

科技点亮未来 超越自我启幕

——建宁实验小学“杏苗杯”第四届校园运动会



在秋暮冬初、暖阳和煦的美好时节，建宁实验小学“杏苗杯”第四届校园运动会在全体师生热切期待中盛大开幕。本届运动会以“科技点亮未来”为核心主题，各年级精心准备了以航天科技发展、百年交通工具变迁及数字化、智能化产品蜕变等题材的创意表演，充分展示了建宁学子的活力与风采。

在为期两天的比赛中，26支代表队的体育健儿们积极参与各项竞技，奔跑、跳跃、呐喊、冲刺……同学们在一次又一次的自我挑战、自我超越中汲取奋发进取的智慧力量，锻造坚韧无畏的精神品格。

——建宁实验小学党支部书记 李双

健体行远 奔向未来

——建宁实验小学“杏苗杯”第四届校运会

1902班 周川钰 证号:23040400056 指导老师:贺志鹏

青春的脚步快如飒飒秋风，纯真的笑容甜若硕果飘香。丹桂飘香，白云衬着湛蓝天空，田径场上，彩旗招展，标语飘扬，仿佛正在热情地迎接着一场运动盛会。为了强健学生身心体魄，培养同学们共同拼搏的运动精神，2023年10月31日，建宁实验小学举行了“杏苗杯”第四届校园运动会。

伴随着《运动员进行曲》的激昂节拍，护旗手高举国旗，踏着铿锵有力的步伐向主席台前进。在五星红旗的引领下，校旗方阵、彩旗方阵、吉祥物方阵步伐稳健，依次入场接受检阅，他们激情饱满、意气风发，诠释了当代青少年对祖国的热爱和崇敬之情。

运动场上，呐喊震天，各班运动健儿准备在运动场上大显身手。红色跑道上，运动员们争分夺秒，超越自我。场外的加油声、呐喊声响彻了天空，给运动健儿们带来动力和支持。

经过两天的竞技比拼，秋季运动会圆满落幕。在欢呼声中，获奖班级代表走上主席台，收获属于他们的荣耀。校长为孩子们颁发奖牌，并鼓励他们继续努力。

本次运动会展现了建宁学子的健康雄健的身心体魄，发扬了同学们积极进取的运动精神。对于奋勇拼搏的少年们来说，无论是奖牌还是汗水，都是对奋斗者的嘉奖。人生没有彩排，只要不留遗憾，每一位迈进跑道挥洒汗水的运动员都是赢家。

激动人心的运动会

2003班 甘宇轩 证号:23040400087 指导老师:甘新磊

金秋时节，随着建宁实验小学运动会的开幕，我的心也跟着被点燃了。

先来瞧瞧开幕式吧。朝阳正挂，我们整齐划一地踏步向前，呐喊着激动人心的口号，表演着美丽的舞蹈。我印象最深刻的还得是彩旗方阵了。他们的衣服是淡蓝的，跑起来像一轮浪潮掠过。在风里，彩旗欢快飘扬，宛如一个个彩色风筝，又像一只只伶俐的小鸟，展开双翅飞翔着，美不胜收。

运动会我听到最多的声音并非广播员慷慨激昂的朗诵声，也不是老师的指挥下那冲天的枪声，而是运动健将们一个个冲过终点的呐喊声，还有台下我们这些小观众的加油声。

看看跑道上，一个个健将宛如离弦之箭，飞快地冲去终点；看看观众席，我们一个个目光灼灼、目不转睛地盯着每一位运动员看，并且高亢、一丝不苟地喊出了在这时显得尤其热血的两个字——加油。在一声声助威里，我体会到了加油声里饱含着的情愫是我们寄托的希望，是热血的象征……我不禁为之感叹道：鲜衣怒马少年时，不负韶华行且知。

精彩的运动会

2005班 李明航 证号:23040400100 指导老师:李钰娟

金秋十月，丹桂飘香，秋高气爽。我们迎来了一场精彩纷呈的校运动会。

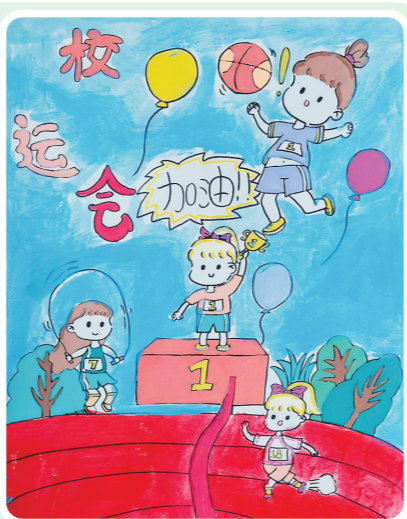
早晨，全校师生齐聚操场。运动会的正式开始，各班级排着整齐的方阵依次入场。我举着班牌，带领同学们迈着矫健的步伐进场了。朱校长致辞后，李书记宣布：“运动会开幕了”，全校沸腾。运动员们准备使出浑身解数为自己的班级争光，加油助威声此起彼伏。

比赛项目众多，包括50米、100米、200米、500米、1000米赛跑，4×100米接力赛和跳绳等。我在观战台上看得热血沸腾。我报名参加50米赛跑，开跑前信心满满，但枪声一响，我傻了。运动员们如矫兔般飞离起点，冲向终点，我追不上，最后拿到第四名。同学们扶着我，说着鼓励的话，“要不要喝水”“没事吧”，让我感到温暖。

第二天进行了其他比赛，运动会结束后，那矫健的身姿、雄壮的呐喊和热情的笑脸留在了我的心中。



2103班 陈柯圻 证号:23040400131 指导老师:张建飞



2101班 谭悠然 证号:23040400373 指导老师:张雅婷



2203班 曾莞淳 证号:23040400150 指导老师:杜欣



2104班 刘昀蕊 证号:23040400067 指导老师:单华

盼来我们的运动会

1903班 彭辰翼 证号:23040400062 指导老师:谢淮

盼望着，盼望着，今年的运动会终于来啦！我参加了两个项目：50米接力和一圈到底。50米接力赛中，全班都参加了。比赛开始时，其他班级的选手都做足了热身运动，我们则蓄势待发。接力棒传到我手上时，我什么也没想，撒开腿就往前跑去。最终，我们班取得了第二名的好成绩。一圈到底则是我觉得最有趣的项目。每个班都有一个呼啦圈，每个班的同学排成一长队。听到体育老师的哨响后，队伍前面的第

一个同学手拿着呼啦圈施展“缩骨功”，让整个身体穿过呼啦圈。我们班的所有同学都完成了这个动作，其间发生了一个笑破肚皮的小插曲：一个男同学慌慌张张钻圈时，裤子都扭掉了，他赶紧抱着裤腰躲到树底下去了。除此之外，我们班还在100米短跑和拔河两个项目上取得了第一名的好成绩。运动会真是又令人紧张又好玩，我已经开始期待明年的运动会了！

我的第一次运动会

2005班 李郁 证号:23040400104 指导老师:李钰娟

11月1日，我参加了建宁实验小学的秋季运动会，我感到特别兴奋、紧张。我早早就到了学校，和同学们一起表演手势舞。比赛项目很多，其中一个比赛是50米“飞人”大赛。我们班的郭泽宇参加了这个项目的比赛，我和同学拼尽全力为他加油，最终他拿到小组第一名。

在全班接力跑中，虽然我们班没有拿到很好的成绩，但友谊第一，比赛第二，同学们已经全力以赴。这次运动会让我明白了只要我们认真对待、努力争取，就能有所收获。每一个努力的人，都值得他人喝彩。我希望明年能有更好的表现。

有趣的运动会

2003班 孙慕凝 证号:23040400086 指导老师:甘新磊

在学校的年度运动会上，同学们热情高涨，参与各种比赛项目。虽然烈日炎炎，但大家兴致勃勃，洋溢着快乐的笑容。这次运动会设有多个比赛项目，包括跳绳、跑步和接力赛等。选手们经过精心挑选，表现出色，赢得了不少奖牌。我作为班长，虽然没能参赛，但为同学们的精彩表现感到自豪。

第二天上午，我有机会参加掰手腕比赛，也参加了拔河比赛。虽然拔河比赛输了，但我们为之努力了，这个过程让我深刻体会到了团结的力量和集体荣誉感。

这次运动会让我见证了同学们的拼搏精神和团结力量。我会继续努力，为班级争光。



爱

美的学校1807班 刘霏羽 证号:23012490375 指导老师:吴仙

今天，我的哥哥结婚了。哥哥非常紧张，而我则非常开心。我目不转睛地盯着舞台，高兴得直鼓掌！哇！新娘真是太漂亮了！她落落大方地走上台去，开心地拥抱自己的父母。那一刻，大家都感动得泪流满面，新娘强忍住泪水，挽住新郎的手。那一刻，他们是如此幸福啊，眼中满溢着爱意和幸福！

在婚礼现场，哥哥向新娘深情地说：“我爱你，一生一世。”虽然这句话很简单，但它的真挚和深情丝毫不亚于那些长篇大论。他们真是太甜蜜了！在晚宴时，他们去敬酒，手牵着手。我哥做的每件事都充满细心和爱意。我相信你们见了之后也能感受到他们的甜蜜！

他们的爱在细节中体现，在生活中的柴米油盐中沉淀，在对方的包容和理解中升华。他们的爱是无穷的，是无穷的。祝福所有相爱的人都能幸福美满！

科技与我

实验小学1803班 彭馨 证号:23010860387 指导老师:殷思婷

“科技”，这个词我们并不陌生，它就在我们身边，每时每刻都在带给我们快乐。科技已经慢慢渗透到我们的日常生活中，为人们带来了很大的便利，为人类造福。

7月3日，我们很荣幸地参加了第十届青少年机器人竞赛校园记者实践活动。这次活动让我们更深入地了解、感受科技。开幕式结束后，老师让我们分组采访领导。下面是我们采访的过程：

我们介绍完后，开始提问：“请问这个科技大赛的意义是什么？”领导回答道：“科技大赛的最核心意义是让我们的孩子热爱科学，致敬科学。然后在小朋友心中播下科学的种子，立志成为一个伟大的科学家，因为我们要迎接人工智能的时代。”我们仔细倾听，认真做笔记。尹一佳继续问：“那我们这个竞赛是想要达到什么样的目标呢？”领导回答：“通过比赛，以赛助学。比赛以后一定要总结自己，从而不断完善自己，超越自己。”

我们生活在科技的时代，我们在科技的生活中成长。作为新时代的创建者，我们应该立下宏志，勇攀科技高峰。展望未来，我们的祖国将是一片大好风光，在不久的将来，我们的生活会被科学技术打造得更加美好。科技不仅在我们身边，更在我们心中！

《战狼》观后感

市中二附属小学1915班 陈明轩 证号:23042560208

这是一部充满爱国情怀的电影。周日下午，我和奶奶去观看《战狼2》。影片中有很多惊心动魄和感动人心的场面。电影主人公冷锋是中国军人，在非洲执行任务时遭遇战乱，他奋不顾身保护众人，中国大使馆也曾在非洲保护侨民。看到战乱时，其他国家的大使都回国了，但中国的大使却仍留在非洲。这让我感到骄傲和自豪，因为我们的身后有一个强大的祖国为我们撑腰！冷峰不顾个人安危，在另外两位助手的帮助下，消灭了恐怖分子。这让我深深感受到中国军人的伟大和可爱。当冷峰举起国旗顺利通过战区时，我感到国旗的美丽和灿烂，它代表着我们伟大的祖国时刻保护着我国人民。

看完电影后，我更加热爱祖国，深刻认识到一个人在异国他乡没有强大的祖国做后盾后果是不堪设想的。我立志长大后当一名军人，像冷锋一样报效祖国！

最温馨的鬼片

南方第一小学2001班 袁溢唯 证号:2302060506

今天我看了一部名为“温馨的鬼片”，电影主角是一个名叫米格的小男孩，米格的太奶奶小时候，她的父亲经常给她唱“请记得我”这首歌。这首歌是专门写给他的女儿，也就是米格的太奶奶的。然而，因为某些原因，他离开了他的女儿和妻子。后来，他的妻子非常恨他，因此禁止家族唱歌。但是到了米格的曾曾孙子那一代，这个规则发生了改变。有一天，米格看到了一场音乐会，他很想参加，但他没有吉他。他尝试向很多人借用吉他，但都没有成功。最终，他找到了曾曾父亲的吉他。他心想：“我是你的曾曾孙子，借用你的吉他应该没问题吧？”在弹奏吉他的过程中，他被传送到死去的人生活的地方，在那里他交了一个朋友。然而，他没有意识到这个朋友就是他一直在寻找的曾曾父亲。在活人的世界里，米格的吉他亲人在寻找他。米格也一直在寻找他的曾曾父亲。经过很多事情后，他终于在一个大洞中与朋友聊天。在谈话中，他提到了他的女儿可可，并意识到他的朋友就是他的曾曾父亲。最后，他的曾曾母亲将他送回了活人的世界。米格回到现实后，立刻拥抱了他的父母……

这部电影是我看过的最温暖的电影。

来农村的一天

白鹤小学一(5)班 刘梓彤 证号:23040110484

今天，妈妈带着我来到充满生机的农村，让我与大自然亲密接触。我的老家就在这里，爷爷住在这里，他可是个勤劳的农夫。妈妈提议说：“儿子，今天我们一起起来给玉米施肥吧！”我兴奋地回答：“好啊，好啊！”

于是，我和妈妈、爷爷一起加入了施肥的队伍。我提起肥料桶，戴上手套，感觉瞬间变身成了小农民。我拿起肥料往土地里撒，每一次撒肥都像是在给玉米喂食，真有趣！

不知不觉中，我们已经完成了施肥的任务。这时，天空开始阴沉下来，似乎要下雨了。我和妈妈、爷爷赶紧收拾好东西，一起回到了家里。

今天的经历让我更加了解了农村生活，也让我体验到了劳动的乐趣。虽然只是简单地给玉米施肥，但这段亲近大自然的经历让我感到无比珍贵。

游星月湖公园

白鹤葵溪小学1901班 张书皓 证号:23040060702 指导老师:陈珊老师

在这春风送暖的时节，我和家人来到星月湖公园游玩。那里的风景迷人，让人流连忘返。

一进公园正门，映入眼帘的是一条林荫大道。两旁的杨树高大挺拔，排列整齐。微风吹来，杨树摇摆着嫩绿的枝叶，仿佛在欢迎游客的到来。道路两边盛开着各种美丽的花儿，令人心旷神怡。

我们继续前行，来到了月湖。湖水碧绿如玉，仿佛被周围的绿树、绿草染过。蓝天、白云和周围的景物都倒映在湖中。湖岸边的垂柳飘荡着嫩绿的柳丝，有些还划过湖面漾起丝丝波纹。周围回荡着各种鸟雀的欢快歌声。

我们绕着星月湖散步，边走边欣赏风景，不知不觉就走进了桃花林。满树桃花灿若烟霞，让人仿若置身仙境。每一朵桃花都绽放得娇艳动人，让人不知该先欣赏哪一朵才好。

这次星月湖之行真是一次美好难忘的回忆。

《八角笼中》观后感

白鹤葵溪小学1905班 张以彤 证号:23040060734 指导老师:黄杨

暑假期间，我的父母带我去看了王宝强执导的电影——《八角笼中》。最初我并不明白他们为什么选择这部电影，于是我向父亲提出了疑问：“爸爸，这部电影会好看吗？我们为什么要看这部电影？它讲述的的是什么？”父亲听后笑着回答：“你看了就知道了。”

这部电影讲述了一位退役的格斗冠军——向腾辉的故事。他本想在退役后过上平静的生活，但当他发现了一群无家可归、四处流浪的孩子后，他决定开办一个格斗俱乐部来帮助这些孩子。这部电影展现了向腾辉为了孩子们能走出大山，走出困境所付出的努力和坚持。

片尾的一场比赛给我留下了深刻的印象。苏木北面强大的对手，被打得鼻青脸肿、血肉模糊，但他并没有放弃。他想到了家中的困境，想到了瘫痪的姐姐，想到了那句“格斗是我唯一的出路”。这些信念让他振作起来，用坚定的信念转化为强大的力量，最终击败了对手，反败为胜，创造了奇迹。

看完电影后，我明白了许多。我明白了生活的不易，也明白了为了生活而奋斗的意义。我对爸爸说：“山里的生活和现实的生活相差很大，他们为了生活只能四处找活，更别说去学校读书了。而我还经常抱怨读书很累，压力大，但是跟他们相比，读书已经是最轻松的了。”听到我的话，爸爸满意地笑了。