# 爱运动的我作文200字(精选43篇)

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2024-01-17

*爱运动的我作文200字1所谓：“读书不忘运动，运动不忘读书”，意思是一个人不仅要读书充实学识，更要锻炼强健的体能。有了强健的体能才能享受美好的人生，可见得运动是非常重要的。说起运动，运动的益处可是不胜枚举呢！运动不仅可以让人不长容易导致生病...*

**爱运动的我作文200字1**

所谓：“读书不忘运动，运动不忘读书”，意思是一个人不仅要读书充实学识，更要锻炼强健的体能。有了强健的体能才能享受美好的人生，可见得运动是非常重要的。

说起运动，运动的益处可是不胜枚举呢！运动不仅可以让人不长容易导致生病的赘肉，反而能练出健康的肌肉，运动也可以维持苗条、健美的身材，运动更可以锻炼强健的体能，让人精神抖擞，充满活力。爸爸妈妈常说我是一只活泼好动、活力充沛的小白兔，运动简直是我天生最拿手的项目。从小我就喜欢跑跑跳跳，即使是在充满家具的客厅或是窄小的卧室，甚至是不该跑步的走廊，我都是快乐的活蹦乱跳的。如果是到了适合运动的广大草原、操场，或是游乐场所，那我更是尽情的大玩特玩，丝毫不停歇，所以我全身的肌肉真的比不运动的双胞胎弟弟结实很多，尤其是小腿肚真的是有肌肉喔！

升上小学的我，体育是我最喜欢的科目，也是我最拿手的项目。我喜欢的体育项目有很多，其中，我最喜欢的是武术。每当我在练习武术、锻炼体能时，即使练得汗流浃背、气喘如牛，我仍快乐无比，除了因为我天生好动，拥有敏捷的运动细胞外，我还会神气的想象自己是水浒传的主角——林冲、武松或花荣呢！打武术时总会让我毛细孔大开，汗水湿透全身，那种感觉真是舒畅、快活。所以我爱运动根本就是理所当然的。

“生病的国王不如健康的乞丐”，我爱运动，所以我拥有健康的身体，也才能享受美好的生活，我总觉得我是一个健康的国王呢！欢迎你一起加入爱运动、健康一族的行列吧！

**爱运动的我作文200字2**

说到运动，我可是全班里排名数一数二的。足球加上垒球的一种运动，就是我最喜欢的——“足球”。

上了三年级以后，接触了足球，就叫我爱不释“足”，每一节下课都赶紧拉几个同学，大家一踢都踢到九霄云外去了，真是厉害！自从我每天下课去踢足垒以后，短短十分钟，大家都踢得惊天动地、大汗淋漓，踢得真爽快呀！在要回来得分时，无情的上课钟声响起，我们一哄而散，这时只有宽广的操场，默默的等待再一次的下课钟声响，就像我一样热切的期待。

自从爱上足球以后，我每天一定非踢不可，而且一定要赢。以前无精打采的我，现在变得像一只别人追不到的老虎，活泼好动。踢久了，我开始倒吃甘蔗，每次一踢都一定会二垒安打，也常常全垒打，叫同伴瞠目结舌，更叫自己意外惊喜！

我还喜欢另一个运动就是打桌球，我每天放学马上跑去桌球室打球，打到六点。虽然我还在起步阶段，但我也是不会放弃的，因为我知道——“熟能生巧”。

三年级的暑假，我每天都去打球，我的足球已经比以前进步五大格，跟以前弱小的我，已经差得天高地远，我现在可以找很多人来算帐了，现在开学上课别人才知道，我不是好欺负的，但是现在还是会输一些人。没关系，只要再练得更强一点，一定可以打倒他们的。教练也常常跟我说：“胜不骄，败不馁。”所以我常常对自己说：“输了没关系，再努力一定可以青出于蓝胜于蓝！”

**爱运动的我作文200字3**

每节下课，我都会去运动，我做的运动有跑步、跳绳还有打篮球。

我最爱的运动是打篮球，因为，打篮球不但对身体好，同时也很好玩，所以我最喜欢打篮球。其实，前一阵子我还不太会打篮球，经过每天努力的练习，现在的我已经学会了一些技巧，已经真的会打篮球了，所以，一有空，就和朋友们打上一场，有一次，我就跟朋友比赛，居然是我赢了！。我还喜欢跑步，下课的时候，我都跟好朋友谢骏杰在外面跑步，做这个活动让我觉得很开心，因为跑步会让我很有力气。我喜欢的运动还有跳绳，每当爸爸、妈妈在周星期六和日或没有上班的日子，我们都会比赛跳绳一百下，妈妈总是得第三名，因为妈妈跳的\'很慢，爸爸是第二名，我跳得最快，所以冠军都是我。

我们全家都爱运动，利用假日去学校跑跑操场或做做各种运动，全家人变得活力十足，我们都觉得多运动身体才会更健康。

**爱运动的我作文200字4**

在我还没六年级的时候，我很讨厌玩躲避球，因为我怕会被球砸到，所以我很讨厌玩躲避球。

上了六年级之后，在某天上健体课时，我看打家都在操场玩躲避球玩得很开心，于是，我就告诉我自己，我一定也和大家一样，开开心心的在操场上，和大家一起玩躲避球，同时，我也告诉自己，我一定要克服障碍，勇敢的面对现实，只不过是一颗小小的躲避球，有什么好怕的，只要把她看成是一颗小小的钢珠，勇敢的接起来就好了。

之后每堂体育课，我就去练习接球，如果被球砸到了，也要忍住眼泪，千万不要哭，渐渐的我已经不在怕了，而且我也开始喜欢躲避球，下课时，我也会去玩躲避球。

每个人都有自己喜欢的事，也有讨厌的事，喜欢的\'事有可能变成讨厌的事，讨厌的事也有可能变成喜欢的事，在过程中遇到的障碍，一定要努力的去克服，将来就可能成为有名的人。

**爱运动的我作文200字5**

运动可以增进身体的健康，使心情更快乐。全家人一起运动，感情会更和乐，所以我喜爱运动。

在学校里，只要上体育课，不管是赛跑、打球、跳高、跳远，我都会把握机会，好好的运动一番。流了一身汗，放学回家后，洗个热水澡，身心就会非常舒畅。星期六、日，我更喜欢和爸爸妈妈一起去游泳，游泳是我最喜爱的运动。在水中，我就好像一条美人鱼，\*\*自在，快乐无比。我最擅长的是“蝶式”，所以爸爸妈妈也不敢小看我！

运动有许多好处，除了身体健康，还可以和家人增进感情，让我的生活更充实、更快乐，所以我爱运动。

**爱运动的我作文200字6**

在学校里，每当下课钟声响起，校园的每个角落，总会有许多同学跳绳、跑步、打篮球……，各式各样的运动，都在这十分钟里热烈展开。喜欢运动的我，当然也不会放过这短暂的时间。其中，我喜欢的运动就是打篮球。当老师的哨音响起，男生们就会以“迅雷不及掩耳”的速度攻击女生。女生也不甘示弱的以“回马枪”的力量攻击男生，一场激烈的躲避球赛就此展开……。

在炽热的阳光下运动，虽然有人说是一种折磨。但是，对我而言，却是一种“幸福”的滋味。在运动的过程中，难免会受伤，或者是发生意外。可是，我们都会互相关心，彼此照应。即便有同学受伤，大家就会带去健康中心“报到”。在运动的过程中，难免会有输赢，但是赢了却不会骄傲，反而更积极争取分数；输的也不会气馁，反而再接再厉。因为老师常常说过“胜不骄，败不馁”，这可是身为运动员必备的精神和价值。

犹记今年暑假，我和家人一起去旅游，因为我和哥哥吵着要骑自行车，妈妈答应了我们。一路上，我们经过了许多庙宇，我们游历了许多名胜古迹。一路上有说有笑，天南地北，因为骑车让我们汗水淋漓，全身舒畅；因为运动让我们全家人的感情和乐融融。谁说运动不是生活中快乐的事呢？

运动能使我们身体茁壮；运动能使我们心肺耐力增强。运动就像一位魔术师，让跑步慢的人训练成参加百米赛跑的好选手；运动也是润滑剂，让身体可以更加谐调，充满活力。运动，能使我和同学间增加了些许的友谊；运动，能使我忘记烦恼的愁绪，所以我觉得：“运动真好”！

**爱运动的我作文200字7**

大家好，我叫干以浩，今年已经十岁了。我的身子小小的，瘦瘦的，有一双像鸡爪一样的手，又细又长、小巧玲珑。我特别爱运动，可能因为运动，我几乎很少生病。

在运动中，我最喜欢踢足球了。我现在的球技不能说很高，我十分爱当守门员，守门员好比是最后一道防线，对方能否进球，就要看守门员的实力了。我身为守门员知道自己有重大的责任。时时刻刻准备着抵挡对方的射门。有一次，在比赛中，我队的队员比不过对方的队员。过了一会儿，一名对方的队员准备射门了。我向离我最近的许科扬喊道：“快过来防守啊！”可是许科扬好像没听见一样。忽然对方射门了，我已经来不及补救了，球进门了。比赛输了，许科扬走过来说：“你为什么不叫我过来防守呢？”我面红耳赤地说：“我叫过你了！哼！简直不可理喻。”我想：分明是你注意力没集中没听见，还赖在我的头上，还有没有“王法”了？

不说地上的了，咱们说关于水的。关于水里的运动，大家就会想到游泳。我除了喜欢踢足球，还喜欢游泳。我最喜欢蛙泳，已经能游25米了。

我还喜欢跑步、打羽毛球、踩高跷。这就是我，这就是独一无二、与众不同的爱运动的我，我爱我自己！

**爱运动的我作文200字8**

我，总爱扎着短短的马尾辫。一张鹅蛋脸上，浅浅的柳眉，小小的眼睛和樱桃小嘴。虽然让我少了几分漂亮，却多了几分可爱。

别看我表面很文静，说起运动来，我可样样不差：游泳、自行车、乒乓球，羽毛球&&记得爸爸刚给我买回自行车的时候，我兴奋不已。刚开始我一上去就想骑，结果差点摔倒。试了好几回上去，可刚歪歪扭扭的骑出一米多，我就败在了自行车手下。但功夫不负有心人，我反反复复了多次以后，就能绕院子骑几圈了。现在，我已经非常熟练，可以单手骑，下台阶和站着骑了。

乒乓球现在我虽然打得很好，但学的日子却很苦。整节课基本上都在做动作，垫球总之是一些无趣，乏味的事情。但我从来不叫苦，因为我喜欢乒乓球，想学好乒乓球，要打得跟高年级的大哥哥大姐姐一样好。换来现在的成绩，还是没有白辛苦。

回想起来，我明白了一个道理：原来是你把事情想的太难了，只要你把事情想的很简单，学起来也会很简单。

我喜欢运动，也自然会喜欢户外活动。春天，我去放风筝，让希望在天空翱翔。夏天，我去郊游，把快乐埋在土里，长出更多的快乐。秋天我去爬山，让歌声在山上回荡。冬天，我去滑雪，把烦恼甩的远远的。

这就是我快乐，开朗，爱运动的我。

**爱运动的我作文200字9**

稚嫩的幼苗需要阳光照射才能成长茁壮，美丽的花朵需要雨水的滋润才能绽放，而我们的身体需要多运动才能永保健康，因为运动能使能人放松心情、纾解压力，让人活动筋骨、强健体魄，所以我喜欢运动。

运动的项目琳琅满目，例如：篮球、排球、羽球，游泳……，其中我最喜欢的是踢足球。足球是合群作战的运动，踢足球不但可以奔跑追逐练习跑步，还可以让我们培养团队的默契。我第一次踢足球的时候，我一心一意只想把球射进球门，但是都踢不进去，经过几次练习以后就踢进去了，顿时觉得非常开心。

每当我心情不好的时候，我就会去踢足球，踢球时我会全神贯注，在球场上追着足球尽情的奔跑：和同学互相切磋琢磨，使球技一天比一天厉害。踢完球后，虽然汗流浃背、气喘如牛，但心里却充满成就感，像小鸟在天空飞、鱼儿在水里游一样自由自在。足球是一种很有意义的运动，不仅可以锻炼身体，还可以结交志同道合的好朋友，所以我非常喜欢踢足球，它可以让我超越自己成为最强的人！

俗话说：“要活就要动。”可见运动对于身体健康是多么重要，所以我们要养成运动的好习惯，不管是打球、爬山、骑自行车……，都是有益健康的活动，而且从运动中可以学到许多人生的道理，像是：“胜不骄，败不馁。”、“人外有人，天外有天。”……等，让我们心灵更加充实，所以我们应该要常常运动，才能头好壮壮、神清气爽，健康快乐每一天喔！

**爱运动的我作文200字10**

我最喜欢的运动员是刘翔，刘翔是曾经是破了世界记录，是中国人的骄傲，我最喜欢的运动员。

他是从19xx年7岁时，刘翔被上海市管弄小学的校田径队教练仲锁贵选中练习田径，从此与体育结缘。1993年，四年级即将结束的时，刘翔被顾宝刚老师选入上海市普陀区少体校，主练跳高、辅练100米短跑等，开始了职业运动生涯。1995年，一次市100米跑比赛的机会，被上海体育运动技术学院田径队二线队教练方水泉看中，随后进入开始练习跨栏。1996年获得上海市少年田径锦标赛乙组冠军。这是刘翔记忆中获得的第一个跨栏冠军看跨栏运动员，跨向冠军之路的。

刘翔为了世界冠军一个人封闭式的训练，冠军只有一个，很多人和你一样，所以一定要加油，我会为你加油，喝采的。

刘翔你要加油，不要被罗伯斯打下来，秒不算什么，没事，到了08年看奥运会的时候，我希望你能跑到记录，那奥运会跨栏比赛冠军，中国加油，奥运家有，四川加油，刘翔加油，我会关注你的。

刘翔你是中国的希望，现在奥运会来到家门口，一定要加油，你一定要破这个记录，为祖国增光，加油吧刘翔，加油中国。

**爱运动的我作文200字11**

每一个人的嗜好都不一样，有的人喜欢打篮球；有的人喜欢看书；而我喜欢的是棒球。

第一次接触棒球的时候，是我在看电视的时候，当时随便转台，看到了运动员投球的英姿，深深的吸引着我，因此，我便爱上了棒球。每当放假时，便找爸爸陪我一起打球，刚开始时，我常常挥棒落空，让我垂头丧气，但是，爸爸的鼓励与打气，让我继续努力的练习。

皇天不负苦心人，由于我不断的练习与努力，让我球技精进不少，在一次的练习打击中，我竟然挥出了一个又高有远的球，让我雀跃不已，我高兴的像中了大彩票。

在寒假的时候，我去参加了一个棒球营，经过一段时间的练习，教练让我们进行比赛。我们这一队前七局都没有得分，可是，对方靠着我们的保送和失误，再第五局攻下了六分，正当大家无精打采时，我打出了一个\_红不让\_的全垒打，让全队士气大振，接下来的打者频频击出安打，总共打出了七支安打，攻下九分。最后，我们就以九比六逆转胜，赢了对手。

经过了这一次比赛，让我知道\_球是圆的\_的道理，就算让对方领先，也不能轻言放弃，不到最后一刻，鹿死谁手，都是一个未知数，怀抱着希望，坚持理想，最后胜利就是你的。

**爱运动的我作文200字12**

我喜欢跑步，因为跑步可以让烦恼的事情随着风飘走，所以我很喜欢跑步这个运动。

有一次，我有一件很烦的事：我的朋友要离开深圳去广州读书。我舍不得她走，我就去跑步，在跑步的同时看着蔚蓝的天空，想起了另一件高兴的事，所以就把这件烦恼的事忘掉了。

还有一次，老师叫我们写一篇叫做《最喜欢的运动》，我就写了跑步。你知道我为什么写跑步吗？是因为我经过上次的烦恼事，所以我才喜欢上这运动。

再有一次，运动会上，老师叫我去参加跑步，我参加了，得了二等奖，我知道我是第二名，所以自言自语的说：只差一点就可以拿第一了，算了，得了个第二也不错，我还要加油。”同学们都说我很厉害，我心里也是甜津津的。

我从这三件事情中知道一个道理：就算输了也高兴，还想我下次要怎样超过胜的人，那才是真正的喜欢跑步。所以在跑步的过程中。还要想怎么跑能使自己开心，

所以我们如果在运动中明白一些道理，那么运动就是很奇妙的了。

**爱运动的我作文200字13**

有人喜欢花红柳绿的春天，有人喜欢骄阳似火的夏天，也有人喜欢大雪纷飞的冬天，而我却偏爱硕果累累的秋天。

秋天是丰收的季节。果园里，果子熟了，红红的苹果像小姑娘害羞的脸蛋；绿色的葡萄晶莹透明，犹如艺术家雕刻出来的作品；金黄的桔子仿佛一个个小灯笼挂在树上。田野里，高粱举起燃烧的火把，稻子向人们点头微笑，棉花宛如雪一样白，玉米乐得咧嘴大笑，露出一排排金黄的牙齿。森林里，火红的枫叶随风飘散，好似一只只火红的蝴蝶翩翩起舞；金黄的银杏叶像一把把小扇子。

秋天真美，我爱秋天。

**爱运动的我作文200字14**

我个头不高，而且看上去还弱不禁风。初次见面人家都以为我是一个文静内向的小男孩。可相处下来，我好动的性格就逐渐暴露出来。别看我?C，可我的运动细胞不错。跑步，打羽毛球，打篮球都是我的强项。

只要有空余时间，我便会像出笼的小鸟一样出来做做运动。在学校运动会上，总少不了我的身影；在体育课上老师总说我动作做得好。

最近，我又迷上了打羽毛球，整天缠着爸爸陪我练习。现在；发球，接球，扣杀等一些基本知识我已经牢牢的掌握了。妈妈已经是我的手下败将了，我发的一些刁钻高空球连我们家的高手——爸爸都接不到呢！你说我是不是很厉害呀！你们谁有空，可以找我来比试一下哦！

生命在于运动，运动增强体魄，运动也给人带来乐趣，所以我爱运动，所以我走到哪里都是精神焕发，活力四射。

**爱运动的我作文200字15**

在这个世界上有很多人都喜欢做什么事情，而我喜欢运动。我们强壮的身体是运动出来的，因为运动能让病毒不能侵入我们的身体。这样我们就能少花一些钱，少得一些病，父母也能少操一点心，这样我们就不用担心我们的身体。我们早上起来都要做运动，做运动的方法有很多种，例如：跑步、做操、压腿、做仰卧起坐等，有很多种。只要我们每天坚持运动，那么我相信我们的身体将更加健康。我每天早晨都会运动，骑着车子去上学。下午放学后就会和爸爸打一会羽毛球，直到出汗，人出汗之后感觉非常舒服。上星期的时候，我身体不舒服，打了两天点滴，感觉就好了很多，但是，浑身不想动。爸爸喊我打羽毛球，让我运动一下，我运动了一会儿，感觉浑身来了劲，之后也没有再打点滴，吃了点药就好了，这在以前是绝没有的事，我以前身体较弱，有病时打点滴都得打好几天才能好，这更使我意识到运动的重要性。生命在于运动，只有参与运动，我们才能感觉到它的重要性，才能有健康的身体。希望大家以后要多参与运动。

**爱运动的我作文200字16**

在这个假期里，我做了很多体育运动，如跳绳、跑步、仰卧起坐、扔实心球等，我最喜欢的运动是扔实心球。

我家楼下有一条小路，妈妈经常陪我去练实心球。

第一次扔球的时候，一拿起球，我就感觉球好重，当双手把球举过头顶时，我差点被球压了下去，扔出去后一看，球就在眼前不远处，跟扔沙包的距离相比，相差太远了。后来，妈妈查了一些关于扔实心球的资料，我看了以后，按照资料所说的方法，开始了练习。我把两脚前后分开一定的距离，双手将实心球举过头顶置于脑后，再用力扔出去，当球从我前方“飞”出去的时候，我的身体也差点冲了出去。就这样，我不停地扔球，妈妈不断地捡球传给我，我热得汗流浃背，妈妈也累得腰酸背痛，还时不时地帮我纠正错误姿势、把正确的动作示范给我看，经过一次又一次的努力，我扔的距离明显远了起来，最远的一次有米，我和妈妈都很开心!

虽然现在的成绩还不是很理想，但我相信，只要我不断地努力，就会取得更大的进步!

**爱运动的我作文200字17**

我们的身体最重要的就是健康，而健康与体育运动有着密切的关系。大家从五湖四海聚集在一起，也算是国不可以一日无君，家不可一日无主，我们不可一天无运动。，多做运动，能强身健体，有益身心。从此可见，运动是多么重要啊!

我喜欢打羽毛球，它有许多好处，青少年可以把它作为促进生长发育、提高身体技能的有效\*\*进行锻炼，适量的羽毛球运动能促进青少年增长身高，能培养青少年自信、勇敢、果断等优良的心理素质。而儿童可作为活动性游戏方法来进行锻炼，在阳光下奔跑跳跃，并能击到球，从小培养儿童不畏困难、不怕吃苦、不甘落后的精神。今天，我和姐姐打羽毛球，我们先找好各自的位置，今天风不怎么大，所以比较好打。由姐姐来发球，只见她把羽毛球往空中一抛，又用羽毛拍迅速的把球拍了出去，那球飞过我的头顶，直窜进了草丛，我高兴地欢呼起来：“姐姐拍出界了，姐姐拍出界了!这一局我赢了。”姐姐不服气地大嚷：“不算啦!重来，我这边风大!”只见她说完后敏捷的\'一拍，刚才还沉浸在喜悦中的我顿时不知所措，这球竟然也没出界。我多么悔恨我的粗心大意。就这样，夜黑了，风大了，我们也累了。可运动却仍在继续。

今年是奥运年，是体育运动的象征，我爱羽毛球，我喜欢体育运动，因为它是我们健康的象征和灵魂的真缔。希望每个人都有一项自己喜爱的体育运动。

我爱运动!

爱运动的我优秀作文200字 (菁选3篇)（扩展4）

——我爱春天作文200字3篇

**爱运动的我作文200字18**

我是一个调皮、机灵的、中年级四（2）班学生。我有一头乌黑光亮的头发，有一双黑溜溜的眼睛好像会说话，两只会动的耳朵扑哧扑哧很神奇，还有一张爱说话的嘴巴，咕噜咕噜的倒出甜言蜜语。这就组成了一张帅气的脸蛋。告诉你一个小秘密，我有很多爱好，喜欢唱歌，喜欢画画……但是我更喜欢运动。酷爱跑步和打乒乓球。那我先说说我跑步的成绩吧！

我知道跑步有两种：长跑和短跑。其中我喜欢短跑，比赛要开始了，我的对手是两女一男都是菜鸟，我有信心百分之一百能赢了。预备，开始裁判一声令下，我飞奔了出去，就想是脱缰了的野马，他们很快就被我拉开了距离，快到终点了，我并加快速度，只用九秒的优秀成绩，体育老师叫我运动小健将呢！跑步时很紧张也很刺激，有一阵阵风从我耳边掠过很舒服。

我再说说我打乒乓球吧！

我和一个高年级的学长打乒乓球，我称他为我的“师傅”。今天我和“师傅”一决高低。我们摆动着动作耀武扬威，开始时我发球，我轻轻地把球发了过去，对方也给挡了回来，就这样你搓我削来来回回几个回合，我抓住对手的一个挑高球一个扣杀，对方一不留神没接住输了球。我一蹦三尺高，高兴地心都快蹦出来了……第二轮比赛开始了，是对方发球，首先对手把球打得很慢，连续几个回合。当我想打快球时，被对手洞察先机先下手为快，打得我一个措手不及，到最后还是输了球。

虽然我们打输了比赛，但是我也赢了“师傅”一局呀！

你说我爱不爱运动呢！

**爱运动的我作文200字19**

说到我爱运动，这学期我终于有机会参加轮滑社。妈妈说以前因为时间没有办法配合，所以不能学轮滑。那时我只能在一旁心生羡慕，眼巴巴的看着别人溜，现在我终于可以自己学我期待已久的运动，溜轮滑。

我一开始，满心期待的带着我的新轮滑，到双龙小学上课。教练一开始就大展身手，引起我们的学习欲望。他表演了葫芦煞车、T字煞车、T字走……等招式，前面三个就是基本招式，现在我上完两节课，就已经很熟练这些招式了。

爸爸称赞我，溜得越来越好。可是有时候溜太快，还是会摔跤。虽然跌倒了，不过我不会被打倒，我还是会勇敢站起来，继续努力的练习。俗话说：“凡事起头难。”只要我有恒心毅力，一定可以溜得跟教练一样棒！

所以我每天都在期待着星期六的到来。虽然有时候溜不好，会感到挫折，但是爸爸总是会安慰我说：“没关系！多练习几次就会成功了。”在爸爸的加油打气声中，我的自信又找回来了，我要再接再厉，继续练习。

我觉得我现在最爱的运动是轮滑，从事轮滑的运动，让我身体更健康，也交到很多好朋友。

**爱运动的我作文200字20**

运动是每个小朋友都喜欢做的，但是运动要有一定的时间，像是吃饭后要休息一会儿才能运动，否则对体内消化有阻碍，而把身体弄坏了。运动能增进血液循环，还能使肌肉发达，培养坚强的体魄，这些都是运动对人体的好处。运动有很多种类，例如打棒球，小朋友说起打棒球，那真是高兴到极点。另外像是乒乓球，这种运动是在室内进行，比较不会太剧烈，我很喜欢玩，可是打得不太好。

我最喜欢的运动是骑自行车，我喜欢的骑自行车的原因是因为自行车让我没有烦恼。我喜欢和同学一起骑，每次假期的时候都会比一比看谁骑的比较快。每当在比的时候我们总是尽全力去骑。我都骑第一或第二。每逢假日出去骑自行车时，可以顺道看看路边的景观，微微的凉风迎面吹来。身体一阵舒畅。景观随着四季的变化。让人感受到冒险的小小乐趣。

虽然我会的运动不多，但我还是喜欢运动，我建议大家经常运动，身体就会变的很健康，心情也会自然而然变的更舒畅，更舒服，让我们的生活变的更多彩多姿。

**爱运动的我作文200字21**

以前只要别人找我出去运动时，我总是假装自己很忙的样子，别人都说我在逃避，可是我都不理他们，继续做自己的事。可是现在不一样了，只要一下课，不用别人催促，我就自己跑出去运动，不管是跑步、篮球、田径、跳高、……等，我都会，每样运动都难不倒我的。

以前爸爸妈妈就一直鼓励我要多运动，可是我只要一听到“运动”这两个字，我就会两腿无力，因为“运动”对我而言，就像是对身体的一种折磨，所以无论谁劝说，我对运动都无动于衷。而且我觉得运动时会满身大汗，身体会很臭，出去运动，不如在家玩电脑还比较好。在外面运动，根本就是浪费玩电脑的时间。所以我一直很不喜欢运动。

现在不一样了，我像个运动疯子，每天一直运动，除了上课的时间，就是我运动的时间，现在我参加学校田径队，也学到很多跑步的诀窍喔！例如：脚步要很大、手要九十度、摆手时手一定要超过腰部，这样跑步就会很快。自从我加入田径队后，我就一直在长高，所以我要一直运动，将来或许可以长到两百公分。

现在“运动”成为我最好的朋友，谁都不可能取代“它”。以前可能是我不知道要怎样运动，所以不喜欢运动，可是现在我知道了，我一定要努力的运动，才可以朝着身高两百公分的方向前进。

**爱运动的我作文200字22**

我爱运动，运动完后，通体舒畅，精神饱满，让我充满干劲，又有充沛的活力可以读书了！

我爱运动，我喜欢登山，山上的空气很新鲜，每吸一口，彷佛身上的每一个细胞都得到了养分，苏醒了过来；风景也是美不胜收，鸟语花香，天是那么的蓝，树是那么的绿，和城市的生活不一样；如果我住在山上的话，每天都可以吸到清新的空气，那该有多好！可惜这个梦想很难实现，只能借着假日时，爬上山来过过瘾。

我爱运动，我喜欢骑自行车，骑自行车让我觉得自己像是一只自由自在的小鸟飞翔着，快乐无比；骑脚踏也能让我忘掉不开心的事，有时候我还边骑边和家人聊天呢！不仅可以享受追风的快感，还可以增加亲子关系，真是一举两得呀。

“哔！”哨子的声音，划过天际，带来紧张的气氛，每一个参赛者都快速的向前冲，互相竞速，这就是我喜欢的运动—赛跑。我喜欢双脚抬起，跑步的感觉，就像一只小白兔在草原自由奔跑，无忧无虑，为奔跑而奔跑，享受单纯的快乐。

我爱运动，它让我忘掉烦恼，带来快乐，它是我的好朋友，陪我渡过每一天。

**爱运动的我作文200字23**

踢足球、跑步、滑板都是我喜欢的运动，我最喜欢的是游泳。

因为游泳能锻炼身体，又好玩。

我学会游泳还有一段经历呢。小时候爸爸带我去学游泳。看着像篮球场的游泳池，心里很兴奋，觉得游泳很好玩，可游泳并非我想的那么好玩。我一下去就被水淹没了，还喝了几口水，呛得我晕头转向，从此我就不敢下水了。

今年在爸爸的鼓励下我终于鼓起勇气去学游泳了。首先，要熟悉水性，然后开始练习蹬脚、憋气、划手。开始我一下去就被水淹得逃了出来。但我不再退缩，经过爸爸的指导，终于浮起来了，我开心极了。手不停的划，脚不停的蹬，终于能游一段了。我觉得游泳真舒服，现在听说去游泳，我就会一跳三尺高！

游泳既是一项运动，更是一项技能，而且，夏天游泳很凉爽哦，我喜欢游泳！

**爱运动的我作文200字24**

我有一双亮晶晶的小眼睛，乌黑的长发，灵活的身体，哈哈，我是一个爱运动的`姑娘。

我爱打羽毛球，一天我和朋友们相约在花园打羽毛球。开始由我发球，我熟练的把球抛向空中啪的一下，羽毛球飞向了朋友，可她也不甘示弱用力一挥接过我的球，羽毛球像我的方向飞了过来，我的精神马上集中在球上一个箭步冲上去扣球，她没能接住，我笑着说：“哈哈，我的必杀厉害吧。”“再来 ”我们又开始了一轮又一轮的羽毛球大战。

我还爱骑单车，天气好的时候我和妈妈常常出去骑单车，踩着单车阳光散在身上，风从耳边呼呼划过，感觉自己长了一双翅膀在风中疾驰而过，我总蹬得很快，妈妈却总是慢悠悠的踩着，我总爱叫着妈妈：“妈妈，你快点来追我啊。”

我是一个爱运动的人，运动不仅能锻炼身体，还能从中找到许多乐趣。

**爱运动的我作文200字25**

缓步走出球场，几颗耀眼的星星在夜空中闪烁着，摸着被汗水浸透了的运动衫，回头瞥了一眼仍在球场上享受拼搏的球员以及场外为他们加油助威的观众，我笑了，这正是运动的魅力所在。

曾几何时，我是一个微胖的人。那时，跑两步就会气喘吁吁，更别提主动运动了。我是能坐着不站着，能躺着不坐着的人。身体素质不好，抵抗力就差，在爸爸妈妈的“逼迫”下，我走上了运动的道路。

三年级的时候，在父母的要求下，我开始学习击剑。刚开始我听说击剑的运动量特别大，会让你不停地绕场地跑，而我天生排斥运动。因此最开始我对待击剑的态度就是排斥、躲避，因为我不想过于劳累。

其实击剑的训练是最能考验一个人的忍耐力的，穿着厚重的剑服半蹲在场地上一次就是30分钟，期间教练还会不停地用剑击打你的大腿，让腿更加酸痛，接着便拉着你去跑，跑多少由教练的心情决定，往往一场训练下来，所有人都会躺在场地中央，不住的干呕。就是在这魔鬼般的训练下，我的体能飞速提升。渐渐地，我爱上了它，因为它让我的个人主义得到了完美的诠释。比赛中剑互相击打的声音，鞋磨剑道刺耳的声音，得分时的怒吼声，这些交织在一起，让人心潮澎湃。

后来，击剑的运动效果已经满足不了我对运动的需求，我开始学习篮球。

篮球，是一个很容易让人疯狂的运动。每每看到篮球在空中划出一道优美的弧线，听到篮球穿过篮网那一刹那发出的如同水花般清澈的声音，都让我着迷。场下那阵阵掌声，让我心情舒畅，赛后那汗水浸透的感觉让人酣畅淋漓。运动不仅仅是身体在动，而且需要更多的智慧在里面，每一次比赛和对方斗智斗勇，充满了快乐，彰显了自信，我更爱运动了。

如今运动，成为了我生命的一部分，我爱上了为体育之美奉献力量的感觉，那一刻，我会忘记吃饭，忘记烦恼。越来越爱运动的我，让青春的热血在血管里奔腾。爱运动的人生是美好的。

**爱运动的我作文200字26**

我的家乡在长兴，位于太湖之滨，是鱼米之乡。我的家乡特产很多，有银杏、茶叶……银杏是我的最爱。

银杏长得很慢，但它能长寿，是我国最古老的树种之一，被称为“活化石”。

春天的银杏叶子染绿了整一棵树，绿油油的一片。近看，一把把小伞子似的树叶可爱极了。

夏天，银杏树上结满了果子，那就是白果，而白果由绿变黄，慢慢成熟。炎热的日子里，白果如同怕热的孩子躲在绿叶底下，小伞子就扇走了热光，扇来了凉爽。

深秋初冬时，人们把采摘下来的白果表皮剥掉，露出白白的壳，晒干。白果可以炒着吃，也可以煮鸡汤喝，还可以放在微波炉里煨着吃。味道好，营养丰富。

我爱白果，更爱我美丽的家乡。

**爱运动的我作文200字27**

我很喜欢运动，因为运动给我带来了很多欢乐，我最喜欢的运动有跑步、溜冰。

说起跑步，我就想起了童年那骄傲的我。

有一天，吃过午饭，我和爸爸到小区里散步，我们边散步，边谈论着千奇百怪的话题，最后，不知不觉就谈到了跑步，我突然心血来潮，对爸爸说：“爸爸，不如我们俩就来个跑步比赛吧，我们从健身场跑到大门口，看谁先到，怎么样？”爸爸说：“好的，三二一，走！”爸爸的话音刚落，我立刻象风的速度一样冲了出去，我的速度真快呀！象一匹急风烈马，像一阵疾风。我心想，我跑的这么快，老爸肯定追不上我了。我边想边得意。这时，我离终点只差七八步了，这时爸爸突然超过了我。结果，还是爸爸赢了，虽然我跑输了，但从此我却喜欢上了跑步。

还有，每当吃过晚饭，我就会到楼下从车的后备箱里把我的溜冰鞋拿出来，细心地穿上，然后两脚先站成八字，站稳后再一左一右、一右一左地溜起来，我还会穿着溜冰鞋走路、跳高和原地转圈，我还会一只脚蹲着溜呢！

看，这就是爱运动的我！我希望我长大了以后当一名溜冰运动员，我会努力的，除了这两项运动，我的爱好很多别的运动呢！

**爱运动的我作文200字28**

我喜欢的运动有很多，如跑步、跳绳、踢毽子……其中我最喜欢的是打羽毛球。

一天，我和爸爸兴冲冲地来到体育馆。我们做了一会儿热身运动，爸爸就开始发球。我紧握球拍，信心十足地跑过来，用力一挥，只见羽毛球在空中迅速地划 了一个弧，直奔爸爸面前。爸爸又打过来一个高远球，我向后一蹬，用羽毛球教练教的步伐移到后场，把球给接了过去。爸爸见了，又把球打到右前方，可惜，我没 反应过来，让爸爸赢了一分……一会儿，我就满头大汗，而爸爸正轻松地接打着球，仿佛一点儿也不费力。我不甘示弱，一直坚持着。渐渐地，我能够比较好地接爸 爸打给我的球了，时不时“杀”爸爸几个球，让爸爸措手不及。羽毛球看见了我的进步，高兴极了，好像很听我的话，叫它飞到左，它就飞到左，叫它飞到右，它就 飞到右，在我和爸爸之间飞来飞去，像一只快乐的小鸟……

休息时，我听到旁边的阿姨说：“这个小女孩打得不错！”我听了高兴极了，心里像吃了蜜一样甜。我不由想起我刚练羽毛球时的情景，因为太辛苦、太累了，我就想放弃，是爸爸、妈妈时时鼓励我，我才坚持了下来。

小小的羽毛球不仅让我的课余生活多姿多彩，也使我拥有了健康的体魄，而且磨练了我的意志，我真喜欢它！

**爱运动的我作文200字29**

我以前从不运动。爸爸让我每天要运动，我很不情愿。但爸爸说运动可以使我变得强壮，冲这一点，我便妥协了。

清晨，我和爸爸出去晨跑，刚开始，我有点气喘吁吁。渐渐的，我可以一边跑，一边和爸爸说话了。太阳光洒满了整个广场，鸟儿在枝头吟诵。这个世界原来这么美好，以前的我怎么没发现呢？渐渐的，我爱上了运动，觉得只跑步已经满足不了我了。于是，我便开始打羽毛球。

我换上运动衣，和爸爸对决。羽毛球在天空中划出的每一道弧线，都是运动场上的一道亮丽的风景，羽毛球原来这么有趣。汗水浸透了衣服，这多么好玩啊！忽然，羽毛球朝我飞来，我立刻把羽毛球打了回去。接着，爸爸也反应迅速地打了回来，这次羽毛球是朝下飞过来的，我一个“猴子捞月”把羽毛球拍了回去，爸爸为我这个反应惊呆了，球都落地了，爸爸还在原地一动不动呢！我第一次赢过了爸爸！

后来，我的行动不仅仅只是在户外运动了。在家里，我还喜欢看一些体育频道。看到电视上运动员矫健的身影在奔跑，我心中充满了羡慕。看这个，我能忘记了烦恼，忘记了吃饭。仿佛一切都是那么美好！

我还参加了夏令营，站在长城脚下仰视长城，觉得我是那么小，我便产生了一种想法，我要征服它！接着，我开始爬长城，我脚下的台阶一个个消失，长城的顶端离我越来越近，终于，我爬上去了，我的双脚征服了长城，我成功了。站在顶端，俯视一切，觉得一切都是那么小。正应了杜甫的那句诗“会当凌绝顶，一览众山小。”

自从我喜欢上了运动，我感觉一切都变了，让我彻底认识了这个世界。运动让我变得强壮，这个世界是多么美好。

**爱运动的我作文200字30**

我爱运动因为妈妈告诉我说：“运动可以增进身体健康也可以使心情快乐，也可以促进新陈代谢。”所以有时候我们会全家人一起去运动。

我最喜欢的运动是跑步，因为跑步可以让我压力变少还可以让我流一点汗，虽然说我不喜欢流汗可是我觉得跑完步流了一身汗后冲个热水澡全身好舒服喔！就好像把积在心里很久的压力全都冲掉了，还有就是跑步也可以帮助我减肥，可是喔！每次跑步完我都觉得肚子好饿喔！然后就又吃更多东西，真的很伤脑筋耶！另外就是跑步也可以训练我的脚力可以让我跑步的速度变快。

我真的很喜欢跑步，可是要跑步前一定要先做一些热身运动这样才不会让自己受伤，其实不管做什么运动都要先热身，而且刚跑步完不可以马上喝水，一定要休息一下在慢慢喝温水喔！

总之，多运动对于我们人的身体很有帮助的，所以我们平常有空就要多动喔！这样才有健康的身体。

**爱运动的我作文200字31**

春天迈着轻盈的脚步来了，百花吐艳，春姑娘把冬哥哥带走了，叫醒正在冬眠的

小草妹妹，还叫醒了正在冬眠的小动物们。就连我们学校的木棉花也开了，真是万物复苏吖！

春姑娘来了，农民伯伯赶紧播种，他们在田里忙极了。虽说辛苦，但能获得丰收，还是好的！

春姑娘在河面上蹦呀蹦，冰层裂成了冰块，化成了流水；春姑娘在大地上踩呀

踩，春草探出了头；春姑娘抱着花枝轻轻地摇呀摇，花苞含笑绽开了。

春天，你真美，你让人疼，让人爱呀！！！！

**爱运动的我作文200字32**

我喜欢运动，运动不但让我变瘦，也有益身体健康，还能促进新陈代谢，对人类真是好处多多啊！而运动的种类很多，像打垒球、跑步、踢足球、跳绳等等。在众多运动项目之中，我最喜欢游泳，其次是打垒球和骑自行车。

我最喜欢游泳，既能在夏天时泡在冰冷的水里，也不会像其它的运动一样，满头大汗、全身黏搭搭的，倒有种清凉、舒服的感觉，可真是特别啊！而且游泳对我的魅力可大着呢！小朋友本来就比较喜欢玩水，我当然也不例外。以前，我看见父母在游泳，就激起了心中想要“学”的那一颗种子。起先只是学水母漂，后来在暑假上游泳课，学会自由、蛙、仰、蝶四式了，如今，那颗种子开花了，我已如水中蛟龙，能在水中来去自如。游泳真是既新奇又有趣！

打垒球也不错，打垒球不但让我爱不释手，还能发挥团队精神，真是一举两得。原本我很不会打，幸亏教练不厌其烦的教我，才能打出现在的成绩。想想当初，我经常三振出局或被接杀，很少跑到三垒。而现在，几乎能跑上二垒，也比较少出局，进步很大。因为这是团体性的运动，我在这当中，也认识了更多人，并且学到合作的重要性，也懂了互相帮忙的力量，打垒球好玩又新鲜！

我也喜欢骑自行车，不但能训练体力，还能看沿途的风景，也能吹着很凉爽的风，真是一举数得！自行车有分独轮的、两轮的、三轮的。虽然我不会独轮，但我喜欢两轮的，因为一骑快，有个速度后，脚能暂时不踩，静静的享受微风吹过脸颊的滋味，好舒服！我热爱骑自行车的快感！

我喜欢运动，运动也在我的童年时光里留下了美好的`纪念，也让我增添了一份难以言喻的缤纷记忆，我的人生不能缺少它。

**爱运动的我作文200字33**

大家好，我叫干以浩，今年已经十岁了。我的身子小小的，瘦瘦的，有一双像鸡爪一样的手，又细又长、小巧玲珑。我特别爱运动，可能因为运动，我几乎很少生病。

在运动中，我最喜欢踢足球了。我现在的球技不能说很高，我十分爱当守门员，守门员好比是最后一道防线，对方能否进球，就要看守门员的`实力了。我身为守门员知道自己有重大的责任。时时刻刻准备着抵挡对方的射门。有一次，在比赛中，我队的队员比不过对方的队员。过了一会儿，一名对方的队员准备射门了。我向离我最近的许科扬喊道：“快过来防守啊！”可是许科扬好像没听见一样。忽然对方射门了，我已经来不及补救了，球进门了。比赛输了，许科扬走过来说：“你为什么不叫我过来防守呢？”我面红耳赤地说：“我叫过你了！哼！简直不可理喻。”我想：分明是你注意力没集中没听见，还赖在我的头上，还有没有“王法”了？

不说地上的了，咱们说关于水的。关于水里的运动，大家就会想到游泳。我除了喜欢踢足球，还喜欢游泳。我最喜欢蛙泳，已经能游25米了。

我还喜欢跑步、打羽毛球、踩高跷。这就是我，这就是独一无二、与众不同的爱运动的我，我爱我自己！

**爱运动的我作文200字34**

我最爱的运动是打羽毛球，我觉得打羽毛球非常好玩，跑来跑去，你打来我打去很有意思。即便是我这种不太爱跑步的人，也很喜欢这项运动，因为我很喜欢打到球时的那种感觉。刚开始和妈妈学打羽毛球，我不会发球，要不就是接不住妈妈打过来的球，真的很沮丧。弟弟在边边笑我笨，我绝对不要让他看扁，练了一个星期终于打得比较顺利了。

另一个我爱的运动是滑滑板车，滑板车不像自行车是用脚踩的，但是速度也挺快，还可以训练平衡感，也蛮有趣的。有一天看唐姐玩，觉得速度好快，看起来比跑步还省力。可是当我玩的时候完全不是这么回事，我经常从上面摔下来，有次还擦破皮，流血，痛死了，但是我还是爬起来继续玩，慢慢掌握了技巧和会控制速度，就越滑越顺，越滑越快。

多运动对身体很好，这是每个人都知道的道理。妈妈说不要天天待在家里，就是在家的时候也要起来动一动，不可以一直坐在沙发上看电视。老师也说不可以做沙发马铃薯，在沙发上面等着发芽。我告诉自己一定要多运动，每天运动，不能偷懒，只有好的身体爸爸妈妈才不会担心，才有精神做好自己想做的事。

**爱运动的我作文200字35**

我，爱上了脚踏车。每次骑脚踏车的时候，微微的风吹在我的脸上，凉快又舒服。一开始我还不会骑，所以只能骑有辅助轮的脚踏车，有一次在骑的时候，因为转弯太快，不小心就跌倒了，当时我还哇哇大哭呢.！所以我心里暗暗发誓以后我要更小心骑车，后来看见邻居比我小的妹妹已经可以不用辅助轮骑车了，好羡慕她哦！

有一天，我就和妹妹，好朋友约好一起拆掉捕助轮，拆掉后大家迫不及待的跨上去，谁知道一骑上去就摔了下来，害大家都不太敢上去。

后来大人们帮我在后面保持平衡，试了很多次，骑了很多天以后，大人偷偷的放手，我看到一直说：“不要放开”，可是大人们还是偷偷放开了，并且一直鼓励我不要怕，握着把手，保持平衡一直踩，到最后终于学会了骑没有辅助轮的脚踏车了！

我觉得骑脚踏车有很多好处，例如：骑脚踏车不会排放废气，不会造成环境污染，也能当运动健身，常运动能保持身体健康，有人还能减轻过胖的体重，还有人能靠买卖或修理脚踏车赚钱呢！

虽然我没有天天骑脚踏车，但是好天气时总是找好朋友或妹妹出来兜风，而且都玩得很开心，总之，脚踏车是我的最爱，也会是我永远的好朋友。

**爱运动的我作文200字36**

春天来了，小草偷偷地从松软的泥土里钻出来了，微风吹拂着千万条才展开带黄色嫩叶的柳丝，像少女飘飘的长发。花园里，百花竞相开放，争奇斗艳。小燕子从南方飞回来了，好像是来为春天增添生机。

灌木丛里，茂密的.小树从地里钻出来，渐渐地长了粗壮的枝干。那些睡了一冬的动物，此时也从梦中惊醒，出来找可口的食物了。公园里，各色各样的花儿争芳斗艳。小朋友也出来放风筝了。那些风筝五彩缤纷，真是好看极了。大熊也眨了眨惺忪的睡眼，迷迷糊糊地起来找食物。下雨了，小草露出了会心的微笑，花儿也淋浴在春天的细雨中。春雨过后，大地焕然一新，比雨前更加美丽，更加清新。青蛙在“咕呱、咕呱”的叫，好像在说，春天来啦。

春天，万物复苏，大地一片春色，我爱春天，我不仅爱那些为春天增添生机的小动物，更爱春天的生机勃勃，带给我的无限舒畅。

爱运动的我优秀作文200字 (菁选3篇)（扩展5）

——我爱秋天作文(200字) (菁选3篇)

**爱运动的我作文200字37**

本人，性别，男，今年9岁。我这个人，看上一眼，你肯定能记住我，我的外形特点是：一张椭圆型的脸，淡淡的眉毛，黑色的眼睛，鼻子小小的，眼睛不大不小正正好。我非常爱运动，比如溜冰、 打篮球、乒乓球、羽毛球、跳绳等等，还有骑自行车。

去我姥姥家的时候，我一直都坚持骑着我最心爱的自行车去，大约12公里的路程，我可以在爸爸和妈妈带领下，尽情展示我的车技。平时放学回家，一旦写完作业，就想马上出去，要不然就感到头晕 ，浑身不自在。有时作业没写完，听到楼下有小朋友一旦喊我，趁妈妈不注意，我就溜出去玩了，不用说回来后就是一顿“臭骂”！经过讨价还价，我答应今后一定写完作业后再出去玩，前提条件是下一 个长假必须带我去旅游。

嗨！盼望着下一个假期早日到来！

**爱运动的我作文200字38**

我超超超喜欢吃冰激凌。

我之前见过一种冰激凌，它有着五彩缤纷的冰激凌球，有香甜的草莓，有硬硬的坚果，还有橙色的橘子。吃起来一定又冰又甜。它的蛋筒又香又脆，还像圣诞帽。有的人吃冰激凌一边转一边舔，有的`人狼吞虎咽，还有的在上面插一根吸管。可惜，我一吃冰激凌就拉肚子。我吃冰激凌的时候是小口小口地吃。

小朋友们，如果我们不能吃冰激凌，一定要忍住哦！

爱运动的我优秀作文200字 (菁选3篇)（扩展7）

——我爱滑冰作文200字

**爱运动的我作文200字39**

活动、活动，要活就要动，运动是一件生活中不可或缺的的事，唯有不断的运动，才能够有强健身体，变得更加的强壮、健康，使自己能有健康的身体，做自己想做的事，做更多有意义的事。

小时候，从电视上看着运动员，各个生手灵活，充满速度与刺激感，让我深深的爱上运动，从那次起，我每天从幼儿园放学，就像那颗小小的皮球，有样学样的 打起篮球，虽然不怎么像，但从此以后，我对运动的兴趣又更加浓厚了，每天都看着电视的运动员，尝试做不一样的运动，因此，久而久之就养成了这一个习惯，成 为了一位小小运动员。

直到现在，我因为补习变得不常运动，只能趁着假日到学校来运动，我常在假日的午后，相约朋友到学校运动。在晴空万里的天气里，我置身在篮球场，与朋友 在篮球场上奔驰、跳跃，在篮球场上，我彷佛体会了脱缰的野马，奔驰在广大无边的草远的那一个快感，我乐此不疲，累了就和朋友躺在操场上欣赏一丝丝如丝绸般 的白云在天空中飘扬，而这一种运动的滋味，敲敲在我的心田里种上运动的种子。

而如今，这一颗小小的种子已经成了一朵美丽的花朵，在我心中根深蒂固，持续的运动，效果逐渐显现出来，我患有先天性的气喘，在小时候，我常常在急诊室 里里外外进出，但是，我发作的频率越来越少，身体也越来越强健，逐渐改善了我体弱多病的体质，让我能够远离病魔越来越远，使我能够拥有一个更健康的身体， 做更多的事。

反观，如果当初我没有养成这个运动的习惯，那也许今天的我，只能躺在病床上和病魔战斗，不能做我想做的的事，不能体会这一个大千世界，无法欣赏到更多 美丽的事物，更不能交到这么多的知心好友，只能每天都病奄奄的倒在床上，成为一个天天与病魔拔河的人，落有落无的纯在这个世界上。

我要让运动世界深根在我的心中；我要让运动充满在生活，我要让运动散布在每一个角落，成为一个活的健康，活的有意义的人。

**爱运动的我作文200字40**

我身高一米四，体重不到六十斤，是大家公认的“瘦子”。别看我长得瘦，但我可是个能跑会跳、酷爱运动的小男孩。

每天早晨，我睁开眼，充满运动的一天就开始了。每当我走进校门，就以闪电般的速度冲向教室，期待新一天的课程。除了这些，我的身影也是随处可见，不管是下课的追追打打，还是体育课的跑跑跳跳，都少不了我。

运动带给我强健的体魄，带给了我快乐，但有时，也会带给我悲伤。比如，在这次运动会的选拔过程中，运动带给我的就是一段悲喜交加的经历：前天的体育课上，何老师报出了运动员的名单，并让他们去练习自己的参加的项目，班里的体育健将都报到了名字，可就是没有我。原来，选拔在我生病住院的那几天里已经结束了。那一瞬间，我的心里立刻像多出了一个沉甸甸的铅球一样。回到家，我一看见爸妈，心中的委屈和遗憾就马上化成泪水向外流淌，我无法控制自己的情绪，把所有的哀伤都发泄了出来，整整一个晚上，我都沉浸在悲伤之中。但是，事情没有我想的那么糟糕。第二天，还有一个重要的项目——60米迎面接力跑要进行选拔。在选拔中，我竭尽全力，终于成功地通过了选拔。

我爱运动，希望运动能给我健康的身体，我更希望能用运动为班级出力，给集体争光。

**爱运动的我作文200字41**

我是一个喜爱运动的人。虽然运动并不是我的强项，但是我依然能乐在其中。

我喜爱的运动很多，其中我最喜欢的是足球和篮球，因为这两种运动都是需要团队合作才能完成的。我每次和同学一起踢足球时，都会觉得非常快乐，尤其是将球踢进球门得分，全队一起雀跃欢呼“耶~”的那一刻，最令人振奋了。打篮球也很有趣，当我投篮时，心情总是非常紧张，深怕没投好就会害全队输球，但是只要我投篮得分，我也会开心的不得了。虽然每次打完篮球，我总会满头大汗，但是我还是很享受打篮球的乐趣。

除了篮球和足球，我也很喜欢篮球。玩篮球时，我并不太擅长砸球攻击，反而比较擅长闪躲，篮球可以训练我们的反应能力和敏捷性，因为除了要躲开从正面打过来的球，还要注意从后方打回来的球，这种刺激感在其它球类运动中是感受不到的。

运动真的很有趣，能让身体健康、心情愉快，我希望大家也能和我一样，做一个喜欢运动的人！

**爱运动的我作文200字42**

“哇！中华台北队在关键的比赛中，以五比零完封了对手澳洲队！”太神勇了，这几乎等于拿到二0xx年奥运棒球赛的门票了！

身为一个运动界的门外汉，我也可以深刻的体会到，争取到北京参加奥运为棒球界掀起一阵旋风。我认为它是一个需要团队合作、需要不同专长的角色参与的运动。

每当电视台有卫星转播时，大家都会观赏。每位打者上场时，一定都是全神贯注，将目光聚焦在投手身上，只待球一投出，他便使力挥棒，奋不顾身地冲向一垒。而投手则是要稳住防御的局面，靠临场判断投球，当情况危急时，投球的策略就能化危机为转机。

当敌队打击时，在本垒后方的捕手也相当重要。这时就是验证团队合作和每个球员间的默契的时刻。球来时，只要看队员间的眼色，便会有一个人纵身扑下去，伸出手臂接球。但若运气不佳或平常较少培养这种默契，常会两人都不接球，或两个人撞在一起。

棒球其实是休闲时很好的一项团体运动，当一个队伍赢球时，一定是各个参与者竭尽所能、发挥整体的士气、有很好的协调所达到的效果。不论是比赛或是队我这种观赛的人，棒球都会让人全心投入其中。

**爱运动的我作文200字43**

夏天走了，秋高气爽的好天气到了。

秋日里的黄昏多美啊！我从家里走到花园，花园里五彩的菊花争先开放，有红的、有黄的、有白的，还有我最喜欢的粉红色，粉粉的好可爱，好像在对秋姑娘说：“秋天真凉爽啊！”

我又从花园走到果园。果园的果子可真多啊！有又大又红的苹果，有一串串晶莹剔透的葡萄，有一个个像小红灯笼似的柿子还有很多很多呢！我忽然闻到了诱人的果子香味，原来是果子成熟了！

啊，原来秋天那么美丽，那么凉爽，那么金灿灿的丰收景象。我爱这个金桂飘香的秋天。

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！