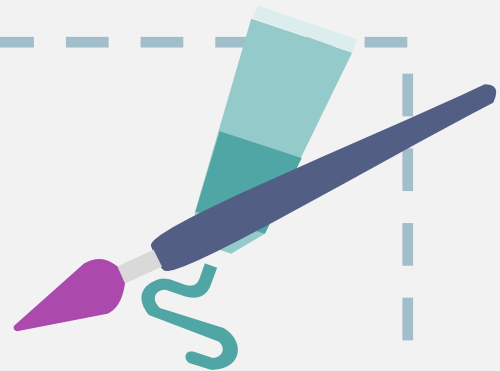


习作：我的心儿砰砰跳

四年级上册



习作内容

参加百米比赛

登上领奖台

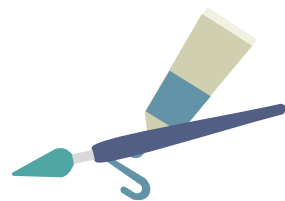
参加班干部竞选

一个人走夜路

第一次当众讲故事

在出站口等待久别的爸爸归来

你有过上面的经历吗？你当时的心情是怎样的呢？同学之间说一说。





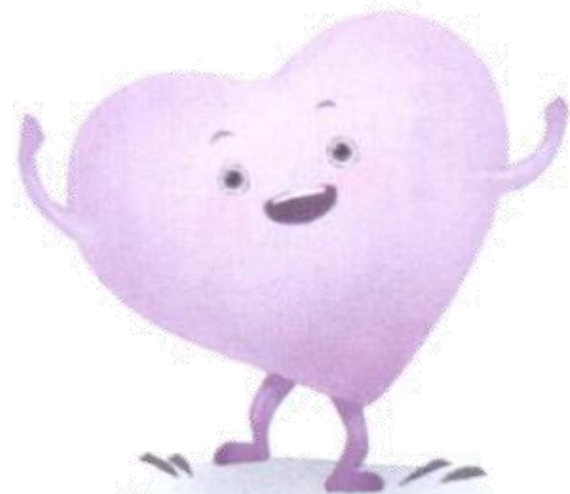
惊喜



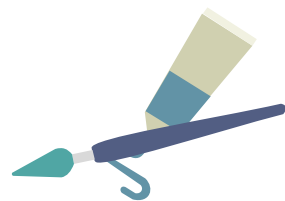
害怕



紧张



激动



选一件令你心儿怦怦跳的事情写下来，写清楚事情的经过和当时的感受。写完后先修改，再誊写清楚。

提心吊胆 心急如焚 胆战心惊 魂飞魄散

喜出望外 手舞足蹈 热泪盈眶 欣喜若狂

脸上火辣辣的 汗毛都竖起来了 倒吸一口凉气

心里打起鼓来 怀里像揣了只兔子

心都提到了嗓子眼 十五个吊桶打水——七上八下



明要求

1. 从自己经历的事情中，选一件令自己心儿怦怦跳的事情写下来。
2. 交代事情发生的时间、地点，要把事情的起因、经过、结果叙述清楚。
3. 习作的关键是写清楚事情的经过并把自己的感情真实地表达出来。



审题

抓住“怦怦跳”这三个字，可以写一件因为惊喜、害怕、紧张、激动而让自己的心儿怦怦跳的事情。

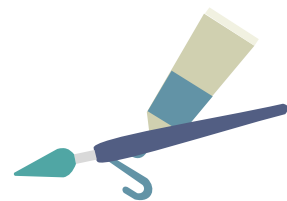


定选材

担心：妈妈生病了、
表妹不见了……

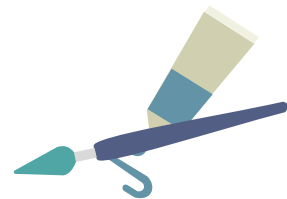
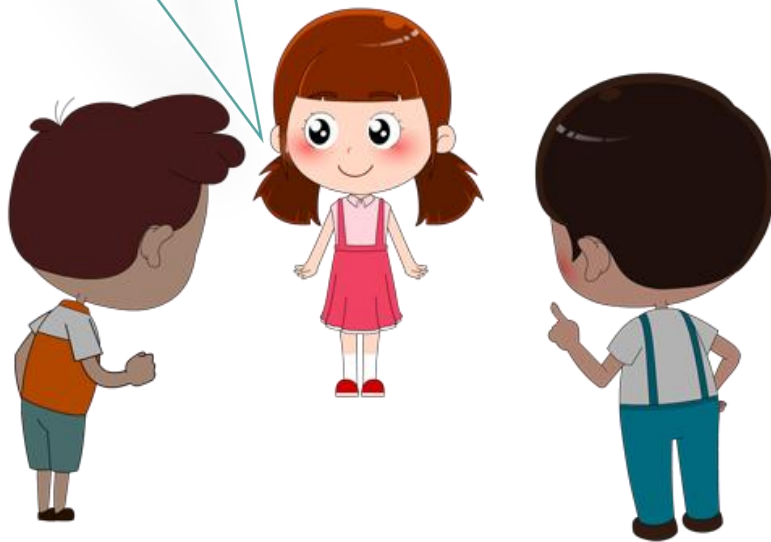
害怕：一个人走夜路、
坐过山、停电……

紧张：参加百米赛跑、
第一次当众讲故事、
参加班干部竞选……



定选材

激动：在出站口等待久别的爸爸归来、登上领奖台……





紧张



害怕





激动



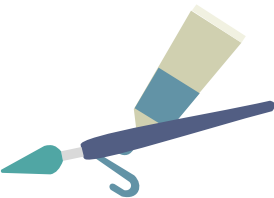
担心



参加百米比赛



登上领奖台



一个人走夜路



✿ 拟题

《忘不了那一刻》、《拔河比赛》、《激烈的竞选》、
《爸爸归来》



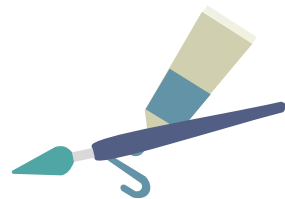
学写法

1. 确定要写的内容。想一想在生活中有没有让你心儿怦怦跳的事情，想一想事情的时间、地点、人物以及起因。



今天我紧张极了，因为我马上就要站在赛车的“战场”上了。两天前，我还只是学校遥控赛车队的一名预备队员，因为最后一场队内选拔赛上我在拼车技术环节表现优异，意外地成了正式的赛车手，参加今天举行的市级赛车比赛。要知道，这可是我第一次参加正式比赛呀！

写出第一次参加比赛的紧张心情和原因。



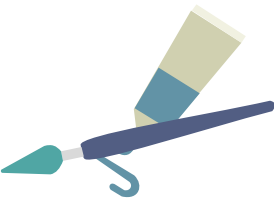
学写法



2. 写清楚事情的具体经过，按顺序、分层次来写，注意详略得当。还要注意描写人物的心理、动作、语言等细节来推动情节的发展。



我心想：“世界上怎麼可能有鬼呢？不要自己吓自己了。”我走到一个房子前面，我以前经过这里时，感觉这个房子里从来没有人住，因为上面布满了蜘蛛网，还有两个灯，看似像鬼灯，像一座鬼房。现在是晚上，里面不会住的真是鬼吧？我已经不知所措了，一阵风吹来，灯上的线在摇动，突然，我听见门开的声音，“啊，我不会就这样over了吧，我的命怎么这么惨呀！”我捂住耳朵，合住眼睛，听不见，也看不见一切动静……

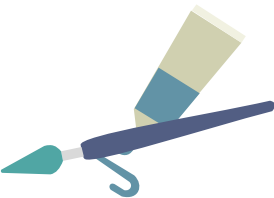


学写法

3. 结尾要点题，收获或者遗憾等。



从此以后，我不再害怕走夜路了，我克服了恐惧，我的胆子变大了。如果没有这件事，或许我的胆子永远都很小呢！



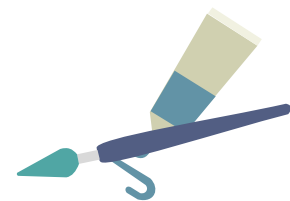
写作提纲



开头→点明主题，引出下文。

中间→以环境描写烘托心理，以神态、动作“变化”表现心理。

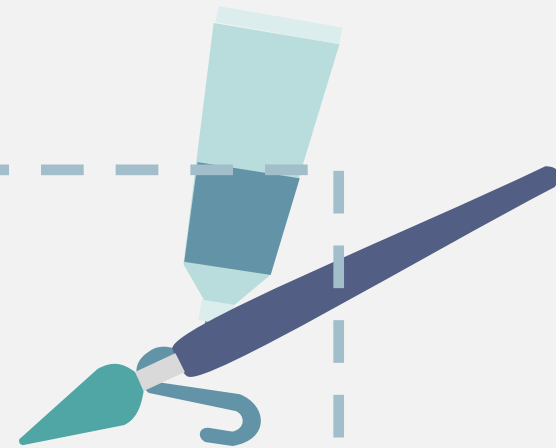
结尾→抒发感想。





PART.01

范文展示



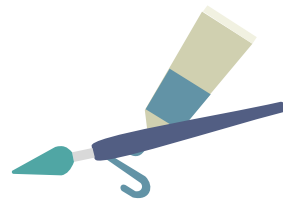
我的“赛车”之旅

今天我紧张极了，因为我马上就要站在赛车的“战场”上了。两天前，我还只是学校遥控赛车队的一名预备队员，因为最后一场队内选拔赛上我在拼车技术环节表现优异，意外地成了正式的赛车手，参加今天举行的市级赛车比赛。要知道，这可是我第一次参加正式比赛呀！

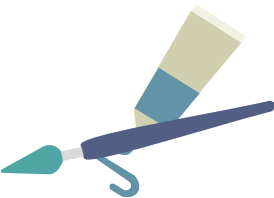


在去赛场的路上，紧张的心情压得我有些喘不过气来。爸爸尽量讲些笑话帮我放松，可我却根本无心听。我的手中不断练习着早已滚瓜烂熟的拼车技术，脑子里不断回忆着昨天已经牢记于心的操控方法。这是我第一次参加比赛，我一定要做到万无失！

刚踏入比赛场地，一看到到处都是比赛高手，我本已平复的心情不禁又紧张了起来。比赛开始了，我手忙脚乱地把赛车零件取下来：齿轮、轮胎、马达、电片、开关……渐渐地，我的情绪在拆装赛车的过程中平静了下来，我稳住阵脚，熟练地将一个个零件有条不紊地组装上：齿轮、轮胎、马达、电片、开……



开始赛车了，我得心应手地遥控着自己的赛车，超越了一个又一个对手，一圈，圈半、两圈……我甩开对手的距离越来越远，再跑一圈就是终点啦，加油！就在这时，一辆车在拐弯处突然冲过来撞了我的赛车，“砰”的一声，我的赛车被撞了个四脚朝天，我赶紧冲过去以最快的速度翻过护栏，将我的赛车摆正继续比赛，但是这一“撞”还是把我的赛车的转弯系统撞坏了，我的比赛成绩也受到了致命的影响……



紧张刺激的赛车比赛结束了，我的心情却久久不能平静。教练过来拍拍我的肩膀，说：“你的表现不错，只是被撞一下有些可惜，别气馁。”我笑着点点头，第一次参加赛车比赛能有这样的成绩我已经很满足了，更何况我还从那些赛车高手身上学到了不少好技术，这可比自己“闭门”苦练强多了！

坐在回家的车上，我回望空荡荡的赛场，在心中暗下决心：“明年我一定会回来夺取冠军的！”



第一次走夜路

人生有许多第一次，第一次游泳，第一次溜冰，第一次去动物园……但我印象最深的还是那一次……

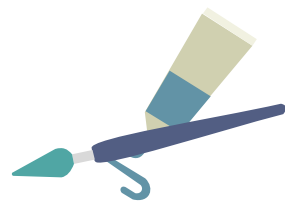
那次爸妈同时加班没人来接我，我只好一个人走回家。在这伸手不见五指的黑夜里，我还是头一次一个人回家。路上一个人影也没有，由于心里害怕紧张，就忽然想起电影里那些受害人遇害的情景，坏人的身影和锋利的凶器在我脑海闪过，我心里就更害怕了，于是我制止自己不要去想这些，可又想起了《聊斋》里面的鬼来……



我害怕到了极点，急忙加快脚步回家。我小心谨慎的一步一步的往前挪，突然，一阵风吹了过来，我整个人已经缩成一团了，我以为是鬼魂找我来了。我的心跳加快，腿已经软了，无法行走。但是我在为我自己鼓励加油。



我心想：“世界上怎麼可能有鬼呢？不要自己吓自己了。”我走到一个房子前面，我以前经过这里时，感觉这个房子里从来没有人住，因为上面布满了蜘蛛网，还有两个灯，看似像鬼灯，像一座鬼房。现在是晚上，里面不会住的真是鬼吧？我已经不知所措了，一阵风吹来，灯上的线在摇动，突然，我听见门开的声音，“啊，我不会就这样over了吧，我的命怎么这么惨呀！”我捂住耳朵，合住眼睛，听不见，也看不见一切动静……



就这样停留了好长时间，我感到我的心跳变慢了。咦，原来我没有over呀！我睁开了眼睛，原来门没有开呀，难道这一切都是幻觉吗？突然，我想起了老师的话：“世上根本没有鬼。”不知怎么了，胆子大了起来，脚步也轻快多了，不一会儿，就到了家。

从此以后，我不再害怕走夜路了，我克服了恐惧，我的胆子变大了。如果没有这件事，或许我的胆子永远都很小呢！

