

# 我学会了游泳

田家庵区第十六小学 四(6)班 李思娴

四岁那年,读的故事书里关于大海情节的描述。让我特别向往。于是爸爸妈妈带我去了趟青岛。那是我第一次见到大海,蔚蓝色的海面、金黄柔软的沙滩、颜色各异的贝壳深深吸引了我。在那一刻,我爱上了大海。我好想更近距离地亲近它,但由于不会游泳,只能放弃。旅行回来后,我便吵着要学游泳,妈妈答应了我的请求,带我去了游泳馆。从此,我的学游泳之路正式开始了。

一开始,教练便让我学习憋气,她说这是学习游泳的第一步,也是最重要的。起初,我只能坚持一两秒,还容易被水呛到,教练在一旁耐心地鼓励

我,帮我战胜了恐惧心理。渐渐地我能坚持五六秒、八九秒……当我再一次从水里探出头来,教练掐着秒表告诉我长达有20秒,我的兴奋之情不言而喻。接着,我进入了下一阶段的学习。教练让我手扒着泳池的边沿,双腿伸直,身体浮在水中,头探进水里,在呼气吸气的交替中练习双腿扑水。等这些基础动作都掌握到位后,教练告诉我可以正式地练习游泳了。

教练拿来了浮板,她用手托着我的腹部,让我双手伸直支撑着浮板,两条腿在水里有节奏地拍打水面,让身体浮在水面的同时,慢慢向前游。由于

动作不熟练,我经常呛到水,咳嗽不止。正当我想放弃时,妈妈在泳池旁为我加油:“你是最棒的,相信自己!”听到妈妈的鼓励,我再次将头埋进水里,继续练习。游着游着,教练渐渐放开了手,我自己就能漂浮在水上,一点点地前进。慢慢地,我可以在泳池里畅所欲游,做一条快乐的“小鱼儿”,享受着游泳带给我的乐趣。

一分耕耘,一分收获。通过学习游泳,我不仅锻炼了身体与意志,更明白了世上无难事,只怕有心人。只要我们坚持不懈,就会取得成功。

指导老师:郝苗



田家庵区第十六小学 一(4)班 郭朱伊宸



田家庵区第十六小学 二(11)班 徐若依



田家庵区第十六小学 二(2)班 陈晓蓁

# 我的动物朋友

田家庵区第十六小学 四(6)班 张晞宸

今天我要给大家介绍我的动物朋友——小金鱼。

我的小金鱼有两条,大点的一条大约有12厘米长,全身都是艳丽的渐变黄;而小点的一条只有8厘米长,全身灰色并点缀着黑色的斑点,它

的额头上有一块黄豆大小极显眼的小红斑。两条金鱼的头都成弧线状,尾巴都像薄纱一样轻盈而又透明。怎么样,是不是非常漂亮呢?

常听大人说“鱼的记忆只有7秒”,但我不这么认为。每天晚上我给小鱼喂食时,只要我拿出鱼食瓶子在它们眼前摇一摇,它们就会迅速从水底浮到水面来,张着小嘴,迫不及待地摆着尾巴,兴奋地等待着它们的美食。等我把鱼食撒下去,它们就会立刻吧唧吧唧地吃起来,吃得可香了。吃饱后,它们会在我面前开心地舞动尾巴,好像在说:“谢谢!”

鱼缸里每天都会发出哗啦啦的水声和小石子间轻而脆的碰撞声,那是它们在快乐地玩耍。它们用力地摇着尾巴,游得飞快,在鱼缸里你追我赶,时而跃出水面,荡起一朵朵小水花;时而一个俯冲到底,激起小石子们一起跳舞;时而以迅雷不及掩耳之势从两个假山缝中掠过。玩累了它们就游到缸底的石头缝里休息,别提多自在了!

怎么样,我的动物朋友可爱吧,大家是不是都很喜欢它俩呢!

指导老师:郝苗



田家庵区第十六小学 一(1)班 陈灵犀



田家庵区第十六小学 二(12)班 蔡雨辰

急 转 弯

筋 脑

1. 拳击冠军很容易被谁击倒?  
——答案:瞌睡虫
2. 什么事天不知地知,你不知我知?  
——答案:鞋底破了
3. 一个人在沙滩上行走,但在他的身后却没有发现脚印,为什么?  
——答案:他在倒着走
4. 一位卡车司机撞倒一个骑摩托车的人,卡车司机受重伤,摩托车骑士却没事,为什么?  
——答案:卡车司机当时没开车
5. 早晨醒来,每个人都做的第一件事是什么?  
——答案:睁开眼睛