# 我的心儿怦怦跳作文450字[合集五篇]

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2024-07-05

*第一篇：我的心儿怦怦跳作文450字每个人都有心儿怦怦跳的时候，比如领奖的时候，表演的时候，比赛的时候，发试卷的时候等等。今天小编就与大家分享我的心儿怦怦跳作文，仅供大家参考!我的心儿怦怦跳作文我们每个人每天都会有遇到紧张的时候，担心的时候...*

**第一篇：我的心儿怦怦跳作文450字**

每个人都有心儿怦怦跳的时候，比如领奖的时候，表演的时候，比赛的时候，发试卷的时候等等。今天小编就与大家分享我的心儿怦怦跳作文，仅供大家参考!

我的心儿怦怦跳作文

我们每个人每天都会有遇到紧张的时候，担心的时候，激动的时候，还有害怕的时候。这时的心跳就扑通扑通一直跳。

我告诉你们一件我的糗事。因为我最害怕的就是打针和抽血，每次看见针筒我就害怕。虽然从小爸爸妈妈就告诉我男孩子要勇敢，要坚强。但是我就是很害怕。每次感冒或是打预防针时我总是提心吊胆，坐立不安。

还记得在上幼儿园时，有一天妈妈告诉我，今天幼儿园要体检，让我乖乖地听老师的话，不许捣蛋。我很不情愿地点点头。来到幼儿园，老远就看见好几位穿着白色大褂的医生在准备。我眼睛都不敢看他们直接奔向教室。过了一会儿，老师让我们排着整齐的队伍来到操场上等候。

我站在队伍的中间，当时我的心里就忐忑不安了，我心里在想：“如果我是最后一个就好了。”同学们一个接着一个地向前走去。我的心跳越来越快，好像心要蹦出来了。

不好，轮到我了，想逃也逃不掉了，只能硬着头皮上了。看着医生手里拿着针筒对着我说：“小朋友，别紧张哦。”我握紧拳头，慢慢地把手伸过去，眼睛紧紧地闭着不敢看。不一会儿，就听见医生说：“小朋友好了，你很勇敢呀!”虽然听到医生在夸我，但是我还是觉得好害怕，真的不喜欢打针、抽血呀!

我好紧张，现在想起来，我的心儿还在怦怦跳。

我的心儿怦怦跳作文

“香格里拉举办游泳比赛了”当我听到这个消息时，激动得不得了!我已经是游泳老手了，我一定能取上名次!

开往游泳馆的路上，我的手紧张得出了汗，在心里反复地念叨着：“你的勇气哪去了?紧张什么呀?”可是不知为何，我还是不能放松。尽管，我在不停地安慰自己，我的心啊，还是“砰”“砰”地跳。

到了比赛现场，那隆重的场面和密密麻麻的人群使我更紧张了。到我比赛的时候，看着我身边的大高个儿，心想：“完了，别说拿第一了，恐怕第二也拿不到呀!”“哎，别想了，使出全力就可以了。”比赛正式开始，我也像箭一样地飞了出去。我听到了小伙伴们为我加油的声音，一下子全明白了：“只要有信心，凭我的实力，一定能打败对手!”不知不觉中，我忘记了恐惧，顺利地游完了半个来回。那个大高个儿已经跟我差半长了，我更来劲了，以飞的速度冲向了终点，我是小组第一名!

距离决赛还有一段时间，我还在调整心态。我对自己说：“看见了吧，你的实力很强，不用害怕!”

定胜负的决赛开始了，准备出发时，我的心里突然像十五个吊桶打水——七上八下的，害怕、紧张……我最讨厌的情绪朝我飞来。“事到如今，也只能将计就计了。发挥出你最好的水平吧!”我虽然奋力拼搏，但是游得还是不够快，这时，我的心“砰砰”地跳!我虽然拼尽了全力，但这是精英PK赛，我只拿到了第二名。

拿到第二名，虽然成绩不错，但是我必须继续努力，相信我一定可以拿到第一名。

站在领奖台上，手捧着奖状和奖品，我的心还在“砰砰”地跳，我太激动了，我太高兴了。

我的心儿怦怦跳作文

我在教室里开了小差，导致上课时没听老师讲课，回家作业不会做。

妈妈见我一直不会写作业，火就直冒出来。顿时，她的头发竖了起来，脖子立即伸得老长，就像是好斗的公鸡要袭击人了。眼睛瞪得老大了，眼眶都要挣裂了。嘴巴张得老大，好像是嘴里要喷出一道道火焰，把我烧死。

我吓得心儿怦怦直跳，差点从椅子上摔了下来，脸像一下子被火染红了，泪水刹那间就一串一串地掉了下来。我想：“我要是上课认真听讲，就不致于这样了!”但现在说什么都无济于事了。妈妈的吵骂声继续着，而我则吓得瑟瑟发抖，身子就像是蜜蜂振动的翅膀，胳膊、腿里就好像是灌满了铅，沉重得动也动不了，胸口闷闷的，感觉气也喘不上来了，脸上火辣辣的，手心里沁出了一层层冷汗。而妈妈并没有停止的意思，一边骂我，一边还用手指对我指指点点，好像是要戳破我的头。我一边忍受着疼痛，一边悲哀地想：“这下完了，妈妈是不是不要我了，想把我给吃了!”我越想越害怕，越想越难过，感觉大脑一片空白。不知过了多久，妈妈累了，我才慢慢缓过神来，泪水这才止住了。

尽管我缓过神来，但仍心有余悸，妈妈生气的样子实在是太可怕了，我应该做好自己的事情，让妈妈少生气，这样她的寿命才会更长。

我的心儿怦怦跳作文

我们进行了第一次挑战赛。

知道吗，最激动，最可怕的并不是挑战赛，而是成绩出来后，老师念成绩的时候。

我们当时都很紧张，如果考不好就会被老师批，也很紧张，我们都很期待自己考了多少分。“怦——怦”“怦——怦”“怦——怦”我的心脏“怦怦”直跳。我想这时每个人都是这样的。

还没念到我，我开始了想象：我会不会一发挥好考了很高的分?万一我没考好怎么办?老师会说我吗?我会不会是班里倒数第一呀……“怦——怦”“怦—怦”想到这些我心儿跳得更厉害了。到我了吗?快到我了吧?应该到我了，我期待着自己的成绩。“孙迎欣。”终于到我了“孙迎欣87。5。”“怦——”“怦——”我悬着的心，终于放下来了。这好像在操场上跑完两圈后，停下来，慢慢的心就平静下来了。

念成绩真是个可怕的事情!

我的心儿怦怦跳作文

今天就是挑战赛出分的时间，我们在教室里什么都学不下去，就怕自己考了个不及格，没法交代。

随着李老师的破门而入，我们都下了一大跳，随后我的心脏就不听我的使唤了，怦——怦——怦，我心想：“我可没有心脏病呀。”原来是我太紧张了，可是一见到李老师我的心儿就怦怦跳了，可是一见李老师的手上没有卷子，我的心就慢慢的平静下来，李老师说：“这次大家考的非常不好，我去拿卷子，回来你们就知道你们考得怎么样了。”

我们一道题也写不下去了，李老师拿回来了卷子，给我们念分：郑国华98，王子轩98，王政98，李常浩96……我的心儿就怦怦跳，突然听到一个声音张泽洋91。5……

最后念完了分，李老师说：“这次的题很简单，94。5以上才可以上榜。”

我没有上榜所以我这一次考得很差，很差。

我的心儿怦怦跳作文

人激动时，心情会十分复杂，有时也能感觉到心脏在跳动。

运动会时，我的心儿便砰砰跳，虽然还没轮到我们，但我们也激动无比，临近比赛时，尤其是站到跑道的时候，我的内心十分复杂可以感觉到我的心脏在跳跃“砰砰!~砰砰!”跑起来时心脏跳动的声音更加清晰了“噗咚!噗咚!噗咚!”仿佛有着一个节拍在鼓舞着我。就这样我飞快的跑向前，将接力棒递给了小贾!突然停下的那一瞬间心脏似乎“咚咚!”猛撞了一下，感到无比的岔气，与累!坐到台前的位置上时一会儿才平静下来“扑通……扑通!”感到心平气和!

我为参赛者鼓舞，他们胜利时，我也似乎把握不住情绪想站起来，这时心脏的跳动声音是“咕咚!咕咚咕咚!”似乎体现了我的激动!

我的心儿怦怦跳作文

今天上课我没认真听讲，老师把妈妈叫到学校，狠狠地说了一通。回家后，妈妈发火了!

妈妈发火的样子可真吓人，头发竖了起来，好像是刺猬身上一根根硬硬的刺。双手叉着腰，一副霸主的样子。眼睛瞪得像个铜铃，恐怖极了。嘴巴张得老大，就像个深不见底的黑洞，里面还喷射出黑色的火焰，都快要把我烧焦了!脖子变成了弹簧，一会儿伸得老长，用手对我指指点点;一会儿又缩了回去，嘴巴像爆豆一样，噼里啪啦说个不停，说到激动处还直跺脚!

看到妈妈这幅样子，我吓得腿都软了，一下子跌坐在地上。我心里的阳光一点点消散，取而代之的是无穷无尽的恐惧，我想：“妈妈这是要把我吃掉吗?还是真的不要我了呢?”我越想越害怕，身子也跟着瑟瑟发抖，心里就像是压着一块大石头，感觉气也喘不上来了。手握得紧紧的，都攥出了汗，脸上也沁出了汗，感觉汗水就像是断了线的珠子，顺着脸颊往下淌。

妈妈生气的样子可真吓人啊，早知今日何必当初!我以后一定要认真听讲，让妈妈少生气!

我的心儿怦怦跳作文

“啊!”真是吓死我了，都给妈妈说了晚上黑，我害怕，妈妈就不听，非让我自己一个人去上厕所，吓死我了。我的心怦怦直跳。

这是在半夜的时候，黑咕隆咚的，而我偏偏在这个时候想小便了，憋得我呀不舒服，但我又不敢上厕所——怕黑。

我之后叫醒妈妈，让妈妈陪我去，妈妈虽然醒了，但妈妈给我的答案是否定的，是什么要锻炼我的胆子。

我怕黑，又不想上了，可是刚要躺下，又想小便了，所以我做了一个伟大的决定——上厕所。

我扶着墙去，一路上一直打哆嗦，当到了外面，一束光亮闪过，我“啊”的一声跑回卧室。

到了卧室，我的心像一只兔子一样怦怦乱跳，吓死我了，好久都不能平复。

“怦——怦——”

我的心儿怦怦跳作文

黑沉沉的夜，仿佛是一张无边无际的漆黑的网，笼罩着我。我的心儿怦怦跳着，不时想起姐姐跟我讲的鬼故事，打了个寒颤。小街上没有路灯，伸手不见五指。

在这个貌似鬼屋的世界里，我独自一人走在回家的路上。不时吹来一阵凉风，吓得我的心都提到嗓子眼里了，忐忑不安。以前书上看过的妖魔鬼怪都浮现在我眼前，我越想越害怕，只能拼命的向前奔跑，希望能快点回到家。我试图用我那难听的歌声来阻止我那奇怪的想象，但这招不但不灵。还雪上加霜，使我仿佛落进了万丈深渊之中，无法自拔。

就在这个时候，一只手抓住了我。我还以为那是地狱之神派来抓我下牢的人。于是，我一转身，就对着那个“鬼”好一阵拳打脚踢。直到后来，我才发现，是我们班调皮蛋小胡又来搞恶作剧了。只见他鼻子里就像涌出了红色的瀑布一样，鼻青脸肿，跪地求饶。我客气地放了他，叹了口气，心情放松了下来，变得很兴奋。

可是，又走了一段路后，兴奋就像过冬的燕子般，飞到一个看不见的地方去了。我的世界又堆满了乌云。我的心怦怦地跳着，胆战心惊地继续向前走。

突然，一道黑影从我眼前闪过，我还以为是什么幽灵，不禁自言自语：“啊，不要死了，我要死了!”接着，我用手蒙住眼睛，不敢看眼前的一切。当我睁开眼睛，才看见是一片枫叶而已。干嘛自己吓自己呀!我自责了一番。

最后，我实在忍不下去了，直接用百米冲刺的速度往家冲。不一会儿，一丝微弱的光亮传来，那是家里灯发出的光。我加速往前冲，不一会儿，我就到家了，像一个流浪汉找到了家一样。

眼前亮了，虽然心依然在怦怦地跳着，但我并没有那么害怕了。

这真是太恐怖了!下次回家我一定要带一盏灯来照明!

**第二篇：心儿怦怦跳**

心儿怦怦跳

“怦怦”，“怦怦”。额头、手心、鼻尖，瞬间都冒出出了如雨后春笋般的汗珠。心跳加速了，表情开始严肃起来，心里瞬间由兴奋掉到的紧张的冰窟。“怎么办，怎么办？”我的心里想着。

这是第一次的返校日，也是五年级的闭学式，但此刻，这些已经不重要了。现在即将要宣布数学期末考试的成绩，而我还在仔细回想着数学期末考的每一个细节，开始推算我是数学成绩。“90？95？85？”一个又一个的数字在我的脑海里转来转去。“到底考了几分？”我的心里实在是等待不了了，心里的一边说：“快说出成绩吧，俗话不是说早死早超生么？”。而心里的另一边又告诉我：“慢点说吧，万一是不好的成绩怎么办？回去怎么跟父母说呢？”心中的天枰摇摆不定，不知该偏向那一边好。

终于要宣布成绩了，老师站在讲台前，略显兴奋又有那么一些故作镇定地说：“这次我们班的成绩还不错，有两个考满分的同学，这两个同学是一个男生和一个女生，这个男生呢？”这时，老师故意顿了顿，“就是我们班最会闹腾的同学，我想大家也猜得到吧！”这时全班都不约而同地说出了一个名字“毛文轩！”大家都纷纷讨论起来。老师奖励了毛文轩，继续说：“还有一位考满分的女生。”这时，老师又停了下来，与我相隔一条走廊的陈俊杰悄悄地跟我说：“吴蔚，是你诶。”我半信半疑地说：“你骗谁呢？”他又说：“真的。不信你等会看看。”接着老师又开始宣布了起来：“这位女生，就是我们的吴蔚同学！”这时全班都响起了掌声，我甚至还在怀疑自己是不是在梦中，就已经在半梦半醒的状态中上前接受了奖励，回到座位上，还顾不得卷子，就已经去发报刊了，报刊发完了，我赶忙冲回了自己的座位开始看数学考卷，把考卷摊开，满眼都是红色的对勾，使我得到了那么一些些的满足感。心里终于放下了那块大石头，顿时浑身轻松。想想考前做的那些努力，突然觉得做的那一切都是值得的。

此刻我猛然发现：有时，压力都是自己给的，有好心态才能取得使自己和家人都满意的成绩。

**第三篇：心儿怦怦跳**

心儿怦怦跳

每个人都有心儿怦怦跳的时候：紧张的时候，心里有鬼的时候，兴奋的时候，进办公室的时候„„心儿都会怦怦跳。

我的心在报分的时候心儿也会怦怦跳!三年级期末考试的时候，已经在紧张的复习状态中，我却若无其事。妈妈见了非常生气，揪住我的耳朵大声对我喊道：“如果你这次语数外的考试成绩都大于95分，我跟你没话说。如果没考好，我就„„”我听了，赶紧钻进书房好好复习。

拿素质报告单那天，我老早就出发了，到学校时，我们班一个人也没来，我是第一个到的。我坐在位子上，嘴里不住地念叨着：“我一定要考好！我一定要考好！没考好我就惨了！菩萨呀，上帝啊！保佑我吧„„”越念我越着急，越着急我心就跳得越快，就像有一只小鹿在我的心里跳来跳去，十分紧张。

老师拿着分数单走进教室，脸上看不出任何表情。我们考得怎样，大家都在心里暗暗嘀咕着。教室里紧张的空气闷得我快窒息了。老师不慌不忙地走上讲台，轻轻地报着：“赵苏萌语文99，数学100，英语100，刘慧佳……”我的心快跳到嗓子眼上了。“不知道我考了多少分？千万要考好啊!”我在心里一遍又一遍地祈祷着。“石浩然语文95，数学94，英语96”当我听到我的分数时，脑子里“嗡”的一声炸开了，数学离妈妈的要求有还有一分之差，眼前立刻出现妈妈凶神恶煞地拿着竹竿，爸爸瞪眼睛，吹胡子的样子。

放学了，我怀着心思重重地回到了家，对妈妈汇报我的分数。老妈停了一会儿说：“你英语高于95，数学小于95，就算低消了吧！”

我的心儿怦怦跳，怦怦跳，但我还是怎么喜欢这种感觉！

**第四篇：心儿怦怦跳**

心儿怦怦跳

扬州市艺蕾小学

六（1）班

金泽惠

“怦怦怦！”这是人心脏跳动的声音。而昨天，我的心脏就加大马力，快速地跳了一回。

当我津津有味地听着科学老师在讲台上唾沫芯子横飞演讲的时候，耳畔传来推门的“咯吱”声。不好，大事不妙！果然，担心什么来什么：“金泽惠，杨老师请你到办公室一趟。”我一脸诧异：“我？”论理，我是最不可能到办公室“喝茶”的。“好吧！”我只好硬着头皮出去。回首一望，同学们一脸幸灾乐祸地“笑容”。

去办公室的路上，我的心如十五只吊桶打水——七上八下的。我在心里琢磨着：重默？今天没有默写呀！订正作业？想想也不对，我作业全对，老师还全班表扬了呢！上课不认真？我上课可是注意力高度集中的！我一边走路，一边在骂自己，可骂来骂去又骂不出个所以然来。轻轻推开办公室的门——还好，班主任不在。可办公室的老师们一脸严肃，俨然开堂审讯的样子。有一些同学在订正，旁边还空了个位子——给我的？当我准备坐下来时，杨老师开口了：“我英语书忘拿了，你去二楼办公室帮忙拿一下。”“噢！”我长吁一口气。老师你早说嘛！我一路狂奔。回教室后，同学们问我：“怎么了？”我笑嘻嘻答道：“老师要我帮她拿书。”同学们一脸疑惑：“啊？”“嘿嘿！”我笑完，扬长而去。

哎，那时我的心都要提到嗓子眼儿了。现在想起了，当真也后怕极了呢！

小记者号： xjz201204965

指导老师：李尚绩

**第五篇：心儿怦怦跳**

龙源期刊网 http://.cn

心儿怦怦跳

作者：吴静雯

来源：《创新作文(3-4年级)》2024年第10期

说起心儿怦怦跳，我可是有无数次的经历。考砸了，心儿怦怦跳；第一次上台，心儿怦怦跳；打针，心儿怦怦跳……

老掉牙的上课铃声又响了，正玩得起劲的我们个个有气无力，毛毛虫似的慢慢走进教室，坐得东倒西歪的，活像倒挂在藤上的冬瓜。这时，老师手里拿着考卷走了进来，我的心顿时打起鼓来。天哪，不要考试啊！老师走上讲台，扬了扬手中的考卷，大声说：“今天我们要进行一次最难的考试。”什么？最难的考试，不是吧？我的心跳得十分剧烈，像有只青蛙在里面呱呱叫，还使劲地跳。

考卷发下来，开始听写了，老师念了一句话：“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒。”我有五个字不会写，顿时慌了，不知道怎么办。这时，老师又念了下一句，这下更糟了，我又有好多个字不会写，心跳得更快了，不只是一只青蛙在跳，而是五十只青蛙一起跳……

终于，下课铃声响起，我怀着像是有五十只青蛙在跳的心走出教室，喃喃自语：“心儿怦怦跳的感觉真是不好受！”

这令人难受的心儿怦怦跳，什么时候才能与我告别？

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找