

## 第一次学射箭

信阳晚报社小记者

浉河区春华小学 四(2)班 夏竞祎

当大家还沉浸在鸡年新春佳节的欢乐之中,我们信阳晚报社小记者学校春节后的第一次活动已拉开了序幕,那就是去位于浉河公园益寿苑内的“一支箭”射箭馆体验射箭。

“妞妞,起床了,今天的小记者活动是去学射箭。”清早,妈妈清脆的喊声惊醒了我的美梦,我一听有小记者活动,一骨碌爬起来,迅速穿衣洗漱,吃完早餐后,准时来到浉河公园的益寿苑。

我们先在报到册上签名,射箭馆教练讲解了这次活动的纪律要求和安全事项后,50多名小记者在他的组织下进行室外热身运动,然后我们排着队伍走进射箭场馆内。场馆宽敞明亮,进门的陈列架上有许多奖杯、奖牌,休息区的一面墙上有很多获奖的海报,射箭区还有弓和箭……看到这些,我心里充满着小期待,这可是我第一次走近射箭这项运动,来了解、体验射箭。

教练把我们分成几组来学习,前面几组小记者体



验完后,终于轮到我了。教练给我们每人分了6支箭,当王教练教旁边的同学时,我照着样子射出了第一支,射到了地上。接着,王教练指导我左右脚一前一后保持身体的平衡,胸部打开,左手臂伸直掌弓,右手臂弯曲使劲后拉箭,使箭与下巴平行,眼睛瞄准靶心,就可以把箭射出去了。教练边指导,我边实践,剩下的几只箭有的射到箭靶上方,有的射到下方或旁边,它们就像一群调皮的孩子不听我的话,只有最后一支射到靶心周围的蓝色环上,总算给了我一丝安慰。第二轮的练习

中,也只剩一支箭射进靶心周围的红色环上,比第一轮射中的成绩稍好点儿,但其他支都没射中箭靶。第三轮是比赛,我觉得自己前两轮练习的成绩不太好,没有勇气去报名参加,臧老师和妈妈在旁边鼓励我去参加,就当是一次练习,我还是害怕射不中而放弃了这次机会。

从射箭馆回家的路上,妈妈和我聊了许多。今天的小记者活动不光让我体验了射箭运动,更让我知道了人生需要尝试,不能因害怕失败而连试一试的勇气都没有,过程比结果更重要。

## 爱护牙齿 从小做起

信阳晚报社小记者

平桥区实验小学 三(4)班 刘举云

一大清早,我和爸爸、妈妈就起来了,因为我的牙齿破了一个大窟窿,所以要去牙医不能再睡觉。

出发后,虽然路上淅淅沥沥的小雨向我们袭来,但是一路的欢声笑语让我依然感觉很快乐、温暖。我们来到了市内一家牙科诊所,里面坐着一位阿姨,只见那位阿姨个子不高,头发长长

的,扎着一个马尾辫,看着眉目清秀,我感觉她大约有二三十岁左右。

我走了进去,招了招手说“阿姨好”,爸爸介绍了我的情况以后,阿姨让我躺在治疗椅上,并打开了治疗椅上的灯,她观察了一会儿说:“小姑娘你不可以再吃糖了,你要注意刷牙的动作要领。”我害怕地点了点头。很快,阿姨开始帮我治疗了。她先挑出一点黄色的药和一点白色的药,倒了点药水,用手搅拌一下,再用工具放进去,放完以后我用舌头轻轻地舔了一下,又苦又辣,让我难以忍受。可是我还是强忍住了眼泪,心里想赶快离开这个鬼地方,我以后一定要注意牙齿的健康,再也不想来到这个地方。

通过这次经历,我明白小朋友们一定要爱护好牙齿,每天刷两次牙,早晚各一次,每次三分钟,爱护牙齿,从小做起。



## 我的爱心之旅

信阳晚报社小记者

羊山新区第十一小学 六(3)班 余佳乐

冬日的一个下午,天空灰蒙蒙的,连空气也是那么寒冷刺骨,可尽管这样,也浇不灭我心中那股炽热的爱心之火,因为今天我们要去敬老院给老人送去温馨祝福,送去清洁干净的环境,所以,再厚的云层也抵挡不住我们心中光芒万丈的太阳。

很快我们就来到了敬老院,院子里长着几棵枝叶茂盛的大树,我们该做些什么呢?我在心里默默地思索着。

首先,我们拿起劳动工具,把敬老院打扫得一尘不染,老人们生活在洁净的环境里才能健康、愉快。随后,队员们表演了精彩的节目,老人们脸上都露出了笑容。节目演完后,带队老师让我们去陪老人说说话。老师真是火眼金睛啊,看透了我的心思,我正求之不得呢!虽然我很想去跟老人说话,可我平时不太会与别人交流,所以有些胆怯。环顾四周,我看见一位老奶奶,她一个人孤零零地坐在角落里,同学们都忙着跟别的老人聊天了,没人跟她说话,我应该去陪陪老奶奶。主意打定,我壮着胆,咬着牙,走向老人,给老奶奶讲起了我们学校的生活。我越说越放松,语言也越来越流畅,我风趣幽默的话逗得老奶奶情不自禁笑了起来,她脸上的皱纹也渐渐舒展开,像绽开的花朵。望



着老人饱经风霜、苍老的容颜,我不禁想这些老人的皱纹,是不是年轻时辛苦抚育儿女、勤劳工作而积累来的呢?孩子从哇哇坠地的那一刻起,哪位母亲不是悉心照料、精心养育自己的儿女呢!眼前这位老奶奶,一定也有自己的儿女,曾经也是十分辛苦地养育他们,如今年纪大了,在这里安度晚年,我应该对她再好一点儿,再多陪陪她,因为她也是一位伟大的母亲。想到这里,我更卖力地向老人说起我知道的所有趣事,以博得老人的开心。

时间飞快的流逝,分别的时刻就要到了,真舍不得离开这里,泪水潸然而下,挥手向老人们说一声:“来年再见!”老人家,祝你们寿比南山,福如东海,永远健康!



市第一实验小学 六(4)班 郑仕琦 作

## 写给妈妈的信

信阳晚报社小记者

市第十三小学 四(6)班 牛益民

亲爱的妈妈:

您好!非常感谢您这么多年对我的养育之恩。

记得小时候有一天,我生病了,那天天气特别炎热,太阳火辣辣的,仿佛一个大火球炙烧着大地。妈妈为了省点钱,便背着我一步一步地走到卫生所,看病后又满头大汗地把我背回家。回到家,我哭了。我知道,虽然到医院时您已经很累了,但您还是毫不犹豫地把我背回家。您对我的爱仿佛是一束温暖的阳光,直射我的心田,您的一举一动都让我无法忘记,亲爱的妈妈。

母爱是伟大的,是无私的,更是无微不至的,我要用优异的成绩来报答您。

最后,我要对全天下的父母说一声:“你们辛苦了!”

您的儿子牛益民  
2017年1月10日

