

我满意的好成绩啊。可惜苍天不肯随人愿,我只扔出了8米多这么个惨不忍睹的成绩。

铅球考试上的失利没有使我消沉,我想既然铅球没有扔好,就用800米来弥补。在800米考试时,因为下雨的关系,跑道有些潮湿,我起跑的时候滑了一下,但我很快便追了上去,跑到第二圈的时候,大家的体力都已经消耗得差不多了,剩下的便是意志力的比拼。即使身体已经累得不行,即使手脚已经酸得抬不起来,可一股不服输的拼劲却驱使着我加速、加速、再加速,我第一个冲到了终点。我用毅力获得了胜利!

下午,我们进行了专项考试,我加的是体操,在场上,我尽情地展示我的风采,将每个动作都做得尽善尽美,我相信这是我学体操以来做得最好的一次。果不其然,裁判们也都露出了满意的笑容,给了我一个高分。

考完试出来,我感觉心情放松了许多,天也渐渐放晴,似乎天空也在为我庆祝。在回来的路上,惠风和畅,阳光明媚,看着雨水清洗后的树木,我觉得上海的树也变得更绿了。

难忘的体育高考已经过去,但我的战斗还远远没有结束,我将面对的是更加严峻的文化课考试。我知道,前方的路困难重重,但我毫不畏惧,依然信心满怀,在赛场上我胜利了,我相信在一个多月后的考场上,我也一定能成功!

睁开眼睛,看了看窗外,天还未亮,我辗转反侧,没有一丝睡意,因为今天是体育高考的日子,也是我放飞梦想的日子。

躺在床上,我回忆起刚决定加体育时的豪言壮语——我要考上上海师范大学!我回忆起努力练习铅球却始终没进步时父母的无奈,回忆起800米成绩进步时老师的鼓励,回忆起100米超越对手时内心的喜悦。一年多的不断磨炼,只为了今日能在赛场上展示风采,就如昙花一般,多年的苦功,就为了那一刻的华丽绽放。此时的我,心中充满着难以言表的情感,有兴奋,有紧张,有激动,也有感慨,但更多的是对即将来临的考试的期待与一股要比别人考得更好、不服输的拼劲。我相信我是最棒的!

在去上体院考试的路上,天空阴沉沉的,下着蒙蒙细雨,但却丝毫没有影响到我昂扬的斗志。检录时,我被分在A组,先进行100米的考试,然后是铅球,再是800米。我不禁暗叹声:我的运气真好!这样100米与800米考试中间就有充足的休息时间,不至于太累。排队时,我看见周围对手们一个个都长得人高马大的,我在心中给自己打气,我一定会比他们考得更好。

在100米的考试中,我取得了小组第二名的战绩。接下来便是最让我头疼的铅球考试了,看着前面的同学一个个都扔得很远,我是多么希望自己也能扔出让

放飞梦想的日子

闵行二中 高三(2)班 顾平晨



搜

罗记忆的云汉,那一幕幕珍贵的回忆浮现眼前,将那一个个片段拼接起来,串联出了那这些年,我和你一起走过的日子,我的同桌。

那是在小学三年级时,你成了我的同桌,我们的友谊就此开始。

一节英语课上,那天英语老师格外严厉,而你却偏偏忘了书。随着一声“河东狮吼”:“没带书的给我站起来!”你准备起立,我于心不忍,当机立断地把自己的书推给了你,自己去经受一场暴风雨的洗礼。

课后,你激动地握着我的手真诚地说:“哥们,我欠你个人情,让你替我受苦了!”我微笑着说:“都是兄弟嘛!往后可也要帮我啊!”那时,彼此的心头涌起一股暖流,那一刻永远定格在我们心中,我们更形影不离了。

往后的日子里,我们共同学习、拼搏、嬉戏。还记得那些年在课堂上一同聆听

老师优美的板书;还记得那些课间充满欢声笑语的打打闹闹;还记得那些年共同为那如山的作业互相抱怨;还有在临考前相约考后一起看电影。

至今回想起来,那些时光是如此美好,那种同甘共苦的感觉真不赖。

直至有次我们闹别扭,互不搭理,谁都不愿先认错。当晚,我正纠结该如何重归于好时,电话铃打断了我的思绪。拿起话筒,是你。先是种被冻结的沉寂,而后不约而同地说道:“对不起。”便又笑逐颜开,此前的不悦都烟消云散。

然而天下没有不散的宴席,我们毕业了。当晚满天繁星,我们聊起昔日那些一起走过的日子,放学后共同啃着汉堡回家,学习上的竞争、操场上的欢笑……一直聊到很晚很晚。

那些年一起经历的风风雨雨,那些年彼此无瑕的笑颜,那些年一个个美好的往昔,我至今没有忘怀。它们见证了我们纯洁的友谊,永远铭刻在我记忆深处,永久珍惜。

那些年,一起走过的日子

指导老师 季春燕
南汇三中 八(2)班 沈昊

登高



登高?何必要登高。

记得以前上学时,教室在高楼层的我们在下课时总喜欢趴在走廊的栏杆上,看着下面人来人往。有时还对下面的人指指点点,大有指点江山的自我满足感。现在想来,这却是多么的可笑啊。当我们站在高处自以为是地向下指指点点时,下面的人在怎样看我们:是滑稽的小丑,还是自以为是的白痴?

此时的我们,站在高处俯视他们,但在他们的心中,也许我们比他们更矮,更低。站在高处常常会滋生莫名的自负与自尊。

登高,何必要登高?

“欲穷千里目,更上一层楼。”古人说的话总是蕴含着哲理的。只有站得高,才能看得远。

只是看得远还不够,因为,当你真看到远处的美景时,往往可能只是几声赞叹。唯有跳下高处,回到地上,一

步一个脚印地走去,才能真正领略到它的无限风光。

尽管这过去的路本就是无比艰辛的,相比真正走进它,登高去观赏想必更为方便一些。于是,登高的人便也是有些胆怯,心中有所畏惧的人。

古代的帝王站得不是至高无上吗?整座紫禁城乃至整片国土都在所谓的“天子脚下”。他便是那个登得最高的人,因为他们有太多的欲念、牵挂与不舍,以致他们从高高在上的皇位上“跌”下来。

所以,何必要登高?

唯有执着地行走在实实在在的人生道路上,以良好的心态行走人世,让自己的羽翼更丰满,对人生领悟更深刻——去发现生命的本质、生活的真意。

走在人生之路上,别让登高这貌似捷径的深渊将你吞噬了去。唯其如此,眼前的风景才会姹紫嫣红、美不胜收。

良师益友

指导老师 董金焕
震旦外国语中学 初一(3)班 周雪

放假,我便匆匆回家。我记得,你还在等我,站在池塘边无声地等我。

我的樱桃树啊,你从小便陪伴在我身边。那时的我与你一样,体弱多病,经常是我发高烧不止,你叶落枯黄。然而,不知何时,你已经独立成长在了严寒中。

那二月的一天,还冷飕飕的,我偷偷溜出家门来看你,却惊奇地发现你已经换上了绿装,而其他的树还在寒风中微微颤抖。你那嫩绿裙摆在风中翩翩起舞。我的樱桃树,你那不畏困难的奋发向上的表现,怎能不让我称你为良师?

又是一个酷暑,太阳火辣辣地照着,使人心烦。这时,我最喜欢坐在你的树阴下,吹着你送来的丝丝凉风,多么清爽啊!放学回家,我的脚又不由自主地走向你。你撑开绿色的大伞,轻轻抚摸着那些叽叽喳喳说个不停的你,知道了,那样子,是多么的温柔,那情形使我有嫉妒,我也想走进你的怀抱。

紧靠着你坐下来,你的怀抱使心中的烦躁立刻少了许多。刚拿到成绩单,考得不是很理想,脑子里一团乱糟糟的,想到回家后面临的批评,我心情很不好。于是,一股脑儿地把烦恼全部脱口而出。你静静地聆听着,用清风安慰着我。靠在你的怀抱,我听见了风儿带来了你的鼓励,听着你的歌谣,慢慢地我进入了梦乡。我的樱桃树,我

的益友,谢谢你耐心地倾听,在你的怀中,我和知了一样陶醉了!

时光不等人,一切都发生了巨大的变化,唯有你,我的樱桃树,你依旧直直地挺立在那池塘边,即使受着严寒酷暑也坚强地挺立在那里!但我知道你在慢慢变老。看着你,我回想起过去,想起我的每一次不愉快都被你抚平,每一次失败后都受到你的鼓励。我发现,一次又一次地接受着你的照顾,而我能为你做什么呢?

“倾斜着被雷劈成两段,触目惊心啊!”那天,在电话里,我听着父亲的感叹,还在想是什么被雷劈了。“更厉害的是,那树还能活下来,你说,咱家那颗樱桃是不是挺厉害的?”我一下子就懵了。眼泪落下了来,充满悲伤的同时,也有说不出的高兴。我高兴你还能活下来!

樱桃树,谢谢你,谢谢你顽强地活了下来,谢谢你依然会陪伴在我身边,陪伴我长大。

到家了,我立刻冲到了你生长的地方,我想你了,我的樱桃树,我迫不及待地想见到你,我的良师,我的益友!

