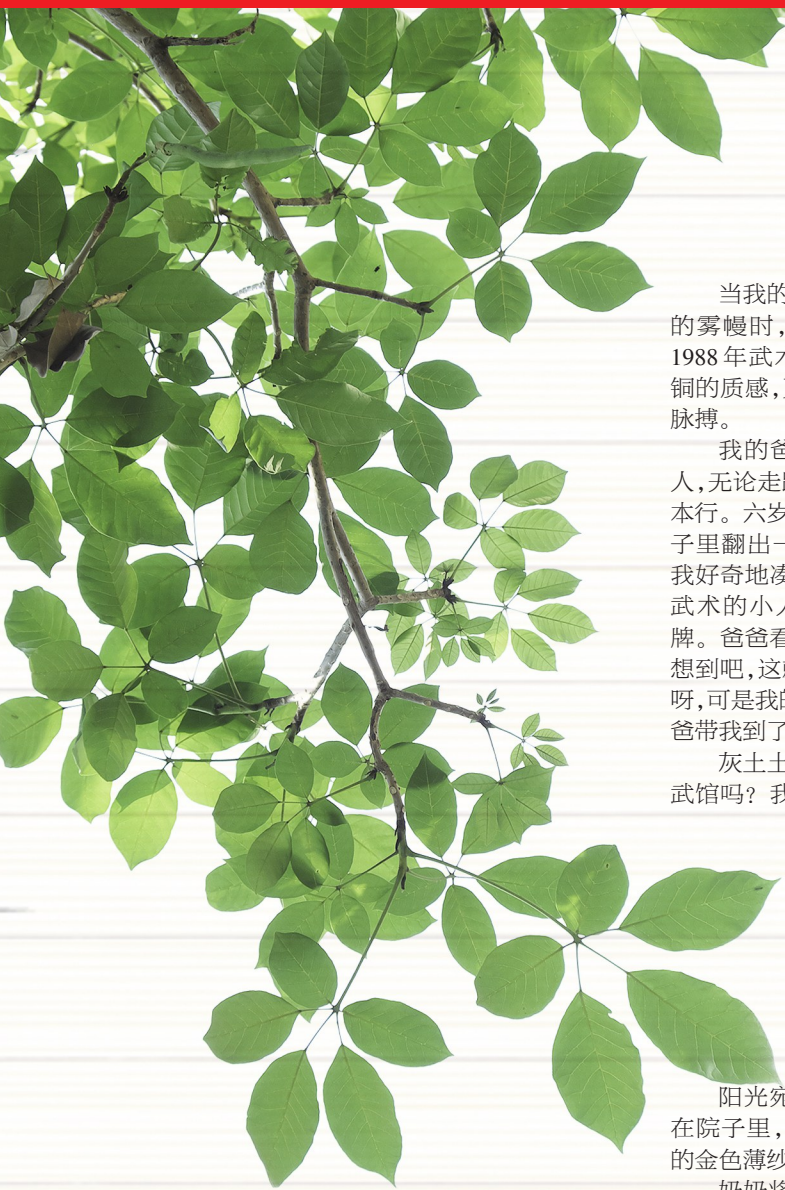




我的“旋风脚”亮相重庆武术锦标赛

大足区实验小学六年级二班 杨欣怡

当我的旋风脚划破重庆市武术锦标赛的雾幔时，我突然懂了父亲珍藏的那枚1988年武术奖牌的分量——它不仅是黄铜的质感，更是一个民族跳动千年的文化脉搏。

我的爸爸是一位民间武术文化传承人，无论走路，还是聊天，他是三句不离老本行。六岁那年，我们回到老宅，爸爸从柜子里翻出一个陈旧、却很精致的小盒子。我好奇地凑过去，发现盒子里竟然装满了武术的小人书，还有一枚闪闪发光的奖牌。爸爸看着我惊讶的表情，笑着说：“没想到吧，这就是我武术的启蒙老师。这些呀，可是我的宝贝。”在我的强烈要求下，爸爸带我到了他学习武术的地方。

灰土土的水泥地、昏暗的灯光，这就是武馆吗？我在心里暗自揣测，这种地方怎

么练啊？但爸爸在武馆里特别开心，他和师兄们叙旧、比试，跟武馆里的同学们交流，眼神里的光芒跟平时木讷的爸爸完全不一样，那一次的他就像昏暗里的一束光，照亮了我心中的疑惑。

回家的路上，我还沉浸在爸爸充满光芒与希望的眼神中。爸爸对我说：“闺女，你知道吗？我最大的遗憾就是没能坚持学习武术，没能把武术精神和文化让更多人知道。你啊，一定要好好学习，争取把武术这项传统文化让更多的人看到、了解、喜欢。”

从那以后，我渐渐爱上了武术。从六岁到八岁，从八岁到十岁，每个周末，我都会乘坐公交车去三驱武馆练武术。

这个寒假，我参加了重庆市武术套路锦标赛，看到全市的武术精英汇聚一堂，我

特别紧张。爸爸拍着我的肩膀说：“闺女，你记住，止戈为武，武术从来不是为了战争，而是为了和平，好好享受比赛。”爸爸的话，让我的心情顿时放松下来。

比赛开始了，快要做到旋风脚的时候，我一手叉腰，一手伸掌，左脚向前一步，起跳，再转体，腾空后合脚，转体落地马步。整套动作连贯，干净利索，行云流水。看台上的爸爸妈妈和观众们起立为我欢呼，那一刻，我自豪的眼泪流了下来。

我知道重庆前八强的荣誉，只是我武术生涯的一个开始。武术带给我的不只是坚强的体魄，无畏的品格，它让我更加明白：止戈为武的中国武术精神，以和为贵的中国传统文化，我将接过爸爸手中的接力棒，弘扬民族文化、振奋民族精神，带着武术走向更远的未来。

晒大头菜

大足区转洞小学六年级一班 刁狮燕

阳光宛如细碎的金箔，温柔地倾洒在院子里，给大地披上了一层熠熠生辉的金色薄纱。

奶奶将一大背篓的大头菜倾倒在地坝里，随后端出一大盆水，拿起菜刀，开始清洗。她先把大头菜逐个置于水中，仔细揉搓，洗去表面附着的泥土与杂质。“燕子，搭把手。”奶奶抬头看向我，眼角的皱纹里盛满笑意，“这大头菜呀，就像你们小孩子，得干干净净、清清爽爽的。”

我赶忙跑过去，学着奶奶的样子，轻轻搓洗。而后，奶奶拿起一个大头菜，轻轻搁在案板上，似是在安抚一个乖巧的孩童。紧接着，她稳稳地握住菜刀，刀刀在阳光下闪烁着清冷的光。只听得“咔嚓”一声脆响，大头菜被齐齐切成两半，落入一旁的桶中。一个接着一个，没过多久，两大桶切好的大头菜便整齐码放好了。

奶奶拿出晒匾，将其稳稳地放置在

凳子上，说道：“乖孩子，咱们把桶里切好的大头菜依次整齐地摆放在晒匾里晾晒吧。”晒匾是由竹子精心编织而成，在阳光的映照下，泛着盈盈的绿意。晒匾的四角用砖块垫高，如此一来，既能确保空气充分流通，又能有效防止小虫子上爬。

我和奶奶蹲在晒匾旁，一起摆放大头菜。“奶奶，这些大头菜晒好了会变成什么样呀？”我好奇地问。奶奶笑着说：“等它们吸饱了阳光，就会变成香喷喷的腌菜，到时候给你做你最爱吃的梅菜扣肉。”听着奶奶的话，我仿佛已经闻到了那诱人的香味。

阳光均匀地铺洒在大头菜上，它们静静地躺在晒匾里，仿佛在惬意地享受着阳光的洗礼。我静静地蹲在晒匾旁，目不转睛地观察着大头菜的细微变化。起初，大头菜表面还残留着些许水汽，透着清新的湿润感。然而，随着时间缓缓流逝，水分逐渐蒸发，大头菜的表面慢慢

黑暗里的一束光

大足区城西中学二〇二四级三班 粟依涵

医院，本是充满希望与救赎的地方，但对于曾经的我而言，那里却是绝望的深渊……

那是我被抑郁症纠缠的时候，在充满刺鼻消毒水气味的白色世界里，那无尽的沉默像恶魔般吞噬着我，我如同在没有尽头的黑暗之中，没有一丝光亮，将我困在自我意识当中。我每天除了呆呆地望着白色天花板，无所事事，生活黯淡无光。

一次美丽的遇见改变了我的一切。

我当时在一间双人病房，邻床是一个与我年纪相仿的小姑娘（因病床紧张，临时加住的一位白血病患者），她就像一个小小太阳，充满了活力与温暖。她的眼睛清澈而明亮，如一泓清水，脸上总是洋溢着灿烂的微笑，那笑容如同阳光穿透云层，洒进我的心田。

我们的相识很平常，在寂静的病房，她率先打破沉默，用轻柔的嗓音问我：“你怎么了？怎么总是不说话呢？”我把头扭向一边，不愿与她有任何交流，她却并不在意我的冷漠，每天都给我讲各种各样有趣的故事，还自顾自地聊天。

有一次，我情绪崩溃，躲在被子里放

声痛哭，她费力地挪动着身体到我的床边，轻轻拉开我的被子，看着我满是泪痕的脸，用那温柔的嗓音为我讲起了一只小松鼠找松果的故事。她讲得绘声绘色，仿若就在眼前。自那以后，我开始慢慢回应她，甚至于开始期待她的故事。

眼看一切都好了起来，命运却对她开了一个天大的玩笑——她的病情加重，癌细胞扩散到了身体的每一个地方，她痛苦不已，甚至连床都下不了。看着曾经活力四射的她如今虚弱地躺在床上，但她的眼中仍宛若星光般璀璨，小女孩深深震撼了我。我决定像她当初那样，守在她的床边为她讲故事，分享窗外风景……

在我要出院的前一天，我给她讲了一个故事，那是一个勇敢的小女孩在困境中寻找希望的故事。她听得很入神，眼里闪烁着希望的光芒，她笑着让我第二天再给她讲故事的结局，我答应了她，可当我转身的那一刻，眼泪夺眶而出……

第二天清晨，当我满心欢喜地想要给她讲结局的时候，她却再也没有醒来。我坐在她的床边，轻轻握着她那冰冷的手，流着泪把结局告诉了她“小女孩

美丽的烦恼

大足区龙西中学二〇二三级九班 赵思睿

夕阳带给我们的总是无尽的忧愁，就像是：日暮乡关何处是，烟波江上使人愁。亦或者是游子的无尽相思，夕阳西下，断肠人在天涯。而我觉得，夕阳也是思念的象征。

这件事也快过去了一年了，可在记忆中，夕阳下你的身影依旧是如此清晰，永远刻在我的脑海里，难以忘怀。

那会儿，恰好小学六年快结束了，我那心田也悄然生出一颗种子。说不清道不明，总是捉摸不透，每当我细想，它又像从未出现过。那时的我，哪知道那是一个十分重要的东西，现在我才知道，那不是友谊，它比友谊更进一步，叫作“恋爱”。那是我第一次面对它，它如此强烈纯洁，但我没有放纵它，而是控制住它，保持那懵懂的、纯洁的友谊。当然，那时的我们，也挺好的，下课一起疯疯打打、翻花绳、时不时假假地吵上两句。上课时，我帮她辅导功课，她也会借给我修正带……一切都

有条不紊的，她把我写进了作文，很傻，傻到现在想起来，也会笑一下。伴随着时间的推移，那颗种子发芽了，我发现了它，我不想让它影响我们的友谊，我想掐掉它，可没勇气也没决心去面对它，只好让它不断地长大，长大……

再后来，自然是到了毕业的前夕。刚入春没多久，夕阳离开时还是有些依依不舍的样子。当然，因为内心“种子”对我的影响，我们之间被人开始造谣，被许多人开玩笑，我自然是没有当真。可心中的种子却不答应，疯狂地生长，将要占据我的内心。

毕业的前几天，我将内心的种子按了下去，静静地上课、下课，一切依旧。可少了你啊。夕阳下，少女的脸颊上照出一层茸茸金光，陶醉、迷人、又危险，我内心的种子叫嚣着，心脏也怦怦直跳。少年脑海中被纯洁又高尚的友谊控制着，死死坚持着那底线，按住了那份不属

点 评

本文首先是父女情感的自然流露：文章以真挚的父女传承故事为脉络，生动诠释了武术作为国粹的文化深度与精神内核。

其次是文化传承的立体表达：通过“小人书—陈旧武馆—赛场荣耀”的细节链，将武术从“父亲的遗憾”转化为“女儿的使命”，既展现物质文化遗产（奖牌、武馆）的厚重，又凸显“止戈为武”精神遗产的鲜活，形成“器物—技艺—精神”三层传承体系。

最后是文学张力的巧妙营造：昏暗武馆里发光的父亲这一意象极具感染力，与后文赛场行云流水“旋风脚”形成光影呼应，暗喻武术文化在代际传递中焕发新生。（指导老师 陈华）

有人喜欢蓝蓝的天空，有人喜欢一望无边的沙漠，还有人喜欢绿油油的森林，但我最喜欢我们楼下的小池塘，因为那里一年四季都非常的美。

池塘是圆形的，靠近行人的一边安装了围挡，池塘两边有两块大石头，经常有小朋友拿着网子站在上面网鱼，不时传来嘻嘻哈哈的笑声。池塘上面还有一座亭子，每天都有老人在亭子里打太极，非常怡然自得。

春天，池塘一片生机勃勃，小树长出了新芽，小草探出可爱的小脑袋，假山旁的迎春花开出了柔嫩鲜亮的花朵。夏天是池塘最美的季节，池水泛着微微的波纹，光洁的水珠在碧绿的睡莲叶子上滚动，闪着晶莹的光芒，像一颗颗宝石。红艳艳、金灿灿、黄澄澄、黑亮亮的小鱼儿们在水中嬉戏，感觉到人的靠近时，就“嗖”地一下躲进荷花丛里。池塘周围的树木郁郁葱葱，有高大的黄连木、茂密的香樟、笔直的翠竹、柔美的垂柳，大家晚饭后都喜欢在池塘周围摇着蒲扇乘凉，小区里的孩子们你追我赶，好不热闹。秋天，银杏树的叶子，像一只只黄色的蝴蝶，飘落在池塘边，小鸟们蹦蹦跳跳地在草丛里找熟落的果子，红色的枫叶像一个个手掌在风中向我们打招呼。冬天，树木的叶子掉光了，睡莲和荷花也不见了踪迹，小鱼们好像也躲起来睡大觉了，池塘变得非常安静。

这就是有着我成长足迹的小池塘，它真的很美。

点 评

小作者的文字像一封写给童年时光的温柔情书，字里行间流淌着细腻与热爱，读来满心都是暖意。选材上避开宏大的天空、沙漠与森林，独钟钟情于楼下的小池塘，这份选择本就透着孩童独有的纯真与敏锐。运用拟人的修辞手法，三言两语让画面鲜活起来，让池塘的四季有了呼吸感，像一首悠扬的圆舞曲，时而轻快时而舒缓，却始终萦绕着“家”的旋律。结尾“有着我成长足迹的小池塘”，让文字从“景”升华为“情”。原来最美的不是池塘本身，而是它陪你走过的晨昏四季，是网兜里漏走的童年时光，是晚风中蒲扇摇落的星辰。这份将风景与记忆交融的笔力，让文章有了穿透纸背的力量。

（指导老师 谢广玲）

手 表

大足区宝顶镇实验小学六年级一班 兰天志

晨光斜斜地爬上校园角落的石刻长廊，青苔在赵智凤塑像上蜿蜒生长。这尊由希望工程捐赠的赵智凤塑像、历经风雨仍棱角分明，正如它所承载的坚韧精神，默默浸润着校园里的每一个人——凿刻时承受千锤百炼，成型后不惧霜雪侵蚀，这正是赵智凤的武魂精神教会我们的：在磨难中坚守，于包容中成长。

体育课后，我蹦跳着回到教室，习惯性抬手想看时间，却发现手腕上空空如也。那可是爷爷临终前送我的遗物，表盘上刻着我的小名。我顿时慌了神，发疯似的在教室、过道、操场来回搜寻，连跑道缝隙都用树枝抠了个遍，直到夕阳把影子拉得老长，依然一无所获。泪水模糊了视线，那只表承载着爷爷的温度，比任何珍宝都珍贵。

伙伴们的帮助像星星点亮暗夜。小芳举着手电筒钻进课桌底，灰尘呛得直咳嗽；中队长拿着记录本挨个询问目击者；小丽在广播站连播三遍寻物启事。可三天过去，手表依旧下落不明。

当我在小榕树下发现半截银色表链时，所有怀疑都指向了“顽皮王”小旺——那天只有他鬼鬼祟祟在附近转悠。我攥着表链冲进教室，把他堵在墙角：“是不是你偷的？”小旺的脸涨得通红，书包里哗啦啦掉出半块面包，碎屑沾满他捡来的流浪猫照片：“我……我在给小猫找吃的。”

深夜，月光为石刻长廊的“石魂”镀上银边。我摩挲着爷爷留下的信件，忽然想起塑像上那些深浅不一的凿痕——每一道伤疤都是重生的印记。武魂精神教会我，真正的坚韧不是固执己见，而是敢于直面错误。第二天，我红着脸把道歉信塞进小旺抽屉，却发现他的课桌上摆着张手绘地图，密密麻麻标记着所有可能遗失的地点。

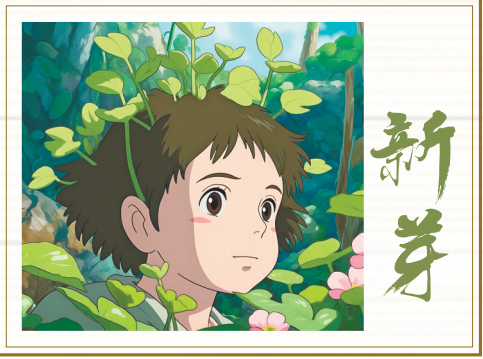
放学铃响时，广播突然传来消息：保洁阿姨在储物柜夹层发现了手表。夕阳下，老师将手表递给我，表盘上的划痕像时光的勋章。我紧紧抱住小旺，他的后背微微发颤：“其实我昨天又去翻了垃圾桶……”

这块失而复得的手表，不仅承载着爷爷的爱，更让我懂得：比钻石更珍贵的，是那些愿意陪你穿越黑暗的友谊。就像校园里的塑像，在岁月打磨中愈发坚韧，而这份情谊，也将武魂精神的见证下，永远熠熠生辉。

点 评

这篇习作构思精巧，以“塑像上的武魂精神”与“失而复得的手表”双线交织，意蕴深远。开篇借青石长廊引入坚韧包容的主题，自然巧妙。丢失手表后的焦急寻觅、对小旺的误会与自省，情节一波三折，生动展现少年的成长心路。人物刻画细腻，伙伴们的热心、小旺的善良跃然纸上。结尾将手表与友谊、武魂精神相联结，升华主题，使文章既有情感温度，又富含哲理。语言优美流畅，比喻、象征等手法运用娴熟，如将划痕比作勋章，贴切而富有诗意，是一篇佳作。

（指导老师 张从玉）



于我的悸动。放学后，夕阳的余晖照射在你的身上，越来越远，越来越远，而你的身影越来越模糊，消失在我的视野里，消失在我的生活里。

日暮是激昂的，也是凄凉的、优美的。而我觉得，那天的夕阳衬你，真美，真美。

点 评

小作者描写细腻，情感真挚，写出了少年美丽的烦恼，梦幻而青涩，在感性与理智中挣扎，最后理智战胜了情感。小作者善于运用心理、动作、环境等细节描写，借用日暮时夕阳余晖的消失来烘托那份情感的远离，使人物形象更加立体、突出。（指导老师 颜诗秀）

（指导老师 杨春）