



## 第一次上台

重庆市南川区隆化第五小学校  
四年级3班 陈子晗  
指导教师 冉鹃

“其实，从屋檐滴下的一颗水珠里，你可以感受到中国的诗意……”站在台下，这几句诗在我脑海里不停回荡。

朗诵比赛即将开始，冉老师带领全班同学来到会场，其他班级的同学也陆续到场，会场热闹非凡。今天是我第一次上台朗诵，心跳不由加速，我练习时总把第一句说错，上台后会不会出错呢？我越想越紧张，手心直冒汗。

主持人宣布比赛开始，一班的同学声情并茂的朗诵让我的心像压了巨石，不知我们班能否顺利完成朗诵。



快轮到我们班上场了，我既期待又紧张，咚咚的心跳声似乎都被冉老师听见了。冉老师微笑着拍了拍我：“深吸一口气，放轻松。”我照做后，紧张的心情缓解了不少。

我们怀着忐忑的心情走到舞台中央，台下黑压压一片。音乐响起，看着冉老师温暖的笑容，我认真朗诵起来，竟没出错。我们一边朗诵，一边看向冉老师，她握紧拳头，无声地为我们加油。我们的声音越发响亮，吐字清晰，胸膛挺直，嘴角上扬，自信满满。

朗诵结束后，全场掌声雷动，我们轻快地走下台，毫无悬念地获得了年级一等奖。

看着奖状，我觉得比赛前的练习都值得了。有了这次经历，我会更努力地学习，未来能站上更大的舞台。



## 打针那件事

重庆市南川区隆化第五小学校  
四年级3班 汪子涵  
指导教师 张建华

“怦！怦！怦！”咦，这是什么声音？哦，原来是我的心跳声。我的心儿为什么会怦怦直跳，因为……

那是一年级的一天，我要去打疫苗。一听到这个消息，我便回想起小时候打针的情景：身穿白大褂的医生，拿出针管，上面是细而尖的针头，轻轻一推，药水就从针管里喷射出来，接着他就会把针头扎进我的肉里……啊！我吓得浑身冒出鸡皮疙瘩，身体颤抖起来。

到了门口，我听见许多小孩打针时的哭声：“好疼啊！”哭喊声此起彼伏，趁妈妈不注意，我撒腿就跑。我早已被吓得双腿发软，魂都飘到九霄云外去了，哪儿跑得快啊！妈妈像拎小鸡一样把我逮了回来，唉……

我试着深呼吸，希望自己的心平静下来。我伸出手，但手却像不听使唤似的，不停地颤抖。医生拿出棉签，在我手臂上涂了一下，

接着他便拿出针头准备打针。我忍不住胡思乱想着：这个针头这么细，要一下子扎进我的手臂里，会不会很痛，会不会流很多血呢？

当医生要把针头扎进我的手臂时，我在心里不停地默念道：不会痛的，不会痛的，我不害怕打针！可是我越想越害怕，以至于都不敢呼吸了。我紧紧地闭上眼睛，眼角流出了泪水。

“好了，打完了。”医生温柔地说。啊，打完了？感觉不是很痛啊。我睁开眼睛，刚才的恐惧像冬天的雪花见到了暖阳——消失得无影无踪，我心里的石头总算落了下来。

原来只要勇敢去面对，就会发现许多事情并没有想象中那么可怕。

## 第一次走夜路

重庆市北碚区两江名居第二小学  
四年级1班 成语涵  
指导教师 田鸿鑫

在我的童年生活中，许多事让我的心儿怦怦乱跳过，有些事我已经记不清楚了，唯有一件事让我记忆深刻。

那年我才六岁，因为在朋友家里玩得太开心，我很晚才回家。一路上，风儿呼呼地吹，月亮一会儿被云朵遮住半张脸，一会儿又跑出来释放出微弱的亮光。小路两旁的路灯好像困了，正在打着瞌睡，灯光忽暗忽明的。这时，小区里静得只能听见我的脚步声和心儿怦怦乱跳的声音。小区像恶魔的领地，大树的影子像正在站岗的张牙舞爪、凶狠的士兵。看着这样的情景，我不禁加快了脚步。

突然，我感觉有人敲了一下我的脑袋。我回头一看，却什么都没有。我战战兢兢地摸了摸头，原来是一片叶子掉到了我的头上。我拍掉树叶，继续大步向前跑了几步，突然发现前面的草丛动了一下。我的心像十五个吊桶打水——七上八下。我吓得呆站在原地，然而又好奇那是什么。我一步一步地向前挪，小心地探出脑袋察看，原来是一只小野猫在草丛中打滚儿呀。

我抬头一看，家中明亮的灯光和妈妈焦急等待的身影映入我的眼帘。我大喊一声“妈妈”为自己壮胆，然后迅速向家中跑去。这短短的200米路程，我好像走了很久很久。回到家中，妈妈夸奖我比以前更勇敢了，因为我战胜了恐惧。

这次独自走夜路的经历让我明白，只要勇敢面对，就能克服恐惧。从此以后，我再也不怕一个人走夜路了。

## 一个人走夜路

重庆市云阳县青龙小学  
四年级10班 张啟袁  
指导教师 蒲婷婷

一个静谧的夜晚，我独自踏上了回家的路。街灯昏黄，将我的影子拉得长长的，仿佛成了另一个与我并肩而行的未知生物。

随着脚步逐渐沉重，我的心跳也随之加速，仿佛要跳出胸膛。周围的花草树木在夜色的笼罩下，变得异常诡异，它们摇曳的身影如同一个个张牙舞爪的妖怪，试图将我吞噬。我的怀里像揣着一只活蹦乱跳的小兔子，紧张得几乎无法呼吸。

就在我小心翼翼地穿过一条小巷时，一个奇怪的身影在我身后若隐若现。我的心突然一紧，恐惧如潮水般涌来。我猛地回头，却只看到一块普通的木牌子在夜风中轻轻摇曳。我松了一口气，但紧接着，那木牌子似乎又动了一下，我的心再次提到了嗓子眼。一阵风吹过，带来了片刻虚惊。

我深吸一口气，继续前行。前方出现了两条路，我凭借着模糊的记忆选择了第二条。这条路虽然陌生，但我知道，它通向家的方向。我加快了脚步，几乎是在奔跑。当我终于看到家门上的“802”号门牌时，心中的恐惧和紧张瞬间化为了无比的喜悦和安心。

我用颤抖的手拿出钥匙，迅速打开了家门。那一刻，我仿佛逃离了一个恐怖的世界，回到了温暖的港湾。我靠在门边，大口地喘着气，心中却充满了难以言喻的兴奋和成就感。

这次独自走夜路的经历，虽然充满了恐惧和紧张，但也让我学会了勇敢和坚强。它将成为我人生中的一段宝贵记忆，永远珍藏在我的心中。