

在电光石火中“剑”露锋芒

宁珂晴
安顺路小学
四(2)班

态。坐等片刻,我又重新上场,这位选手和我一样,都是以防守为主,我紧紧咬住比分,最终以2分之差又输了一场,可能我过于急躁了,没有控制好距离就发动进攻,我必须稳定心态。

小组赛还有最后一场了,在场边休息的时候,我深呼吸,闭上眼,让自己稳定下来,重新调整了节奏。我再次出发,这次是充满自信的,在上两场遇到的问题,我都尽量去改正和克服,最终我以大比分的优势扳回一局。最终小组赛我赢4场,输了2场,小组排名第三。休息片刻,将要进行的是淘汰赛。

第一场对方选手和我的实力相差悬殊,我很轻松地就赢得了比赛。第二场是32进16的比赛,这个是老对手了,她比我年龄大,之前我们有过较量,她的吼声曾经让我害怕,但是经过这几年的磨炼,我已经不在意这样的吼声,内心告诉自己不要害怕。比赛正式开始了,我趁她还没反应过来,来了个冲刺,先得一分。后面几分,我没掌握好距离,被她连连得分,我叫了个暂停,调整了下节奏,教练一直告诉我,在比分落后的情况下,一定

要主动进攻,不能再等了。后面的几剑我很主动,不过对手防得也很到位,我们几乎都是同时得分。最终很遗憾我还是输了这关键的一场,止步市运会女子击剑个人比赛的32强。摘下剑帽的那一刻,我的汗水和泪水已经交织在一起,有遗憾也有突破,遗憾是为了以后更大的进步,突破是我能及时调整心态,应对下一场的比赛。事后我得知,小组赛中赢过我的两位选手,一位是第一名,一位是第三名,我也算是和高手切磋了技艺。因为第二天还有团体比赛,所以我立马收拾起了装备和心情,要为明天的比赛继续努力。

第二天是团队比赛,我早早来到了赛场。我依旧环顾了四周,深吸一口气,接着开始做热身运动。这次作为主力队员首发上场,随着我的几剑转移刺,很快我们的比分就领先了,我的气势也压倒了对方,开了个好头。第二名队友和对方打了个平手,但是我们还是处于领先,第三名小伙伴没能咬住比分,给对方反超了。之后第二名和第三名队

友轮番上场,比分差距也逐渐拉开,我们处于落后,但我们相互鼓励着。最后一棒我再次出场,我知道这场很关键,随着剑来剑往,比赛场面极为激烈,对手并没有硬抗我,而是利用自己的灵活巧妙地绕过了我的剑尖,僵持了一会,我突然一个冲刺,得分了。第二剑,对手击打我的剑,我后退了几步,突然发动了一次攻击——弓步,对手没有及时闪开,被刺中了。随后对手马上反击,想乘虚而入,我立刻一个防二接还手,对方又一次被刺中。第四剑,我还没反应过来,对手来了个下蹲抢,我们同时得分。最后一剑了,我和对手都在试探,突然我起步打了进去,对手防六,我立马转四,在这电光石火之间,终于又得一分。我一下子连追4分,将比分差控制在3分之内,但还是遗憾地结束了我们的团体比赛,虽然无缘八强,止步于第十名,但这次比赛我们也是用尽全力去拼了。

两天的比赛结束了,虽然有遗憾,但也是我击剑赛程上的一次突破,未来还有更大的进步空间,汗水、泪水、紧张、欣喜,都深深地印在了脑海里。我也能更深刻地去领会市运会的内涵——“沪”动青春,“运”育未来,让我们用心中感动的烈火、爱的激情去浇灌明日的市运之花吧。

打羽毛球,我的最爱

随着社会的发展和科技的不断进步,运动已成为一种时尚。有的人喜欢打篮球,有的人喜欢踢足球,也有人喜欢打乒乓球,但我却最喜欢打羽毛球。

回想起童年时候,我就对羽毛球情有独钟。于是我就开始跟着身边的大人学习打羽毛球的方法与技巧。一开始,因为是首次接触羽毛球,却怎么也学不会接球,也学不会发球。我开始有点泄气了,心里全是沮丧,甚至开始质疑自己:难道我天生就不是打羽毛球的料吗?在我正要放弃的时候,是妈妈鼓励了我,她抚摸着我的头说:“孩子,学东西不是一两天就能学得到的,而是要经过日积月累,反复学习,才能掌握基本的技法。好好练习,你一定可以的!”听完妈妈的一席话,我心里忽然敞亮了许多,就开始按照妈妈的指导,慢慢地坚持每天练习。每次训练,我都会尽力而为,逐渐地,我的命中率提高了。特别是接那些靠近球网的球时,我就会往前几步,快速把球挡回去;而对于我身体后方的球,我就会快速退后几步,尽力接球。有一次,我不小心摔了一跤,膝盖擦破了点皮,我咬咬牙,又继续训练……如此反复训练,我逐渐掌握了一些技巧,打羽毛球的乐趣又回来了。

日复一日,年复一年,现在的我终于能够比较熟练地打羽毛球了。又是一个秋高气爽的周末,我们一家人一起去羽毛球馆打羽毛球。第一次在羽毛球馆打球的我,激动得早就换上了运动服装,准备在一个正规的场地一展风采。我的第一个对手是妈妈,我自以为钻研透了她的打法,因此与她对战起来也就很轻松自如了。这时,我透过羽毛球馆的窗户,看到外面的那一排小树也在秋风中摆弄着快乐的舞步,小鸟的鸣叫声也异常悦耳动听呢。

可是,当爸爸开始出手向我发球时,我开始有点招架不住了。几个回合下来,我发现爸爸是深藏不露的打羽毛球高手,他比妈妈厉害多了。我握羽毛球的手心也出了很多汗,可是,我一点也不退缩,更加专注地与爸爸对垒。最后,爸爸终于大汗淋漓,气喘吁吁地向我竖起了大拇指!我的心里乐开了花。后来,我就一直在研究爸爸给我的新技法,打球的技术也在不断进步。

如今的我已经升上初三,在繁忙的学习之余,我依然喜欢与同学或者老师打羽毛球。羽毛球场上,我运动的每一个镜头,都像那美丽的花朵一样,将永远绽放在我年少的枝头。

张梓杨
广州市彭佳木纪念中学
初三(1)班

蒲公英的翅膀



赵语宸 上海福山正达外国语学校三(3)班

青春为笔
余生为墨
写下风的诗篇
记录草的风貌
书写千里江山,日月星辰
却始终画不出那黄昏照耀下
那双明媚闪烁着光的眼睛
怎叹
又逢一年枫叶红
过往藏于心
墨染余后韶华

青春

陈逸洲
延安中学
高一(3)班

有诗相伴,真好

袁钰涵
西工大附中
初一(3)班

周末在河边闲游,几从芦苇轻拂着我的脸颊,微黄的阳光斜射在河水上,犹如星空闪烁。岸旁的野草上凝结了几滴白露。我不禁想起《诗经》中的“蒹葭苍苍,白露为霜”的句子,想起那千百年前质朴的爱情往事。眼前之景忽而明媚起来,我仿佛置身于古诗之中,伊人与河水仿佛就在眼前,又似乎遥不可及,似幻似真。有诗相伴,真好。它让我在平常之景中感受到诗意之美,给予了我一次不寻常的幻境之旅。

假期去游泰山。“造化钟神秀,阴阳割昏晓”,泰山高而巍峨。我也渴望像杜甫一般“会当凌绝顶”,于泰山之巅抒发豪情壮志。然而山还是太高太陡了,走走停停,我最终还是想要放弃。但当我想到古诗中泰山的壮美奇景时,内心又重新燃起了激情,于是我一抹头上的汗水,迈着沉重的步伐继续向上攀登。“登顶了!登顶了!”我战胜了自己的怯懦,最终站在了泰山之巅。我站在泰山之上,向上望“举头见红日”,向下看“一览众山小”,心情豪迈舒畅。与诗相伴,真好!它带给我生命的热情,让我不断挑战自己,活成了自己喜欢的样子!

与诗相伴,真好!古人用诗歌筑起了一个有明月,有清风,有百花,有流水,有琴瑟绵长和鸟语花香,有草木萌动与春色满园的世界。有诗相伴,真好!它让我的生活充盈美好,它让我产生无穷的遐想。漫漫人生路,与诗相伴,我优雅地活成自己喜欢的样子,只争朝夕,不负韶华!

不能忘记的笑容

李杜卿
上海市民办
华育中学
初一(2)班

书桌前的相框里,定格着我永远不能忘记的笑容,那是我们舞蹈比赛后所有同学的合照。照片里,同学们都洋溢着灿烂的笑容。有的同学咧开了嘴巴笑,露出了雪白的牙齿;有的同学捂着嘴笑,难以掩饰心中的激动与自豪;有的同学露出欣慰的笑,嘴角的弧度似月牙般完美,这些笑容似阳光般温暖,让我难以忘怀。

黄昏的阳光透过窗户斜照进舞蹈房,洒在我们的身上,整个房间也被映成金色。在优美的音乐中,我们不停旋转跳跃,一丝不苟地执行老师的指令,不敢有丝毫懈怠。我因为踮脚跳稳定性不够,常常一筹莫展,而这时,同学们总会向我投来热情而安慰的微笑,一边告诉我不用慌,一边耐心地讲动作技巧帮助我直到学会为止。

几次排练后节目雏形已经出来了,不过动作细节上仍然略显粗糙。平时都精干灵活的我们发现:该扭的地方扭不起来,该挺的地

方挺不直。于是我们赶紧在休息时间研究对策,大家你一言我一语,讨论十分热烈,虽然辛苦,但是我们都乐在其中。商量好对策,大家彼此相视一笑,马上又投入了排练,慢慢地所有问题都一一得到解决,舞蹈房里也不时传来爽朗的笑声,这笑不仅代表着我们对于舞蹈精益求精的态度,也印证着我们之间的友谊更进了一步。

很快,比赛来临了。上场前我有些许紧张,但是看见大家脸上坚定的神色和彼此鼓励信任的笑容,我内心的激情似乎也燃烧起来了。我告诉自己不要怕,经历了那么久的艰辛排练,只剩全力以赴,阳光总会到来的。当熟悉的音乐响起,舞台上的我们翩翩起舞,露出自信而从容的笑容,这笑容预示着我们团结一致,突破自我的自豪与满足。有时候,笑容并不意味着什么;但有时候,它却意味着很多。舞蹈队员们脸上的笑容有一种神奇的力量,像一缕缕阳光,灿烂而温暖。

摄影的乐趣

黄梓睿
东莞市
东城实验中学
215班

挂着单反相机,腰际垂着专业镜头,身穿多口袋帆布马甲,穿着一双泛黄磨旧的旅游鞋走遍天下——这便是我最大的乐趣。

眼前,是错综复杂的立交——盘龙立交。把相机举起盯着取景框,对焦、构图、定格。画面中,纵横交错的立交如龙般盘曲而上,夕阳将立交染成了淡黄色,上面的车也反射出金光。后面翠绿的山林在黄昏中显出别样的韵味。不知为何,我总觉得缺少了点什么,是色彩还是韵味?我陷入迷茫之中……

我闭上眼睛,我常用这种方式将思绪隔绝起来。导游的话回响在耳边,这是中国最复杂最忙碌的立交。这时,汽车的嗡鸣声传入耳,睁眼一看,是路上的车水马龙。对,就是这样,思绪突然打开!

趁夕阳还未落幕,路边的灯光渐渐亮起,我赶紧架好相机,对焦、构图、定参数。我左手稳稳地握住相机,右手紧张又兴奋地按下快门。一秒,二秒,三秒……咔嚓!这像一串快乐的音符。指尖传来了微微的颤抖,像一道温

柔的闪电迅速传遍全身。这是多么大的乐趣!照片中,立交桥正好落在黄金分割线上,一旁的路灯发出五芒星般的光芒,路上的车也被拉长为一条条五彩斑斓的丝带。后边的山林泛着淡淡的黄,散发出山城独特的魅力。一动一静,一实一虚,一朝一夕。这不正彰显着中国人民富足忙碌的生活吗?见证了中国的发展,见证了这座城市的变化,见证了峥嵘岁月!

夕阳的疲惫的歌,流进了黛青色的天际。我放下相机,过去的旧照片涌上心头:这张是柬埔寨失落古城吴哥窟,这张是嘉陵江边灯火通明的洪崖洞,这张是青海天空之镜的茶卡盐湖,还有这张……我的眼角湿润了,只有我知道,那每一张照片背后的汗水和付出;也只有我知道,每次按下快门的艰难与幸福。与摄影相伴的日子漫长而辛苦,执着又幸福。那些日子,汗水与晨光相伴,却浸出梦的味道,那些日子,疲惫与暮色相随,却勾勒出梦的轮廓。

美丽的秋叶

孙语涵
苏州市
梓义实验小学
三(3)班

秋姑娘踏着轻盈的步伐来了,它微笑着送给我们一份别致的礼物——美丽的秋叶。

看,那火红的枫叶在风中摇曳,远望宛若一团团篝火,近看则好似无数火红的小手掌。秋风吹过,红叶翩翩起舞。望着这如火的枫叶,我不禁大声吟诵起杜牧的诗句“停车坐爱枫林晚,霜叶红于二月花”。

如果说枫叶美得热烈,那么银杏叶则美得

灵动。瞧,金灿灿的银杏叶就像一把把精致玲珑的扇子,倒过来看,又像一条条别致的短裙。它们飘落下来,打着旋儿,活像一只只调皮的金色蝴蝶。

呀,柳叶悄悄地落下来了!细细长长,黄中还带着点绿呢!它大概在想:树叶伙伴们都下去玩儿了,我要不要也下去呢?我随手捡起几片柳叶,编成了花环,美滋滋地戴在自己的头上,可高兴了!