# 四年级丢沙包400字优秀作文（通用20篇）

来源：多多范文网 作者：官方发布 更新时间：2025-07-11

*同学们，童年的游戏总是趣味无穷呀！丢沙包就是其中特别受欢迎的一个呢。在丢沙包的过程中，有紧张的躲避，有欢乐的追逐。今天，咱们就透过一篇四年级的丢沙包作文，去回味那活力满满的游戏时光，感受其中的欢乐与精彩吧！以下是由多多范文网为大家整理的四年...*

同学们，童年的游戏总是趣味无穷呀！丢沙包就是其中特别受欢迎的一个呢。在丢沙包的过程中，有紧张的躲避，有欢乐的追逐。今天，咱们就透过一篇四年级的丢沙包作文，去回味那活力满满的游戏时光，感受其中的欢乐与精彩吧！以下是由多多范文网为大家整理的四年级丢沙包400字优秀作文（通用20篇），欢迎大家阅读。

**1.四年级丢沙包400字优秀作文 篇一**

　　下课啦，同学们飞也似地奔向操场，安静的操场立刻沸腾起来。

　　我们几个伙伴围聚在一起，准备展开“沙包战”。我们迅速分组，四名同学站两边，我和楠楠、华华、姗姗站中间。两边同学向我们扔沙包，如果不幸被扔来的沙包击中，我们就被淘汰出局。如果接到沙包，就可以“救治”出局的伙伴，让他们重新回到“战场”。

　　瞧！对方气势汹汹准备发起攻击，我们叉腰弓背做好迎战准备。“沙包战争”打响了，沙包像离弦的箭向我们飞来，我们巧妙躲开了。正当我们暗自得意时，华华不小心被击中了，他只好怏怏不乐地退出战场。接下来，我们都提高警惕，眼睛紧盯对方手里的沙包。眼见对方把沙包举过头顶，眼神不住扫描。说时迟那时快，对方以迅雷不及掩耳之势，将沙包扔向我，我像小袋鼠腾空跃起，沙包飞到了身后。我暗自捏了一把汗：“好险啊！”

　　“沙包战争”还在紧张激烈进行。对方猛烈攻击，沙包像小燕子飞来飞去。楠楠像笨拙的鸭子左躲右闪，两脚乱跳。再看姗姗，像只调皮的猴子轻轻跃起，灵活躲闪沙包。几个回合下来，我们有些力不从心，累得气喘吁吁，可沙包还在穿梭，不给我们喘息的机会。终，在对方同学猛烈的攻势下，我们败下阵来。

　　欢快的笑声在操场上空久久回荡……

**2.四年级丢沙包400字优秀作文 篇二**

　　今天下午，要参加一个有意义的活动——丢沙包。

　　我们在班里等老师来领我们去操场去丢沙包，我们好不容易才等到语文老师，刚出门，就碰到六班的班主任和她后面的几个今天我当家的六年级的大姐姐，只见六班的班主任和我们的班主任聊了一会，班主任对我们说：“让这些大姐姐领着你们去搬一些作业，ok？”我们异口同声地说：“OK！”

　　我们跟着六年级的大姐姐来到了报告厅，一看，哇！好多人呐！有好多四年级二班的人，还有梁区长和我们的数学老师，我们抢着搬一摞作业，结果，我和部凡一组，我们搬的是五年级的作业，我们搬了就赶紧跑，跑到了五年级的办公室就放下了，跟班主任去扔沙包的了。

　　我们来到操场上，老师先给我们分组，我们班一共二十一个人，分为三组正好，每组七人。我和魏英杰、梁乔治、高志强、贺宇、孟佳伟和房永哲一组，我们是三组。

　　开始了，老师说一组玩十分钟。一组先上，一组就是女生的那一组，女生正好七个人。女生太笨了，一点劲都没有，一点技巧都没有，不一会就下来了。

　　好不容易到我们三组了，我们高兴得上去，呀！梁乔治打我个措手不及……

　　感觉才玩了一会，就要回去写作文了！唉！没劲！

**3.四年级丢沙包400字优秀作文 篇三**

　　今天是周末，作业一做完我就跑到院子里找小伙伴们玩。我们几个聚在一起商量了一下，决定玩我们喜欢的一种游戏——丢沙包。

　　开始丢沙包了，我们迅速的分好组，开始战斗了。我们几个先做好迎战的准备，只见大家有的叉着腰，有的弓着腰准备着。哈开战了，只见另一组的伙伴们气势汹汹地向我们发起进攻了。沙包就像手榴弹一样快，但都被我们灵活地躲开了。呀！不好，丢沙包的伙伴瞄准了我，一个劲地朝我丢，我赶忙东躲西闪的，我躲都躲不及。后，我还是被丢沙包的伙伴给打中了，只好从“战场”上退了下来，站在一边等待着其他的伙伴们来尽力“救”我。

　　可是，我们这一组的伙伴们被丢沙包的伙伴们个个地给击破了，都给败下阵来了，后只剩下小林一个人了。她可厉害了！不信你看，往上扔的沙包她“刷”地蹲下躲开了；往下扔的沙包，又让她像一直调皮的猴子一样，轻轻地跳过去了，让沙包无奈地从她脚下溜走了。可是她不满足这样的东躲西藏的，想把我们这些难友们救上战场。这时，只见沙包似利箭一样从前方飞来，她赶忙来了个“海底捞月”，哈哈，接住了，她接住了沙包，把我“救活”了。我好高兴呀，赶紧上场与小林一起解救我的伙伴们……

**4.四年级丢沙包400字优秀作文 篇四**

　　今天阳光明媚，万里无云，寒风也变得有些暖意，不再是干巴巴的冰冷刺骨，我们在喻老师的带领下，无声无息地走进了篮球场，丢沙包。

　　首先分好小组，我们约定照事先商定的原则，通过全员的肯定游戏就开始了。

　　现在正式开始游戏了，我们先上场，我们以躲为主，刚开场不久，突然从对方飞来一个沙包，像一颗“炸弹”一样，在我们身边响起，弄到了我们的同伴身上，他被淘汰出局了，还没等我反应过来，沙包又飞了过来，打的我措手不及，我也不幸被击中，我叹了口气，垂头丧气地走出了场外。这时场上只剩下我方四个同伴了。对方的火力还十足，我们在场外急得“嗷嗷”叫，“炮弹”飞来飞去，我方人员东躲西藏，很危险。正想给同伴出招的时候，敌方的投手已把炮弹打了过来，我们的队员全军覆没，终我们在场时间仅为半小时……

　　这时，轮到别的队上场了，我想我们报仇的时间到了。我们拿起沙包，像雨点般的落在对方身上，不一会儿，我们把对方打败了。我方队员高兴得又叫又跳，可开心了。

　　我们又大战了几个回合，不一会儿下课时间到了。心想时间过得真快呀！

　　同学们兴高采烈的回到了教室，这是多么开心有趣的一个游戏啊！

**5.四年级丢沙包400字优秀作文 篇五**

　　今天，老师说下课后玩丢沙包的游戏，我们可高兴了！下课铃一响，我们像一只只在笼子里的小鸟直奔操场。

　　我和好朋友们分成二组，一组是丢沙包的，一组是躲沙包的。游戏的规则是：选两名同学站在二头丢沙包，其余同学站成一排，面对先扔的人。如果被沙包打中了就下场，如果抓住了沙包救回一人。

　　游戏开始了，周子淮举起沙包向我们投了过来，我们一看是往下飞的，所以不约而同地跳了起来，我很高兴自己躲过沙包，心里乐滋滋的，可一想到张杜威要丢时，连忙转了过去，张杜威耍了点小聪明，他说：“看外面有飞碟！”我们都转过身去看教室外面，张杜威趁虚而入把沙包扔了出去，黄镜羽“英勇牺牲”，不一会儿，我们组的成员连续下了场子，现在只剩下龚宣云了。瞧她姿势多轻巧，沙发往下去时她跳起来，沙包往上扔她蹲下来。沙包往左她往右闪，沙包往右扔她往左躲。让张杜威和周子淮丢的满头大汗。后张杜威屏息凝视，对准她的腿上，可怜的她没有防备，也打败了。

　　结果张杜威他们赢了。瞧她们欢呼雀跃。耶，新的比赛开始了。加油我必胜。

**6.四年级丢沙包400字优秀作文 篇六**

　　从小长在姥姥家的我，有着我的伙伴，也留下了我许多美好的回忆，那就是扔沙包了。

　　看。游戏开始了，沙包在我们的身体此间飞快地穿梭着。忽左忽右，忽上忽下，可忙得我不可开跤，没想到，我的朋友宋丽居然和我耍“暗”，一个沙包从上空“唰”一下飞到我的头上，我只好垂头丧气地离开了“战斗场”。看着我的搭挡曹俊芳玩得兴高采列，我真羡慕她。

　　我左走走，右走走，双手还做成祈祷的样子，急得我像热锅上的蚂蚁，“good。”我大吼一声，只见一个沙包从上空飞了过来，她纵身一跳，双手一接，来一个“大海捞针”，把包给接住了，我趾高气昂地走了上去，一个箭步又奔回了“战场”，高兴地抱起我的伙伴。由于我的上场，我们这一组有了更大的斗志，我和同伴们一连接了五个球，把对方气的五官都变形了，“咋样，还来吗？接着再比吧。”我问道。“不了，我们认输了，”对方说。我和我的队友抱在一起，高兴的合不拢嘴，那俩个却像霜打了的茄子。就这样大家散场了。

　　扔沙包就像一条丝带，把我和小伙伴们地友谊紧紧连在了一起，我还知道了团结就是力量，成功是给有准备的人。和她们在一起的美好时光，会永远留在我心里，忘不了，丢不掉。

**7.四年级丢沙包400字优秀作文 篇七**

　　今天是阴天，是玩丢沙包的好天气，老师带我们去东山明珠的草坪玩丢沙包的游戏，老师吧我们分为三组，其中两人丢沙包，八人躲沙包。

　　第一轮我躲沙包，开始游戏了，“敌人”拿着“子弹”从我脚下窜过，我还没来得及跑，“敌人”又拿着“子弹”朝我的头丢过来，我蹲下来，“子弹”从我的头上“飞”过，“敌人”便想出了一个阴谋诡计：声东击西。“敌人”准备把子弹向“同胞们”丢去，我便放心了，没想到“敌人”的“子弹”朝我的心脏“飞”来，我慌了神，“敌人”的“子弹”击中了我的心脏，第一轮我败下阵来了。

　　休息了一会儿，第二轮开始了，“同胞们”成了我的“敌人”，我手中的子弹一下子从“敌人”的头上“飞”，一下子从“敌人”的脚下跃过，一下子又从“敌人”的肩膀上擦肩而过，过了一会儿我发现了一个诀窍，要一直打一个“敌人”，打的她筋疲力尽，她就容易被击中，果然不错，我一直打同一个“敌人”，一下子“敌人”就没力气了，就被击中了，我在玩沙包的笑声中度过了一个快乐的上午。

　　通过了这次游戏，我领悟了一个道理，玩游戏时要集中注意力，反应快，更重要的是要学会随机应变。

**8.四年级丢沙包400字优秀作文 篇八**

　　“快跑，快跑，快呀！哎呀！”咦，是谁在喊呢？哦，原来是我和小伙伴们正在热火朝天地在公园玩丢沙包的游戏。

　　我们分成了两个小组，一小组为“躲避组”，另一小组为“进攻组”。游戏开始了，我们先是“躲避组”，站在中间，两旁的进攻组成员向我们发起了猛烈的攻击，只见沙包像脱了缰的野马，飞奔过来，我急忙躲开，可不幸的是，我们组的一位成员被击中了。她垂头丧气地走出了场地，我心急如焚，这时，沙包又飞过来，我连忙往旁边一闪，沙包和我擦肩而过，击中了后面的樱子。看见只剩下我一个人了，“进攻组”加快了速度，沙包不停地向我飞过来，我左蹦右跳，左躲右闪，还时不时接住飞过来的沙包。正当我有点得意忘形的时候，沙包击中了我的腿，哎呀，我们“全军覆没”了。

　　该我们进攻了，我们也手下不留情，向她们使劲扔沙包。不一会儿，她们就被累得筋疲力尽，一个个被我们“消灭”掉了。

　　时间老人在我们的欢笑声中悄悄地溜走了，我们依依不舍地离开了公园。这次的丢沙包游戏真有趣呀！不仅锻炼了我们的身体，而且还提高了反应能力，真是一举两得！

**9.四年级丢沙包400字优秀作文 篇九**

　　我喜欢玩丢沙包了，玩法就是：先选出一些人，在一个规定的场地中间躲沙包，剩下的人在两旁扔沙包。

　　我只要一看到小伙伴们在玩丢沙包，我就会加入他们的队伍，和他们一起玩起来。有我和小伙伴们玩丢沙包时，我是在里面躲沙包的，我高兴地手舞足蹈，因为在里面躲沙包比在外面扔沙包有趣多了。我非常厉害，好多沙包都会被我机灵的躲过，我们玩得可开心了。瞧！一个沙包向我飞来，只见我快速的一蹲，沙包就从我头上飞过，我一转身，糟了，一个沙包重重的打在我身上。在两旁扔沙包的人一阵欢呼，其中一个人说：“耶！干掉一个！”我只好垂头丧气地下场了。

　　在两旁扔沙包的人也很狡猾，会用声东击西。他们先假装向左边扔，向左边一扔，躲沙包的人都赶快往右逃，他们一看，咦？怎么没看见沙包，糟了，上当了，大家快逃啊！可是已经来不及了，扔沙包的人赶紧往右一甩，一箭双雕，连续弄到了两个，真厉害！一旦中间的人都下场后，原来扔沙包的会变成躲沙包的，而原来躲沙包的会变成扔沙包的。

　　丢沙包真好玩！我喜欢玩丢沙包了！

**10.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十**

　　今天，老师和我们玩了一个游戏——丢沙包。

　　同学们来到了操场上，排好队，老师给我们讲了游戏规则：“全班分成两组，每组选两个投手，其余队员躲沙包。我们采取淘汰制，对方打中你的手或脚，你就被淘汰，如果你接住投过的沙包，你则可复活一位队友或自己多生存机会。”原来丢沙包是这样玩的。

　　游戏开始了，我们神气十足地走到圈内，让对方投手攻击。不一会儿，投手气势汹汹地走到了圈外老师定的位置，我们看到投手来势汹汹，一下子愣住了，但我还是信心十足。对方瞄准我旁边的小媛，他猫着腰，向后退一步，一扔，沙包像一根利箭般飞向了小媛，小媛没反应过来，来不及躲闪，一下子砸中她的手，小媛被淘汰了。沙包在空中飞着，我和伙伴躲闪着，尖叫着，跳跃着，伙伴们一个一个也被打中了，圈内只剩下我一个人了，他把沙包向我扔来，我立刻像一只淘气的猴子一样躲过了这一击，“呀！又一个闪电球！”我连忙跳了起来，就这样，连着一击又一击，使我连喘气的机会都没有。不行，我得接沙包！我暗想。又来一击，我盯着前方，看着沙包飞来，我腾空而起，双手一捧，接住了沙包。我高肖极了，我解救了小媛，就这样，我和小媛一起解救其他的同学们……

　　“我们赢了！我们赢了！”同学们欢呼着。这真是我难忘的游戏。

**11.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十一**

　　下课了，我们兴致勃勃地走出教室，来到大操场上玩自己喜欢玩的游戏，有玩丢沙包的，有玩跳马的，还有玩老鹰捉小鸡的。其中我喜欢玩的要算丢沙包了。

　　我们先分成男女两队，然后由两个队长猜拳，我们女队输了就扔包，男队赢了就躲包。游戏开始了，我和小芳几个人在一队人，我们女队围成一个圆圈，男队队员站在圈里。我们向男队发动猛攻，想打中男同学。我们女队一扔沙包，有人说：“哎哟。”没想到沙包打中了小王，他只好下场观看了。我们又一扔包，小黄来个海底捞月，接住了沙包。正当他高兴的时候，我们来个突然袭击，小黄被打中了。于是他也只好下场了。

　　我们玩得非常开心！

**12.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十二**

　　叮铃铃，下课铃响了。同学们像小鸟一样的“飞”到了操场，我找了一个空旷的地方和同学们玩起了丢沙包的游戏。

　　游戏开始了，我们玩石头、剪子、布决定谁来当躲沙包的人，我们决斗了三回合，我被认为躲沙包的。每当我转过去看着他们交头接耳的时候，我心总会跳得很快。

　　游戏开始了。我的直觉果然没错，他们已经串通好了，先打我的左脚，再打我的右脚，就算我很能躲闪，可俗话说得好，一人难敌四手，何况这是七八手哇！

　　有，我没站稳，倒在了地上，别人趁虚而入，往我身上砸，我马上向右滚去，后我实在滚不下去了，用脚钩倒了准备往我身上砸的人，然后趁机爬起来向前跑。被我钩倒的人怒了，抓起沙包就往我身上砸，我刚好又被绊倒了，当我倒下的时候，以为完蛋了，但沙包从我头上飞过去的时候，我立刻高兴起来，我爬起来，跑过去，拿起沙包大叫“我赢了！”

　　虽然在滚得时候擦破了皮，但我玩得很开心！

**13.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十三**

　　今天是大年初一，我和哥哥、姐姐、弟弟、妹妹一起到院子里玩丢沙包的游戏。沙包还是我自己做的呢！

　　出石头、剪子、布，如果有两个相同样子的话，那两人就丢。如果我是跑的，接住沙包多机会。如果被砸中则被淘汰掉。结果哥哥、妹妹丢，我和姐姐弟弟在中间跑。哥哥和妹妹在一旁认真讨论战术。开始了，哥哥想火速把姐姐砸掉，可姐姐小平高着呢！哥哥第一包就来个“旋风冲”。可姐姐机灵的一躲，沙包掉在一旁了。妹妹立刻捡起沙包来个“小猫钓鱼”，别看速度慢，可高高地让人看不见。我和姐姐都盯着高空望，掉下来了，姐姐做出准备接包的动作。“呯”接住啦！姐姐多了机会。哥哥捡起沙包又一个“旋风冲”。一眨眼的功夫弟弟被砸到了，弟弟要被淘汰了，而姐姐把刚才得到的机会让给了弟弟，让弟弟继续玩。

　　过了一会儿，中间只剩下我了。妹妹玩得越来越火，来了个“轻功水上飘”，沙包笔直朝我冲来，我不慌不忙地一把接住沙包。现在我一共有三次机会了。哥哥怒气冲天的样子，急忙发了个“旋风冲”，这招对我来说是致命绝招，果然我被砸中了。我把机会让给了我姐姐，哪想到妹妹也发威了，来了个“轻功水上飘”，结果妹妹一箭双雕，我们都被淘汰。

　　这次游戏使我深深感受到浓浓的兄弟姐妹情。

**14.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十四**

　　我清清楚楚记得，那是四年级发生的一件事。

　　周三的体育课，老师带我们做了热身运动，之后，就叫几个同学去拿活动器材，我们留下来跑步，我们跑完了三圈，他们才回来了，手上拿着彩色的、圆圆的东西，眼睛顿时一亮，好奇地问：“老师，那个是什么？怎么玩？是不是给猫的？”老师见我一副天真可爱的样子，不急不慢地对我说：“那是沙包，不是给猫的。”老师拿起沙包说：“玩沙包的的到桂少睿这里来。”话音刚落，一群同学向我走来。

　　第一回合开始了。我和同学们围成一圈，一个同学拿着沙包站在外面，老师哨声一响，那个同学举起沙包就向圈里扔，同学们就像有神功一样，沙包一来，有的蹲下，有的一下子就跑到一边，那沙包打中了我的左脚，弹中了旁边同学的右脚，我两被淘汰了，只好站在傍边看着同学们玩。看着看着，我似乎也摸着了一些门道。

　　第二回合开始了。我见沙包飞过来，赶忙蹲下，沙包“嗖”的一声飞出去了，活动到了白热化，只剩一个跑道了，也只剩下我一个人了，躲开之后，我赶紧跑，可他们似乎知道了我的技巧，一直往下猛攻，“嗖嗖”声不断，沙包好像跟着我似的，我只好左闪右躲，见沙包就跑，结果我竟然赢了。我好高兴。

　　这事让我明白，做事还是要有技巧的。

**15.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十五**

　　“叮零零，叮零零”，伴随着清脆的下课铃声，我和黄圣尧、沈凡清、陈炫成等人像约好了似的一起去操场玩丢沙包。

　　一开始，沙包在黄圣尧的手上，他只是随意地将沙包在手上抛来抛去，忽然，他假装把沙包扔向我们这边。正当我们准备防备时，不料，他又趁我们不注意的时候，把沙包传给了一旁的施嘉恒。

　　施嘉恒一拿到沙包，就向着一旁的沈凡清说：“来呀，要不要啊？”沈凡清被惹怒了，便追着施嘉恒去抢他手中的沙包。眼看着沈凡清离施嘉恒大约一米的时候，施嘉恒却又冲沈凡清边做了个鬼脸边将沙包丢给了蔡岷洋。沈凡清虽然很生气，却也无能为力。

　　蔡岷洋一接到沙包，就不管三七二十一地伸手就扔，结果，这个沙包像个逃学的孩子一样，一下就飞到了校园外。幸好有一个老爷爷路过，帮我们把沙包捡了起来。

　　这回沙包到了我的手中，施嘉恒，范黄晨他们就一拥而上抢起了我的沙包。还好我力气大，沙包才没被抢走。我站起来准备实行我的“报仇计划”。我想：“丢施嘉恒的话，只可能被他接住，不可能打中他，至于吴奕辰吗，哼哼！”想完我就毫不犹豫地抓起沙包向吴奕辰扔去。这个饼干那么大的沙包像一支箭一样向着吴奕辰飞去，又从吴奕辰的头发上不偏不倚地擦过。哈哈，太棒啦！大家都说我扔得好。

　　这时，上课铃打响了，我们恋恋不舍地回到了教室。哎，要是时光能倒流该多好，我可真想再玩一局呢！

**16.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十六**

　　你们有谁见过沙包么？那是妈妈小时候玩的玩具，听妈妈说那个年代的小孩子玩丢沙包、跳皮筋、弹钢珠，是多么有趣啊！可是，随着科技的发展，小孩子们的玩具渐渐被各类电子产品所取代，到现在已经没多少孩子会玩了。听着妈妈讲丢沙包我的心里痒极了，便央求妈妈给我买个玩。我向同学们推广丢沙包的游戏，没想到同学们纷纷响应，现在沙包在我班又重现之前的辉煌，变得十分引人注目。

　　沙包是由六块布缝成，里面有许多种填充物，我的是谷物的。这个游戏规则是：一块场地，两边各站一人，其余的站中间，扔者轮流攻击，被打着的人下场，但若有人接到沙包便可复活他人。

　　一开始只是几个女孩玩，渐渐的，人越来越多，后来连踢球的男孩子也被吸引过来了。以前班里同学分好几个团体，现在玩沙包已然成了庞大引人注目的群体了。

　　记得那次是由我和华国栋当扔者，华国栋可有趣了，老做假动作吓唬中间的同学，然后大幅度地转动胳膊，使出吃奶的劲儿扔出沙包，沙包如流星般地飞出无情地砸向他们，他们笑着、叫着四处逃窜，到处洋溢着欢快的笑声。

　　白一蔚是接沙包高手，他仿佛会分析球路，不仅能灵巧的躲开攻击，还可以准确的接住沙包，真是让人佩服、佩服啊！

　　丢沙包不仅可以锻炼身体，还能增强同学之间的友谊，我爱沙包！

**17.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十七**

　　我喜欢的游戏是丢沙包，这个游戏真是奇趣无比。

　　丢沙包的游戏规则很简单：扔沙包的人拿沙包砸中间躲包的，而躲包的也可以接住沙包，多加一命，救活“牺牲”的同伴，如果被沙包打中了，就得退出比赛。

　　活动开始了，我和几个好朋友在中间躲包，另外两人则在两边扔包。沙包像利箭一样向我们飞来，但都被我们灵巧的避开了。正当我们得意的时候，我身边的小明被打中了，因为小个子的他只顾对方的挑衅，不注意躲避，所以被一枚“冷弹”击中后背。没办法，他只好退出比赛了。接下来的形?荻晕颐呛懿焕?，因为对方的攻击越来越猛烈了，不一会儿，我们又“牺牲”了好几个人。后只剩下我和宏凯了，我在心里暗暗地加油：“千万不要输“经过几个回合，我们毫发无损。对方发现这样奈何不了我们，变使了点小聪明，趁我不注意，向我脚下发了一炮，我一下没反应过来，也“中弹＂了，只能在一边当“观众”。

　　我方只剩下宏凯一员大将了，只见他左躲右闪，向上扔的他蹲下躲避，向下扔的他跳起身来躲，让沙包从脚下无奈的溜过去，但他还不满足，想在有一些收获，好把我们这些难友救回来。但是沙包像利剑一样向宏凯飞来，宏凯一转身，想来个“海底捞月”，没想到沙包没捞着，却让沙包从手指尖滑过。真惨！这次我们“全军覆没”了。

　　扔沙包不仅培养了我们的反应能力，还训练了我们的灵活性。这个游戏真有趣，所以我们不管课间还是放学后都抓紧时间玩得很开心。

**18.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十八**

　　“叮铃铃”期盼已久的铃声响了，还没来得及等老师说下课，同学们一窝蜂似的飞奔出去。他们有的是去踢毽子，有的是跳绳，还有的是踢足球……而我，是扔沙包这行列的，话不多说，我要去玩了！

　　扔沙包的游戏规则很简单，先是几个人一组猜拳，每组赢的人为中间人，所谓中间人就是站在两边扔沙包人的中间来躲避沙包，两边的人可以直接用沙包砸中间的人，也可以把沙包传给另一边扔沙包的人，如果沙包砸到中间任何一个人身上则这个人被淘汰，如果在传和砸的过程中，中间的人手疾眼快接住了沙包，则接到的这个人不仅可以加一条“生命”，还可以“复活”队友。

　　“游戏开始！”我们齐声喊道。一开始，我是扔沙包这个行列的。我紧攥沙包、眼睛死死盯着前方的人，找准时机朝他们砸去，此时，沙包就像一支离弦的箭。我心里默默祈祷着：一定要砸中，一定要砸中啊！可惜，他们动作敏捷，沙包连他们的衣角都没碰到。我的队友立马捡起沙包转换策略，将沙包高高举起，把胳膊抡一个圈奋力地扔出去，我的视线跟随着沙包而去，只见沙包砸在一个人身上，我刚想欢呼，却又见沙包在他身上一弹又弹到另外一个人身上，真是一石二鸟，一箭双雕呀！我的队友没想到会发生这样的事，一时间目瞪口呆，呆立在原地，而我兴奋地高呼：“我们赢了！我们赢了！”

　　“叮铃铃”上课铃响了，欢乐的时光总是那么短暂，我们恋恋不舍地回去了。在这十分钟的娱乐中，我明白了众志成城的深刻含义，也体会到了无限的乐趣！

**19.四年级丢沙包400字优秀作文 篇十九**

　　快乐的大课间开始了，我和几个同学一起玩丢沙包游戏。

　　我们用“猜拳”的方式，分成两队，并决定出哪队“被打”。“被打”的同学被沙包扔中，就淘汰出局；接到沙包的，可以加一分，也可以营救队友；直到“被打”的所有人淘汰，两队就可以交换位置。

　　很幸运，我们一队首站“被打”。只听：“三，二，一，游戏开始！”一个沙包就如疾风一般呼啸而来，向着小莹奔去。“小莹，小心！”我大呼一声。只见小莹像只灵巧的兔子一样向左一闪，一下子就躲过了攻击。可是，紧跟在她后面的小森就没有那么幸运了，他满脸通红，手忙脚乱地想躲开，可沙包不偏不倚地砸中他的腿。小森摔了个四脚朝天，只能垂头丧气地被淘汰出局了。

　　第二轮的攻击开始了。我沉着应战，看着沙包飞来的方向，侧身一躲，沙包擦肩而过，我惊叫一声：“好险啊！”后面的小莹也不慌不忙，腾空一跃，成功躲过了沙包的袭击。为了营救小森。小莹和我对视一眼，互相打气：“加油，加油！”说时迟那时快，沙包又飞了过来，我和小莹相视一笑，默契地朝着同一个方向扑了过去，只听见“啪”的一声，我们俩人四只手同时抓住了沙包。“耶，成功了！”拿着手中的“战利品”，我和小莹开怀大笑，击掌欢呼，小森也兴高采烈地重新回到场上。

　　在我们的欢声笑语中，新一轮的游戏又开始了。

**20.四年级丢沙包400字优秀作文 篇二十**

　　周六下午，我们在小区院里做了一个游戏，叫做“丢沙包”，这个游戏既有趣又让我们懂得了道理。

　　我和几个朋友组织玩丢沙包。玩之前，我们定了规则：两位人站在两边扔，中间的人接，如果打中中间的人，他就淘汰了。要是中间的人接到了球，他就可以选任意出局的选手加入游戏中。

　　游戏开始了。我和小明在中间，后边的小刚向我扔沙包，我像只灵活的猴子似的向左一闪躲过了沙包的追击。前边的小红快速地弯下腰捡起沙包倾斜着身子用力向小明扔去，沙包像箭一样射到了小明的肚子上，他手一滑没有接住沙包。小刚边跳边说，小红打得好。小红高兴得手舞足蹈。围观的朋友都高兴地拍手叫好！可忽然小明不遵守游戏规则，他就是不出去。小红皱着眉头，撅起嘴巴用手指着小明说，你赖皮。然后我拍拍小明肩膀，努力劝告他说：“我们要遵守游戏规则。”可是小明仍然不出局，他还想继续玩。我心想，如果我接到沙包就可以让小明玩了。小刚向我扔来沙包，我急忙伸出双手接住了沙包，让小明上场。就这样我们快乐地玩着，不知不觉天黑了，大家都回家了。我真是太开心了，因为我们在丢沙包游戏中获胜了，希望每天都能玩这个有趣的游戏。

　　通过这次的\'丢沙包游戏，让我知道了无论做什么事情我们都不能违反规则，只有不违反规则，我们才能做出更好的事情。

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