2023年第三季小记者同题作文选登

运动之美——超越自己

李弈泓（晋江安海成功中心小学六年4班）

夜幕降临，路灯纷纷亮起，照耀着弯弯曲曲的小路，也照耀着那个挥洒汗水的小男孩。

没错，那个男孩子就是我。在班上，我总是体育成绩最差的那一个，每次看着其他同学在跑道上飞驰的身影，我既羡慕又嫉妒，再看看自己迈不开的大长腿，唉。

为了改变自己，妈妈和我一起制定了“暑期翻身大作战”长跑计划——每天坚持夜跑1.5公里、跳绳500个。妈妈说，循序渐进，慢慢来，慢慢增加锻炼的难度，最重要的是要坚持下去。是的，我默默下定决心，无论如何，我都要坚持下去！第一圈开始了，我的关节就像是生了锈、灌了铅一样，汗水早就湿透了背。这才第一圈啊，我咬紧嘴唇，调整呼吸，慢慢让自己平静下来。我放缓了脚步，坚持跑完第二、第三、第四圈……伴随着沉重的呼吸，我完成了第一次夜跑计划！

在日复一日的训练中，我渐渐发觉，脚步变得越来越轻松，呼吸越来越顺畅，跑完后不再累得说不出话来，虽然依旧大汗淋漓，但却有一种打通“任督二脉”般的舒畅感！我暗暗为自己小小的蜕变感到欢喜，甚至开始期待开学后的体育课了！

时光如同白驹过隙，两个月时间一晃就过去了。新学期，随着体育老师一声令下：“跑！”男生们都不甘示弱，一窝蜂地向前拥去。我静下心来，调整呼吸，迈开脚步，越跑越快。终于，在体能达到极限之时，我咬紧牙关，加快步伐往终点冲去！终于，我不是最后一名了，我甩掉了“体育最差”这顶可怕的帽子！这一刻，那些汗水与月光相伴的日子，夜色和身影合为一体的日子，都转化成此刻胜利的硕果！

和自己比赛，战胜过去的自己，回想着过去那段时光，嘴角不禁漾出几丝微笑，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”是啊！我的胜利，又何尝不是如此呢！

指导老师 柯惠娟

李棋菡（晋江安海养正中心小学四年11班） 指导老师 黄艳妮

盛开在运动场上的友情之花

张恩淇（晋江安海桥头中心小学六年1班）

秋天的阳光醇厚柔润，红色的跑道上，条条跑线跃然于上。健儿们飞奔着，飞奔着，双手摆动着青春，双腿凝聚着力量，与空气摩擦出力与美的火花。

此时，场上正进行着八百米预决赛，参赛选手像开闸的洪水一起涌出起跑线，我也被裹挟着前进。转眼间，我就被抛到了队伍末尾。看着不断从我面前超越的同学，我越来越紧张，脚步也不自觉地更快了。“稳住，恩淇！一开始不要跑太快！”“大长腿”灿灿不知从哪里冒了出来，他善意的提醒及时稳住了我的心神。

第一个弯道，我仍然落后。突然，熟悉的“加油”声此起彼伏，并慢慢凝聚成一股稳定的气浪推着我继续向前，原来是同桌馨馨和一群女生跟在我身后陪跑。“她们没有放弃我，大家都在陪着我！”一股甜蜜的滋味涌上心头，脚步也不自觉地快起来，持续的加速让我信心倍增。与此同时，体能的消耗也逐渐让我的脚步变得沉重。我多么希望这时候能有股神力把我推向前，可是肺里的空气感觉都被抽空了，腿脚已经没了力气。

此时，我的脑袋一片空白，眼前也慢慢模糊起来。“恩淇，加油！快到终点了！加油啊！”忽然，远处的终点再次传来熟悉的“加油”声，男生、女生，男声、女声，呐喊、挥手……我像一个溺水的人，多么庆幸他们及时给我送来一根“木棍”，跑一步，再跑一步，终点已经不远了。

跨过终点线的那一刻，班里的同学似潮水般从各个方向向我涌来，把我涌成了“潮头”。开心、幸福，似乎都不能说尽我此刻的心情。朋友们，是你们给予我永不止步的力量，是你们让运动场上处处弥漫着友谊之花的芬芳。绽放吧，盛开在运动场上的友情之花。

指导教师 吴依露

生命不息，运动不止

蔡雨桐（晋江市第三实验小学桥南校区六年3班）

“生命在于运动”，对于泰戈尔的这句话我深有体会。

小时候，我身体瘦弱。每次感冒鼻炎便会发作，那犹如潺潺小溪的鼻涕便成了我独有的一道亮丽风景。这不仅让自己变成了一个药罐子，爸爸妈妈也跟着奔波劳累。

在经历无数次的治疗之后，我的病情依然没有办法根治，医生说是体质太弱导致的。从此，我便踏上了运动改变生活的道路。

每天，当朝阳升起的时候，我便被爸爸从温暖的被窝中叫醒。我睁着惺忪的睡眼，艰难地从被窝中爬起，在爸爸的连拉带拽中走出了家门。

在略微有些凉意的晨风中，我紧缩着肩膀，缓慢地挪动了起来。我这犹如乌龟赛跑的动作把爸爸气得哭笑不得，他嘲笑我说：“你这跑步的速度连隔壁的奶奶都不如。”我扭头一看，确实身旁一个个白发苍苍的爷爷奶奶正不断地超越着我，我脸忍不住红了起来。于是，我便迈开步伐，努力地跟上爸爸的脚步。

第一圈还没有跑完，我便感觉自己的腿像灌了铅一样沉重，而肺更像是一台四处漏风的风箱一样，喘息沉重而艰难。在爸爸的不断鼓励下，我艰难地完成了人生中的第一次晨跑。

再往后，无数次当我感觉自己已经坚持不住的时候，我就在心里暗暗告诉自己再坚持一下，再坚持一会。每当突破自己极限的时候，我都感到满满的成就感。

慢慢地，我能够跟上爸爸的脚步，我的眼里不再只是盯着前方的终点，亦能领略到晨曦，以及那些曾经被自己忽略的风景。

生命不息，运动不止，生命因运动而美丽！

指导老师 江仕芳

家乡的“村BA”

王学钊（晋江内坑柑市中心小学六年2班）

近日，内坑镇基层篮球赛火热开打，在无数球迷的支持下，孕育出深厚的文化底蕴，篮球运动越来越受广大人民群众的欢迎。今年，内坑掀起了“村BA”的热潮，每个人都兴奋不已。

在冠军争夺战中，由上方村对战黄塘村，球员们个个人高马大，技术高超。比赛开始，只见黄塘队率先发球，运球刚过中场线，突然，拿着球的黄塘队员一个急刹停了下来，原来是上方队的3号球员，死死地堵在前面，虎视眈眈地盯着黄塘队员手中的球。这时，黄塘队员准备起身投篮，被3号球员一把盖了下来，接着3号球员把球传给队友，队友用闪电般的速度摆脱对方的防守，快速得分，干净利落，没有一个动作是多余的。

在我的印象中，3号球员穿着一身黑色的球服，一双黄色球鞋，相貌平平，很难惹人注意。但他那高大的身影，像一堵墙；他那双长满茧的手，像历经沧桑的老者；他那坚定的眼睛，像是对冠军志在必得。

这时，第三节比赛结束了，比赛进入白热化阶段。上方队大比分落后，但队员们越战越勇，快反超比分了，10分！8分！4分！只差4分了，只见3号球员突然发力，一个三分球完美进筐，现在只差黄塘队1分了，剩最后10秒，球权在对方手上，只见3号球员要到球，冲进内线，一个三步上篮，球在篮筐上滚了几圈，现场变得十分安静，最后球顺着篮筐掉了下来，进了！进了！全场沸腾起来。“本届篮球赛的冠军诞生了，它就是上方青峰队。”主持人激动地说。

闭幕式上，本届基层篮球赛的奖品也逐一亮相，猪、羊、鹅、鸭的出现再次掀起赛场上的另一番高潮。家门口的“村BA”让我们看到了乡村与体育最美好的样子，让更多的人爱上篮球，拼搏、不放弃这才是体育的意义！

指导老师 陈雅珍

发现运动之美

曾子彦（晋江安海西隅小学四年2班）

前些天，我和妈妈一起观看了第19届亚运会火炬传递的开跑仪式。看着第106棒火炬手高举着圣洁的火种，穿越在大街小巷，我的荣誉感也如那火焰一般熊熊燃烧。运动让我们的生活散发着夺目的光彩，这不禁让我想起了学游泳时的点点滴滴。

今年暑假，妈妈给我报了一个游泳班。看着同龄人像鱼儿一样在池底自如穿梭，我羡慕不已，跃跃欲试。可是一开始学闷水，我就“咕噜咕噜”被呛了好几口，狼狈极了。眼泪在眼眶里直打转，顿时恐惧充斥着我的大脑。高教练耐心地鼓励我说：“不要怕，慢慢地深吸一口气，屏住呼吸再把头闷下去就好了。”就这样，经过一次又一次的练习，几节课下来，我终于把闷气给学会了。

但此时我发现，一起来训练的同龄人都会打腿、划手了，甚至有的已经在泳池里开心地扑腾了。我心急如焚，打起了退堂鼓，心想：“游泳真是太难了！”妈妈像看穿了我的想法似的，鼓励道：“万事开头难，你已经学会闷水了，只要坚持就一定能成功。”

经过一番激烈的思想斗争，我鼓起勇气，告诉自己一定能行。训练时，教练紧跟着我，他托着我的肚子，让我有足够的安全感。我渐渐放松下来，教练找准时机，将我的脚掌推送出去，我竟然奇迹般地游出了好几米。我终于学会游泳了！我兴奋地拍打着水面，那溅起的小浪花似乎也在为我鼓掌。这次，我真正体会到了游泳这项运动的乐趣，还在新生游泳比赛B组中获得第二名！

运动，重在强体，更重在磨砺意志，培养健全的人格。期待在杭州亚运会上看到世界各地运动员努力拼搏的身躯，让我们一起为他们呐喊助威！

指导老师 吴晓宁

晋江经济报·晋江市第五实验小学小记者习作选登

我爱春天

龚彦宸（晋江市第五实验小学涵口校区）

你要问我为什么喜欢春天？
我会这样回答：
泉水叮咚、百花齐放、
百鸟争鸣、动物苏醒，
它们从洞里慢慢悠悠地走出，
观看春天的美丽景色。
绿树抽芽，
柳条迎着风飘扬。
迎春花露出微笑，
不再胆小的桃花，
从枝叶中冲出，
抖去身上的晶莹剔透的露珠，
和蝴蝶们一块玩耍。
桥头的树上，
整个冬天没有唱歌的鸟儿们，
而今却争先恐后地唱个不停，
那声音如同一首交响曲，
声音尤其美妙、动听。
村庄周边
追着春风跑的小孩们，
脸上洋溢着欢快的笑容。
悠闲散步的老人们，
疏活筋骨，抖擞精神。
忙碌的大人们，
赞道又是一年好风景。
这就是春天，一个万物复苏的季节。

指导老师 苏智坪

群星

丁俪琬（晋江市第五实验小学）

星星在天上发光。
那光虽微弱，
但无数粒星聚集的光芒，
足以照亮整个夜空。
星星为什么那么多，
多得夜空都装不下？
一粒星是不是寄托着
一个人的梦想？
那么，
等星星掉下来
变成了流星
那梦想也就实现了！

指导老师 王凤娜

晋江母亲

杨泓晟（晋江市第五实验小学）

流经千年的晋江水啊，
在大地奏响一段蜿蜒曲折的历史乐章；
美丽纯净的晋江水啊，
为人民筑起一道雄伟壮阔的坚固屏障。
今天我要以一曲赞歌，
赞颂您的无私伟大，
书写您不朽的荣光。
自从您于戴云山中“横空出世”后，
足迹便遍布永春、安溪、晋江等地，
您染绿了片片丰茂山林，
您哺育了代代福建儿女，
您轻柔的波涛洗涤着地上的尘土，
有多少贫瘠的田地在您的呵护下成长，
您澄澈的水波让往来的渔夫奔忙，
有多少打渔的船队在您的怀抱中荡漾。
啊！母亲河，
您的每一朵浪花，都跳跃着晋江人的无惧无畏，
您的每一条波纹，都流淌着晋江人的绵绵温情，
您的每一次流动，都诉说着晋江人的拼搏奋强。
清澈的蓝啊！
这是我爱的您呀！
当我细数白云从蓝天悠悠飘过，
当我触摸你那温暖纯净的肌肤，
你用轻波摇动我温暖的摇篮，
让我沉睡、沉醉。
我爱您，我挚爱的母亲！

指导老师 杨桂玲

如果我是向日葵

丁宇豪（晋江市第五实验小学）

如果我是向日葵，
我喜欢仰着头，
享受太阳妈妈的日光浴，
多么温暖，
多么快乐。
可小气的太阳妈妈，
似乎发现了我。
我往东看，
她往西落。
我往西看，
她往云里躲。
我好想一直看着她，
可又始终追不上。
太阳妈妈，
您可以停下脚步，
等等我吗？

指导老师 王凤娜

小小魔术师

吴承燊（晋江市第五实验小学）

黑夜是一位魔术师，
他拥有神奇的魔法。
他把自己黑色的衣袖
抖了抖，
像吸尘器似的
将星星们吸入衣袖。
一阵骚动之后，
吐出的
是一颗“夜明珠”——
一轮圆圆的月亮；
划出的
是一条优美的弧线——
一束闪闪的流星。
黑夜啊，
你的魔法
到底是从哪儿来的呢？

指导老师 王凤娜

幸福

张泽鑫（晋江市第五实验小学）

我问太阳，
幸福是什么？
它没有回答，
只是将一缕阳光撒向我。
我问蚂蚁，
幸福是什么吗？
它也没有回答，
只是低头继续搬运食物。
我问小鸟：
幸福是什么吗？
它还是没有回答，
只是展开翅膀飞向远方。
于是，
我垂头丧气地回家了。
推开门，
迎面是妈妈的唠叨，爸爸的笑脸，
一束光照到了我身上。
原来，
幸福的味道，
就在我的身边。

指导老师 姚清霞

我爱夏天

陈颖盈（晋江市第五实验小学涵口校区）

你问我最爱什么季节，
我会告诉你我爱夏天，
夏天一到，
那游泳馆里清凉的水里，
有像小鱼一样欢乐畅游的身影。
你问我还爱什么季节，
我便告诉你我爱夏天，
夏天一到，
那开满荷花的池塘里，
有一群可爱的青蛙在歌唱。
你问我最爱什么季节，
我会告诉你我爱夏天，
夏天一到，
那金灿灿的葵花田里，
有随风摇曳的向日葵漾起金色的波浪。
你问我最爱什么季节，
我会告诉你我爱夏天，
夏天一到，
那冷酷的冰箱里，
躺着清凉甘甜的冰镇西瓜。
你问我除了夏天还爱什么季节，
我仍告诉你我爱夏天，
夏天一到，
那深蓝的夜空中，
有无数个调皮的孩子不停地眨眼睛。
夏天充满生命力的季节，我爱夏天！

指导老师 苏智坪

如果我是蜡烛

丁雅琳（晋江市第五实验小学）

如果我是一支蜡烛，
我愿意鞠躬尽瘁，
死而后已。
我会为匡衡带来一丝丝光明，
再也不用凿壁借光而读书；
我会给卖火柴的小女孩温暖，
再不会冻死在年夜的街头。
如果我是一支蜡烛，
当然要像春蚕一样。
因为古人云：
春蚕到死丝方尽，
蜡炬成灰泪始干！

指导老师 柯冬青

啊，老师

黄博雅（晋江市第五实验小学）

啊，老师，
您把爱哭的我们带到了与您齐肩高，
您把稚嫩的我们带到了与您强有力；
您把无知的我们领进知识的殿堂，
您为迷失方向的我们指引出方向。
老师，为了留住你渐渐老去的身影，
虽然晨曦已经把梦剪成烟缕，
我还是久久不敢睁开眼睛，
我依旧保留着您留给我的梦寐，
生怕睁开会使它，
失去我对您特有的记忆。

指导老师 柯冬青