

「學生作家培育計劃」2025/26 學年

學生作家徵文比賽

中小組三等獎

基督教粉嶺神召會小學 四年級 楊俊熙

棉花糖變彈簧

凝視著成績表上體育科的「等級乙」，我不禁嘴角上揚，腦海浮現出那段讓我面紅耳赤的經歷。

回想起學期初一分鐘仰臥起坐練習，哨子一響，我的背脊像被強力膠水黏在墊子上，連一下也做不到。「零！」四周傳來同學的竊笑聲，我尷尬得滿臉通紅，想找個地洞鑽進去。

回家後，我摸著棉花糖般的肚皮，那觸感讓我啼笑皆非。從此，客廳變成我的訓練場。每次做完功課，我便鋪好墊子，將雙腳塞進沙發底，開始特訓。起初，肚子酸痛如火燒。汗水流進眼睛，既朦朧又刺痛。加練平板支撐時，手臂抖得像地震中的柱子，身體如房屋般重，隨時都會倒塌下來。每次想放棄時，我都會咬牙堅持多十秒，直至趴下。

經過兩個多月的堅持，我的汗水沒有白流。我從一下也做不到，漸漸能做五下、十下，甚至二十下。原本像棉花糖般軟綿綿的肚皮，摸起來結實了，彷彿肚子裏真的長出了一個強力的彈簧。



考試日，哨聲再次響起。這次，我的身體像裝了強力彈簧，輕快彈起。

「二十一下！」耳邊傳來同學驚訝的報數聲。我不但合格，而且超出預期。

撫摸著結實的肚子，我明白「等級乙」得來不易。勤勞就像神奇的魔法，它能將軟弱變為堅強。原來，只要肯付出汗水，軟綿綿的「棉花糖」也能變成充滿力量的「彈簧」！

評語：文章準確掌握題旨，內容生動，用詞靈活，表達能力頗佳，文章亦能首尾呼應。