

3A 謝卓睿

活力體育課

今天，我們上體育課的時候，尹老師教我們跳高，我們十分期待這一天的來臨。

首先，尹老師讓大家做熱身運動。有的同學拉拉手，有的同學拉拉腿。大家都感到很開心。

輪到我時，我緊張得冒汗，全身崩緊。但是，我還是認真做出各個動作。先助跑，後跳躍，過程是那麼迅速，那麼輕鬆。最後，我順利完成了。老師和同學一起鼓掌以示鼓勵。

上完體育課，我不但感到十分滿足，更愛上跳高這項運動呢！