# 拔河作文300字(八篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2025-03-10

*拔河拔河一7月11日下午，我们在教室门前的操场上开了别开生面、激烈的拔河比赛。“请各方男队员上场”老师说。老师的一声哨响比赛开始了。黄队队员一个个精神饱满，一下子把标志拉了过来。交换场地后红队在拉拉队的呐喊声中，一个个鼓劲战胜了对方。一比一...*

**拔河拔河一**

7月11日下午，我们在教室门前的操场上开了别开生面、激烈的拔河比赛。

“请各方男队员上场”老师说。老师的一声哨响比赛开始了。黄队队员一个个精神饱满，一下子把标志拉了过来。交换场地后红队在拉拉队的呐喊声中，一个个鼓劲战胜了对方。一比一平。下一局，黄队队员在“心往一处想——为团队争光！劲往一处使——战胜对方！”的口号下战胜了红队！你看，站在队后的王小胖在比赛中使足了吃奶的劲。那站在队前的李小明在比赛中紧闭着嘴，屏住气，脸鼓得似个红苹果。“我们胜了，我们胜了！”黄队的男队员高兴地欢呼着。

该女生上场了，别看我们女生比男生瘦弱一些。但俗话说“妇女能顶半边天！”红黄两队的女生都不甘示弱，一个个鼓足了劲。第一场黄队的女生胜了。第二场开始了，拉拉队大喊：“黄队，加油！加油！黄队！”标志在左边一动，右边一动。你看红队的那个女队员，腿受伤了也坚持着。你看，你看黄队的那个女生别看有点瘦但非常有劲。一会儿黄队一搏标志就过来了。

**拔河拔河二**

团结，一个诱人的字眼，只是一种精神，但与我们的生活紧紧相连。这让我一下子想到了去年冬季，我们拔河时的那种情景。我和大家说说吧。

去年冬季，体育老师把五六年级分成两队，同样有胖的，有瘦的，有高的，有矮的，对哪一方都很公平。

我们来到操场上，一条粗大的绳子压在老师画的线上。绳子上挂着一个毽子，只要两方一块拉，毽子拉在靠我们这边的白线上，我们就胜了。否则我们就输了。

“预备！”我们双方都拿起了绳子，等待着体育老师吹哨。

“嘟！”老师的一声哨响，所有的队员都开始拉了，可是绳子一动也不动。我方的排头兵是小涛，他前腿弓，后腿弯，像一把绷紧的弓，他站的稳稳地，好像在地上生了根。小刘平时力气很大，可是今天他却像没吃好饭。他用力往后拉，累得满头大汗，脸涨得像一个紫茄子一样。小陈虽然个头小，力气也挺大，他也很坚强，几次摔倒，他都会站起来继续拔。我们两队互不相让，用上了吃奶的力气，拉拉队也在为我们加油。渐渐地，渐渐地，绳子不断地往他们那边走，结果，我们输了。

经过上一次失败的教训，我们决定由小杰喊口号，我们齐心协力，都使出了浑身的力量，最后终于赢得了比赛。

虽然这只是一场比赛，一种课间娱乐，但让我们明白了团结就是力量。

**拔河拔河三**

“加油！加油”操场上传来一浪高过一浪的加油、呐喊声。哦！原来是五（2）班和五（3）班正在举行一场拔河比赛。

操场的中间摆放着一根挂着红丝带的粗绳子。老师把我们平均分4组，首场对决的是男生一组对男生二组，只见他们摩拳擦掌、跃跃欲试，个个信心十足的样子，特别是排在前面的几个大个子同学，个个生龙活虎、“杀气腾腾”的模样，仿佛一场激烈恶战，一触即发。

运动员们雄赳赳气昂昂的上场了，只见一组同学正在进行热身运动，有的踢踢腿，有的弯弯腰，有的扭扭手腕，还有的细心整理鞋带和鞋底，生怕影响了比赛。男生二组也不甘示弱，一会儿听从队长排兵布阵，一会儿交头接耳商量着破敌的策略……随着一声哨响，一场激烈的比赛开始了。双方队员都使出了九牛二虎之力，个个咬紧牙关，脸憋成了紫茄子，最终二组取得了比赛的胜利。

这次拔河比赛锻炼了我们的体力，激活了我们内在的活力，告诉我们爱拼才会赢。

**拔河拔河四**

今天上午，老师告诉我们一个好消息:下午要举行拔河比赛。教室里立刻沸腾起来，我高兴得中午饭都没吃好。

好不容易熬到下午。同学们各个摩拳擦掌，想试试自己的力气。你瞧，赵宏同学正在压腿，让自己的肌肉放松下来，胡明同学正在活动脚腕、手腕，以防扭伤，脸上也涨得通红，非常兴奋的样子。

轮到我们进场比赛了，一条大粗绳压在操场当中的两条白线上，绳子中间扎着一块红布条儿。谁能把绳子当中的红布条儿拉过靠自己一头的白线，谁就赢了。

“预备！”裁判大喊一声，双方队员抓起了绳子。

“嘟――”哨声响了，比赛正式开始。我们双方互不相让，都使出了吃奶的力气向后拉。红布一会儿向我们这边移，一会又向对方一边移，此时的我们，当目光与对手碰面时，仿佛都在用最犀利的眼神杀死对方，快看我旁边的胖子――冯雨，脸憋得红红的，那双瞪得比门神眼睛还大的眼里，斩钉截铁地写了几个字：“我们一定要赢！”而对方的队员也不甘示弱，一个个都热血沸腾。再把镜头转向拉拉队，拉拉队和所有运动员一样激动，都用上了自己最高分贝的海豚音为我们加油！

渐渐地，渐渐地，绳子向对方移动地越来越厉害，我们怎么拉也拉不过来了，大家在拼尽了最后一口力气后，还是遗憾的输掉了比赛。但是我们并没有垂头丧气，而是开始总结失败教训：光用蛮力不够，还要统一节奏，大家齐心协力，手和脚要紧紧配合好。

交换场地再战。这次我们吸取了失败的.经验教训，由汪强喊号子，我们每个同学，不管是平时力气比较小的我，还是我们班力气最小的陈红，比赛时，顷刻间整个人都爆发了，尽管手都被粗糙的麻绳磨得生疼，甚至有点地方都破皮了，但我们没有放弃，仍在咬紧牙关，拼了命似得往后拉，我们似乎不再是之前的我们了，而是一头头发了怒的小牛。经过几分钟的战斗，我们终于取胜了。这时的拉拉队一片沸腾，有的人都跑到场地上，与运动员们一起欢呼、拥抱，还有的人都流泪了呢！

对方不服，要求再战。老师说：“这项运动，体力消耗很大，不能再战了，过几天你们再比吧！”期待下次，大家肯定都越战越勇！

**拔河拔河五**

在一个阳光明媚的下午，碧空如洗，天空中飘着朵朵白云，一缕缕阳光洒在碧绿的草坪上。我们排着整齐的队伍来到操场上。一根长长的绳子躺在草地上，仿佛一条花蛇在草丛中晒太阳，一条红领巾系在中间，随风飘扬。我们就要在这里举行拔河比赛。

马上要开始比赛了，两队人马已经进入备战状态，空气中弥漫着浓浓的火药味。赛事尚未开始，双方已开始暗暗较劲。只听一声哨响，两边的同学都使出了吃奶的力气，脚成弓形，咬紧牙关使劲往后拉。我方同学的脚像钉子一样钉在地面上，身子往后垂，屏住呼吸，眼睛仿佛要喷出火来，死死地盯着绳子中间的红领巾。随着红领巾的移动，我的心紧张地仿佛要跳出来，手心直冒汗，但我仍然牢牢地抓住绳子，不敢有一丝一毫的松懈。只见对面的沈王涛脸涨的面红耳赤，额头上布满了细密的汗珠，弓着腰使劲往后拉。而我方队伍中的戴若涵也不甘示弱，稳稳地站住脚跟，身体往后倾斜，恨不得将全身的力量都压在绳子上。旁边的啦啦队为我们呐喊助威，“加油、加油”的呼喊声一浪高过一浪，给我们带来无穷的力量。经过不懈的努力奋斗，我方队伍最终赢得了这场比赛。我们队的同学高兴地抱在一起，欢呼雀跃。

通过拔河这个比赛，我明白了一个道理：团结的力量是无穷的。

**拔河拔河六**

1、大胆地表达自己的想法。

2、按情节发展顺序进行排图并讲述。

3、养成爱思考、爱观察的良好习惯。

1、活动重难点：按情节发展顺序，进行排图并讲述

2、经验准备：幼儿已有拔河的经验

1、问引题，引导幼儿回忆拔河的愉快经历。

（环节的设计让幼儿结合实际生活中的经验说出拔河时的愉快经历，让幼儿产生“说”的欲望，为下一步教学开个好头。

2、观察图片，启发提问，理解图片以及图片间的联系。

（1）出示图片四：图片上有谁？小动物们怎么了？

（引导幼儿学小动物摔的姿势和笑的样子，教幼儿运用词语表达图片，如四脚朝天、哈哈大笑、摔倒等）

（2）出示图片三：小动物门正在干什么？他们拔河时拉得怎样？

（引导幼儿运用\"紧张的\"\"拼命拉\"\"满头大汗\"等词语描述画面。）

（3）重点引导：图三和图四哪张在前，哪张在后？为什么？幼儿只要说得合理就行。

（4）出示图一、图二：小动物的动作有什么变化？表情又变得怎么样啦？用上\"惊慌\"\"使劲拉\"等词。

3、排图讲述

（1）提出排图讲述的要求。

（2）分小组运用幼儿活动手册按自己的想法进行排图讲述。

（3）小组推荐个别幼儿展示自己的排法并讲述故事。

讲述的信心，所以，该环节也是本活动的重点。）

4、为图片取名字。

幼儿在理解所有图意的.基础上，给故事取名字是给幼儿提出了更高的要求——用最简单的语言概括图意。

组织幼儿来一次拔河比赛

**拔河拔河七**

1、能积极参与活动，对排图讲述感兴趣。

2、能仔细观察图片，按自己的意愿排图，编出情节合理的故事。

3、通过自由排图的方式，引导幼儿独立构思，自由地发挥想象，培养大胆讲述、创编故事的能力。

4、参与阅读与讨论，体验故事的奇特与幽默，初步了解故事中主人公的性格特征，进一步激发阅读图书的兴趣。

5、通过教师大声读，幼儿动情读、参与演，让幼儿感知故事。

拔河比赛图片四幅，幼儿人手一份与大图内容相同的小图。

一、提问导入，引起幼儿的兴趣。

师：你们知道什么比赛是向后拉才能赢?(可以提示是一项运动项目)教师小结：对了，是拔河。拔河是要使劲地往后拉才能赢的比赛。

今天，我们来看一场非常精彩的拔河比赛。

二、出示顺序打乱的图片，引导幼儿感知观察图片，描述画面的内容。

1、出示图片三师：图上有谁啊?它们在干什么?

大象在做什么?你觉得最后谁会赢?为什么?(右边的人多，拉的很轻松，小猪和小鸡的身体都是向前倾的等。)

2、出示图片一师：谁和谁在比赛?谁赢了?

3、出示图片二师：谁跑来啦?它跑来干什么?

这一次谁会赢呢?

三、幼儿自由排图，完整讲述所排图的内容。

刚才大家看的几幅图是没有固定的顺序，可以选择自己喜欢的`顺序把这四幅图排一排。说一个故事。

1、幼儿自由排图讲述。(幼儿讲述，教师巡回聆听。)

2、个别幼儿示范讲述。帮助幼儿先排图，再讲述。

教师对幼儿的讲述给予简单评价。

四、教师有感情地讲述图片内容，帮助幼儿引进新的讲述经验。

师：我也给这四幅图编了一个故事，我是这样排的?紧接着讲述故事。

你们觉得我讲的好吗?哪里好?(故事很长、精彩，结尾有趣等。)

教师小结：小朋友在编故事的时候尽量把图中的内容编进你的故事里面去。还有动物们之间的对话，说故事的气语调等。

五、巩固迁移新的讲述经验，幼儿再次讲述故事。

活动结束：

今天，小朋友学会了看图自己编故事的本领，可以回去和爸爸妈妈分享自己编的故事。

拔河这一活动项目是集合了大部分学生的力量来进行练习的，这周我给二年级和四年级的学生进行了拔河比赛教学，同学们甚是高兴。可是从教学过程中我发现了一些不足和感想；大雪过后的第一周开始了，正在想操场面积受限，不能带领孩子们大面积进行活动，要给他们上什么课呢。一个比赛通知让我有了领悟。拔河比赛是同学们都比较兴奋的活动，一方面可以表现一个班集体的荣誉，也能通过练习来增强同学们之间的感情。所以我选择这周给他们上如何进行拔河比赛。

学生虽然高兴，可是组织起来就有点难度了，不过正因为他们的积极参与性，也搁置了他们的纪律性。一周下来在技术教学上没有出现什么大的漏洞，但是在给学生的思想感情上出现了一些漏洞；今天我听说几个班主任反应学生上完体育课，说因为拔河男女生都打了起来。听到这里甚是高兴甚是愁，高兴的是同学们都很积极，愁的是我自己没有给学生讲明白这是练习，没有给他们灌输比赛时友情第一，比赛第二的原则。

**拔河拔河八**

在周五在下午，我们进行了一次难忘的拔河比赛。

全校同学都在操场上等待比赛的开始，全校同学都为学校举行这次拔河比赛感到兴奋，同学们人人摩拳擦掌，个个跃跃欲试。参加比赛的同学在操场中间坐好了准备，尤其是我们班，由于我们班一共有8个胖子，而且自从一年级开始以我们就没输过，我们先和一班比，只听一声哨响，拔河比赛开始了，两个班的同学都抓紧了绳子，我们轻而易举就把一班赢了。

接下来是三班，这回可不是好赢的了，我们两个班的实力旗鼓相当，只听一声哨响，激烈的拔河比赛开始了，两个脚用力向前蹬，拼了命地拽绳子。又听一声哨响，比赛结束了，对方以微弱的优势胜了我们。

不过，我们大家都没灰心，这只是第一场，接下来还有两场呢！可在我看来第一场输了，三班的士气就涨起来了，我们更加努力，我们班这一次终于获胜了。但是，谁也不骄傲，由于，只有下一场继续获胜才是最后的胜利者。哨声再次响起，这场决定最终胜利的比赛开始了，同学们都抓紧了绳子，要紧了牙关，使出了吃奶的劲，麻绳中间的红领巾里我们班这边的界限越来越近，突然，我们又被拉了回去，我们没有防备，就输了。

后来我也反省了自己，我觉得是由于我们太高傲了，觉得我们一定会赢，就这样，我们第一次输了，我也希望这是最后一次输。

这回我们输给了三班但是我们不服气，我们心里暗暗下决心，我们班一定要在学习上赢三班，也让我们知道了：人外有人，天外有天。

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！