

### 3E 吳宇航 活力體育課

今天上體育課的時候，老師說：「今天我們會學習跳高。」我十分緊張，因為我不知道我能否跳過竹竿。

首先，胡老師讓我們先做熱身運動。我們點點頭、彎彎腰、伸伸腿，舒展身體，為跳高練習作好準備。我看着那一根高高的竹竿，十分擔心跳不過去，小溫都看得出我十分緊張呢。

輪到我跳的時候，同學們紛紛為我打氣。小溫對我說：「不用怕！」於是，我鼓起勇氣，由竹竿的側面起跑，跑到竹竿前的時候，我提起右腿，順利跳過了竹竿，並安全地落在軟墊上。大家都為我拍手歡呼呢！

上完這次活力體育課後，我十分高興，因為我學會了跳高這項運動。希望能再次參加這項既有趣又好玩的運動。