

写拔河日记(优秀15篇)

拒绝一次性使用，环保争当前。不断创新环保宣传方式和手段，适应社会和科技的发展需求。保护野生动物，保护生态平衡。

写拔河的日记篇一

“六一”儿童节到了，我们班组织了一次拔河比赛，同学们都兴致勃勃地来到了操场。

操场上早已摆好了一根又粗又长的麻绳，中间还系了一条红丝带。拔河比赛开始了，我作为参赛者和队友们立即进入了场地，一双双手把绳子握得紧紧的。裁判员喊了一声：“预备——开始！”第一回合开始了，我们使劲用手把绳子往后拉，身子也向后仰，脚用力蹬。只见红丝带慢慢地向我们这边靠拢。啦啦队在那拼命地喊：“十一班加油！十一班加油！”这时，我们使出了全身的力气，猛地一拉，只听见一声哨响，第一回合结束了，我们胜利了！同学们都兴奋得又蹦又跳。第二回合开始了，我们交换了场地。啦啦队在一旁大声地喊“加油！一定要赢！”最后，我们齐心协力又获得了第二回合的胜利。

大家蹦啊跳啊，我们叫着：“胜利了！胜利了！”

这个“六一”儿童节，我们过得真快乐！

写拔河的日记篇二

今天妈妈带我去学校看老师拔河，有女老师和男老师，各有一个教练。

教练先教老师们动作，然后开始比赛。老师们使出全身的力

气拔河！开始比赛了。第一局，男队员4人，女队员6人，一二三开始，只见大家使劲抓着绳子，拼命地往自己阵地拉，最后女队赢了。

第二局，女队员又来了一个人，女队7人，男队6人，一二三开始，大家踩在地上停止不动，像多米诺骨牌一样往后仰，女队又赢了。第三局，男队全上，女队也不甘示弱全上，一二三开始，只见女队员一个个脸上憋得通红，哎，女队员没有赢，输了一局。我们在后面奋力喊口号，加油！加油！

大家都累了。总结经验明天继续比。

写拔河的日记篇三

在这节体育课上，当老师宣布要利用这节课进行拔河比赛的时候，教室里已经炸开了锅：同学们个个手舞足蹈，有的同学站了起来，还神气十足地左顾右盼，活像一只只活蹦乱跳的小猴子。老师做了一个手势试图想让同学们安静下来，但这种吵闹声还是持续了一段时间，才渐渐地消失得无影无踪。当我们安静下来的时候，老师才得以说：“同学们，让我们来分成八大组来分别进行拔河比赛，第一组的组长是×××，第二组的组长是……。”分组完毕后，老师又说：“下面，请各组的组长把你组的女生多少人，男生多少人报在黑板上……”哇塞！我注意到：有一个组，除了组长一人是男生，其余的可都是女生呀！为了公平竞争，老师还是把各组的男女生比例进行了调整。终于盼到拔河比赛了！哇塞！同学们迫不及待地冲出教室，奔向操场。

绳子拿来了，裁判员把一根红绳系在了绳子的中间，比赛开始了，同学们是既兴奋又激动。首轮进行了八个小组的淘汰赛，胜出的四个小组再进入下轮的淘汰赛，然后胜出的两个小组进入最后的决赛。我被分在了八个小组的第三小组，虽然我的脚受了点伤，脚上不大敢用力，但我也甘示弱，拼尽全力，拿着绳子往后拉，一二三！加油！一二三！加油！

由于我们组用力拉的时候，用力时步调一致，在每一轮比赛中，都战胜了对方，把对方淘汰了，笑到了最后，我们胜利了。

同学们祝贺我们的欢呼声成了一片欢乐的海洋，也使我明白了，合作就是力量。

写拔河日记篇四

周三那天，第二节课的下课铃刚刚响，红老师发布一个好消息：“今天的大课间活动是拔河。”我们整个班的同学们像抓了狂似的乱吼乱叫。

大家争先恐后地来到了操场上。班长沈宇彤拿出一根长绳，把我们大组分成两队，分别是1大组和3、4大组比赛，红老师让我们两队各派一名队长，让队长带领啦啦队喊口号。小队员们准备好架势，红老师手一挥，啦啦队开始高喊“k一！二！拉！一！二！拉！……”我同桌怒吼道：“我要发怒了！”有的同学喊着：“啊！我没力气了！”双方队员撑的满脸通红，我自己叫着：“嘿呦！嘿呦！”当我们还没有用尽全力时，我们队已经胜出了，大家放下手中的长绳欢呼雀跃，比考了100分还兴奋。

第二局是个人赛，陈易均pk袁天昊，他们俩拉的上气不接下气，袁天昊趁陈易均稍不留神时，“嗖！”地拉了过去，最终个人赛袁天昊获胜。

第三局是第三组对第四组，“预备！开始！”红老师用“沙哑”的声音大喊道。他们这组实力相当，屏了差不多一分钟，啊呀！不好！第四组快撑不下去了，不出所料，结果第四组被第三组拉趴下了，纷纷摔倒在地上，我们旁边的同学笑的人仰马翻。

这次拔河比赛可真激烈，连红老师的嗓子都哑掉了，希望以

后再参加这样的比赛。

写拔河日记篇五

今年，我们学校为了欢度国庆，提前准备了一次拔河比赛。

今天，是拔河比赛的日子，我们大家都在赛场上热血沸腾。不一会儿我们打进了决赛。

在决赛前我们热完了身，老师对我们队长小王说：“已经决赛了，你们有把握赢吗？”小王做了一个表示没问题的手势，就去赛场了。

在赛场中，双方紧紧地握住绳子不放。枪声一响，双方使劲地向后拉，而我也在往后拉，不一会儿，一比一打成平手。最后一局了，双方都在想办法赢对方，只见枪声一响，双方再次使尽全身力气往后拉，对方一个个被我们拔过来了。

忽然，由于我自信过头，忘了拔，又被拉了回去。对方开始各自出力了，我方一阵又一阵的摇晃，向前又向后，还有几位女同学晕倒了。我方见状，便生气了，我将我的脸绷得紧紧的，全神贯注地看着这一条又粗又大的麻绳。只见瓶子要过线了，我们队在最后关头使出了全部力气，终于把绳子拔过了线。

我们赛后个个都笑着、跳着，即使手红了、鞋掉了……我们老师走过来了，啦啦队也簇拥过来了。这时，老师给我们说了一个非常好的消息：今晚不用写作业了。同学们个个心情开朗，笑逐颜开，所有人都在欢呼！

这一次拔河比赛举行得很好，因为每个人都努力了，也都非常开心。

写拔河日记篇六

“竞争时代，四二最帅，团结友爱，不可阻碍。”这就是我们班的口号。今天，学校为了丰富我们的课余生活，开展了一场别开生面的拔河比赛。

各班先后来到了操场，拔河比赛隆重开始了。各班先后到场，加油声和呐喊声震耳欲聋。轮到我们班和四年一班较量了，老师说和四一的比赛一定要赢。我们都跃跃欲试，准备大显身手。我们找好位置，前腿蹬直，后腿弯曲，身子向下，眼睛注视前方。随着体育老师一声哨响，比赛开始了，我们拼命地往后拉，可四年一班的实力非常强，我感觉越来越吃力。绳子还是移向了四一。第一场我们输了。

第二场我们交换了位置，比赛开始了，我们心想：这次一定要赢。只见张君豪站在最前面，他双手紧握着绳子，眼睛瞪得大大的，鼓着腮帮，队员们也一个个使出了九牛二虎之力。一会功夫脸上就渗出了汗珠。我的手被绳子勒得发红，但我咬紧牙关，忍着疼痛，一个劲地拉着。由于大家齐心协力，绳子缓缓地向我们这边移来。我班的啦啦队员们见到这一情况，高兴地大喊：“加油！加油！”在啦啦队的助威下，我们队员们连吃奶的劲都使出来了，大家一边使劲拉一边吼着，绳子迅速向我们这边移来。任凭对方怎么使劲都无济于事了。啊！我们赢了！大家不顾手上的疼痛，互相击起掌来。

第三场比赛开始了，因为体力消耗太大，我们怎样拉也拉不过四一了，第三场我们遗憾的输了。

我想：比赛不一定要赢，而是要比出精神，这才是最重要的。这次比赛，使我明白了“团结就是力量”的道理。

写拔河的日记篇七

今天上午我们在操场上进行了一次拔河比赛，当我们五（3）

班和五（4）班争夺冠亚军时，王老师让我上场参赛了，我真是又紧张又高兴。

比赛开始了，哨声一响，我们大家都心往一处想，劲儿往一处使，拼命往后拉，红布条在中间左右晃动着，突然对方好像加大了劲儿，红布条向对方移去，这时我们的拉拉队中有人喊：“稳住、稳住！”对方这时有点得意忘形，我们趁着这个机会，一、二，一、二，使劲往后拽，拉拉队中加油、加油的喊声此起彼伏。最后红布条渐渐向我们的阵队移来，我们以2：1赢得了冠军。

我们高兴地欢呼起来，胜利虽然有我的一份力量，但是我深深地懂得“团结就是力量，坚持就是胜利”！

写拔河日记篇八

在星期五的体育课上，我班与五（6）班举行了一场扣人心弦的拔河比赛。

来到操场上，一条又粗又长的麻绳静静地躺在地上。绳子中间系着一条红带子，顶端还系了一枚铜板。

老师帮我们分好队伍后，便开始比赛了。一开始是男生与男生对战，由于双方的体型很不平衡，实力相差悬殊，所以我们班没有任何悬念，大败而归。

第二场是女生之间的较量。瞧，我们班的头阵——高翔，她身材偏胖，手臂粗壮，一看就像一个力大无穷的“女汉子”。双方站好队形，双手死死地握住长绳，就等比赛开始了！

“嘟……”比赛在刺耳的哨声中开始了。我班女生个个奋勇当先，化男生的失败为力量。看，她们的手似乎被牢牢的粘在了长绳上，眼神里透出了愤怒。再看高翔，她的脚好像在地面上扎了根，稳得出乎意料。过了一会儿，她的脸慢慢变

红，远远望去好似一团火焰在熊熊燃烧。渐渐地，渐渐地，铜板向我们班慢慢地走来了！我班女生兴奋至极，个个露出两排洁白的牙齿。

可是，就在这时，对方突然加大力度，使铜板又慢慢回到了起点。比赛进入到白热化僵持阶段。我班女队员们脸上好像写着三个方方正正的大字：不服输！队员们使出了吃奶的劲，脸上的肉不情愿地鼓了起来，鼻翼两侧至嘴角有两道深深的沟痕，鼻子向上缩，眉毛不断地向中下方伸去。身体向后倾斜，远看犹如与地面平行。

慢慢地，铜板向我班的女生靠近，再靠近，任凭对方怎么用力，铜板还是被我班女生吸引过来了。哦！我们赢了！

这时，下课铃声无情地响了。一路上，我们还叽叽喳喳像麻雀似的讨论着拔河那些事儿……

写拔河的日记篇九

春天到了，小草绿了，花儿开了，整个校园都充满着勃勃生机。学校要在这个春暖花开的季节举行一场激烈的拔河比赛。

老师挑选了十六个同学去参加拔河比赛，其余的同学都是我们的“啦啦队”。

拔河比赛即将开始了，大家都卯足了劲，准备应战。上次我们班的成绩不是很好，这次我们准备扬眉吐气，把对手打得落花流水，赢得年部第一。

“砰”的一声，比赛开始了，我们的对手是力量强大的五年一班，虽然对手一副势在必得的样子，我们也一定要坚定信心，尽最大的努力，使出全身的力气，即使我们输了，但我们并没有泄气，失败乃成功之母，我们这次输了，下一次也许就能扭局面，取得好的成绩。

大家休息了一会儿，观察了其他班级拔河时的窍门，并掌握了这些技巧，又上场了。

这次我们的对手是五年三班，他们班一个个都胸有成竹，似乎打败我们就像踩死一只蚂蚁一样简单，我们更不服气了，便决定力挽狂澜，赢得他们心服口服。

第二轮比赛开始了，大家用力拽绳子，对绳子中间的小红旗有很大欲望，那小旗就像一杯可口的饮料，我们只有不断努力，才能喝到它，才能感受到甜的滋味。这次我们有了窍门：身体向后倒，半蹲，双手拉住绳子，因为只有我们拉住绳子，才不会向后仰。怎么样？这个方法不错吧？这样我们就能把全部力量展现出来了！局面似乎凝固了，双方力量一样，小旗一动也不动。这时，我们班“啦啦队”的喊声越来越大，“加油，加油！”的声音一遍遍传进我们的耳朵里，每一遍都触动队员们的内心，大家被这“加油”声鼓舞了，猛地一拽，小旗偏向了我们这边，我们赢了，我们终于尝到了甜的滋味。

拔河比赛结束了，我们得了年部第三名，虽然不是第一，但这是值得高兴的，不过也不要骄傲，因为“谦虚使人进步，骄傲使人落后。”当然，获得第三名很值得高兴，希望下一次我们班能得第一名，因为大家要具有积极向上的精神，同时也只有勇于挑战自我，超越自我，才是真正尝到了甜的滋味。

写拔河的日记篇十

今天，我们课外学校迎来了拔河比赛。全场沸腾！

“加油！加油！”啦啦队拼尽全力为各双方加油。刚开始，哨声一响，四一班用力一拉，四三班没有防备好，被四一班拉过一点，还好没有输。三班面部狰狞，身子往后倾，手牢牢抓住绳子，一般也不甘示弱，咬牙切齿地用力往后拉。双

方势力均敌，不争上下。突然，一般有人摔倒了，这时，三班立刻用力往后一拉，红旗过了三班面前的黄线，哨声一响，三班赢了！他们立刻欢呼雀跃起来，他们对方紧紧相拥在一起。这就是“台上是对手，台下是朋友。”

紧接着，第二轮开始了。四二班对抗四四班。

二班采取一班的先发制人，四班差一点就输了。啦啦队立刻沸腾起来：“加油！加油！”二班也念念有词：“一、二，一、二……”四班努力争取一点赢得机会，可却都被二班给夺回去了，坚持了足足有四分钟，二班突然猛地一拉，绳子过了二班面前的黄线，哨声又一次响了，二班赢了！

拔河比赛开了一个上午，大家都依依不舍的离开了比赛现场。

写拔河的日记篇十一

运动会上，令我印象深刻的还是那场拔河比赛。

先是前面几个班比，好一会儿，才轮到我们班，只见我们班的小选手雄纠纠气昂昂地走进了比赛场地，对手是四（2）班，对方都紧拉着绳索，只要裁判一声令下，他们便会开始一场激烈的角逐，空气中充满着火药味。

“耶！耶！我们赢了！”啦啦队再次欢腾起来，就差没把运动员抛起来了。

下一场是和7班比，双方旗鼓相当，对方摩拳擦掌，我们也开始活动筋骨，想让7班败在我们班手下。

虽然这次我们输了，但我相信下次一定能赢的！

写拔河日记篇十二

昨天，是我们学校一年一度的男孩节。这一次男孩节组织的活动项目是拔河比赛，我们班的对手是四班同学。

比赛即将开始了，操场上都是同学们跃跃欲试的身影，双方队员摆好了姿势。

随着一声直冲云霄的哨声，真正的较量开始了。两支队伍迅速进入比赛状态，展开了激烈的角逐。我们班的队员精神抖擞，拼命地拽着绳子往后拉。俗话说：“人心齐，泰山移”大家齐心协力地往一个方向拉，绳子中间的红标记渐渐地往我们班这边靠。正当大家兴奋的时候，红标记突然不再向我们班这边靠近，反而向四班那里靠拢了。吴老师扯着嗓子喊：“加油！往后拉！”同学们一鼓作气又卖力地拽了起来。

比赛终于进入了最激动人心的时刻。队员们都使出了吃奶的力气，额头上根根青筋显而易见。其中，赵家康是我们班排在最前的同学，所以最引人注目。只见他憋足了劲。满脸通红，就像一个红彤彤的大苹果。他的眼睛瞪得像两个大铜铃，盯着绳子上的红标记。红标记一点一点向我们班这边移来了，终于化险为夷了！同学们更激动了，他们个个卯足了劲，身体向后倾斜着，两手交叉着，背弓着，膝盖弯曲着，两脚相互抵着，像松树的根一样纹丝不动地扎在那里。我们这些啦啦队同学当然也不甘示弱，同学们都拼命地为参赛同学呐喊助威。有的同学还拿起小旗子用力挥舞着。我们快把嗓子都喊哑了，脚都跳麻了，恨不得冲上去帮同学们拉一把呢。但是，四班的最后一个同学用最后的力气把绳子又拉了过去。我们班输了。

回到班里，大家都有些沮丧，但老师还是以乐观的态度表扬了参赛同学，因为他们都尽力了。大家都为他们鼓掌，虽然输了，但他们为我们班争得了第二名的好成绩！

写拔河日记篇十三

今天上午，老师告诉我们一个好消息：下午要举行拔河比赛。教室里立刻沸腾起来。我高兴得中午饭都没吃好。

好不容易熬到了下午。老师把同学分为两队，一队是运动员，一队是啦啦队。运动员个个摩拳擦掌想试试自己的力气。

来到了操场上只见一条大粗绳子压在操场当中的两条白线上，绳子中间扎着一块红布儿。谁能把绳子当中的红布条儿拉过靠自己一头的百线，谁就赢了。

“预备！”裁判员大喊一声。双方队员抓起了绳子。

“嘟——”哨声响了，比赛正式开始了。我们双方互不相让，使尽了吃奶的力向后拉，只见我们班的宋明天他双眼紧闭，咬紧牙关，脸得通红，他身体下蹲，双脚紧紧地扎在地上，双手拼命地将绳向后拉。他仿佛在想：一定要赢这场比赛！红布一会向我们这边移，一会又向对方一边移。啦啦队为运动员加油，加油声响彻了整个操场上空。其中我们班的唐思远的加油声最为热烈。他双眼睁得大大的，紧盯着拔河绳中间的红绳，生怕我们班输了。

渐渐地，渐渐地，绳子向对方移动，我们怎了也拉不回来了。我们输了。

交换场地再战，这次我们吸取了失败的教训：以前是啦啦队喊口号，太乱了，现在由班长喊口号，经过几分钟的战斗，我们终于胜了。

对方不服，要求再战。老师说：“这项运动，体力消耗太大，不能再战了，过几天你们再比吧。”于是，我们暗暗鼓劲，下次我们一定会战胜对方。这真是一场有趣的拔河比赛啊！

写拔河日记篇十四

23日下午我们举行了一次拔河比赛。

训练场上人山人海。比赛很激烈，很热闹，很有趣。看，他们个个脸都憋红了。

很快，就轮到我们班了。我们班先和五.二班比。同学们憋足了劲，弓着腰，弯着腿，使劲往后拉。有人坚持不住了，可仍咬紧牙，手上出了许多汗也没松手，仍坚持往后拉。我使出吃奶的力气拉，绳子一会儿向对方方向移去，一会儿又向我们方向移来，像条两头蛇，向自己想去的方向驶去。突然，一个头好像觉得另一个头的选择是明确的，于是跟着慢慢往我们这边驶。耶！赢喽！

然后我们又和五.一班比。五.一班同学一上场，我们就傻眼了。五.一班同学又高又壮，人高马大。但我们下决心一定要胜。可他们力气太大了，我们个个手都出了汗，都没劲了，快捏不住绳子了，但仍在坚持。我们全身的劲都用上了，可还是没有用，绳子仍向五.一班的“大力士”们驶去。这次，我们输了。

这次拔河比赛我们不分胜负，即使输了也不灰心，因为“友谊第一，比赛第二”嘛！失败了也没关系，“失败乃成功之母”嘛！这次拔河比赛，重在参与，只要尽力了就行。

写拔河日记篇十五

今天课后，老师通知我们班全体去拔河，哈哈。全班立马沸腾起来，跟着老师就来到了操场。

老师首先将我们分为三个组：比赛组、加油组、观察组，让我们轮流调换。老师拿来绳子，并且将一根红领巾系在绳子中间，在地上划好标记。首先上场的是女子组比赛，同学们

分站两旁，他们在一阵讨论后，找到各自最适合的位置，调整到合适的站位，紧紧地抓起绳子，作好准备。老师一声令下“开始。”比赛的同学立刻拼命地往后拉，身体往后倾，我们加油组跟着呐喊起来“一、二、一、二、加油。”双边僵持不下，都在努力着想将对方拽过来，她们的脸都是红通通的，头上冒着汗，队伍最末的同学甚至都快倒下地上。慢慢地，左边的队伍优势显现出来了，红领巾也慢慢地向左边移动，我们更加激动起来，大声地为她们加油。终于，左边的队伍猛地一下，将另一边的队伍全部拉了过来。”耶。“胜利的队伍欢呼起来。

下一队，男子组上场了，我站在右边队伍的第三个，心情很紧张，一点都不能平复下来。在老师的一声令下，大家同心协力地使劲，”一、二、一、二“红领巾被我们一点一点拽过来了，就在红领巾到达定点位置时，我已经快看见胜利的曙光。这时突然感受到对方突如其来地力量，我们整个队伍一下子被对方拽过去了，哎。居然在最后败掉了。真是不能有一点点松懈啊。

虽然我比赛输了，但是我还是玩的很开心，下一次我们一定不会输。