最新快乐的游泳日记(大全12篇)

随着工业化进程的加速，环境问题日益凸显。制定和执行环保政策法规是关键的一步，需要各方共同努力。各地的环保先进单位和个人的事迹值得我们学习和宣传。

快乐的游泳日记篇一

上个星期六，我写完作业后，爸爸说带我去阳明宾馆游泳，我听后高兴得一蹦三尽高。

我们来到阳明宾馆的游泳池旁，我换好衣服就下去游。水面暖暖的，像个小炉子。我一会儿仰着泳，一会儿躲进水里，像小鱼一样地游动着。可刚游了几分钟，我就在水面上不耐烦地喊：“累死了，累死了！”这时，爸爸游过来，对我说：“孩子，只要你克制下不耐烦，就会对游泳越来越喜欢了。”听了爸爸的话，我又认真地游起来，我一会像一只可爱的青蛙，一会儿像一只翻着肚皮的小蝌蚪，活灵活现，形态各不相同。我游了一会儿，慢慢地，我感觉从上到下的疲劳全部消失了。这时，我才明白，原来游泳可以缓解全身的疲劳。

游泳真快乐，下次我一定还到阳明宾馆游泳。

快乐的游泳日记篇二

“邹宇川，你的头别往上抬，是往左右两侧抬，抬的时候就像在啃自己的肩膀。”我按照教练的提醒做了调整。“膝盖不要弯曲！”我用力伸直双腿，拍打着双脚游到了对岸。“来，游回来，注意动作要协调。”我又游了回来。“这次动作做对了，游得很好！”教练对我竖起了大拇指。

接下来，我自主练习。我一会儿自由泳，一会儿蛙泳，一会儿仰泳，有时还潜水，我觉得自己真的变成了一只快乐的小海豚。

快乐的游泳日记篇三

一放暑假，爸妈就给我报了自由泳培训班，我勉强地答应了。

第一天，我一下水，就感觉浑身冰凉，四肢乏力，因为我非常怕水，再加上老师不断往我们身上泼水，我更是怕的不得了。这时，其中一位老师大喊：“今天我们学吐泡泡。”我听从老师的话，但是我的头低不下去，男老师就把我的头使劲按进水里，我难受极了，真希望以后的游泳课永远不要到来。

不知不觉就到了第三天，老师教闷水，我一听见“闷水”两个字，就想起一件事情：去年暑假，爸爸带去游泳池玩。爸爸教我闷水，我却怎么也不肯闷水，爸爸就使劲把我压进水里，我呛到了许多水！想到这件事我都害怕，我小声地问老师：“老师，能不能不闷水？”老师严肃地说：“你游的时候能不闷水吗？”我只好把头低下去，好好学习闷水。

一眨眼的工夫就到了第六天，这一天是最艰难的一天，因为今天要学双手划，双手划就是打腿加换气加左手划和右手划。老师让我做动作，我不肯做，老师就把我扔到深水区里，我害怕极了，就使劲打腿，没力气了，我就瞎扑腾了几下，没想到，我学会了！也“游”到终点了！老师一个劲地表扬我，又让我游了好几趟。这时，我发现老师对我的态度大大改变。以前她总是骂我，现在她经常表扬我。当然，我心里比喝了蜜还甜。虽然今天非常艰难，但今天我又有一个新的飞跃！

4米，8米，12米，我游得越来越远，越来越快，也越来越好了。我终于战胜了恐惧心理。我现在跳进水里就有一股兴奋的感觉。考试的日子到了，我竟然出人意料地游了15米！我

开心极了，因为我学会了游泳，我学会了游泳！

快乐的游泳日记篇四

昨天晚上，妈妈为了奖励我着整个暑假，不停的学习，不停地做作业，妈妈就准备带我去外婆家的楼下的那片游泳池去游泳，妈妈自己也顺便去看看外婆和外公。

吃完晚饭，我们准备好了，拿好了东西，我们就出发了。等到了外婆家，我立刻冲到厕所去换衣服，带好游泳镜，我又冲到楼下去，到了游泳池，我立刻跳了下去，这里有深水区和浅水区，深水区有一米四到一米七，浅水区有一米二到一米三，从这里游到对岸，大概有三十米至四十米，横着的话，大概有四十米到五十米，我先看看我能不能竖着游到对岸，果然，我终于游到对岸了，以前，我才游到十几米而已。而今天，我去游完了全程，我太高兴了。我又赶紧又到了一米二，一米二才到我的脖子，最最适合我在这里游了。在这里我看到了我一个朋友，她是跟我外婆住在一个栋的，我来外婆家的时候，我经常找他玩儿，他是和他哥哥一起的。他们在玩儿球，我说；“我跟你们一起玩儿好吗？”他说；“可以。”

然后，我建议他；“我们向大运会一样，玩儿水球吧。”他们同意了，我们就二打一，我和我朋友一对，他哥哥就自己一对。最后我当上了先锋，我连进两个球，后来我当上了守门员，有一次，我接到了球，我又很大力的扔了过去，然后，球突然碰到了水，我以为这个球肯定被抢走了，结果球点了一下水就飞到了对方的门前，当救生员吹响哨的时候，游泳池关门了，我们就开开心心的’回家了。

快乐的游泳日记篇五

暑假期间，爸爸妈妈给我报了游泳班。我学习了蛙泳，一共练了九天，经过我的努力学习和练习，基本学会了蛙泳。

记得第一天爸爸带我去游泳池，我又高兴又紧张。我的教练姓刘，我们是个集体班，一共八个伙伴。刘教练点名后，带着我们一起做热身运动，热完身，我们来到游泳池边做入水的准备，先是把水洒在身上感觉一下，要是觉得不冷的话，就可以下水了。第一节课共学了三个动作憋气、漂浮（带浮板或不带浮板）、蛙泳腿（带浮板）。对我来说憋气比较简单。漂浮有点难，费了很大的劲才做好。做蛙泳腿时，我们先在游泳池边上做动作，然后下水做，做的基本还行。最后，教练布置完作业以后，我们就回家了。第二节课先做了热身运动，然后坐在游泳池的沿子上，看老师做蛙泳腿示范，看怎么换气。然后我们下水，开始试着游。我一开始游不了几个格子，只能游四个半格子，后来我掌握了技巧，终于可以游六个半格子了。第三节课到第九节课都在练习蛙泳，教练也把我的问题指了出来，比如说换气以前要吐泡泡、手型和脚型要同时。

我喜欢游泳，更喜欢在大海里游泳。现在，作为一个初学者，我学会了蛙泳，感到非常高兴。我终于可以在游泳池里面尽情的游了，以后有机会我一定要再多学习、多锻炼，争取到大海里面游。

快乐的游泳日记篇六

爸爸告诉我今天去游泳，我高兴得一蹦三尺高，手忙脚乱地穿上游泳衣，就和爸爸一起到游泳馆。

到了那里，我没有丝毫准备就跳下去，不小心咕咚一声喝了一口水，啊！太难受了。这时候，爸爸游过来，说：“你跟我到深水区去游。”话音刚落，我立刻说：“不行，不行！”爸爸硬把我拉了过去。

一到深水区，我的心怦怦跳个不停。刚想游到岸边，又喝了

一口水，我心里那股难受的`滋味就别提了。我不让爸爸发现，游到了浅水区，想：这下安全了！我在浅水区游了起来，就这样我游了好几回呢，觉得累极了。这时，我看见水下有一个熟悉的身影，我戴上游泳镜往底下看，原来是爸爸。我准备来个恶作剧，爸爸刚抬头，我就向他泼水，爸爸呛着了，我却在一边哈哈大笑。

一转眼，两小时过去了，我们该回家了，在回家的路上，我还在想爸爸那副倒霉的模样而偷偷地笑呢。

快乐的游泳日记篇七

暑假来了，天气越来越炎热，正是游泳的好日子。游泳池里的水蓝蓝的，清清的，让人忍不住就想往下跳。

哦，对了！一说起游泳，我就想起我们在奥地利住的fisher酒店。酒店有游泳池，但同行的小伙伴们都没有带泳衣，于是诺大的泳池里只有我像一只小鱼一样自由自在地游来游去，可惜时间太短,我还没过瘾就被爸爸喊上来了。

今天特别热，太阳很毒，爸爸妈妈就带我去游泳。来到了陈经纶游泳馆，看见了我六岁时教过我学游泳的马教练。她领我进了游泳池。我在去年已经学会了蛙泳和自由泳。自信满满地想，今年学游泳很轻松了吧，就跟来玩一样。我得意洋洋地游了两圈，教练说我动作不够标准，自由泳游得不够好。我被打击的差点晕过去。天哪，看来我还是得好好练呀！

后来，教练让我休息一会儿，我就开始捣蛋，用水泼教练，她被我弄的湿哒哒的。我看着教练给淋成落汤鸡后的神情，开心的笑了。

上完课后，我依依不舍的离开了游泳馆。游泳是我喜爱的运动项目，游泳真好玩，我爱游泳！

快乐的游泳日记篇八

上个星期一，终于盼来了我日思夜想的游泳课，这节课我上的非常快乐。

接着教练让我们排队下水，看着一池淡蓝色的水，我恨不得马上跳下去。当我真正跳下水的时候，才知道水是那么凉，冻得我直发抖，牙齿直打架！

教练让我把头放进水里憋气，我很害怕，可又不能不听，只好乖乖地把头埋进水里。尽管我戴着泳镜，可还是不敢睁眼，担心水会漏进眼里。

练完憋气吸气以后，我又练习在水里漂浮，我第一次就练习成功，心里别提有多高兴了！

班里只有几位同学还不会。

这节课我学了那么多知识和动作，我都学会了。本来我是怕水的旱鸭子，没想到学得这么顺利，这节课我上的真快乐！

快乐的游泳日记篇九

炎热的下午，我来到永威游泳馆学游泳。老师先给我们带上漂浮板，到下水时，我心情很复杂，因为我没有胆量，生怕水淹着我，不过幸好我钢琴班的好朋友也在这里，她是一个三升四的大姐姐。

我们关系很好，她就把我轻轻地扶下去，拉着我，一开始我不知道我竟然可以踩下去。

老师先教我们换气，这个有两种，一种扑扑通通的换气，另一种是换气加吐泡泡。谁知道刚开始我的鼻子就呛着了，很难受，可能是因为我第一次游泳吧！

第二个就是姿势，先把腿跷起来再翻一下，然后再把双腿合并在一起。

接下来就是自由泳了，自由泳是：换气加姿势了，有时候会呛着鼻子，特别难受，还有的时候差一点就会淹着。

我心里面总是想：“我不是很想学游泳，可是不能不学呀！要不去外面玩的话，不就觉得自己很笨吗？”

不知不觉中两个小时过去了，也到了下课的时候，我高高兴兴地回家去了。

快乐的游泳日记篇十

我今天非常高兴，因为下午又可以游泳啦！老师吹完哨子，我就立马换好泳裤向游泳池跑去。

到了泳池，我迫不及待地跳进水里，我下水后就迅速游到对面，把大蹦床拉到岸边，到岸上后，我踩着楼梯一下跳到蹦床上，紧接着，小伙伴们依次跳上蹦床，我们在蹦床上跳来跳去的，过一会，我跳累了，我躺在蹦床上休息，突然我起来看着放在泳池边的皮划艇，于是我从蹦床上跳下去。“噗通”一声，我跳到泳池里，我游到泳池的边头，那里放着四架皮划艇，我使出全身的力量爬，但是没有爬上去，我顿时想到了一个好主意，然后我用两手抓住皮划艇，再往上一跳，就爬上去了。我躺在皮划艇上，望着湛蓝的天空，和飘飘悠悠的白云，此时，一只漂亮的白鹭从我的视线中飞过。突然老师说：“要进行皮划艇比赛。”听完我就赶快跳下泳池，把皮划艇拉到岸边，老师说皮划艇要三人，两人来划，一人坐在皮划艇上，我刚要准备找人就有两个我们宿舍的人要跟我一起，他们划，我坐在皮划艇上，我爽快地答应了。比赛开始后，我们第一个划到头，但要一个来回，我们刚要回去的时候撞到了大蹦床，结果被缠住了，没法划，其他人都到终点了，眼前第三名就要诞生了，我赶紧往前一推，摆脱了

大蹦床，迅速地往前划，得到的第三名。我的两个队友很遗憾，没拿到第一名，我说：“我们不管输赢，只要开心就好。”然后他们觉得很有道理，于是我们继续玩水。

我们抢到皮划艇上的充气沙发，整个人趴在上面就能浮起来，再加上你的脚不停地上下打着水花，就能前进，我刚玩不久有个人拿着水枪说：“你是要眼睛还是要充气沙发？”说这句话的人，就是令人讨厌的陈子豪，我说：“我哪个都不给你！”然后他就用水枪射我，幸好丁明轩来帮我把他拜托掉。

我快速离开陈子豪，继续往蹦床上游，我上了蹦床后，开始用水泼别人，别人也来泼我，还把我从蹦床上拉下去。

在炎热的夏天里，来一场痛快的游泳，真爽呀！

快乐的游泳日记篇十一

小学生日记：快乐的游泳

xx月xx日星期天晴

今天，我妈妈说:“今天你和你爸爸、龙龙去游泳吧！”我一听高兴地大叫了一声，把大家都吓傻了。阿姨把所有东西都准备好，我们就出发了。

到了游泳池，我们换好衣服。我和龙龙猜拳决定谁用大的游泳圈，谁用小的’。啊！我输了，只好套小的，嗷嗷嗷！我的肉。小的救生圈太小，我套不上，哈哈！我套上了大的。1、2、3。哗！我和龙龙跳了进去，我们被爸爸一个个教游泳。我老是被掐到肉，最后给老爸下了禁止教游泳令。我想了想，嗨！我们自己玩。我游啊游，第一次一蹬腿，游得远，后来就是原地游啊游。我无奈，沉思了一会，我想不如打水仗吧。就和龙龙打起水仗来。我们分别给自己的玩水招数起了名字：泰山陨石坠、龙皇异次元、破空寒冰砍、狂雷

金刚拳……我一泼、你一撒，玩得津津有味。

正当起兴时，我突然发现，我的游泳圈漏气。我发现后宣布了这件事。马上去找老爸要了一块钱去充气，我和龙龙一起去充。我问多少钱?那老板说:“一块。”我想想，这太坑小孩了，就和龙龙与老板分钱必争，唉！我们还是输了。我们拿着游泳圈，回到游泳池里。我和龙龙换了一下，我发现我全身泡了水才套上去了，我们交换好就打算继续玩打水仗。这时我们碰到了胡雨卿。我们三聊了一会暑假的事，我们一起去玩滑滑梯。滑滑梯真刺激呀，从上滑下，就向飞流猛进，太爽啦！时间真快呀，一晃几个小时过去了，在爸爸的催促下我们很不愿意地一上岸，咿！有地心引力？心里好难受。

虽然这次玩的累，但我觉得还是值得的。我收获了“游泳的快乐”。

快乐的游泳日记篇十二

七月十九日星期三晴

游泳是我们夏天不可缺少的运动之一。今天下午，我早早的完成的任务，和姐姐妹妹一起来到了时代广场的游泳池游泳。

我迅速地换上游泳装备，像一条小鱼一样，自由自在地跳进了泳池里。我们在水里灵活地转圈，打后空翻，游来游去，好不快活！我们时不时扑腾起浪花弄的水面一圈圈波纹在荡漾，水面上波光粼粼，好不美丽！我们玩腻了，就开始了期待已久的打水仗活动。我不停地向对方泼洒水，然后又快速地潜到水里。然后出其不意，在北方的`后面撒上一把凉嗖嗖的水，然后我又潜到水里，一直用这样的方法打败敌人。使我成为了最终的赢家。

我们又进行了第二回合较量，我们班上的一台新武器——加特林水枪。我们发出粗粗的巨大的水花，把对方打的满地找

牙，不得不潜到水里躲藏，然后我又潜到水里，在水里与他们进行较量，虽然动作非常迟缓，让他们喘不过气来，呛了几口水。我成功地把他们抓捕到了岸上！

美丽的时光总是短暂，我们就依依不舍地回了家。