



我的心儿砰砰跳

市第五实验小学小记者 赵振桓

在一个阳光明媚的秋天，一年一度的运动会开始了，大家纷纷摩拳擦掌、跃跃欲试。运动会开始之前，我们在学校操场上排队做着赛前训练，准备参加比赛。

看着彩旗飘扬，我心里非常紧张，双手紧紧地握着拳头，腿轻微的抖动，豆大的汗珠从我额头上流下来。我努力地调整着自己的心情，观众

又蹦又跳为我加油。我看见人群中我的好朋友周同学和魏同学一边蹦一边喊：“加油，加油！”我真恨不得比赛马上开始，拿下第一名为班级争光。

万众期待的比赛终于要开始了。我准备好了跑步动作，目视前方，聚精会神地等待发令员发令。只听一声枪响，我像一支离弦的箭一般，

飞奔了出去。我的心情非常激动，比赛一开始，我跑在最前面，我好像看见终点在向我招手。突然有一个人冲在了我前面，我心里非常着急。我用尽全力向前追赶，最终，虽然跑了第二名，但是我突破了自己的极限。

我开心地跑到朋友身旁，拥抱在了一起，欢呼雀跃。

指导老师：邵媛媛

我的心儿砰砰跳

市第五实验小学小记者 许静涵

在一个秋意盎然的季节里，迎来了一年一度的秋季运动会，其中的队形比赛更是让人满怀期待。

瞧！那赛场，彩旗如欢快的精灵在空中翩翩起舞，花环似绚烂的云朵轻盈舞动。在这热烈的氛围中，队形比赛即将拉开帷幕。我双手紧紧地握着拳头，仿佛要把所有的力量都凝聚起来，身体也不由自主地微微发颤。周围的观众们扯着嗓子喊道：“加油！加油！”那一声声呐喊，如同激昂的战鼓，敲打着我的心。我在心里暗暗发誓，一定要拿下冠军，与大家一同分享这份荣耀！

比赛终于开始了。我们迈着整齐划一的步伐，仿佛是训练有素的士兵。可我的心里却像揣了只活蹦乱跳的兔子，紧张得不行。我们停下脚步，站得笔直，全神贯注地听着老师的口令：“向左！向右……”我满心欢喜地想着，这次第一名肯定是我们的了。然而，就像平静的湖面突然泛起了波澜，一个同学不知怎的转错了方向。刹那间，我的世界仿佛堆满了乌云，原本满满的快乐如同过冬的燕子，一下子飞到了一个谁也看不到的地方。我的心情瞬间跌入了谷底，仿

佛从云端重重地摔了下来。但我们并没有就此气馁，大家迅速调整状态，努力整好队伍。渐渐地，那失落的快乐又如同归巢的鸟儿，再次飞回到我的身边。

最终，我们班获得了第二名的好成绩！这对于我们来说，依旧是个无比辉煌的时刻。我品尝到了胜利的滋味，那是一种经过努力和坚持后收获的甜蜜，它让我明白，在成长的道路上，即使会遇到挫折，但只要我们团结一心，勇往直前，就一定能收获属于自己的精彩。

指导老师：邵媛媛

我的心儿怦怦跳

市第五实验小学小记者 李梓曦

阳光，包裹着彩色的云霞。学校操场上，呐喊助威声响彻云霄，一年一度的运动会热闹开幕。

跑步比赛的序幕，被花环彩旗和鸟儿的欢叫拉开了。我轻盈的身影出现在了跑道的起跑线上，我紧紧地握着拳头，手心满是汗水。脚紧贴在起跑线洁白的粉末上，身子不自觉地抖动了起来。我太紧张了，心跳得快惊人。不一会，豆大的汗珠从额角滚落，地上印出了深色的水痕。我的好朋友一蹦一跳地跑过来，手中拿着一根粉红色的飘带，跳着大喊：“加油！加油！”每次跳起来，飘带都会划出一道完美的弧线，看着那飘带划出的优美弧线，我

的心情也不那么紧张了。我暗暗地发誓，一定要不负众望，拿到那遥不可及，又好像近在眼前的第一名。

发令枪配合着火辣的太阳，把跑步的我们神经都快震断了。硝烟还未散尽，我淡绿色的身影就冲出了三十多米，一会儿工夫，就变成了一个小绿点儿。我使劲地跑着，可不管我怎么努力，还是位居第三。我有些慌了，每一步都好像踩在我的心上。我拼命地向前跑去，超过一个又一个对手的视线。突然，最前面的女同学一个踉跄险些摔倒，我有可乘之机，唰地一下子冲出了四十多米。等那位女生稳住身形时，我已经小得快看不见

了。她立马奋起直追，可当她达到终点时，我先她一步到达了终点。当撞线的那一刻，我瘫坐在地上，脸色煞白，大口大口地喘着粗气，汗水也像断线的珠子般滚下，可这时，它们变成了最好的装饰。

这时，我的同学们跑过来，把我高高地抛起，又接住。经过我坚持不懈地努力，那沉重的金牌，被校长挂在了我的脖子上。这块金牌，不仅象征着荣誉，还象征着我的坚持不懈。

每一次超越，每一次迈步，每一次坚持，都是我成长的印记。现在写下这段文字，便是一种有力的证明吧！

指导老师：邵媛媛

我的心儿怦怦跳

市第五实验小学小记者 韩嘉蕊

秋天到了，学校举办了运动会。我和同学们早早地来到学校，我参加的是百米长跑比赛。

晴朗的一天，学校彩旗飘飘，五彩缤纷的花儿摇曳生姿，胆战心惊的运动会开始了，我紧张得手直颤抖，站在即将比赛的队里，好似被钉子钉在了地上，一动也不动，不知不觉汗水如同瀑布一般，从脸上倾泻而下，感觉能把脚下的地冲出个小水洼来。班里的同学都紧握着拳头激动地喊：“加油！加油！”我真想现在就比赛，拿

下一个冠军给班级争光。

比赛终于要开始了。我早已准备好了，站姿如同兵马俑一样，就等着发令枪，一声“咚”我倒吸一口凉气，心里怦怦跳像揣了只兔子，跑得如同狮子一样飞奔而去。我遥遥领先，好似冠军在向我挥手。就在这时，忽然有个人像火箭般跑到了我前面，这时我的世界堆满了乌云，快乐像过冬的燕子一般，飞到了一个谁也看不到的地方去了。我伸开双臂努力向前奔跑，使出了全身力气，可算是追上了前面的人，

心都提到了嗓子眼，我最终突破了自己，取得了“第一名”。这时候我快乐的好像小鸟飞到了天空。

我欣喜若狂地告诉所有人我取得了“第一名”这真是一个辉煌的时刻！是我不断地拼搏不放弃才尝到了胜利的滋味，我向同学们飞奔而去，大家聚在一起大喊：“胜利了！”“胜利了”。

现在回想起来我的心情久久不能平复，怦怦跳是努力，怦怦跳是坚持，怦怦跳是回忆。

指导老师：邵媛媛

我的心儿怦怦跳

市第五实验小学小记者 余宗岩

在一个阳光明媚的秋天，一年一度的运动会开始了，大家都摩拳擦掌，跃跃欲试，往常都是观众的我，今年也参加了跑步和跳远。

阳光照耀，鸟儿也在叫，运动会就要开始了。这一天空气都是紧张的味道，我紧握着双手，地上像有一颗钉子把我钉在了那里一样，头上不知不觉露出了豆粒般大的汗珠往下滚落。比赛开始，所有运动员像离弦的箭一样疯狂跑向终点，观众大喊加油呀！我用余光看见了最好的朋友跳起来为我呐

喊：“加油，加油啊！”看着那么多人为我加油，我恨不得化身一辆“跑车”直奔终点，心里跟有只小兔子似的怦怦直跳！此时我身处第一位遥遥领先，我感觉冠军正在向我招手！我又开心又激动！突然有一位同学反超了我，顿时我的世界堆满乌云，快乐像过冬的大雁一样，飞到了谁也看不见的地方。我立马加速反超他，我都跑出了“光速”，我的努力得到了回报，我奋力压线得了第一名！我像一个快乐的小鸟似的，想告诉全世界这个好消息。

最终我们班级取得了冠军，这是多么辉煌的时刻呀！是靠拼搏努力、坚持到底取得的，同时也让我尝到了冠军的滋味。我立马激动的向我的朋友跑去，给了他们一个大大的拥抱，因为能拿到这个冠军，不仅靠我的勇气和坚持，还有同学们的加油呐喊，是他们给了我足够的信心和坚持到底的力量，现在想起这件事我的心情还是久久不能平静，这也成了我成长路上最美好的回忆，也让我明白了团结友爱的精神。

指导老师：邵媛媛

盲人画像

市第五实验小学小记者 王逸帆

今天，魏老师在上课时，给我们玩了一个小游戏，这个游戏叫什么？这个游戏叫盲人画像，可有趣了！

盲人画像这个游戏非常简单。先准备一根粉笔和一条遮眼巾，两位同学配合完成。规则就是：遮眼巾遮住一位同学的眼睛，这个同学需要原地转三圈，转完后，在另一位同学的协助下作画。

魏老师先拿了一根粉笔在黑板上画了一个大圆圈，说：“哪位同学先来画两只眼睛？”只见十几位同学高高地举起了手，我也不甘人后，举

起了手。我心里暗暗祈祷：我也想玩，我好想玩，一定要选到我！魏老师指了指吴洋和闫广顺，吴洋当了画画员，闫广顺当了指挥员。

游戏开始了，吴洋戴上遮眼巾，原地转了圈，拿上一根粉笔，踉踉跄跄地跑上了台。只见吴洋像一个醉汉，没有走向黑板，而向着电脑走去，他触摸着电脑，似乎在寻找着大“脸”，看着他东倒西歪的样子，我们哄堂大笑！他摸索了半天，总是找不到“脸。”最终，老师要闫广顺指挥他，吴洋画好了，但是

两个眼睛画得大小不一，大家一看两个眼睛大小不一样，各个笑得东倒西歪，有的同学笑得捂着肚子。

一会儿，大家合作一起把大“脸”画好了，但是，眼睛大的大，小的小，耳朵也大大小小，一点儿也不好看。但我们非常开心，我们度过了一节快乐的课堂时光。

我们非常喜欢盲人画像这一个游戏，这个游戏需要合作团结，这个游戏告诉了我们一个道理：团结就是力量。

指导老师：魏福军

