# 难忘的自理能力竞赛作文

来源：网络 作者：莲雾凝露 更新时间：2024-01-05

*在一个风和日丽的星期六，我们学校举行了一场别开生面的自理能力竞赛。　　每班精心挑选了八位选手参赛。只见选手们纷纷走向操场，又专心地聆听游戏的规则。游戏规则分五个项目，还要计时，比比谁的速度快。随着体育老师清脆的一声令下，同学们像脱疆野马...*

　　在一个风和日丽的星期六，我们学校举行了一场别开生面的自理能力竞赛。

　　每班精心挑选了八位选手参赛。只见选手们纷纷走向操场，又专心地聆听游戏的规则。游戏规则分五个项目，还要计时，比比谁的速度快。随着体育老师清脆的一声令下，同学们像脱疆野马向前飞奔，到第一个目的穿裤子和鞋子。眨眼间，场上六条绳子像彩环一样飞舞起来。我们班的依灵同学表现得可出色了。只见她脚下像生了风似的，刚冲上前穿上鞋子和裤子，又飞奔到下一个环节跳绳，她轻轻一抬脚，绳子就从她脚下一闪而过，她跳得飞快，那姿势像雄鹰展翅，轻如燕飞。一完成任务，她快步上前去穿好衣服，拔脚冲去戴红领巾和校章,又动作利索地跑去踢键子。你看她轻轻纵身，曲右脚，将毽子踢起，接着飞速转身，左脚从后面恰到好处地将毽子翻了个身。虽然时间紧促，但一切动作都那么不慌不乱，有条不紊。她为我们班争取了不少宝贵的时间，真是我们学习的好榜样。

　　比赛在激烈的加油声中落幕了，虽然我们班只得了第四名，但是我们拥有一颗不灰心、不失望的心。我想这次比赛让我看到了我与同学之间动手能力的差距，我回家要好好锻炼自己，培养较强的自立自我能力，争取下次自己也能够参赛，为班里出力，取得好成绩。

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！