

《我從接力比賽中找到自信》

6B 陳梓安

在小學生活的六年中，我曾參加過不同的比賽。而五年級的那次比賽令我的印象最深刻，因為那次比賽令我找到了自信。自信可以成為成長的動力，也可以讓事情變得輕鬆，更可以挑戰自己。

記得五年級的一天，老師急匆匆地走到了班級問：「你們誰願意參加跑步比賽？」頓時，班裏鴉雀無聲，只有我的朋友們舉了手。我心想：我朋友參加，我不能不參加吧？朋友在旁邊一直示意我，說：「現在只有三個人，再加一個人就可以參加接力比賽。」我收到朋友的指令便舉起了手。老師見我勇於參加比賽，也十分欣賞我。

參加接力比賽前，我們不停接受訓練。老師耐心地教我們跑步技巧，我們也會在放學後到運動場訓練。每天訓練都是十分辛苦的，我見朋友們都跑得十分快。我害怕比賽時拖累了朋友，所以每天都垂頭喪氣。朋友也會在我失落時給我鼓勵和給我自信心。朋友說：「你已經很優秀了，不用拿自己跟別人比，我們會一直支持你的。」

到了比賽時，我十分緊張。朋友們便鼓勵我和安撫我的情緒。比賽開始了，我看着隊友們一個個如離弦之箭般飛奔了出去，我的心也提到了嗓子眼。輪到我了，我深呼吸了一口氣，接過棒子，彷彿接過了一份沉甸甸的責任。我告訴自己，我必須跑得快，必須做得好。起跑的瞬間，我感到了自己突然擁有前所未

有的力量。我跑步時不停聽到風在我的耳邊呼嘯。那時我忘了緊張，心中只有一個念頭——向前衝。我聽到了隊友們的加油聲和觀眾的歡呼聲，這些聲音匯聚成一股力量，推動我不斷前進。我順利的到了終點，也沒有辜負朋友對我的期望，我也萬萬想不到自己能跑得這麼快。朋友走了過來說：「你一直都跑得很快，不要給自己壓力，我們十分認可你。」我得到了朋友們的認可，我感到十分開心。

比賽結束了，我們取得第一名，我和隊友高興得跳了起來。我知道我已經超越了自己。我十分感謝這次比賽，它令我感到自信，我明白了，只要勇敢地邁出第一步，就沒有克服不了的困難。從那以後，無論是在學習上還是在生活中，我都變得更加自信和從容。