

## 乐在其中



走进果园采摘新鲜的桃子，是一种难得的劳动体验；制作乌米饭既包含对传统文化的传承，又充满动手创造的乐趣；在水坑中与泥鳅斗智斗勇……无论是什么活动，只要用心去体验与感受，就一定能找到那份属于自己的快乐和满足。

## 吹泡泡

宁海县实验小学城西校区305班

李泽锐(证号2462076)指导老师 应再萍

“哈哈，太好玩了。”你猜这是谁的声音？没错，就是我，我正在做一项有趣的实验——吹泡泡。

我准备了一瓶洗洁精、半杯水和一根吸管。

首先，我倒了半杯水，接着加了些洗洁精，然后用吸管搅拌，使它融化。最后用一根吸管，蘸上那黏稠的肥皂水，慢慢地吹气，吹成一个网球大小的泡泡，再轻轻地一提，那轻圆的球儿便从管上落了下来。

有时候吹得太着急了，一个很大的泡泡便分裂成了几个小巧的泡泡；有时吹得太大了，突然“啪”的一声，泡泡就破了。

最后，我和妹妹一起吹起了泡泡，妹妹一个劲儿地说：“真好玩呀！”

## 抓泥鳅

鄞州区德培小学206班

徐墨涵(证号2460624)指导老师 周必慧

那日天气凉爽，我们兴高采烈地来到绿色学校，这里的活动项目十分有趣，其中最让我喜欢的项目是“抓泥鳅”。

泥鳅在几个大水坑里，水坑里的水非常浑浊，泥鳅浑身黄褐色，到处乱窜，在水里游来游去，就像顽皮的小精灵，不仔细看，根本发现不了它们的踪影。我们撸起袖子，蹲下身体，目不转睛地盯着水面，趁泥鳅一不注意，快速将手探入水中。当我抓起第一条泥鳅时，它正在我手中不停地挣扎，仿佛在说：“放开我吧，放开我吧！”我一手紧紧握着泥鳅，生怕它逃走，一手高高举起，惊喜地叫：“我抓到了，我抓到了！”旁边的家长们笑着对我说：“你好厉害啊！”不一会儿，我的小分队就抓到了满满一桶泥鳅。

抓泥鳅真是新奇！下次我还想参加。

## 制作乌米饭

海曙区横街镇中心小学101班

邵楷泽(证号2460694)指导老师 方雯

乌米饭，并非由黑米直接制成的熟饭，而是将糯米放入乌树叶汁水中浸泡后再烹煮的一种美食。乌树叶，即乌饭树的叶子，在我的家乡横街的山上有很多。周末，我和妈妈一起制作了这道特别的传统美食。

首先，我们到超市精心挑选了上好的糯米，将其放入一个大碗中，用清水冲洗干净。接着，妈妈取出了从菜场买来的新鲜乌树叶，用破壁机搅碎，榨出汁水。妈妈说这是制作乌米饭的关键，乌树叶富含天然色素，能给米饭染上深紫色的色彩，不仅美观，还带有一种独特的清香。然后，我小心地将这紫色的水倒入装有糯米的碗中，让糯米充分浸泡其中。这个过程需要一些时间，我们静静地等待着。

当糯米充分吸收了紫色的水后，妈妈将它放入电饭煲中，开始煮制。不久，电饭煲里散发出了诱人的香气，那是糯米和乌树叶混合后的独特香味，让人直流口水。

最后，撒上白糖搅拌均匀，乌米饭煮就好了。我们在餐桌旁，品尝着自己亲手制作的乌米饭，那味道浓郁而独特，每一口都能感受到它的香甜。



一出好戏  
镇海区静远小学203班  
李雨桐(证号2462385)  
指导老师 党长义

## 鸟窝

鄞州区华泰小学西校区303班

俞梓萧(证号2461369)指导老师 陈鹏里

前几天，我发现学校三楼的一个转角处有一个鸟窝，同学们都对它充满了好奇，纷纷上前围观。不到两天的时间，全年级段就都知道了这个消息。

今天一下课，我立马跑去观察鸟窝。这时，从鸟窝里传来了“扑腾扑腾”的声响，我猜此时里面肯定有鸟住着。果然，有一只小鸟飞了出来，就像在跟我玩捉迷藏呢！只见它停在了一根树枝上，头探来探去的，像是在找寻着什么。一转眼工夫，它便抓到了一只虫子，接着飞回自己的窝里去了。这时，我才发现，原来窝里面还有一只小鸟，大鸟飞回来后，就将虫子喂给了小鸟，然后它们互相依偎在了一起，好温馨啊。

这个鸟窝真是太好了，让鸟有了温暖的家，那到底是谁做的呢？我决定去好好找寻一下答案。

## 难忘的路途

鄞州新蓝青学校302班

郭璟彤(证号2461758)指导老师 蔡苏颖

期待已久的暑假终于到了，迎接我的第一场旅行——秦皇岛北戴河，让我见证了祖国的大好河山。

第一站，我们来到了中国长城“三大奇观之一”的山海关。站在城楼上放眼望去，城墙上的一块块青砖诉说着厚重的历史。城墙边“天开海岳”的石碑雄伟地耸立着，石碑旁破旧的城墙遗址仿佛在呼唤着城市中的我们，壮丽的澄海楼让我感受到了古人的智慧和才干。

第二站，我们来到了渤海沙滩上独一无二的礼堂——阿那亚礼堂。礼堂呈三角形，白如雪，宛如一座宫殿。早晨，海浪冲上沙滩，孩子们银铃般的笑声响起。中午骄阳似火，海水拍打着沙滩，是谁一声欢笑，吵醒了熟睡中的海鸥。晚上也是最热闹的时候，灯光闪烁，一只只光影的蝴蝶在空中飞舞。

这场旅行是有趣的、欢乐的、梦幻的……一场旅途的结束，代表着另一场旅途的开始，让我们期待吧！

## 吃巧克力冰淇淋

鄞州区华泰小学东校区303班

楼修齐(证号2461727)指导老师 齐丽华

炎炎夏日，树上不时传来一声声蝉鸣，叶片上的露珠在阳光下闪闪发光。在这样的天气中，如果能吃上一口巧克力冰淇淋，那真是美妙极了！

我快速地跑向厨房，小心翼翼地打开冰箱，只见五六支不同口味的冰淇淋静静地躺在冰箱里。我忍不住咽了咽口水。这时，耳边突然响起妈妈的话：“一天只能吃一支，可不能贪多哦，会影响脾胃健康。”

挑哪个好呢？香草味，草莓味，西瓜味，还是巧克力味呢？犹豫许久，我还是拿起了我最爱的巧克力味冰淇淋。打开最外层的蓝色包装袋，里面是一个淡黄色的蛋筒，飘着浓浓的鸡蛋味。蛋筒上面顶着一颗深棕色的巧克力球，表面洒满了巧克力碎。

我先轻轻地舔了一口巧克力球，回味无穷！我尝试咬了一小口，香甜四溢。不好，我的牙齿发出了抗议：“好冰呀！”我才不管，让巧克力和牙齿比起了赛。你猜怎么着？巧克力球都等得化啦！

## 好玩的国际象棋

余姚市第二实验小学206班

张恒亦(证号2460601)指导老师 王静亚

妈妈买了一本关于国际象棋的书，我无意中翻到，觉得特别有意思，研究了规则之后，买来了一盒国际象棋，我跃跃欲试，要和妈妈比一比。

首先是摆棋子，我们照着书上的样子摆好了棋子。一开始，我们都走得很谨慎，生怕自己的王被吃掉。我刚刚学了一个四步杀的下法，首先是出象斜对角的小兵，然后出象，接着再出王后斜对角的小兵，最后国王就被将杀了，这还是有点风险的，一不小心，王后就要被吃了。我和妈妈来来回回走了一个小时，我吃了妈妈的象，她就礼尚往来吃了我的车，我吃了妈妈的车，她就把我的马给吃了，我们俩难分高下。终于，我看准了一个机会，用车把她的车给吃了，这下她的棋子就只剩下了国王和马，我出动了王后去狙击她的王，走了几步之后，终于将军了她的国王。

暑假里，我要和爸爸妈妈多玩国际象棋，真是太好玩了！

## 摘桃子

慈溪市慈吉实验学校203班

史卓滢(证号2460229)指导老师 应央儿

今天，我和爸爸妈妈决定去慈溪古窑浦的桃园摘桃子，体验一次乡村生活的乐趣。我们驱车前往桃园，一路上，窗外的风景美如画，让我对即将到来的摘桃子活动充满了期待。

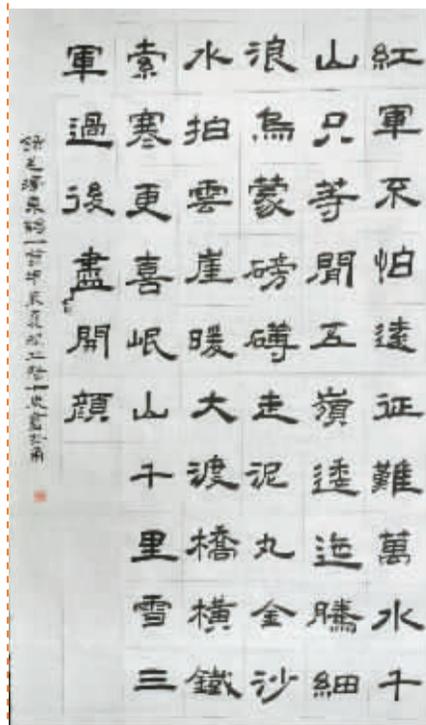
终于，我们到达了目的地。一下车，我就被眼前的景象吸引了：一片翠绿的桃林中，挂满了红彤彤的桃子，它们像一个个害羞的小姑娘，躲在绿叶之后，却又忍不住露出灿烂的笑容。

我迫不及待地拿起篮子，跟着爸爸妈妈走进了桃园。爸爸教我如何挑选成熟的桃子：要看桃子的颜色是否鲜艳，摸一摸是否软硬适中，闻一闻有没有桃子的清香。我按照爸爸的方法，小心翼翼地挑选着每一个桃子，每摘下一个，都让我感到无比的满足和喜悦。

在摘桃子的过程中，我还发现了一些小昆虫和蝴蝶在花间飞舞，它们似乎也在享受着这美好的时光。我偶尔停下脚步，静静地观察它们，感受大自然的和谐与美好。

不知不觉，篮子里已经装满了桃子。我们提着沉甸甸的篮子，走出了桃园。虽然有些累，但我的心里却充满了幸福和成就感。

回家的路上，我回想着摘桃子的过程，感受到了劳动的快乐和收获的喜悦。这次摘桃子的经历不仅让我体验到了乡村生活的乐趣，也让我更加珍惜大自然的馈赠，明白了劳动的意义。



七律·长征

宁波市四眼碶小学新河校区404班  
程立阳(证号2461667)  
指导老师 陈天宇

组稿老师 许玉燕