

19日上午,本报100名“校园记者”来到泰安市体校,向体校的教练、运动员学习体验运动项目。活动结束后,不少“校园记者”大呼过瘾并纷纷来稿,本报选取优秀作品进行刊登。



### “吃得苦中苦,方为人上人”

三里小学 四年级三班 李泽典

人们都说:“吃得苦中苦,方为人上人。”19日,我们“校园记者”来到市体育中心参观,真正让我明白了这句话的含义。

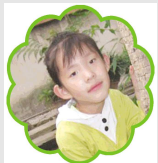
我们首先来到了羽毛球馆,只见大哥哥大姐姐们正在做准备活动呢,他们一个个练得汗流浹背,却仍然认真练习,没有一点懈怠的样子。接下来,我们又来到拳击馆,让我感到好奇又有趣的是,竟有群与我年纪相仿的队员在比赛。只见教练挑了几个年龄较小的队员,他们一个个昂首挺胸,一点也没有畏惧的样子。你看,红方快速地向蓝方直直地送过去一个摆拳,蓝方也毫不迟疑地送给对方一个摆拳。我看得心惊胆战,心想这一拳拳打在头上得多疼啊。

最后,我们来到了击剑馆,击剑是我最喜欢的项目了,听说我们还能亲身体验一堂课,我既兴奋又害怕,怀着忐忑的心情,我戴上了护具,教练一点也不像我想

象中的严厉,反而幽默可亲。

我们先学了简单的步伐,从弓步到进攻的向前踏步,再到反击的向后踏步,教练教得认真,我也学得努力,不一会儿我就学会了几个简单的动作。随后,教练让我们进行一场实战,我心里想到刚才的小拳击运动员顿时有了勇气,我与一个女生对练,首先由她进攻,第一次因为害怕我没反应过来,剑击在头部,我吓得大叫一声。第二次对方进攻时,我的子像不听话似的,想挡却挡不上去,又被击中了。我顿时没了信心和耐心,出了一身大汗,细心的教练看出了我的变化,走上前来给我鼓励并做了指导。

在接下来的对抗中,我看准了对方的剑,当她的剑再次向我袭来时,我快速持剑格挡,终于成功了。接着,换我进攻,我借着刚才的气势一阵猛攻,对方被我击中,一时间我的疲惫感没了,或许这就是竞技体育带来的快乐吧!



### 狭路相逢勇者胜

三里小学 四年级二班 程书华

指导教师:郑振华

19日一大早,我怀着兴奋的心情赶到了泰安市体育中心,发现每间教室里都有励志的标语,格外醒目,激励人心。

当观看柔道比赛时,只见大哥哥大姐姐们穿着白色或蓝色的练功服,系着黑腰带,正在进行一对一练习。他们中的人虽然手上还缠着纱布,但仍然坚持训练。教练见我们来了,就让队员给我们展示了跳跃、翻滚等动作,其中有一个队员连翻了三个跟头,教室里立即响起了热烈的掌声。

在这次参观中,最有趣的就是击剑了,我还亲身体验了一次呢!我戴上灰色的头盔,看看我的伙伴也一

样,非常像一个“外星人”,我拿上细长的剑,教练耐心地给我们讲了击剑的要领:半蹲腿,攻或守的时候要踮起脚,一定要稳住剑,竖立拿起,攻击的时候再直中要害。

学习了那么多,接下来就是和我的小伙伴PK了。开始我还有点拘谨,不敢向伙伴的头盔处刺,慢慢的在教练的鼓励下,我开始勇敢起来。姿势到位,几次战下来居然胜利了。我想起这段时间在家里看亮剑时的话:“逢敌必亮剑,狭路相逢勇者胜!”看来,体育项目不仅需要强健的体魄,还需要有勇气和智慧呢!



### 我运动,我快乐

泰安市实验学校 六年级五班 高晓阳

19日,我们“校园记者”一起去了体育中心。里面可有趣啦,有练柔道的,有练拳击的,还有练打球的呢。

我们刚走进柔道馆,我就发现那些练柔道的人还真是不留情啊。只要教练一吹哨子,他们就能一下子把对方摔倒,紧接着,地板就发出一阵阵沉闷的响声。“天啊,这么使劲摔人,他们疼不疼啊?”我不禁感叹道。

参观完了这些项目,我们就跟着体育老师学击剑,拳击或者打手球了,我

选择了打手球,学了一点儿打手球的基本功,男生和女生就玩了一场传球比赛。随着教练吹哨子的声音,我们就像小兔子一样,一下子跑出去了好远,都去抢那个球,几个男生和几个女生都用手死死地抓住那个球,谁都不肯松手。最后,一个穿黄衣服的女生抢到了,她赶紧把球扔到我这里,我抱起球就跑,见那些男生追过来了,就一下子把球扔给旁边的那个女生。这一次我们去体育中心玩得可真痛快啊!



### 自己变成了一名骑士

迎胜小学 五年级二班 张耀程

19日,我去体育中心体验,我选择了击剑项目,因为在电视上经常看到这个项目的比赛,我的心里很好奇,而且这类项目我从没接触过,感觉很有挑战性。

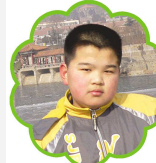
别看我的教练年轻,还真挺有耐心呢!他先教我们基本步伐,可我们的动作就是不标准,教练灵机一动,让我们先站丁字步,然后把脚慢慢往后移,再半蹲。

果然,一个标准的击剑准备

动作就做好了。随后,教练又教了我们前进、后退等动作。练习几遍后,我就开始拿剑了。拿着剑,我觉得神气极了,那感觉就好像自己变成了一名骑士一样。

真正的“战斗”开始了,我戴上了头盔,与队友开始持剑对决。一开始,对方的女孩被我攻得连连后退,突然,她开始反攻了!她持剑向我头上袭来,“咚”的一声,我乱了阵脚,赶忙稳住阵脚,连连进攻,最终取得了胜利。

这次体验教会了我好多关于击剑的常识,走在回家的路上,我已经开始期待下次的活动了!



### 人生要越挫越勇

泰山博文中学 2009级6班 王德浩

3月19日,我来到了泰安体育运动学校练“功夫”。在参观了“狂野”的拳击馆,“绅士”般的击剑馆,“激情”的手球馆之后,我选择了拳击项目进行学习。我个人认为,拳击是一种力量性的运动,比较适合男孩子。

简单而又艰苦地训练开始了,我在教练的指导下,很快就学会了平拳等基本拳击动作。在训练快要结束的时候,老师让我找一名对手对战,我选择了和我年纪一般大的韩焕超同学。

我们两个戴上头盔和拳击手套等装备后,比赛就正式开始了。我俩你一拳我一拳打得不亦乐乎,正当我们打得难舍难分,我渐渐感到体力不支,于是我产生了恐惧感,开始不断向后退缩。可是韩焕超的拳头像雨点一样打过来,我只能不停地向后退并防御他的攻

击。

正当我不断后退时,一旁的裁判突然对我说:“自己越害怕,自己就越软弱。”这句话给了我无穷的力量与勇气。我突然想起了《猫武士》中火星战胜长鞭的情景,于是,我装出一副马上就要被打败的样子。韩焕超同学见状,以为我就要被打败了,便放松了警惕,在我放松警惕的那一霎那间,我以迅雷不及掩耳之势,给了他几记重拳,将他打退了几步。于是,我们便开始了争夺战。就在这时,我感到嘴里有股咸咸的味道,我以为牙齿出血了,便开始惊慌失措起来。俗话说得好:“一心不能二用。”在我惊慌失措的时候,韩焕超乘我不备,给了我一拳,我被击败了。

这次的竞技使我明白了,人生就像拳击赛一样,要越挫越勇。



### “校园记者”等你来参加

本报2011年泰安地区“校园记者”招募采取自愿报名的方式,只要学生本人或家长是齐鲁晚报订户就可报名参加(已经订报的,可凭2011年订报凭据报名;没有订报的,可拨打11185邮政客服电话联系订报并报名。)齐鲁晚报将把这些“校园记者”颁发校园记者证。  
“校园记者”可以参加各种参观学习、生活体验、作文比赛等活动。“校园记者”活动结束后,齐鲁晚报将选出优秀作品刊登在本报。本报将邀请专家为“校园记者”进行采访和写作培训。对于本报一年一度的品牌活动——“报童营销秀”,“校园记者”可优先参加。  
除了上述活动,齐鲁晚报还将定期在“校园记者”中开展“齐鲁晚报校园优秀记者”、“十佳校园记者”等评选活动。根据每位“校园记者”的稿件质量和数量对其进行奖励,并颁发获奖证书。  
齐鲁晚报“校园记者”招募热线:0538-6982106

