

3E 黃駿希 活力體育課

今天上體育課的時候，陳老師教我們跳高，我們都十分期待，因為這是我們第一次跳高。

首先，陳老師讓我們做熱身運動，我們有的壓壓腿，有的彎彎腰。我十分緊張，很擔心自己跳不過那根高高的竹竿。

終於輪到我了，我暗中為自己打氣。我先助跑，然後慢慢地加速。我提起右腿，掠過竹竿，然後安全落在軟墊上。大家都為我歡呼呢！

上完這次活力體育課後，我就愛上了跳高。我非常開心，我希望下次的體育課也可以跳高。