

支你三招 ,让心儿 怦怦跳起来

指导老师 太平小学 陈佩芬

四年级上册第八单元习作内容是 选一件令你心儿怦怦跳的事情写下来 ,写清楚事情的经过和当时的感受。令你心儿怦怦跳的事肯定不少吧？当众发言时的紧张、独自面对时的恐惧、久别重逢时的激动、等待结果时的忐忑、获取成功时的喜悦等 ,都是你心儿怦怦跳的时刻 ,如何把事情的经过和当时的感受写清楚 ,写出 心儿怦怦跳 是本次习作的要点 ,那就让老师支你三招吧。

第一招

绘制心跳动态图——定格“心跳”

选择一件最让自己心跳加快的事 ,想想这件事可以分成几个阶段来写 ,自己心跳得最厉害的地方 ,就应该停下来 ,多写一些感受了。

有位同学分享的事是 那次测试 ,看看他画的心跳动态图：

自信（开始考试）——紧张（遇到难题）——担心（交完试卷）——崩溃（拿到试卷）——害怕（面对妈妈）

想想最让你心跳的事是什么呢？这件事可以分成哪几个阶段来写？你也来画画属于自己的心跳动态图吧 ,可以设计成自己喜欢的样子哦。



第二招

丰富内心活动——写出“心跳”

如何把 心跳时刻 写详细呢？那就要写清楚自己的内心活动 ,也就是把当时自己内心的想法写具体。给你支三小招吧。

1.回想之前行为：

瞟一眼同桌那神情自若的样子,笔尖在她试卷上移动,我还能考到九十分以上吗？小菲啊小菲,谁让你之前上课不专心听,复习也不认真,脑子里只想着下课玩什么、回家吃什么呢？

2.聚焦当下心情：

抬眼看了一眼大屏,糟糕！离考试结束只有四十分钟了,我还有两道阅读问答没有完成,光写作文平时就至少四十分钟了。完了！完了！这下真完了……

3.想象之后可能：

越想越紧张,越紧张脑子里越像灌进了浆糊,握着笔的手也不听使唤了,写的字也歪歪扭扭的。我考差了怎么办？老师会不会狠批我呀？妈妈这回会不会打我,会不会禁止我看电视？同学们会怎么笑话我……

老师来总结》

动笔写作之前先给最让你心儿怦怦跳的事绘制一张心跳动态图,定格住“心跳”,在写事过程中丰富内心活动,写出“心跳”,借助面部表情、语言动作、身体反应等外在表现,写活“心跳”。掌握好这三招,你的心儿就能成功地“怦怦跳起来”。

第三招

借助外在表现——写活“心跳”

把 心跳时刻 写详细 除了写清楚自己的内心活动 ,还可以借助外在表现 来表现当时的心理状态。再给你支三小招吧。

1.面部表情的变化：

看着考试卷上老师留下的潇洒的红红的“79”,我脸唰的一下就红了,肯定像个熟透了的红苹果吧。

2.动作语言的表现：

我一把抓过自己的试卷,迅速揉成一团,哇的一声哭出来:“考得这么差,我该怎么向妈妈交代呀?”

3.身体机能的反应：

一触到妈妈那愤怒的眼神,我立马低下了头,恨不得有条地缝让我钻进去,双手不停地捏着衣角,腿也不住地打颤,心儿怦怦得都要跳出来了,后背惊出了一身冷汗。

在写心儿怦怦跳的时刻时 ,你如果把内心活动、面部表情、语言动作、身体反应这几方面描写进行巧妙组合 ,就能把当时的感受写得更生动、具体了 ,这样你心跳的程度也就描写出来了。

例：王小菲 ,你给我过来！老师的声音如一声惊雷 ,震得我的心也跟着颤抖起来。我涨红着脸(面部表情) ,难道老师要当面批评我吗？我该怎么下台啊？(内心活动)我紧张极了 ,不停地咽着口水：我 ,我 头低得都埋到校服的领口里了(语言动作) ,脚底发麻 ,攥紧的手心里湿漉漉的(身体反应)。

修改前后比较

先来看看王梓悦同学修改前后的作文吧 ,变化是不是有点大哦？

修改前习作

第一次演讲

太平小学四(3)班
王梓悦

一分钟、两分钟 时间一分一秒地流逝 ,我拿着讲稿紧张地等在后台 ,演讲比赛正在进行着。

下面请三(3)班王梓悦同学上台演讲 听到这 ,我更加紧张了 ,心跳得更快了。我慢慢地走上台去 ,拿住话筒的手都在颤抖。我深吸了一口气 ,对自己说 不能紧张 ,不能紧张。我挺直腰走到台中央 ,深深地鞠了一躬 ,然后抬起了头 ,发现下面人山人海 ,大家都看着我 ,心都要跳出来了。尊敬的老师 ,亲爱的同学们 刚开了个头 ,糟糕 ,忘词了 ,大脑一片空白。幸亏我还比较机灵 ,用自己的话及时掩盖了忘词的尴尬。后来还算比较顺利 ,终于讲完了 ,我松了口气 ,连鞠躬感谢都忘了 ,就跑下了台。

自从这第一次演讲之后 ,我之后的每次演讲都落落大方的 ,再不紧张了 ,我也懂得了 一个道理 :只要去尝试 ,一定能克服困难。

修改后习作

第一次演讲

太平小学四(3)班 王梓悦

一分钟、两分钟 时间一分一秒地流逝 ,我拿着讲稿紧张地等在后台 ,演讲比赛正在有序地进行着。

风带着寒风吹进我的每一根神经 ,我紧攥着讲稿,手心却出汗了 ,勇气化作拳头 ,一击一击地捶打着我的心 ,扑通 ,扑通 。我的上牙紧咬着下唇 ,眼望着蓝天 ,希望白云给予我力量。

下面请三(3)班王梓悦同学上台演讲 听到这 ,我倒吸了一口凉气 ,心立马提到了嗓子眼 ,根根汗毛都竖了起来。平时轻盈的腿脚 ,现在像被什么拖着那般僵硬。我颤颤巍巍地走上台去 ,脸上火辣辣的。准备了这么久 ,总不能白费吧！于是 ,我深吸了一口气 ,对自己说：我不能紧张 ,我不能紧张。我挺直腰走到台中央 ,深深地鞠了一躬 ,然后抬起了头 ,发现下面人山人海 ,大家都抬头望着我 ,顿时感觉提到嗓子眼的心都要跳出来了 ,全身的血液都凝固了。我鼓起勇气 ,再次深吸了一口气 ,拿起了话筒：尊敬的老师 ,亲爱的同学们

刚开了个头 ,糟糕 ,忘词了 ,嘴唇微微颤动起来 ,大脑一片空白 ,豆大的汗珠从我额头滚下 ,心仿佛要石化了 ,我恨不得找条地缝钻进去。幸亏我还比较机智 ,马上用自己的话及时掩盖了忘词的尴尬。后来还算比较顺利 ,紧压着如捣鼓的心 ,终于讲完了 ,我松了口气 ,连鞠躬感谢都忘了 ,就跑下了台 ,一屁股坐在凳子上 ,双腿还在打颤 ,大口大口地喘着粗气 ,捂着心口：吓死宝宝了 ,吓死宝宝了

自从这紧张的第一次演讲之后 ,我之后的每次演讲都能落落大方的 ,再没那么紧张了 ,我也懂得了 个道理 :只要勇于去尝试、去实践 ,一定能克服困难 ,取得成功的。

老师的话》

梓悦同学灵活运用老师支的三招 ,从心理活动、面部表情、语言动作、肢体反应等方面进行修改 ,把第一次上台演讲时紧张的心理过程写得生动又具体 ,很有画面感 ,那颗怦怦跳的心跃然纸上。读着她修改后的习作 ,老师都感觉心儿怦怦跳 ,替她捏着一把汗呢。

佳作赏析

客厅惊魂

太平小学四(3)班 陈禹汝

这天下午 ,婶婶把才几岁大的小堂弟送到我家来 ,妈妈让我负责看管。我的心顿时提起来了 ,要知道小堂弟可是个名副其实的捣蛋鬼 ,我可得小心了 ,不然就遭罪了。(捣蛋鬼的到来让我的心提起来 ,提醒自己要小心 ,这里是不是很自然地为下文作了铺垫？)

看他玩着手中的积木挺投入的 ,我赶紧溜进厕所方便一下。谁知刚上个厕所回来 ,发现小堂弟不见了 ,我的心抖了三抖。客厅里空荡荡的 ,沙发底下 ,电视机后面 ,都不见他的身影。清风轻拂户外的窗帘 ,没有丝毫踪迹。

小堂弟去哪了？我感觉自己的呼吸都急促起来了。再环视四周 ,只见地板上洒满了夹杂在一起的颜料。定睛一看 ,一个颜料盘倒了 ,里面的颜料流了出来 ,乌黑发亮的地板上竟印着一个饱满的清晰的 血爪印 ！我大惊失色 ,揪着裙摆后退几步 ,恐惧化成了一把锤子一下一下敲打着我的神经。是家里进坏人了吗？把小堂弟拐走了吗？坏人的 血爪印 没那么小吧？难道是小堂弟的？(神态动作和内心独白的描写 ,直接表达出我发现小堂弟不见了 ,地板上印着个 血爪印 时心里的无比紧张。)

我的心狂乱地捣鼓着我的胸膛 ,鼓起勇气推开客厅边上的厕所门 ,看向了通往地下室的门 ,小堂弟去哪了？突然 ,一阵疼痛从脚底传来 ,低头一看 ,脚尖被划破了 ,地板上散满了姐姐的玩具小棒。墙壁上又有一个 血爪印 映入眼帘 ,我倒吸了一口气 ,后背一阵发凉 ,连忙用手支撑住墙壁 ,差点瘫软在地上。有人来过这里！墙壁上的 血爪印 也许是坏人拐走小孩后留下的胜利标记吧！我的呼吸越来越急促 ,双唇紧紧抿着 ,揪着裙摆的手心里湿漉漉的 ,全身的肌肉紧绷着 ,胸口的鼓捣得更快了 ,脑海里全是小堂弟被带走的画面。想给妈妈打个电话却迈不开腿。(又是一处精彩的心理活动、面部表情、语言动作、肢体反应等结合的细腻描写 ,有没有让你也毛骨悚然呢？)

咚！地下室的门开了 ,扑通 一声 ,我双腿一软趴倒在地 ,闭上眼睛 ,发出绝望的尖叫：不要抓我 ,不要抓我！(这里象声词的运用 ,动作、神态和语言的紧密结合 ,好有画面感！)好久不见动静 ,我睁开了眼 ,只见深色的门缝中 ,透出一双不怀好意的小眼睛 是小堂弟！我的提起的心终于归位 ,但跳动的速度依然减不下来。

小堂弟的手上还沾满了红颜料 ,这 血爪印 是他按上去的呀！我恍然大悟 ,是他打翻了颜料盘 ,抹了小脸 ,散了小棒 ,躲进了地下室。这淘气调皮的小堂弟！

小堂弟终于被接回去了 ,客厅惊魂 那一幕还令我心有余悸！

佳作点评》

读着禹汝同学的这篇《客厅惊魂》,有没有一种恐怖片的既视感 ,你们的心也跟着怦怦跳起来了 吧？小作者情节安排得非常巧妙 ,在描写过程中用好了老师支的三个妙招 ,丰富了内心活动 ,借助面部表情、语言动作、身体反应等外在表现来写活“心跳” ,“客厅惊魂”才那么令你毛骨悚然 ,而后又哑然失笑的。