# 体育课日记要真实(通用8篇)

来源：网络 作者：心上人间 更新时间：2024-05-12

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。体育课日记要真实篇一今天下午第一节课是体育课——许多同学心目中的“魔鬼...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**体育课日记要真实篇一**

今天下午第一节课是体育课——许多同学心目中的“魔鬼体育课”。但谁也没想到，这节课的气氛竟如此轻松愉快。

来到操场，体育班委带我们跑步。烈日下，我们汗如雨下“呼哧呼哧”地跑，我跑到第二圈就有点体力不支了，把外套脱后放在操场的草坪上。大家都不大凉快，整个人都累得快成一滩泥了。我们跑啊跑，以为第二圈结束，“魔鬼跑步”就结束了。没想到，老师又领我们跑了一圈，我一共跑了3圈！哦，my god！

好不容易熬到了该休息的时间，老师又让我们投篮，好吧，遵命。我们来到了投篮的地方，开始投篮。有些同学投中了，有些同学没投中。我觉得很无聊，但投了一会儿，体育老师走过来了，她向我们讲解了如何投篮，还示范给我们看。当老师完美地投进一球时，大家都欢呼起来。老师又从侧面投球，可是总是投不中，但她脸上却有着笑容，目光里透出一种着急却又想发笑的调皮模样，大家都笑了，欢快地笑了。老师最后不好意思地“下台”了。

美好快乐的.时光虽然短暂，但一分一秒却又那么珍贵。

**体育课日记要真实篇二**

今天的体育课真是与众不同！

中午，第一节就是我们同学最喜欢的课程了——体育课，可是体育老师走进教室却没有说要下去操场，我们同学刚刚那兴致勃勃的心情早就抛到后垴沟，变成了垂头丧气。唉，真是麻烦！没有上体育课那要干嘛？当然是体育老师给我们讲故事：从前，有两个双胞胎，他们从小一起长大，一起玩耍，但在一天，他们两个学会了——偷。晚上，他们蹑手蹑脚地跑到邻居家偷金银财宝。他们的.父母见了，劝孩子不要这样，可他们不听。他们两个渐渐长大了，他们偷的东西越来越多，甚至连国际刑警都来派捉他们，最后还是捉到了，这点小事难不倒他们，他们趁机警察们不注意，把他们杀死。他们就溜了。

故事还没结束，他们就跑到高山上生活，可还是被警察发现了，警察就把整座山包围起来，到了最最最后面他们就被死刑了。

这个故事告诉我们：我们不能从小就偷东西，不然越来越多警察跟踪你，让你活得不安宁。所以我们不要学他们两个双胞胎一样哦！（切记，切记）

**体育课日记要真实篇三**

我中午上体育课，练习广播体操，体育老师跟我们说，教了广播体操第一节，今天再教第二节。我们先练习跳的动作，然后再练习手臂的动作。老师请我上去示范，我非常紧张，我做的\'时候，我做错了。老师提醒我：要把脚伸出去，然后再跳。我做完了之后，老师让我回队，而且还表扬了我。

**体育课日记要真实篇四**

今天我们上了一节有趣的体育课，我们走完一圈之后我们就做操，做操真麻烦做振臂运动手要弄直，真的非常麻烦。

后来老师让第一排和第三排一人拿一个足球，我是第三排的.我拿的是一个比篮球软一点点的足球，后来我和刘建豪一起，可是刘建豪总是踢斜球。

我们都接不住老师每人站一个点踢球，可是他们没经过老师用以就解散了，后来我和刘建豪也觉得这样踢没意思就解散玩足球，后来我见到象棋班的人了他说让我玩儿玩儿足球，我说不他说行一脚把球踢飞了，我说他你贱不贱呀，我再也不给你玩了！

**体育课日记要真实篇五**

今天上课第四节课又是可怕的体育课，只要听到这“三个字”，准会让同学们提心吊胆、毛骨悚然，甚至让有些同学们失声尖叫!可以说体育课就是我们的恶梦。

这节体育课要从排队说起，上课铃打响了，我们准备到外面排队，但在排队时，我们拖拖拉拉，而且讲话声不断，也许这让徐老师有点生气。下楼后，同学们又开始跑步，结果跑的歪歪扭扭，老师生气了，让我们立刻集合。在集合中，我们喊：“5、4、3、2、1”时一点力气也没有，老师火冒三丈，大声严厉地对我们说：“你们都给我站好了!由于你们站队也站不好，以后的每节课，都变成练习站队!”

同学们都惊呆了，大家互相看着对方，好想不知所措的样子。于是过了一阵子无聊的训练后，老师觉得该吃午饭了，就叫我们整队，但我们讲话讲得太热烈了，徐老师突然喊到：“集合!!!”这声音有如雷霆贯耳一般!有的同学都被吓了一跳!这下子徐老师可发怒了，只见他把哨子狠狠地砸在地上，一下子走了过来，一位同学看到了他连退了三步。他又大声说道：“如果你们再不听话，就不要来上课!”同学们连忙点头。

徐老师虽然很凶，但这一切都是为了我们大家。

**体育课日记要真实篇六**

“叮铃铃”上课的铃声响了大家都站好了队，我们跑了两百米就休息了。

我们拿了篮球就往篮球场跑不一会儿就有好多人过来了要打，球赛就开始了我发球程寰宇和徐框迪抢球。程一抢到球就给我，我过了吴又过了易，球给了程，程用力一投没投进，球到了刘的手上，刘又把球给了我，我用尽了全身的`力气一投，一个空心球。

就这一球让我们队势气大阵我们越打越爽最后以10比4我们取得了胜利。

**体育课日记要真实篇七**

今天，我们上了一节疯狂的体育课。

!”同学们立刻由阴转晴，兴奋地喊道。詹老师先给我们做了一个示范动作，然后让我们按顺序玩。哈哈，我个子矮，排在第三个，可以早点玩，让高个子们着急去吧，我心中暗喜。眨眼间就轮到我了，我信心百倍地站到起跑线上，“嘘”哨声响起，我就像离弦的箭一样冲了出去，跳-跑-跳-跑------“耶，我一个都没倒。”说完，我做了一个胜利的手势，同学们朝我投来羡慕的眼神，使劲地为我鼓掌。接下来轮到王亦潇上场，只见他迈着优雅的企鹅步，接二连三的把垫子都“干”倒了，同学们都捧着肚子哈哈大笑起来，游戏就在同学们的欢笑声中继续下去，虽然有成功的`，也有失败的，但是大家都玩得兴高采烈，不亦乐乎!

这真是一节疯狂的体育课啊!

**体育课日记要真实篇八**

在所有的科目中，体育课是最招人喜欢的了，想想以前上过的\'，滚铁圈这个游戏我印象最深了。

记得那天，全班高兴的排队去上体育棵，因为我们都知道要玩一个滚铁圈的游戏，开始上课了，金老师先做示范，只见金老师一手拿着一根棍子，一手拿着铁圈，迅速地把棒子套在铁圈上，然后用手推了一下铁圈，同时另一只手推着铁圈走，铁圈好象很听话似的，金老师让它走哪，它就走哪。

大家一看几乎不约而同地说：“哎呀，这么简单，我肯定比金老师还溜。”金老师笑了一下，然后把男孩子排成一队，让他们一个一个的玩。

第一个玩是李贞，他装出一副很熟练的样子，一手拿棒子，一手拿铁圈，推了起来，没推到五米，那个铁圈向左边倒，李贞慌了，拼命地把铁圈向右边倒，好不容易正了一点，李贞松了口气，可那不听话的铁圈右向右边倒，李贞左搞右搞就是搞不好，刹那间，所有人都说：“哈哈，真苯呀！”李贞也没办法，赶紧推完，下场去了。

哎，真是看时容易做时难呀，原来，看着容易做，方便做的东西，真的做起来，是如此的难呀......

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn