# 我的心儿怦怦跳优秀作文400字[五篇范例]

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2024-08-13

*第一篇：我的心儿怦怦跳优秀作文400字我的心儿怦怦跳优秀作文400字有哪些?每个人可能都有几次心儿怦怦跳的经历吧。有人是高兴，有人是害怕，还有的人是羞涩。而我心儿怦怦跳是那次!一起来看看我的心儿怦怦跳优秀作文400字，欢迎查阅!我的心儿怦...*

**第一篇：我的心儿怦怦跳优秀作文400字**

我的心儿怦怦跳优秀作文400字有哪些?每个人可能都有几次心儿怦怦跳的经历吧。有人是高兴，有人是害怕，还有的人是羞涩。而我心儿怦怦跳是那次!一起来看看我的心儿怦怦跳优秀作文400字，欢迎查阅!

我的心儿怦怦跳优秀作文400字1

你有过怦怦心跳的感觉吗?你有过两天里接连4次怦怦心跳的感觉吗?那种感觉一定是终生难忘的，就请你来分享我的吧。去年暑假，妈妈出差，临走前交代我和爸爸一定要照看好她的“宝贝”——一盆君子兰。这盆君子兰真的很漂亮：叶片为橙红色，4片叶子排列整齐，呈带状，质地硬而厚实，并有光泽及脉纹，很有观赏价值。爸爸没多少耐心，懒得管它，这“伺候”的担子就落在我的肩上了。我可是兢兢业业对待这项“光荣”任务的，前两天，每天搬进搬出、定时浇水做得一丝不苟。第三天，我正在给君子兰浇水时，突然一阵急促的电话铃声响起，我慌忙丢下喷壶，朝电话机方向冲去，真是忙中出错，一脚踹在花架上，架倒花落，1片君子兰叶子折断了，叶片“四缺一”，我“惨叫”一声：“完了!”那一刻，我的心痛苦地怦怦跳，急得象热锅上的蚂蚁的我来\*\*窜，眼光不经意间瞟到书橱里的《孙子兵法》上，我灵机一动，再买一盆和这盆一模一样的君子兰，移花接木，妈妈分辨不出来，不就万事大吉了。哎呀，我对自己的“聪明”简直佩服得五体投地，十万火急，我取出自己平时积攒的零花钱，抱起盆花，匆匆出了门。

来到花市一条街，这里的花卉琳琅满目，我顾不得欣赏，挨家挨户询问每个花店，是否有和我手里的君子兰一样的`盆花，问了十几家，人家都摇头，我的汗水和泪水交织着淌了下来，那一刻，我的心绝望地怦怦跳。我有气无力地来到街西头最后一家花店，已经不抱任何希望了，老板的一句“我这儿有差不多一样的花”让我顿时来了精神，我瞪圆眼睛，抬头挺胸，急吼吼嚷道：“快，快拿来看看!”两盆花放在一起一对比，哈哈，还真像是“孪生兄弟”，几乎没什么差别，那一刻，我的心高兴地怦怦跳。我小心翼翼地抱着那盆新买的君子兰，兴冲冲回到家，成功地实施了“调包计”。

第二天，妈妈回来了，她进房门的那一刻，我的心紧张地怦怦跳，手冒汗，腿打颤，谢天谢地，她居然没看出破绽，满意地看着那已被我“调包”的“精神抖擞”的盆花，把我表扬了一番，作为犒劳，还带我吃了一顿牛排大餐，我长长地松了一口气，一直悬着的那颗心终于彻底放了下来。现在想起这件事，我的心都还会怦怦的跳。当然，在学习上我是不会造假骗人的，学了《品德与社会》课程，咱这点觉悟还是有的，放心!

我的心儿怦怦跳优秀作文400字2

大家都经历过心儿怦怦跳的时候吧，有可能在考场上，有可能在大赛当中……而我是在一场拔河比赛当中。

一年一度的拔河比赛来了，我班实力太弱已连败两场，队员们的手也已变得通红，但他们信心满满毫不退缩，使我们受到鼓舞，振作起来。

第三场比赛开始了，当老师喊下喊下“三――二――一拔!”的时候，作为啦啦队长的我紧张起来，不禁心儿怦怦跳。“加油!加油!的声音震耳欲聋，如潮水般涌进队员们的胸膛，他们似乎更用劲了，这是最后的希望。

充当前锋的张尚清把头向上一昂大叫一声：“呀!”如天雷般响亮，同学们受到鼓舞，那条红领巾缓缓向我们这边靠过来了!我为之一振，非常紧张，似乎心脏要蹦出我的胸膛。小小的喊声却有如此力量!我心想：加油声是不是需要猛烈一点呢?对!就是这样。新一番的“吼声”再一次进入“战场”。

我们拉拉队员目不转睛的盯着红领巾，加油声更猛烈了!

一刹那，对方用大力把我们拉了回来，我们已溃不成军。输了。失落、悲伤一下子涌上心头。有的同学发疯地反复一句话：“这不可能!”，有的用自己的拳头打自己，还有的都哭了……而我始终沉默不语。

我们班一下子成了全年级倒数第一，在学习上，我们班次次第一，而现在却反了反……

慢慢，我们把这件事放下，回忆起来真是惊心动魄，但结果却大失所望，没关系，可以重头再来嘛。

现在想起来真令人心儿怦怦跳!

我的心儿怦怦跳优秀作文400字3

“叮……”急促的铃声终于敲响了，我苦苦等待了几天，终于要宣布新一届的大队部干部名单了。我的心儿打鼓似的敲了起来。

虽然我知道我的竞争对手很强大，但作为班级的中队长，我要为班级争光，做同学们的领头雁，所以我参与了激烈的竞选，究竟能不能选上，我的心里却没底。

排好队，来到操场，上一届大队长高亚男主持仪式。升国旗、奏国歌;新队员入队宣誓，很快就要宣布新一届大队不干部了。我的心跳骤然加快，像调皮的小兔子一样蹦来蹦去，又像十五个吊桶打水――七上八下，乱极了。大队辅导员宣布了大队长、副大队长、宣传委员、体育委员……听到一串串名字，就是没有我，我急得眼泪就要掉下来了，浑身发热，心儿跳的突突的。“学习委员是四(1)班的陈思宇。”终于听到我的名字了，我跳了起来，飞快的跑到台上，高亚男姐姐为我戴上大队干部标志。此时，我可以清晰的听到我的心儿跳动的声音。

回到班级，我的心儿平稳了许多。看到同学们信任的目光，我想：我一定会努力工作，以身作责，让同学们满意。想到这，我看着前方，迈着轻快的步伐，大步走去。

我的心儿怦怦跳优秀作文400字4

同学们，你们往往在遇到什么事情时心儿怦怦跳呢?是激动的时候，紧张的时候，担心的时候，还是害怕的时候呢?下面让我来给你们讲一讲让我的心儿怦怦跳的那一次经历吧。那还是在上三年级时，老师告诉我们要打预防针，于是我们排着整齐的队伍来到校医务室。刚一到医务室门口我的心跳就开始加速，如果我是最后一个多好啊。队伍每向前走一步我的心就跳快一点，越是害怕就越是感觉队伍走得快。当轮到我前面的同学的时候，我的心简直就要蹦出来了，耳朵里也只剩下自己的心跳声了。糟了，糟了，到我了!看着医生把药水熟练地吸进注射器，我只好心一横，眼一闭，豁出去了。我咬紧牙，攥紧拳，脚使劲踩着地，只等挨那一下了。过了一会儿，只听医生说：“好了，可以走了。”什么时候打的?怎么没有感觉到疼就打完了?医生的技术真好!我回到教室，心跳早就恢复平静，原来打针没有想象的那么可怕呀!

我的心儿怦怦跳优秀作文400字5

生活中经常发生让我们激动、紧张的事，每当经历这样的事情时，我的心就会怦怦直跳。这不，上个周就发生了一件事，让我的心脏经历了一次“地震”。上周四放学的时候我跟朋友一起等另一个同学，准备一起回家。当时我觉得挺无聊的，就拿出我的“拉面土”在那里玩，玩着玩着，突然，一只大手伸了出来，厉声喊道：“给我!”原来是大队长，我只好无奈地将手里的“拉面土”递给了她。她神情严肃地拿出扣分单就要给我扣分，她先问我哪个班的，“四(4)的!”我正犹豫要不要说出真实班级时，旁边一位同学已经“出卖”了我。她又接着问我：“你叫什么名字?”我死皮赖脸就是不说，大队长板着脸一字一顿地说：“我数三个数，再不说我给你扣双倍分信不信!”一听这个，我被彻底吓傻了，一边恳求大队长不要给我扣分，一边把名字写到了本上。大队长铁面无私拿着本子绝尘而去，我只好哭着回家了。回到家，我把事情的经过告诉了妈妈，妈妈听后又对我进行了一番教育，并让我明天主动向老师同学承认错误。可第二天我失去了承认错误的勇气，做眼保健操时(扣分单都是这个时候送来)，我紧张得要命，心怦怦直跳，出了一身冷汗，任何风吹\_动都能让我惊恐万分。眼保健操结束了，扣分单并没有送来，我长长地舒了一口气!可躲得了初一躲不过十五，下午放学前扣分单还是送来了，老师问我怎么回事，我的心又一次“震动”起来，我看着老师一句话也说不出来。出乎意料的是，老师看在我平时表现不错的份上只让我回去反思一下，写一写扣分的感受，我惭愧地低下了头。

这刻骨铭心的一刻，至今让我记忆犹新，相信我再也不会无视校规校纪了。

我的心儿怦怦跳优秀作文400字6

白色，白色，满眼恐怖的白色ο天哪ο我要步入这带红十字架的白色恐怖中了……

喷嚏，鼻涕不断向我袭来，垃圾桶中的香巾纸如芝麻开花般节节高，从而造成了小题大做的父母要带我到医院就诊ο台阶上，心儿已有些微微颤抖ο难道我要眼睁睁看着那手中拿着还在喷水的针头向我走来的护士阿姨将针……?那我如果一不留神“啊”出来，岂不毁了我一世英名?如果我退避三舍，迎来的也许是更严重的感冒甚至是打吊瓶还可能……呜呜，我欲哭无泪，难道是天妒”英才”吗?我默默地在心里质问着，心儿也有节奏地微微“扑通、扑通”起来ο

坐上平日里再熟悉不过的摩托车，却觉得它似一部正载着我驶向死亡边沿的黑暗列车ο噢，我蜷缩在大衣里，迎接我的似一片无底黑暗的深渊，在伸手不见五指的黑暗中，我仿佛出现幻觉：那一支支白针顿时变成一群面目狰狞，正向我逼来的恶魔，我的脚如风火轮般飞也似地跑着，但眼前路似乎都变成了一块块白色的布，令我眼花头昏ο瞬间，我从幻觉醒来，抬眼望去，眼前已有了”市医院”几个金文大字，走进，是那飞溅的瀑布，望着这疑似落九天的“银河”，我又想起刚才那恐怖的幻觉，身子不由得微微颤粟了，下意识将大衣裹得更紧了：这红色的十字架，和这惨白色，都是那样可怕，而我今天打针，恐怕也不是什么好兆头ο要是打针的针头已用完了?药也荡然无存?……这大概已是天方夜潭，万分不可能了ο我有些悲凉地望着大门口，心中，喉咙中总有酸酸的感觉，难道……泪?是那酸楚与害怕凝成的泪ο当”金豆子”在打转儿时，心已如千万只小鹿在乱窜，跳得更紧了“怦、怦”。

已走在医院那高高的台阶上ο多么希望这楼梯永远也不要走完，打针的那一刻永远也不要到来，童稚的儿童总会这么想，我的今天却也如此，拉着父母那带有余温的手，我多么希望它能轻轻地拿掉那喷水的针管，口口声声地说：”不要打了，以药代替吧ο”但天不遂人愿，它只能更紧地抓住我的手，来安慰，制止我ο我不敢再想，现在的脑海里只有两个字：“恐怖”ο步入电梯，就要到药房了，难道我真要遭此噩运?不，它是一只奏出恐怖音乐的笛子，令我望而生畏ο在狭小而安静的电梯间中，只有我那紧张得已到喉咙口的心儿”嘭嘭嘭，嘭嘭嘭ο”

为何时间过得如此之快?我酸着鼻子望着那一片白，那正拿着喷水针管的针向我走来的护士阿姨，心儿已剧烈地\"怦”起来，我感觉它要跳出来了……

我的心儿怦怦跳优秀作文400字7

相信你们每个人都有“心儿怦怦跳”的经历吧!我也有一个“心儿怦怦跳”的经历呢!

8岁的那天晚上，爸爸妈妈带我去十六楼的`公寓开锁。开锁师傅快打开锁的时候，我尿憋死了，就下楼去小便。爸爸妈妈还没有转过神来，我就乘上电梯飞快地下去了。

我一不小心按了―1楼，就来到了阴森可怕的地下车库。我搞不清楚从哪个楼梯上去才能到一楼，就到处瞎走。我从―1楼跑到―2楼，又从―2楼跑到―1楼。这样一直来来回回将近十次，就是找不到方向。地下车库里只有停着的毫无生气的汽车，一个人影也没有，我的心就怕得怦怦直跳。我想：要是爸爸妈妈能找到我，该多好呀!我像一只迷失了方向的蜜蜂到处乱跑，感到似乎有一个个幽灵在后面追赶着我。我一次次地转头，还不停地摔跤。心中的害怕和身体上的痛苦让我开始哇哇大哭起来，一边跑，一边泪流满面。

就在我快要绝望的时候，我看见爸爸十万火急地冲进地下车库，嘴里还喊着：“壮壮，壮壮!我来找你了!你在哪?快来呀!”看到“救命稻草”，我破涕为笑，马上跌跌撞撞地向爸爸跑去。爸爸看见了我，也露出了笑容。我们紧紧地拉着手，我想：好惊险呀!或许我差点没命了!爸爸带我顺着楼梯迅速走到一楼，和正在寻找我的妈妈会面。我听见妈妈那温柔的声音，心也不急了，一路小跑，扑进了妈妈的怀抱。

现在回想起地下车库里的情景，我的心还会怦怦直跳呢!每每看见地下车库，我会不由自主地回避，看来那次“地下车库历险记”给我留下的印象太深了。

**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