# 第一次游泳日记600字[5篇范文]

来源：网络 作者：天地有情 更新时间：2024-07-16

*第一篇：第一次游泳日记600字去年暑假的时候，我是第一次游泳，那真是一场惊心动魄的游泳，令我难忘……小编带你了解更多相关内容，接下来要给大家提供的是：第一次游泳日记600字，希望你认真看完，会对你有帮助的!第一次游泳日记600字1我已经在...*

**第一篇：第一次游泳日记600字**

去年暑假的时候，我是第一次游泳，那真是一场惊心动魄的游泳，令我难忘……小编带你了解更多相关内容，接下来要给大家提供的是：第一次游泳日记600字，希望你认真看完，会对你有帮助的!

第一次游泳日记600字1

我已经在这个世界上生活了十年了，在我的记忆中，印象最深刻的就是我第一次游泳的事情。

二0一四年，三月九日那天，妈妈第一次带我来到九山游泳馆游泳，去之前，妈妈已经帮我约好了一位教练，听说是一位很教的很好，但又很严厉的教练，我既期待又紧张。

到了更衣室，妈妈帮我穿上了泳衣，戴上泳帽和泳镜，然后，有教练把我领进了泳池，妈妈被挡在了泳池外，因为家长不能进入观看。我哆哆嗦嗦地走到泳池边，鼓起勇气跳进水里，泳池里的水冰冰凉凉的，冻得我浑身发抖，我咬着牙拍打了一会儿水，慢慢的觉得不冷了，也不紧张了，便高兴地玩起水来了。

正当我玩的起劲时，教练向我游了过来，我看了看她，只见她胸前挂着口哨，严肃的看着我，我又开始紧张起来了。还没等我缓过神，突然，教练往我脸上扑了一些水，水进了我的眼睛里，吓得我惊慌失措地大叫起来：“呀!呀!水进我的眼晴里啦!”可是教练却继续往我脸上扑水，我一把推开了教练，哭着拼命往岸上爬，害怕极了!这个时候教练上来拉住了我，严厉的呵斥道：“想学游泳，首先就得适应水往头上淋下来时不要害怕，你这么娇气还怎么学游泳啊!”我愣在那里半天都不敢吱声，不过从那时起，我在心里暗下决心，一定要克服困难学会游泳。之后，教练教了我一些基础的动作让我练习，我慢慢地不怕头侵入水中了。

这就是我的第一次游泳，虽然什么都没学会，但是却使我变得勇敢了，我也因此爱上了游泳!

第一次游泳日记600字2

夏日，太阳疯狂地扫射着大地，仿佛一切即将干枯，小区的游泳池里，一个女孩正在浅水区中一次次呛水，跌落，这便是我在学游泳呢。

炎炎夏季来了，爸爸担心地看着这还不会游泳的闺女，下了狠心，将我拉来了游泳池，起初，我还有一丝兴奋跃然心中，终于可以像哥哥一样，像条小鱼似的在水里游泳了，当爸爸把我放入泳池里，一阵冰爽穿过全身，但在十秒后，我又像蒸笼里的小包子，被烘烤着。忽然，哥哥跳入水中，扑起一大片白花花的水花溅到我的脸上，我一踉跄，池水呛入我的喉中，一阵针扎般的刺痛，我“飞”上岸，拿起浴巾，擦拭着模糊的脸，哭着哼唧着：“爸爸，我再也不学游泳了，呛死我了!”我带着哭腔，抚摸着小脸。

“哈哈!别灰心，下来吧，算了，那你休息吧，我们到那边玩了，有事你叫我们啊。”爸爸作文https://wWw.ZuoWenwang.Net/说着，然后指了指前面的“中水区”的妈妈和哥哥，也朝那边游了过去。

太阳如一个大火轮，照在我的身上，刺痛着，却不来一阵微风伴奏，我看着爸爸妈妈和哥哥在水里开心地游着玩着，我又动心了，迟疑了一下，我鼓起了勇气，拿起浮板走下水池。

我凭借着刚学会的一点点游泳技巧往水里一钻，蹬着脚，挥动着手，拼命往前扑，啊——我一不小心又跌入水中，再使一把劲，撑起浮板，向着爸爸的方向游去。

到了“中水区”，我看到了妈妈，马上扒住妈妈的肩，委屈地叫了一声“妈妈”，妈妈看到我开心地说：“哇，你好厉害呀，竟然游过来了。”可是，我此时的头像塞了一块巨石般沉重，四肢发软，头晕忽忽地转动着，可是，我成功了。

太阳依然炎热。但不同的是此时照在我身上却让我觉得一点也不烫，而且还很温和。

第一次游泳日记600字3

我经历过许多第一次，最让我难忘的是去年暑假的第一次游泳。

那天天气炎热，太阳高照，妈妈帮我和表哥报了暑假游泳培训班。她还给我们两人买了游泳裤。我从没下过水，跟“旱鸭子”一样，心里有些紧张。妈妈有些担心，就在旁边看着我们。

到了游泳池，我和表哥换上游泳裤。只听见一个女教练一声哨响，我们在游泳池岸上集中排队，做准备活动。大概过了十分钟，该下水了，教练对旁边的妈妈们说：“今天是你们的孩子第一次下水，可能会有点儿紧张，少不了哭鼻子的，你们就不要在这里看了，等一下再接他们吧!”妈妈只好向我挥挥手，就走了。

教练带着我们来到游泳池边，一个一个扶着岸边下水。轮到我了，我心里很激动，一下水，我一不小心，喝了一口水，我急忙吐出来，“真倒霉!”我想，不能再喝水了，因为游泳池里的水很脏，喝了会肚子疼的.。

表哥一下水就到了深水区，而我只能在浅水区练习吹气和闭气。我闭气时间还不够长，少不了又喝了几口水。教练笑着对我说：“你喝一口水，你妈妈就得交一块钱，你算算看，今天，你妈妈要付多少钱?”我低下头，摸摸滚圆滚圆的肚皮，小声地说：“大概要......交......20块钱吧!”教练听了哈哈大笑，而我的眼泪在眼眶里打转，又不敢哭出来。表哥一本正经地对我说：“男子汉大丈夫，流血不流泪!”我赶快擦了擦眼泪。

这时，妈妈来接我们了，我过了几分钟后才上岸，我的手、脚都被水浸得皱巴巴的。见到妈妈，我不争气的眼泪又流了下来。可是，妈妈温和地对我说：“虽然表哥比你学得好，但这是你有勇气第一次下水，就很棒了!你以后一定会学得更好的!要加油噢!”

我以后还会经历更多的第一次，小朋友们，你们是不是也经历过像我一样的第一次?别忘了告诉我噢!

第一次游泳日记600字4

每个人都要经过不断的尝试，才能在其过程中长大，而我的第一次尝试就是“挑战游泳”

几年前暑假的一天，我同妈妈一起来到了游泳馆，我做好一切准备工作后，怀着忐忑的心情，来到了泳池边，我站在上面，看着那些不会游泳的小孩，喝了好几口水，更是让我心惊胆战了，就在这时，我耳边听见了一个熟悉的声音，原来是妈妈，“站在那干嘛?赶紧下来，我教你。”听到妈妈这话，我不但没有下水，反而，一个劲儿的往后退。

妈妈见此景，便对我说“给你请一个游泳教练把!”我在上面高兴的拍手叫好。

没过一会儿，妈妈就带着教练来找我了，那位教练，带着我来到了另一个游泳池，并且告诉我说“这里啊!是你学习游泳的地方。”这才让我知道“原来世界上有这么多人都不会游泳啊”

老师说要先测试我的水平，就让我同另外几名女孩，一同站在水池边的椅子上，教练一声哨响后，那几名女孩都跳下去了，我当时就愣住了，还没反应过来呢!那狠心的教练就把我踢下去了，害得我喝了好几口水，我心想“这教练也太残忍了吧，怎么找我也还只是一个菜鸟啊，一开始看见这个教练还面带笑容的对我笑呢!现在却跟凶神恶煞似的，这差距是不是太大了点?”

几个月后，我的忐忑的日子结束了，我成功的学会了游泳!

每一个人做事或学习都不是很容易就可以学会的，但是只要你勇于尝试，不管成功与否，你的内心，都会非常享受这个快乐的过程的，“勇于尝试，挑战自己。”

第一次游泳日记600字5

去年暑假，我参加了流连谷游泳馆举办的假期游泳培训班，这是我第一次学习游泳，所以印象非常深刻。

培训的第一天，穿上妈妈给我新买的游泳裤和防水眼镜，全副武装后的我显得特别兴奋，恨不得马上就跳到水里游个痛快。可惜教练不允许我们自己下水，他把我们集中起来先做热身运动，然后就叫我们在浅水区练习憋气，我刚把头埋进水里，就呛了一大口水，我赶紧把头伸出来，教练见了后马上又把我的头按下去，我忍不住连叫了几声“救命”，可教练还是“铁石心肠”。通过反复训练，我终于可以在浅水区憋气了。接着教练又教我们练习蛙泳蹬腿，我们练了差不多1个小时，直到全身发软，筋疲力尽。我正想上岸休息时，教练用水泼了泼我的后背，然后就把我抱进了1.6米的深水区里，他刚一松手，我就像石头一样往下沉，一头栽进了深水区，我拼命挣扎，教练才把我“捞”了起来。他把我抱回浅水区后对我说：“你还是没有掌握憋气的要领，再练一会儿。”他又给我示范了一次，就叫我自己练习。大约过了十分钟，我再次被抱进了深水区，这次我已经可以轻松换气了，教练夸我进步很快，我听了后练得更带劲了。经过一上午的苦练，我终于可以在浅水区慢慢游动了。半个月训练结束后，我全身已经被太阳晒得很黑，还有些发痛，妈妈笑我像个“小非洲人”。不过，我收获可大了，瞧，如今我已经可以在水里自由自在地游动了，像一条欢快的鱼儿，尽情享受水世界的清凉无限……

这就是我第一次游泳的经历，它让我在感受水中快乐的同时还明白了一个道理——做任何事情都要有恒心，不能轻易放弃，这样才会取得成功。

第一次游泳日记600字5篇

**第二篇：第一次游泳日记600字最新**

小区的游泳池里，一个女孩正在浅水区中一次次呛水，跌落，这便是我在学游泳呢……小编带你了解更多相关内容，接下来要给大家提供的是：第一次游泳日记600字，希望你认真看完，会对你有帮助的!

第一次游泳日记600字1

我是如何从一个不会游泳要带游泳圈的小女孩，变成一个会游泳的女孩呢?这是离不开14天的老师精心>培训的。

今天以是我们学游泳的最后一天了，也是我梦寐以求的一天——游泳考核，家长们都进入了游泳馆内，弄得我都有点紧张了。

做完体操后我兴奋地来到水的旁边先下水热一下身体，游一圈，经过老师的再次指导后，我们站到了1.8比赛池旁边，啊!我等啊等，终于到我了，老师一声令下，我一下跳进水中，开始快速地游。

刚开始有一点紧张，不过后来慢慢的就没大事情了，我游得是越来越好了，好像飞一样的速度，游了一圈一圈我已经筋疲力尽了，爬到岸上来签好字后，证明我已经通过考核。

游完后，我们躺在温泉旁边，感受那>温暖的温度，姐姐!哦，原来是妹妹在叫我，我差点睡着了，不一会伴随着时间婆婆，我们爬出了游泳池。

冲好澡后，我穿好衣服，离开了我那恋恋不舍得游泳馆!

这个暑假我学会了游泳，我就可以像鱼儿一样在水中自由自在的游来游去!

每游一次泳，我都会明白一个道理：游泳不仅可以健身，还给我的生活带来了无尽的乐趣，让我的暑假过得有滋有味!

我爱游泳，我也爱充满生机的夏天!

第一次游泳日记600字2

今天，是暑假的第一天，我和妈妈早早收拾背包，来到了游泳培参加训班。

来到培训班，只见泳池里人山人海，人头攒动，我心想：游泳一定很好玩。于是我迅速穿好泳衣，和教练一起做好热身，就“扑通”一声跳下了水。

我们的第一课是学闭气，教练一边说一边做示范：“闭气时要……”我是个急性子，心想：闭气还不简单吗。我没有认真听教练的话，想都没想，“啪”的一声就把头伸进了水里。一进到水里，水就直往鼻子里灌，弄得我很难受，我急忙上来了，还连续干咳了几声。我也不敢下水了。可是，看着小朋友们在深水池中自由的游来游去。我既好奇又羡慕：他们是怎么做到的，要是能和他们一样多好呀，于是，强烈的好奇心驱使我下了水。教练继续说着闭气的技巧：“鼻子要……”教练的话还没说完，我把头扎进了水里，水又往我鼻子里灌，呛到好多水。我急忙把头伸出水面，不游了，走出游泳池，干脆坐到池边喝水。妈妈走过来对我说：“教练在讲要领时你要认真听，要掌握要领，才能学会。小涵，你再下水去，好好按教练讲的去做，你一定能学会。“可任凭妈妈怎样软硬兼施，我再也不肯下水了。看着泳池的水，我直打退堂鼓了。可看着妈妈鼓励的眼神，我又鼓起了勇气，最后，我还是下了水。这次，我认真按照教练的方法做，果然学会了闭气，真是“功夫不负有心人”。妈妈表扬了我，我的心里像吃了蜜一样甜!

学游泳，让我明白了学本领应该专心、认真，才能取得成功的道理。

第一次游泳日记600字3

今天早上，妈妈答应带我去学游泳。我高兴得一蹦三尺，恨不得现在就飞到新加坡花园。

下午我们来到游泳池旁，看到游泳的人不计其数，他们就像鱼儿在水中自由自在地游来游去，我羡慕极了就吵着教练快点让我下水。教练却慢条斯理，说：“别急，先做准备运动。”我只好和其他学员在池边按教练的要求做“压腿”、“抱球”等动作，一分钟，二分钟，三分钟……整整训练30分钟，教练终于叫我们下水啦。

话音刚落，几个大胆的学员纷纷往水里跳，我仔细一看，池水泛着微波，不知到底有多深，我开始害怕，担心下水后会不会……想到这里，两腿不由自主地发抖，刚才那股兴奋劲顿时烟消云散。

这时，教练走过来，和颜悦色地说：“男子汉大丈夫，怕什么!水不深，跳下去没事的!”在他的鼓励下，我咬紧牙关，双眼一闭，向下一跳，“扑通”一声，池里的水真凉啊!好爽快啊!

可好景不长，一会儿，我就碰到了难题，在水里“抱球”跟在岸上可不一样，我刚把头栽进水里就一直呛到水，甚至连眼泪也流下来，真是难受。我觉得游泳一点也不好玩，就偷偷爬上岸，教练发现了，就对我说：“傻小子，碰到困难就退却了!困难像弹簧，你强它就弱，你弱它就强。别灰心!我教你。”我只好硬着头皮再次下水了，在教练的悉心指导下，渐渐地，渐渐地，我终于掌握了“抱球”的基本要领。

第一次游泳，有笑有泪，有忧有喜，既锻炼了身体，又磨练了意志，的确令人难忘!

第一次游泳日记600字4

暑假还没开始，爸爸就嚷着让我去学游泳，他说既能锻炼身体，又是一种生存的技能。暑假开始了，听说我的一个同学去学游泳了，我就来了兴趣，回到家我就跟爸爸说了我的心思，爸爸马上就带我去游泳馆报了名。

到游泳馆的第一天我的心情十分的激动，望着游泳池里瓦蓝瓦蓝的水，我恨不得“嗖”的一声跳到水里，可老师却要我们排好队，先做热身运动。终于可以下水了，我们一个个欢呼着，脸上都笑开了花，我们像青蛙一样一个接着一个跳进了水里，游泳池里的水冰凉冰凉的，比起这炎热的夏天真是舒服极了。老师首先教我们学憋气。就是先吸一口气，然后把整个头埋进水里憋住气。我怕在水里面喝水，就不敢把头埋进水里，看见老师一次又一次的给我们做示范，我自己也试着做了一下，起来的时候一口水都没有喝，就这样我反复地练了几遍后，居然一点也不害怕了，而且一次比一次憋地时间长。第二天，老师又教我们漂浮。就是双脚并拢并且伸直，脚板还要绷直，俩只手夹住耳朵向前伸直，眼睛看着水底，漂浮在水面上。我按照老师说的动作在水面上试着漂浮了一下，居然真的漂浮在水面上了，经过反复认真地练习，我很快就练熟了，看来游泳也不是一件很难的事情。接下来的日子里，老师又教我们学打腿、划手、和换气。有一次，我正在练习打腿，老师的哨子突然吹响了，我一急，忘了憋气，一头扎进水里，不小心喝了一大口水。原以为这些动作做起来是轻而易举的，直到现在我才知道这些动作看起来简单，要做好却不是一件容易的事情。

经过这20天的学习，我有不少的收获，不但交了许许多多的新朋友，而且让我懂得了两个道理，一是世上无难事，只怕有心人。如果什么都想着不行，那你就一定不行，如果什么都想着行，你就一定能行。二是做任何事都应该认认真真地做，就像上楼梯一样要一步一步地走。

第一次游泳日记600字5

今天，天气格外的闷热我们村正好也停电了。我在家里坐立不安，忽然我的脑海中浮现了一个念头――游泳。

于是我和我姨夫商量了一下，我们决定去。因为我是第一次游泳，所以邀请了以为会游泳的的好朋友――童旭和我们一起去。

到了游泳馆我们换了衣服拿了游泳圈，他教我下水时应该做热身运动还要适应水温，初学时要在浅水区。根据他的要求我们做完了准备工作，一起下了水。

下到水中感觉谁有点冷，我的好朋友说没事过一会就好了，然后他开始叫我游泳，他说游泳时要带眼镜、耳塞、鼻夹子、还有呼吸管。我们带我了这些东西开始游泳了，他教我潜泳说：“双手不动，双脚上下摆动”。他还给我做了一遍我一看很简单么，我也开始游了起先我的双脚用力的摆动就是浮不起我来我在水中用了一会我的胸口很闷很难受好像马上就要窒息了，我赶紧上岸，他说是我在水里呆的时间太久了，让我多休息一会在下水。听了他的指导过了一会又下水，刚游了一下我又觉得肚子很饿，他在水中看出我的状况问我是不是没有吃东西，我说我吃了一点，他又说游泳时很费体力的让我上岸吃点东西。我上岸吃了一点东西又下水了。我练了好久才能勉强把我浮起来然后我能游一米了、两米、三米……在“老师”的精心指导下功夫不负有心人我终于学会了游泳，我刚学会就急着和“师傅”比试比试，果然姜还是老的辣我输了，在游泳池里觉得时间过得很快，还没玩呢!就到是下午饭的时间了，我们就回家了。

回到家中我回想起当时的\'的情景觉得游泳是一项技巧性很高地体育运动需要人有很好的体力和耐力!

第一次游泳日记600字最新精选5篇

**第三篇：第一次游泳日记500字**

哈！太棒啦！我今天终于游了一次泳啦！

昨天，妈妈给我在网上订购了一批游泳套装，想让我学习游泳。这让我十分兴奋。因为我现在最盼望的就是游一次泳。我平时最羡慕那些在水里游泳的孩子们了。看着他们在水里像鱼一样游泳。有蝶泳、蛙泳、自由泳……样样精通。令我眼红不已。现在，我终于可以如愿以偿啦！

令我始料未及的是：第二天下午两点左右，快递的包裹就送到了。当我看到那些精美的游泳套装时。顿时心花怒放。我一件一件的翻看，里面有泳帽、游泳眼罩、游泳裤和游泳圈等等。样样都十分精美。我太开心了，心想：这么精美的道具可不能白费呀！于是我决定，在今天下午就去试用一下这些道具，看看它们有多好用。

从四点开始，我就在家里跃跃欲试，迫不及待的想去游泳。终于到了五点多。我飞速的奔下楼，很快就跑到了小公园。一到湖边，我先做了热身，随后脱光了衣服，只穿上了一条泳裤，戴上了一顶帽子和眼镜，“扑通”一声跳下水，又套上了泳圈，开始快乐的游起来。没想到，很快就掉了下去。呛了很多水。弄得我几乎窒息。我拼命地回到了水面，大声咳嗽起来。十分痛苦。但是很快，我就恢复了正常，又开始游起来了。

我终归是第一次游泳，对游泳技术还不十分熟练，所以几次差点儿呛水。最后，只得以一种不太光彩的方法上了岸：被妈妈拖上了岸。第一次有游泳还真是不太顺利呀！

唉！今天的游泳真倒霉！看来我以后一定要好好学习学习游泳了。

**第四篇：第一次游泳作文600字**

人的一生有很多第一次，第一次做饭，第一次炒菜，第一次滑滑板，第一次&&第一次就意味着一件事的开始，而我的第一次游泳令我终身难忘。

那是去年十一月的一个快乐日子，我们一家人去海南旅游。海南，一座美丽的海边城市。对于我这个从没见过海的孩子来说，海是那么的神奇，那么充满诱惑。大海，我来了！

十一月的海南，太阳火辣辣的，令人激动不已的是：我，居然有机会下海游泳。海，一片湛蓝，辽阔无边，海天相接。面对这样神秘莫测的游泳池，我敢下去吗？更何况是第一次！先开始我有一点怕，总是下去了又上来，下去了又上来。爸爸见此情景，那是火冒三丈你还是不是男子汉，啊，这点胆量都没有，快下来。看见爸爸愤怒的表情，我不管三七二十一就向下跳。扑通，咕噜咕噜咕噜咕噜，哇，这海水好咸，好难喝呀！我死死抱住游泳圈，紧紧闭着双眼，只听见游人的欢笑声，心想：别人都不怕，我怕什么？慢慢的，我的心情放松下来。哇哦，好舒服哦。不能光玩，要学游泳！爸爸说。玩一会儿嘛，爸爸。好吧，就一会儿哦。耶！

我玩了两个多小时，爸爸就要走了，我还不想走。再玩一会儿嘛，爸爸。不行我用可怜的眼神看着爸爸再玩一会儿嘛，爸爸。好&&耶！爸爸还是敌不过我的可怜眼神神功，哈哈哈好才怪。什么爸爸&&不要再说了，走！5555555 我亲爱的大海游泳池啊，88啦。

第一次游泳，让我兴奋让我急，兴奋的是在大海里实现了我的游泳梦，急的是没过够瘾就匆匆离开。五年级:杨亚振一

**第五篇：第一次学游泳的日记三篇**

人生中有许多第一次，比如第一次拖地，第一次做饭……而我要说的是，第一次游泳。下面名言网小编为你带来第一天学游泳的日记内容，希望同学们喜欢。

第一次学游泳的日记篇一

201X年X月X日 星期X 晴

我会许多东西，其中一样就是游泳。想起游泳，总能勾起我学游泳的记忆，那时候我还很小呢!

记得那一天，奶奶对我说起游泳的事，并且说起明天带我一起去学游泳。我高兴的跳起来，一蹦三尺。游泳，多么让人渴望的事啊!我一直羡慕那些会游泳的大哥哥大姐姐，他们能够自由自在的穿梭在水的世界里，而我只能眼巴巴的在岸边看着他们扬起欢快的浪花……第二天，我和奶奶一起来到泳池边，一边做准备动作一边听教练讲解游泳的基本要领，教练鼓励我们说：“要想学会游泳，必须下苦功啊!‘’等我们的动作熟悉点的时候，教练让我们趴在岸边练习，一二三四……练得我腿都酸了，第一天学完回到家，扑在床上，连饭都不想吃了。经过我许多天的练习，身上的浮板已经越来越少了。有一天，教练突然要我们把我们身上的浮板全部摘掉，但是照样让我们从岸上跳到水里游，我吓坏了，不敢往下跳。教练斥呵道：‘’快往下跳，要不然我用棍子抽你!‘’我吓坏了‘不管三七二十一，\'’扑通‘’。由于没做好准备，一下子乱了阵脚，但我很快的调整好。手脚像船桨，奋力向前方游去……

我终于成功了。也明白了‘’世上无难事，只要肯登攀‘’的道理。

第一次学游泳的日记篇二

201X年X月X日 星期X 晴

我的第一次学游泳，是在我三年级的时候。那是放了暑假，我突然萌发了一个念头，就是去学游泳。我学游泳不用找教练，因为我的爸爸就是一个游泳高手，原来也做过游泳教练。

我们准备好了一切，启程向七十九号院的游泳馆去了。我们换好了泳装，下到了水里，我们在一米的水深的区域里开始了游泳。一开始，爸爸给我胳膊上戴上了气袖，我就漂浮在了水面上。接着爸爸开始教我的是自由泳，爸爸在前面做示范，我就开始在旁边照葫芦画瓢，我慢慢找到了感觉，两只像舀水的样子划水，两推不动。爸爸就把我的气袖摘了，然后爸爸开始在我肚子下面拖着我，我的手和脚在上面原地游泳。后来尝试着爸爸把手松开，我自己游，一开始爸爸一松开手，我就淹到水里去了，弄得我耳朵、鼻子眼睛里都是水。爸爸告诉了我诀窍，我就按爸爸说的去做。果然，功夫不负有心人，我终于学会了游泳。

后来我只要写完了作业就和爸爸去游泳，每一次去游泳，我学到一个新的样式，现在我已经学会了：蛙泳、自由泳、潜泳，还学会了跳水。

爸爸说了：“只要我打好了游泳的基础和跳水的基本动作，就开始教我花样跳水。”我就为了学好花样跳水，每一次去游泳都认认真真的练习，再苦再累我也在所不辞。

从此，我就爱上了游泳这项运动项目。现在游泳成了我无法割舍的爱好。

第一次学游泳的日记篇三

201X年X月X日 星期X 晴

第一次，注定是难忘的。我最难忘的是我第一次游泳。

记得那是五年级放暑假时的事了。我独自一人去了北京姥姥家，想在那里快快乐乐的玩上一暑假。

暑假期间，小姨和姨夫经常来看我。有一天，姨夫独自来到了宅里，神秘兮兮的跟我说：“跟姨夫玩去吧。”我一口答应了，因为我知道跟着姨夫一定有好事。我坐在姨夫的车上，看着车离姥姥家越来越远。便问道：“姨夫，咱么去哪啊?”姨夫说：“等会你就知道了。”须臾，我们来到了小姨的公司，我丈二摸不到头脑的问：“这不是小姨的公司吗?来这里干什么?我们不是出去玩吗?”姨夫笑而不答。过了一小时，小姨下班了，我问小姨：“我们去哪玩?”“你姨夫家。”我先惊诧，然后一蹦三尺高。后来，我跟姨夫先去了露天游泳池，打算好好地玩一场。到了那里，换上游泳衣，我们就下水了。由于我不会游泳，所以只能带着游泳圈，姨夫笑我：“哈哈，一个男子汉，连游泳都不会。我教你。”我既生气又兴奋。

一开始，姨夫教我狗刨。我学着姨夫的样子，在水中游，可是我怎么模仿也游不动。后来，姨夫指导我说：“手要在水下快速往前刨，腿也要一上一下的蹬。”我按照姨夫的教导在水中游，一会儿，我便学会了。我扔了游泳圈，直接跳入了水中，在水中来回游。

第一次成功学会游泳，是我拼搏来的。所以第一次游泳，令我终生难忘。

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