄準球框用力一投。記得在我讀育林國小的時候，每個星期五晚上，我和我的好朋友一起參加學校的「讀經班」，每次上課結束後，不管再晚，我們都會到籃球場來一場籃球賽，每次打完比賽後，學習的疲勞就煙消雲散了，你想不想要加入我們，來一場激烈的籃球賽呢？

我愛運動，我愛一個人在我家的樓下跳跳繩，跳繩又細又長，有如一條小蛇，跳跳繩很簡單，只要先甩繩，再輕巧的跳過去就完成了。別小看這一條小小的繩子，想當初我學會它還吃了不少苦頭；每次當繩子甩起來好像在空中跳舞，落下的時候都重重地打在我的屁股和大腿上，痛到我都想放棄不學了，後來姑姑耐心的教導我，我克服了困難，找到了跳繩的方法，一次比一次跳的快，現在我跳繩的技術在班上可是數一數二的呢！當老師和同學都誇我跳的好的時候，我的心裡喜滋滋的，你想不想要我來教你跳繩呢？

運動不僅可以長高，還可以使身體變強壯，真是一舉兩得呀！雖然運動的時候很累，但是只要我們學會堅持，就可以收穫成功的喜悅；在學習上面，我們也要學會運動的精神，努力學習不怕困難，也同樣會收穫學習成功的果實。