# 我学会游泳作文250字(热门14篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-01-17

*我学会游泳作文250字1游泳课开始了，教练让我们练习潜水。我连下巴都不敢碰到水，此刻“潜水”二字使得我脑瓜子嗡嗡直响。在上面的人们都看我一动不动，急着对我说：“憋住气，潜下去！”我越听越是不敢下去，连连后退。就这样，那节我一直在水中傻站，教...*

**我学会游泳作文250字1**

游泳课开始了，教练让我们练习潜水。我连下巴都不敢碰到水，此刻“潜水”二字使得我脑瓜子嗡嗡直响。在上面的人们都看我一动不动，急着对我说：“憋住气，潜下去！”我越听越是不敢下去，连连后退。就这样，那节我一直在水中傻站，教练也拿我没办法。

第二天，我又去学游泳了。这一次，我提起了勇气，终于，潜入了水中。妈妈站在上面高兴地为我鼓掌，为我感到骄傲。后来，教练教我们蛙泳，我练习了半个小时就学会了。我的进步十分明显，因为我自己说服了自己，克服了恐惧水的心理。同时让我明白，很多时候失败都因自己的内心不够强大。

我以后要多去游泳，让我的游泳技能继续提高。

**我学会游泳作文250字2**

暑假的时候，妈妈带着我去游泳馆游泳，我看见别人在水里游来游去，下定要去学游泳，于是妈妈给我报了一个游泳班。

当教练了解了我的情况后，便教我了游泳的动作，几天后我的动作基本掌握了，教练让我试游30米，我飞快向前方游去，不过一针我已经筋疲力尽，就在这是我我的脑袋冒出了一个想法“偷懒”我游到岸边看见教练在教其它小朋友，心想：我机会来了。我爬上岸休息了一会又跳入水是继续游泳，终于我游到了，现在我又要学潜水，我深深地吸了一口气，潜下了水就在我想上去呼一口气时，肥头大耳的教练用粗大的手把我压了下去，我差一点淹萝卜了，心想：这次怎么那么不幸运，我只能继续潜水，虽然，我喝了一肚子的水，但是我终于学会了游泳。

以后我再也不羡慕别人游泳，因为我也会游泳了。

**我学会游泳作文250字3**

以前，每当我看见电视里游泳健儿们畅游碧波的身影心里就总有一种想试一试的感觉。终于有一天，我的梦想实现了。

在此之前，我一直以为游泳是一件很简单的事。其实并非如此，爸爸先教我腿部动作。可是我的动作就是不听使唤，动作怎么也做不好。后来在爸爸的\'再三指导下，我的腿部动作总算过关了。接下来的第二关是训练手脚配合。我总是腿瞪两下手才动一下，或者手干脆随意乱动，全靠腿使劲儿瞪，怎么也练不好。一次次失败后我有些灰心。爸爸一再鼓励我。我静下心来细找原因，这一关总算也过去了。

最难的也是我最怕的一关开始了：练习跳水。

平时我的胆子就小，爸爸知道我的缺点，他叫我不要害怕，勇敢的跳下去。开始我很不情愿，后来我想有什么了不起，不就是跳水吗？最后从岸边跳了下去。在这时候我感觉自己在飞，感觉好极了。后来，我又学会了换气。

我终于可以在水中遨游了。学会了游泳，让我懂得了一个道理：世上无难事，只要有决心。

**我学会游泳作文250字4**

一个炎热的夏天，小狗热得气喘呼呼，公鸡热得头上的红冠火红火红。

我们兴高采烈地来到水波荡漾的游泳馆里游泳。我们穿上泳衣，跳进凉爽的游池里。我打开手臂，用脚使劲地划水，溅起了一卷卷的浪花。小伙伴们飞快地往前冲，他们就像一只细小的箭冲向前方，而我却停留在水面上。小伙伴们来教我学游泳，我开始把腿儿慢慢张开，然后用力一勾，使劲一合，再把手臂也打开，轻轻划过水面，哈哈，我往前了一步。我缓缓的在水中吸了一口气，啊，我的鼻子好难受呀，我再也不这样了！

渐渐的，我学会了游泳，我想和伙伴们比一比谁游的快。开始比赛了，我飞快地往前冲，不好，旁边的伙伴像青蛙一般游泳，游得很远。我用力的向前游，我终于超过了小伙伴。我们就像活泼的小鱼在水中自由自在的游着，有的像青蛙跳水，有的像可怕的大鱼，猛得挥舞着尾巴……真是活泼可爱。

真希望自己能变成生活在水中的美人鱼呀。

**我学会游泳作文250字5**

暑假里我跟着爸爸到河南省体育馆学游泳。

第一天进了游泳池，爸爸让我扒着池边练习蛙泳腿的动作。啊，水好凉！我不敢下水啊！我好不容易才能下了水。我练习了一会儿腿部动作，开始练习憋气。我把头一扎进水里就想喝水，我再也不敢憋气了。爸爸让我再练练，我可不敢，磨磨蹭蹭，总是找理由。可不会憋气，没法游泳啊。没办法我先在岸上练习憋气吧。过了一会儿，总算会了。

第二天，我学换气的时候觉得很简单。我很快就会了。

过了几天，我开始在水里背着浮漂游了。我一换气的时候就往下沉，好害怕呀，紧紧抓住爸爸，再也不游了。爸爸鼓励我，没什么害怕的，多多练习就可以了。

现在我已经可以自己游了，就是力量有点弱，游得距离有点短，我还要继续努力！看来，要勇敢尝试，遇到困难也不要退缩，要想办法克服，最后一定会成功！

**我学会游泳作文250字6**

夏天到了，大家也和我一样会到游泳馆去游泳吧，在这之前，我都会拿着游泳圈，然后在水里面乱游，而这一次，在爸爸的帮助下，我学会游泳了。

我还是像以往那样乱游，爸爸让我把游泳圈取了游，可我哪里敢啊，直接拒绝，爸爸又说：“没事，你这样永远也学不会，到时候长大了还用游泳圈，你好意思吗？别等你那个5岁的妹妹都会游泳，你还不会，很丢人知道吗？你就试试看，就算没成功也可以慢慢学，到时候我还可以教你。”我嘴上还是否认了爸爸，但是心里面却想着：其实游一下也是挺好的，比较我可以憋气，就算沉下去我也不会怎么样，于是我就开始试了试，咦，果然没事啊，头还在外面呢！哈哈哈，我立刻把这个好消息告诉了爸爸，爸爸再指导了我一下，再经过我好几次的联系，我现在已经游得非常标准了。

这就是我学游泳，其实没什么难的，就是你敢不敢迈出第一步。加油吧，希望看了我的文章，你也有胆子去学游泳了。

暑假里，哥哥带我去游泳馆学游泳，那真是快乐的一天，你想知道为什么吗？请听慢慢来说。

一开始我很害怕，哥哥纵身一跳就下水了，我用脚轻轻点了一下水面，好

**我学会游泳作文250字7**

星期六，妈妈带我去体育馆学游泳，我们找到了教练，教练说：“先坐一会儿，要到十点半你们才开始学游泳。”

我心想：“还是先换游泳衣吧。”

等我换上游泳衣，戴上游泳镜，走出更衣室时，其他人都已下水了。我赶紧排到队伍后面。这时候我看见我的同学，孙静怡、陈志雄、张鸿彬。我跟他们打招呼，但张鸿彬却没看见我。

我们下水了，教练叫几个哥哥、姐姐来教我们憋气，我学得很快，过了一会儿，一个姐姐就教我蛙泳。我学着学着，本来动作都做对了，但是后面一直忘记，不是脚忘了钩，就是脚忘了蹦直。到了十一点半，今天学游泳时间结束了。我想：“明天快点到吧！我还要来学游泳。”

**我学会游泳作文250字8**

去年暑假间，我参加了游泳培训班，每天早上十点去上游泳馆训练。

我第一次去游泳馆，我心想，啊水这么深，我会不会沉下去啊！就在这时候教练向我们走了过来，教练先让我们做游泳前的热身，然后让我们背后背上一块浮板跳到水里。教练先教我们蹬腿，先把腿向外侧瞪去，然后再向里边慢慢地合上，这样就可以了。继续，教练又教我们怎样换气，先把浮板去掉，然后在跳进水里，两只手并拢向前伸，再慢慢的将两只手从两边划过去，最后再把头扬出水面深深地吸一口气就行了，这两种方法都加上就可以了。

慢慢的我学会了游泳，其实游泳并不是那么的难，只要坚持就可以成功。

**我学会游泳作文250字9**

每当我看见小朋友们在游泳池里尽情地在游泳，我便向他们投向羡慕的目光，因为我是靠游泳圈来游泳的，于是我要求妈妈帮我报暑假游泳班。

一进入游泳场，我迫不及待地跳入游泳池里，只听见“扑通”一声进入水中，我便开始用脚使劲地蹬，还是没用沉入水底，我拼命挣扎想游上岸可却一次又一次失败了，这时教练对我说：“放松心情使劲地游上来。”最后，教练还是下水把我拉上了岸。这时我怕了不敢下水，教练开始教我游泳的动作，叫我不要怕，照着他教我的动作去游就没事的，我听了便慢慢地把头沉入水中，双脚和双手使劲地蹬，不一会儿，我便游出了好几米。在教练的帮助下，我终于学会了游泳，顿时，我心里乐开了花，妈妈也替我高兴。

通过这次学游泳我虽然经历了一次又一次的失败，但我体会到了：无论什么困难，只要坚持不懈地努力，永远不要放弃，就一定能收获成功的喜悦！

**我学会游泳作文250字10**

以前我是个旱鸭子，见到水就怕，同窗们常常取笑我。于是我有了个决议，学游泳！

周末，妈妈拿着救生圈带我去游泳池学游泳。我在岸上练了有数遍，练得我心慌意乱。“又错了！是收、翻、蹬、夹。”妈妈的声响在我耳边响起。一个小时后，妈妈终于赞同让我带着游泳圈下水，我边做着举措边游，觉得很舒适。游啊游啊，觉得本人都会了似的，我要求妈妈让我脱了圈游游。妈妈说我还差的远呢，但是在她的维护下可以一试。于是我小心肠跳下水，咕嘟咕嘟就喝了一口水，身体不听本人的支配。妈妈赶忙拉起了我，我上了岸后，烦恼的说“我不学了！”妈妈严肃地对我说，做事情不能前功尽弃。没方法，我持续练习下去，最初经过一段工夫的努力，终于学会了！

看来，功夫不负有心人！再大的困难也能克制，再难的身手也能学会！

**我学会游泳作文250字11**

以前，我只会在浅的池里游泳、玩水，后来我叫妈妈把我带到游泳馆去学游泳，妈妈答应了，便开始学游泳。

妈妈跟教练说了我的情况，教练便一对一教学。刚开始老师教的都是一些简单的动作，我心想：这么简单的动作也要学？看来游泳只不过是一件简单的事情，还要学？

所谓骄兵必败。果然，后面的练习证明了我的想法是错误的。

在一次试游15米时，游到十米后，突然我感觉力不从心，手有些麻木，呼吸也调整不过来，心里开始有点着急起来。我越急动作越乱就越游不动，身体开始往下沉，咕咕地喝了几口水，眼看就要沉下去了，被教练一招“如来神掌”拯救了。 我爬上池边，瘫坐在地上———我已经喝了不少水。

我从这次经历感觉到，我应该谦虚。往后我开始专心地学，吸气、呼气、再吸气、再换气……

功夫不负有心人，最后我终于学会了游泳。

**我学会游泳作文250字12**

一天，爸爸妈妈对我说：“儿子，你要不要去学游泳呀？”我一听，吓得瑟瑟发抖，因为我还清楚地记得小的时候跳到澡盆里洗澡时很怕水的事，所以，我赶忙说：“我才不去呢！”

但是，恐怖的事情还是发生了。那天妈妈带着我去游泳，开始，我怎么也不肯去，但是，最后我还是拗不过，被妈妈硬拉去了。

学员们都到齐了，教练就开始教我们第一步：憋气。最初，我不仅憋的时间最短，还呛了几口水，便产生了不想学的念头。教练说：“要深吸一大口气。”我照着教练说的话去，深深地吸了一大口气，再憋气。果然，憋了很久。我顿时心花怒放，大声地对妈妈说：“妈妈，我会憋气了！”接下来，教练教我们手怎么划，脚怎么蹬，手和脚怎么协调。我很快掌握了动作的要领。最后，在教练的精心指导下，我经过不断地刻苦练习，终于学会了游泳。有时候，我还可以到2米深的深水区去游呢！游泳的时候，我就像一条灵活的小鱼一样，或上或下，或深或浅，多爽啊！

我学会了游泳，再也不怕水了。从此，每当妈妈一提起游泳的时候，我都会高兴地说：“好，我最喜欢游泳啦！”

**我学会游泳作文250字13**

星期天，爸爸带我去大众游泳馆学游泳。

刚下水的时候，我有些害怕，心想：这水会不会太深？爸爸说：“别害怕，水不深。”我听了这番话心里就不那么紧张了。

开始学游泳了，爸爸双手托着我的小腹，让我用手使劲拍打水面，双脚和双手一同用力。我游着游着，爸爸慢慢放手，突然爸爸一放手，我沉了下去，喝了几口水。爸爸说：“没事吧？”我说：“没事。”我马上起来，爸爸又托着我继续游。我又感觉有点不对劲儿，一看，原来爸爸又把手放开了，我一紧张又沉了下去。就这样我慢慢自己游，学了6个小时终于学会了游泳。我开心地告诉爸爸，爸爸夸我：“你真棒！”

今天我不光学会了游泳，还懂得了做任何事情都要坚持不懈，才能成功！

**我学会游泳作文250字14**

今年暑假我又学会了一样本领，那就是游泳。

一开始，我的头不敢往水里扎，爸爸说：“别怕水，头要往水里扎。”我听了爸爸的话，大胆的试了几次，掌握了憋气的要领，就再也不怕水了。接着，我又练习蹬腿、划臂。爸爸告诉我要先蹬腿后划臂，腿先收回去，接着，蹬脚，再夹腿。手并起来，放在胸前，蹬腿的时候，手伸出去，让身体在水里留一会儿，再往下划。划臂时，利用它产生的力抬头换气。我每天下午都跟着爸爸去游泳池游泳，在中水池练习所学的动作，慢慢的，我可以一口气游25米、50米、200米了。练了一周后，爸爸说：“你练得差不多了，基本上掌握了蛙泳的动作要领，去考深水证吧！”

我想了想说：“管他三七二十一，走！”结果，我一次顺利的考到了深水合格证。

这个暑假，我经过努力拿到了深水证又学会了蛙泳，心里非常高兴。

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！