

從前，我是一個缺乏自信的人，但是自從我在跳遠比賽中獲獎後，我就尋找到自信了！

剛升上四年級時，我的體育老師——曾主任推薦我加入學校的跳遠隊，我想：如果加入校隊，以後每天七時半都要到校練習，會不會很辛苦呢？而且我從來沒正式學過跳遠……

回家後，我把事情一五一十地告訴媽媽，媽媽說：「你不要害怕，以後每天晚上我都會陪你到運動場訓練。」聽到媽媽的鼓勵後，我終於放下心頭大石，決定接受這個挑戰。

田徑比賽前一個月，我除了在學校接受訓練，每天晚上還會和媽媽在家附近的運動場練習跳遠。雖然我一直跳不高、跳不遠，而且因為天氣太熱了，所以我在運動場上經常被蚊子叮咬，真的很辛苦！有的時候我真的很想放棄，幸好媽媽常常鼓勵我，讓我重燃鬥志，堅持訓練。

終於到了比賽當天，我在起點處盡力地跑，然後起跳……其他對手也不甘示弱。最後我得到第四名！我感到喜出望外。

經過這次比賽，我的自信心增強了！我終於明白到只有堅持，才能取得勝利。