

斯巴达勇士

我的书柜上有一枚闪着银色亮光的奖牌，上面刻着“斯巴达勇士儿童组2024”。那锃亮的银光仿佛在诉说这枚奖牌的来之不易，还有那次精彩的赛程。

那是4月份的一个周末，我满怀激动的心情来到上海滨海森林公园斯巴达勇士儿童赛现场。比赛场地上人山人海，加油声此起彼伏。热身阶段，我换上了爸爸妈妈给我挑选的绿色长袖、黑色运动裤，工作人员在我脸上画上了彩虹和绿巨人的图案。一瞬间，我感觉整个人特别的神气。

站到起跑线上，我心里很忐忑，这是我第一次参加这种比赛，不知道自己能不能坚持下来。随着裁判员提起起跑线，我们几十个小朋友就像离弦的箭一般“嗖”地冲了出去……

第一关“伊卡洛斯之翼”。这一关，和翻墙差不多。我飞快地奔到墙边，双手用力一撑，轻轻一跃就跳了过去。心里正得意之时，就来到了第二关，“阿特拉斯之石”——抱沙袋。虽然沙袋上都是泥巴，但我还是蹲下身子尝试把它抱起来。可是沙袋实在是太重了，就在此时，我发现，沙袋两边有小孔。我趁势把两根手指头塞进去，居然真的把沙袋提起来了。我一边努力用肚子顶着，一边拎着沙袋，一步步往前挪，终于成功通关。

第三关“翻越奥利匹斯”，就是翻栏杆。有了第一关的经验，我手脚并用很快就翻了过去。

第四关“月桂女神的挑战”。这对我来说太容易了，因为就是钻绳子。我很好地利用了自身的有利条件——瘦，飞快地从绳子中钻了出来。

令我印象最深刻的是倒数第二关“海格力斯的挑战”，我把它叫作泡泥坑。面对不知道深浅的泥坑，我先试着把一只脚放进去。冰冷的泥水里像放着很多冰块，瞬间让我起了一身鸡皮疙瘩，虽然很冷，但我还是毫不犹豫地把另一只脚也踩了进去。第二个泥坑已经淹到我的肚子，第三个几乎淹到了我的胸前。从泥坑里出来，我浑身都冷得发抖。爸爸在旁边不断地鼓励我，让我不要停，继续向前。最终，我顺利到达了终点。这时我才发现，原来我们每个人脸上都沾满了泥巴，原本五颜六色的衣服都变成了黑色。

这次比赛，虽然累，但值得。因为我不仅获得了一枚奖牌，还学会了坚持不懈、不怕困难，懂得了要想实现自己的目标，就要充满勇气，努力翻越一个个障碍，跨过一条条泥坑，不断前进。

城中小学一(3)班 陈宋依
指导老师 韩亚男

乌云

夏天来了，雨就会变得越来越多。要下雨的时候，天上总会有一片乌云。我听过一个小兔子赶走乌云的故事，觉得很有趣。

乌云总是在捉弄人类，捉弄小动物。小兔子在路上走，乌云追赶前面的小兔子，想把一口袋的雨水都泼在小兔子的头上。

小兔子跑得很快，但它不在前面走，而是转到乌云屁股后面去了。这时候，乌云把一口袋雨水倒了下来，却没有淋到小兔子。小兔子很得意，嘴里依然发出“噢嘘，噢嘘”的声音继续驱赶乌云。

其实，在我的心里也有一块乌云。每当听到老师或者家长批评我的时候，我心里的乌云就开始生长。乌云变厚了，颜色变深了，就要开始“下雨”了。如果哭得很伤心，就是“大雨”，一般不出声地哭就是下“小雨”。

我以后要像小兔子那样，不要走在乌云的下面，而要躲到乌云的后面。当乌云把一袋子的雨水倒下来的时候，我也不会被淋着。就是说遇到不开心的事情，我要躲开它。

乌云被赶走以后，小兔子又拿起喇叭大声叫喊：“乌云下次还会来的，我们一定要当心啊！”

小兔子借来一把梯子，爬到了屋顶。它看到

电线杆上小鸟们“叽叽喳喳”地叫着，觉得自己做得很棒，没有让小鸟们淋雨。小鸟们也朝着小兔子叫个不停，好像在说：“感谢你帮忙赶走了乌云，让我们过得很开心。”

我想，要是把心中的乌云赶走了，自己也会像小鸟们那样，自由地飞翔，快乐地享受，健康地成长。

如东县友谊路小学一(4)班 李由
指导老师 刘诚越

秘密

松鼠悄悄告诉我/高高的狼山穿云过。

小鱼悄悄告诉我/宽宽的濠河清又澈。

鸽子悄悄告诉我/干净的马路宽又阔。

妈妈悄悄告诉我/精彩的社区活动多。

让我悄悄告诉你/我的家乡叫南通/积极建设为祖国。

城西小学一(3)班 徐子涵
指导老师 陈翊萱

会动的菜叶

午饭前，奶奶从田里挑了一些青菜。回家清洗的时候，站在旁边的我突然发现了一片会动的菜叶。我大叫起来：“呀，这儿有一片会动的菜叶。”奶奶大手一挥，以迅雷不及掩耳之势，一把抓住了会动的菜叶。我仔细一瞧，原来是一只蚂蚱。于是，奶奶把它装进玻璃罐里，让我仔细观察。

这是一只尖头绿蚂蚱。正如它的名字一样，它的头尖尖的，两侧镶着一对又大又圆的眼睛，两片红彤彤、汤勺状的嘴巴像是特意抹上了鲜艳的口红。它的身体很长，大概有八九厘米。浑身碧绿碧绿的，六条腿，左右对称，前面四条腿短一些，后面两条腿长一些，后腿下面还有锋利的尖刺，像钩子一样。无论我怎么晃动玻璃瓶，它都纹丝不动。

我还在玻璃罐里放上了青菜叶，它显然很满意。你看，它在吃东西的时候很专心，不一会儿，就把青菜叶啃了一个洞。它的两个触角来回晃动，好像在探明前方有什么危险，有时一根垂在身后，另一根翘在身前，好像小女孩的两条辫子，十分有趣。

俗话说，秋后的蚂蚱蹦跶不了几天。可这一只蚂蚱却能在我们家的菜地里熬过整个冬天。真是个蚂蚱大王！

通师二附三(2)班 马瑞恬
指导老师 顾祝群

我的乐园

乡下人家，白墙黑瓦，那里是我的乐园。

春天，万物复苏，院里的树才萌生几点绿，只有花儿开了。开得不大也不多，仅有零散的几朵，很快就被遮掩住了。院内一棵桃花树开得旺，衬着那绮丽的朝霞，可爱极了。雨一停，我就会在竹林里走走，这时的笋汁多肉肥，还带着露水，超级好吃。

夏天，树阴一片连着一片，放眼望去，全是绿色的云海。邻居家地里的西瓜熟了，又大又圆，那巴掌大的瓜叶拂拭着西瓜的大肚子，好似妈妈温柔的手。秋天，就更美丽了，树叶早已为大地制作了一件件亮堂堂的礼服，金黄的稻田掀起阵阵稻浪，田边割稻子的号角吹响。果园里的果子成熟了，像一串串小灯笼。冬天，整个院子全是枯枝败叶，只有毛竹还屹立在河滩。

在乡间小河旁野钓是一个不错的主意。我拿着水桶、鱼竿和捞网来到河边，一路上摘一些名叫“帽草儿”的野草，将其顶端长而尖的鼓肚剥开，取里面白白嫩嫩的芽肉来吃，清香伴随着甘甜的汁液一同进入了我的肚子里。我来到河边，找一块凸起的石块坐下，在细细的钩子上挂一块饵料，小心翼翼放入水中。不一会儿，一条大青鱼碰着钩了。我开始努力地往岸上拉，费尽了九牛二虎之力才把鱼拖上岸。钓鱼是漫长的，不如捞鱼来得快。于是，我把鱼饵分成几小块，然后均匀地撒到河面。霎时，大鱼小鱼成群结队地争食。说时迟那时快，我果断出击，不费吹灰之力就捞了一网鱼。

我家有一棵桃树，结的桃子虽不好吃，但在炎热

的夏天却产桃胶。树上的伤口是我和朋友踢足球时计分用的，夏天，伤口上就黏着桃胶，把它拿下来，还拉丝的哩！桃胶不用处理就可以吃，取一块放进嘴里，甘甜的味道在口中回旋。

炊烟袅袅、鸡犬相闻的乡村是我心仪的乐园！
通师二附四(4)班 金熹
指导老师 秦丽华

我心爱的小仓鼠

我十岁生日时，爷爷送了一只小仓鼠给我，是我心爱之物。

它可有趣了！小仓鼠全身上下肉嘟嘟的，绒毛很长，身上很干净。眼睛像黑珍珠一样，又大又亮。仓鼠团着身子，像一个小圆球。它那毛茸茸的鼻子能嗅出各种气味，雪白的牙齿也很锋利。

有一次，我在书房写作业，只见仓鼠从门缝里钻进来，我没在意，随它玩我的布娃娃与乐高。过了一会儿，只见它爬上书架，选了一本《十万个为什么》，用鼻子嗅了嗅上面的灰尘，用舌头舔舔上面的文字，又抬头看看我。一不小心，小仓鼠从书架上摔了下来，四脚朝天。我忍住笑，继续看它玩。只见它又爬了上去，又闻了闻灰尘的味道，一时呆住了。我不知道怎么了，忽然“啊啾”一声，它打了一个大喷嚏。我想把小仓鼠从书架上抱下来，只见它蹬蹬腿、踢踢我，不愿下来，我只好听它的。喷嚏声不断从背后传出，我实在忍不住了，大声笑了起来。妈妈进来看我的作业，看到小仓鼠也哈哈大笑起来。仓鼠一下子呆了，不知道怎么了，过了一会儿，也发出了像笑一样的叫声。你们看，它是不是很淘气？

我伤心时，它可会安慰我了。我被妈妈批评了，很伤心，躲在房间里不愿意出来吃中饭。饭菜闻着太香了，可我偏忍住不出去吃。仓鼠进了我房间，围着我转了两圈，便拉拉我的裤脚。我还是开心不起来，想一想，眼泪便落了下来。它并不放弃，“啾啾”地叫了两声，扭了扭屁股，用爪子拍打地面，一会儿又跑到床上跳来跳去，样子十分滑稽，我破涕为笑：“你在玩杂技啊，哈哈！”它可会逗我开心、安慰我了，这怎么能不让人喜爱呢？

我爱陪我近三年的小仓鼠，不仅可爱还很有趣。
通师一附五(2)班 潘可
指导老师 郭美芳

我的乐园——小小的房间

我有一个小天地，它不像蔚蓝的天空那样一望无际，也不像茂盛的森林那样绿树成荫，更不像深蓝色的大海那样白浪翻滚。它，只是一个普普通通的小房间，可它却是我的乐园。

它是爱的襁褓。小房间装饰得无比温馨，它的每一处设计都饱含了爸爸妈妈对我无限的爱。一张两层的小床，一层是用来睡觉的，二层放了许多可爱的布偶。我最喜欢从楼梯爬上二层，和布偶们玩过家家。有时，我变成了一名老师，教布偶们读书写字；有时我变成了一名医生，给布偶们检查身体；有时我又像母亲一样，给布偶们洗衣做饭，帮它们梳头穿衣……我和它们玩得不亦乐乎，每天都开心极了！

它是自由的城堡。在那里，我总是那么无忧无虑，我可以四仰八叉地躺在床上看书；可以边哼着歌边写作业；可以在伤心的时候，大声哭泣；还可以在开心的时候，跳支舞蹈……在我的乐园里，想干什么就干什么，痛快极了！

它是知识的海洋。在那里，有一个小小的书柜，我可以快乐地在书籍间穿梭。优秀的作文令我身临其境；科学家的发明令我赞叹不已，啧啧称奇；世界名著令我耳目一新……我总会孜孜不倦地在书海里遨游。书越来越多，我的知识也越来越丰富。

它是我情绪的加油站。那次我数学没考好，低着头沮丧地回到了乐园。这时，我看到了书柜里《爱的教育》这本书，想到主人公身患重病，却还在坚持写作，最终获得了胜利。和他的痛苦比起来，我的又算什么？

我的小房间，是你张开怀抱，把我的所爱、所需尽揽怀里。你是我人生道路上永远的乐园！
南通市十里坊小学四(1)班 徐查珺
指导老师 姚红霞