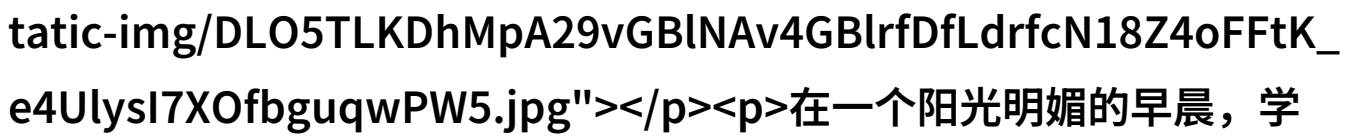


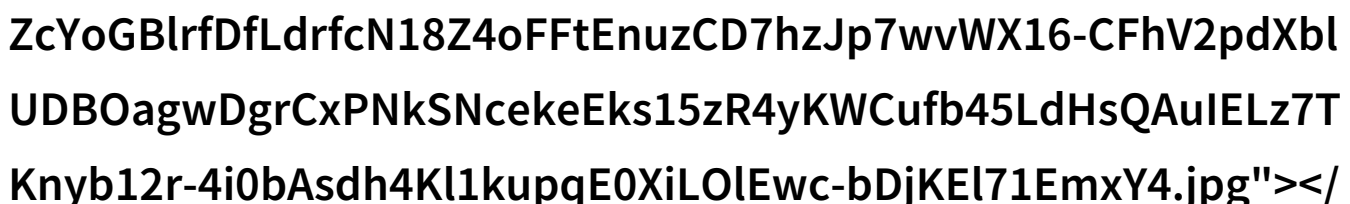
体育课单杠渺渺校园运动会上的高空挑战

是什么让体育课上的单杠变得那么吸引人？



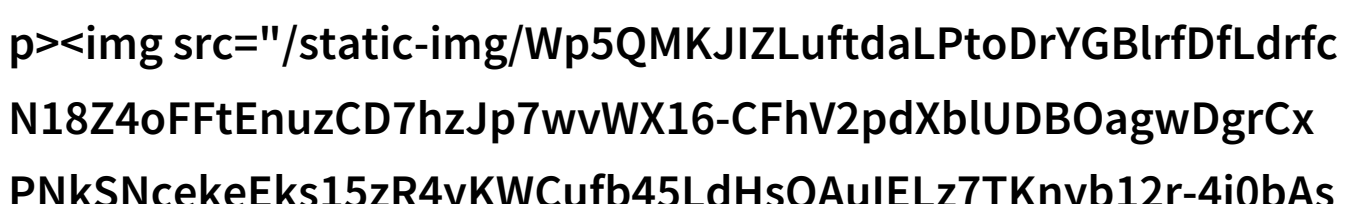
在一个阳光明媚的早晨，学校操场上回荡着孩子们的笑声和呼喊。今天是体育课，我们要进行的是一种古老而又充满挑战性的运动——单杠。这个简单的木头架子似乎平凡无奇，但它却蕴含着对力量、耐力和智慧的考验。

为什么说单杠渺渺？



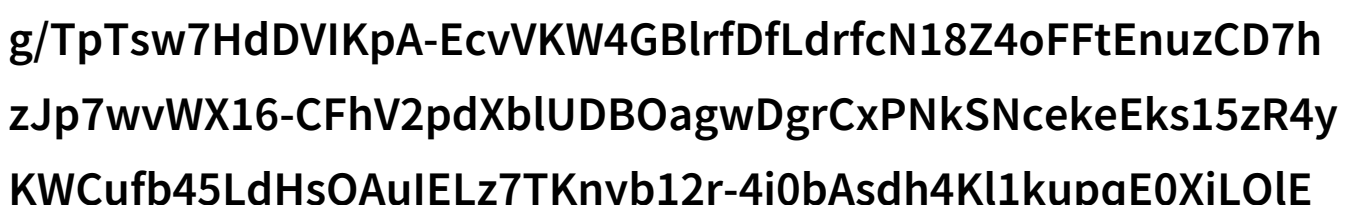
站在那根高高挂起的单杠前，我感到一股寒风吹过。我不是第一次尝试攀登，但每一次都是如此生疏，每一次都让我感受到这道题目的难度和挑战性。这不仅仅是一种体能测试，更是一次心灵与身体之间紧张拉锯战。

有哪些技巧可以帮助我们更好地掌握单杠？



在我不断尝试中，我发现了几个关键点：首先，要有良好的基础体能，包括强壮的手臂、坚韧的小腿，以及良好的核心稳定性；其次，要学会观察自己的动作，并且调整它们以减少疲劳；最后，还需要培养出超越恐惧的心态，因为只有当你真正相信自己能够克服困难时，你才能真正开始攀登。

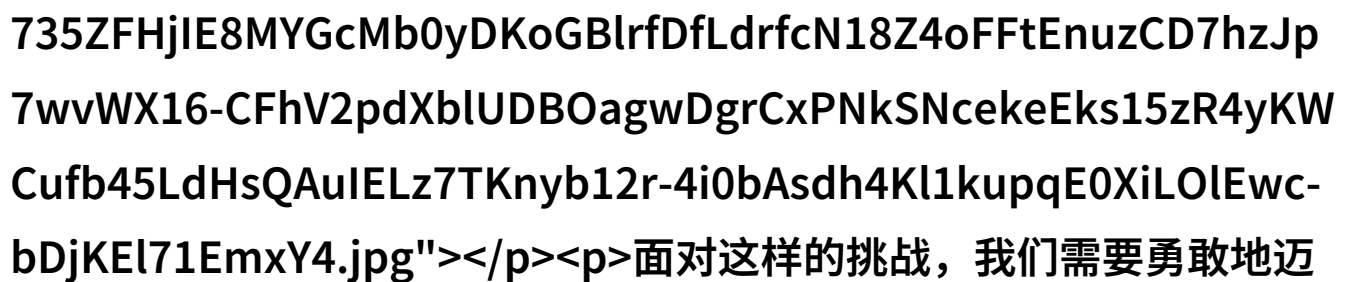
单杠渺渺小说叫什么名字？



关于这个问题，有许多故事流传

于口，其中最著名的一本书可能就是《海滩》中的“飞人”。这位年轻英雄，他通过精湛的技术和坚定的意志，一跃成为众人的敬仰对象。他的故事激励了无数人，在他们的心中种下了追求卓越的人生信念。

我们应该如何去学习这些技能？



面对这样的挑战，我们需要勇敢地迈出第一步，不断实践并从失败中学习。在学校里，这可以通过加入校队或参加相关活动来实现。而对于那些想进一步探索这一领域的人来说，他们可以阅读更多关于此类运动员的事迹，从书本中学到理论知识，再结合实际操作来提高自身能力。

最后，是不是所有人都能像小说中的主人公一样成功？当然不是，每个人都有自己的天赋与局限，而成功往往来自于努力与毅力。在体育课上，即使是在简单如单杠这样的游戏中，也同样存在着胜者与落败者的区别。但正是这种差异，使得每个角落都充满了竞争与激情，让我们在追逐完美之路上不断进步，成长为更加优秀的人。

[下载本文pdf文件](/pdf/566594-体育课单杠渺渺校园运动会上的高空挑战.pdf)