# 丢沙包比赛作文200字(热门45篇)

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2025-06-05

*丢沙包比赛作文200字1今天我们班去玩丢沙包，而且天高云淡，是个丢沙包的好季节，我们的`心情又激动又高兴。规则是四个人为一小组。两人躲沙包，两人丢沙包。躲沙包的同学接着一个就加一条“命”不过被打着就减一条“命”或者“死”。丢包的同学有“震天...*

**丢沙包比赛作文200字1**

今天我们班去玩丢沙包，而且天高云淡，是个丢沙包的好季节，我们的`心情又激动又高兴。

规则是四个人为一小组。两人躲沙包，两人丢沙包。躲沙包的同学接着一个就加一条“命”不过被打着就减一条“命”或者“死”。丢包的同学有“震天雷”是让另一个丢包的同学接着说“定”躲包的就不能动了，还有“包米粒”一下子减躲包的同学两条“命”。

开始了，先让李坤当躲的，她一点儿也不紧张，还哈哈大笑。她反应还很快，沙包从上面飞来了，她一弯腰，沙包从下面飞来了，她一转身躲过去了。只见李坤上蹿下跳，左躲右闪，像一只欢蹦乱跳的兔子。之后沙包怎么也难不住她。我用了“震天雷”丁渲桐接着了，说了声“定”，李坤不能动了，一下了就把李坤打“死”了。

我们赢了，我们开心地跳啊，唱啊，真开心啊！

**丢沙包比赛作文200字2**

“哈哈哈！砸中了！砸中了！”操场的上空，回荡着我们的欢笑声。是喻老师带着我们全班同学在操场上玩“丢沙包”的游戏呢！

首先喻老师给我们介绍了游戏规则。游戏正式开始了，熊子霄第一个拿到沙包，只见他朝刘子轩瞄了瞄，只听“嗖”的一声，沙包就向刘子轩飞过去。刘子轩赶紧向旁边一闪，再迅速地伸出右手，想抓住沙包，可是沙包掉到地上，刘子轩出局了。这轮比赛结束了。

第二轮，张羿景拿到了沙包，他向前跑去，突然一跃而起，将手中的沙包以迅雷不及掩耳之势扔了出去，沙包直接打到了我们班大名鼎鼎的喻梓鑫。喻梓鑫懊恼地退场了，张弈景高兴得又蹦又跳。这一轮又结束了。

到了最后的大决赛，我们全班50个人分成了两个大组参加，只见沙包在空中飞来飞去，我们时而抬腿，时而弯腰，时而卧倒……操场上笑声不断。

丢沙包真好玩呀！在这个游戏中，我们不仅“丢”出了快乐，还“丢”出了超快的反应能力。

**丢沙包比赛作文200字3**

今天，我和周伊唯在操场上丢沙包。

首先是周伊唯发球，只见沙包在空中离我越来越近，最后，我两手一抓，却扑了个空，沙包早已飞到了我的后面。“出界！”周伊唯喊道。这局我输了。第二局开始了！我想：我的力气不如周伊唯，手臂也不如她，那不如······我哈了几口气，再用手捏了一下，这样就能把沙包里的沙子聚集在一起，然后抓住沙包的一角，用力一扔，来了个远程射击，终于赢得了第二局的胜利。

第三、四局，我们分别用“灌篮式”打法和“排球式”打法打。但是，我的“灌篮式”打法还是略胜一筹。小朋友，你们想知道是为什么吗？那是因为“排球式”打法虽然高度高，可是距离却不远，小朋友只要上前几步就可以接到哦。可是，我的“灌篮式”打法可不那么好对付，直接能把沙包扔到对方的胯下。

丢沙包不仅需要用力气，还要懂得运用智慧。

**丢沙包比赛作文200字4**

早上，我刚吃完饭，张谷昊、路顺风、徐耀飞就跑到我家来敲门来了要让我来和他们一块儿玩儿扔沙包。

扔沙包的游戏规则很简单：两人面对面的站着（中间大概隔五米左右）。然后中间再站两个人，中间的两个人一旦被两边的人用沙包砸住，那么那个人就要退出游戏，等下一局开始时才能接着玩。中 间的人如果接住两边的人扔的沙包，那么中间的人就赢了。游戏开始了，我和张谷浩站在中间，徐耀飞和路顺风站在两边上扔沙包。我还没来得及走一步。只见，沙包快速的朝我这边飞来。幸好我躲得 快，不然就要被沙包猛地砸住了啊！就在这时，我看见沙包有朝张谷昊那边飞去。好机会，我一个箭步冲上去，接住了沙包。耶！

扔沙包真好玩！

**丢沙包比赛作文200字5**

在阳光明媚的一天，我和朋友们在操场上玩有趣的丢沙包。

游戏开始了我们先分成两队，我们用石头、剪刀、布的游戏来决定胜负，最终我们组取得胜利，我们获得了优先选择的权利。

活动开始了，我们队的朋友李一凡先出战，只见他两边的同学密切合作向李一凡发动猛烈的进攻。只见他左左右闪，蹦来蹦去，躲沙包的动作是那样快！突然，从李一凡的背后飞来一个沙包，只见他一转身，来了个“海底捞月”抓住了沙包。随着时间的推移，很多人都被击中“光荣”到下了，最后只剩下我一个了，我想，我一定要接住。下半场开始了，对方刚开始就发动了猛烈的攻击，我左一蹦右一跳，轻而易举就躲过了好几球。突然一个沙包直朝我飞来，我求准时直接一下子接住了球，接下来他们调整了战略我一个不小心被也被击中了，我们队“全军覆没”就这样新的一轮比赛又开始了。

通过这次比赛让我明白了一个道理：只有通过大家互相团结互相协作我们才能取得成功。

**丢沙包比赛作文200字6**

今天早上有体能课。早晨吃过早餐老师告诉小朋友金刚老师来了，大家都兴奋的不得了，叽叽喳喳的说：“金刚老师来了”。

两个礼拜没有见到金刚老师了，小家伙难免会想的，尤其是小班 男孩子多的这种情况，男孩子就是喜欢体能和武术。我们小班的小朋友越来越棒了，今天的体能课就是最好的证明了。今天玩丢沙包的游戏，老师要求小朋友脚踩白线站成一排，空手练习丢沙包的 动作要领。在做完热身练习后，小家伙人手一个沙包比赛看谁丢的远。游戏玩的很开心，更重要的是全体小朋友都参加了，而且小朋友排队很整齐，养成了听老师口令的习惯。有进步，加油！

**丢沙包比赛作文200字7**

我的课余生活简直就像一个七彩的万花筒，全市精彩的故事。踢足球、扔沙包。比赛跑步……样样都是难以忘怀，总是感人至深。

我最喜欢和我的好朋友武一鸣玩扔沙包了。上一次，我们两个决定三局两胜一决胜负，第一盘他先声夺人，用沙包击中了我。我第一盘失败也正是因为自己太大意了，一不小心被他击中，正是因 为“一着不慎，满盘皆输。”第二盘我想要灭灭他嚣张的气焰，但并不容易。我拿起沙包向他扔去，但没有击中他，他急忙捡起沙包转了一个圈儿，立刻向我扔去，幸亏我迅速敏捷，躲过了他阴险的招 数，就在这时，我拿起沙包向他扔去，他还没有反应过来就被我击中了。但是我胜不骄，败不脱。第三盘他也被我击败了。我以2：1胜出，心中乐开了花。

我们的课余生活既丰富多彩，又有滋有味。

**丢沙包比赛作文200字8**

我玩过很多游戏，其中最喜欢的是丢沙包。

下课铃响了，同学们一窝蜂的跑出教室来到操场做游戏。我们先分好组，结果是我和左佳心一组。丢沙包的游戏开始了，我向何昕霖一扔，他们就向左一侧，沙包从他们的右边飞了过去。5分钟下来，他们躲得上气不接下气，我瞄准何昕霖一扔，就打中了他的脚，我十分高兴还跳了起来。我们扔呀扔，终于，中间的同学被我们全部打到，我们高兴地又跳了起来。

我们正准备再玩时，上课铃响了，同学们又一窝蜂的跑进教室。我喜欢玩“丢沙包”。我觉得它是十分好玩的一种游戏。

**丢沙包比赛作文200字9**

最近，大家都对沙包的成绩很重视，我当然不能落后于别的小朋友了。爸爸还特地买来了卷尺，就是为了我对每天的成绩做个记录。我要用心练，不能让爸爸失望。

但我真的很努力了，距离都还只有4米多。爸爸说，丢沙包是有技巧的。首先，是姿势，右手丢，左脚在前，后脚在后，手势沙包于肩高度一致。然后就是速度和弧度，他说丢的时候一定要快和高，要用力往前扔，尽量抬高一点。

最后，当然就是力气了，爸爸说我要多吃饭，力气大了，自然就扔得远了。说实话，我听得不是很懂，但按照他的方法做了一下，好像是比以前扔得远了，哈哈！我很开心！放心吧，爸爸！我会努力的！

**丢沙包比赛作文200字10**

我相信大家都爱做游戏吧！今天，我们一家也玩了一个有趣的游戏————丢沙包。

游戏开始了。我第一个上场做好准备工作，手不停地甩动，用力一扔。\_啊9米\_爸爸在一旁叫着。这时妈妈也鼓起勇气第二个上场了。她也和我一样飞快地甩着手一扔。：\_哈哈！才7米啊\_爸爸笑着说。

这时，我也笑得前俯后仰，有点沾沾自喜。\_这下看我的了\_只见爸爸搓了搓手，拿起沙包随手一扔，我和妈妈异口同声：这么远！\_测量一下，哇噻！18米。爸爸当然也有和我一样的喜悦。可想而知这次比赛的第一名非爸爸莫属了。

我想：爸爸这么轻而易举地一扔比我化九牛二虎之力还好，就是因为他个子高，力气大。我相信只要我每天都坚持锻炼身体，将来一定会成为一个力大无比的男孩！

**丢沙包比赛作文200字11**

小时候都玩过一种游戏吧——丢沙包。

用碎布及针线缝成、塞满细沙的沙包作武器“投杀”对方。在规定场地内前后各几名投手用沙包投击对方，被击中者就罚下场，若被对方接住，则此人可以增加“一条命”，或者让一个本已“阵亡”的战友重新上场。

其实每个游戏都可能蕴含无穷道理，只是作为孩子的我们，那时并不能理解。

当我们面对困难或是某种情绪时，就好像在玩“丢沙包”的游戏。有经验的人都知道，一味扭过头、臆想自己不会被沙包击中，只能是一种无谓的逃避，其结果很可能是“阵亡”。只有勇敢抬起头，知道沙包来自何方，才能躲避掉，甚至接中，迎接胜利。

所以一直坚强的人啊，请不管遇到什么样的困难，都不要“胆小”地逃避；勇敢面对的结果，虽然不一定都是胜利，但至少知道自己倒在了何处。

**丢沙包比赛作文200字12**

有很多游戏很好玩，但是丢沙包最好玩。

丢沙包的条件是有一个沙包，有三个以上的人，这些条件都有了就可以开始玩了。

首先要画相隔几十米的两条直线作为界线，然后就要开始配伙要人或石头剪刀布了。一般人多就选择要人或石头剪刀布，要人是选出两个代表，石头剪刀布，赢了就要，输了就不要，如果一方人够了，剩下的人就是另一伙的；石头剪刀布是用石头剪刀布的方式决定谁在中间，谁在两边，谁是丢沙包的，谁是躲沙包的。

游戏开始了，首先用石头剪刀布决出哪伙丢，哪伙躲，如果躲沙包的人接到了沙包，就多了一条命，他一旦被沙包击中还可以继续玩；如果被沙包击中了，那个人就减去一条命，并立即下场；如果接到了沙包，躲沙包的人不能动，把沙包扔出之后才能动，否则是犯规；还可以划界，出了界就减去一条命，命没有了就必须下场。

这个游戏很简单，却很有趣，我非常喜欢这个游戏。

**丢沙包比赛作文200字13**

星期天，我和好朋友一起玩沙包。我们用黑白配分成两对，分完组我们就开始玩沙包了。

首先，我们站在外面先砸，小明他们在里面接包。游戏刚刚开始，我们就以最快的速度拿起沙包砸向他们，刚开始，无论我们怎么砸都砸不到，我朋友砸的高，但是没有砸到他们，我一跳接住了包。我快速的又砸向了他们，但被他们轻巧的躲了过去。我们决定开始实行乱砸的方案，朋友拿起包迅速的砸向他们，到我这我也快速的砸向他们，一不小心我把小力砸了下来，我们开心极了，再接再厉，最后我们成功的砸敗了他们，站在了里面。

第二场，我们决定一定要接到他们的包。只见小明跳跑跳跑，最终被人砸死啦！对方的人也生气了，怒气冲冲的向我砸来，我就站在那里一动不动，等包快要砸住我时，我一个跳起把包接住了，我们这边复活一个人。对方生气起来了，疯狂的砸向我们，我们好像是神仙附体，怎么都没被他们砸到……最后我们赢了。

这是我玩的时间最长，也是最开心的砸沙包！

**丢沙包比赛作文200字14**

我课余时间最喜欢的游戏就要数扔沙包了。

扔沙包的规则是：先在两队队员中间画一界线，双方队员要分别站在界线两边一米左右。产先各队要派出一名队长来进行“石头、剪子、布”，哪一队赢了，就先发球。发球时把沙包垂直扔到地上 ，同时大喊一声“定”！接下来两腿跳到沙包两侧，说声“加”；然后双腿夹住沙包，说声“减”；再接下来夹着沙包往前跳一步，说声“乘”；最后把沙包发到对方，说声“除”。如果对方被沙包碰 到，对方就输了，相反对方就是赢了。

我们一下课就会约三五好友在教室外的走廊里扔沙包，开始时玩的都是女生，到后来男生们看我们玩的不亦乐乎，也就加入到我们队伍中来了。这个游戏不但能锻炼身体，更给我们枯燥的学习生活 增添了一份乐趣！

**丢沙包比赛作文200字15**

每一节跆拳道课开始之前，教练都会带我们做一个热身的小游戏，今天我给大家介绍一下我们经常玩的丢沙包游戏。

游戏规则是这样的：我们先围成一个圆圈，每个人依次报数，并记住自己的数字，裁判站在圈外扔沙包。裁判报到谁的数字谁就要抢到沙包，其他人想办法阻止他抢到沙包，如果被报数的人没有抢到沙包，就要受到惩罚，做十个俯卧撑。如果被报数人抢到了沙包，他喊一个“定”字，所有人就不能动，用沙包砸中谁谁就要受到惩罚，也做十个俯卧撑。

游戏开始了。裁判第一个就报了我的数字，边喊边扔出沙包。我们一哄而上把沙包拱到了半空中。其他人你推我搡，沙包从一个人手里传到另一个人手里，好几次沙包与我擦肩而过，我使出浑身解数都没有抢到。这轮游戏结束了，愿赌服输，我做了十个俯卧撑作为惩罚，累得我气喘吁吁满头大汗。继续新一轮游戏，可能裁判看我上一轮没有抢到沙包，这次想给我一个弥补的机会又报了我的数字。我暗自欣喜：这次我一定要抢到沙包不能再输了，否则太丢脸了。我目不转睛地盯着裁判手里的沙包，当沙包被扔出去的那一刻，我一跃而上一把抓住了沙包并立刻喊了一声“定”，其他人都变成了“木头人”。哈哈！现在行使权在我手里，我要好好想想该砸向谁，让他也尝一尝连续做十个俯卧撑的滋味。

丢沙包游戏给我们的跆拳道课增添了许多快乐，我们盼望着教练以后带我们玩更多好玩的游戏。

**丢沙包比赛作文200字16**

天空中下着蒙蒙细雨，操场上湿漉漉的，而我们却在操场上兴高采烈的玩丢沙包。

我们先确认两边丢沙包的人是谁，然后给其他想参加丢沙包的人说规则，接着我们就开开心心的玩起来。向忠浩拿起沙包像发了狂似的猛地把沙包扔到我们之间，而我们也不甘示弱，像闪电似的迅速躲开了，但把我们吓出一身冷汗，在这时聪明的苏龙洋马上拿起沙包，瞄准着李奥，冲着李奥大声喊：“接招！”“啪！”李奥被击中了，李奥垂头丧气的低着头出局了。

我心想我一定不要被击中，但苏龙洋使劲捏着沙包向我发起进攻，当沙包像飞速旋转的齿轮一样直冲我飞过来时，我把我全身的力量都凝聚在手上，来了一个“海底捞月”，把沙包巧妙的弄到了我的手里，我非常开心，因为我可以把垂头丧气的李奥救进来。但是这时“叮、叮、叮”上课了，于是我们飞快的跑回教室。

**丢沙包比赛作文200字17**

星期六上午，我们几个小伙伴相约在公园空地上玩有趣的丢沙包游戏。

我们来到这自由分组我和刘金阳。张景耀还有栾一博一组，我们手心手背分好角色，我和刘金阳扔包，其他人躲包，我们大声喊道“开始”！说着我瞄准栾一博扔了过去，可栾一博向左一躲就躲过了我的精准射击，可我这一炮也没白费，立刻向张嘉良打去，打中 了张嘉良的肚子上，张嘉良的肚子被我射穿了，笑的我前仰后合。刘金阳迅速捡起沙包，胳膊一抡纵身往上一跳，向侥幸的栾一博扔去，栾一博身子向下一蹲，接着腾空跃起的沙包从腿间飞过我来了个声东击西，栾一博防不胜防，沙包跑到他后背上，他他想跑结果弄了个“狗啃屎”。这次我们赢了。大家跳啊蹦啊击掌庆贺。其他几个组也高兴地跳跃着，呐喊着欢声笑语回荡在公园上空……

扔沙包让我们分享了快乐，传递着同学的友情，得到了无穷得乐趣。

**丢沙包比赛作文200字18**

今天，我和妹妹从商店里买了一个沙包。它是六面的，每面都是一种颜色，它不仅漂亮，而且还带给小孩乐趣。

我拿着沙包向妹妹投去，妹妹快速的一闪，我没投中妹妹，气得直跺脚！我说：“要不你投，我闪”。妹妹说：“随便你吧”。我左闪右闪妹妹还是投不到我，有点灰心了，不过妹妹还是机灵的，她想 出了一个妙计，做了一个假动作，迷惑了我。等我反应过来时，以经晚了，只好被命中头部。这一局，我妹妹赢了。

丢沙包给我们带来了快乐。

**丢沙包比赛作文200字19**

丢沙包是我国传统游戏之一，今天我和同学们也玩了丢沙包。

我们来到操场上，分成了四组。首先上场的是第一组，有四个丢沙包的同学，别的同学就是躲沙包的。只听老师一声令下：“开始！”丢沙包的同学瞄准目标，使劲一丢，一下就砸中了躲沙包的一位同学。田成功见了说：“大家绕圈子，让丢沙包的人，眼花缭乱！”说干就干 ，同学们跑来跑去，害得丢沙包的同学打都打不中。雷振奥使出了“必杀技”，他伸出中指和无名指，瞄准目标，沙包像子弹一样，射向人多的地方。果然砸中了一个人，吴哲夫得意洋洋地说：“来打我呀！打不到！打不到！”就在这时，后面和前面的同学一起丢，吴哲夫不知道如何是好，就一下子被砸了两下，他像霜打过的叶子，垂头丧气地走了下去。

“哈哈哈”丢沙包的游戏在我们的欢声笑语中结束了。

**丢沙包比赛作文200字20**

外面天气晴朗，太阳晒在身上暖乎乎的，我很想出去玩，就找了几个小伙伴，新花园前的空地上玩丢沙包。大家玩得很开心。可是没多久，我就被丢沙包的同学打着了，只好败下阵来，站在旁边等着别 人来“救”我。

一只沙包飞向躲包的小朋友，只见他腾空一跃，沙包“嗖” 地从裤脚边飞过。还没等他站稳，沙包又从他背后飞来，只见那个同学猛一转身，来个海底捞月抓住沙包。哦，好险啊！他抓住了沙包，“救 ”了我一命，我又可以玩了！

**丢沙包比赛作文200字21**

今天，作文课大课间，老师和我们一起玩了扔沙包的比赛游戏。

来到广场上，扔沙包的游戏就开始了。首先由我和石嘉伟负责把中间的同学打下场。

在比赛当中，我和石嘉伟左扔右扔的都没能命中一个目标。我想：这怎么能行呢？得想个办法。我瞪起眼睛盯住刘佳慧，她非常害怕，就左躲右闪，就在她跑的一瞬间，我迅速把沙包扔了过去，不出所料，命中目标。沙包在她的身上开了花，我们笑得也更开心！紧接着一个个回合都紧张有序地结束了，同学们也一个个的被罚下场。到了最后一个回合，就剩下马士喆了，我和石嘉伟拼命的攻击，沙包像穿梭似的飞来飞去，只见马士喆在场上就像杂技演员似的，一会儿来个金鸡独立，一会儿来个鲤鱼打挺，沙包总是差那么一点点就打在他身上，真是急死人了！同学们看着他的精彩表演，一阵阵的欢呼。我和石嘉伟改变战术，快速猛攻，最后终于把他搞定。

这次扔沙包的游戏就在我们的欢声笑语中结束了。

**丢沙包比赛作文200字22**

我有一个沙包，它三面是绿色的，一面是橙色的，一面是蓝色的，还有一面是花的。

有一次，我和弟弟一起玩沙包。我先把沙包用力一扔，本来以为可以打中弟弟的脑袋，可惜他头向右一歪，沙包打到了墙上。弟弟又把沙包向我扔来，我也学会了弟弟的必杀技——歪脑袋，可是弟弟扔偏了，沙包一下子打到了我的头上。弟弟看到我被打中了，躺在地上哈哈大笑。

我不服气，弟弟刚一站直，我就把沙包扔了出去。弟弟发现自己糗大了，吓得跳了起来。刚好沙包扔高了，硬生生地打了他的头上。

还有一次，我和好朋友多多去玩打沙包。我先把沙包向他砸去，他害怕极了，全身发抖。沙包“直线冲击”，一下子打到了多多的脸上。轮到多多“发球”了，他把沙包在手里来回传了几下，飞快地扔了出去。我发现大事不妙，拿起地上的石头向沙包扔去。不好，石头打偏了。眼看沙包就要打到我了，我想到了一个好办法，抓起地上的小石子向沙包扔去。“哈哈！”我大笑起来，刚才扔的小石子全部打在了沙包上。

后来，我还发明了许多新鲜的沙包玩法。有时我像踢毽子一样踢，有时我先把沙包顶在头上，再滚到腿上，然后让沙包自己掉到脚上，最后夹到两脚间，一跳，用手把沙包抓住……

现在，沙包已经成了我的好朋友，每天陪着我一起睡觉，一起起床……

**丢沙包比赛作文200字23**

今天，我们玩了“丢沙包”的游戏。

由于老师不让我们打乒乓球，所以我们一直都玩“躲猫”。

今天，我不想玩“躲猫”。了，于是我四处溜达，无意中看见了一些二年级同学在玩“丢沙包”，有个人我认识，所以我也加入了游戏。

和他们玩有两个好处，一是我和他们真的闹起矛盾，他们不敢拿我怎么地，二是他们不会赖皮。

开始时我站得很远，可没想到这些小家伙们力气小，扔一点点路，等到我扔时，我一发力，扔得很远很远，他们跑许多路才把沙包捡回来。我们正玩得起劲时，上课铃声打响了，我只好恋恋不舍的回到了教室。

扔沙包真有趣，回头也让妈妈帮我缝一个。

**丢沙包比赛作文200字24**

快乐的大课间开始了，我和几个同学一起玩丢沙包游戏。

我们用“猜拳”的方式，分成两队，并决定出哪队“被打”。“被打”的同学被沙包扔中，就淘汰出局；接到沙包的，可以加一分，也可以营救队友；直到“被打”的所有人淘汰，两队就可以交换位置。

很幸运，我们一队首站“被打”。只听：“三，二，一，游戏开始！”一个沙包就如疾风一般呼啸而来，向着小莹奔去。“小莹，小心！”我大呼一声。只见小莹像只灵巧的兔子一样向左一闪，一下子就躲过了攻击。可是，紧跟在她后面的小森就没有那么幸运了，他满脸通红，手忙脚乱地想躲开，可沙包不偏不倚地砸中他的腿。小森摔了个四脚朝天，只能垂头丧气地被淘汰出局了。

第二\_击开始了。我沉着应战，看着沙包飞来的方向，侧身一躲，沙包擦肩而过，我惊叫一声：“好险啊！”后面的小莹也不慌不忙，腾空一跃，成功躲过了沙包的袭击。

为了营救小森。小莹和我对视一眼，互相打气：“加油，加油！”说时迟那时快，沙包又飞了过来，我和小莹相视一笑，默契地朝着同一个方向扑了过去，只听见“啪”的一声，我们俩人四只手同时抓住了沙包。“耶，成功了！”拿着手中的“战利品”，我和小莹开怀大笑，击掌欢呼，小森也兴高采烈地重新回到场上。

在我们的欢声笑语中，新一轮的游戏又开始了。

**丢沙包比赛作文200字25**

“叮铃铃……”下课铃响了，我们像刚出笼的小鸟一样“飞”出了教室，奔向操场做游戏。

我、李浩天、何晨萱、魏煜栋和胡楚涵一起玩丢沙包。我们分男生一队，女生一队。首先，我和胡楚涵手拿沙包，侧着身，用力一扔，这个“手榴弹”迅速地向对方飞去，李浩天敏捷地躲过了“手榴弹”，可是，沙包却顽皮地滚到一位陌生的同学脚下，我弯下腰，准备给他们点颜色瞧瞧，但这位同学快速地捡起沙包，向何晨萱他们仍去，把他们打得满地找牙。别看我脸上挂着痛恨的表情，其实心里乐开了花，因为这位同学不仅让我省力气，而且达到了我的心愿，生气是因为让他抢了功劳。在我得意洋洋的时候，我的沙包立刻“飞”了回来，原来，何晨萱被气得怒火冲天，拿起沙包扔过来，我躲晚了，被砸得头昏目眩，何晨萱大笑：“哈哈！你这叫自作自受！”李浩天生气地说：“还有我呢！别把我无视了！”他拿起沙包，使出全身的力气一扔，砸中了！我们才玩了一会儿就上课了，我们依依不舍地离开操场，陆陆续续地回到教室，校园顷刻间安静下来，只回荡着朗朗的读书声。

我非常喜欢玩丢沙包，你们呢？如果喜欢，就加入我们，与我们一起丢沙包吧！

**丢沙包比赛作文200字26**

星期天，我和小伙伴们玩“丢沙包”。场地的两边是交战的双方，我们团结一心、密切合作，用沙包当武器，向中间的“敌人”发动猛攻。我们有时采用声东击西的“战术”，有时采用欲擒故纵的“战术”，有时采用突然袭击的“战术”，只见沙包像一道道闪电在空中飞来飞去。然而，“敌人”也并非无能之辈，他们非常沉着，眼睛盯着“炸弹”飞来的方向，左躲右闪，蹦来蹦去，反应十分敏捷。“炸弹”飞来了，只见一个同学轻巧地抬腿，沙包“嗖”地从裤腿边飞了过去。随料另一只沙包又从后面飞来了，他猛地一转身来了个“海底捞月”，抓住了沙包。另一个人躲闪不及，沙包落地时来不及“撤退”，一下子被沙包击中，只见他装模作样，手捂“伤口”，应声倒下……，惹得大家哈哈大笑。

丢沙包，这真是一项精彩、有趣的活动啊！

**丢沙包比赛作文200字27**

紧张忙碌的暑假第一阶段——暑期学习班阶段终于结束了。吃过晚饭后我与伙伴们，在院子里痛痛快快地玩——打沙包。

打沙包也叫打鸭子，是有两个“猎人”和一群“鸭子”玩的游戏。“猎人”站在两边，“鸭子”在“猎人”的中间。两个“猎人”来回扔沙包，想办法打中“鸭子”，被打中的鸭子就成为“死鸭子”，其他“鸭子”可以接包来救“死鸭子”，“鸭子”们躲闪沙包，不让沙包打中。“猎人”们想尽办法不让“鸭子”接上包。再将“鸭子”打中。最后游戏在“猎人”将“鸭子”全部打中而结束。

这个游戏还是妈妈教给我们的，妈妈小时候经常会玩这个游戏。这个游戏紧张又刺激。有时候“小猎人”们把“鸭子”打不下来，妈妈会充当“猎人”将我们这些“鸭子”打下来。打沙包游戏是健康、有意义的游戏，我们很喜欢。

**丢沙包比赛作文200字28**

我玩过的游戏各式各样，有精彩激烈的斗鸡，有东躲西藏的捉迷藏，有左躲右闪的丢沙包，还有……但是在这里我只讲丢沙包的游戏。

又是一个阳光明媚的上午，我们上完体育课的内容，老师让我们自由活动，不知是谁说我们来玩丢沙包吧！那个同学的意见立马得到了大家的认同。于是，老师讲了游戏的意义和目的，然后，开始分工：有裁判，有观众，还有队员，接着裁判和队员精神抖擞的来到比赛场地，裁判一声令响，双方队员疾步如飞的向自己场地跑去，飞快的把沙包丢向空中，沙包在空中盘旋着、翻滚着、飞舞着，一下飞向这一边，一下飞向那一边，恨不得把“敌人”全请下场去，一不留神，队员们有的下场了，有的还在场上激烈的“战斗着”，有的已经累的汗流浃背了。叮玲玲，叮玲玲……下课铃响了，裁判宣布时间已到，一队获胜，比赛在欢呼雀跃中结束了。

这种游戏既锻炼身体，还增进了友谊，我喜欢这样的游戏。

**丢沙包比赛作文200字29**

今天下午一放学，妈妈把我接走，妈妈对我说：“你猜妈妈刚才干啥去了？”我说：“去超市了。”妈妈说：“不是。”我又说：“我猜不着。”妈妈就告诉我你今天早上要买什么？我才想起来沙包。我又问妈妈什么颜色的？妈妈告诉我是绿色的。我想不买粉色的干嘛要买绿色的，妈妈说只有那一种。我和妈妈就回家了。

到楼下，我说：“妈妈，我扔会儿沙包吧！”第一次扔到车上了，第二次又扔到树丛里去了。本来我想给树上砸的，结果，没砸住，还掉到下面的树丛里了。我找妈妈：“妈妈，给我捡一下好吗？”妈妈就给我捡了，把妈妈的衣服都弄脏了，我再也不敢往树丛里扔了。在旁边扔了一会儿，妈妈和我就上楼回家了。

回家后，我又玩沙包。结果扔到鱼缸上了，我叫妈妈给我取一下沙包，取下来后，妈妈说你可别扔到鱼缸后面去，扔到那儿，谁也取不出来。从此以后，我就再也不胡乱扔沙包了。

我觉着沙包很好玩。

**丢沙包比赛作文200字30**

昨天，我和哥哥在外婆家玩丢沙包。

我和哥哥各自站好一个位置，说好赢的人到输的人那里去，输的人到赢的人那里去。

于是我们就开始了游戏。哥哥朝我扔来沙包，我就左躲右闪，想避开哥哥的攻击，可结果也中了两三弹。

轮到我了，我捡起沙包，做了一个扔沙包的假动作，其实没有把沙包扔出去，哥哥连忙跑到左边，乐得我哈哈大笑。第二次，我便把沙包往左边扔，结果哥哥自己跑过去“中弹”了。

丢沙包真好玩，我们玩得乐此不疲。

**丢沙包比赛作文200字31**

今天体育课上，我们体育小组准备扔沙包，比谁扔得远。

首先，是吕皓月扔。她挥舞着她的手臂，装出很猛的样子，然后使劲的扔了出去。哇！真远啊！我心想：吕皓月扔的这么远，会有人扔得比她远吗？恐怕很难那！

接着是崔雅霖和李诗尧扔，虽然不如吕皓月扔的远，但也很厉害。 轮到我扔了，我摆好架势，准备往前扔，但就在这时，不知怎么的，我突然感觉手很酸，接着，手不受控制的扔了出去，我满怀期望地看着沙包，希望扔远一些，可沙包落在了很近的地方。这时，李诗尧、吕皓月、崔雅霖、魏新然都笑了起来，我也不好意思地笑了起来，脸也红了。

最后是魏新然扔，她扔得很远，和吕皓月差不多，不过，比吕皓月稍近一些，最后吕皓月得了冠军，我真为她高兴。

这次扔沙包我有些不好意思，但我还是觉得扔沙包很有趣。

**丢沙包比赛作文200字32**

我们的课间生活丰富多彩，有跳绳、跑步，其中我最喜欢的就要数丢沙包了。

我们来到了操场上，操场的人可真多呀！我们找了个空地停了下来，我和陈妍等10人是躲包的，冷晔和邹子俊等10人是丢包的。游戏开始了，我们躲包的人站在中间，丢包的人站在两边。一个个沙包雨点般的向我们投来，我们左蹦右跳躲过沙包场上只剩下我一个人了，这时一个沙包从我前面飞来我猛地一抓住，突然后面飞来了一个沙包，我眼疾手快，灵巧的一转身，来了个海底捞月。真当我得意洋洋的`时候，一个人趁势一丢我看了把腿一抬，沙包一瞬间“嗖”的从我裤脚下飞过。虽然我眼疾手快，但我终应寡不敌人。最终丢沙包的人获得了胜利。

丢沙包既丰富了我的课外生活，又锻炼了我的身体。

**丢沙包比赛作文200字33**

下课了，我们全班像快乐的小鸟向操场飞去。一到那里，我们就三个一群，五个一伙展开了丰富多彩的体育活动。

我们小组也不例外，准备玩丢沙包游戏。我们首先把人分成了三拨，左右各站一拨，中间站一拨（我在中间一拨），接着游戏便开始了。顿时，左右的“敌人”猛地向我们发起攻击，只见沙包像离弦的箭在我们身边来回穿梭，我们乱得像一窝蜂似的，东躲西藏。没有多久，我就被沙包击中，只好站在旁边等“战友”来救我。

这时，一只沙包向王小明飞来，多亏他眼疾手快，身子向上一跃，一抬腿，沙包从他脚下闪过。可他还没站稳，另一只沙包从他左面飞来，只见他身体迅速地向右一侧，伸出右手来了个“大海捞针”一把抓住了沙包。这下我得救了，高兴地喊起来：“我又可以玩了！”……

“丁零零”，上课了，丢沙包游戏在欢笑声中结束了。它让我从中得到一个很深刻的启示：做事是不能慌慌张张的，假如过于慌张，就一定做不好事情。

**丢沙包比赛作文200字34**

中午课间活动时间，老师带我们玩了一次名字叫做丢沙包，我们分了两组；一组在中间躲沙包，一组分别在两边投接沙包。看中间的人左躲右闪，生怕自己被沙包打中，两边的人可是机灵的佷，他们打的又快又准，一次沙包从远处飞来我信心十足的去接它，结果刚一碰到沙包，它就莫名其妙的掉在了地上，我感到非常遗憾。激烈的比赛还在继续，我和郑同学又像中间跑去，左躲右闪，当两个人都比对方慢半拍，好像只有我在比赛中最忙，郑同学左顾右盼，看沙包飞到哪去了？那道我们俩个就不能一起接上一个？

可是还没等我们接住沙包呢，我就被打中了，虽然丢沙包的游戏是短暂的，但是我们都玩得很开心！

**丢沙包比赛作文200字35**

今天中午，我和小伙伴们在操场上玩起了砸沙包的游戏。

伙伴们刚一站好，我抓起沙包，对准了王呤涵，一甩手，沙包猛地飞过去，正好砸中了他的衣服。“好！消灭了一个！”。紧接着，我一鼓作气， 瞄准敌人的弱点，出其不意，陈星宇、陈澳立、杨国锐、刘畅都遭到了我的突然袭击，躲闪不及，纷纷“死”了。就只剩下田金国和杨磊这两个机灵鬼了。“狠狠的打呀”，我们欢叫着，“火力”也越来越猛烈了。

杨磊可难砸了。别看他长的很胖，可是很会躲，你往他的头上一砸，他就快速的蹲了下去。你如果还往他的腿上砸，他就把腿一提，突然，我灵机一动，就往他的腹 部砸，看他还能往哪里躲，果然，那里是他的死穴，我猛的往它的腹部一砸。耶！中了，我终于把他砸到了，也把他砸的垂头丧气了。

田金国还在那里充“英雄”，你看他双手叉腰，满面笑容的表情，一动不动的，嘴里还不停的哼着歌儿，活像一个威武的大元帅，你对他的腿，怎么也砸不到他，他就会立刻说：“你就是砸不到我”沙包好像怕田金国似的，每次都跑斜了，最后我又用了对付杨磊的老招来砸田金国，果然又有了出色的表现，一下就把田金国砸到了，他垂头丧气的跑下场了。

我们愉快的结束了比赛，期待着下场比赛。

**丢沙包比赛作文200字36**

今天我在楼下和小朋友玩丢沙包。

我们4个人在玩，我们先是分边，每边2人，我们说了又说，足足说了5分多钟，才总算说出来了，我和欧阳祖益一边。我们说完了之后，便两边都派出了一个代表来捶子剪刀布，结果我们输了，输家先丢包。

游戏开始了，我和欧阳祖益一开始就是在对着人丢，我们是一接到包就扔，看都不看的，结果我们发现这种办法不行，因为我们一个包都没有丢中，包包都是扔到外面去了。

后来我们便换了一种方法，那就是丢高包，因为如果一个人丢高包，另外一个人在沙包落地前接到了，那么其他跑的人就要定住，不能动，我们便有机会打的更准了。

结果一试，发现这个办法很好，最后终于该我们跑了，我们玩得很愉快！

**丢沙包比赛作文200字37**

我小时候玩过许多游戏，比如说捉迷藏、老鹰捉小鸡等等。我最爱玩的游戏，要属丢沙包啦！

丢沙包的游戏规则：首先分两组人数，一组是来扔沙包的，另一组是来躲沙包的。如果扔沙包的人打中了躲沙包的人，那么那个人下场，如果躲沙包的人接住了扔沙包的人扔的沙包，那么可以积一分，要是躲沙包的人被击中了，可以用所积的一分来复活。

我在老家玩了一场这种游戏。我刚开始在躲沙包的。我刚一上场，那些扔沙包的就都来攻击我这只“猛虎”。但是，我又像一只敏捷的猴子，东躲西闪，他们怎么打都打不到我，于是他们便转移了目标。我高兴的太早了。原来他们是为了清除障碍物，所以现在场上就剩下了我孤单一人了，于是我只好孤军奋战。

突然，有一个地滚球飞快地朝我奔跑过来，当时我还在坐着，跳起来也来不及了！当他们正准备说“我们赢了”时，我却说：“你确定？”他们听了立即回头一看，原来我一手抓住了那个沙包，已经在手里玩着呢！他们最后只好投降了。有人还对我说：“师傅，收下我为你的徒弟吧！”我说别开玩笑了，这种游戏好玩吧？我心里很快乐！

那天就是我最开心的一天！

**丢沙包比赛作文200字38**

下课了，我和同学们一起到教室后面的空地玩丢沙包。

游戏开始了。我和严旭、贝学爽飞快的跑到中间，做好接球的准备。蒙俊朋和孙金龙分别站在在两边。先是蒙俊朋丢沙包，只见沙包象流星一样快的冲我飞过来，我敏捷的伸出双手，虽然沙包飞过来很快，但是我还是把沙包给接住了。

然后孙金龙马上喊了几声“捡”。我就把沙包抛给孙金龙，孙金龙对准贝学爽用力的把沙包丢过去，只见贝学爽灵巧的伸出了一只手，他以为一只手就能接住了，可惜，贝学爽被冲中了，孙金龙飞快的跑到中间，贝学爽跑到旁边。

蒙俊朋后来描准我一丢，沙包从我裤档下飞过去，还差一丁点我就被冲到了，可真是吓死我了。贝学爽瞄准严旭丢，但严旭迅速地逃跑了，后来，我连被贝学爽丢中了两次。我说：”贝学爽，你真牛。”

正玩在兴头上，上课铃声突然响了起来，我们就跑回教室上课了。

**丢沙包比赛作文200字39**

上星期我和哥哥都在外婆家，于是我向哥哥提议：“我们去扔沙包，好吗？”哥哥欣然答应。我和哥哥分别拿上沙包出发了。

来到空地上，划好中心线，我和哥哥站在中心线的两端准备好开始投掷。我先迫不及待地哥哥发出来第一颗“子弹”，真惨，“子弹”竟然落在中心线上，大约只扔了五、六米。哥哥笑着说：“你可把这沙包给扣惨了。”我连声说：“失误，失误！”该哥哥扔了，只见他不慌不忙地甩了甩手臂，然后使劲把沙包扔了出去，果然不出哥哥所料，沙包像爆竹一样飞上了天。正当哥哥得意洋洋的时候，沙包像折了翅膀的鸟儿一样冲了下来，刚好落在我的沙包旁边。我笑着说：“技术不错嘛！高抛球呀！”

第二轮开始了，由哥哥先扔。哥哥使出吃奶的力气，边扔边说：“去吧，‘神舟七号’。”只见沙包像流星一样在半空中划过一道弧线飞来过来。“好球，好球！”我赞许地说。该我扔了，我把沙包扔了过去，由于用力过猛，沙包竟然不翼而飞了。我们四下寻找，原来我把沙包扔到了后面。哥哥笑话我说：“如果是在打仗的话，手榴弹就炸到自己人类。”“哈哈……”我们两个人都捧腹大笑起来。

扔沙包不仅可以丰富我的课余生活，还有助于锻炼身体。同学们，多多练习扔沙包呀！

**丢沙包比赛作文200字40**

捡沙包、甩沙包、躲沙包、接沙包......小小的沙包在半空中“嗖嗖”地飞来飞去，引出了一串串的惊叫声和欢笑声。怎么回事？原来是我们班在操场上玩丢沙包的游戏。

游戏开始前，老师将我们分为两组，一组同学围成一个圈，把手牵起来，好像一个安了很多门的篱笆，他们是投掷方。另一组同学站在圈内，我们是躲避方。

令人期待已久的游戏终于开始了！圈内的同学们小嘴抿得紧紧的，眼睛直勾勾地看着投掷方手上的沙包。我和我的好朋友嘉嘉结成了联盟，决定共同进退。突然，身后传来一声惨叫，有人被击中了！刹那间，圈内的同学犹如惊弓之鸟，各顾各地朝不同方向跑：有的你拖着我，我拉着你；有的撞在了一起，同时摔倒在地；还有的连滚带爬，向安全的地方躲。看着圈内同学洋相百出，圈外同学个个笑弯了腰。几轮投掷后，圈内只剩下我和嘉嘉了。我俩看着对方一眼，坚定地点点头，暗自下了决心——一定要坚持到底。我们背靠着背，警惕地扫视着全场......猛然间，一个沙包就像一支离弦的箭，朝着我们直射而来。“蹲下！”嘉嘉大吼一声，我连忙蹲下身子，只觉得一阵疾风从我都头顶上方横掠而过。不等我们缓过神来，又一个沙包追踪而至，我机灵地向旁边一闪，右手猛地伸出，就那么轻轻地一抓，沙包落进了我的手里。

丁零零，下课铃声响了。我和嘉嘉长长地舒了一口气，摸摸额头，竟然湿答答的。从此，我明白了一个道理：只有团结合作，才能取得胜利！

**丢沙包比赛作文200字41**

大家该都玩过去沙包这个游戏吧！这个游戏很好玩。

首先我给大家简单介绍一下，一共有三个队每个队有三人，二队之间站一个队；中间那一个队要躲闪两个队的攻击。

今天我约了几个同学来丢沙包，有小明、小光、小辉、小红、小童、小思、妙想、奇思还有我。我、小明、小童一个队，奇思、小光、小辉一个队，剩下的那三个人一个队。我们分成了三个队，一队是躲闪攻击的，二队和三队是攻击的。

游戏开始了，我和小明，小童连续躲开他们的攻击，奇思犯了规，他跑过一下了把我打中了，我淘汰了。就剩小明和小童了。他们一次又一次躲开他们的攻击，小思发火了，一沙包扔过去把小童扔中了，小童也被淘汰出局了，我们队就剩下小明了。我们俩在旁边给小朋加油！希望小明能够胜利。小明一把抓住敌人扔过来的沙包，我们队又活了一个人，我上了场和小明一起配合他们扔过来一次要没有扔中我和小明，最终我们队赢了。

今天我非常开心！

**丢沙包比赛作文200字42**

一个周末的`下午，外面天气特别晴朗，阳光明媚，我的心情也特别的舒畅，做完作业，我就和爸爸妈妈一起下楼到我家楼下花园里玩丢沙包的游戏。

我们排成个三角形而且每人相距三四米，我丢给妈妈，妈妈丢给爸爸这样来玩。谁没有接住沙包就表演一个节目，我们玩得非常的开心，可是时间没过多久我就被沙包打着了，妈妈爸爸叫我表演节目，我唱了一段歌曲我们又开始进行第二轮比赛了。妈妈一不小心也被沙包打中了，我们就叫着嚷着让妈妈表演节目，妈妈给我们讲了个有趣的故事名字叫骄傲的蜗牛。接着三轮四轮都分不出胜负。一眨眼都5点了，我还想玩，可是妈妈说要回家做晚饭了，我就跟随爸爸妈妈依依不舍地回家了。

我多么盼望再一次和爸爸妈妈一起玩丢沙包的游戏或者是其他好玩的游戏。

**丢沙包比赛作文200字43**

今天的阳光体育课上，老师带领同学们扔沙包。

我和常家伟、许家兴、李朝阳、范靖轩、范润杰六个人一组玩。游戏的规则是：扔出来的沙包如果中间的人接住了，就加一分。要是沙包砸到中间的人，就让这个人下场。而我则分到了中间。

游戏开始了，只见盛政华瞄准我一扔，我往上一蹦，哈哈，没扔着。我得意洋洋的扭了扭屁股！可是，常家伟突然在背后砸了我一下，我输得灰溜溜的下场了。接着，盛政华发射了一个沙包，砸中 了许家兴。又发射一个，范润杰中招了。这时，常家伟又打中了李朝阳，只剩范靖轩了，大家一致认为让他先下场，让李朝阳上场。过了一会儿，李朝阳要上厕所了，所以许家兴又上场了。谁知刚上场 ，就中弹了。游戏还在进行中，我们都忘乎所以的玩着！

扔沙包真好玩呀！

**丢沙包比赛作文200字44**

中午过后，吃完了午饭，便下楼去找小伙伴玩丢沙包的游戏。

八分钟过去了，我找到了三个人，便两个两个人划拳，赢的跟赢一组。又过去了两分钟，我们分好组，开始啦！

游戏终于开始了！我和一个小伙伴在里面躲沙包，我高兴得手舞足蹈，应为在里面躲沙包比在外面丢沙包打人有趣多了！而另外两个小伙伴在外面丢沙包，从他们的脸色开的出来他们不甘心！

瞧！开始啦！一个沙包向我飞来，只间我快速一蹲，沙包从我头上呼啸而过。“呼”终于躲过啦一劫，我起来，转过身，突然一个沙包向我飞来，重重地无情地打在了我的身上。在两旁扔沙包的人见我被打中了，高兴得欢呼，“耶”！你终于被我两干掉了：我刚刚怎么这么大意啊！唉，我不甘心啊！紧接着，我只好垂头上去的下了场在两旁人扔杀包的人特别狡猾，尽然声东击西，我为里面的人感到悲哀。他们先假装向左边扔，向左边一扔，躲沙包的人赶紧向右边逃，他一看，咦？怎么没有看到沙包，糟了，上当了！可是现在发现已经晚了，扔沙包的向右边一扔，准确无误的击中了他。只间扔沙包的两人跑到中间击掌，看对我吐舌头，我一看生气极了，拿起沙包向那人一扔......

丢沙包真好玩！

**丢沙包比赛作文200字45**

今天的丢沙包，我们玩得开心极了！

我们来到操场上，先分了甲、乙两组。甲组有石嘉伟和崔海鹏两个人做攻击手，用沙包打我们乙组的“中锋”同学们。我们的“大战”开始了，石嘉伟用尽力气扔出了沙包，沙包打在了于洋身上，于洋被淘汰了，可是当第二发“炮弹”出手时被马士喆接在手中，于洋又能获得了新生，回到了场上，于洋高兴极了！大家也给他送来了热烈的掌声。

新的回合开始了，崔海鹏向我发起攻击，沙包向我飞来，我单脚着地，转了两个大圈，沙包在我脚下滑过，幸运极了！正在这时候，石嘉伟又攻击马士喆，马士喆左躲右闪才算逃过眼前这一劫。不一会儿，老师要求换人，我没等回过神儿来，于洋就狠狠的命中了我。我再重新上场之后，也想“报复”一下于洋，可是同伴提醒他“于洋，小心！”我的沙包只能在他身边飞过，没打着他，我心里很后悔。

游戏结束了，我不仅感受到了欢乐，而且还懂得了“大伙儿一条心，黄土能变金”的道理。

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