骑自行车训练记

教师进修学校附小三（6）班 朱函瑞
指导老师 俞航

私家车普及的现在，我出门都是爸妈开车，公交车也很少坐，更别说骑自行车了，平时我连自行车把手都很少有机会碰到，但看着很多同龄的伙伴在操场上一圈一圈地骑着自行车，十分快活的样子，我羡慕得心痒痒的。在爸爸妈妈的鼓励下，我决定学习骑自行车。一开始我信心十足，但当我扛着自行车准备下楼练习时，心里又很忐忑：“这个大家伙，我怎样才能制服它呢？”

下了楼，爸爸让我先骑上去，我双脚一跨，上车！此时心中顿时生出许多不安：“会摔下去吗？会翻车吗？”

也许是心不在焉，我的脚还没蹬，车子就倒下了，我也跌倒了。我第一次与自行车亲密接触，以失败告终。我爬起来，再次上了车，双脚撑着地，左脚踩蹬子。可右脚刚离地，车子又倒了。我摸着好像被分成了四瓣的屁股喊道：“我不学了！”

爸爸见了我的样子，非但没有安慰我，反而笑哈哈地对我说：“没有失败，怎么会成功呢？别害怕，每个人都是这样过来的。来吧，这次我会在后面扶着的。”听了爸爸的话，我半信半疑地再次上车，提心吊胆地骑了起来。

泄气时，爸爸鼓励我；进步时，爸爸夸赞我。一会我骑进了草丛中，一会我又撞上了旁边的垃圾桶，而爸爸也常常成为我撞车的对象。就这样，我练了一个又一个晚上，终于学会了骑自行车。

回顾自己学骑自行车的过程，我想首先要不怕失败，真正理解“世上无难事，只要肯登攀”的含义，敢于拼搏，才会有成功！

姐姐教我学游泳

球川小学 应熠诚
指导老师 方亚

小时候，每当我看到大哥哥大姐姐如鱼儿般在游泳池里游泳嬉戏时，心里就会很羡慕。去年暑假，我软磨硬泡要拜姐姐为师，让她教我游泳。

姐姐说，潜水是学会游泳的关键。所以，我第一步就是要先学会潜水。我捏着鼻子，硬着头皮，不管三七二十一，就把头扎进水里。结果才几秒钟，我就呛了几口水。

被姐姐救上岸后，我像泄了气的皮球，不想再学了。可转念一想：要是我就这样放弃了，姐姐会不会笑话呢？被笑话事小，做一辈子的“旱鸭子”就不是小事了。不行，不行，我决不能做“旱鸭子”！我要做潇洒的“浪里白条”！想到这里，我立刻重新振作，恳求姐姐再教我。

姐姐开始是拒绝我的，但看到我诚恳的学习态度，就同意了。她教了我一个潜水的绝招：在水里用鼻子喷泡泡，到憋不住时，就冒出水面来换口气。我按照姐姐的话去做，果然奏效，水吸进鼻腔的概率越来越小了，姐姐的方法真神！

学会了潜水，姐姐教了我一些动作。刚开始，我的动作很笨拙，甩动着双臂，没几下就游不起来，只能潜进水里。姐姐不断地纠正我的动作，并用手轻轻地托着我的身体，在姐姐半托半放的教导下，我很快就学会了游泳。

一个多月过去了，我的游泳动作已经很熟练了。当我变换着身姿在水里畅游时，“世上无难事，只怕有心人”这句名言就自然而然地在我脑海闪现，让我游得更欢！

啊，成功的感觉真好！

跟着外婆学种菜

解放小学六（1）班 周天蓝
指导老师 陈桂英

我的外婆家有几块田，种着各种各样的蔬菜，都是外婆亲手种的。外婆种菜可是一把好手。只要一有空，她就会扛起锄头，去田里干活。

我和妈妈顺着一条小路，也来到了田里，扑面而来的是一股浓浓的土地味和大便味。我马上捂住了鼻子，可看看外婆，她丝毫不受影响，忙得不亦乐乎，全然没有察觉我们过来。

我叫了一声：“外婆。”她一抬头发现是我们，和我们聊了几句，又锄地去了。

外婆拿着锄头，熟练地翻、推、填，动作那么娴熟。我看着觉得特别简单，就让外婆给我锄一下。一开始我还很轻松，可过了一会儿，便有些体力不支，锄头变重，双臂开始酸痛无力。外婆看我不行了，笑着接过锄头，说：“你还小呢！”其实外婆的个子比我还小，为什么看着一点也不累呢？看来，可不能轻看这看似简单的活呢。

土松好了，要开始播种了。外婆把一撮菜苗拿在手里，另一只手挖个小坑，然后把小苗放进去，用土埋好。我也拿了一把苗，学着外婆的动作，把小苗栽进了土里。不一会儿，我发现原先白白的手已经变成了“小黑手”。

城里孩子平时很少有机会下地劳动。今天我体验了一把当农民的感觉，也让我明白了农民种庄稼的不易。

看戏

人民小学六（5）班 朱诗雅
指导老师 吕叶青

“犹记儿时听唱戏，煤油灯火映深山。一木凳随身带，十里乡亲齐聚观。”老实说，我头一次正经地，没有一点儿不耐烦地看戏，还是在一个月前。

那次是一个剧团来我家旁边的村子唱戏，我便来到了戏台前凑凑热闹。

走在不远处的柏油路上，就能听见唱戏声，两旁那一个个摊贩高声叫卖着，给人一种赶集的错觉。

戏台上，演员们都化了妆，戴着复杂的头饰，别有一番风味。身披凤冠的花旦在璀璨的灯光下咿咿呀呀地唱着，韵味十足。花旦那浓墨色的眼线，向上挑的线条，有种说不出的妩媚，而那艳丽的腮红，更是将花旦的俏丽和精气神描画出来。再看那花旦头上的配饰，着实令人眼前一亮。

听着台上老生沙哑的唱词，我仿佛回到了童年。在咿呀学语时，我面对着父母那满是期待和喜悦的笑容，费力地吐出了人生的第一个字。刚学步时，在父母充满期待和紧张中，缓慢地迈出了人生的第一步；刚上学时，在父母担忧又兴奋的叮嘱声中，上了人生中的第一课……一阵风吹来，我回过了神，看看一旁坐在长椅上的观众，发现他们听得入了神。

戏台旁的石墙上布满了青苔，配着婉转的戏腔，远远看去，竟让人恍惚以为自己回到了那个“窈窕淑女，君子好逑”的年代……

家庭篮球赛

古山小学三（1）班 郑熙懿
指导老师 倪琳瑜

每天晚上，我都要去我家附近公园的篮球场打篮球。

“郑熙懿！”有点尖锐的叫声如期而至，这是我的姐姐们在叫我。我立马抓起篮球飞快地跑下楼，拉着姐姐们的手就向公园奔去。

到了公园，舅舅和外公早就在那里等候。舅舅看到我们飞奔过去，举起右手划向篮球场方向说道：“走！我们打篮球比赛去。”

篮球场在灯光的照耀下显得格外明亮。我们将在这里展开一场“生死搏斗”。我和两个姐姐三人一组，爸爸和舅舅一组，我们先发球，比赛正式打响。

姐姐将球发出，我接到球，一口气就将球运到篮筐下，我刚要投篮，谁知爸爸一个健步转到我的面前，拦下我并把球给抢走了。爸爸转身将球运向三分球区域，我也不甘示弱，紧随其后穷追不舍，想方设法干扰他。同时，姐姐们也默契地上来干扰。

这时，爸爸一疏忽，手一滑，球就松开了。我见机把球捡起，“嗖”的一声，将球传给了篮筐下的姐姐。可是防在姐姐旁边的舅舅，一个飞跃想要抢球。说时迟那时快，姐姐一个完美的传球，又将球传给了我。

我试图再次运球投篮，但由于刚才的拼杀，导致体力有些不支，球落入对方的手中。我气喘吁吁地说：“我们休息下吧！累了累了！”

第二回合，爸爸正要投球时，被我们拦了个正着。我们要投的时候，舅舅仗着身高的优势，又被他们盖帽了。爸爸抢到了球，蹲着马步正在运球寻找传球的时机。我迅速迎了上去，用劲往球上一拍，球“噗”的一声穿过爸爸的胯下，同时我往爸爸背后一移步接住篮球，一个转身，身体往上一跃。“进了！进了！弟弟进了！”姐姐们欢呼雀跃，我也自豪地笑了。

渐渐地，汗水湿透了我们的衣服，我们还是兴致勃勃！