

季軍
六年級丙班 梁頌茵

《那件事，使我感到慚愧》

在六年級的運動會中，因為一件事，令我感到無比慚愧。

我一向都是班內的跑步健將，每次都能在運動會中取得優良的成績。因此，老師也挑選了我參加今年一百米的跑步比賽。我自信滿滿，認為這一次一定能取得第一的成績。我因為很有信心，所以在比賽前沒有進行太多練習，看見其他選手吃力的樣子，我還嘲笑他們呢！

到了運動會當天，我自信地到達運動場。待開幕儀式進行後，很快就是六年級一百米跑步比賽了。同學也對我很有信心，在看台上不斷為我打氣。「三、二、一，開始！」運動員們都奮力地跑。可是，畢竟我缺乏練習，我求勝心切，所以重心傾前了，一不留神就摔倒了。我立刻起來，繼續向前跑，但是和其他選手的距離相差太遠了，所以最後只得了第六名。

知道成績後，我既失望又慚愧，忍不住便哭了起來。其他同學雖然也很失望，但是看到我不停地哭，都紛紛前來安慰我。聽到他們的安慰說話，我感到更慚愧了。如果運動會前能多練習，或許我就能得到第一名。我感覺是我連累了全班的同學，真是後悔極了！我哭了又哭，無法控制情緒。老師走過來，說：「妳明白到練習的重

要嗎？不要再哭了，下次努力吧！」我的情緒慢慢平伏了，待完全平伏後，我回答老師：「我下次一定會全力以赴！」

這次的運動會事件，令我很愧疚。我後悔當初太自負，缺乏練習。當天，看著那些努力練習的運動員踏上領獎台，自己心裏也不是味兒，回憶依舊歷歷在目，那根內疚的刺彷彿一直插在我心上。最後，只要我有機會再參加跑步比賽，我一定會勤奮練習，絕不鬆懈！