

# 羽毛的日记(优秀18篇)

感恩是一种体验快乐的方式，让我们更加喜欢生活中的每一个瞬间。感恩的文章应该避免夸张和浮夸的语言，而是用真诚和朴实的文字表达内心的感激之情。这些感恩范文以真挚的情感和朴实的语言，诠释了感恩心态对个人成长的重要影响。

## 羽毛的日记篇一

今天上羽毛球兴趣班，教练要我们一直重复一个动作——挥拍。我感觉太单调太无聊了，只练了一会，我们个个手都特别酸。汗从头发上一滴滴不断地落下来，好像下雨一样。教练不断纠正我们挥拍的动作，十分严格，好像军训一样。好不容易到了休息时间，我们只喝了几口水，累得还不愿站起来，教练就要大家集合了。

唉，真累啊！难道这就是大人们所说的“吃得苦中苦，方为人上人”吗？

## 羽毛的日记篇二

今天我真高兴，我学会了打羽毛球。

到了运动的时间，我提议去打羽毛球，可是我不会，妈妈就来教我。

首先，妈妈教我握拍和击球的知识。握住羽毛球的'羽毛后，用力往上抛，再用羽毛球拍往前击打，对方接球后，如果对方打得很远，就要往后跑或者跳起来；如果对方打得很近，就要往前跑。

妈妈还教了我发球和接球的姿势，一种是接发球的姿势，二

是球发出后准备击球的姿势。接发球时左脚在前，右脚在后。两脚距离稍比肩宽，脚跟提起。接发球后的准备动作，右脚稍前，多于左脚半个脚掌，两脚脚跟微提，随时起动。

我和妈妈反复的练习，慢慢地，我学会了打羽毛球。我真高兴！

### 羽毛的日记篇三

又到周末了，吃过晚饭，我和爸爸到综合办公楼前打羽毛球，爸爸说打球可以锻炼身体，放松心情。

因为爸爸很少陪我打羽毛球，我心里特别兴奋。到了综合办公楼，我拿起羽毛球拍，把羽毛球往天空中一抛，向爸爸打去，爸爸见羽毛球飞得很高就用力打给了我，嗖的一声，羽毛球飞了过来，我又将球接过去。我们一直打了七八个回合，当打第九个来回时，我因为只顾着哈哈笑，注意力不是很集中，被老爸一个吊球杀了个措手不及，没有接住这个球。

总结了上回的经验教训，我决定让爸爸先发球，爸爸好像知道我是怎么想的，他先打了一个特别高的球，还好我打过去了，可是爸爸接着打了一个又低又慢的球，我只能赶快把球救起来，老爸接着又杀了一个远球，我已经来不及转身，又上爸爸的当了。

爸爸真是“知己知彼，百战百胜”啊！

接着，我们又打了好多个回合，直到全身都出了汗，感觉身上非常暖和舒服，心情也特别快乐。

### 羽毛的日记篇四

这般短暂，又这般漫长

冲蚀着那模糊的记忆  
把我带入一个微观的世界  
如那丝丝春雨  
滴落在我的脑海里  
顿时发现现实已不是那幻想  
它已经牢牢地锁在  
时光的回廊之上  
昨日的眷恋，以化作一道幻影  
穿过这一瞬的凝望  
是的，我再也没有理由逃避  
再也没有理由放弃  
我能做的只有留住那往日里你的微笑  
在这虚幻之间，又包含多少一瞬呢？  
明明是信任，我却当做了敷衍  
在这放弃与拥有之间  
又怎样的犹豫呢？  
这究竟是错觉还是考验  
是遥远还是漫长，是等待还是结束？

## 羽毛的日记篇五

张扬的暗影并非一望无际；

瀚海的天空举目湛蓝，大漠的戈壁从未静寂。

漫天的金沙与翡翠的绿洲也属于沙漠的天地。

然后是他的照片，依着绿洲的边缘，狂沙乱舞，如血残阳被尘埃遮挡。

狂沙可遮挡烈日一时，人生亦只有一时。

倘若男儿在世，只手遮天，只有一时又有何憾？

毕竟，人生五十年，与天长地久相较，如梦似幻般短暂，一度得人生者，岂有长生不减呼？

## 羽毛的日记篇六

今天下午，我刚输完液，爸爸让我去外面玩会儿，对身体好。我就和婷婷开打羽毛球。打会儿，打会儿，小静就又加入了。开始了一场“战争”。

我们规定，每人三个球，输了就换人，捣球不算。开始了，我对婷婷。婷婷先发，球从她手中飏地飞到我这，可是，她打出的却是斜球，还靠墙。我飞快地跑去接球，但是球已落地。所以，我们又规定，球靠墙不算。有了这几个规定，婷婷不是我的对手，两下，她就败下了。但是小静，她就不好“拿下”。我们玩的满头大汗。

今天玩的可真开心。

## 羽毛的日记篇七

今天中午吃完饭，爸爸说我们来打羽毛球吧，我痛痛快快地答应了，我先发球，然后我把羽毛球向上一扔再用球拍使劲打出去，羽毛球就像长了翅膀一样嗖的一声飞向爸爸，爸爸用力向我这边打来，结果我没接住羽毛球，这一轮算我输了。我正要垂头丧气的时候，爸爸对我说刚开始打羽毛球要有耐心，看准羽毛球的位置，你就能接住球了，我听了爸爸的话，开始认认真真的打球，几个回合我能接住几个球了，我高兴的说我终于会打羽毛球了。

## 羽毛的日记篇八

今天我跟妈妈去新华书店看书。看完书，妈妈说：“我们买个羽毛球网吧。”妈妈找了一会，没找到，可是，我一眼就发现了。羽毛球网就挂在妈妈身后左边的架子上，上面的标签写着35元。

买好球网我们就回家了。回家的路大约是5—6千米，我们骑电动车，用了大概5分钟。回到家我们就准备去打球。以前买了129元的球拍，还有12个3元的羽毛球，算起来买羽毛球的装备一共花了 $35+129+12\times 3=200$ 元。

我们去后院架起了球网。妈妈告诉我羽毛球网长大约6米，宽大约76厘米。我还量了羽毛球场，它的长大约是13米，宽大约是6米，面积大约是 $13\times 6=78$ 平方米，球场的周长大约是 $(13+6)\times 2=38$ 米。我和妈妈每个星期打3次球，一年有52个星期，那么我们一年大概能打 $3\times 52=156$ 次。

想不到生活中处处是数学，只要我们去发现。

## 羽毛的日记篇九

今天中午吃完饭，爸爸说我们来打羽毛球吧，我痛痛快快地答应了，我先发球，然后我把羽毛球向上一扔再用球拍使劲打出去，羽毛球就像长了翅膀一样嗖的一声飞向爸爸，爸爸用力向我这边打来，结果我没接住羽毛球，这一轮算我输了。我正要垂头丧气的时候，爸爸对我说刚开始打羽毛球要有耐心，看准羽毛球的位置，你就能接住球了，我听了爸爸的话，开始认认真真的打球，几个回合我能接住几个球了，我高兴的说我终于会打羽毛球了。

## 羽毛的日记篇十

吃过晚饭，爸爸叫我到楼下去打羽毛球。

我跑到水泥场上，接过爸爸的'羽毛球拍。刚站好位置，只听见“嗖”的一声，羽毛球便飞了过来。我急忙举起羽毛球拍，重重地往球上打去，结果没打着，球掉了下来。我嘟起嘴，不高兴地说：“爸爸我还没站好呢，你怎么就打过来了？”爸爸笑着对我说：“我叫你发球呢！”我顿时转怒为喜。拾起羽毛球狠狠地打了过去，只看见爸爸球拍一挥，球就飞了过来。我瞄准球使劲地打了过去。球像一只听话的小鸟，快速地飞向爸爸那边。就这样，我们父女俩你拍我打，左一下，右一下，上一下，下一下，累得我满头大汗，但心里却乐开了花。

## 羽毛的日记篇十一

今天傍晚，我跟爸爸妈妈在院子里打羽毛球，别提多开心了。

首先是爸爸要跟妈妈一决胜负。谁知刚开始不久，爸爸用力过猛，羽毛球飞了，落到了院外的大树上了。这可是唯一的一个羽毛球，怎么办？有没有长的竹竿把它弄下来？没有！这时，妈妈灵机一动，说：“要不，我们把球杆扔上去，把

羽毛球砸下来？”现在也没有什么其他的办法了，只能试试看。随着“嘭”的一声，球杆落地，羽毛球还在枝上。接着，妈妈捡起球拍又往树枝上一甩，这次是赔了夫人又折兵啊，球杆也挂在树上了。“嘭”、“嘭”、“嘭”……爸爸几次扔出球杆，可球一动也不动。他摒住呼吸，对准球又甩出一次，那球总算是落下了，可是妈妈的球杆还挂在树上。爸爸又试了几次，那球杆还是纹丝不动。

三个人忙乎了一阵子，都大汗淋漓。现在夜幕降临了，等明天再想法把球杆取下来。

## 羽毛的日记篇十二

今天爸爸教我打羽毛球，刚开始我一个球都接不住，总是说：爸爸打得高了、低了、近了、远了，我都有点不想打了，爸爸说笨，连打羽毛球都学不会，我一听，我心里很不高兴，因为我最不喜欢别人说我笨了。

我对爸爸说：只要你好好教我，我很快就会学会的。爸爸很有耐心的教我，爸爸说：打球时，不要着急，看准了球在打，不一会儿，我就能接住爸爸发的球了。

我觉得打羽毛球没有什么难的，只要用心的去打，就没有学不会的事情。

## 羽毛的日记篇十三

今天，是个晴朗的日子，灿烂的阳光照耀着大地，我表妹——戴洁来到我们家玩，我们一起打羽毛球。

开始打球了，我先活动了一下手脚，表妹先发球，我高高举起拍子，准备接球，只听到“吱”的一声，没拍到，球掉到我身后去了。戴洁哈哈大笑起来。

“哼！有什么了不起，不就是偶尔失误了吗？看你笑得！”

于是，我发球时，把球直往她脑门上发，她也来不及反映，气得火冒三丈。

就这样，我们好像不是在打球，两个人发球，捡球的时候多，球在空中的机会好，两个人都不欢而散。

回家后我仔细想想，我做得很不对，作为姐姐应该为妹妹带好榜样，不应该一点小事就赌气，玩提时候应该好好玩。

## 羽毛的日记篇十四

“啦啦啦啦……”

今天，我和爸爸一起去打羽毛球。结果我不小心一下用力过度，把球打到树枝去了，我用小石子想把它打下来，可是我一发也没打中。我又找了几块比较大的石头也没有，接着爸爸扔了几块，他也没砸到，正当我们一筹莫展的时候，有一个好点子从我脑子里闪过，我顿时心花怒放，兴奋的手舞足蹈。我对爸爸说：“我们虽然打不到球，但我们可以晃动树把球给晃下来！”爸爸说：“对啊！我怎么没有想到，我是大力士，我来晃树。”可是树太粗了，爸爸无法晃动。我又开始苦思冥想起来，我对爸爸说：“既然不能让树摇晃，那可以让树枝摇晃，把羽毛球给晃下来。”“这个办法不错，你去找几个较大的石头来，我把它打摇晃。”爸爸说。我就近找了几块很大的石头给爸爸，只见爸爸把石头一扔，“好棒！球进了！”准准的打中了，羽毛球落下来了。

看来，只要你能好好的利用智慧，所有的事在你的面前都是小菜一碟！



## 羽毛的日记篇十五

今天下午，太阳还是不愿出来，乌云将天空遮了个风雨不透。

我和爸爸来到了羽毛球馆，这里有四个羽毛球场，中间都竖着高大的球网，头顶的聚光灯将整个球馆照得雪亮，井然有序的白线分割了球场。

我拿起羽毛球去挑战爸爸。开始我因为不熟悉场地被爸爸打得节节败退。之后，我渐渐扳回了局势。后来又因为体力不支被打得落花流水。还好，爸爸看透了我的心思，允许我进行短暂休息。

经过休息，我的体力逐渐恢复。爸爸让我和他同事过过招。经过几轮比拼，对方连连夸赞我的球技好，我都有点不好意思了。我们打得有来有回，很有看头。

之后，我爬上了裁判椅。这感觉真奇妙！整个球场尽收眼底，每个人的动作都看得一清二楚。噢，对了，我还以裁判的身份观看了三局2：2的羽毛球比赛。那真是激烈到风雨不透！

这是多么难忘的一次体育运动呀！

## 羽毛的日记篇十六

今天早上，我一起床就和爸爸出去锻炼，跑了两圈之后停下来，发现天空中有好多好多的“纸片”从楼顶上飘落下来，咦，是羽毛！这是怎么回事？我指着高楼问爸爸，爸爸说：“好像是楼上有人在杀鸟呢。”“唉，鸟是人类的朋友，怎么能杀它们呢？”我不理解地问，不过，这些灰色的羽毛挺好看，飞过我的头顶，落到我的脚下，慢悠悠的真自在。

当我和爸爸回家了，我还一直想着羽毛的事，回味看了一场免费的羽毛舞曲呢。

## 羽毛的日记篇十七

今天我真高兴，我学会了打羽毛球。

到了运动的时间，我提议去打羽毛球，可是我不会，妈妈就来教我。

首先，妈妈教我握拍和击球的知识。握住羽毛球的羽毛后，用力往上抛，再用羽毛球拍往前击打，对方接球后，如果对方打得很远，就要往后跑或者跳起来；如果对方打得很近，就要往前跑。

妈妈还教了我发球和接球的姿势，一种是接发球的姿势，二是球发出后准备击球的姿势。接发球时左脚在前，右脚在后。两脚距离稍比肩宽，脚跟提起。接发球后的准备动作，右脚稍前，多于左脚半个脚掌，两脚脚跟微提，随时起动。

我和妈妈反复的练习，慢慢地，我学会了打羽毛球。我真高兴！

## 羽毛的日记篇十八

打羽毛球，说实在的，我也只是一个新手罢了，最近这几天，我还在学习之中，下面就由我来为你讲讲我的学习历程吧！

拿上球拍，顶个羽毛球，哦耶！开始了，我把羽毛球抛向空中，用球拍使劲一挑，咦，球怎么往下掉地上了，原来是我打空了，惭愧啊惭愧。再来，这回我找准了，那羽毛球就像小精灵般，一下子飞到哥哥面前，哥哥顿时来了个“地爆球”，我赶紧往回一扣，那“小精灵”又重新插上翅膀，来到哥哥面前；就这样，来来往往，我们的比赛激烈得进行着，谁也不肯让谁，我们都不甘示弱。最后，比赛结果出来了，我们的成绩都十分“出色”，哈哈，我开心极了。

慢慢地，我学会了打羽毛球，虽然我打得不怎么样，但从中我收获了快乐！