



2022年11月4日 星期五 责编:王妙妙 徐徐 美编:曹优静 照排:张婧 审读:邱立波

## 慈溪润德小学教育集团507班



## 奔跑吧,少年!

“生命在于运动。”运动的故事,也是成长的故事!在运动中,我们品味运动的节奏美、旋律美、奔放美……运动不仅给人带来健康、快乐、放松,更带来人生的启示,精神的升华。奔跑吧,少年!挥洒汗水、绽放活力和热情,为梦想浸润力量! 指导老师 姚美珍

## 运动会

叶楚涵(证号 2209006)  
瞧,起跑线上,  
一字排开的运动员们,  
坚定的目光中充满了自信。

砰,一声枪响,  
运动员们奋力往前跑。  
跑道上,  
有他们一步一步的脚印。  
有他们矫健的冲刺身影。

看,沙坑前,  
飞速摆动双臂的运动员们,  
像一只只展翅欲飞的雄鹰,  
猛地从地平线一跃而过,  
眼神里满是坚定、搏击。

跑道上,沙坑里……  
洒满了运动员们的汗水,  
飞扬着运动员们的笑声,  
那是激情在飞扬,  
活力在四射……

## 冬奥会

陆钰婷(证号 2208999)  
二月冬奥会开幕,  
五洲健儿来切磋,  
奥运精神齐相递,  
坚持不懈为争光。  
中国健儿蓄力拼,  
赛出风采勇夺冠。  
弯道超车接力赛,  
滑冰场上齐聚力,  
夺冠就在一瞬间。  
滑雪场上展翅飞,  
青蛙公主谷爱凌,  
轻轻松松得两金。  
我国共摘九金牌,  
满载而归创辉煌。

## 我运动我快乐

陆芷煊(证号 2209000)  
天气晴朗的体育课,  
操场上尽情奔跑,  
那酣畅淋漓的感觉让人享受。

清风徐徐的傍晚,  
和妹妹一起传球,  
投出一道美丽的弧线。  
秋色宜人的周末,  
在公园里打羽毛球,  
那精准的接球动作,  
那快速帅气的扣杀,  
让对方猝不及防。  
每次运动都痛快释放,  
笑声响彻天空。  
我是一个爱运动的孩子,  
也是一个向往快乐的孩子。

## 运动吧,少年

许馨允(证号 2209005)  
灿烂的阳光普照着校园,  
炙热的梦想在这里绽放。  
来吧,少年!  
他们像脱缰的野马一般,  
奋力地在跑道上奔跑着;  
他们像凌空直上的雄鹰,  
飞快地掠过高高的横杆;  
他们像威猛的大力士,  
轻松把铅球扔出美丽弧线。

冲吧,少年!  
汗水洒满整个操场,  
奔跑的路上充满努力与坚强。  
呐喊声回荡在整个校园,  
奔跑的路上充满幻想与梦想。

运动吧,少年!  
愿我们向阳而生,逐光而行!

## 我与篮球有个约定

赵一卓(证号 2209008)  
每天下午四点,  
庙山篮球场上总会有个少年,  
时而拍球,  
时而运球,  
时而投篮,  
时而打比赛,  
篮球场上洒下滴滴汗珠,  
篮球场上传来声声笑语。

小小的篮球,  
大大的能量,  
强壮了我的体魄,  
健美了我的体型,  
也结识了许多朋友……

每天下午四点,  
庙山篮球场,  
不见不散,  
这是我与篮球的约定。

## 运动的魔力

张彦妮(证号 2208283)  
当我在赛场上奔跑时  
像风儿一样驰骋  
当我在泳池里穿梭时  
像鱼儿一样自由  
当我在雪场滑行时  
像鸟儿一样飞翔

那是什麼魔力  
原来是运动的光芒在绽放  
运动使我精神倍增  
运动使我强身健体  
运动使我心情舒畅  
运动使我坚强不屈  
它的魔力刺激着我的每一个细胞

## 拔河比赛

慈溪市沧田实验学校602班  
沈寅皓(证号 2208124)  
指导老师 张婉珍

随着下课铃响起,同学们在老师的带领下,迈着自信的步伐整齐地走向操场。我们将和六(5)班进行一场拔河比赛。

老师一声令下,我们一个个都使出了吃奶的劲,死死地握紧绳子,脸都憋得通红通红,用力将绳子往我们身后拉。看,在绳尾的“大力士”李程程,他凭借着庞大的身躯,将腰弯得低低的,手里拽着绳子不放松,使出了全身的力气。这一刻,他就是“绿巨人”,坚守着我们的阵地。

可对面的同学们也不甘示弱,死死地拉住绳子。中间绑着的红领巾一会向我们走过来,一会儿又到对方那边逛逛,十分调皮。“加油!加油……”同学们的加油助威声响彻云霄。在加油声的鼓励下,我们使出了“洪荒之力”,齐心协力,一鼓作气,最终获得了胜利。

“我们赢了!我们赢了!”同学们在操场上欢呼着。五班的同学有点不服气,与我们约定下次再来一局。

## 有趣的军事运动会

慈溪市第二实验小学603班  
方正源(证号 2209189)  
指导老师 张科芳

下午,我们学校举行了趣味军事运动会。同学们身穿蓝色迷彩服,好像一位位小军人走进了“战场”。而我因为脚受伤了,只能在三楼远远地观看。操场上早已人山人海,大家正热火朝天地比着自己的运动项目。活动可真丰富:有坦克大战、过障碍、大力士、运送炸药包等。等待出场的同学个个摩拳擦掌,跃跃欲试。场边拉拉队员们的加油呐喊声震耳欲聋,一阵高过一阵。

过障碍比赛十分精彩。一声哨响之后,一位位运动员像一支支离弦之箭从起点冲出,飞奔到第一个障碍——翻越垫子。只见同学们犹如一匹匹雄壮的骏马一跃而起,轻轻松松地跨了过去,无一失败。接着他们又钻过了铁圈。柴智旭的行为实在是令人发笑。为了速度更快,他竟从那圈子和地之间的狭小空间中爬了过去,惹得大家一阵欢笑。大洞不钻钻小洞,多亏了他身材娇小,换作别人简直不可思议。看,蒋雨涵正在返回的路上冲刺着,他面部通红,咬紧牙关,脸上的肌肉微微地颤抖着,飞快地向终点跑来。

看着操场上参加运动会的同学,看着他们取得胜利时的喜悦心情,我的心中那是无比的羡慕。要是我的脚没受伤,我也可以和他们一起跑,一起参加比赛,为班级贡献出自己的一份力量了。

## 我的第一次运动会

慈溪实验中学初二(10)班  
杨绎如(证号 2209551)  
指导老师 谢昭莉

生命因拼搏而精彩,因奋斗而美丽。  
——题记

小学的运动会上,我总在场边为同学们加油。初中,我终于参加了第一次真正意义上的运动会。我鼓起勇气报了400m跑步比赛。经过多天的练习,我对自己信心满满,可不巧比赛当天出了意外。

那天由于天气热,我们在体育场里准备。炎热的天气让我觉得头晕,浑身使不上劲,豆大的汗珠不停地从我的额头流下来,但我硬着头皮坚持了下来。

砰的一声,精彩的比赛拉开了序幕。刚开始我保持在第二名,可是由于体力不支,马上就落到了最后一名,当时真的好想放弃。听着同学们的一声声加油,我顿时打起精神,用尽全力,可是无奈双腿不听使唤,已经麻木了。最终我还是辜负了同学们的希望,得了最后一名。本以为同学们会埋怨我,没想到大家反而不停地安慰我,鼓励我说重在参与。

在参加完项目后,我又重新站在加油场上,为我们班的同学加油。运动员们的汗水洒在赛道上,那是他们留下的青春痕迹。  
生命因拼搏而精彩,因奋斗而美丽。