

(手寫格式)

篇名：一場難忘的比賽(刻骨銘心)

操場上，掌聲響徹雲霄，裁判一聲令下，我只好回班上休息，我忐忑不安的在場邊加油，深怕會落後很多，在選手們的努力下這場比賽已經告結了。

在炎熱的夏季，教室裡本來吵吵鬧鬧，當老師一走進來，教室內瞬間鴉雀無聲，老師宣布了我們要參加一場比賽，我聽到便目瞪口呆，因為平常不會舉辦比賽。大隊接力

隔拜上，我為練習時，我練的十分認真，我想把耐力提高一點，所以每一趟我都會用盡全力，只為了耐力能提高，我也決定順便練一下爆發力，緊張的練習氣氛使我差一點哭出來。

到了比賽那一天，我心浮氣躁的走上跑道，膽顫心驚的看著隊友被對手超過，輪到我時我奮力的向前衝，差一點就超過領先的隊伍，但是我們還是輸了。

這場刻骨銘心的比賽讓我學到了不要那麼忐忑不安應該重新調整心態，不然就會害班上的人輸掉比賽，我也學到不行輕敵，希望下次大隊接力可以得到全校第一名。