

## 运动使我快乐

运动是快乐的源泉,让我的心情保持愉快;运动是一架自由翱翔的飞机,把我带向健康多彩的天地;运动是我的良师益友,让我懂得自律和坚强。

老师常说,一件事情做累了、做烦了,可以换另一件事情去做,这样能让我们保持愉悦的动力。我觉得学习和运动就是这样的。

当我学累了的时候,就把客厅的沙发做支撑,来几个俯卧撑,或是做几组开合跳,会觉得头脑清醒了很多。当然,只靠在家走走跳跳还是无法释放所有的学习压力,所以每个周六日,我都会约上三五小伙伴去打篮球。在球场上,我运球、奔跑、转身、跳投、跨步过人,把每一块肌肉都调动起来,让每一个细胞都活跃起来。每次打完篮球,虽然当时觉得挺累,但稍微休息一下就觉得浑身清爽。

回到家,学习的动力就又回来了。

运动让我的身体也好了很多。我从小有过敏性鼻炎,一到换季就流鼻涕、打喷嚏,得吃很多药。自从打上篮球,我的鼻炎好了不少,即使有点不舒服,也能扛过去了。还有,我的耐力也好了很多,以前上体育课,我100米冲刺就喘得上气不接下气,现在我绕着操场跑个800米,也觉得挺轻松。还有就是我的精神头好了不少。前几年,我要是中午不睡午觉,下午就像打了蔫儿的茄子,头也抬不起来。现在,偶尔中午不睡午觉,我也不再受太大影响,能正常听课、做作业。

运动不仅对学习、对身体有益,还让我变得大度,不爱钻牛角尖了。记得有一次,我在邻居家和小哥哥玩掰手腕,我俩比着比着,开始指责对

滨河小学 六年五班 代锡坤  
小记者证号:H213632

方犯了规,后来演变成了争吵,甚至有些剑拔弩张了。我强忍着怒气回了家,坐在沙发上生闷气。爸爸走过来,约我去打羽毛球。我心想:与其生气上火,不如出去舒展一下筋骨。于是,我和爸爸来到汾河景区的羽毛球场地,开始对垒。刚开始,我把心中的怨气都撒在羽毛球拍上,羽毛球像离弦的箭一样在我和爸爸之间穿梭。打到最后,我没劲了,一屁股坐在柔软的草地上。吹着凉爽的晚风,仰望星空,我觉得心情也好了。

运动已经成为我生活中不可缺少的一部分。它让我充满学习的动力,给我一个健康的体魄和一颗快乐的心,让我的生活更美好。

点评:小记者细致地描写了运动的经历和感受,体现出运动带来的变化和快乐,使生活更加丰富多彩。

## 告别母校

新学道鸿儒双语小学  
六年一班 马宇欣  
小记者证号:X213630

光阴似箭,日月如梭。转眼间六年的小学生活就要结束了,在这六年的学习和生活中,就如一次漫长的旅行,使人久久不能忘怀,深深地印在我的记忆深处。

在默默地听课时,小学时光悄悄流去。在玩耍时,小学时光从欢声笑语中过去。

我浑然不知小学时光从我身边溜走,走得无声无息。

我奔跑着,希望能留住这短暂而美好的回忆。

许许多多回忆如潮水一般喷涌而来。突然想起,我第一次踏入学校的大门,我第一次戴上红领巾……

七岁那年,我第一次感到上学的快乐。每日坐在教室里兴奋地跟老师学“a、o、e……”对待作业虽字迹歪歪扭扭,但却一丝不苟。我感到每天的朝阳是那么美,天天玩得乐此不疲。就这样我渐渐成长起来。

7月,我将要告别小学生活,告别鲜艳的红领巾,告别亲爱的小学老师,告别可爱的小学校园,告别小学生活的一切……我的心里充满了无限的依恋,同时也充满了无限的期待,小鸟就要展翅飞翔,我愿意用自己明天的腾飞来回报母校对我的付出!

告别了,小学生活。再见了,母校——我将永远把您深深地眷恋。

点评:回忆值得珍藏,告别终有不舍,继续追逐自己的梦想吧!

## 帮妈妈做家务

九一小学  
二年六班 刘宇桐  
小记者证号:Y213631

傍晚,皎洁的月光透过玻璃窗洒在餐桌上,为美味的食物披上了一层银白的轻纱,我满足地摸着圆滚滚的肚皮,自告奋勇地说:“妈,我来洗碗。”

“咣当”一声,妈妈匆忙跑进厨房,看到目瞪口呆的我,一脸茫然地盯着碎掉的碗碟,妈妈说:“没划着吧?碗很滑,洗的时候一定要小心啊!”我又开始小心翼翼地学着妈妈的样子,先把洗洁精往盆里一挤,打开水龙头,顿时盆里冒出许多挨挨挤挤的泡泡,像一颗颗晶莹剔透的小珍珠在水盆里翩翩起舞,我左手拿碗,右手拿海绵球。从上到下,从里到外,使劲地刷了一圈又一圈,再反复地冲了一遍又一遍,水哗地流着,海绵咯吱咯吱地响着,碗碟轻轻碰撞着,像一首动听的交响曲。碗终于洗完了,我衣服的前襟却湿透了。

没想到,平日里妈妈做的得心应手的事情,我却看上去笨手笨脚。不过,看着自己的劳动成果和妈妈脸上的笑容,我开心极了!以后我要帮妈妈做家务,减轻妈妈的负担。

点评:小记者表达了自己的内心感受,来烘托帮妈妈做家务的意义和喜悦心情。

## 家里的趣事

新建路小学  
五年二班 谢梦涵  
小记者证号:J107352

我的家里十分热闹,除了我和爸爸妈妈以及妹妹米多,爷爷、小姑也和我们住在一起,还有小瓜和小黑两只小猫咪也是家庭成员。所以,我们在一起总会发生很多有趣的事情。

有一天吃完饭,大家凑在客厅的沙发上,爸妈翻出之前逗小黑的视频,看得我心里痒痒的,于是立马拿了逗猫棒凑到了小黑身边。小黑对逗猫棒那是一点抵抗力都没有,立马来了精神,想抓逗猫棒上的羽毛,我拿着逗猫棒绕着它转起了圈,小黑也跟着逗猫棒开始绕圈圈,它追得快,我绕得更快。一开始它像个小旋风一样,不知道转了多少圈,它的速度就明显慢了下来,我也跟着慢了下来,又转了一会儿,突然小黑跟喝醉了一样,踉踉跄跄、歪歪斜斜的,没走几步就躺了下来,逗得爸爸妈妈哈哈大笑,我和妹妹也笑

得直揉肚子,连一向严肃的爷爷也将眼睛弯成了月牙。原来猫咪也会跟我一样转晕呀,也许是确实比较难受,小黑在我们的笑声中挪回了自己的猫窝。

在这期间,小瓜一直趴在一旁盯着,两只大眼睛中写满了好奇和防备。我不由得把逗猫棒凑过去打趣道:“好玩不?你要不要也来试试?”兴许是听懂了我的话,小瓜的大眼睛好像又大了几分,“喵”地叫了一声,头也不回地跑进了卫生间,我刚想追过去,就看见它又探出半个脑袋,像个调皮的孩子一般偷窥着我们。看着它那可爱的样子,我们又笑了。

这就是我的一家,妙趣横生、活泼和谐,给我爱与温暖的家庭。

点评:小记者运用拟人化的手法来写,使文章生动活泼,读来饶有趣味。



零食 (水粉画)

太原市第四实验小学  
五年八班 杨哲全  
小记者证号:S113227