

## 难忘的一次“赛跑”

南京市瑞金路小学五(2)班 颜士博 指导老师:徐莹

难忘的瞬间是清晨的第一缕阳光,如同一把钥匙开启了新一天的宝藏;是脑海中的光影播放机,不经意中闪过一个个画面,将那一刻定格。记得去年春节,发生了一次有趣的赛跑,让我至今记忆犹新,每每回忆起来,嘴角仍不自觉地翘起,心还会突突地乱跳。

那是一个温暖的下午,我要去亲戚家拜年,路上一切都很顺利,突然蹿出一只呲着獠牙的大狗,莫名其妙地朝我猖狂吠叫。我吓得腿都软了,不知所措,牙齿不住地打战。我试图用不去理会的方式来熄灭它对我产生的敌意,可惜终究没有击退恶狠狠的它。

在它一步步的逼近中,我已做足逃跑的心理建设。果不其然,它开始向我发起猛攻。我即刻火箭般拔腿飞奔起来,恐惧产生的呐喊响彻整个小区。风声在我耳边呼啸,我可以清晰地感受

到那只狗在我身后不足一米的地方,晃动着锋利的獠牙,与我进行着一场史无前例的赛跑!

在追击中,尽管有一个声音在提醒我:“别跑啦,狗狗可能只是逗你呢!”但我依旧快如闪电,一刻也不想停留。不知跑了多久,我感觉狗追我的速度减慢了。我不放心地朝狗瞥了几眼,此时我才发现狗已俯首称臣,甘拜下风,在我跑过的路上气喘吁吁地吐着舌头!

那一瞬间,我跑赢一只狗的快乐让我非常得意,班级“短跑王”的称号并非浪得虚名,但这种被未知凶险追击的感觉仍让我心有余悸。事后,狗主人闻讯上门跟我道歉,这场“赛跑”也终于告一段落。我想提醒一下狗主人,一定要给狗狗拴绳子,如果这次我没有跑过它,我或者其他可能有同样遭遇的人被恶狗追击伤害的后果将不堪设想。

这真是一个难忘的瞬间啊!

## 激动人心的接力赛

南京市三牌楼小学六(4)班 张曦月 指导老师:葛洁

冬季运动会在排山倒海的欢呼声中进行着。此时,观众席上所有人的目光都聚集在跑道上,激动人心的跑步接力赛就要开始了。

远远望去,四位运动健儿各个摩拳擦掌,跃跃欲试,就连这寒冷的风也不能熄灭他们燃烧的斗志。

“啪!”的一声,小李作为第一棒,如同一匹脱了缰的野马飞奔了出去。观众席上的呐喊声、助威声也随着枪声响彻天空。这时第二棒的我已经做好了准备,我倾斜着头,眼睛直勾勾地盯着小李手上的接力棒,伸出右手,同时也张大了虎口,越来越近,越来越近,在刀光剑影之间,我就握住了接力棒,发现自己已经落后,我拔腿就跑,班级的啦啦队也毫无保留地呐喊者,有的还随着呐喊声挥舞着双臂。突然,意外发生了,我过于心急竟然摔跤了,场外的同学们屏住了呼吸,有点不愿意接受这个事实。此时的我紧握接力棒,看到场外同学们期待的眼神,心想:我一定不能放弃,不能辜负同学的期望。于是我用手猛

地撑着地面爬了起来,弓起身子继续冲刺,艰难地将接力棒交给了第三棒的小文,小文沉着冷静,丝毫没有受到不利影响,犹如羚羊一般冲了出去,我们班现在是第四名了,但是他和助威团并没有放弃希望。

第四棒了,压轴选手小王精准地接过了棒,如同“飞毛腿导弹”一般弹射了出去。他犹如武侠小说中身怀绝技的高手一般,身轻如燕,不一会就超过了两名选手。“加油啊,加油啊!”场外的声音此起彼伏,有的同学激动地跳了起来,还有的解下红领巾挥舞着,挥舞着……快到终点了,小王不负众望,三步并作两步,进行最后的冲刺,像风一样第一个冲到了终点。我们胜利了,我们班同学欢呼雀跃,互相击掌以示庆祝,胜利的喜悦、激动的心情、爽朗的笑声,在这一瞬间爆发出来,使运动场上充满生机!

比赛结束了,运动场上恢复了平静,而我们的心中还荡着层层涟漪,我相信只要一直努力拼搏,任何奇迹都会发生。

## 坚持不懈的爸爸

南京师范大学附属小学五(9)班 肖煜 指导老师:陈玉林

我的家人可谓人员众多、各具特色,但我最敬佩的是我的爸爸。

我的爸爸有个绰号:长颈鹿先生。顾“号”思义,他脖子长,个子也很高,在人群中很显眼,但还有一个特点就是肚子有点儿大。

奶奶和妈妈不知多少次劝他做做健腹轮,卸下这个大肚子,可得到的结果却不令人满意。他每天至少说三遍:“我要做健腹轮!”可一次也没有真正实施过他的计划。最终,在他自己体重的不断增加及妈妈也为“减肥事业”贡献一份力量时,他感受到了如泰山般的压力,于是开始实施计划。

计划开始的第一天,爸爸兴冲冲地换好运动衫,挨个房间地对全家人“报备”：“我开始做健腹轮了,我开始做健腹轮了!”,于是全家人都自觉地走到客厅,观看他的“表演”。

只见他跪在垫子上,两手抓住健腹轮把,慢慢地向前推。咦?怎么不动了?离他的目标距离还有十万八千里呢!紧接着,只听他惨叫一声:“啊!”,仿佛这个并不规范的动作深深地伤害了他的腰部。我们都被逗乐了,但他毫不理会,继续认真地做着。

当做完三十个之后,他兴奋地跑到镜子前,露出他的肚子,小声地嘀咕:“瘦没瘦?瘦没瘦?”我们都被他逗得哭笑不得。

而在一次练习中,却出现了意外。

这天,他在认真练习时,不幸弄反了轮把的方向,轮子突然推不动了,他却一直使劲硬把它向前推,谁知轮把直接一个翻转,不偏不倚,正好砸在他脸上,那儿立刻起了一片淤青,活像“青面兽”杨志。我想:明天爸爸肯定不会再做健腹轮了,要等到伤好了才行吧?

没想到,第二天客厅里,依然出现了那个刻苦做健腹轮的身影,这可真让我吃惊不小。只见他喘着粗气,一颗颗汗珠渗出,但这些都影响到他做健腹轮的热情。

就在那一次次刻苦练习、挥汗如雨中,一个月下来,爸爸各个方面都起了变化。从动作的不标准到标准,从每天的三十个增加到五十个,从体重的“噌噌”上升到逐渐下降,而我深知,这都是他运动的成果。

跟其他人一样,他也有累的时候,也有不想做的时候,可他都没有放弃,而是坚持不懈、勤奋努力,他的优点值得每个人吸收、汲取。

## 我要做生活的高手

江苏省沛县中学高三(10)班 孔军量

我要做生活的高手而不是岁月的小偷坏事总是无独有偶生活总会留下伤口

我要做生活的高手有能力高飞远走去看看大海的尽头去找到自由的出口

我要做生活的高手像一只自由的海鸥对所有的议论不置可否望着远方说走就走

我要做生活的高手给别人带去一份幸福送给小孩精致的玩偶他们抬头我低头

我要做生活的高手给世界送去一份祝福祝这个世界山清水秀让青山不改绿水长流

## 我想对您说

南京师范大学附属小学五(9)班 张佳玥 指导老师:陈玉林

亲爱的妈妈:  
您好!

这么多年来,您无微不至地照顾我,对我的无理取闹没有半句怨言,始终用笑脸抚平挫折带给我的伤痛,用亲情呵护我童真的心灵,用温暖的怀抱驱走我心中的恐惧,用贴心的话语鼓励我前进。是你,给了我努力向前奔去的动力!

您对我的爱,有生活中的照顾,更有对我舞蹈爱好学习的帮助。您还记得那次舞蹈课下课吗?

老师说让家长回去帮我们压软度,抠舞蹈动作,回家后您先帮我压软度,您用那光滑的手轻轻地压着,您不像老师那样十分用力,而是知道我怕疼,所以轻轻、温柔地压。我让您用点力气,您却像把这种疼放到了自己身上,边压边“啊啊”叫着。

抠舞蹈动作时,您虽然没有和我抠过舞蹈动作,但您还是那么认真,“无私的爱是困境中的良药”,我不会的舞蹈动作,您都十分认真一步步地看着视频教我。

在您的鼓舞下,我越来越喜欢舞蹈了,您还记得我第一次上完舞蹈课,您和我说的话吗?

您跟我说:“对一个自己喜欢的爱好,要持之以恒,永不放弃!”

当看见您如此认真地陪伴我练舞,眼神里满满的期待和鼓励,我鼻子一酸,眼眶一热,留下了感动的泪水。

我很幸运,诞生在这有爱的家庭。在我无数个想要放弃的夜晚,您都会陪伴我,鼓励我,就让我带着您给我的温暖与无私奉献的爱,一起踏上远航的路途吧!

祝  
身体健康!

您的女儿 张佳玥  
2023年12月15日

## 妈妈的爱

南京工业大学实验小学2021级三班 杨子恒 指导老师:王蕾

俗话说,“喜鹊喳喳叫,好事要来到”。可是,你听过喜鹊尖厉的叫声吗?那可真就没有什么美妙了。

一天,放学后,我和妈妈走在梧桐树下的回家路上。突然,几声令人毛骨悚然的尖叫传来。我们紧张地抬头张望,发现一只喜鹊聒噪着在枝头慌乱地跳来跳去。说时迟那时快,喜鹊竟向我俯冲下来,妈妈一只手迅速把我搂到怀里,另一只手狠地向喜鹊挥打过去。喜鹊尖叫着飞到空中。

可是,喜鹊越跟越紧,我也被妈妈搂得越来越紧。我们搞不清是为什么,只好加快前行的脚步。就在这时,一只小喜鹊出现在我

们眼前,它正在几步外的路边,慌张地拍打着翅膀。妈妈似乎明白了什么,搂着我赶快绕开了那里。又走了几步,头顶的尖叫声消失了。我们小心翼翼地回过头,发现那只喜鹊正围着小喜鹊蹦来蹦去,不时拍打着翅膀,似乎在教小喜鹊如何飞翔,那叫声紧张却又十分温柔。那一定是喜鹊妈妈吧!刚刚她是在警告我们不要伤害她的孩子啊!

我回过神来,才发现妈妈依然把我紧紧地搂在怀里。我拽了拽妈妈的衣角,轻声说:“妈妈,谢谢你。”接着,我又在心里默默念道:“小喜鹊,加油!快快跟妈妈飞起来吧!”

## 开心难忘的运动会

南师附中江宁分校二(3)班 刘子熙 指导老师:陈丽君

一年一度的校园运动会终于到来了。我一早起床,吃完早餐就兴高采烈地跑到学校。这一天,我已经等待很久啦。

在学校的大操场,我们举行了隆重的开幕式,二年级的大型团体操音乐《快乐律动》一响起,表演方阵的同学动作整齐、神采飞扬,就连看台上的我们也忍不住同步跳了起来。

很快,让人紧张的比赛就开始了。那天的运动会项目可多了,有羊角球接力、同心圆接力、30米接力赛、跳绳跑跳、九宫格投准……其中,我参加了跳绳跑跳和接力赛。接力赛最激动人心

## 抽血惊魂记

南京市三牌楼小学四(2)班 陈艾祺 指导老师:许雯

说起什么事最让我丢了魂,那肯定就是上次去医院抽血的经历了。

那天,妈妈告诉我要去医院体检,可能还要抽血。顿时,我感觉世界都阴沉灰暗了下来,就像是被雷劈中了一样。没想到竟然还要抽血,我可是最怕抽血的了!

一路上,我坐在车上不停地问妈妈:“抽血很疼吧?会不会把我的血抽干?医生是不是实习生?……”可妈妈却只是回答:“到时候就知道了。别紧张,你是个勇敢的好孩子!”虽然有这鼓励的话,但我的手心依然在冒汗,我该怎么办呀?

进了医院大门,家长和孩子的身影便挤满了医院大厅。有的在排队挂号,有的在奔走交费,有的在等候就诊……小孩子的哭闹声响彻云霄。我战战兢兢地来到体检区旁边的抽血室。不一会儿,医生走了过来说:“你们是88号,还有三个人就到了!”听到这儿,我不禁闭上了眼睛,手攥得紧紧的,开始回想一些有趣的事儿来缓解自己的情绪:比如考试考了一百分,过生日开party,去游乐场玩儿……哎!可这些都没用,我宁愿写100张试卷也不想抽血呢!

“请88号来抽血室抽血!”广播里传来了声音。这下死定了!轮

了。“砰!”一声,第一个的同学像只小云豹一样,一下就飞奔了出去,顺利把环交给了下一位同学。同学们在一旁不停地喊着“加油!加油!”轮到我了,接到环后我便使出全身最大的力气快速飞奔,把环交给了下一位。眼看我们班能得到第一名了,没想到有位同学掉棒了……唉,真可惜呀!

运动会结束了,同学们即使很累,但能给班集体争得荣誉,大家都觉得很值,也很快乐!我参加跳绳跑跳项目得了小组第一名,我很高兴,当晚睡得很香甜,真希望运动会能赶快再度来临。

到了我。我小心翼翼地坐了下来,浑身僵硬。抽血的护士姐姐轻轻地拍了拍我:“别害怕,不是很疼,就像被虫子咬了一口一样。”可是,真的是这样的吗?我不敢相信。只见旁边刚抽完血的87号男孩看上去和我差不多大,他一脸痛苦,哭得撕心裂肺。我不禁后背出了一身冷汗。怎么可能不疼?

这时,护士拿着棉花球蘸了一下碘伏,涂在我的手指尖上,霎时间我感受到了一阵寒意从我的指尖钻进身体里,消毒水的味道也不停地往我鼻腔里跑。我赶紧把头别到一边去。突然,一阵刺痛袭来,就像是被蜜蜂蜇了一下。我紧紧地闭着眼睛,隐约感受到护士在刮我的手指尖,一下、两下、三下……怎么还不结束?好痛呀!我咬紧嘴唇,不住地自我安慰起来,快了快了,撑住,马上就结束了!“抽好了!下一个!”此时护士姐姐的声音响了起来,那声音听起来如此美妙动听。我赶紧睁开双眼,转过头望了我的手背,只见指尖已经盖上了一层洁白的棉花被,我紧紧按住它,生怕一阵风把它给吹走了,同时,我迅速站起身,飞一般地逃离了抽血室。

那次抽血可真让人胆战心惊,至今我还心有余悸。以后,我可要保护好身体,不生病,少来医院!



扫码关注  
欢迎加入  
现代快报小记者