

四季之美

●石桥头小学五(2)班 朱奕煊
指导老师 吴灵云

春天最美是清晨。灿烂的阳光洒落在迎春花上，迎春花就绽放笑容，开开心心地迎接春天的到来；柔和的阳光照到桃花上，桃花便急匆匆地开始打扮自己；耀眼的阳光又照射到郁金香上，郁金香用尽全身力气，散发出浓郁的香味……这可爱的春天真是花香满溢、生机勃勃呀！

夏天最美是傍晚。你听，池塘里，青蛙先生正卖弄着自己的声音，“呱呱呱——”，好像是一首歌，又仿佛是一首小诗，虽然简单，但是给夏天增添了几分生气。那碧绿的、圆盘般的荷叶，与千姿百态、亭亭玉立的荷花，伴着夕阳的余晖，倒映在清澈的水塘里，是多么和谐！“接天莲叶无穷碧，映日荷花别样红”，大概就是这幅景象吧！

秋天最美是黎明。枫树上飘下来一片一片枫叶，铺成了一条红色的大道。渐渐地，东方露出一点鱼肚白，太阳微微地探出脑袋，慢慢地往上升，最后摆脱了大地母亲的怀抱，一跃而起，在天空中闪着光芒。那光芒，给枫叶镀上了一层金色，那金光闪闪的红色耀眼极了，真是“霜叶红于二月花”呀！

冬天最美是夜晚。一片片雪花悄无声息地落下来，在路灯下洋洋洒洒地飘着，像一个个白色的精灵，在风中翩翩起舞。但是在无人发现的角落里，一枝枝梅花悄悄地开放，在风雪中散发着淡淡的清香，正所谓：“墙角数枝梅，凌寒独自开。”梅花这不畏严寒、顽强不屈的精神，真是令人敬佩呀！雪花在空中飞舞，梅花傲雪盛开，配合得如此默契，不禁让我感叹：“梅须逊雪三分白，雪却输梅一段香。”

冰糖葫芦

●城西小学五(6)班 黄雅琪
指导老师 李秀华

“冰糖葫芦，卖冰糖葫芦喽！”听到远处卖冰糖葫芦的阿婆的吆喝声，我不禁想起自己小时候对冰糖葫芦的钟爱。

记得那时，我刚上幼儿园。幼儿园旁边开了一家专门卖冰糖葫芦的小店，甜丝丝的东西有着无穷的魅力，诱惑着年幼的我，让我对这家小店充满了无限的想象和好奇。特别是看到有小朋友出来，手里高举着一串葫芦形的东西，时不时伸出小舌头舔一下，那模样，那神情，瞬间似有一条小馋虫钻进我的嘴里，馋得我口水直淌。

我攥着妈妈的衣角，眼巴巴地指着那串“大葫芦”问道：“妈妈，那是什么啊？怎么那么香？”妈妈看着我馋样，笑而不语。过了好一阵子，她才说：“小馋猫，那是冰糖葫芦！”“葫芦，果然是大葫芦！妈妈，我想吃大葫芦！”妈妈顿了一小会儿，摸摸我的小脑袋说：“当然可以喽，不过每个月只能吃一次，不然嘴里会长出小虫子，满牙齿爬的！”我一听有的吃，懵懵懂懂地点了点头。

于是，每个月的25日，爸爸妈妈发工资的日子，我就能吃上一回甜甜的冰糖葫芦。每月这一天的前个晚上，我都会提醒妈妈明天是买冰糖葫芦的日子，妈妈会默契地回答我，她绝对不会忘记，可我还是一如既往地每次去提醒，生怕她忘记了。

到了25日这一天，我都是第一个冲出幼儿园跑向妈妈。因为我满脑子都是香香甜甜的冰糖葫芦，咬下一酥脆的冰糖葫芦外壳，幸福感爆棚……有一次，好像也是那一天，妈妈来接我，却没有给我买甜甜的冰糖葫芦，我很委屈，眼巴巴地望着卖冰糖葫芦的小店，一步三回头地跟着妈妈回家。后来才知道，那天是因为家里有事，妈妈实在没空给我买。但之后的一天，妈妈还是抽空特地给我买了，弥补了我的遗憾。

现在爸爸妈妈做了生意，家里生活条件越来越好，我的零食也越来越多，而记忆中的冰糖葫芦像作家吴冠中笔下的“父爱之舟”，承载着我们母女之间满满的爱和回忆。

“冰糖葫芦，卖冰糖葫芦喽！”听到远处卖冰糖葫芦的阿婆的吆喝声，我又情不自禁地回想起那承载着爱的“冰糖葫芦小舟”。

暴雨来袭

●太平小学二(1)班 金滢铤

满天的乌云像赶集似的，从四面八方聚拢来。顿时，天空像拉上了一块黑色的幕布，一片漆黑。

突然，一道闪电划破了天空，紧接着，震耳欲聋的雷声响了起来，把正在认真上课的我们吓了一大跳。同学们不约而同地尖叫起来：有的捂住双耳，趴在桌子上；有的手捂住嘴巴，但是脸上有说不出的兴奋；有的上蹿下跳，急切地想跑出教室去迎接雨的到来。

终于，雨来了！豆大般的雨点“噼里啪啦”地落了下来。雨落到地上，溅起了一朵朵美丽的水花。雨落在窗台上，唱起了一首首动听的歌儿。雨落到草地上，给草儿们洗了个澡……

雨越下越大，在空中挂起了帘子，在风婆婆的帮助下，一浪接一浪。透过窗户往外看，树啊，车啊，房子啊，都若隐若现，像童话中的仙境一样。

渐渐地，雨小了，天明亮起来了。下课铃声一响，我便飞奔到走廊上。快来看啊！调皮的雨点儿落到了我的头发上，像玩起了滑滑梯。它一路向下滑，滑到了我的肩头，滑过了我的手臂，滑进了我的掌心里——又冰又凉。我情不自禁地伸出舌头舔了一舔，嗯，有一股甜甜的味儿！

给“江体”的一封信

●方城小学六(5)班 江诚者 指导老师 徐淑萍

亲爱的字体：

你好！

你还记得你以前的盛世容颜吗？算了，让我帮助你回忆吧！今天，你目睹了郑同学的作文，你一定很羡慕吧！你的同伴的线条是如此清楚分明，看上去这么流畅匀称。可是，你记得吗？早在两三年前，你也是如此，你的脸庞是如此英俊。当时你的颜值碾压全场：线条粗壮有力，笔笔精神饱满，轻重分明，轻时如蜻蜓点水，重时如波浪翻滚，只能用封神一词形容！

回忆完曾经的盛世容颜，再看看你现在的副落魄的模样吧！你长得七扭八歪，跟个秋千似的摇摇摆摆，用直白的语言来说，就是丑死了！可能你也会异常纳闷：两年的时间，到底经历了什么？或许，错误就在你的主人那里！

没错，你的主人就是我！到了高段，学业压力的增加，作业量的增多，首先放弃的便是你的容颜。相信你肯定会异常愤怒，异常难过吧！可是，以学业为重是每个学生的职责，有时为了快速完成作业，你的主人——我只好“龙飞凤舞”了！唉，我也很无奈啊！

就拿一次考试来说吧，那次真是令你颜面扫地啊！

当时，在紧迫的时间里要完成试卷上密密麻麻的答题，你的主人我头疼欲裂，完全没有想着让你变得美观，只想一口气干完整张试卷。考试时，伴随着“唰唰”的声音，笔在试卷上飞速舞动，可是当写完试卷时，我才发现你已经被摧毁。

线条轻柔无力，笔画颓废无神，笔笔歪七扭八，扭成一团如乱麻，且小如蚂蚁，简直将人逼出了密集恐惧症。

这下可好了，你终于被忍无可忍的老师痛斥了一番。她拿出了令你和同胞胆寒的利器——手机，给你全身扫描了一遍。于是，你的“体检报告”新鲜出炉了——有好几个字竟然连现在的识别技术都没法识别！化、前、钩……这些平常的字俨然成了妖魔鬼怪，忽大忽小，小的如一粒微尘，大的如泰山压顶。它们造型迥异，你的颜值毁于一旦！于是，你有了美称——“江体”。你丑陋的面孔在同学面前毫不修饰地展现出来，我可谓是羞愧难当。亲爱的字，我一定会用心练习，好好守护你的形象！

现在，我已经意识到了自己的错误，决定洗心革面。每次完成作业时，我总是一笔一画地用心书写，平时抽空还会多练习。希望“江体”成为令你骄傲的名字，你对近期的整容手术还满意吗？

亲爱的“江体”，我爱你现在的模样吧？

祝

一步一台阶，永葆美丽！

江诚者
2022年12月10日

触屏时代

●横湖小学六(3)班 颜智博 指导老师 林巧

—

爷爷不知道什么时候把视线从报纸上移到了我的平板电脑上……

“这个是什么？看起来挺有意思。”

“这是游戏，您看，用手指往上一挑，角色就会动起来。”

“你的手是动了，但平板电脑是怎么知道的？”

“您不懂，现在是触屏时代了！”我有些不耐烦，低下头继续玩起来。爷爷似乎意识到了这一点，叹了口气后便走下楼去找别的爷爷奶奶谈天论地去了。

二

吃完午饭后，爷爷一脸困惑地走到了我的身边。“爷爷，您又来了。”

爷爷像是在思考似的喃喃道：“邻居老王的儿子前两天给他买了个你手里的东西，他已经好几天没出来了……”

我开始思考：这不是手机吗？怪不得王爷爷好久不来找爷爷一行人唠嗑了，一定是在微信上找人聊天！

三

离晚饭还有几个小时，爷爷也不知道是看见了什么，有点儿郁闷。实际上我也挺生气的，刚才去找小婧玩，结果她都不肯理我，一直在刷视频，手指在屏幕上飞速滑动。所以我把满腹怨气撒在了手机上——其实也不敢真发泄，顶多就是负气地将它往床上一甩罢了。

四

忽然回想起几小时前的场景：爷爷恭恭敬敬地捧着手机进来，让我教他用，还附了一句：“那一群老朋友全是人手一部呢。”我当时还以胜利者的姿态，对着谦恭得像个学生的爷爷说什么科技发展得多快啦，笑爷爷多过时啦……现在回想起来，我可真是笑不出来。这，就是触屏时代？

五

吃过晚饭，我叫住正想下楼的爷爷：“爷爷，您不是会用手机了吗？”爷爷的眼里泛着亮光：“会了，但是，老王他们在外面等着我呢！”

坚持最可贵

●九龙小学开元校区五(2)班 杨馨雅
指导老师 罗巧玲

“挖荸荠了！挖荸荠了！”那一小片的荸荠地里，我们正在挖荸荠呢！

初拿锄头的我还有些茫然，便找了一个被別人挖过一点的坑，弯下了腰，举起锄头，用力地挖了起来。一时间，泥土四溅，尘土飞扬。不一会儿，我的身后便堆起了一个小小的土堆。

挖了半天，那个小小的土堆渐渐大了起来，坑也变得大了，深了。几株草根出现在坑的周围，却迟迟没有荸荠那黑黑小小的身影。我累坏了，大口大口地喘着粗气，放下锄头。我细心地看着，一个个小土块都变成了粉碎，唉——什么也没有！

我走到别的同学身后，哇！有挖出一两个的，也有挖出五六个的，竟然还有挖到小半袋的。看着空空的袋子，我的心中一阵懊悔：唉，我当初为什么不去别的坑挖呢？我又找到了一个坑，奋力地挖起来。

突然，一声尖叫传到了我的耳朵里：“哇，这儿有一个！”只见一个同学在我挖了一大半的坑上，对其他同学炫耀着。我懊悔了起来：如果我刚才再坚持挖深一点，这个荸荠就是我的了！我为什么没有坚持呢？

我继续锄起地来，一下，两下，慢慢地，这个坑也大了。功夫不负有心人，一个小小的，黑黑的，圆圆的小东西映入了我的眼帘：“哇，荸荠，这可爱的小家伙！”我放下锄头，小心地把它取了出来。那光滑的表皮上透着光，也透着我激动的笑脸。终于挖到你了，淘气的小家伙！

洗去上面的尘土，咬去皮，小巧的白如玉的美味便整个被我送到了嘴里，又香又脆，还有一丝微苦。但在我心里，它比我吃过的所有蜜都甜！从中学，我悟出了一个道理：坚持最可贵！

难忘的篮球赛

●九龙小学开元校区五(3)班 蔡翌奇

片片乌云弥漫天空，仿佛要压下来似的。“滴滴答答，滴滴答答”，天空中下起了小雨，天地之间一片死气沉沉。体育馆里，却传来阵阵呼喊声，一场场激烈的篮球赛正在如火如荼地进行着。

伴随着一声呐喊，这场篮球赛已接近尾声。马上就要轮到我们上场了。空气仿佛凝固了，我的头上微微冒出虚汗，紧张到了极点，但我尽力让自己平静下来。

只听一声哨响，比赛开始了。我、小江、小程严阵以待。小江迅速递交球，如同一只猛虎带着球飞奔出去。那球好似粘在他身上一样，甩也甩不掉。我和小程则向两边小跑。就在这时，小江一个急刹身，以迅雷不及掩耳之势转身起跳，把球传给了我，我立马纵身一跃，成功接到球。正当我得意时，对方却不按常理出牌，两个人同时守住我。我拼命地用左手挡住对手，右手快速地拍着球，同时两腿不停地跑动起来，企图突破对方的包围圈。然而，双拳难敌四手，眼见着就要失手，只见小程防护空虚，我起身一跳，将球抛了过去。可谁承想，半路杀出个程咬金，对手的一个队员纵身一跃，在空中接住了球，我们还没反应过来，那球竟已滚入了框内。“耶！”对方啦啦队一阵呐喊。我们的啦啦队员也不甘示弱，大喊：“加油！加油！”

比赛进入了白热化状态。这次，小程递交球。当球落入对手手里时，小程便如闪电一般猛滑到对手侧面，手一伸，漂亮，成功拦截！他没有任何犹豫，将球传给了小江，小江离球框只有十步之遥。八、五、三，小江双腿一蹬，手一投。“进，进，进！”场下齐声大喊。可对对手丝毫不慌，倚仗自己人高马大，再次拦截。“啪！”再进一球，对手又得一分。

他们遥遥领先，此时呐喊声响彻云霄，对手势如破竹。但我们依然没有放弃，快速稳定了情绪。我拿到了球，绕着球场奔跑起来，对手像装了追踪器，死死咬住我不放。我眉头紧皱，前面，没人，两旁，还是没人，都在后面！我瞅准了时机，转过身，传球，一气呵成。小程接到了球，传给小江，小江又传给了我。趁对手还没反应过来，我瞄准篮框，伸长手臂，脚尖轻轻一点，手臂使劲一抛。球被抛了出去，在空中划出一道优美的弧线。“进啊，进啊！”我在心中默念着。然而事与愿违，篮球像个不听话的孩子，撞在了边框上。球与篮框擦肩而过，狠狠地打在了我的脑门上。我的心像一颗玻璃球掉在地上，碎了。

啦啦队见我们大汗淋漓，大喊着为我们助威，响声压过了整个体育馆。我们瞬间活力满满，拼尽全力，奈何对手太厉害了，我们已经阻挡不了他们一轮轮的攻势。比赛结束了，我们以0比7惨败。队员们一个个垂头丧气的，像霜打的茄子——蔫了。

不过，胜败乃兵家常事，只要我们努力了，一切都是值得的。只有经历挫折，及时反省，总结经验，才能一步步走向成功。

山橘赞

●方城小学五(7)班 章博凯

我家有一盆山橘，它长得十分古怪，七八根树藤弯来弯去，还有细刺。这盆小小的山橘平凡极了。

它虽有些杂乱，但开的花又白又嫩，香得很。可惜这花极小，我花个半天，总是找不到它那藏于叶中的花朵。我也不去摘它的花，最多等它自个儿掉下来，我才去玩弄几下。

等到它结了果，那才叫好呢！一开始，它的果子又绿又小，与绿叶相互遮掩，等它偏黄了，我们才知道它早已结果。到了最后，一个个黄澄澄的果子有食指盖那么大，我高兴得又蹦又跳，欢呼着用小杆子把果实一颗颗摘下来。果实大多很硬，用小刀开一粒缝用来泡茶，只需五六分钟，水就变黄，有一种特别的香味，喝一口，啊！又甜又酸，清凉无比。这果子泡茶，越泡越有味道。若把果子在杯里压挤，只需十来颗，加点水、糖，就可以做出大半杯山橘汁来，别有风味。头一次喝时酸得掉牙，可多喝几次就甜起来了，很是美味。有时来了客人，我给他们尝尝，都说好喝。

这小小的山橘为什么会结出那么好的果子？它有什么特别之处？我好奇地询问送它过来的舅舅。舅舅听了，笑着说：“其实这山橘并没有什么特别之处，但它每天都拼命地扎根，长出刺来保护自己的花不受到破坏，才能结出这么美味的果实。”我想了想，明白了：“这山橘不注重外表，只想着努力渡过难关，最终如愿以偿，这就是生活的道理啊！”

这一天，我望着山橘寻思了良久，不禁感叹：“没想到小小的山橘竟有这么大的道理！”

教室里的“不速之客”

●开元小学二(2)班 叶珈丞

今天，教室里来了五个不速之客——刚出壳的乌龟。我们一见，欣喜若狂，“呼啦”一声围上去，把它们团团围住。

乌龟的种类不同，有巴西龟、草龟等。乌龟背着盔甲般的硬壳，壳上有各种不规则的图案，像一幅美丽的图画。它们的眼睛像绿豆，嘴巴宽宽的，紧紧地闭着，只露出一条白线。但是趁你不注意时，它会张大嘴巴，“啊呜”一口吞下龟粮。

我仔细一瞧，巴西龟和草龟的样子不太相同。巴西龟的壳圆圆的、绿绿的，尾巴短短的。草龟的壳是椭圆形的，颜色则是黑黑的，尾巴长长细细的。

小乌龟们最喜欢叠高高！特别是那只小草龟，老是踩在别的小乌龟的背上，使劲地往上爬，企图“越狱”呢！它们很笨拙，爬着爬着就会翻身，四脚朝天，四条小腿使劲地划动着，这样子实在好笑。

那只小草龟特别胆小，喜欢在角落里待着，一待就是几小时。有时，我趁老师改作业时，拿小棒子逗它，它马上把头缩进了壳里。怪不得，大家都喜欢叫它“缩头乌龟”。

多么可爱的小龟啊！

迎冬盛宴

●红军小学六(1)班 孙雨馨
指导老师 蔡梦莎

“轰隆！”这是什么声音？哦，原来外面正打雷呢！冬天来到了，天气也随之转凉，这雷雨好像是专门为欢迎冬天到来而举办的盛宴，十分激烈！

周三下午，我们正在上科学课，明媚的天空突然之间阴沉下来，黑漆漆的一片，如同打翻了的墨水一般，厚墩墩的云将太阳遮挡住了，整个世界失去了最后一丝光芒。

起初，天空只是发出了轰隆隆的声音，像是在打鼓一样。大约过了一會兒，天空中闪过一条白线，将天“一分为二”，随之便是“轰”的声响，仿佛发射了炮弹，声音震天动地，坐在教室里的同学们一个个都被吓得一哆嗦。

“咚咚……”雨下起来啦，一颗颗豆大的雨点从空中降落，重重地砸在了窗户上，留下了许多印痕。渐渐地，雨越下越大，雨水从一粒粒珍珠变成了一根根绣花针，似乎将天戳出了数不清的小孔子。风“呼呼”地吹着，像是野兽在咆哮，学校操场上的五星红旗被吹得“呼啦啦”地摇摆。树叶被雨水砸得“沙沙”响，叶上的尘垢被擦洗得一千二净。大树不停地跳着舞，万物都在跳着舞，风声有时大有时小，像在有节奏地唱着歌，时起时伏，别有一番风趣。

过了没多久，雨停了，风也停了，天空恢复了原来的样子，黑云渐渐地消散开来。树叶上沾满了水珠，水珠在上面滚来滚去，像闹脾气的小孩子一样。大地也湿漉漉的，上面积起了一个个小水坑，倒映着雨后天晴的天空，地面被冲刷得一丝不剩。再看远处的小山，烟雾弥漫，十分朦胧，像披上了一层薄薄的纱衣，仙女般仙气飘飘，简直是美不胜收，令人陶醉！

这场迎冬盛宴像今日的一个小插曲，来得快去得也快，我猜“黑云翻墨未遮山”“白雨跳珠乱入船”和“卷地风来忽吹散”这三句诗就是用来形容此情景吧！

我和诗词的故事

●横峰小学六(7)班 丁雨桐
指导老师 张朝红

一粒沙子，蕴含一个世界；一滴露珠，足以折射太阳的光辉；一首古诗，饱含世间大道理……从小到大，我与短小精悍、意蕴隽永的诗词的故事，不断地上演着……

小时候，诗词是一张张图画。记得在我牙牙学语时，父母就常常抱着我，指着那些彩图，一字一句地教我朗读古诗。也许从那时起，一首又一首的古诗在我的心灵深处打下了烙印。于是，在幼儿园里，当其他小朋友吃力地背诵时，“鹅鹅鹅，曲项向天歌”“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”“举头望明月，低头思故乡”“红豆生南国，春来发几枝”……这些诗句对我来说是信手拈来、脱口而出的。就这样，我一次次让小伙伴们目瞪口呆。

长大后，诗词是试卷上常见的身影。每当在考试时出现了与诗词有关的题目，我都觉得像看到了好朋友一般亲切。同时，我的诗词积累量也在不断增加。从“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”中，我感受到了李白的豪迈；从“国破山河在，城春草木深”里，我明白了杜甫的抑郁；从“一蓑烟雨任平生”中，我懂得了苏轼的潇洒；从“寻寻觅觅，冷冷清清”里，我体会到了李清照的婉约。这些古诗词中是道不尽的韵味，深深地打动我的心。

再来啊，诗词是我心中的星辰大海。在学校组织的诗词大赛中，我感受到了诗词的无限魅力，也越发觉得自己学识浅薄，所谓“书到用时方恨少”。

一首首诗词犹如衔接古今的隧道，任由我穿梭其中。它们值得久久回味，一探再探，一品再品，如酒般醇香。它们不是简单的文字堆叠，而是一缕缕鲜活的魂。这些简单明了的诗句，或清新婉约，或豪迈洒脱，或激昂澎湃，或淡雅悠然。一首首诗词犹如点点星光，那埋藏在字里行间的凌云壮志在岁月中熠熠生辉，激励着年幼的我无畏无惧，在今后的人生旅途中，乘风破浪，披荆斩棘。

一个美好的下午，微风不燥，阳光正好，一盏清茶，悠悠茗香。我久久凝视着桌上的一本本诗词，笔尖一动，《我和诗词的故事》跃然纸上。

迷人的西湖

●太平小学四(6)班 李承哲

俗话说得好：“上有天堂，下有苏杭。”今天，我和爸爸就要去西湖一探究竟。

一进入西湖，我就被眼前的景色吸引住了。一棵棵杨柳整齐地排在岸边，真是“碧玉妆成一树高，万条垂下绿丝绦”。水碧绿极了，杨柳的影子倒映在湖水里，和照射在水面的阳光交相辉映，可真是太漂亮了！

顺着一条羊肠小路，我们来到了白居易修建的“白堤”，那里杨柳满堤，游人如织。断桥也不例外，人山人海。我和爸爸手拉着手，在人群中钻来钻去，都顾不得欣赏优美的景色。

来到西湖，怎能不游览一番。游船码头边，停靠着一艘艘游艇。一声汽笛响起，游艇离开了码头，向湖中开去。

站在甲板上，我们欣赏起了风景。天是蓝的，西湖也是蓝的。水面和天交接在一起，水天一色无纤尘，别提有多好看了。船在水中开着，泛起一条条水纹，船尾浪花簇簇。

话说“近水楼台先得月，向阳花易为春”，这不，西湖一道美丽的风景线——三潭印月就这样映入眼帘，波光粼粼的水中立着三根美丽的柱子，可真像三座小塔呀！传说，在晚上，可以在三潭映月上看到17个月亮。刚过三潭印月不久，我们又看到了雷峰塔。那高高的塔顶和从大到小的结构，总让人联想起白娘子，美景配故事，真令人流连忘返。

过了一会儿，又一声汽笛响起，船靠岸了。西湖处处是美景，可真迷人啊！

第一次练跳马

●大溪小学四(2)班 裴俊亦
指导老师 卢敦良

第一次见到跳马是在学校的体育器材室。在我眼里，跳马就像一只大山羊，四条大长腿顶着个大躯壳。我很好奇，它到底是怎么玩的呢？

“你想玩吗？我教你。”体育老师带我到训练场地。一番介绍后，便给我做起了示范。看着老师行云流水般的动作，我开始在心里打起了退堂鼓：这么高，我跳得过去吗？还是省省吧！可转念一想，有老师在，怕什么？大不了出点洋相。

“你来试试。”老师招呼。我嘴上答应着，双脚却被被钉子钉住一般犹豫不前，明显感觉到心脏已经“扑通扑通”地乱跳。老师似乎明白我的心思，对我说：“不用怕，有我在。”我壮了壮胆子，来到起跑线上，一阵助跑后，纵身一跃，双手刚触到跳马，身体就像铁蛇似的落在上面摇摇欲坠。此刻的我就像一只泄了气的皮球，耷拉着脑袋。

老师走过来，拍了拍我的肩膀，说：“不要紧，慢慢来。主要是害怕让你畏手畏脚，只要克服了心理障碍，就一定能成功。”我点头称是，在心里默默给自己鼓劲：“不要怕！不要怕！”重新回到起跑线，助跑，蹬板，起跳，腾空……结果，身体又一次诚实地落在跳马上。我沮丧极了，唉！这就是平时缺少运动的人的悲哀吧！

老师对我说：“由于你助跑的速度不够，导致腾空后的推力不足，身体自然过早坠落。如果加快助跑速度，结果可能就不一样了。”这一次，我牢记老师的教导，助跑时逐渐加速，只听见风声“呼呼”作响，当接近踏跳板时，我瞅准时机用力一蹬，身体就腾空而起，借助惯性双手用力一撑，身体果真像小鸟展翅一般轻松越过跳马并安全着陆。

“终于成功了！”我兴奋地高呼。从这件事我感受到，面对困难，必须要抛弃懦弱和胆怯，因为成功只眷恋那些锲而不舍、勇往直前的人。