

### 前言

金秋送爽，丹桂飘香。9月28日，白鹤菱溪小学操场彩旗招展、鼓乐喧天，一年一度的秋季运动会正式拉开帷幕。

开幕式上，五彩斑斓的气球腾空而起，承载着孩子们的梦想与希望，为盛会拉开梦幻序幕。随着一声枪响，紧张刺激的比赛正式开始。广播里的加油声、赛场边的呐喊助威声，交织成激昂乐章。运动健儿们在跑道上勇往直前，在跳高、跳远、实心球赛场奋力拼搏，每一个瞬间都彰显着少年活力。

颁奖典礼上，有摘得桂冠的欢欣雀跃，也有与奖牌失之交臂的小小失落。在落日余晖中，运动会落下帷幕，但那份拼搏的激情与团结的温暖，将永远铭刻在菱溪少年的记忆里。

## 跑道上的坚持

2004班 楚婉馨 证号：zz2024122000077 指导老师：黄之江

伴随着习习秋风，运动会拉开了帷幕。最牵动人心的莫过于1500米比赛，代表我们班参赛的是小晨和小彦。

运动员们精神抖擞，小彦目光坚定，对胜利充满渴望。“各就位——”裁判一声令下，全场瞬间安静。六位选手如箭在弦，蓄势待发。“砰！”枪声一响，小彦如离弦之箭冲了出去，观众席顿时沸腾，“加油”声此起彼伏。

起初，选手们差距不大。第三圈时，小彦和小晨遥遥领先。小彦步伐稳健，小晨紧随其后，但略显吃力。啦啦队呐喊助威，小彦挥舞拳头大喊：“陈彦加油！”

最后一圈，局势突变。五班选手追至第二，仅落后小彦六七米。两人展开激烈角逐，汗水浸透校服，但谁也不肯放弃。小晨虽落到第四，仍咬牙坚持，目光倔强。

最后50米，全场屏息凝神。小彦与对手几乎齐头并进，最终他怒吼一声，奋力冲过终点。全场欢呼震动，小晨也坚持到底，赢得掌声。

这场比赛让我深受震撼——跑道如人生，领跑需要勇气，跟跑需要坚持。只要拼搏，每个人都能书写属于自己的精彩！

## 我们赢啦！

2212班 谭佳欣

证号：zz2024121800325 指导老师：刘艳红

“啊啊啊！”长绳翻飞，同学们围成圈，校运会长绳比赛把气氛烘得滚烫！

比赛前老师带我们练了几遍，刚练完就通知检录，我又激动又紧张，手心冒汗。“啪啪啪……”甩绳手一就位，长绳有节奏地甩着。“预备！呀——！”刘一超第一个冲进去，开了漂亮头。同学们一个接一个钻绳、起跳，衔接丝滑。

马上到我了，我盯着长绳默默数，前面的同学刚跑出，我立刻冲进去，顺利完成接力。前两分半钟配合完美，可“最后30秒”时，有同学绊绳，长绳脱手！我心提到嗓子眼，荣子毅飞速拉回，大家接着跳。

“嘘——”终场哨响，叶老师竖大拇指。田淼鑫小声说：“好像300多个！”老师宣布：“我们班第一名！”

“耶——”欢呼响彻赛场，我们蹦着、击掌，这份快乐与团结，是成长里最亮眼的色彩。

# 赛场逐梦，青春飞扬

## 白鹤菱溪小学秋季运动会精彩瞬间



## 一场惊心动魄的冲刺

2104班 黄俏儿 证号：zz2024121800197 指导老师：黄滢

艳阳高照，却比不上“小菱角”们力争上游的光芒。操场上，一年一度的运动会正激烈地开展着。

女子五十米比赛即将开始，小队队员们站在起跑线上，身体微微前倾，紧绷的姿态像拉满的弓。我们班的小倩同学，眼睛紧紧盯着跑道前方，连呼吸都放轻了几分。“呼！”裁判高举的发令枪骤然响了，她立刻奋力向前冲。“加油！加油！”我扯着嗓子大喊，声音发颤。起步时，她没占到优势，还落后了半步。

就在我捏着一把汗时，小倩忽然加速，双腿用力蹬地，像蓄势待发的猎豹般迅猛。不过一两秒，就超过了身边一位对手。可比赛依旧胶着，我屏住呼吸，目光紧紧锁着她。转眼间，她冲到

了第二名的位置，手臂快速摆动，像不知疲倦的钟摆；步伐越来越快，又像永不停歇的马达。可第一名跑得极快，始终领先一小截。我暗自咬牙，握紧拳头，身子不由自主地跟着她往前倾。

近了！近了！终点线就在眼前！千钧一发之际，小倩像爆发的闪电，“嗖”地掠过前方的“风”，以微弱优势超越第一名！象征胜利的红丝带还飘在她身前，我激动地挥臂欢呼：“小倩，你太厉害了！”同学们纷纷围过来，眼里满是敬佩。大家都知道，这短短十几秒里，她拼尽了多少力气。这份韧劲，让我久久不能忘怀。颁奖台上，小倩瘦弱的身影里，藏着巨大的力量。她是我们的骄傲，更是“力争上游”的最好榜样！

## 接力棒上的激情

2107班 王晨宇 证号：zz2024121800442 指导老师：郭意平

运动会的压轴项目100米接力比赛即将开始。说来也巧，当天大部分时间被乌云遮住了太阳，却在这个项目即将开始时透出了一丝阳光。

所有班级都在操场上集合，期待比赛的开始。前几轮比赛很快结束，很快轮到我们班一组比赛。别人班的比赛终究不如自己班的看着兴奋。参赛选手在跑道上严阵以待，其他人则聚集在线外，或激动地讨论着，或安静地凝神看棒。

第一棒的翔宇弓身蹲下，双手撑地，像一张拉满的弓，蓄势待发。“砰！”枪声划破长空，他如离弦之箭般冲出，他的运动服在阳光下格外耀眼。交接棒！第二棒的佳尧精准地接住接力

棒，步伐有力，迅速拉开与邻道选手的距离。

第三棒的惊法伸出右手，目光紧盯着佳尧飞奔而来的身影。就在交接的瞬间，接力棒稳稳地落入他手中！他全力冲刺，耳边是呼啸的风声和同学们震耳欲聋的呐喊：“加油！加油！”他双腿像装了马达，每一步都踏出冲刺的节奏。最后一棒是我们的“飞毛腿”嘉辉。他如猎豹般疾驰而去，超越一个、两个……最后十米！他奋力前倾，以微弱优势率先冲过终点线！

所有人都兴奋了，激动了，欢呼雀跃着。阳光在这一刻也更明媚了，运动员取得胜利的昂扬，大家共同欢欣洋溢的笑容，是烈日下挡不住的耀眼光芒。

## 芳草地

责任编辑付文婧

## 独爱蓝月谷

二中附二小(4)班 龙沐琳 证号：zz2024120200027 指导老师：蔡春燕

有人偏爱方特乐园的热闹，有人沉醉钱塘江大潮的壮阔，而我，独钟情蓝月谷的梦幻。

刚下过雨的蓝月谷，四周笼着一层薄纱似的雾，像位含羞的姑娘。走进谷中，溪水是淡淡的蓝，越往深处，颜色越发浓郁，成了透亮的湛蓝。冷冷溪水潺潺流过，岸边杨柳的枝条如发丝拂水面，漾开细碎的波纹。清晨的阳光洒进溪里，竟映出一道绚丽的彩虹，溪水在虹光下，蓝得更纯粹、更动人了。

继续往前走，踏上一座石桥。桥下的鱼儿不时跃出水面，水花溅起又落下，一圈圈波纹在溪中荡开。鱼儿跃水的声响，混着溪水汩汩的流淌声，在岸边奏响了一曲自然的交响乐。

再往里走，微风拂来，裹着一缕清甜的花香。是茉莉？是蔷薇？都不是。往溪中望去，几株野花在风中摇曳；低头时，忽然发现脚边有个粉色小身影——原来是只小壁虎！它探着头，我走到哪儿，它就悄悄跟到哪儿，模样灵动极了。我忍不住想，谷的深处会是什么模样？

正想着，远处传来吆喝：“无人机航拍，二十元一次！”真是想什么来什么。没等我开口，爸爸已笑着说：“安排！”他把遥控器递给我，我操控着无人机缓缓升空，直到与身旁小山齐平才停下。从高空俯瞰，蓝月谷被群山环抱，形如月牙，景色比地面所见惊艳数倍，像从童话里裁下的画卷。细细的溪水蜿蜒流淌，岸边杨柳宛如娴静的姑娘在对镜梳妆，风一吹，溪水闪着细碎的光。

归还无人机后，我们走到谷的尽头。没有万分的欢闹，这里只有山水的静谧。这般如诗如画的蓝月谷，你难道不想来看看吗？

## 绘画作品



株洲市二中附属小学三(1)班 池梓萱  
指导老师：刘雨佳

## 秋姑娘

## 20年后我的悄悄话 ——写给爸爸妈妈的一封信

天元区白鹤学校二(6)班 刘诺可 证号：zz2024121200763 指导老师：颜珍珍

最最亲爱的爸爸妈妈：

今天美术课上，老师让我们画“心中最美的妈妈和最帅的爸爸”。我画的是月光下，你们轻轻抱着我的样子。此刻趴在课桌上，我忽然忍不住想象，二十年后的时光里，你们两鬓或许添了白发，可眉眼间的温柔，一定还和现在一样。

二十年后的妈妈，您或许会戴着老花镜，坐在窗边替我织毛衣。说不定毛线团里，还缠着当年给我扎小辫的粉红色发绳。爸爸的肩膀可能不再像现在这样宽阔，却依然会在我回家时，悄悄把削好的苹果递到我手上——在你们眼里，我大概永远是那个长不大的小丫头吧。

现在的我，已经把你们教我的儿歌、讲过的故

事，都悄悄“存”进了心里的时光胶卷。等二十年后的某天，我要把这些回忆翻出来：换我给你们讲睡前故事，换我在你们睡着时，轻轻盖好被踢开的被子……就像你们曾经为我做的一切那样。

亲爱的爸爸妈妈，时光或许会在你们脸上刻下皱纹，可你们眼里的光，永远是全世界最温暖的。二十年后的我，或许能独自面对风雨，但你们永远是我最坚实的依靠，累了的时候，我回头就能看见。

祝爸爸妈妈身体健康，天天开心！

永远爱你们的宝贝：诺可  
2045年10月7日

## 我们一起学雷锋

长郡云龙实验学校六(5)班 李瑾瑜 证号：zz2025011200008 指导老师：周钰华

每当想起雷锋叔叔，我总会浮现植树、捡垃圾的画面，那是追寻他足迹的难忘时刻。他用一生诠释奉献与友爱，精神如明灯，照亮我们关爱他人、成为对社会有用的人的路。

一个阳光明媚，我们带着铁锹、垃圾袋奔赴植树地，满是劳动热忱。一到目的地，大家分工忙碌：挥锹挖坑的人不顾汗珠，扶苗的人似护珍宝，提水的人为树苗送甘甜。彼此扶持、共解难题，欢声笑语里满是生机。

午后转去河边捡垃圾，我们化身“环保小卫士”：弯腰找草丛里的纸屑烟头，用夹子清石缝

塑料瓶，专人收垃圾不漏网。烈日下衣衫湿透、腰酸背痛，可看着整洁的河岸，我们满是自豪，这是为株洲山水梳妆。

这次活动像钥匙，打开我们对奉献与友爱的认知，也种下爱自然的种子。原来奉献从非壮举，友爱不是空口号，都在平凡小事里。

雷锋虽远，精神永存。在株洲，我愿以他为榜样：帮老人指路、公交让座、助环卫扫叶……小善举都是雷锋精神的光。愿我们携手，让雷锋精神在株洲绽放，代代传承，做新时代践行者，写温暖篇章。

## 磨出来的幸福

天台小学三(3)班 何天宇 证号：zz2024121300054 指导老师：陈周楠

国庆第三天，我们一家回了浏阳外婆家，最难忘的是和家人一起磨豆腐。

走进磨坊，外婆仔细清洗石磨，连缝隙里的旧豆渣都抠干净。妈妈拎着黄豆笑说：“今天得把这些豆子磨完！”外婆又在磨下摆好瓷盆，准备就绪。外公先示范，双手扶磨柄熟练转动。外婆一旁叮嘱：“转两圈加一勺豆，每勺十颗左右，别多别少。”我们都记在心里。磨豆开始了。妈妈主动加豆，爸爸转磨。爸爸刚转两圈，妈妈就把匀好的豆子倒进磨洞，爸爸接着快速转。白白的豆浆顺着磨缝缓缓渗出，“嗒

嗒”声像在奏“豆子变豆浆”的小曲。我望着眼馋，上前抓磨柄使劲推，可石磨沉得像铁，纹丝不动。我有点失落，换去帮忙加豆，不管做什么，都觉得新鲜有趣。磨了许久，一桶豆子终于磨完。外婆把豆浆端进厨房，用纱布滤去豆渣，再加石灰水。真神奇，液态豆浆慢慢凝成固态水豆腐，像变魔术！

热气腾腾的水豆腐上桌，我赶紧尝一口，又嫩又滑，满是豆香，一抿就化，比买的还甜。看着全家围坐分享，我忽然懂了：幸福生活，要靠勤劳双手磨出来。

## 夏日赛场的最后一搏

2005班 曾晨曦 证号：zz2024121900086 指导老师：谢乾

蝉鸣清风中，烈日下的校园因运动会而火热。运动员竞速，拉拉队呐喊，空气里满是燥热。

那个午后，我站在女子800米起跑线，手心冒汗、心跳如鼓。这是我小学最后一场运动会，跑道尽头是童年时光的收尾，我攥紧了拳头。

“各就位！”指令打破喧闹，周围选手自信热身，我膝盖发颤。这时，看台角落的班级拉拉队举着加油棒望来，目光如暖阳，驱散了我的忐忑。我暗自鼓励：“不能输！”

“呼！”枪响，我冲了出去，死死盯着前方。熟悉的呐喊炸响：“加油！再快一点！”那声音让我充满力量。

但很快，疲惫涌来。口干舌燥，手臂沉重，双腿似绑铅块。汗水滚落，我几欲放弃。可瞥见加油棒，我咬牙坚持。

最后一百米，我眼前发花，却脚劲十足，手臂甩得更开，只想“再往前一点”。撞线那一刻，我被扶住，同学们围上来递水、擦汗，暖得我鼻子发酸。

这次800米，我尝到了坚持的甜，更懂得了：友情是看台呐喊，是冲线后的水，是让人再多跑一步的珍贵力量。

## 精彩片断

枪声响起的那刻，他们脚底劲向前冲，身影像风一般掠过。一圈又一圈，汗水顺着额角滑下，湿透脸颊，一滴滴砸在跑道上，晕开小小的印记，好似阳光下绽放的向日葵。急促的喘息声此起彼伏，像破旧的风箱在拉扯，但没有一个人放慢脚步，都靠着心底坚定的信念，一步不落地向前奔跑。

(2112班 赵婉婷 证号：zz2024122000208 指导老师：王伟伟)

颁奖仪式上，我得知自己没有获奖时，心中涌起一阵失落，但很快调整好心情。我想起了自己在赛前的紧张和比赛时的拼搏。这些经历让我明白，运动会不仅仅是为了奖牌，更是在挑战自我。小组第一是我努力的证明，虽然没有奖牌，但这段经历让我成长，让我更加坚强。我会带着这份收获，继续奔跑，向着更高的目标前进。

(2109班 江昊恩 证号：zz2024121800155 指导老师：谭璇)