# 2024年打羽毛球周记(汇总9篇)

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2024-08-07

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。打羽毛...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**打羽毛球周记篇一**

星期六上午，爸爸说要教我打羽毛球，我可高兴了。我带上球拍和球，与爸爸一起来到小公园，准备学打羽毛球。

我们选了一块面积比较大的草地，我拿出球拍，迫不及待地对爸爸说：“爸爸，可以开始了。”爸爸先教我怎样握拍子，再一步一步地教我怎样发球和接球。我听得不耐烦了，便要求爸爸和我做一次“实战演习”，没办法，爸爸对我的急于求成也只好同意了。

我一手拿着球拍，一手拿着羽毛球，像爸爸教我那样把球扔了起来，可能是扔得太高，我轻轻地用球拍一打，连个羽毛球的边也没碰着，我有些懈气了。爸爸见我这样，忙给我打气：“一回生，二回熟，虚点儿心，我再给你做个示范没问题的。”只见爸爸把羽毛球轻轻地扔起，等羽毛球刚向下落了一点儿后，再用球拍轻轻一打，羽毛便飞到了我这边。

我学着爸爸的样子做了一下，果然球飞到了爸爸那边。这时，只见爸爸一个“海底捞月”，羽毛球又像箭一样飞到了我这边，打了我一个措手不及。我不服，便问爸爸技巧。爸爸笑着对我说：“接球时，眼睛要盯住对方打过来的球，如对方发过来的球很高或较高，那就可以使用你刚才发球的动作或者用球拍从上往下打，这叫扣球；如果对方发过来的球很低或偏低，只能用“海底捞月”的打法了。”我听了，似懂非懂地点了点头。

第二次，由我来发球，我把羽毛球扔起，再用球拍飞快地一打，羽毛球便跳着舞飞向了爸爸。爸爸也毫不示弱，他使用了他的“杀手锏”——扣球。这种球又快又猛又低，十分不好打。此时，我临危不乱，只见我也一个“大海捞针”，竟把球打了回去，没等爸爸反应过来，羽毛球已经落到了地上。相反他却很高兴，还竖起了大拇指，连声说“你真棒！”我听了，心里美滋滋的。

这次学打羽毛球，不仅增强了我的体质，锻炼了我的身体，更让我懂得了：无论做什么事都不能半途而废，只有持之以恒，才能成功。

**打羽毛球周记篇二**

我的课余生活丰富多彩，有画画、踢毽子、跳绳……课可是我最喜欢的是打羽毛球。

周末，我和妈妈来到乌沙李屋综合楼的羽毛球馆打羽毛球。

比赛开始了，妈妈先发球，妈妈打的球像流星一样射过来，我就慌慌张张地接球。球你来我往，我一不小心把球打到了楼顶的建筑物上，怎么办呢？妈妈大叫一声：“哇！”哎呀，球掉了下来！难道是妈妈把球“叫”下来的？不想那么多了，继续打吧。

打得顺的时候，我和妈妈可以连续打十多个球。我用力一抽，球飞过去了，妈妈一挥拍，球过来了，就这样，我们一连打了十几个回合，还分不出胜负。打得不顺的时候，我们一个球都接不住，我发球，妈妈接不住；妈妈发球，我也接不住，打了好多个球都是这样，好郁闷啊！

我和妈妈赶紧走到场边的凳子上休息，喝了几口水，体力恢复了，我们又到场上继续比赛。

我的课余生活——打羽毛球，真给我带来无穷的乐趣，我爱打羽毛球。

**打羽毛球周记篇三**

那是一个阳光明媚的下午。我的朋友张欣打电话给我，说明天约我去打羽毛球。可是，我不会打呀！只好让妈妈教我。

首先，妈妈教我如何发球。妈妈握住我的手，把球向上一打，羽毛球在空中画出了一道美丽的弧线。“我也要试试！”我等不及了，话冲口而出，犹如一只迫不及待想要展翅高飞的雏鹰。我学着刚才的样子，凭着刚才的感觉，把球打了出去。咦，球呢？再看看地上，根本没打到。妈妈在旁边却笑弯了腰，然后走过来，把一些打球的技巧传授给我：“出球时要看着球，也要注意球的力度，再打出去。”说完，又给我做了一次示范。经过上次的失败，我紧紧地盯着球，小心翼翼地把球打出去。哟！我欢呼着跳了起来：“太好了，终于打出一个前所未有的好球了！”

一会儿，我们对打。由妈妈开球，只见她把球向上一扔，打出一个高吊球。我一时还没反应得过来，啪，我中‘头奖’了！1妈妈哈哈大笑。原来球在前面，就向前踏一步再打。球在自己的位置上，就退后一步再打。我恍然大悟。我越来越喜欢打羽毛球了，差不多整个下午，我们都在打球。

打球不仅可以锻炼身体，还能增高。爱上打羽毛球吧，你一定会有收获的。

**打羽毛球周记篇四**

这周，我闲着没事，突然心血来潮，要求爸爸教我打羽毛球。爸爸想了一会儿，说道：“好吧，但是如果遇到什么困难，你不能轻易放弃，更不能半途而废，能做到吗？”“没问题！”我爽快地回答道。

我们拿着球拍和羽毛球来到楼下。爸爸告诉我怎样握拍，怎样站立，球来时找准下落的位置，挥拍击球。可是，什么事说起来容易，做起来难。爸爸把球发给我的时候，我总是接不住，有时好不容易才接到一个，打回去不是偏了，就是低了。每次发球的时候，我总是打不准，偶尔打准了，还经常打到树上。

一次，为了接住爸爸打来的一个球，我一不小心，左脚踩到了右脚上，自己被绊倒，胳膊磕到石头棱上，流血了。我又疼又急，心里打起了退堂鼓，把拍子往地上狠狠一摔，气呼呼地说：“我不学了！”爸爸走过来，一边为我处理伤口，一边给我讲做事要坚持不懈的道理。伤口不疼了，爸爸的话让我斗志高昂，我继续认真地学。

从那以后，我每天都认真地练上一个小时，还经常模仿着电视上练习。通过不懈的努力，我的羽毛球球技越来越高。渐渐地，我能和爸爸打上很多个回合了，有时，我打的一些刁钻的球，爸爸都接不住了。

通过学打羽毛球，我明白了无论做什么事都不能半途而废，要坚持不懈，才能成功。

**打羽毛球周记篇五**

星期天，我和弟弟在阿姨家附近的广场上散步。不远处，有两个大哥哥在打羽毛球，哇——好帅啊！于是，我对弟弟说：“你想打羽毛球吗？”弟弟笑着说：“想！”

中午吃过午饭，我们一块上了超市，我看见了一副精美的羽毛球拍，心里想起早上打羽毛球的事情。

于是，我吵着对妈妈说：“给我买一副羽毛球拍吧？”妈妈无奈的说：“好吧！”

下午，我们来到家，我和弟弟飞快地跑到广场上打起羽毛球来。

“看球！”但是球还是被弟弟打过来了，我输了。弟弟得意洋洋。这次弟弟再发球往右发，我边把球拍回去边哈哈大笑说：“你还是认输吧！”

几个回合后弟弟输给了我，弟弟火冒三丈地说：“有胆再来！”

“好的！”

“看我的高空球！”

打羽毛球真好玩！

**打羽毛球周记篇六**

昨天下午，我打完乒乓球回来，看到我的几个朋友正在说什么，我跑去一听，原来他们约定一个时间打羽毛球，我突然说：“咱们吃完晚饭在前院的灯光球场集合，并且拿着羽毛球拍和球。”朋友们都赞成。

吃完晚饭，我把爸爸妈妈也叫出来去打。来到了操场，我看见其它朋友都在和我爸爸的同事打。那好看的六盏大灯把操场照得如同白昼一样，地面全是橡胶地，弹性好，有利于跳起来。

我拿着球拍，迫不及待地跑向球场。球场的另一方有解放军叔叔在打篮球，我们只能占半个场地。

我和爸爸找个地方，赶紧打球。我发了一个球，爸爸顺手打了过来，我不知该怎么接，输了一个球。由于我长时间没有打，现在打得不好。爸爸给我发了一个高球，我本来想拍过去，结果球没拍到，球拍却飞了起来，哎，我真笨！这么好的球，我都拍不上。爸爸看我很失望，就把打羽毛球的窍门教给了我：高球要描准在打，低球要挑过去。我撑握了窍门，渐渐打得比我爸爸还好。爸爸看打不过我，又想出了一个办法，给我左面一个球，右面一个球，让我跑得气喘吁吁，一下就输了二三个球。

我看到别的小朋友打得正起劲，就说“我们分组打比赛吧！”小伙伴们点点头，叔叔阿姨们也都同意。第一个上场的是一位叔叔和阿姨，啪啪——只见羽毛球上下翻飞，象一只小燕子飞来飞去，几个回合，阿姨渐渐不行了，以１５：９输了这一局。第二轮由我和爸爸打，爸爸还用刚才的办法，让我左右接球，我又输了几个球。

我见自己打不过他，心想：不要高兴，我也会这一招。接着，我左发一个，右发一个，爸爸比较胖，跑不过来，也输了几个球。就这样我和爸爸殊死拼搏，终于我以１５：１３取得了胜利！

通过这次打球，我明白了：无论干什么事情，只要坚持，就一定会胜利！

**打羽毛球周记篇七**

“嘭”一声清脆的响声，拉开了羽毛球比赛的序幕。

我先发球，球如飞燕般在天空中划过一道美丽的弧线。直向老爸飞去，只见老爸毫不慌张跳了起来，甩起球拍来了个猛扣。球如闪电之势向我袭来。我不知所措，待我反应过来时，球已经安然无恙躺全在我脚下，老爸兴高采烈。

第一局我输了。紧接着的比赛我连连失分，连续输球的我心中产生一阵怒火。老爸似乎看透了我的心思，得意洋洋地说：“怎么想打退堂鼓打不过就别打我火气更大经过激烈的比赛终于艰难地打成20比20.

最后一局的比赛开始，我发球老爸紧握球拍摆好架势准备迎战。我要以牙还牙，一开局就来了个大猛扣老爸也不逊色拿起球拍来了个“水底捞月”球被球拍轻轻弹起正好越过网线连续几次进攻都没奏效。我定下心来想：这样硬拼下去，我体力不支一定支撑不下去，处于劣势。只有用智取，我发现老爸一向使蛮劲，于是我来了个声东击西。我不敢怠慢接过球连续用了几次猛虎下山”先来迷惑一下老爸，老爸又来了个大猛扣，球如流星一般向我飞来。于是我疾步上前，纵身一跃跳到网前。嘴角露出一丝奸笑，表面上装出一副使用大猛扣的样子。经验丰富的老爸连忙向后退去，只见我轻轻用球拍碰了一下羽毛球。球便依我所料，安安静静躺在球场，老爸一楞，顿时傻眼了。我举着球拍手舞足蹈，欢庆胜利。我对着老爸自豪地说：“怎么样，输了吧!”老爸冲我做了个鬼脸。

傍晚夕阳夕下，我哼着小曲沐浴着太阳的余辉凯旋而归。

**打羽毛球小学周记篇3**

**打羽毛球周记篇八**

今天早上，我和我爸爸，一起去了学羽毛球的地方，到了那里，我和爸爸商量了一下，我学完以后，爸爸和我去买羽毛球鞋，我说好没问题。

开始训练了，因为我是第二天所以我练的和他们不一样，所以我自己站一块场地，让我练发球，我本来是学过发球的，但是教练想让我在复习一下，所以我和他们练的不一样。

训练休息，我喝了几口水，又上了一个洗手间，训练开始了。

我又开始练发球了，一开始我觉得很枯燥、乏味，但是后来我交了一个朋友。我们两个一起练发球，当然，我学过一段时间，发力什么的，肯定要比他好多了。

现在已经到了11:30，我和爸爸去小姑家吃晚饭，就去了义务，爸爸和我转了好一会终于给我买上了一双一毛球鞋。

我还听爸爸说，仅一天晚上要请他的同事吃饭，我高兴得不得了，我纠缠了好一会，爸爸终于说让我去了，我高兴极了。

但是爸爸又说必须把网上做一做完，不然不要去了，我说：“好的没有问题。”

**打羽毛球周记篇九**

今天是星期五，做完作业妈妈带我来到了一个大的运动场玩。

打了三个回合，我与妈妈换了一个地方，然后我发现了一个新的羽毛球!我用这个新的羽毛球用力一发，“哇!飞的太高了，太远了!”可妈妈飞奔起来，球又回到了我的怀抱。我在心里不禁感慨:“妈妈这么厉害的，连运动员也接不到。”就这样来回了几场球，累的我不行了。

妈妈看我打的满头大汗，就结束了今天的运动。

运动对身体有好处，大家以后要多多运动哦!

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