# 最新我当教练了作文500字(3篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-06-05

*我当教练了一暑假里，我参加了游泳班，学习游泳最重要的就是教练了。学习游泳几天来，我已经认识了多位教练，给我印象最深的教练有四位。在水里教我们的是一位男教练。如果有男生不听话，他会笑嘻嘻地走过去伸出手抱起他像皮球一样扔进水里，发出“扑通”一声...*

**我当教练了一**

暑假里，我参加了游泳班，学习游泳最重要的就是教练了。学习游泳几天来，我已经认识了多位教练，给我印象最深的教练有四位。

在水里教我们的是一位男教练。如果有男生不听话，他会笑嘻嘻地走过去伸出手抱起他像皮球一样扔进水里，发出“扑通”一声，溅起大大的水花。所以我们干脆叫他扑通教练。

我最喜欢那位长头发地温柔女教练。她总是对我们面带微笑，柔声和我们说话。即使有人动作做错了，她也会慢慢地走过去用甜美的声音再讲一遍。我给她起名叫甜蜜教练。

最有意思的是双面教练。之所以叫她双面教练，是因为她有时很严厉，有时很温和。严厉的时候乌云密布，温和的时候和风细雨。

我喜欢我的游泳教练。

**我当教练了二**

今天下午，十二楼乒乓球房的灯源开关终于找到了。儿子欢呼着叫妈妈去陪练。

臭小子，这就是妈妈的十分技术了哦。妈妈嗔怪到，还恶狠狠地瞪了他一眼。

不一会儿，儿子就走过来，妈妈，我教教你基本动作吧。

儿子走过来，拿着我的手，要求妈妈的大臂小臂和球拍基本保持一条线，然后转动小臂，向上挥拍，高到额头。说着还不断地示范给妈妈看。妈妈按照教练的要求，一下一下的挥着，感觉很枯燥。练着练着就想撂挑子。

妈妈，我给你一个球，你试一试，看看有没有进步？

儿子说着，一个标准的球发过来，我赶紧用刚学的正手攻球挥过去，球真的扣过去了，而且速度很快！“哇！--，妈妈，你进步真快！这么短时间就掌握要领了@！”孩子在一旁欢呼道。

你在鼓励我？妈妈询问道。

不是，妈妈你打得真好！我们班很多同学练了很多天才可以这样！儿子的鼓励让妈妈非常受用。

接球！妈妈。孩子又发过来。

这下又接住了！

妈妈。你可真棒！

主要是教练教得好，学生是笨学生啊。妈妈自知打得不好。

继续练，妈妈。不要气馁，给自己信心~！孩子在对岸继续给球，不断地讲解要点，外加鼓励。

妈妈正手攻球掌握了，就要学习反手博球。在正手攻球的结束后，不能站在那里像钉子一样，应该马上把拍反过来，防止对手进攻打空白点，手这样----反手博球！你看@！

孩子一个步骤一个步骤，很专业的语言。妈妈内心不住的打量着孩子。孩子在课堂上一定认真听讲，一定刻苦练习，一定认真琢磨，一定挥汗如雨，一定锲而不舍。所以才能打能讲。

妈妈就是要多练，没有其他诀窍。孩子严肃的告诉妈妈，俨然一个真正的教练。

妈妈看着齐眉高的小小少年，汗津津的皮肤泛着光芒，那眼神也分外的阳光明澈。

总有一天，妈妈会成为孩子的学生，只是这一天这么早的到来，这快乐来得如此突然，又如此自然。

要学的东东太多，儿子，别嫌妈妈笨哦！

**我当教练了三**

我们的奎光学校一共有四个门卫，他们的身上有着许许多多的高尚品德，值得我们敬佩。

如果我没有猜错的话，这几个门卫叔叔应该是每二十四小时轮换一班的。那二十四小时是一个什么样的概念呢？大家想一想，从一大早，大概六点半吧，门卫开始换班；七点左右，为同学们开门；然后就处理门卫要负责的各种各样的事务……一直忙到第二天早上的六点半。他们可真辛苦啊！

我们这里的门卫叔叔不仅勤劳，还很敬业，也很有亲和力。我见过别处的的门卫也充当保管员，不管是保管什么东西，一般写个名字，登个通知什么的，就放在那儿不管了。可是我上初一时，总是看见门卫叔叔提着作业或书本之类的，楼上楼下地跑，送到同学的手里。不论晴天、雨天，他们都会这样做，非常敬业。我想他们肯定知道，也很体谅幼稚的我们常常有粗心的时候，又害怕挨老师批评，等待家长送东西来时那种急切的心情。

他们对我们学生很友善，同样，我们也很喜欢他们。\*时，若你提早些到学校的话，你就能看见一些同学和门卫叔叔正聊得起劲呢！我个人认为，一个好门卫，亲和力很重要。

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！