2023年第三季小记者同题作文选登

迎“篮”而上，遇见美好

杨明乐（晋江市第八实验小学）

我从小喜爱打篮球，喜欢在篮球场上自由奔跑，将汗水和热爱挥洒在这竞技场上。怀揣热爱一路前行，我内心的湖不时荡起阵阵涟漪。篮球教会了我诸多人生哲理，让我的生活变得精彩和生动，进而遇见更好的自己。

当下“村BA”大红大紫，这里没有专业的选手，也没有超高难度的动作，却迅速掀起了一股篮球运动的旋风。作为“资深”篮球迷，我也渴望奔赴现场，为选手们加油喝彩。巧合的是端午佳节期间，我们村也举办了一场篮球邀请赛，邀请各村代表队参加。当得知这个消息时，我激动不已。

盼望着，盼望着，球赛终于拉开了序幕。没想到第一场比赛，双方便打得难解难分，比分异常胶着。只见白队七号球员接过篮球，有条不紊地将球运到前场。突然，他加快运球，然后猛地一跳，将球往左边一抛。队友心领神会，接过篮球，顺势一投。“哐当”一声，球进了！“耶！进得漂亮！”这一球配合得天衣无缝，引得观众连连叫好。

篮球巨星姚明曾说过：“希望总是有的，只是要坚持。努力不一定成功，但放弃一定失败。”他一语道出了坚持、努力的重要性。打篮球亦然，越到困难时刻，越要咬牙坚持、刻苦努力。观看比赛，其实也在阅读自己。这场被赋予坚持、努力的比赛，在往后的时光里，一直激励着我前进。篮球训练单调乏味，但我不再抱怨，而是告诉自己要咬牙坚持；在学习中遇到“拦路虎”，我摆脱畏难情绪，告诫自己要沉下心来思考，寻求问题解决的方式；书法练习枯燥沉闷，我提醒自己要耐得住寂寞，并坚持到底。时光不负有心人，一段时间下来，我的篮球基本功愈发扎实，学习成绩有所提升，在横竖撇捺间也找到了更好的自己。

喜欢打篮球，享受篮球带来的最本真最纯粹的快乐，更受益于篮球带来的启发。这就是篮球之美吧！心怀热爱，我将勇往直前，在篮球之路上越走越远……

指导老师 王世忠

运动之美

许馨媛（晋江安海桥头中心小学）

有人说，音乐之美在于它的旋律，舞蹈之美在于它的节奏。而我认为，体育之美在于它的挑战。

依稀记得那是去年暑假里的一天，“扑通”一声，水花四溅。平静的水面好像是被我这个不速之客给打扰了，朵朵水花纷纷表示抗议似的迎面压来。我开始拼命地猛蹬双腿，试图去征服它们。可我还是太稚嫩了，感觉无章法可循，周围的事物仿佛都飞快地旋转着……

一阵子过后，我下意识地钻出水面，头脑瞬间像抹了风油精般清醒，晚风温柔地吹拂着我的脸。接着，教练递给我一瓶矿泉水，并皱着眉头对我说：“媛媛呀，你这样可不行啊！”教练轻轻地拍了拍我，而我却觉得喘不过气来。“教练，我……”我低着头。月色之下，泳池的水面银光耀眼。“我会尽力克服困难的，争取让自己的游泳水平有一个新的提升！”我目光坚定地望着教练。

我闭上了双眼，脑子里像过电影一般地把教练强调过的要点又梳理了一遍。我轻轻地用手推开四周的水，而水也似乎被我的决心所感染，它们都听话地往后退去，偶尔有些调皮的水珠会在我的脚心处不停地蹦跶，挠得我痒痒的。

可能是刚才的“恐惧感”睡着了吧，现在的它又“醒”了，便张牙舞爪地向我袭来。我开始又觉得有点儿乱。“媛媛加油！媛媛加油！”迷迷糊糊中感觉有人在喊我，在鼓励着我。那一遍又一遍声嘶力竭的呼喊声，几乎是在茫茫的深渊中再次拯救了我。是的，还没有结束！——我露出水面时用力甩了一下头，睁开双眼，隐约看见了，是教练站在终点对我拍手示意。我又一次鼓起了劲头。——是呀，不逼一下自己，又怎么会知道自己行与不行呢？我眯着眼，终点在我的视野中不断地放大，再放大……快了！快了！我伸出手，“啪”的一声够着了终点。

体育之美在于挑战。因为挑战，我们到达了那一个个看似不可逾越的新高度。生命不息，运动不止，所以让我们从现在开始，一起运动起来吧！

指导老师 吴依露

游泳的感觉真好

吴奕城（晋江安海成功中心小学）

我很羡慕那些能在水中像鱼儿一样自由自在游来游去的游泳健将，但我却是一只不敢下水的旱鸭子。在爸爸的鼓励下，我决定学习游泳。

上课的第一天，我怀着既紧张又兴奋的心情来到了游泳池边。刚走进去就听见喊声、笑声、浪花声交织在一起，融汇成了一首激情奔放的交响曲。那里的小朋友个个泳技非凡，在水里窜来跳去，宛如一条灵活的小鱼。想到我马上也可以像他们那样，心里忍不住激动起来。

游泳之前，我们先做了热身运动，这样不但可以舒展韧带，活跃肌肉，而且还可以避免抽筋。接下来，游泳课就正式开始了，教练首先教我们如何憋气。教练喊：“开始！”我们都屏住呼吸，把头沉到水里去。一开始，我只能憋几秒钟。经过反复练习，我居然能憋30多秒钟了。接下来的几天，教练都在教我们练习蛙泳的基本动作。我们就像一只只小青蛙一样，趴在水面上，练习划水和蹬腿。我心想，原来游泳也挺简单的嘛。

显然，我高估自己了，因为后来教练让我不要再拿着浮板游了。可是，我一松开浮板，就会往下沉，还经常呛到水。被呛了几次之后，我就害怕了。不管教练怎样劝说，我都紧紧抓着浮板不放。爸爸微笑着跟我说：“不要因为一点困难就放弃，世上无难事，只怕有心人！不‘喝’几口水怎能学会游泳呢？”我心里虽然很委屈，但也的确不甘心就这样放弃。于是，我壮着胆子一遍又一遍尝试，终于成功了。我兴奋地在水里不停地游了起来，终于学会了游泳。

游泳，是我人生中的一次学习，也是一次难忘的经历。通过这件事，我明白了对待任何事都要持之以恒，不要半途而废，才能游向胜利的彼岸。

指导老师 苏毓绮

许恩旭（晋江安海成功中心小学） 指导老师 蔡雅蓉

运动收获美好

许景龙（晋江安海桥头中心小学）

每个人的心中，都有自己想追寻的美好事物，这是人们的兴趣所在，志向所托。我心中的美好当然是运动。

那个下午，爷爷让我陪他，可他却全神贯注地观看奥运会，守信的我只能乖乖地陪看奥运会。赛前，一个运动员正做着热身动作：蹲下、助跑、加速……他专注的神情竟散发出耀眼的光芒。我一下子被吸引住了。原来，他就是中国骄傲的短跑运动领军人——林超越。

比赛正式开始了，八位选手在助跑器前做好预备动作。随着“砰”的一声枪响，八位选手像八支离弦的箭，相继射出。林超越起跑的速度并不快，但他及时调整状态，奋力相搏。我“怦怦”的心跳声像战鼓一样为他加油，两手捏着汗。最后，林超越拼命地将身子向前探，冲过了终点线。

第一名诞生啦，台上那片红色的海洋沸腾了，无数中国人欢呼。从报道中，我才知道他的韧带曾断裂过，负责手术的医生曾断言他将无法再跑步。他没有就此认输，凭借顽强的毅力和刻苦的训练，让世人看到运动之美，并创造了医学奇迹。

自那时起，运动之美深深吸引着我。在学校里，我加入了乒乓球社团，假期我又加入篮球训练营。作为初学者，我对规则一无所知，对方法一窍不通，一开始甚至连球都拍不稳。但我不气馁，因为林超越让我见识到在运动时，那种坚守初心、乘风破浪、逆流而上、挑战自我、奋斗不息的美好精神。

夏日的午后依旧炎热，我身虽疲惫，心却不肯停歇，愿意为运动付出精力与时间。“老妈以后盛饭多盛一点，最近常饿肚子，每天再多加一餐可以吗？”就浅浅的两句话，家人不仅给我准备了营养的三餐，还因为我运动后挑食毛病也没了，都为我点赞。

因为运动，我过上了与运动为伴的美好生活。我不仅收获了健康的身体，还收获了享受与成长——不断坚持！这磨砺了我的心性，让我感受到生命运动之美，也让我以后无论身处哪种境地，我都能克服万难，收获健康美好生活。

指导老师 尤雪梅

发现运动之美

黄思婕（晋江市安海中心小学）

运动之美，和其他事物的美不一样。没有一件美丽的事物能像运动这样充满激情，让人为拼搏、为比赛，或者欢呼，或者呐喊。

记得有一次运动会上，健儿们挥洒热汗，争创佳绩，你追我赶，互不相让，燃烧着青春的火焰。这一次的运动会，最激烈的莫过于女子4×100米接力跑了。啊！运动之美，是斗志之美。

不经意间，发令枪响彻了整个操场，运动员们一下子如出膛的子弹弹了出去，操场霎时沸腾了起来。几乎是一眨眼的工夫，就到了第三棒，二班选手咬紧牙关，使劲奔跑，竟然一下子超过了好多对手。旁边观看的同学高兴极了，“她们太棒了！”大家内心的千言万语汇成了这句话。胜利就在眼前。只见二班第四棒的选手，接过了棒，如出了弦的箭一般射了出去，又像一匹千里马，在赛场上飞驰。她攥紧棒子，前后用力摆动手臂，迈动大腿。她身上的每一个细胞都在拼搏着，略张嘴巴的她目不转睛地凝视着终点。这胜利的目的地离她越来越近，越来越近。

这时，她旁边的对手——我，也拼尽全力，咬紧了牙关冲了上去，超过了二班的健儿。她努力摆动双臂，努力加快速度。可是，我也不遗余力，奋力地跑在她的前面，脸上淌着热汗，领先在第一位。周围的同学们似乎比运动员们还要紧张，还要激动。大家簇拥在临时围起的人墙外，不住地把头往里面伸，就怕错过了一分一秒的精彩。他们也不忘向运动员们摇手呐喊，“加油!加油!”终于，我到了终点。啊！运动之美，是团结之美。

是第一名呢!黄老师幸福得说不出话来，紧紧拥抱着旁边的老师。同学们更是欢呼雀跃，兴奋地传达着这天大的喜讯。啊！运动之美，是畅快之美。

人生能有几回搏，此时不搏待何时！为了梦想，放手去拼搏，放手搏一回！运动能让你的爱、你的兴奋都发挥到极致！

指导老师 黄雅莎

坚持之路有美景

曹童川（晋江市第八实验小学）

“最快的脚步不是冲刺，而是坚持！”福建跨栏名将林雨薇回想自身的运动经历，有感而发。这位尤溪“女飞人”年少成名，成绩斐然，即将代表祖国参加杭州亚运会。但同为福建人，她不畏困难，对体育的执着与热爱更吸引着我。

林雨薇并不是从小就接受专业的跨栏训练。10岁时，她才接触跨栏。11岁时，她在三明市运动会800米跑比赛中取得了第二名的成绩，进入了福州市体工队。虽然那时颇具天赋，但她似乎是个“杂家”，中长跑、短跑、跨栏，什么都练。让她记忆尤为深刻的是2017年全运会那一幕，她连决赛都没有进入。这对一路拿金牌的她而言，是一次巨大的打击。但这并未打垮林雨薇，她是一个擅长坚持和自我调节的人。她勇于面对失败，坚持锻炼，并于2018年全国室内田径锦标赛中卷土重来，冲进了60米跨栏决赛，充分展示着自己在跨栏方面的天赋。

凡是经历，皆为成长。林雨薇不畏困难，勇往直前，以青春和热血为我国体育赢得荣耀，诠释着运动之魅力！其实，体育之美，各美其美。铅球运动员巩立姣并不是一开始即巅峰，一路走来，她经历了从铜牌、银牌再到金牌的蜕变；目前位列男单世界第一的乒乓球选手樊振东也曾多次尝到失败的苦果，但勇者敢于面对、勇于坚持，后来的他站在了乒乓球之巅；欲戴王冠，必承其重，谢震业饱受伤病困扰，但一直勇往直前，开启了中国短跑的一段盛世……巩立姣、樊振东、谢震业等均在此次杭州亚运会中国代表团的大名单上。勇者经历相似，皆遇到了更好的自己。

“道路是曲折的，前途是光明的……”此刻，我的耳畔响起了老师时常告诫我的一句话。成长是美丽的痛，我一直深信不疑。作为五年级的学生，我在老师的引导下，对自己抱有合理的期待，正视困难和挫折，勇于坚持自我，不断遇见了更好的自己。曾记得我对跳高心生畏惧，每当轮到我跳时，我十分害怕身子会碰在竿上。越害怕越不敢跳。每一次体育课跳高时，我都在别人的笑声中艰难度过。后来，老师多次找到我，鼓励我要相信自己，还和我一起跳高。渐渐地，我不再害怕眼前的竿。每一次当我越过竿时，我的内心高兴万分，这就是坚持的喜悦！

生活最美的风景，就在前行道路上。也许它带着痛苦，但勇于坚持、善于调节，葆有对生活的执着与热爱，终将甘甜。巩立姣、樊振东、谢震业如是，林雨薇如是，我亦如是……

指导老师 王世忠

以拼搏之力，筑冠军之梦

管成毅（晋江安海西安小学）

道固远，笃行可至；事虽巨，坚为必成。——题记

夜幕下，东安湖体育公园主体育场华灯璀璨，流光溢彩。

“把世界照亮，听见生命的歌唱”“把未来照亮，眺望美丽的远方”……青年大学生们共同演唱开幕式主题曲《成就梦想》，体育场顿时化为欢乐的海洋。

可知，就在成都，就在这一次第三十一届世界大学生夏季运动会上，中国代表团在金牌榜、奖牌榜上双双高居首位，同时创造参加大运会的历史最好成绩。在这些高大的运动员中，一位身材瘦小的女生走入我的视野。她，夏雨雨，在万米决赛中以自己的姿态展现了中国拼搏的青年力量。长跑可不比其他项目轻松，极具难度。一万米，是意志与耐力的极限挑战，谈何容易？

其实我也算是一名运动员，一名拳击运动员。冬练三九，夏练三伏，即使是寒暑假，我也从未停歇，每天雷打不动地练基本功。后来，我有幸参加了晋江市十四届运动会少儿组拳击比赛，摘得拳击少儿丙组45kg赛金牌。金牌凝聚的就是我的拼搏血汗。

成都的天空在她冲过终点线的那一刻下起小雨，雨滴被灯光串起，缀饰着整片天幕，闪着光，又滚落在地，浇灌多年的竞技梦想终于开花了。夏雨雨以33分48秒的成绩勇夺冠军。她，从贵州毕节的山村跑进清华大学，再拼搏到国际赛场，得到了人生第一个世界冠军。为此，她拼搏了6年。

夏雨雨说：“今天太幸运了。”在我看来，她的运气就是坚持不懈地拼搏努力。没有一蹴而就的成功，只有厚积薄发的胜利。成功的背后是严格的训练，是矢志不渝的坚持。

在接受记者采访时，她说，清华大学给她带来的不仅仅是在学习、运动、生活等方面的成长，更多的是让她成为心怀家国的清华人，去承担社会责任，为国家为社会做出中华儿女应有的贡献。

中华儿女就应如此，拼搏奋斗正是最美的姿态、最动听的旋律。

拼搏、奋进，展示青春风采，以祖国为傲，为祖国争光，这就是中国青年学子的力量，也是中国的栋梁榜样！

指导老师 伍彬彬

体育精神，映照你我他

王腾熠（晋江市第三实验小学桥南校区）

“恰同学少年，风华正茂；书生意气，挥斥方遒。”虽然已告别东京奥运会赛场的风云，但竞争激烈的奥运赛场上，中国运动员披荆斩棘，勇夺奖牌的场面还是历历在目。雄壮激昂的《义勇军进行曲》一次次回响在异国他乡的上空，鲜艳的五星红旗一次次冉冉升起，彰显着祖国体育事业的蓬勃发展。中国体育健儿的身上，闪耀着青年人的活力，更映射着奋斗新时代的风采。

杭州亚运会召开在即，让这座城市的体育日志又将添加浓墨重彩的一页。在此，我们翘首以盼亚运盛会的到来，记录下体育运动深入人心、体育精神浸润人心的浙江历程。我的妈妈是乒乓球迷，受她的影响，我也爱上了这项运动。我最喜欢的乒乓球运动员是马龙。他作为一名优秀的乒乓球运动员，不仅多次为国争光，同时也是世界乒坛历史上首位超级大满贯男子选手。

喜欢他的原因并不仅仅是他球打得好，更在于他的成长经历值得我学习。他是典型的努力大于天赋的球员，虽然他的起点并不高，但是却凭借着自己的勤奋、踏实和努力，一步一步地赢得了今天的成绩。他的这种持之以恒的精神一直延续至今。新闻报道称在近期的封闭集训中，马龙不幸手腕受伤，但他仍每天都敷着冰袋，不顾伤痛坚持不懈地训练。在为他感到担忧的同时，我也再一次被他的体育竞技精神所感动，心中暗自立志要成为像他一样有毅力、有韧劲，肯吃苦、敢拼搏的人。

体育精神，闪烁着拼搏进取、永不言败的高光；体育精神，折射着平等关爱、自信自强的温情；体育精神，奔涌着凝心聚力、共同发展的活力。因为亚运，青春的动感以更有趣、更多元的姿势，将体育与生活、运动与风华紧密相连。作为青少年，我们应该继承体育精神，培养良好的运动习惯，热爱运动，热爱生活，在阳光健康中更加茁壮地成长！

指导老师 曾美蓉

黄予暄（晋江安海龙山小学） 指导老师 黄绣蓉