# 最新记一次难忘的运动会作文500字(八篇)

来源：网络 作者：花开彼岸 更新时间：2025-07-26

*记一次难忘的运动会作文500字一天空飘着小雨，我们穿梭在雨水中跳八字绳。地面上积了好多大大的水坑，甩起绳来地面上的水溅起来，泼到了我们裤子上身上。我们乘着比赛还没有开始，先到操场来进行最后一次练习。我们二十二人用自己的经验和勇气来鼓励自己，...*

**记一次难忘的运动会作文500字一**

天空飘着小雨，我们穿梭在雨水中跳八字绳。地面上积了好多大大的水坑，甩起绳来地面上的水溅起来，泼到了我们裤子上身上。我们乘着比赛还没有开始，先到操场来进行最后一次练习。我们二十二人用自己的经验和勇气来鼓励自己，因为我前面式手受伤了的叶一菲，林老师让我们慢一点进去，不要那么急，免的叶一菲再次受伤。，

比赛开始了迎着一声哨响。陈超然快速地钻进绳子里一跳，接着一个连着一个跳进去，正当我要跳进去的时候，叶一菲一钩我连不上去了，他的一只手被绳子绕住了。我急忙的跑过去帮她解开，果然有了我的帮助很快就结解开了。又随着一声哨响比赛结束了。一共跳了二百零一个，我们听了心里高兴极了。因为我们平时一分钟只能跳一百三十几个。今天，居然超常发挥跳了二百零一个，我们心里无比的兴奋。我们的脸上都挂着甜美的微笑。

该到一分钟跳绳了，我的编号是5406，是第6个跳的。时间在一分一秒流逝着，轮到了我跳了，我快速地跳起来。时间流逝着，我的速度变慢了，断断续续地也就多了，发挥的不是特别好。

下一个项目是跳远。预选赛时，我心里想着，下一个项目就要跑200米了，我要保存体力。比了跳远，我就去参加200米的预赛。林老师告诉我进了决赛。我想，我明天要表现得更好。这时，我又到跳远场地参加跳远的决赛了，由于刚刚跑了200米，我的体力有点更不上，决赛时没能保持优势，得了一枚银牌。虽然是银牌，但是也是我小学阶段的第一枚奖牌，我还是很高兴的。

这一次的运动会，我参加了许多项目，也得到了不错的成绩，我还会继续努力的。

**记一次难忘的运动会作文500字二**

4月28日，我们迎来了一年一度的运动会。运动会开幕式如期召开，天气天公作美，下着蒙蒙细雨，感觉特别凉爽。同学们个个都精神抖擞。

运动会开幕式开始了，锣鼓喧天，彩旗飘扬，有些班穿着校服，有些班穿着节日盛装，欢腾的场面，洋溢在校园里。

鼓乐队，花束队，表演队，显得格外壮观。

该我们队列入场了，我们迈着整齐的步伐，走向主席台。当我们喊出口号时，整齐宏亮，声音响彻天空。我们雄赳赳、气昂昂的跑过主席台。个个英姿飒爽，朝气蓬勃。

表演开始了，有啦啦舞、小小特种兵、管乐、空竹等表演，精彩纷呈，掌声阵阵。

到了广播操比赛时，我们班个个英姿飒爽，挺直了腰板。我伸直胳膊，伸直腿，努力做到最好。

比赛场上有的像身形轻盈的小燕子，有的像身形健壮的黑熊，有的像身形瘦弱的兔子飞快地冲向终点。

我们班的候佳怡同学，长的中等个子，竟然取得了女子组800米的第二名。刚开始，候佳怡跑的太快了，于是后面我更加紧张了，为候佳怡担心了，我不断的给候佳怡呐喊：“加油，加油！”但是，候佳怡还是被紧随其后的女孩超越了，得了第二名。我心想：“唉，好可惜，她要是前面中速，后面加速，就好了。”

这次运动会让我感受到了，拼搏的成功，付出的收获，老师的关爱，集体的温暖。一份耕耘一份收获，坚持到底，就是胜利，今后我将发扬拼搏的精神，走向成功。

**记一次难忘的运动会作文500字三**

从得知学校要召开运动会的消息后，全班同学都处于高度紧张和兴奋的状态中，在同学的期盼中，终于迎来了运动会召开的那一天。

运动会上，我参加了长绳、跳远和接力项目。长绳比赛的冠军是我们班志在必得的，赛前一个星期，胡老师带着我们进行了刻苦的训练，使我们的水平和信心都倍加增长。

长绳比赛终于开始了，我作为我们班的排头，心想：一定要给大家带个好头！听到发令哨后，我一个健步就冲进了上下翻飞的长绳中，后面的同学全神贯注，也一个接一个地钻进了长绳中，配合得非常默契和连贯，像一条龙在舞动。比赛结束了，我们以142个的绝对优势战胜了所有对手，获得了冠军，大家都兴奋极了！

下午，我的单项比赛跳远开始了，我原以为是我有实力拿第一的立定跳远，没想到是从来没有跳过的助跑跳远，这使我心里不免有些紧张，可是我又一想：其他人肯定也没跳过，而且我个儿又高，腿又长，这是很有优势的。这样一想，又坚定了我争第一的信心。比赛时，我第一跳可能是因为紧张没有成绩，第二跳我吸取了上一次的教训，这次跳得很好，暂时排在第一，不过要获得真正的冠军，那还要看这关键的第三跳！这时，我闭上眼睛，清除了一切杂念，什么都不想就向前冲去，一步、两步、三步，我就像一只袋鼠，跳了出去！“2米94”。听到这个成绩，我兴奋极了，心想：冠军是我的了！果然不出所料，我获得了年级第一。

运动会上最精彩，也是压轴的当然就是男子接力了，而且我也参加了这个项目。在比赛中，我跑第一棒，随着“嘭”的一声枪响，我就像一支离弦的箭一样冲了出去，在跑道上使劲追赶着前面的同学。终于，我超过了两个对手，可是其中最厉害的运动员我还是没有追上。当我把接力棒传给范宇宸时，他的反应特别快，起步时就占领了第一的位置，这时的他就像一匹脱缰的野马，奔腾在跑道上。第三棒的梁赫伦也不甘示弱，使出浑身解术保住第一。说时迟，那时快，转眼间王恒冲就已经跑了起来，可是其它班的同学太厉害了，在弯道时就被超了，到终点时只得了第三名。不过，这也是全年级的第三名！

这次运动会让我终身难忘，因为它既锻炼了身体，又锻炼了自己的意志，使同学们的心都连在了一起，体现出了团结的力量，也让同学们更爱自己的班集体！

这真是一次难忘的运动会呀！

**记一次难忘的运动会作文500字四**

4月30日，我们学校召开了春季运动会。我和同学们盼望这一天的到来都盼了两周了。

这天， 我起了个大早，赶到学校。伴随着熟悉的充满激情的运动员进行曲，运动会开幕了！

看，我们的开幕式！首先国旗队从主席台庄严地走过，紧跟其后的是彩旗队、花束队、花样篮球队和跆拳道队，我最喜欢看的是体育舞蹈代表队，欢快的音乐响彻全场，瞬间点燃全校师生的热情。然后是王校长致开幕词，他祝贺“奎文区幸福教育集团”成立了！我真为我们的学校自豪！

激动人心的比赛开始了。跑道上，运动员个个拼尽全力冲向终点，同学们都为他们呐喊助威，场面真是令人热血沸腾。我们离终点的位置比较远，看不清楚哪个同学是第一，突然我听到公布五年级男子100米成绩，第一名是5803号，是我们班的！我赶紧问同学，谁是5803号？他们激动地说是冯浩斌。看，冯浩斌领着奖牌回来了，我们都围上去欢呼祝贺。他是我们班的大功臣！

下午比赛继续。虽然太阳晒得我们不舒服，但我们最期待的接力赛就要开始了。我们都跑到运动场边上，激动地等待着发枪员武老师举枪开始。

先是男子接力赛，随着一声枪响，我们的第一棒邵志宏像离弦的箭一样冲在前，拉下第二名好大一段距离，我们简直沸腾了，一直喊“加油”，嗓子都喊哑了。第二棒冯浩斌也像兔子一样，跑得好快啊！远远的把对手甩在身后一大截。第三棒是李宇珂，他也是个快跑健将，但是意外发生了，他被另一跑道上的运动员绊倒了，我们直接惊呆了，都不敢出声，只能看着运动场上的李宇珂。看来是摔得很疼，李宇珂坚强地爬起来，瘸着腿忍着伤痛继续跑，直到把接力棒安全交给第四棒田成俊。

田成俊的飞毛腿可是出了名的，他努力地追着一名运动员，再一名运动员，最终我们班得到了第二名的好成绩。我们激动地欢呼，要是不被别人绊倒，我们一定是第一名。可是看到我的好朋友李宇珂腿摔伤了，还出血了，我真替他心疼。这就是运动会的精神吧，坚持到底，就是胜利。

女生接力赛很出乎我们的意料。第一棒张惠月跑得不算快，但她拉下好几个对手，第二棒张嘉琪跑得很快，拉大了胜利的距离，第三棒杜心雨跑得很稳当，我们仍然领先，第四棒李鑫淼，她跑得太快了，我们稳稳地拿下第一。我们沸腾了！不停地欢呼，庆祝这来之不易的好成绩！我还听到广播里读了我写的加油稿，我们都为班级争光添彩。

比赛结束了，我们班取得了总分第三名的好成绩，还是精神文明班级。我们都非常激动，力争下次运动会更上一层楼，力争第一，体育是，学习也是。

这真是一次让人难忘的运动会！

**记一次难忘的运动会作文500字五**

三天的运动会结束了，这是一场充满激情的运动会。同学们的呐喊声久久的回荡在运动场上，使我的神魂依然停留在那难忘的一幕幕……

其中最令我难忘的还是今天的接力赛。我也是其中的一员，只见同学们个个精神抖擞，生龙活虎地活跃在运动场上。

接力赛正式开始了，我们排着整齐的队伍，个个摩拳擦掌。周凡博是第一棒，只听哨声一响，他飞快地向前冲了出去，交棒、接棒，大家争先恐后，你追我赶，不甘示弱。忽然，意外的事情发生了，我们班掉棒了，让别的班一下子就超过我们班。我的心一下子就紧张了起来，“怎么办？怎么办？”我在心里暗暗的想：“加油！加油！我们一定会赶上去的”

轮到我了，我迅速地接住棒，像离弦的箭一样冲了出去，把我们丢的那一棒给追了回来。接着其他班也开始掉棒，竟然还有别的班级在跑步的过程中摔跤了，但他们迅速站起来继续向前跑，都在为自己加油。在拉拉队那激动人心的呐喊声中，我们班的运动员闯过了一关又一关。

比赛结束了，我们班在小组比赛中得了第一，但是在全年级排名中是第四名。哎！真可惜。

最后，我们班在运动会中，所有项目加起来排在全年级第二名。我们听到这个消息以后，都兴奋地跳了起来，大声的说“耶！”因为这比我们以往的名次向前进了一位。

想着想着，我又情不自禁地笑了。真是一场振奋人心，难以忘怀的比赛啊！

**记一次难忘的运动会作文500字六**

4月28日，我们迎来了一年一度的运动会。运动会开幕式如期召开，天公作美，下着蒙蒙细，感觉特别凉爽。们个个都精神抖擞。

运动会开幕式开始了，锣鼓喧天，彩旗飘扬，有些班穿着校服，有些班穿着节日盛装，欢腾的场面，洋溢在校园里。

鼓乐队，花束队，表演队，显得格外壮观。

该我们队列入场了，我们迈着整齐的步伐，走向主席台。当我们喊出口号时，整齐宏亮，响彻。我们雄赳赳、气昂昂的跑过主席台。个个英姿飒爽，朝气蓬勃。

表演开始了，有啦啦舞、小小特种兵、管乐、空竹等表演，精彩纷呈，掌声阵阵。

到了广播操时，我们班个个英姿飒爽，挺直了腰板。我伸直胳膊，伸直腿，努力做到最好。

场上有的像身形轻盈的小燕子，有的像身形健壮的黑熊，有的像身形瘦弱的兔子飞快地冲向终点。

我们班的候佳怡，长的中等个子，竟然取得了女子组800米的第二名。刚开始，候佳怡跑的太快了，于是后面我更加紧张了，为候佳怡了，我不断的给候佳怡呐喊：“加油，加油！”但是，候佳怡还是被紧随其后的女孩超越了，得了第二名。我心想：“唉，好可惜，她要是前面中速，后面加速，就好了。”

这次运动会让我感受到了，的，付出的收获，的关爱，集体的。一份耕耘一份收获，到底，就是胜利，今后我将发扬的精神，走向。

**记一次难忘的运动会作文500字七**

昨天和今天,隆重的运动会开始了!

昨天我只有男子50米赛跑.到了检查的时候,我们一个个在体育馆排好队,检查完后我们对齐地走到了起跑线上,首先是女子50米短跑,靠的是爆发力,我们男生站在女生的后面(呜啊啊………….为什么又是女生),这还不算可怜,因为我们是一道,刚好在发令员的旁边.发令员试了几下枪才开始,发令员手持着抢对着靶子,大声地说:”预备…..”砰地一声,我都快震耳欲聋了!我们班的王书勤真是刘翔飞速(意思就是非常快),一下就把别人班的选手远远的甩到了后面!接下来是男子组50米比赛,我排在周劲艺前面,到我了！裁判一出声我就杀了出去,我心里

想:加油，高子健!居然跑了个第四!我说明一下:一共有八个人.我一回去腿都软了.

休息一会后，我终于缓过来了，人也没那么累了.于是我一个箭步就杀到了观众席那里,为别的参赛选手呐喊助威,一会我喊我们的某某某加油,一会又喊我们班的某某某加油,可激动了,生怕别人赢了!

终于到了最后一个项目,也就是4乘一百米!首先又是女子组,王书勤可是我们班的速度级人物,一下子就把其他人拉了好远,接下来她传给了易云舒,易云舒接着王书勤的努力,一直疯狂地跑,直到传棒为止,她们就这样拼命地跑,终于获得了第一名!下一个是男子组的啦,刘洋用他的刘翔飞速迅速地传给我,我接过棒以后就像箭一样地冲了出去，拿出吃奶的力气拼命地往前跑啊跑，然后飞快地传给了张泰然,就在张泰然将棒传给周劲艺的时候竟然掉棒了!而且是在最关键的时候,冲刺的时候掉棒的,真可惜,我们只得了第二名。太遗憾了！

我觉得我这次运动会做得很好,很圆满,我很开心!

**记一次难忘的运动会作文500字八**

昨天下午到今天下午是我们学校一年一度的运动会。

运动会有许多项目，有：50、100、200和400米的单项跑步，有立定跳远、还有集体的12x50迎面接力、4x100接力和步调一致接力。

我报的是步调一致接力。我是和陈思羽还有邓周欣悦一组的。在练习时，我喊着左右左右……，我、陈思羽还有邓周欣悦就依次迈出左右脚，大步地向前走着。我们练习了许多次，一直盼望着运动会快点到来。

终于，运动会开幕啦！我们都很高兴。我们的步调一致接力是在今天上午举行的。比赛很快就要开始了，我们高兴的心情不得不改成了紧张。我们在心里猜测：我们到底会得第几名呢？比赛终于开始了，广播通知我们去体育馆集合，我们都非常得紧张。

接着，我们走到了操场上，站好之后，就听见裁判说：“各就各位，预备。”呜~，裁判的口哨声响了起来，我们是第二个才走，在我们之前的男生便飞快地走了起来，马上就要轮到我们了，我的腿都抖了起来，他们走到了我们这里，我们快速地站在木板上向前出发，可是因为邓周欣悦把脚跨得太大了，害地我们都摔了一跤，不过我们迅速地爬起来，继续向前走着，后来我们得的是第二名。虽然是第二名，但那比赛情节已经刻在了我的心中，再让我们比一场，我们一定能够得第一。不过我很难过，一开始我想：假如我们不摔那一跤，我们班肯定能得第一名。所以我就去责怪邓周欣悦。可是后来又一想：邓周欣悦也不是故意的，而且重在参与嘛，所以我就不再责怪她了。

这就是一次精彩、激烈而又有趣的运动会！

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