



带病奔跑

首府实验小学小记者 王亦辰

运动会当天的阳光格外刺眼，哨声一响，操场上就沸腾起来了，可我的手心却出着冷汗，额头滚烫的我，正站在50米跑步的起跑线上。

发令枪“砰”地响起，我跟着向前冲，可双腿像灌了铅，每跑一步都头晕乎乎的。

风在耳边吹，同学们的加油声明明很响亮，我却听得不真切，只觉得眼前的跑道一直在晃。

最后冲过终点时，我落在了最后。扶着栏杆喘气时，妈妈跑过来摸我的额头，轻声说：“你能坚持下来，比拿第一还厉害！”看着

妈妈递来的温水，我忽然不难过了。虽然这次比赛结果不太好，但我知道，带着高烧跑完这50米，我已经战胜了自己。

下次运动会，我一定要健健康康地站在跑道上，跑出真正的好成绩。

指导老师：李腊梅

快乐运动会

首府实验小学小记者 邱欣宸

周四下午，阳光灿烂，学校一年一度的运动会拉开了帷幕。我们班有48名同学参加了运动会，我也报名了跑步比赛。

当时，我的心像坐过山车一样七上八下，紧张得手心都出汗了。李老师走过来，笑着说：“拿不拿第一都没事，我们重在参与。”听了老师的话，我深吸一口气，心里的大石头慢慢落了地。

很快就轮到我了。老师和同学们站在跑道边，大声为我加油。突然，“砰”的一声，指令枪划破了空气，我像离弦的箭一样冲了出去。风在耳边呼呼作响，我咬紧牙关，尽力往前跑。

可是，有一个个子很高的同学像猎豹一样，很快就超越了我。我不甘心，用尽全身力气追赶，就差一点点就能超过她了。虽然最后我只得了第二名，但我心里像吃了蜜一样甜。

比赛结束后，爸爸给我买了一杯珍珠奶茶。看着杯里一颗颗圆滚滚的珍珠，我觉得今天的运动会真是又紧张又快乐。

指导老师：李腊梅

秋季运动会

首府实验小学小记者 张承泽

今天，是我最期待的日子——学校秋季运动会。我参加的比赛项目是仰卧起坐，这可是我练习了很久的项目。

赛前，我和同学们在操场上热身，揉揉腹部和腰部，既紧张又期待。轮到我上场了，一个老师念着名单，另一个老师把我带到蓝色的垫子上。裁判员一声令下，我立刻双手紧紧抱

头，膝盖弯成一百度，肩膀一次次离开垫子，身体像小弹簧一般快速起落。做到第20个时，腰又酸又重，像压了块大石头，累得我喘不过气来。耳边全是同学们喊“加油”的声音。我咬紧牙关，心里想“不能放弃，要加油坚持”。我拼尽全力，加快节奏。心里只有“坚持”两个字。

“停”，随着裁判员的口令，比赛结束了。当听

到自己做了36个时，我开心地坐了起来，笑了。虽然我知道自己拿不到名次，但我一点也不遗憾。

这次比赛，让我感受到拼尽全力的快乐，也收获了同学们的支持和鼓励。比赛不在乎输赢，在于坚持到底的勇气和毅力！

指导老师：李腊梅

运动会上收获快乐

首府实验小学小记者 豆佳月

周末到了，我吃完饭后坐在院子里，回想着周四下午的运动会。

那天，老师让我们下午2点10分之前到校。同学们坐在操场上，期待着比赛的到来。当然，也有一些同学去篮球场练习自己的项目。我和我的三个好朋友也在其中。有一个

朋友和我一块参加接力跑，她叫张依程。另外两个参加的50米跑，一个是邱欣宸，一个是管若希。

很快，50米跑开始了，下一项就是接力跑，因为我需要提前去准备接力跑，所以很遗憾就没看到50米跑。紧接着接力跑就开始了，因为

是第一棒，所以我很紧张，当听到老师和同学们在为我加油打气时，我又放松了不少。发令枪一响，我像一只放飞自我的兔子冲了出去。

虽然最后我们没得第一，但却给我带来了无限快乐！

指导老师：李腊梅

“扔鱼雷”

首府实验小学小记者 陈思好

阳光明媚的一天，学校举办了一场别开生面的快乐运动会。操场上五星红旗在天空中飘扬，同学们的脸上都洋溢着兴奋的笑容。场面热闹非凡，大家都非常开心和激动。

运动会上有很多有趣的项目。跳绳比赛特别精彩，同学们像灵活的小燕子，绳子在空中自由舞动。还有接力赛跑，同学们像一条条灵动的火焰在操场奔跑。还有“扔鱼雷”、坐位体前屈、仰卧起坐，大家都全力以赴。

比赛过程中趣事不断，比如最精彩的项目就是我比赛的项目“扔鱼雷”。我由于心情激动，一不小心把“鱼雷”扔得太近，于是我开始调整心态，第二次尝试时我扔得很远，老师夸我很棒。

这场快乐运动会真的很有意义，不仅让我们锻炼了身体，还让我们懂得了团结和坚持的重要性。大家在比赛中收获了快乐，也增进了友谊，真希望以后还能参加这样快乐的运动会。

指导老师：李腊梅

参加运动会

首府实验小学小记者 许佩萱

今天学校举行运动会，我像一只即将出笼的小鸟，早早地从床上弹起来。阳光透过窗帘缝隙，仿佛在我加油。

下午，老师带着我们这些运动员来到操场。操场上人声鼎沸，加油声、欢呼声像海浪一样此起彼伏。我的心却像被一只无形的手揪着——因为我要参加的项目是坐位体前屈。

同学们有的在压腿，有的在弯腰摸脚尖。我也赶紧找了个角落跟着练，指尖勉强能碰到脚尖，我的心里像揣了只小兔子，怦怦直跳。

轮到我们班上场了。我深吸一口气，坐在垫子上，双脚紧紧贴住挡板，双手慢慢往前伸。一开始还挺顺利，可指尖刚超过几厘米，腿就像被胶水粘住了，腰也酸得像被蚂蚁咬。我咬着牙，像蜗牛一样一点点往前挪，心里默念：“我一定要拿到名次，为小组争光！”

调整了一下状态，我一鼓作气，使出全身力气，手指又往前多探了一点。老师报成绩时，我惊喜地听到：“32厘米！”比平时练习的成绩还好！

夕阳西下，运动会结束了。操场上每个同学脸上都带着笑，像一朵朵盛开的向日葵。今天的运动会，没有冲刺的刺激，却有着属于我的小骄傲。

指导老师：李腊梅

探索小记者研学中心

首府实验小学小记者 丁翊鸥

今天天空下起了大雨，雨点“啪啪”地打在窗户上。因为有小记者活动，我穿上雨衣，一路小跑来到凉亭集合。远远就看见那里已经有好多同学在等着，大家的雨伞像一朵朵彩色的蘑菇，特别好看。

等了一会儿，公交车来了。我们排着队，开开心心地上了车。坐在窗边，看着雨珠在玻璃上滑来滑去，20分钟的路程很快就过去了。

我们到达了目的地——人工智能体验馆。

一进门，老师就带我们认识了六种不同的机器人：医疗机器人能帮医生做手术，军事机器人能在危险的地方执行任务，娱乐机器人会跳舞，服务机器人能端茶送水，教育机器人可以当老师，工业机器人在工厂里工作。最有趣的是娱乐机器人，它一听到音乐就开始跳舞。我赶紧拿出小手表，把这神奇的一

幕录了下来。

最后，我们还体验了驾驶C919飞机模拟器。坐在模拟驾驶舱里，我仿佛真的飞上了蓝天，感觉特别酷。

虽然下雨影响了一些活动，但我们学到了很多关于机器人和飞机的知识。今天真是充实又开心的一天！

指导老师：李腊梅

