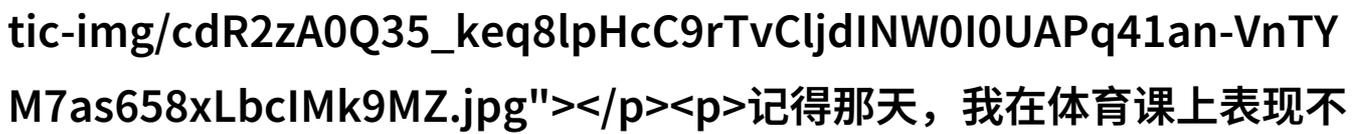
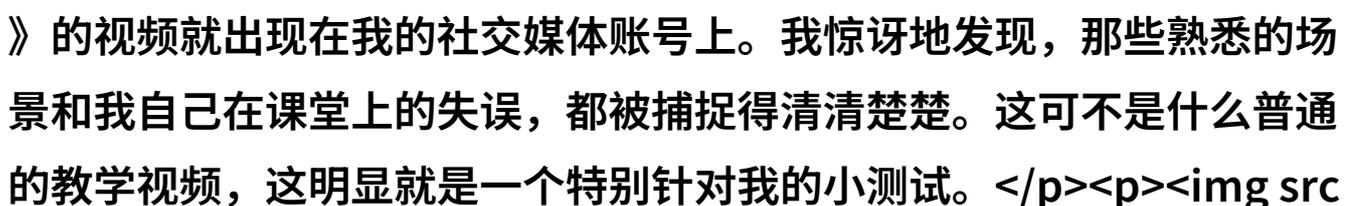


# 体育老师在单杠C了我一节课视频我被体

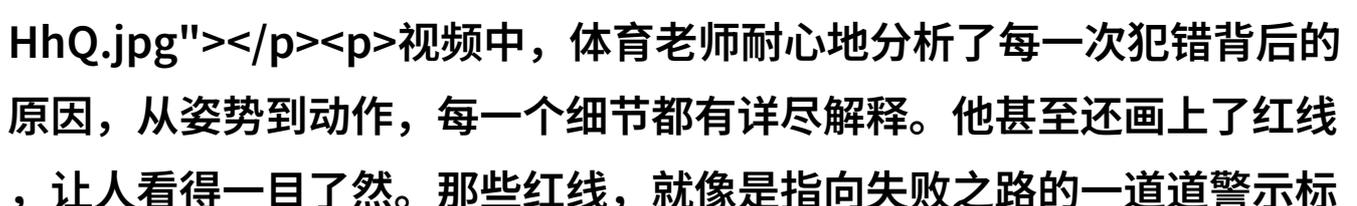
我被体育老师单杠打了一堂课的视频教训

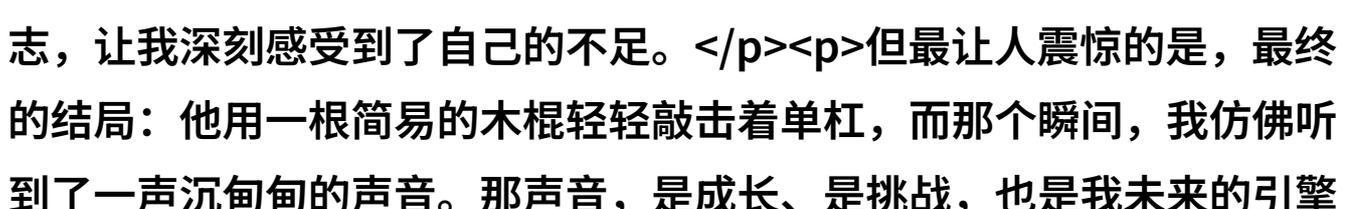
记得那天，我在体育课上表现不佳，连续犯了几个错误。下课后，体育老师叫我留下来，说是要给我的技术上补充一下。但是我万万没有想到，他的“补充”竟然是一节专门针对我的单杠训练录制。

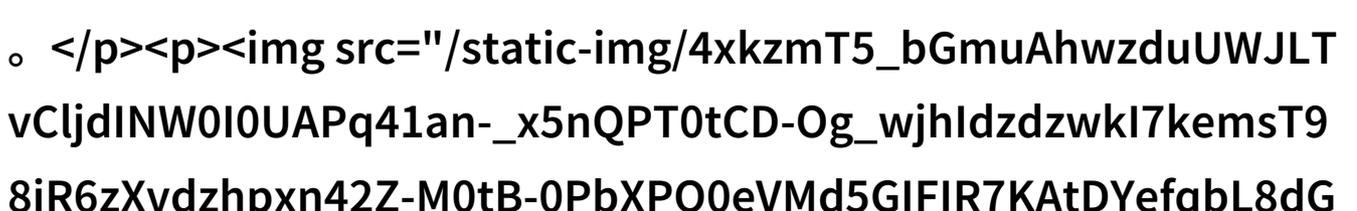
当晚，一段名为《单杠上的自我反思》的视频就出现在我的社交媒体账号上。我惊讶地发现，那些熟悉的场景和我自己在课堂上的失误，都被捕捉得清清楚楚。这可不是什么普通的教学视频，这明显就是一个特别针对我的小测试。

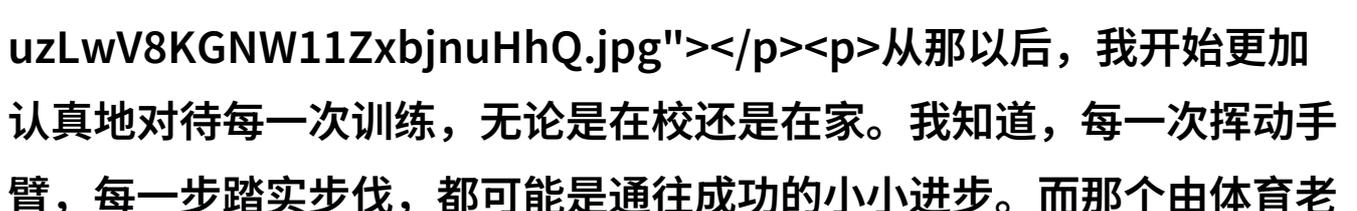
视频中，体育老师耐心地分析了每一次犯错背后的原因，从姿势到动作，每一个细节都有详尽解释。他甚至还画上了红线，让人看得一目了然。那些红线，就像是指向失败之路的一道道警示标志，让我深刻感受到了自己的不足。

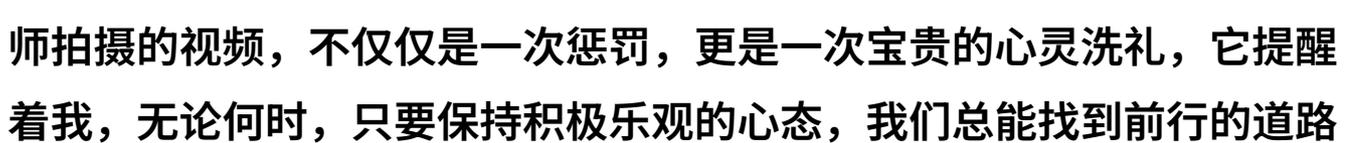
但最让人震惊的是，最终的结局：他用一根简易的木棍轻轻敲击着单杠，而那个瞬间，我仿佛听到了一声沉甸甸的声音。那声音，是成长、是挑战，也是我未来的引擎。

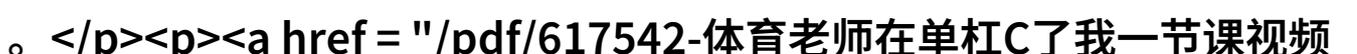
从那以后，我开始更加认真地对待每一次训练，无论是在校还是在家。我知道，每一次挥动手臂，每一步踏实步伐，都可能是通往成功的小小进步。而那个由体育老师拍摄的视频，不仅仅是一次惩罚，更是一次宝贵的心灵洗礼，它提醒着我，无论何时，只要保持积极乐观的心态，我们总能找到前行的道路。

从那以后，我开始更加认真地对待每一次训练，无论是在校还是在家。我知道，每一次挥动手臂，每一步踏实步伐，都可能是通往成功的小小进步。而那个由体育老师拍摄的视频，不仅仅是一次惩罚，更是一次宝贵的心灵洗礼，它提醒着我，无论何时，只要保持积极乐观的心态，我们总能找到前行的道路。

从那以后，我开始更加认真地对待每一次训练，无论是在校还是在家。我知道，每一次挥动手臂，每一步踏实步伐，都可能是通往成功的小小进步。而那个由体育老师拍摄的视频，不仅仅是一次惩罚，更是一次宝贵的心灵洗礼，它提醒着我，无论何时，只要保持积极乐观的心态，我们总能找到前行的道路。

从那以后，我开始更加认真地对待每一次训练，无论是在校还是在家。我知道，每一次挥动手臂，每一步踏实步伐，都可能是通往成功的小小进步。而那个由体育老师拍摄的视频，不仅仅是一次惩罚，更是一次宝贵的心灵洗礼，它提醒着我，无论何时，只要保持积极乐观的心态，我们总能找到前行的道路。

从那以后，我开始更加认真地对待每一次训练，无论是在校还是在家。我知道，每一次挥动手臂，每一步踏实步伐，都可能是通往成功的小小进步。而那个由体育老师拍摄的视频，不仅仅是一次惩罚，更是一次宝贵的心灵洗礼，它提醒着我，无论何时，只要保持积极乐观的心态，我们总能找到前行的道路。

从那以后，我开始更加认真地对待每一次训练，无论是在校还是在家。我知道，每一次挥动手臂，每一步踏实步伐，都可能是通往成功的小小进步。而那个由体育老师拍摄的视频，不仅仅是一次惩罚，更是一次宝贵的心灵洗礼，它提醒着我，无论何时，只要保持积极乐观的心态，我们总能找到前行的道路。

我被体育老师单杠打了一堂课的视频教训.pdf" rel="alternate" download="617542-体育老师在单杠C了我一节课视频我被体育老师单杠打了一堂课的视频教训.pdf" target="\_blank">下载本文pdf文件</a></p>