

上午，我和爸爸在運動場裏參加親子運動會。

到達目的地後，我看見場內的人都在做熱身運動，我感到很輕鬆。之後，我和爸爸在跑道上準備比賽。我們蓄勢待發，想着等會向着標杆直跑，心情十分興奮。比賽開始了，爸爸立即向前跑，接過爸爸給我的豆袋，我卻馬前失蹄，不小心跌倒了。那刻，我感到又痛又尷尬，更大聲說：「哎唷！很痛啊！」

於是，爸爸馬上扶我到醫療室。一到醫療室，護士為我消毒和包紮傷口。我說：「我感到不開心。」爸爸說：「不要緊，我們下次再努力。」但是，我仍感到難過。

最後，我不能參加比賽，只能為同學打氣。今天，我感到有點失望。