# 四年级一打篮球作文(32篇)

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2023-12-20

*四年级一打篮球作文1打篮球开始了，我和对方的李世一抢球，张裁判把球往空中一扔，我们俩向上瞅，火辣辣的阳光刺得人睁不开眼睛，根本看不到球在哪里。突然，篮球落下来，我一下抢到手里。也就在这时，从后面跑来对方的两个队员。说时迟，那时快，我立刻把球...*

**四年级一打篮球作文1**

打篮球开始了，我和对方的李世一抢球，张裁判把球往空中一扔，我们俩向上瞅，火辣辣的阳光刺得人睁不开眼睛，根本看不到球在哪里。突然，篮球落下来，我一下抢到手里。也就在这时，从后面跑来对方的两个队员。说时迟，那时快，我立刻把球扔向我队的“小姚明”——徐寅博抛出。徐寅博一下子接住球。我们开始由守为攻，向对方的篮下冲去。这时，对方两个队员以迅雷不及掩耳的速度冲来。小姚明左闪右闪，灵巧地躲过拦截后，把球抛向了我。我连忙跑到对方的篮下，纵身一跳，猛的一投，球进去。我的同伴欢呼起来。而对方的队员看见我们如狼似虎，很不甘心。他们开始发球，想报复我们，就迅速传球，让我们无法抢到球。他们把球快运到篮下时，我队的两名队员向他们冲去，但因防守严密而失败。他们有了机会，如鱼得水，顺利地将球投向篮筐，但是没投进。我们连忙抢到球，快速运球，快速投球，居然投进了一个三分球。

看，我们玩得多激烈，多快乐！我喜欢打篮球，因为它让我的课余生活丰富多彩。

**四年级一打篮球作文2**

暑假，我的生日！哥哥送了我一个礼物。我问哥哥是什么礼物，哥哥让我猜猜是什么礼物。

我连猜了三次都没猜中，急了，就直接从哥哥手里抢来盒子，打开一看：“哇！篮球！”我高兴极了。

于是晚上匆匆吃过晚饭，我连忙拉着哥哥来到广场。广场上的人可真多呀，我站在篮球架下，看见篮球筐那么高，我傻眼了。“我拿着球，管他三七二十一，我用力地向上一抛，什么？球连篮筐都没碰到。我不服气，连抛十几次，终于进了一球。可我的力气已经快用完了，我气喘呼呼的坐在石头上休息。

这时，哥哥笑着说：“你这是抛球，命中率低，应该学习投球。”“怎么投？”我好奇的问。哥哥一边做示范，一边让我观察他是怎么投篮的。只见他对准球筐，两手托球，然后一跳，球划出一道弧线，从上而下落入球筐里，进了。我迫不及待地从哥哥手里拿过球，模仿哥哥的样子“投球”。可是，连投几次球，不是没碰到边，就是刚碰到筐边，又溜下来了，哥哥让我边投边琢磨，慢慢去掌握投篮的要领。我照着哥哥的方法投，几球，十几球，经过几个小时的练习，我终于进了，哥哥和我同时发出一阵欢呼。

今天，我已经学会了“投篮”、“三步上篮”等技术。并明白了一个重要的道理就是：世上无难事，只怕有心人。但是只要迎难而上，不断克服困难，你就可以战胜困难，获得成功。

**四年级一打篮球作文3**

打篮球小学三年级作文400字

因为我太爱打篮球，就在几天前，我的爸爸给我买了一个nba专用篮球，我高兴坏了，非缠着妈妈带我去上班不可，因为妈妈的单位有篮球场，可以施展我的篮球梦想，把在黄田的`哥哥也叫来，我们来一场一对一的竞技pk（11点），看谁能连续投进11个球。哥哥比我大3岁，在正式pk时，哥哥用他那熟练的技巧和动作很快就投进了11个球，而且中途哥哥还来了一个大灌篮，我非常惊奇，使我不由自主张大了嘴，直到哥哥说我在犯傻啊！我转过神来，并不沮丧，而是不甘示弱的抢过球来，用我的绝招“端尿盆”成功的投进了1个球，直到和哥哥打成平手，哥哥和我都为对方鼓掌，哥哥说：“弟弟你的投法，虽不是很标准，但还是挺让我佩服的，以后一定要多家练习哦！”我知道我离真正的篮球手还有很长的距离，我每天都希望能到妈妈的单位打篮球，有更多的时间和空间锻炼自己，让自己在球技上有更快进步。

今天我又是满头大汗，为提高我自己的球技，更快的实现我成为向nba球队中科比那样的球手，出点汗、吃点苦，我是不会害怕的，更不会放弃我爱的篮球运动。

**四年级一打篮球作文4**

这个暑假我去富中学打篮球，那里铺着木地板，室内晒不到太阳，不热不闷。老师是我校的朱老师，这里的一切都给人一种轻松、亲切的感觉。

学篮球分三个阶段，第一阶段是如何运球。朱老师先做示范，运球时手指张开，一上一下，一左一右，形成一道道优美的弧线，像似一个个阿拉伯数字简洁明了，又似王羲之的行书飘逸潇洒，还似徐悲鸿的万马奔腾，气势如虹。球在朱老师的手里像吸铁石般被牢牢的掌控着，又似高山流水笔断意连。“啪……啪啪……”拍打声形成一首首激昂的乐曲，让人兴奋，让人激动。

在以后的几节运球课中，朱老师依次教我们用另一只手怎样护球，两只手如何协调运球。如果说，朱老师单手运球如书法美术家挥毫泼墨，那么他的双手运球就如霍元甲的迷踪拳，让你眼花缭乱，我们只能感叹——妙!绝!

学篮球的第二个阶段是怎样传球。传球分两种，胸前传球和击地传球。传球时要记住推、翻、拨，注意短、平、快。

第三个阶段是投篮、上篮。投篮时球过头顶左手护球，右手向前上方投篮，手腕有力，出手柔和。上篮时，三步要流畅，一大二小三高跳，起跳要有力，投篮要稳定。

篮球是一门学问，一种艺术。通过暑假简单的学打下来，我懂得了篮球，更是爱上了篮球，在以后的学校生活中，我还将继续热爱篮球。

**四年级一打篮球作文5**

自从去年暑假我参加了一期篮球培训，就喜欢上了打篮球。一有时间，我就会找几个朋友一起到篮球场打篮球，可我还是盼望下个暑假再参加一期篮球培训。

盼星星，盼月亮，终于盼到了暑假，我和妈妈说:“妈妈，今年暑假再让我参加一期篮球培训吧?”妈妈很爽快的就答应了，我高兴的一蹦三尺，高呼“妈妈万岁!耶!”

今天我来到师专的篮球场学篮球。一些比我高的哥哥都笑我个子低，比我小的也比我高了，这里面就属我的个子最低了。教练让我们练习运球比赛，我跑完以后，大家都很吃惊，因为比我高的哥哥竟然没我跑得快，所以其他人也不在笑我个子低了，而且还和我成为了好朋友。快下课的时候，教练让我们打对抗赛，教练把我们分成了三个组，并且安排了组长，让组长选择组员。虽然那些哥哥知道我运球跑得快，但是比赛还是怕我抢不到球，所以没有人选我，最后只好由教练把我安排到了其中一组。我们那组没有太厉害的，这时，我发挥了自己最好的水平，一次又一次的把对手手中的篮球抢走，传给了队友，给他们创造投球的机会。结果我们组得的分数最多，这其中有一半的功劳是属于我的。另外两个组的组长都很后悔没有选我。我们组的人把篮球高高抛起庆祝比赛的胜利。

今天我懂得了一个道理:一个人是强是弱不能只看他的外表，应该让他做完了事情后再做结论。

**四年级一打篮球作文6**

打篮球四年级作文

星期五下午放了学，我和李天宇、廖世霖、左宇洁等几个同学在一起打篮球。李天宇先拿着球跑了几步，然后跳起来投球，球进了。许鸿伟见球要掉下来了“嗖”的\'一下跑到篮板下面接着篮球，他接到球就退了几步，然后就跳起来投球，可是球没有投进，他又果断的抢了篮板又接着球投，可是还没进，这时左宇洁飞奔过去一跳就抢到了球，他拿到球就边拍边跑到了三分线那里，停了一停，再跳起来猛的一投球，可是因为他没有这么大力气，所以球只擦到了篮板，没有投进。我见球要掉下来了，马上跑过去抢球，再往上一跳把球一投大喊：“进了！唉，才怪。”球没有进。但我还是不放弃，又抢到了篮球退了几步，再瞄准了篮板投球。这时我心里默念“投进、投进。”“耶！终于投进了！我投的球投进了！”我兴奋的大叫起来。后来我还投进了几个呢！

那天下午真开心，第一次投进了那么多球！

**四年级一打篮球作文7**

暑假里，妈妈给我报了一个篮球兴趣班。这个篮球班的上课时间是早上6：00-7：40，所以我每天早上5：30就要起床。为了防止早上起不来，我特意定了两个闹钟提醒。

第一天，当第一个闹钟响起时，我实在太困了，便关闭闹钟接着睡;等第二个闹钟响起时，我才迷迷糊糊的坐起来，准备去上课。

因为是第一天上课，所以我比规定时间早到了几分钟，顺便熟悉一下环境。上课地点就是我们教室门前的篮球场。很快，上课时间到了，老师让我们迅速站好队，去后面的操场上跑步了。第一天虽然我们只跑了八百米，但是感觉真累呀!跑步回来后，老师带我们做热身运动，很多人的衣服都湿透了。

热身运动结束后，我们正式开始训练了。由于我们是新生，老师只带我们做了三环绕球、传球、运球三个动作。三环绕球是分别在身体的脖子、腰部和小腿三处绕球。传球是将球传给老师，老师再将球回传给我们，这个动作主要注意的是手势。运球是指在拍球的同时，用另一只手在旁边架着，以防在比赛中被对手抢断。为了增加难度，老师还要求我们在做动作的同时抬起头大声说出他用手势摆出的数字。虽然这些动作看起来简单，但是想要熟练的掌握就需要我们坚持不懈地练习了。

做完这些基础动作后，老师带领我们玩了“猫和老鼠”的游戏。这个游戏的规则是：老师选出几个人当“猫”，剩余的人当“老鼠”，“猫”和“老鼠”要同时拍球，但是“猫”要在拍球的同时将“老鼠”的球拨出界外，过一段时间后，“老鼠”也会进行反击，最后存活的一方获胜。

第一节篮球课结束了，虽然大家浑身都湿透了，但是玩得非常开心。打篮球不但可以增加我们的体质，同时也认识了更多的新朋友，是这个暑假生活里很有意义的事情!

**四年级一打篮球作文8**

你喜欢打篮球，喜欢那种奔跑在篮球场上观众席那种呐喊还有加油的声音吗？喜欢那种被目光注视着看着那个球一次又一次的落在篮筐里的成就感吗？喜欢和队友一起加油，一起努力让比赛分数渐渐增加的感受吗？都说“无兄弟不篮球”，在我的世界里，篮球是我的最爱，我的房间里也都贴满了大大小小的篮球明星海报，NBA篮球赛也是我的最爱，每次球赛我都不会放过，最喜欢洛杉矶湖人队，最喜欢科比这名伟大的篮球明星。

篮球是一种运动，但是一旦爱上它，我想它会成为一种信仰，当我们奔跑在篮球场的时候，我就会觉得整个世界都在我脚下，而当我握住那个不大不小的篮球时，我会觉得，我握住了力量，我喜欢和我的兄弟一起打比赛，和临班或者和高年级的打，我们从来都不怕，也至今没有输过，这就是我们的团队，这就是我们心中的篮球。

我爱篮球，爱这种奔跑的感觉，爱这种竞争的意识，爱这种比赛的欲望和一起努力挥洒的汗水，所以这是一项多么诱人的运动啊。我更希望有一天可以变成全民篮球。

**四年级一打篮球作文9**

以前，我在电视上经常看到“NBA”的球员，我心里不知有多羡慕，希望自己也能成为第二个姚明。

因此，我暑假里开始学打篮球了，老师先教我们运球的方法:低运球、高运球、边跑边运球、原地运球……老师边讲边给我们做示范。我眼睛一眨也不眨地盯着老师运球的姿势;只见老师跑步时，身子向前倾，手把球稍微向前拍了一下，边拍边跑，我见老师拍得这么好，我的手有些痒痒了，也想学着老师的样子跑着拍，可是球在我的手里就是不听使唤，尽管我跑得气喘吁吁，可是球好像故意和我作对似的。我有些泄气了，老师鼓励我:“要想成功，决不气馁”。老师接着教我们投篮，老师说:“有左手扶着球，右手托着球，再投进篮框，就有百分之九十九的可能投进去。我按老师说的去做，果然投中了。

之后，我反复练习，投篮的命中率慢慢上升。有一次，我在做投球练习，不小心把嘴角弄破了，但是我忍住疼痛，继续做练习。经过我的勤奋苦练，我的篮球水平突飞猛进，这也使我更加努力地学打篮球。

我相信，只要通过我的努力，我的NBA梦迟早会实现!

**四年级一打篮球作文10**

昨天晚上，我照惯例到双流中学去打篮球。

来到熟悉的篮球场，我开始投篮了。我举起球，对准篮球框，一用力，把球往上一抛，松开手，球立即像闪电般“跑”向球框。哈！不偏不斜，进啦！

一开始，人很少，投得很轻松，可后来人娈多了，我可就惨喽！由于人多，一个框就有四、五个篮球，害得我一连换了两次框。我在有四个篮球的框下投篮，可就得小心点儿了。特别是捡球的时候，我得一边躲球，一边找自己的球。否则，调皮的篮球就会趁我不注意之机，毫不留情在撞在我的身上，真好像是在枪林弹雨之中穿行。我躲躲闪闪，看准时机就投，总算进了两个。

打着打着，我觉得什么撞了我肚子一下，咦，原来是调皮的篮球。还好，这个球是从远处发过来的，撞着我时已是强弓之末，不怎么疼，真是不幸中的大幸。一场小灾刚过，又一场小灾向我迎面扑来。我感觉有球要撞在我的头上，赶快用手护着。就在此时，一个篮球向我头上撞来，幸好有手护着，要不然，就会被撞个大青包喽！

我打完球，叹了口气，说：“今天打篮球的目标怎么都改了，从‘投球变成躲球了。’”

**四年级一打篮球作文11**

放寒假了，爸爸妈妈把我和妹妹送到灵武奶奶家。可是奶奶家好无趣呀，除了吃饭就是写作业，每天都像生活回放一样。

一天，午饭过后，爷爷突发奇想，对无所事事趴在沙发上的我说：“卓然，我们去体育场打篮球吧。”我一听便来了兴致，立即穿上衣服催爷爷快走。

不一会儿，我们便来到灵武新建的体育场。放眼望去，这个体育场真大啊！就像一个小型飞机场。

我努力回想了一下爸爸以前教的投篮方法，双腿微微弯曲，右手托球，左手扶球，摆好姿势，瞄准篮筐，把球用力向篮筐扔去。只听“咣当”一声，整个篮球架都摇晃起来，接着，篮球像一枚导弹般朝我弹射回来，完成一个完美的“爆头”，把我打倒了。

气死我了，我的头好疼，爷爷却在笑我，我不甘心。我抿着嘴站起来，气呼呼地再次把球扔出去。这次我采取了保护措施，赶紧用双手护住头。谁知，球狠狠砸到地上，然后弹起来，刚好又砸到我头上。

我的肺都要气炸了，竟接连被砸了两次。不服输的我下定决心一定要投中，我不停地捡球投球，不断地练习，终于投进了一球。那一刻，我是多么激动、惊喜啊！爷爷被我不服输的精神感动了，对我赞不绝口。

后来，只要一有空，我就拉着爷爷去体育场练习投篮，渐渐地，我投中的频率越来越高。这个假期，我不仅爱上了打篮球，锻炼了身体，还磨炼了我的`意志，让我的生活变得更加丰富多彩。

**四年级一打篮球作文12**

星期三下午，我们一到学校，就冲向操场，开始打篮球。我们先开始分组，我、付政然、陈俊哲等人为一组，荆沛坤、刘佳和、王鹏宇等人为一组，我们开始了一场激烈的竞争。

开始比赛了，对方一下子抢到了球，占得先机。可是一不小心出界了，这一次该我们反击了，付政然一个高传给了陈俊哲，陈俊哲又一个高传给了我，我一起步，啊！太阳光太耀眼了，此时球已经飞了出去，进了！

陈俊哲乘胜追击，又进了一个，可是荆沛坤他们也不示弱，一下子就又进了两个，与我们打成了平手，付政然不服气，猛地一投，只见球在篮筐边上转了一圈又一圈，进了！这个球进的可真是有惊无险啊！我们暂时以4比6（一个球两分）。

王鹏宇与刘佳和还有荆沛坤开始了三角阵势，把我们耍的团团转，可是在他们刚要头球时，陈俊哲猛然跳起，一下子把王鹏宇的球盖了下去，可是刘佳和趁机强球，看起来像是要头球，谁知竟然给了沈钰涵，沈钰涵一投，进了！

我们双方打成了平手，我又进了一个，可是对方的王鹏宇进了一个三分球，比我们一分，所以说想要打赢这场比赛，无论如何都要在进一球！可是，马上要下课了，对方又开始死守，怎么办呢？在最关键的时刻，付政然进了一个卡铃球，我们赢了！

下节体育课，我还会努力的！

**四年级一打篮球作文13**

童年像一只飞来飞去的蝴蝶，她在你的脑海里飞来飞去，在你的脑海里撒下了无数的花粉，让人数也数不清！

但有一些事让你记忆忧新。在我的脑海里有一件童年的事让我没齿难忘。那是发生在我7时候：那一年，我才刚读小学，但是篮球的技术却有一点厉害。其实，我7的时候发生了一件事，有一次，我到篮球场那里看人打球，我站在篮框下，第一次感觉我是那么矮小。这时，有一个大哥哥把球投进篮框，球滚到我身边，他大声喊：‘小弟弟，把球扔来！’我抱起篮球后，用力扔去，但是距离还不到3米，这时，这位大哥哥跑来捡球，说：‘你怎么这么没力气啊？这么脆弱的？’我听了以后很生气。回到家里，我认真的思考着这件事。后来，过了一个星期，我下定决心要学篮球，然后，我就买了个篮球，每天都到篮球场那练习，就算有时膝盖磕破了也没理会，就这样，我凭着这种精神，篮球技术越来越好。在这里，我不是要恨那位哥哥，而且还要感谢他，谢谢他提醒了我。通过这件事，我明白了一个道理：坚持就是胜利！

**四年级一打篮球作文14**

今天，空气清新甜润，天空万里无云、湛蓝深远，我来到了科苑花园的篮球场学打篮球。

教练首先教我们了许多的篮球基本动作，比如带球、传球、抢球、三步跨蓝，等等。

教练还用标志桶摆了许多的图形让我们来练习，每个标志桶都假装是一个人，如果你想要成功到达终点，就必须绕过这些标志桶，一开始我对这里还是很陌生，但是上过了几节课就好多了。

终于到了打比赛的时候了，球传到了我们队的一个人手里，只见他像捧水盆一样，使足了劲把球向上扔去，结果，用力过头了，球越过了球篮，“铛、铛、铛”在球篮铁架上跳了三下，落到了小操场上。突然，球向我飞来，我赶紧抢到球，直接作了一个三步跨篮，球在篮筐上转了好几个圈，马上就要倒入篮筐了，球进了！我高兴的叫着，我为我们队加了两分！

时间过得真快，不一会就下课了，我恋恋不舍的回家了。

**四年级一打篮球作文15**

来到广场的篮球架旁，我快速地把球投向球栏，只见球在栏上转了好几圈，就在它马上就要掉出球栏的时候，我心里想：“千万不要掉到外面去。”谁知，篮球就像长了腿的小娃娃，滑到了球栏里。我拍着脑袋说：“真是有惊无险啊！”

这时候，来了几个小朋友，他们也带着篮球来了。我对他们说：“我们一起玩吧？”“好呀！”他们回答。我们拿着篮球，一起向球栏投去，顿时有几个篮球碰到了一块儿，又都被对方的球砸开了，更可笑的是，有一个球竟然卡在了球栏上！哈哈！赛尔号里的精灵大乱斗变成了篮球大乱斗了。

我们开心的玩着，说着，聊着，投着，抢着，不知不觉，听到妈妈喊我：“八点了，我们该回家了。”我停下来，用手背擦了一下头上的汗，依依不舍的对小伙伴说再见，抱起篮球回家了。

回家的路上，我们还在讨论着篮球，打篮球真有趣，明天我们还要继续！

**四年级一打篮球作文16**

今天天气有点闷。我和朋友都待在家里，感觉不舒服。天还是阴天，所以大家都建议打篮球。这是个好主意。是回应！我们捡起篮球，向公园跑去。

我们把朋友分成两队，每队三个人。他们是神仙小强队vs神仙跳蚤队。先打电话。

每个团队成员都渴望尝试。3—2—1，开始！稍一犹豫，队员们冲向球，跳起来接住了球！球被牢牢夹在球员手中，但他迅速扫视全场，立即将球扔给身后的队友。太晚了。当时我们2号球员很快把球传给了我。我拿到球找准时机，快速跳起扣篮！“漂亮！”我们队领先一分。对方球员不愿意落后。三人组成三角阵，迅速将球传给队友。我们一放松，就让他们得了2分。我们的球员怒不可遏，1号球员抢前示意2号球员过来传球，对方3号球员快速过来挡住了我们2号的目的地。没想到，我们的球员在这么短的时间内就把球狠狠地扔了出去，砰！球只是在篮筐边缘旋转了一下，就从边缘掉了下来。我想都没想，迅速抢到球，一个完美的扣篮，把球打成了两个平手。然后，我们的队友努力找机会投球。我们连续投了五个球，但是都被挡住了。我的快速射击也失去了威胁。没办法。我们只能投三分球。我们的一号球员拿到球后，到了他投三分球的地方，连篮筐都没碰到就迅速把球投了出去。机会来了，我跳起来，又一次扣篮，赢了房子。

比赛进行得很激烈，我们的比分以拉锯战的方式上升，最终以7：7的平局结束了这场战斗。篮球比赛既靠体能，也靠智力；它不仅可以锻炼，还可以磨练人的聪明应对能力。

**四年级一打篮球作文17**

只要提到篮球，我眼睛就发亮。打篮球是我的爱好，因为篮球不但可以锻炼身体，还可以增进大家的团队精神。而我的梦想就是当一名篮球运动员。

现在，打篮球成了我生活中的一部分，上体育课时，我会在自由活动打篮球，每当双休日的时候，表哥就会带我去他学校打篮球。

我爱打篮球可不是一般的爱打。有一次，表哥带我去学校打篮球，打得很激烈，到了傍晚时，表哥说：“秀，回家了。”我说：“哥，再等会！”“不行！快！把包背上，回家。”表哥严肃地说，我还是无动于衷，表哥生气地说：“你再不走，我就自己走了，”我把哥说的当成耳边风，心想：反正，你也只是吓吓我，表哥看我还不走，就发动摩托车，旁边的一位大哥哥提醒我：“你哥走了！”我一看，呀！真是，我抄起包就跑。后来，哥总拿这件事来形容我对篮球已经到了痴迷的程度

最难忘的要算是上次学校篮球比赛。那天，我们班的同学穿着洁白的校服，来到操场，“一二加油！”我们为自己打完气后，比赛开始了，“1：0，五年级（2）班领先，“裁判员宣布，再下来，比赛进入了高潮，呀！不好，五年级（3）班进了一球，我一看，该找机会投球了，乘对方队员不备，我来个“声东击西”法，投进了一球。“现在场上的比分是22：20，五年级（2）班领先，”最后，我们以34：20赢了五年级（3）班，我们一蹦三尺高，拿到奖状，我们大家笑容满面地照了一张合照。

打篮球会让我的身体越来越棒，而同学们的团队精神也是“更上一层楼”啊！我爱打篮球！

**四年级一打篮球作文18**

说实话，我对某些事情很不在行，所以总有点小抵触，比如打篮球。可是，某次的小惊喜小小地改变了我的念头。

那是一个冬天的傍晚，老爸一定要拉着我去投几个篮球。

“嗯哼哼嗯哼哼，哼哼嗯……”老爸哼着小曲，悠哉悠哉地带着我朝操场走去。

“喂，老爸，快去占个篮筐！”我大声喊着。老爸迅速行事，一边从我手里捞过篮球，一边朝唯一一个还空着的篮筐跑去。

我气喘吁吁地来到篮筐下，看老爸投篮。老爸首先试了一下三分球，失败。然后他就转向二分球。

只见老爸全神贯注地盯着篮筐，双手掂量着篮球。老爸前后稍稍跑了跑，以迅雷不及掩耳之势将篮球投了出去，可惜，篮球在篮筐上兜了一圈，又滚了下来。

趁这个大好时机，我悄悄走近老爸，夺走篮球。站在篮筐下的我，深呼吸了一次，瞄准篮筐，使出浑身力气，猛地把篮球投了出去。让我惊喜万分的是，球竟然投进去了。

由于这个巨大的喜悦从天而降，我把篮球给了老爸，以便让自己再慢慢品味一会儿。

在接下来的时间里，老爸投进了N多二分球、一个三分球，这让他得意万分，不停地夸耀自己多么厉害。

从前，我没有半点喜欢篮球，也从未打过篮球，因为我对篮球没有兴趣，认为篮球不适合我。今天，我明白了，不试一下，你永远都不知道那东西适不适合你，你行不行。但只要试了，你，就会踏实下来。

**四年级一打篮球作文19**

为了增强我的体质，提高我的篮球技巧，爸爸妈妈决定暑假里送我去少体校学打篮球。

第一次来到篮球馆，就给我留下了深刻的印象。篮球馆高大宽敞，雪白的墙壁，上面贴着巨幅的.篮球明星海报，许多灯光把棕褐色的地板照的闪光逞亮，使人顿时有了一种运动的欲望。这里的篮球架比我们学校的高好多，好像威武的巨人挥舞着双手在说：“欢迎，欢迎。”球场上已经有许多小朋友打球了，他们有的在投篮，有的在运球，还有的两个一组练传球，一个个弹跳蹦、浑汗如雨。

不一会儿，我们的教练来了，他是个高大的年轻人，他自我介绍说：“我姓陈，大家可以叫我陈教练，今天我们先练习篮球基本功运球。”这有什么难的，我想，运球不就是边拍球边跑吗?可看起来容易做起来就难了，老师运球时他的手上好像有一块磁铁似的，球怎么也挣脱不了他的手心，可轮到我时，篮球就变成了一个调皮的精灵，它东跳西窜，怎么也控制不了，累得我满头大汗，面红耳赤，看来我就小瞧运球动作了，我应该虚心学习，认真练习。

这就是我第一次打篮球的情况。

**四年级一打篮球作文20**

有一场篮球比赛使我终身难忘。那一次一下课，他又左手夹着球，去找他的朋友打篮球了。篮球比赛的哨子吹响啦！首先，黄星运大叫一声，“张邢豪，接住！”

说着，把球传给张邢豪，最终，黄星运双手把球抛向蓝里，还一个劲地喊：“进！进！进！”可是，那球好象不愿进去似的在蓝的边缘上滚了几圈，落了下来。

槽糕！这球居然落到彭子豪手里，彭子豪熟练地控制着活蹦乱跳的球，做了个逼真的假动作，正要传球，黄星运像利箭一般“冲”了过去，敏捷地从彭子豪手中夺回了球，在平坦的地上拍了几下，然后像小老鼠似的在混乱的人群中窜来窜去。黄星运直起身子举起球，又一次投向蓝里。

“进了！”黄星运和他的同伴们激动地说。张邢豪飞快地跑了过来，和黄星运拥抱在一起。

“叮铃铃”上课铃打响了。“我可真希望自己是时间的神，让它再延长半个小时，那该多好啦！”黄星运一边慢吞吞地走上楼，一边泪丧地说。

爱打蓝球的黄星运真能干啦！

**四年级一打篮球作文21**

篇一：学打篮球

星期六的下午，我和小姑奶奶在院子里的篮球场上学习三步投篮。小姑奶奶说：“走三步，再把球扔进篮框里，这样就行了。”我就按照这样去做，结果我发现说起来挺简单的，做起来真的好难，不过我一定会好好练习的，为我加油吧！

篇二：学打篮球

今天是我学打篮球第二节课了。老师教我们怎样运球，刚开始我的球老是跑掉。后来，我努力练习终于学会了。老师表扬我进步的快，只要我上课认真听肯定能行的，还得到了一张卡片，我好开心哦。

篇三：学打篮球

中秋节那天，我和爸爸去北区打篮球。一开始我的篮球技术很差，第一次投篮我把球投自己的头上，在爸爸的示范和指导下，我一跑、一跳、一投，球还是没有进。经过无数次的失败和自己不懈的努力，终于把篮球投进篮筐。我心里非常高兴。

妈妈说：“打篮球不仅能锻炼身体，还能锻炼意志。”现在我每天晚上在家里练拍球两百下，使我拍球技术大大提高。

通过学打篮球这件事，我知道不管做什么事情都要认真去做，才能取得成功。

篇四：学打篮球

最近深深爱上了篮球，其实，我的篮球打得一点都不好，但它给我带来了很多快乐，我喜欢它的快节奏和爆发力，喜欢和一群不相识的小孩打球，别看他们年纪小，他们的打球技术可称得上炉火纯青，还喜欢同伴的相互信任和团结。每次打球时，我都竭尽全力、不知疲倦地奔跑、抢球、投篮。打球时，我可以忘记所有的烦恼和不快。每次我们都玩到天黑了，实在看不到篮圈了，才依依不舍的离开球场。我快成球花子了。

篇五：打篮球

人生中有许多第一次，如第一次\*、第一次跳绳、第一次游泳，我也有许多第一次，最有趣的要数打篮球了。

暑假，妈妈给我报了篮球班，那里有许多大哥哥，他们运球、胯下传球……样样都行，运用自如。我非常羡慕他们，决定用心地像他们那样熟练地练习篮球。刚开始练球的时候，球一直不听我的话，我只好认真的练了一遍又一遍，不知流了多少汗水和泪水，到快要放弃的时候，我想到了：我不能半途而废呀！慢慢地，功夫不负有心人，经过教练的指导和我的刻苦练习，我终于学会了胯下运球，教练向我投来了赞许的目光。

学习篮球让我明白了一个道理：无论做什么事情都不要轻易放弃，如果你放弃了，那就一事无成。

**四年级一打篮球作文22**

今天，我和哥哥一起到场桥中学打篮球。

一来到操场上，哥哥立刻选好了一个篮球架，那个架子正好有人在打篮球，可哥哥还是迅速地抢过来，但是，那些人还是很亲切地给哥哥让了一些位子，我见哥哥那里有位子，我也跑过去打，打了一会儿，一位叔叔对我们说:“我和我儿子和你们打，打输了要做俯卧撑的哦。”我想:区区做几个俯卧撑而已嘛。根本算不上什么，再说，我们这么厉害，一定能赢得。结果“关羽失荆州--——骄兵必败。连败四场，到第五场，哥哥一个跳投，一个三步上篮。我想:这一局的机会很好一定要把握住。于是哥哥甩开了叔叔和小孩，把球传给我，可那个叔叔跑了过来，我想:算了，搏一下。我双手抱着球，往上一扔，球正好撞到篮板，砸到篮筐里。哥哥发球给我，我看见叔叔的儿子在抢我手里的球，我一个一百八十大转弯，接着跳起来把球投出。最后一球，哥哥一个带球过人，再来一个一跑、二跨、三跳，在空中投了出来，进了!

今天，真正学会了:无论做什么事，都要学会配合。

**四年级一打篮球作文23**

当我投了几次篮之后，爸爸严格地对我说：“你投篮的动作不太规范，让我来帮你纠正一下，要不你先单手投篮试一试吧，你看我做一遍……”，爸爸又对我说了很多很多投篮的注意事项，比如说：“手臂要成直角、手臂要往中间”等等，听得我头晕眼花。之后爸爸让我不要投篮，手里拿着篮球保持投篮前的动作举着十分钟，这让我举得又酸又疼。于是爸爸让我休息一会，呆会再练习单手投篮。

休息完之后，爸爸开始让我投篮，我本以为可以投篮是一件好事，结果我投的什么都不是，几乎可以用“百发百不中”来形容了。

我坚持练了好久，终于我投中了一球，后面几球我都中了，“太好了！“我高兴地说，“我学会正确地投篮啦！”真是功夫不负有心人啊！

这次打球令我非常地快乐，因为我学会了投篮的正确姿势。

**四年级一打篮球作文24**

今天，我起的很早，穿好球衣，准备去打球，突然妈妈说：因为下雨今天的训练取消了。我只好放下篮球，准备写作业。妈妈说，趁今天不打球，就在家写一篇打篮球的日记吧，我一听很开心，就坐下来专心地写这篇日记。

从训练营回来，妈妈给我报了一个篮球训练班，说来真巧，教练给我分发的球衣和我的学号一样，也是19号，所以我更爱练球了。每天天不亮，我就穿着心爱的球衣，拿着篮球和好朋友李泽熙一起去西湖球场训练。教练很耐心也很细心地教我们每一个动作和要领。首先是体能训练，折返跑、蛙跳……一系列动作下来总是让我们满头大汗，气喘吁吁。一节课结束后，教练会带着我们拉伸放松一下，因为之前有过学篮球的基础，所以教练让我直接练习投篮，教练先给我们示范投篮的基本要领，先半蹲着手拿球，手腕突然发力向上一跳，直接把篮球投出去。我看的很认真，轮到我做的时候，我按照老师教的要领连续投进了好几个球，我十分激动。

通过学打篮球这项运动，让我明白一个道理，不管做什么，都要付出汗水和努力。

**四年级一打篮球作文25**

在这个清烟袅袅的早晨，我和爸爸去打篮球。

到了篮球场，我们找了一个篮球场地，爸爸对我说：“你想把篮球打好，第一步要把球运好。”爸爸抓起篮球，左右运球，前后运球。爸爸运球可熟练了，运了十分钟球也没掉一次，我忍不住说：“让我试试吧。”爸爸把球传给我，我没拍几分钟就觉得累了，而且球很调皮，老和我做对。爸爸走过来对我说：“做事不要心心要静下来。”我点了点头，捡起篮球，学着爸爸刚才的样子慢慢地拍，这下好多了，拍了十分钟，我也没把球拍掉，我高兴地叫了起来，爸爸说：“别忘了，还有跑步运球呢。”我坚信地说：“我会努力的。”这第一步运球算是学会了。

爸爸给我演示了一遍跑步运球，边做边对我说：“运球的时候，球不能高过自己的头，要不然你会拍不到球。”我接过球，很有节奏地边跑边运球，回到爸爸身边，爸爸说：“虽然你前两关已经过了，但是第三关还没有过，也就是最难的一关。”爸爸拿起球，来了个很酷的三频频跨栏，投进去了。我心想：我也要学。爸爸说：“你手把球抓紧，对准篮框，使出全身的力气，当然不要过头，之后猛得一跳，把球投出去。”我也学着爸爸的样子运球、跨步、投球，哇！真是太棒了，我的球也进了，我高兴地说不出话来。我今天的收获可真不小！

我现在是学会了打篮球，但还要提高打球技术。

**四年级一打篮球作文26**

今天，我在叔叔家没事做，老爸准备给我上一堂篮球课，当一回“老师”。我和老爸来到操场，老爸对我说：“如果你投中了篮，可以得一元钱，一个三步跨栏就可以得十元钱。”我说：“好。”老爸给我做了个示范，我慢慢的学会了。我想：我如果选择三步跨栏地话，钱会加得快一些。所以我选择了三步跨栏，我试了几次都没有投进，我生气了，飞快地冲过去，一个用力地投，奇迹出现了，我竟然投进去了。

我照样试着投，都进了。我有六十元了，老爸不服气了说：“这回有难度了，你投完以后我投，如查我投进去了，你就要给我一无钱。”我同意了。我一个投篮，竟然没投进去，老爸把球一抢，来了个虎转，眼看要投进了，扑，老爸失手了，一下掉到水里，衣服全湿了，我拿起球，一个三步跨栏，我竟然投进了，我准备要投到一百块，老爸说：“下次再玩吧，我要回去换衣服了。”

我就开开心心地回去了。今天真开心！

**四年级一打篮球作文27**

暑假里的一天傍晚，天空下着蒙蒙细雨。不一会儿，雨停了，天空出现了一道彩虹。我的心情像彩虹一样美丽，因为爸爸要带我去学校打球。

我和爸爸骑车来到了学校，爸爸说“我们先练习运球。”我按照以前原地拍球的姿势拍球，可人一走，球跟不过来。于是拍了又走，走了又拍，反反复复，有一次我差点摔跤了，我用力一拍走了，球也走了，我心里想:为什么叫你走扁不走，不叫你走倒走了，再看看你的脾气比我还大!爸爸见我这样子，知道我一定碰上了麻烦事，于是大步向我走来，捡起球对我说:“运球要注意向前拍，这样才能走动。加油，只要功夫深，铁棒能磨成绣花针。来吧，你一定行!”他边说边做动作，我见状也试了一下，“啪啪啪”可是球还是步听话。想起爸爸刚才鼓励我的话，我又重新练习起来，这一次我抓住动作的要领，慢慢地，我可以控制球了。没多久，我终于学会了运球，不管我向前或是退后，球都能乖乖地在我的手掌心下上下“跳动”。此刻，我心里甭提有多高兴了，爸爸看见了，也竖起了大拇指。

后来，爸爸又教我投篮，我先尝试原地投篮。一个、二个、三个…我投啊投，就是进不了球，爸爸过来帮我纠正了姿势，还教我一个方法，只要击中篮板上的黑框，球就能擦进球篮。这一招果然厉害，我纷纷投进了好几个两分球。爸爸表扬我进步快，我开心得不得了。后来，我还投进了一个三分球呢!

从此，我爱上了打篮球，每天我都要到学校的篮球场上跟几个小伙伴练上一回。打篮球不仅是有趣的，还让我明白了一个道理——失败是成功之母。失败时，只要我们多加练习，成功就在眼前!

3学篮球

自从去年暑假我参加了一期篮球培训，就喜欢上了打篮球。一有时间，我就会找几个朋友一起到篮球场打篮球，可我还是盼望下个暑假再参加一期篮球培训。

盼星星，盼月亮，终于盼到了暑假，我和妈妈说:“妈妈，今年暑假再让我参加一期篮球培训吧?”妈妈很爽快的就答应了，我高兴的一蹦三尺，高呼“妈妈万岁!耶!”

今天我来到师专的\'篮球场学篮球。一些比我高的哥哥都笑我个子低，比我小的也比我高了，这里面就属我的个子最低了。教练让我们练习运球比赛，我跑完以后，大家都很吃惊，因为比我高的哥哥竟然没我跑得快，所以其他人也不在笑我个子低了，而且还和我成为了好朋友。快下课的时候，教练让我们打对抗赛，教练把我们分成了三个组，并且安排了组长，让组长选择组员。虽然那些哥哥知道我运球跑得快，但是比赛还是怕我抢不到球，所以没有人选我，最后只好由教练把我安排到了其中一组。我们那组没有太厉害的，这时，我发挥了自己最好的水平，一次又一次的把对手手中的篮球抢走，传给了队友，给他们创造投球的机会。结果我们组得的分数最多，这其中有一半的功劳是属于我的。另外两个组的组长都很后悔没有选我。我们组的人把篮球高高抛起庆祝比赛的胜利。

今天我懂得了一个道理:一个人是强是弱不能只看他的外表，应该让他做完了事情后再做结论。

**四年级一打篮球作文28**

暑假里的一天，我、哥哥和他的同学一起去中学的操场上打篮球。我和哥哥，再加上他的一个同学三个人为一组。因为我哥哥个子不高，所以就让他当前锋。

比赛开始，我们的比分就落后了。因为我们总是抢不到篮球，连连失误。后来，我们奋起直追，可是还是比不过他们。

又一只篮板球被他们抢走了，他们想打快攻。我们拼命地追，终于追上了他们。我们拦了一下，没有拦住。他们想投篮了。正好我哥哥跑上来把他的球盖住了。我们抢到了球，我飞快地向前跑，跑到篮板下等待。哥哥一个长传，把球传给了我。我向上一跳，把球往上一抛。我把球投进了篮。又过了一会儿，我们越战越勇，可是人也感到越来越热，热得快不行了。我们只好打得慢一点，调整一下体力。这时，我看到哥哥的朋友得到一个很好的投篮的机会。他马上举起手投篮。好，好球!我一看比分，我们打成了平手。

后来，我打得直发热，热得没有一点力气。但是我想我们一定要赢。我就拼命地坚持着打。

比赛结束，我们这一方终于赢了。啊，我非常高兴。我跳呀、蹦呀、喊呀......

**四年级一打篮球作文29**

【第1篇】

打篮球是我、田雨岑和张拓元体育课最喜欢的游戏。每次体育课，只要体育老师把我们带上让我们自由活动，我和张拓元还有田雨岑就立刻跑到篮球场上找篮球。如果找到了篮球我们就玩篮球，如果没有找到篮球，我们也不会善罢干休的。我们就会去找体育老师，拿体育教材室的钥匙。

田雨岑第一次打篮球的时候，还是拿躲避球投的。等到她比较会打篮球的时候，她才拿篮球来投篮，而且这些都是我教田雨岑的。体育课到了，老师把我们带到\*场后，老师把体育教材室的门打开，张拓元就立刻冲拿篮球。我和田雨岑就在外面等着，我们看见张拓元拿着篮球出来了，我的心就在扑通扑通的跳着。然后，我和田雨岑飞快的跑向篮球场，等着张拓元来。我和张拓元还有田雨岑轮流投篮，张拓元先，然后是我，最后是田雨岑。我们投了一会，四个大哥哥走了过来，突然有一个大哥哥说：“我们来一场比赛。”另外几个大哥哥也同意了，他们又走了回来，对我们说：“我们跟你们来一场比赛吧？”我们说：“我们是比不过你们的。”他们沉思片刻，过了一会，一个大哥哥说：“我来带你们打他们。”我们说：“但是，你们比我们多一个人。”就在这关键的时候，詹浩跑过来说：“我也想玩。”那些大哥哥说：“这回公平了。”大哥哥们一开始让我们投了三球，詹浩没进，张拓元也没进，最后还是我进了。然后，真正的比赛开始了。一开始是我来发球，那个带我们打的大哥哥说：“把球穿给那个人：”他指了指张拓元，我赶紧把球传给张拓元，张拓元一投就进了，而且张拓元投的是穿针。那个带我们打的大哥哥又接住篮球，把球又投进了篮筐。我们本来遥遥领先的，结果还是被另一个对的大哥哥接住了，我和张拓元费了九牛二虎之力也没法拦住他，还是投进了篮筐，他们对的分数就追了上来，最后还是我们赢了，但是我们已经累得筋疲力尽，汗流满面了。

但是我还是非常的高兴，因为我们同心协力战胜了大哥哥。

【第2篇】

今天下午，我把今天要做的暑假作业做完了后，看到\*场上有人在打篮球，于是，我也想去打篮球。\*场上打球的都是大学生，我一个小孩去打球多没意思呀！可是爸爸妈妈都在看书，我也不能打扰他们，不如去找小伙伴一起打吧。经过一番打听后，发现我的小伙伴们要不就去旅游了，要不作业还没写完。我只好一个人去\*场打篮球了。征求妈妈同意后，就拿起篮球，飞快地向\*场跑去。

我先找了一个篮筐，练习了几下拍球，投了一次篮，欧耶！第一次就投中了。这给了我莫大的鼓励，让我觉得一个人打篮球变得不再那么无趣，我又投了十次篮，结果我只中了四次，我不甘心，又投了几次，结果那篮球好像在欺负我似的，一次都没让我投中，我仔细观察别人是怎么投的，我正好看到了别人从侧面投篮，我也试了几次，结果命中率还挺高，我既然连侧面投篮都能投进去，那从正面投篮还有什么难的呢？这时，我感到很渴，就去喝了一点儿水，喝完水后，我就去继续练习投篮了。不一会天上下起了蒙蒙细雨，我只好回家了，一回到家，爸爸就笑盈盈的看着我对我说：“我刚才站在阳台上看你打篮球，你的篮球打的不错，奖励你三元钱，”我一听，心里就乐开了花。突然，我觉得脸上很烫，我连忙去照镜子。不照不知道，一照吓一跳！我的脸红的就像猴子的屁股一样！

通过这次打篮球，我不仅锻炼了身体，而且还赚了三元钱呢!

【第3篇】

我已经在新视篮球，打了有好几天了，今天主要训练的是：双球胯下练习，双球背后练习，协调双球练习。

首先训练的，是双球胯下练习。每人先发两个球，把它拿在手上，拍。拍一下，一个球就跨一次下，拍一次就跨一下。虽然我说的很简单，但是做起来却很难！因为有一只手要不停的拍球，还有一只手要做胯下，并且要把球拉回来。难度系数很大，打得我们不停的流汗，汗珠往下滴。但是练过几次后，就认为好很多。

因为我们今天，表现得很好，所以教练奖励我们打比赛，大家都高兴极了！我们分成了两队，两队实力都半斤八两，看是分不出胜负的。

开始比赛了，我先抢上了球，传给队友，队友一个胯下又传给了我，我准备三步上篮，可是球被抢断了，落到了对方手里。这时原本占上风的我们，便开始了防御。虽然两队实力半斤八两，但是由于它队少一人，于是老师便加了进去，这把我们之前想的对策全都打乱了，进入了被动状态，对方已经进了三个球了，看来那队使出了全力，我拼了命，抢了几个球，三步上篮！耶！进球了，这时比赛只剩一分钟，我们打成了平手，最后，我们不敌对方输了。

想想这一盘我进了3个球，打掉敌方7个球，两个助攻，但是最后还是以6：7输了。

现在我明白了，篮球是一项集体运动，只有团结，才会胜利！

【第4篇】

小时侯，我就很喜欢打篮球。记得有一次妈妈给我买过一个篮球，可找不到了，我整天惦记着它。

有一天，我突然发现在一个狭窄的墙角里，有一个漏了气的篮球。妈妈给我买的一个篮球，大概就是这个吧。于是，我把这个篮球拿到洗手间去洗了洗。然后，我叫妈妈把篮球气充进去。

第二天，一放学，我就迫不及待地请求妈妈陪我去篮球场打篮球。离篮球场很近时，我兴高采烈地冲过去，跳起来，把球往上一投，篮球飞向球架。只可惜，篮球离投球圈的高度还差远了。球圈实在是太高了，可是我不甘心，再投一遍，还是投不进去。投不进去，再投；还投不进去，再投……这样，我一共投了十二遍，都失败了。我只好请教妈妈，妈妈说：“你手臂力量不够，要先锻炼手臂的力量。”

“那怎么可以锻炼手臂力量啊？”

“做俯卧撑吧，”妈妈说：“先做十个，我来数。”

于是我照妈妈的方法去做了。“一、二、三……”妈妈数着。我吃力地做完了十个俯卧撑。然后，妈妈又说：“要对准球筐上那个正方形的上面那条边的中间投过去，更容易投进去。”于是，我照着妈妈的方法去做，一投，两投……总算投了一个进去，妈妈表扬了我，我很高兴，投得更有劲了。

我想，只剩下努力练习，就可以百发百中了。我有信心超过我们班的投篮高手——舒展博。于是我加紧练习，每天放学回家一写完作业就到篮球场打篮球。我相信，总有一天我会百发百中的。

【第5篇】

我每个星期六都会叫上我的好朋友彭梓涵去九思小学打篮球。

有一次，我和彭梓涵又去打篮球。打了一会儿，彭梓涵打得坐着喘气，一边说:“不行了……实在不行了!”可我还精神百倍地投着篮。

这时候，一个叔叔走过来，说:“小朋友，我打篮球打得非常好，我来教你们打。”我半信半疑地说:“可以。”忽然，那个叔叔一下子跑到了三分线，一投，进了。我顿时惊呆了，彭梓涵眼睛睁得大大的，说:“这个叔叔太厉害了!”叔叔说:“投篮要找准点子，是你控制球，不是球控制自己……”

我按照叔叔说的去做，心里暗暗地想着:“找准点子。”我飞身一投，果然进了，不可思议。这时，彭梓涵手中拿球，也是飞身一投，可惜球没有进，他一下子气馁了。那个叔叔走过去安慰他，说道:“每个人都是练出来的。记住，每个人都不是完美的。”彭梓涵听到这话，就坚强地站起来继续投篮。

叔叔走了，我们只能自己练了，一练就是四小时!经过勤学苦练，现在我们打篮球打得非常好!

我明白了：“世界上没有人是完美的”。只有不停地练习，才能做好一件事!

**四年级一打篮球作文30**

记得我第一次打篮球还是在四年级的时候。

我不知道是怎么在手机上看到了篮球这一项运动，我看了看打篮球的人都不矮，我那时也不矮，应该是150厘米。我就强烈要求我爸爸给我买一个篮球，爸爸撑不住我的软磨硬泡，不过，还是让我在期中检测上取得好成绩才给我买，我一咬牙，答应了。于是，我就踏上了复习之路。最终，功夫不负有心人，我取得了好成绩，爸爸也不食言，毕竟君子一言，驷马难追。在快递到了的那个星期六，我去了老家一趟，就在我写完了作业之后，我就强烈要求爸爸和我一起去，我那时毕竟是新手，我怕尴尬才叫爸爸陪我去的。

这不，在那篮球场上，我站如松，坐如钟，一动也不动地看着爸爸打球，我爸爸看不惯，就传球给我，我双手抱着球，一扔，啪，打我脸了，我的内心是拒绝的啊!这一开场就被活活打脸。最后，我爸爸还是仔仔细细地教着我打篮球，我打篮球的技术也是与日俱增。

当然，我也不能天天打球。记得有一次，我和一些初一的学生一起打一场3V3。我当时还有些犹豫，毕竟他们的身体素质比我好，我有些后悔，但是，毕竟这是展现我篮球技术的大好机会，我就答应了。先是中锋跳球，我的位置是前锋，但我们队没有中锋，我只好硬着头皮上了。我不可能跳过中锋啊，所以，开场球只能让给他们，因为是3V3，打的只是半场，还不算累。最终，输得肯定是我们，但输的不算太惨，59：61他们算是险胜。

因为，我们学校还没有关于打篮球专门的时间，这不，学校刚刚成立篮球社团，我立马二话不说，报上了。

篮球，我最爱的运动，当然，还要学好英语，最好是美式英语。因为，要上NBA打比赛要不会英语就尴尬了。

**四年级一打篮球作文31**

打篮球小学四年级作文350字

3月27日星期天晴

今天，我和爸爸去太中打篮球，你别以为是简单的\'抢球，是射篮啊！我和爸爸打赌，假如我赢了下个星期天带去新的儿童乐园；如果爸爸赢了我不一年内不许看电视和玩电脑游戏。

比赛开始了，我先投篮，投中了。我从一年级升到二年级。我再来一个三百六十度旋转然后再投球，唉！真可惜，球不进。而爸爸呢？每球都非常准，已经从一年级升到初二了。还好，爸爸最后一投不进。我说：“太好了。”我再来一个三百六十度旋转然后投球。好球！球进了，我再来个穿心球，球又进了。这样我一路过关斩将，升到初二。我一投球，球在框上转了二圈竟然没进。唉，赢的机会落空了。在我没有自信心的时候，爸爸一投竟然不中，我开心地说：“机会来了。”我充满了自信心，我用我的必胜绝招，丢“石头”，球进了！哈哈！！我赢了。爸爸愁眉苦脸地说：“好吧，我带你去儿童乐园。”

今天，我的心情很愉快，因为我赢了，还有这件事使我明白了一个道理：做事情不能随意放弃，一定要坚持到底，坚持就是胜利！

**四年级一打篮球作文32**

今天，阳光明媚，微风习习，爷爷带我到我们家楼下的学校操场打篮球，我们玩的很开心。

首先，爷爷找到了家里度假了好多年的“篮球一号”。在沙发底下躺了那么多年，他的身上已经不再那么光滑，然而让我倍感亲切的就是它身上那三个醒目的正楷字，那是小的时候爷爷把我的名字写了上去。

我抓起篮球一号，就想拍，可是它居然像一只老鼠一下满地串，就是不肯跳起来，这时，爷爷找来了打气筒，我才知道原来是没气了，于是我们就开始忙活开了。只见爷爷一只脚踩住打气筒的脚，一下一下的打起气来，我只好在一旁一边扶着篮球，一边迫不及待的想：篮球一号，你一定要快点和我一起玩呀。篮球一号好像看穿了我的心思，瘪瘪的肚子很快就变得圆滚滚了，好像在说：“我吃饱了。”

打足了气的篮球一号真争气，轻轻地一碰到地面，就跳了老高，我抱着它快活的来到学校的操场上，看着高高的篮球框，我鼓足气往上扔，结果连框也没够着，我很失望，爷爷走过来教我一些基本动作。我一边拍球一边跑，一边跟爷爷抢球。转眼间，爷爷已经进了好几个球了，真是让我既羡慕，又不服气。我也一次又一次投向篮框，不是偏了就是打到板上又弹了回来，爷爷一次又一次鼓励我，终于，一个球在球篮里跳了一下，钻了下去。“进球喽!”我开心的跳老高，爷爷也欢呼起来。

第一次打篮球我很开心，我感受到了成功的不容易。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！