

陸運會快到了，張老師在體育課中進行選拔。意想不到的，她竟然選了我為六十米賽事的跑步選手。我意識到：我要開始練習了。

在足球班裏，我會抽一些時間來練習跑步。有時候，我在體育課裏也會練習跑步。經過很多訓練，我對這次比賽已經胸有成竹了。

在比賽當天，我和其他選手來到線道上，準備比賽。一開始，我跑第一，但我在中途脫了脫腳，變成了第四。我知道如果我放棄，一定會後悔，所以我繼續努力跑向終點，結果雖然只取得第四名，但我已全力以赴了，所以也滿意了。

這次比賽令我體會到要有永不放棄的精神，而且過程比結果重要。比賽中一定會有輸贏，只要我們不放棄，就是戰勝了自己。