

运动场上的闪光时刻

在汗水与欢呼交织的赛场上,每一个拼搏的身影都值得被铭记。这里有不懈的坚持、团队的默契、温暖的鼓励,也有胜利的喜悦与失利的成长。让我们一同走进这些属于孩子们的高光瞬间,感受运动带来的感动与力量。

拼搏冲刺的精彩瞬间

杨筱晗(晋江内坑柑市中心小学三年3班):盼望着,盼望着,校园运动会终于来了!为了备战一分钟跳绳比赛,我每天放学后坚持练习,从笨手笨脚总被绳子绊到,到轻盈跳跃不停歇,每一点进步都藏着汗水。比赛当天,赛场人声鼎沸。随着裁判一声令下,我握紧跳绳快速甩动,“呼呼”的绳声伴着妈妈的加油声回荡在耳边。我紧盯地面,双脚像装了弹簧,心里默默数着:“100……150……180……”“停!”裁判话音刚落,掌声立刻响起。当听到我是“年段第一名”时,我激动得蹦了起来!所有辛苦都化作了荣耀,妈妈笑着举起相机,将我眼里闪着光、嘴角上扬的高光时刻,永远定格。

郑佳琪(晋江内坑柑市中心小学三年3班):百米赛道旁,欢呼声此起彼伏。随着发令枪“砰”的一声响,选手们如离弦之箭冲了出去!他们弓着身子,双臂奋力摆动,汗水在阳光下折射出耀眼的光芒,肌肉紧绷,力量化为急促的呼吸推动前行,每一步都踏得坚定有力。离终点越来越近了,选手们咬紧牙关奋力冲刺,最终一个个如疾风般陆续冲过红线。瞬间,欢呼声如潮水涌来,震耳欲聋。他们高举双臂,脸上洋溢着难以抑制的喜悦与自豪,眼中闪烁着胜利的光芒——这奋力拼搏的瞬间,便是运动会最耀眼的高光时刻!

游婉婷(晋江安海西隅小学三年2班):运动会的激情在操场上弥漫。800米跑道上,运动健儿们蓄势待发。发令枪的锐响刺破晴空,跑道上的八个身影如蓄势待发的猎豹冲出起跑线。红色跑道上只剩奋力奔跑的身影,汗水顺着选手额角滑落,浸湿了衣衫,在阳光下折射出晶莹的光芒。赛程过半,运动员们即将到达终点。观众席的呐喊声一浪高过一浪,震得赛场微微发颤。几名运动员齐头并进,呼吸急促,每一步都像是在与时间赛跑。冲刺线前,7号选手猛地侧身前倾,胸膛率先撞线!计时器定格的一瞬间,他瘫倒在地,却立刻举起手臂庆祝。同学们共同举起那只象征胜利的手,赛场上的汗水与欢呼,定格成最热血的高光画面。

李志强(晋江龙湖英园小学四年1班):学校运动会的短跑冲刺赛,太燃啦!三位选手像箭一样“射”出去,第一名同学的步子跨得老大,双臂“呼呼”摆动,眼神紧盯着终点,那架势像要把跑道吞了!第二名同学紧追不舍,脸憋得通红,拼命往前冲。第三名同学虽落后,眼神却异常坚定,一步一步咬着牙追赶。我们在跑道边上喊破嗓子。看着他们冲刺的身影,我明白了:运动会不光比谁快,更是耐力和意志的较量。这高光画面,我能记好久!

团队协作的动人力量

蔡姝妤(晋江东石中心小学四年2班):阳光洒在操场上,一声声呐喊回荡在校园里。“三人四足”比赛即将开始,我和同学用绳子牢固地绑在脚上,胳膊紧紧地挽住彼此的肩膀。“哪——”哨声响起,我们的双脚奋力一蹬,踩着默契的节奏向前冲去。我们三人的身影如同一个紧密相连的整体,在跑道上快速移动。我们闪电般的速度震惊了全场,同学们的加油声震耳欲聋,气氛瞬间达到了高潮。正当我们以为胜利即将属于我们的时候,三班的同学突然极速反超,最终我们获得了第二名。虽然我们没能拿到第一名,但是我们领悟到:不管做什么事情,都需要团队的互相合作,只有大家齐心协力,才会胜利。

施松柏(晋江龙湖阳溪中心小学四年1班):垒球赛场人声鼎沸,我们班的小洪、小欣和小诺并肩站在等候区。这次班级要争夺团体总分,三人的心里都憋着一股劲。小诺率先上场,第一次投掷没发挥好,垂着头走下来。小洪立刻拍拍她的肩,安慰道:“别慌,我刚才看你转体慢了点儿,下次发力再猛点儿!”小洪递上水,说道:“你平时练得最刻苦,一定可以的!”轮到小洪时,她深吸一口气,照着小诺分享的技巧发力,垒球飞出了不错的成绩。最后登场的小诺有些紧张,其他两人齐声喊:“带着我们的力量冲!”小诺握紧垒球,助跑、转体、挥臂,球在空中划出完美弧线!最终,三人合力为班级拿下分数,他们相拥而笑。汗水混着笑容,这互相鼓励、并肩争光的瞬间,比冠军这个称号更动人。

施凯翔(晋江龙湖阳溪中心小学三年4班):接力赛即将开始,我们排着整齐的队伍踏入跑道,



林晋 晋江安海养正中心小学三年一班

指导老师 陈静宜

每个人精神抖擞,像拉满的弓弦。随着裁判一声哨响,首棒队友“嗖”地冲了出去;对面的选手早已绷紧神经,伸手准备接棒。我们班从第一棒就拿下领先优势。第二棒队员接棒后,双腿像踩着风火轮,几乎要离地飞行。周围的呐喊声此起彼伏。眼看接力棒向我飞来,我屏住呼吸,伸手、抓牢、蹬地,所有动作在一秒内完成。那一刻,耳边只剩下心跳和风声,我以最快的速度冲刺。最后一名队员冲刺的一瞬间,大家齐声欢呼,汗水与喜悦一起飞溅——第一名!老师和我们一起雀跃不已,阳光洒在每个人的笑脸上,为胜利镀上了一层金色。

谭云睿(晋江龙湖阳溪中心小学三年3班):运动会收官之战——接力赛即将开始,作为运动员之一的我站在交接区,心脏“咚咚”跳个不停,手心沁满冷汗。接力棒“啪”地落入掌中,我如同离弦之箭冲出,风儿灌满衣领,耳边同学们此起彼伏的加油声,好似一团火点燃我全身力气。我攥紧接力棒,大步流星,稳稳将棒交给下一个队友。冲线哨声响起,我们班斩获年级第二!瞧,跑道上每张气喘吁吁的笑脸,再看两旁一个个呐喊的身影,连风儿都裹着欢呼与雀跃——这就是属于我们班的高光时刻!

林楷捷(晋江内坑中心小学四年1班):11月初,我们跟随晋江经济报的记者来到晋江市第十二届中小学生田径运动会赛场,整个操场洋溢着欢乐与期待。让我印象最深刻的就是4×100米接力赛。随着一声枪响,运动员像离弦的箭一般,步伐轻盈有力;一旁的啦啦队有的挥舞着彩旗,有的举着亲手绘制的加油牌,有的高声呐喊,整个操场瞬间沸腾起来。我的心情也跟着激动澎湃,运动员拼尽全力冲刺着。就是这种力量和拼搏的精神深深感染了我,让我明白了团队合作的重要性:面对所有比赛都应该全力以赴。

温暖人心的成长时刻

黄粒可(晋江新塘沙塘中心小学四年2班):今年学校秋季运动会上,最闪亮的时刻属于我自己。800米决赛时,感觉自己像一阵红色旋风冲向终点,在最后一刻超越对手,夺得冠军!陈老师为我欢呼,带着喜悦跑上来拥抱我,给了我爱的安抚和称赞。领奖台上,胸前的金牌在阳光下闪闪发光,我的笑容比它还要灿烂。不过,最温暖的画面出现在长跑的最后一名同学身上。当他坚持跑完全程时,全场响起了比给冠军更热烈的掌声。老师跑过去给了他一个大大的拥抱,这个瞬间深深印在了我的心里。这些高光时刻让我明白:运动会上,闪亮的不只是金牌,更是每个人拼搏的身影和同伴间真诚的鼓励。这真是一场充满感动与成长的运动会!

林晴萱(晋江内坑柑市中心小学三年3班):跳绳比赛正如火如荼地进行着,赛场边的暖心瞬间,同样闪耀着高光。我们班有位参赛同学因过度紧张,起跳时不慎被绳子绊倒。比赛结束后,他愣在原地,满脸懊恼。就在这时,同学们立刻围了上去:有人递上纸巾擦汗,有人递过矿泉水,大家七嘴八舌地安慰:“没关系,一次失误不算什么!”“下次我们一起加油,一定能做好!”听着同学们温暖的话语,他眼中重新燃起光芒,用力点了点头。这场比赛虽然没有耀眼的奖牌,却有着最真挚的关怀。这份团结友爱的情谊,比任何荣誉都珍贵,成为运动会上最动人的高光时刻!

罗芸欣(晋江龙湖强民小学四年1班):还记得我三年级参加运动会那次长跑比赛。一开始,我跑得很快,但慢慢地,我气喘吁吁,腿也发酸了,速度跟不上。正当我准备泄气的时候,听到一旁的同学给我加油鼓励,我的心像抹了蜜一样甜,瞬间充满了力量。于是,我调整心态,又努力跑了起来,完成最后冲刺,意外获得了第四名。现在,每次遇到困难或挑战时,我都会想起那场比赛,想起同学们的鼓励。那就像一盏明灯,照亮我前行的道路,让我不断汲取力量,勇往直前!

施灵滢(晋江龙湖强民小学四年2班):记得那次,我满心欢喜地参与了学校举办的800米比赛。刚开始,我还信心十足,到了后半程就浑身疲惫不堪。这时,耳边传来同学的呐喊助威声,我咬紧牙关,只盯着前方的终点线,拼尽全力冲刺,心里想着“重在参与”。冲过终点后,有同学扶着我,老师还为我们精心准备了糖水。那一刻,我心里暖暖的,为自己的坚持感动,也为同学老师的鼓励而暖心。

温鸿森(晋江龙湖阳溪中心小学三年2班):运动会上,我参加了“袋鼠跳”项目。站在起点时,我焦急地等待着。看着四周跃跃欲试的对手,我真希望自己快点跳到对面,赢得冠军。“预备,开始!”一声令下,我双手紧攥布袋,双脚蹬地发力,像箭一般冲了出去。周围的同学也在奋力跳跃,我不甘示弱,默念道:我一定是最快的那一个。终于,到达终点时,我的心一下子轻松了。虽然最后没能获胜,但这却是运动会上我最开心的时刻。

点兵点将

“因材施教”的妈妈

王勋豪(晋江安海西安小学六年1班)

要说起最熟悉的人,我的脑海里立刻浮现出妈妈的身影。她是给予我无尽母爱的亲人,更是一位带着粉笔清香的小学数学老师。她那份教书育人人的认真,早已融进对我的每一份关怀里。

妈妈身高一米五左右,常年穿着整洁的素色衬衫,袖口总挽到小臂。她有一头乌黑秀发,上课时常束成利落的低马尾;瓜子脸上,浓眉下是一双灵动的大眼睛,既能察觉学生走神,更能精准地读懂我藏在心底的委屈。

妈妈最懂用细腻方式关怀我,连爱都带着“因材施教”的细致,尤其是在我委屈时。

期中测验数学失利,我攥着满是红叉的试卷躲进房间,连爸爸做的可乐鸡翅和排骨玉米汤都忽视了。门被轻轻推开,妈妈端着一杯温牛奶走进来,蹲在我身边,指尖轻轻拂过我泛红的眼眶,说道:“我看你放学路上没有像以前那样哼着小曲,就知道我们‘小同

学’心里不好受了。”

她拉我坐到餐桌旁,把温热的鸡翅放进我碗里。我抬头,看见她眼角的细纹里盛着温柔:“错题就像拦路的小怪兽,咱们先吃饱饭,再一起把它们打败好不好?”

我咬着鸡翅,眼泪却掉了下来。妈妈没有催我,只是静静给我夹菜,摘净玉米须。等我情绪平复,她才拿出草稿纸,像给学生讲题般耐心:“你看这道题,就像咱们走路看错了路标,换个方向就行。”她讲题时声音放得更轻,握笔的手特意放慢节奏,生怕我再受打击。

我忽然想起小时候摔破膝盖哭鼻子,她也是这样,先抱着我擦眼泪,再给伤口涂药;上次被表哥误会,她没急着教我辩解,而是陪我查了纸飞机,让我把委屈写在上面飞出去。

这就是我的妈妈,三尺讲台教书育人,寻常日子里藏尽爱意。她的爱,既有教师的细致耐心,更有母亲的精准温柔,总能第一时间读懂我的委屈,用最暖的方式抚平我的不安。我就是被这份双重爱意包裹的,最幸福的“小同学”。

指导老师 尤小云

我是一只风筝

吴铭轩(晋江龙湖阳溪中心小学六年3班)

我是一只风筝,最大的梦想就是像那些自由自在的旅行者一样,乘着风,游遍世界的每一个角落。

那一天,我兴致勃勃地计划着一次壮丽的旅行。从温暖且湿润的福建出发,去探访新疆。然而,旅途的魅力往往也伴随着意想不到的意外。海岸线上,一场毫无征兆的台风骤然降临!狂暴的气流像无形的巨手,瞬间攫住了我。我在狂风的漩涡里被无情地撕扯,头昏目眩,整个世界都失去了方向。

紧接着,冰冷而豆大的雨点密集地砸下来,沉重地打在我引以为傲的轻盈翅膀上。我摇摇欲坠,只能绝望地坠落。最终“咚”一声,狼狈地卡在路边的大树上,动弹不得!

剧烈的痛楚仿佛撕裂了我的灵魂。但为了自由,我忍痛完成了自救。终于,我脱离了树枝的禁锢,缓缓飘落。然而,新的困境摆在了眼前——身上多出的洞,彻底剥夺了我再次迎风起飞的可能。我瘫在地上,如同被遗弃的破布,望着灰蒙蒙的天空,心中一阵阵寒意。难道旅程就此终结了吗?不!一个念头在绝望中顽强地出现。我鼓起最后一丝气力,借着地面微弱的气流,艰难地歪歪扭扭地

向前飘去,用尽全身力气,终于将自己挪到一个正在躲雨的小男孩身旁!

雨还在下,他低着头,看到我时,清澈的眼睛里闪过一丝惊艳,随即是纯粹的关切。他甚至来不及撑开手中的伞,毫不犹豫地冲进雨幕,小心翼翼地把我拾起,护在怀里。他小小的身影在雨中奔跑,将我带到了街角一间裁缝铺。

小男孩顾不上擦去脸上的雨水,专注地挑选着与我相配的彩色碎布,笨拙却认真地穿针引线。慈祥的奶奶在一旁温柔地指点着,那针脚带着阳光的温度,轻柔地抚平了我的伤口,将那个绝望的破洞巧妙地修补、覆盖,最终完好如初,甚至比之前更添了一抹别致的色彩。最后,小男孩又为我系上了一根崭新坚韧的风筝线。雨过天晴,我乘风而起,越飞越高……回望地面上那个仰着小脸、用力挥手的小男孩,他的笑容在阳光下闪闪发光。

这一次的经历,让我这只随风飘飞的风筝真切地触摸到了世上最珍贵的宝藏,那便是人性深处不期而遇的纯粹而温暖的善意。这些细微的光芒虽不耀眼夺目,却足以照亮最暗的角落。这世界纵有风雨,但善良是最可靠的风向标!

指导老师 吴莉萍

一场难忘的篮球赛

陈奕奕(晋江市华泰实验小学六年1班)

精彩的活动总值得回味,激烈的比赛更能牵动人心。对我们班而言,今天注定将被铭记在心——我们要和五年6班争夺年级篮球赛的冠军奖杯。

二月的寒风还带着凛冽的劲力,直往衣领里钻,可每个人心里都燃着一团火,所有人都在期待这场关键对决。还没走到操场,远远就听见人声鼎沸;走近一看,红色校服拥挤挨挨地交织着,像一片翻腾的红海。欢呼声、呐喊声、助威声,声声入耳,裹着大家的热血劲儿,压过了凛冽的寒风。

比赛一开场,我们班的小何就抢到了球。他脚下一个利落的变向,巧妙晃开防守队员,接着纵身一跃,直接干拔投篮。篮球划过一道优美的弧线,“唰”地一声精准落入篮筐!“进了!小何投进第一球啦!”同学们瞬间欢呼起来,替补队员们攥着毛巾用力挥舞,场上队员还要激动。

接下来的比赛进入胶着状态,两队攻防交替,比分始终紧咬不放。最后20秒,

记分牌上我们还落后一分,球权刚好在我们手里——只要再进一个,就能赢!我急忙抬手示意大家拉开站位,这最后一攻,我来承担。我脚下连续变向,眼睛紧盯着场上的空隙,猛地一加速突入禁区。眼角的瞥见队友跑出了空位,我立刻送出一记击地传球,可对方队员也不含糊,立刻扑过来封堵。队友果断把球回传,那传球像手术刀般撕开防线,稳稳落在我手里。篮球一入手,那熟悉的粗糙触感传来,仿佛整个世界在这一秒都凝聚成了手中这颗小小的球。我忽然想起无数个黄昏里,自己对着篮筐反复练习投篮的模样,此刻,全队的命运都握在我手中。屈膝、抬手,手腕轻轻一推——篮球划着优雅的弧线朝篮筐飞去。“唰!”球发出清脆的摩擦声。下一秒,全场的欢呼声像潮水般涌来,哨声也随之长鸣。比赛结束,我们赢了!

那场篮球赛的记忆像一枚清晰的印记,牢牢刻在脑海里。它让我真切地懂得:相信自己的能力,也信任团队的力量,在并肩作战中创造奇迹!

指导老师 蔡婉婷

践履拾光·成长感悟

向下扎根,向上生长

刘佳瑜(晋江市平山中学)

脱下迷彩服的那一刻,我忽然意识到,与迷彩服一同卸下的是曾经那个自由散漫的自己。血脉里的活力依旧奔涌,但心中多了份沉甸甸的踏实,脚下的每一步也因此愈发坚定。

第一次学唱军歌时,音乐老师站在台上说:“唱军歌时,音调越高,重心越要往下沉。唯有沉得下去,才能唱得出真正的高音。我们似懂非懂,只能在‘大地’上吹过绿色的风,军旗下闪亮的红色的星”的旋律在耳畔反复回荡,埋下了一颗懵懂的种子。

接下来的准军事化训练,也成为本次社会实践中的难忘底色。当嘹亮的口号响彻林间时,胸膛里的热血瞬间沸腾。站军姿时,汗水顺着脸颊流下,轻捷的飞虫在耳边喧闹,阳光赤裸裸照着大地。我们曾困惑,为何要暂别熟悉的课桌,转而从最基础的站立、蹲坐学起。

直到临别前一天的研学,答案才渐渐清晰。从各种各样的石头拼接成地砖与饰品;从一粒麦子、一袋面粉,成长为鲜香的面包与饼干……这一切,都是从最平凡、最基础的部分开始,再一点一点成长,不断地发展,最终以最美的姿态展现在世间。

静下心来,向平凡处扎根,向踏实处用力。社会实践的时光如白驹过隙,这段日子,终将成为我们青春里最整饬的注脚。那些向下扎根的每一分努力,都是为了向上生长时更加挺拔的姿态。愿往后岁月,我们在人生的“旷野”上,脚踏实地,向阳而生,追光而行!

成长感悟

五天的社会实践转瞬即逝,返程路上,每个人的眼神都多了几分坚定与从容。这次社会实践经历让我明白了,在接下来的成长路上,我们要更加团结友爱,更要有担当。

王琪(紫华中学)

最让我难忘的是综合实践课制作手偶娃娃。其间,遇到了很多困难,我一遍遍地修正,布料逐渐粘附,针脚也整齐了。当最后一针收根时,看着手中并不完美的作品,我的心中却涌起一股暖流。真正的成长,往往藏在“再试一次”的坚持里。

“实践出真知”,这次社会实践活动,不仅检验了我们在学校学习的成效,而且还加深了我们对所学知识的理解,同时拓展了我们的视野,实在是受益匪浅!

孙卓凡(陈康溪边小学)

走进百威中国啤酒博物馆研学让我深刻感受到数字技术如何改变工业生产。通过近距离观察,我不仅了解了啤酒的制作过程,还认识到不同职业的重要性。未来,我会把这次的收获和思考带到学习中,继续探索更多的知识。

苏雅婷(晋江学校)

下期话题

我的“终极任务”清单

即将迎来2025年最后一个月,是时候发起最后的冲刺了!小记者们,你的“个人升级计划”是什么?你有什么“终极任务”要完成呢?无论目标大小,都是迈向更好的自己。快来立下你的Flag,让我们一起加油!要求语言通顺流畅,内容真实,且积极向上,字数200字左右。

征集方式:发送文字至“晋江少年说”微信公众号后台,内容统一格式

为【话题】小记者姓名(学校+年级+班级)+文字内容。

截稿时间:11月26日晚10时