



小莉的自由泳之旅

lianbo ma



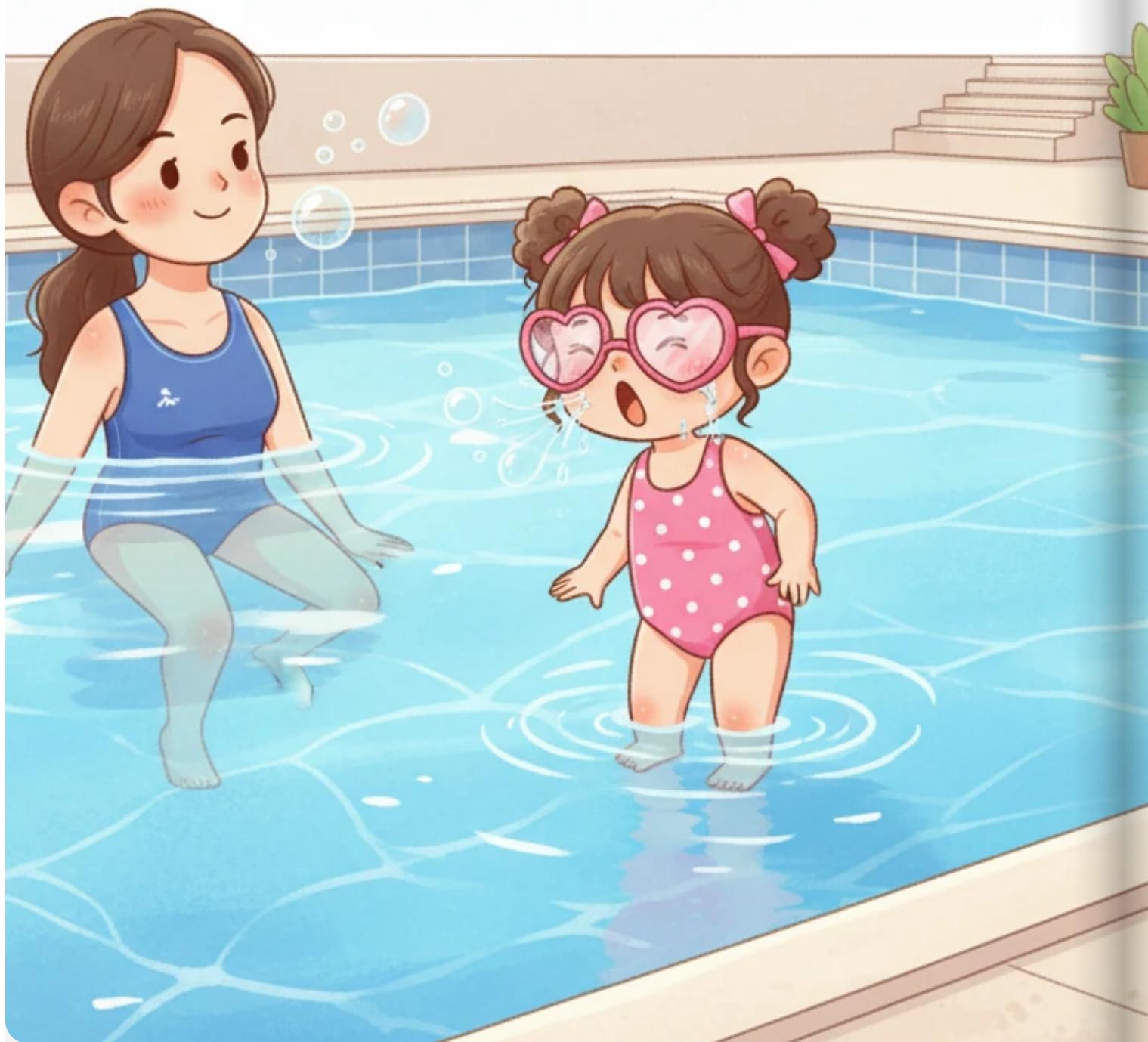
阳光明媚的一天，小莉穿着可爱的粉色泳衣，戴着心形泳镜，和妈妈一起来到宽敞明亮的户外专业游泳池。池水清澈湛蓝，波光粼粼，远处还有一些小朋友在玩水。妈妈穿着时尚的蓝色专业泳衣，温柔地牵着小莉的手，脸上带着鼓励的笑容。



妈妈开始示范自由泳的腿部动作。她趴在池边，双腿轻轻打水，水花像小喷泉一样欢快地跳跃。小莉学着妈妈的样子，小腿也跟着有节奏地上下摆动，溅起了一朵朵小水花，她觉得这很有趣。



接着，妈妈教小莉手臂划水的动作。她站在水中，手臂像风车一样，一前一后地划动，手掌轻轻推水。小莉伸出小手，模仿着妈妈的动作，虽然有点笨拙，但她非常认真，眼睛里充满了求知欲。



现在是换气环节。妈妈漂浮在水面上，头部随着划水动作自然地转向一侧，嘴巴轻轻露出水面吸气，然后又潜入水中吐泡泡。小莉鼓起勇气，深吸一口气，小脑袋也努力地转向旁边，成功吸到了一口气，她高兴地笑了。



经过妈妈耐心的指导，小莉终于可以尝试完整的自由泳动作了。她趴在浮板上，手脚配合着划水和打水，身体在水中向前滑动。虽然速度不快，但小莉已经能感受到自由泳的魅力，她的小脸上洋溢着自信和快乐。



小莉终于学会了自由泳！她像一条快乐的小鱼，在清澈的泳池里自由自在地游着。妈妈在池边为她鼓掌，脸上是骄傲和欣慰的笑容。小莉回头冲着妈妈甜甜地一笑，享受着水中带来的无限乐趣和成就感。