

今天上作文課時，老師讓我們寫一篇題目為「一件緊張的事」的作文，這令我不禁想起上星期發生的一件令我緊張的事。

上個星期一是學校的足球隊選拔日，那天我感到興奮極了！一想起選入足球隊後可以和同學們一起在足球場上練習，我整個人就像是一道跳躍的彩虹，蹦上蹦下，一刻也安靜不下來。

到了正式選拔的時候，我的呼吸開始急促，手心也出了很多汗，整個人緊張得身體發抖。差不多輪到我的時候，我更緊張了。這時，我記得爸爸曾經跟我說過：比賽時只要將平時練習的水準發揮出來就可以了。於是，我慢慢放鬆下來，將平時爸爸教導我的踢足球技巧一一表現出來，最後終於成功選進了學校的足球隊。

放學後，我急不及待地回家把這個好消息告訴爸爸媽媽。其實，只要平時準備充足，比賽的時候就不用太緊張了。

