



## 在跑道上飞翔

渭南市合阳县第三初级中学初三(23)班 王艺宁

10月初,学校的冬季长跑比赛开始报名了。体育课上,老师说:“想参加的同学请举手!”老师话还未说完,我赶紧低下了头。虽然,在班里我的长跑并不算差,但一想到比赛只剩短短一个月时间,自卑感立刻让我隐没在黑暗中,我将头埋得更深了。

晚上回到家,我一个人坐在黑暗里。尽管心里在反复纠结着,但最终我还是被自卑的锁链缠绕着,让我无法自拔。

第二天早上,我从黑板前走过时,看到了长跑参赛者的名单,上面竟然有一个熟悉又让我感到意外的名字——晓楠,她是我的好朋友。平时,她跑得远不如我快,怎么会报名呢?惊讶之余,我连忙找到她询问原因:“你参加长跑有信心吗?”她意味深长地说:“还有一个多月呢,不试试怎么知道自己不行?”转身之际她留下一句话:“别让自卑锁住了自己!”这

话一出,我立刻愣在原地,灵魂像被重锤锤过一般。她的话在我脑中一直盘旋到放学的铃声响起。

我终于想通了,飞快地冲向体育老师的办公室,将自己的名字报了上去。从那天之后,我和晓楠开始认真锻炼。

星期天,我不再睡懒觉;体育课,我不再玩手机了。我和晓楠在操场上一圈一圈不停地奔跑着。好像每一圈都是终点,又好像每一圈都是新的起点。每当我灰心丧气想放弃时,晓楠就会鼓励我:“不要质疑自己的付出,因为每一滴汗水都是通往卓越的铺路石。只要我们坚持不懈地努力练下去,总有一天,我们会站在自己梦寐以求的舞台上,绽放出属于自己的光芒。”

在晓楠不断地鼓励下,我最终坚持了下来。慢慢地缠绕在我身上的自卑感也一点点

褪去,新生的翅膀正准备着飞翔。我们洒下的汗水与泪水,都已化作了最美丽的风景,成为了我们生命中最宝贵的记忆。

终于,比赛的日子到了。“砰——”随着发令枪响,我们如离弦的箭一般冲了出去,很快我拿下了内道。我拼命地向前奔跑,寒风拂过我的脸庞,跑道旁的人从我眼中一闪而过。渐渐地,我感觉周围只剩下我一人,天地间似乎只剩下我一个人在肆意地呼吸……不知过了多久,视野中突然出现了一条鲜红的线,我心中一喜,加速冲去。在热烈的掌声中,我听到自己心中自卑的锁链彻底掉落的声音。那一刻,我看到了天空中明媚的阳光。

教师点评:作文讲述了小作者内心成长的变化。细腻的文笔,生动的描写,流畅的情节,都显示出小作者不俗的功底。

指导老师 王玉玲

## 经历是一种收获

咸阳市乾县花口初级中学七年级(9)班 陈国豪

悔恨的泪水模糊了我的视线,往昔那些快乐的片段,在脑海中却愈发清晰。思来想去,我还是硬着头皮挪动脚步走进小区。电梯“叮”的一声响,熟悉的家门近在眼前,手搭在门把上那一瞬,我心一横,哪怕门后是电闪雷鸣、疾风骤雨,也得去面对。

“妈,我回来了。对不起,这次考砸了……”我低着头,预备迎接劈头盖脸地数落。“回来就好。没事儿,下次咱再加把劲!”我猛地一怔,预想中的狂风暴雨并未降临。我缓缓抬头,瞧见妈妈眼眶泛红,眼角泪痕未干,显然刚哭过一场。

“是妈错了。以前总是盯着你的成绩,刚

在阳台上,看你在小区门口不敢回家,妈心里跟刀绞似的,是妈不好。”听了妈妈的话,泪水如决堤一般,我一下子扑进妈妈怀里,紧紧抱着妈妈。此时,两颗心紧紧相依,一股暖流淌过心间,驱散了心中所有的阴霾。

教师点评:心理刻画细腻:围绕“考砸不敢回家”这一情节,将“我”的心理变化描摹得丝丝入扣。从最初的恐惧、逃避,到自我挣扎,再到勇敢面对,读者能感同身受那份紧张、纠结与释然,使人物鲜活立体。强化情感张力,行文富有感染力。主题升华自然,凸显了亲情温暖与相互成长,也拔高了作文的立意。

指导老师 贾转丽

## 离我最近的人

西安滨河学校初2026届鸿瑞Z班 党冰崴

些人讲新鲜事。从那时起,茶就成了我最早接触的一款“饮料”。

黄昏时,我坐在院子里的小凳上,看着爷爷煮茶。茶壶“突突突”的声音,像在哼唱着童年的歌谣,茶香萦绕在周围,歇了工的街坊邻居总会闻着香而来。大家在爷爷古色古香的小院随意坐下,从不拘束。爷爷总会热情地给大家倒茶喝,大家就喝着聊着,好不热闹。小小的我,总喜欢捧着爷爷的大茶杯,静静地听着大家谈天说地。爷爷不让我喝他杯里浓茶,说喝多了晚上睡不好觉。说罢,将我手里的茶杯夺过去,往里面添了半杯水。茶汤的色泽和味道虽然淡了,但我依然咕嘟咕嘟一饮而尽。

爷爷还常常煮茶叶蛋给我吃。鸡蛋也是家里的老母鸡下的,个头大,圆溜溜的样子,煞是好看。爷爷煮茶叶蛋的方法很特别,他先将鸡蛋煮到半熟,然后敲烂蛋壳,放上花椒、茶叶、酱油,小火继续煮,煮好后腌上大半天,才

可以食用。这种带着茶香的鸡蛋,让我百吃不厌,回味无穷。

长大后,我回到父母身边上学,回家乡的机会也越来越少。爷爷却常常来看我,不是给我带新茶叶就是给我带茶叶蛋。爷爷总会叮嘱我:“你要好好学习,等放了假,爷爷就来接你。你遇到事情就告诉爷爷,爷爷会过来陪着你。”

爷爷陪伴我了整个童年,他是我在情感上最亲近的人。我常常在记忆中翻找属于我和爷爷的往事,因此,每每喝茶时,或者闻到茶香萦绕,我就会想起爷爷。

教师点评:本文以爷爷的小院为背景,讲述了我与爷爷的一段生活经历,其中着重描绘了爱茶的爷爷对我的影响,塑造了一位爱孙女、善良勤劳的爷爷形象,语言凝练生动,感染力强,结尾点题意蕴深刻。

指导老师 董问博

## 梦想的彼岸

咸阳市乾县花口初级中学  
八年级(15)班 展荟

梦想,是人生命中的一盏明灯,可以驱逐人们内心的徘徊与不安;梦想,是深邃未知的海洋中最璀璨夺目的星辰;梦想,是无垠的沙漠中一抹迷人的绿色,给予跋涉者无尽希望。在漫漫的历史长河中,有无数追求梦想的人,都是我们学习的榜样。

音乐家贝多芬,从小热爱音乐,并拥有着惊人的天赋,但是在风华正茂的年纪,他却丧失了听觉。然而,他心怀梦想,不畏困难,以坚韧不拔的精神,接受命运的挑战,终于成为闻名世界的音乐家。他的故事告诉我们,只要有梦想,有坚持,就能克服一切困难,实现自己的目标。

我们熟知的科学家居里夫人,她对镭特别痴迷,即使屋外狂风暴雨,屋内冰冷刺骨,她仍然日夜钻研,从数十吨的沥青铀矿之中提炼出她日思夜想的镭。在梦想的支撑下,她克服重重困难,不仅推动了物理学、化学的发展,更为无数癌症患者带来生命的希望。

在追逐梦想的路上,有时荆棘丛生,有时崎岖坎坷,也许会经历千难万险,甚至会遇到让人难以想象的痛苦和磨难。只有经历过挣扎的痛苦,才能化茧成蝶,飞向梦中的诗与远方。只有坚定信念,稳步向前,总有一天会到达梦想的彼岸。

教师点评:习作围绕“梦想”展开,讲述实现梦想过程的痛苦和坚持,内容涉及历史人物和自身经历,能引发读者的情感共鸣,层次清晰,行文富有感染力,主题升华自然,凸显经历痛苦才能飞向诗与远方。

指导老师 雷玉凤

## 我的家乡

榆林市神木职教中心  
高三幼儿保育(3)班 刘兴宇

我的家乡,是一个普通的小山村。那里虽没有大城市的繁华,但在我的眼中,那里永远都是我心中最美的地方。

家乡的蓝天,湛蓝似海,让人看了心旷神怡;家乡的白云,如诗如画,美得令人心动不已。一群群白鸽在蓝天上翱翔,一群群牛羊在绿意盎然的山野间吃草。山野里的百花竞相开放,蜜蜂随风起舞。空气里都带着花儿的清香,就连泥土中的气息,也让人身心愉悦。

可是小时候,每天只顾着玩的我,似乎从未留意过家乡的美。长大后,我离开了家乡,甚至淡忘了家乡的模样。直到今年秋天,因为要和爸爸回村里办事,我才想起了久违的家乡。

当我回到家乡的那一刻,清新的空气顿时让我精神振奋。眼前熟悉的一切,仿佛一下子把我带回了童年。家乡的一切好像都没变,村口的那棵枣树上挂满了红宝石般的枣子;河畔的牛羊,还在那里慢悠悠地吃着青草;田野里,到处都是成熟的庄稼,一派丰收的景象;远处的山岭,看起来还是那样亲切,连绵起伏向着远方延伸;郁郁葱葱的松树,连成了一片。

我凝望着远方,天空还是一如既往的湛蓝,蓝得清澈,蓝得耀眼。飘在天上的白云,亦如小时候那般洁白、飘逸、优雅。成群的鸽子飞来飞去,清澈的湖水是那样的宁静,水中自由的鱼儿游来游去,偶然在水面上泛起一片水花。

我不禁感慨:家乡的一切和小时候没有什么区别,为何今天看起来却是这般的美?也许因为我长大了,懂得了欣赏;也许因为离开家乡已经太久了,心中充满了深深的思念。

教师点评:习作开头引人入胜,比喻贴切,用词生动,读来令人倍感亲切。能够选择生活中具有典型意义的题材,令人耳目一新。

指导老师 田光炳