

## 一次刺激的尝试

莞城中心小学分校502班 方铭宇

在我读四年级时,我们班布置的家庭作业还比较少,所以我的课余时间比较多,我常常一放学就到我妈妈所任教的中学玩耍。在那所中学的学生饭堂前面,有一块空地,安静不容易被打扰,在那里,我发现了一位每天都在那里玩滑板的高中生。

一天,我放学后照常来到妈妈所任教的中学,跑到他玩滑板的地方——学生饭堂前,安静地看着他的动作:一只脚竖着踩滑板,另一只脚往地上一蹬,然后双脚互相平行地踩在滑板上面,时而再次一只脚竖着踩滑板,另一只脚往地上一蹬地加速。有时,到了阶梯那里,他就让重心在后面的左脚上,在滑板前端跷起的那一刹那扭动身体,让滑板转向。我不知不觉地看入迷了,在那位高中生休息的时候,我走过去,小心翼翼地壮起胆子问:“哥哥,能借一下滑板给我玩吗?”那位高中生同意了。

于是,我也尝试第一次玩杂技滑板。我拿起他的滑板开始玩。因为我之前玩过几次这种滑板,所以我不用尝试踩上去的动作就能直接让滑板动起来,我要尝试的是让滑板转向。“棋界”有一句话说:“一着不慎,满盘皆输。”学习滑板转向也一样,你一不小心翼翼地把握好平衡的话,就会很容易摔倒。然而平时我是很胆小的,但是,我天生平衡力较强,所以我控制住了平衡,我学会了滑板转向了!

那位高中生一看我学会了转向,就将他觉得我能做到的其它技巧也教给了我,我发现这些技巧都离不开转向,真奇妙。这真是“万丈高楼平地起,一切承担靠地基”啊!所以,学习玩滑板转向真是我的一次刺激的尝试啊!

## 喜忧参半的运动会

东城第三小学六(6)班 梅可可 指导老师 廖萍

伴随着广播的声音,我们来到了操场上。操场上早已人山人海,从空气中都能嗅到运动会的气息。同学们脸上激动的表情,正式宣告运动会的开始。

我是紧张的,心里七上八下,但还是为运动会的到来在照片里露出了兴奋的微笑。放眼观望整个操场,同学们有的紧抿双唇,微锁眉头,有的有底气十足,双眼炯炯有神,显然十分期待比赛,还有的则用力挥舞着充气棒,激动万分,仿佛迫不及待地要给伙伴加油呢……“咔嚓,咔嚓”,很快,相机里就迅速地收集了许多有趣的照片。

“请六年级参加400米长跑的同学集合!”广播里响起老师的声音。我心里一惊,心想:不会吧,我才跑完100米,马上就要参加400米跑步了吗?运动会进行得如火如荼,转眼就到了我最担忧的项目了。

此时,我正不安地站在跑道上,心里仿佛有只小鹿乱撞。好担心跑步时落后啊!我紧张得手心都冒汗了,手不停擦裤子,以此来缓解紧张。跑!一声哨响,我在心底给自己下达了命令,就和旁边的同学一起飞奔了起来。我奋力挥臂,想象自己脚下生风,拼命迈起双腿,狂奔起来。我依然很紧张,上牙紧咬着下唇,拳头攥得越来越紧。“不对”我突然转念一想,长跑不应该前期发力,我应该把体力留在最后!我这样想着,不禁放慢了脚步。

可就在我思考着,准备节省体力的这短短几秒不到的时间内,已经有两位同学抓住机会超越了我,使我成了最后。我暗叫不妙,赶快加紧了脚步,没想到绕过雪糕桶时,由于速度太快,没刹住车,耗时更久了。比赛进入到最后的环节,在只剩最后的100米时,我早已气喘吁吁,大口喘气了。我拼命想加快脚步,进行冲刺,可就是觉得迈不开腿,就连摆臂的力气都没有了,我还想再次加速,可是就连呼吸都沉重了,真是心有余而力不足啊!但我依然不断地鼓励自己要坚持。于是,我咬紧牙关,拼尽全力,终于跑完了全程。耳边霎时间传来了老师和同学们的喝彩!

我拿了倒数第一,心里难过极了,同时还有些委屈。比赛结束后,我累得一下子趴倒在地上,再也不想起来了。可这还是改变不了名次,于是,我重新爬起来,拍去灰尘,抹去汗水,告诉自己,这次跑步起码让我知道了我与高手之间的差距啊。我又想了想自己的比赛成绩——1分37秒。嗯,比以前又进步了,只要我多练,一定可以跑得更快的。

这么想,我的心情又由阴转晴了,就像拨开乌云的太阳一般,“加油!”我又舒心地笑了。

这真是一场有喜又有忧的运动会!

