2023年第三季小记者同题作文选登

超越自己

林宥辰（晋江市第二实验小学五年2班）

努力赋予透明水滴洞穿岩石的力量，努力授予柔软草绳磨断实木的坚韧，努力给予细嫩小草冲破土层的勇气。

“下下周体育期末测试。”体育老师发出重磅消息。我一听，心里直叫苦：“咋办，我现在还不会跳高。”想起上学期因为体育成绩不佳而错失的“五育之星”，我的斗志瞬间被燃起，不能在同一个地方跌倒两次！

首先制定计划：每天放学后练习半小时。说干就干！我找了根长绳当杆子，妈妈和奶奶当立柱，正式开启我的训练之路。一开始，妈妈让我从40cm的高度开始跳，她说第一步要先克服心里的恐惧。“嘿，这高度我不用跳就能轻松跨过去。”我顿时信心大增。第二步：掌握跳高姿势。反复看了网络上专业的讲解视频后，我开始跃跃欲试。深吸一口气，开始起跑，快到绳子前，我突然有点错乱，是左脚先抬还是右脚？停顿一下，不管了，跳过去就可以了。可就在落地的一瞬间，脚一软，膝盖直直从地面摩擦过去。望着膝盖上两大片破皮流血的伤口，我的眼泪开始不受控制地往下掉。怎么办，接下去还能练习吗？疼痛和沮丧笼罩着我。

“失败乃成功之母！”在家人的不断鼓励下，眼看伤口结了一层薄薄的痂，动起来也没那么疼后，我找到一处有橡胶软垫的位置，穿上长裤全副武装再次上阵。妈妈慢动作一遍遍示范，我一遍遍尝试，越挫越勇。在一次次失败、跌倒的过程中，我终于掌握了窍门。侧面加速，左腿一蹬，右腿一抬，身子一挺，像一只灵巧的飞燕一跃而起，最后稳稳地落在地上。

50cm、60cm、70cm……随着绳子高度一点点往上升，我的心情如同吃下蜂蜜一般甜蜜，也真正明白那些在国际赛场上为国争光的运动员们，他们手捧的鲜花，都是由汗水与心血浇灌出来的。

运动之美，美在健康，美在成长，也美在超越自己。

指导老师 杨美亮

那一次，我邂逅了美

吴墨琪（晋江安海成功中心小学五年1班）

爱因斯坦说：“我平生喜欢散步，运动给我带来了无穷的乐趣。”运动，是身体的语言，是生命的呐喊！

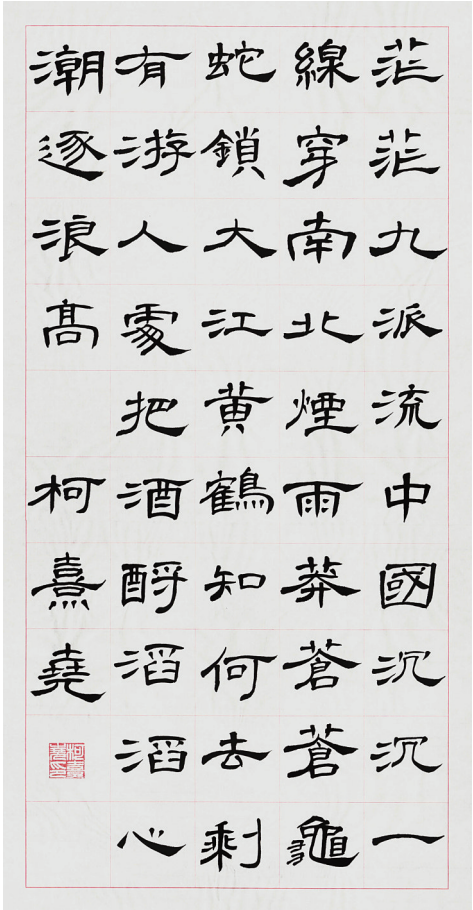
运动会前，体育老师让我参加400米比赛。面对跑道，我感到茫然——400米对我来说太长了，我完成不了。看来只能放手一搏了！从此，每天都有一个瘦小的身影在操场上一圈一圈地跑着，回到教室时我都是汗流浃背的。一天一天过去了，我在训练中跑出自信，在学习生活中品味出了快乐。

运动会如期而至。马上要进行400米比赛了，我的心里就像有一只小鹿到处乱跑乱撞。我紧紧地攥着手，手心都渗出汗。“砰——”号令一响，我迈出双脚，咬紧牙关，双臂一前一后地摆动，两脚上下不停交换跑着。跑了一趟后，我的脚就像是被灌了铅似的，胃里就像有千万只蚂蚁在啃食一般，时不时地吐一口白气，大脑像是要胀裂开似的，身体的每一个部位都在颤抖，手脚也渐渐变得像冰一样凉，我感觉自己要晕倒了。“我不行了，我不行了！”“我已无力再去承受如此煎熬了，我要放弃了！”我一遍又一遍地暗示着自己。当我的脚步慢慢放慢时，脑海中却浮现出一句话：“做什么事情都不能半途而废，一定要坚持！坚持是珠峰登顶的最后一步，是破釜沉舟的最后一搏。我要用实际行动证明我是最棒的。”

我又燃起了斗志，脚下不觉加快了速度。“加油！加油！”我一遍一遍地为自己打气。10米，5米，1米，到了！我获得了第三名。我倒在地上，贪婪地吸着氧气，脸就像熟透了的番茄。我那豆大颗粒的汗水滴到跑道上，就像绽放出来的美丽笑容。

孟轲说过：“故天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，增益其所不能。”我没被自己打败，在运动中我发现了美——坚持。在今后的日子里，我依旧会坚持，勇敢地面对任何挑战。

指导老师 吴红柿



柯熹尧（晋江安海成功中心小学五年2班）
指导老师 王碧花

藏在运动项目里的“美学”

陈晗玥（晋江安海养正中心小学四年3班）

美无处不在，但运动中藏着的美更加热烈而博大……

亚运会作为一场国际盛事，从1951年的新德里到2023年的中国杭州，已成为时代背景下亚洲各国文化交流的盛宴。2023年19届亚运会在杭州举行，开幕式让我震撼，用“诗画江南”之秀向亚洲发出邀约，又以“活力浙江”之新展现中国式现代化的万千气象，在现代化中更饱含中国千百年的文化自信，向全世界展示中华民族深厚的文化底蕴，那满满的中式美学让全世界为之惊叹，真想去现场感受这种壮观的场面啊！这种美是运动中藏着的文化之美。

这次亚运会吉祥物：宸宸、琮琮、莲莲，组合的名字为“江南忆”。“宸宸”以机器人的造型代表世界遗产京杭大运河，展现了海纳百川的时代精神，架起了亚洲和世界人民的心灵之桥。“琮琮”代表良渚古城遗址，体现了中华民族不屈不挠的创业精神，鼓舞人们激发生命活力，创造美好生活的愿望。“莲莲”代表了西湖，展现了精致和谐、大气开放的人文精神，传递着共建人类命运共同体的期许，这是运动中藏着内涵之美。

一场亚运盛事，不仅让我看到了祖国的强大，也让我深切感受到运动的美不只是肉体和视觉的盛宴，更多的是精神的盛宴。

一场盛事，让我认识了丘索维金娜阿姨，她的坎坷经历深深感动了我。为了儿子，为了国家，她到现在还奋斗在体操赛场上，一句“你未痊愈我不敢老”不禁让人感动。“女子本弱，为母则刚。”这是妈妈常告诉我的一句话，也是妈妈最真实的写照。小时候的我体弱多病，是妈妈一次次穿梭于医院，一夜一夜的守候，所以我更能体会丘索维金娜阿姨双重身份的艰辛，这是运动中藏着“有国有家”的大爱之美。

这不仅仅只是一场亚运会，它是一场视觉的盛宴，也是一场精神的盛宴！全体运动员努力拼搏、奋发向上的精神，深深激励了我，这也是运动顶级之美——激励之美。

指导老师 杨华丽

陈雨欣（晋江安海西边小学六年2班）
指导老师 许丽娟

运动让生活更美好

林翊心
（晋江内坑东峰小学六年1班）

生命不息，运动不止。——题记

自打我会走路以来，母亲总在我耳边念叨：要多运动，运动才能长得高、长得快。“运动”一词生活中到处都见得着，它也让生活更美好！

亚运会的举办掀起了一番“运动”热潮，各路网友也纷纷拿出压箱底的绝活为运动员们应援助力。还有这次的热点人物之一——“丘妈”，她的故事深深地打动了我，网上流传着一句话：“你未痊愈，我不敢老去。”她从7岁开始练体操，一直到如今已经48岁了，她被称为“不老传奇”，而她成功的背后，付出的汗水和一路的坎坷也只有她自己知道。

提到“运动”一词，我第一个想到的就是篮球。

你听，一声声拍击篮球的声音，是那么悦耳、那么动听。你瞧，场上的篮球员一个个精力十足，在场上跑来跑去，速度快得像只豹子。

那缕“村BA”的热风也吹到了我们这儿。

这时又恰好碰上了中秋与国庆，在外工作的亲人们也都回来了。观台上挤满了人，有的人还自带椅子，看不见就站起来。还看不见？那只好踮起脚来看。场边是一圈又一圈的黑脑袋。场上的运动员也不负众望，球投得那叫一个准，这队分高了，另一队立马追上去。

这股运动热潮怎能少得了我们？这不，学校运动会也马上要举行了。

琳琅满目的运动项目让人挑花了眼，还有一些我从未接触过的项目，那些就交给会的人吧，我就报了个200米比赛。

为了跑好比赛，我可一点儿也没闲着，每天都和妹妹比跑步，从中提炼些经验来。我还向小学班级里一个跑步很好的女生请教，希望她分享自己跑那么快的秘诀，并且还邀请她一起跑步练习。

生活再忙碌，也要抽出时间做做运动。当你用运动唤醒身体时，也唤醒了一个全新的自己。

指导老师 许金丽

这次我是个配角

张钦扬（晋江新塘沙塘中心小学六年4班）

运动之美，是运动员向终点发起冲刺的那一瞬；运动之美，是观众们以掌声热烈喝彩的那一刻；运动之美，是裁判员计时中恪尽职守的那一秒；运动之美，是志愿者赛场上默默守护的那一时。

杭州亚运会开幕式，志愿者小哥超敬业！几个动作跳了一整晚，衣服被汗水浸湿，仍精神抖擞、神采飞扬！为这份敬业点赞！在我们学校运动会上，也有这样一群可爱的人：他们洒下汗水没有掌声，他们到处奔走没有呐喊。

运动会那天终于到了。因为是志愿者，我早早就来到比赛场地帮老师搬桌椅。才搬了几张，我已累得满头大汗，心想：当志愿者都是这么累的吗？这时，我正式的工作——送检录单也开始了。我不断地穿过运动场，把单子从点名老师手里送到裁判老师的手里。为了不影响比赛进程，我必须使出独门绝技“飞毛腿”穿梭在各个赛场之间。汗水顺着我的脸颊流到嘴里，是咸的。但当我看到同学们顺利地进行各种比赛时，它仿佛又变成了甜的。

我在忙碌中也不忘关注我们班的比赛，看到我的同学在奋力地奔跑，我扯着嗓子大声呐喊：“加油！加油！”恨不得过去推他们两把，帮他们取得冠军。来到主席台，我听到广播员在广播里喊：“运动员们，加油！”我真想施展魔法把它改成：“六年4班，加油！”不知不觉中，比赛快结束了，我终于可以放松一下了。

我是运动场上的配角。但没什么不好，做好本分的事，依旧值得大家称赞，也值得大家铭记。因为志愿者也是运动场上一颗闪亮的“星”。

指导老师 蔡秋香

晋江经济报·晋江安海坝头小学小记者习作选登

醉美溪边

王佳鸿（晋江安海坝头小学四年1班）

一场“乡村振兴”，令溪边村发生了华丽的蜕变，成为千年古镇万千瞩目的明珠。

走进村口，放眼望去，一片令人心驰神往的旖旎风光。一方水塘碧波荡漾，水塘中锦鲤漫游澈池之中。池塘旁郁郁葱葱的绿树中歇息着几十只白鹭。微风轻拂而过，几只白鹭展翅而飞，或栖于塘旁，或掠过晴空。

改建后，溪边村宛若世外桃源。那“溪边生态公园”美不胜收；那一栋栋红砖小别墅深蕴闽南风格；那采用“双天井”设计的书藏楼，功名深藏……如此美丽的溪边，谁能知道她曾经的贫瘠。

从前，乡亲们住在常年漏水的石头厝里，道路坑坑洼洼的，交通十分不便。宝龙集团董事局主席许健康先生一直以来牵挂着家乡溪边村的发展。为了改善乡亲的生活环境、推动家乡的发展、响应乡村振兴的号召，2016年，许健康先生定向捐赠1亿元，用于支持“溪边美丽乡村建设”项目及实践可持续发展的项目。2019年，许健康先生又追加捐2500万元支持“美丽乡村”的建设。如今，溪边村焕然一新，人人安居乐业，共同绘就美丽乡村“桃花源”！

精致典雅的红砖别墅，清新幽静的能琴公园，墨香四溢的书藏楼。在建的宝龙幼儿园，还有那以矫健的步伐向我走来的“优美农庄”……

溪边美了，生活富了，村民脸上的笑容越来越甜了。

指导老师 王秋霞

我学会了包饺子

王燕琳（晋江安海坝头小学五年2班）

中午，母亲买来了肉馅儿和饺子皮，今天我就要学习包饺子这项本领。

我先拿起一张饺子皮，然后用筷子夹了一点饺子馅，用饺子皮一兜，用力一捏。可是不是皮破，就是馅露了，怎么都包不出一个完整的饺子。妈妈的饺子看起来就像一个威武的士兵，而我的饺子像个懒虫，站都站不起来。

我犹如泄了气的气球，一屁股坐在沙发上，失去了热情和动力。这时，妈妈对我说：“你既然已下定决心要学会包饺子，就不能半途而废，要坚持做下去，我给你做示范吧。”

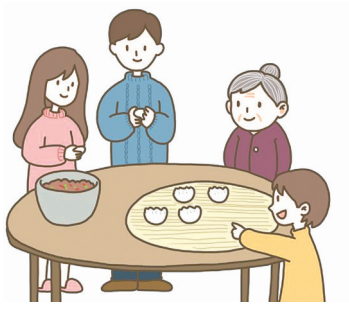
于是，妈妈拿起饺子皮，放在手心，夹了一点馅放在饺子皮中间，然后一兜，给饺子皮折兜出一个小肚子，再用另一只手从两侧向中间捏，这样一个饺子就包好了。我也学着妈妈的样子包，果然有了很大的进步。我一口气又包了好多个，终于学会了包饺子。

我包的饺子形态各异，有的像小兔子，有的像小猪，有的像扇子。虽然没有妈妈包的那样好，但我还是很喜欢自己包的“小动物”美味饺子。

妈妈煮了我的饺子，放在一个碗里给我吃。饺子好像小动物们在碗里开大会一样，我吃得津津有味。

这件事让我明白了，做事前要认真观察、掌握技巧，要有耐心，不能半途而废。

指导老师 颜金梅



把握生命里的每一次感动

王梓萱（晋江安海坝头小学四年1班）

诗人说，太阳每天都是新的，它总是光华灿烂。我要说，太阳其实就是太阳，我们要做的是长存一颗易感动的心，去欣赏它的光华，感受它的温暖。——题记

生活真的很美，在这一年里，我学会了以一颗充满感动的心去感怀生活。

我就在这般多彩多姿的生活中感动着，或被家庭的温馨，或被自然界风光的旖旎，或被班集体获得的荣誉，感动得忘乎所以，感动得激情燃烧，感动得热泪盈眶……

踏着欢快的夏日旋律，走在乡间的小路上。一束花香、一声鸟啼、一阵蝉鸣都让我怦然心动。一头老黄牛在路上溜达，后面还跟着一头小黄牛，尽职尽忠的看家狗对着陌生人咬牙切齿，凶相毕露地叫个不停。路边的农舍墙壁斑驳，朱红色的砖瓦，篱笆围院，还有屋顶袅袅升起的炊烟，都让我不觉中涌起一股感动之情，亦是陶醉不已，感动于那份乡间生活的云淡风轻与清闲幽静。

与分别多年的挚友相见，很是激动，便压抑不住心中的激动与欣喜，两人紧紧相拥。手拉着手一起去寻觅一片静谧的树林，靠在树干上细细聆听花开的声音，没有说话，只是凝望着对方，因为两人的心中有着一丝一缕别样的情意。分别时，不再洒脱，眼里早已是泪水涟涟，莹莹水光里，看到一个久违的倒影——她眼中的我、我眼中的她。那刹那，感情如洪水决堤，我们不约而同地伸出双臂，紧紧拥抱在一起。已拥有了最美的回忆，这，已经足够了。

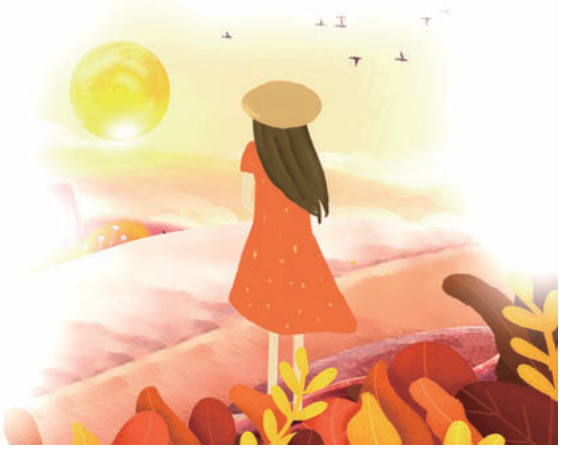
我与挚友浓浓的情怀令我久久陶醉。我相信，这将使我感动一生……

走进生活，拥抱生活，才能感受生活的真滋味。

把握生命里的每一次感动，美哉！

名师简评：文章线索明朗，主题突出，紧紧围绕“把握生命里的每一次感动”进行。文章开头与结尾时的诗化语言，充满想象与韵律之美，令人愿读、爱读，不忍释手。

王瑞婷



辅导老师寄语

晋江安海坝头小学教师 王秋霞

亲爱的孩子们，从你们成为小记者的那一刻开始，我真心地为你们骄傲！你们有一双发现的眼睛，捕捉着生活中精彩的瞬间；你们有一支生花的妙笔，书写着校园中快乐的生活；你们有一种执着的情怀，讴歌着生命中美好的展现。希望你们走向社会、了解生活、弘扬真理、发掘友善，在广阔的世界里让自己和更多的人闪闪发光！

我的心爱之物

肖春燕（晋江安海坝头小学五年2班）

每个人都有自己特别喜欢的物品。我特别喜欢的物品是小葫芦“碌碌”。

在我6岁那年，爷爷家养的葫芦藤结果了！当时，我看见一条被压弯的藤条，走近一看，呀！藤条上挂着一个小巧又精致的小葫芦，它正好坐在石头上，好像一位正在盘膝而立的小和尚，十分可爱，我特别喜欢！爷爷便摘下送给我。

至于小葫芦的名字，是因为小葫芦全身绿油油的，像一块翡翠，而它还坐在石头上，因此才叫“碌碌”。

回家后，我把小葫芦放在书架最显眼的位置。它就像一个看门人，整天看守着我的书架，好像只要有陌生人靠近就会施法把他变走。

有一次，我去书架上取书，不小心碰到了它一下。它好像主动让出了路，仿佛在说：“欢迎小主人，请阅读！”我看它对待工作如此认真，就给它扎上红绳，就算“升职加薪”了。扎上红绳后，感觉它更神气、更可爱了。

就这样，小葫芦在我的书架上伫立着，一日复一日，一年复一年，成为书架上不可或缺的标志物。每当我看到这个小葫芦，我就要在书海中畅游，获取知识。小葫芦就是那守护者，在我生命中留下了最美好的记忆。

小葫芦永远是我的心爱之物，永远都是。

指导老师 高雅娟

我的心爱之物

王天宇（晋江安海坝头小学五年1班）

总有一些东西，对他人而言无足轻重，但在我们自己心里却是无价之宝。我的心里就有这样一件心爱之物，那就是一盏可爱的小台灯。

小台灯的造型是一只可爱的小兔，外形美观，形态逼真。打开台灯，柔和的灯光立刻洒满书桌，照亮我的书本，也照亮了整个书房。

每一个学习的夜晚，小台灯都散发着光芒，站在桌子上静静地陪着我。春天，我会在台灯旁边放一束野花，在灯光的照耀下，我在日记本上写下“一年之计在于春”的格言；秋天，我会在灯座上放几片落叶，吟诵着“黑发不知勤学早，白首方悔读书迟”的诗句。一年又一年，小台灯已陪我度过了三个春秋，我们已经成了亲密无间的好朋友。

小台灯对我的帮助很大。每当我遇到不开心的事或考试没有取得好成绩的时候，我就会很伤心。这时，我会下意识看看小兔，它仿佛在说：“别哭了。继续努力，你永远是最棒的！”每当我伏案开始做家庭作业的时候，可爱的小台灯散发出柔和的灯光，仿佛在悄悄地对我说：“注意把头抬起来，保护眼睛。”它时时刻刻都在提醒我爱护视力、端正坐姿。

小台灯默默无闻地奉献着它的光芒，它照亮了我的书本，照亮了我的书桌，也照亮了我的学习之路。它是我的心爱之物，我会一如既往地珍惜它、爱护它。愿这盏小台灯能够永远闪烁着它那美丽的光芒！

名师简评：作者通过具体生动的描写，介绍了心爱之物小台灯的外形和重要意义，以及与小台灯之间的亲密情谊，表达了对小台灯浓厚的喜爱之情。文章详略得当，情感真挚，行文流畅，语言优美，表达效果出众。总的来说，是一篇值得学习的美文。

李丽玲

和大自然做朋友

王昱闻（晋江安海坝头小学四年1班）

在充满快乐的生活中，你可曾在细雨中感受浪漫，在蓝天白云下感受温暖，在花开花落时感受美丽？你可曾享受过大自然的那份静谧、那份温馨、那份优雅？打开心窗看世界，我们的心能感觉到伟大的自然就在身边。

羞涩的花骨朵，嫩绿的草儿，坚韧的大树，雄伟的山川都会流露出笑的宽慰、苦的湿味。我们走向它们，不再是用眼看，而是用心去感受这一切。

雨是大自然的精灵，“吧嗒，吧嗒……”仿佛是那位技艺高超的钢琴家正敲击着琴键，清脆的声音萦绕在脑海中，似乎在诉说着大自然的一份悲伤、一份欣喜……乐曲仍在进行，心仿佛被带到了另一个奇妙的境界，或许不是的，是我们走进大自然的心里。

蓝天、白云是大自然的使者。蔚蓝的天空由形状不同的白色点缀着，是一幅唯美的图画。风吹动着云朵，轻飘飘地、懒洋洋地移动着，形状不一，像奔跑的骏马，像怒放的鲜花，像孩子天真的笑……这画面停留在心里，如电影般重复放映，我已经感受到了大自然那细腻的美，仿佛走进梦境，心中无比轻松自在，或许不是的，是我们走进了大自然的心里。

那艳丽的花是大自然的仙子。不一样的色彩，不一样的花香，都使我们陶醉，我仿佛也体会到花开时的欣喜、花落时的惋惜，但这就是大自然的规律。花香带领着我们，我知道了，我们是走进了大自然的心里！

远离喧嚣，享受静谧，享受温馨，享受优雅，拥抱大自然，用心去聆听大自然，走进这伟大的朋友的心中。大自然的呼唤提醒着我们，他的付出已到了该得到回报的时候，让我们与大自然建立和谐的关系，共创美好的明天！

指导老师 杨莹莹