成长故事

或驻足三江口邂逅温柔夜色，或在丁香花下读懂心意万千；或亲手制扇做饼，感受中秋雅趣；或参与环保行动，体悟守护自然的责任；或由一件小事明白规矩的意义；或畅谈健康成长，懂得爱惜身心。孩子们用细腻的眼睛观察生活，以真挚的笔墨记录所见、所思、所感。一景一事，皆是成长印记，字里行间藏着独属于少年的温暖思考与美好情怀。

生命中最美好的时刻

鄞州区堇山小学507班
傅谷昱（证号W26104522）指导老师：陈艳玲

又一次来到三江口，我想在江边看浪花翻腾，在楼里眺望灯火通明，在船上看繁星点点……但我更想回到过去，去寻找生命中最美好的时刻。

那是几年前的一个夜晚，我和爸爸妈妈漫步在三江口的一条小路上，享受夜的馈赠。一阵江风吹来，白浪涌着江水缓缓落在脚边。江面下一定是鱼儿的世界吧？肯定有鱼儿成群结队地争抢游人扔下的食物，有鱼儿扎入石缝嬉戏打闹，有鱼儿吐着泡泡聊天……一轮明月浸在水中，荡起涟漪，散发着柔和的光芒。仿佛我置身于诗里的文字之中。

我们登上了一栋小楼，眺望远方，明亮的灯花连成一片，像一片花海。阵阵歌声伴着浪声钻进我的耳朵，又回荡在江面，迷住了成群的鱼儿。江的尽头是一座大桥，桥上往来的车辆仿佛已是江的一部分，融进水里。高楼的光映在水里，仿佛一头游龙在水中嬉戏，照亮了江面，也照亮了我的心。忽然，一艘小船驶入月光里，船上的渔火散出柔和的光，一位老人坐在船头，凝望着远方。一眨眼，小船消失不见，好似那只是一场魔术。

我们登上了游轮，我一个箭步冲上船头，一屁股坐在椅子上，仰起头望着星空。月亮更亮了，摇曳着与群星共舞。我数着星星，呀！所有星星都眨着眼，数也数不清。我又躺在甲板上，闭上眼，只听得江风裹着浪声悠悠飘来，月光轻轻洒落。听着听着，我便醉在了这江面上，融进江里……

或许，一家人，一条江，一个夜晚，一轮明月，便是我最幸福的时刻。

健康第一，幸福成长

鄞州区惠风书院306班
胡忆添（证号W26107177）指导老师：顾颖雯

俗话说："身体是革命的本钱。"只有身体健康，我们才能快乐学习、幸福成长。所以在我心里，健康排在第一位。

想要拥有健康的身体，要做好下面这几点。

首先，我们要坚持运动。作为校足球队的一员，我每天参加足球训练，踢球既能强健体魄，也让我懂得团队合作的意义。周末我还要上街舞课，街舞锻炼我的身体协调性与节奏感。运动能增强体质，让我精力充沛，上课不容易犯困。

其次，要坚持健康饮食。多吃蔬菜水果、主食和肉类，还要多喝牛奶，帮助我们长高。同时少吃零食、少喝饮料，尤其是碳酸饮料，会损伤牙齿。按时吃饭、营养均衡，身体才能强壮，少生病。

除了身体健康，心理健康同样重要。在学校，我和同学友好相处，学会包容。和同学产生矛盾时，我会换位思考；遇到解决不了的难题，主动告诉老师和爸爸妈妈，寻求帮助，保持乐观开朗的心情。

妈妈常常对我说，爱学习、爱运动，保持乐观心态，才能认真学习、追逐梦想。

我相信，坚持运动、合理饮食，爱护身体，保持积极的心态，做到健康第一，就一定能快乐学习、幸福成长，做阳光优秀的小学生！

月满巧手，扇绘中秋

鄞州区钟公庙实验小学303班
毛柯涵（证号W26101095）指导老师：陆丽颖

今天，我戴好小记者证，在爸爸的陪同下，第二次参加小记者研学活动。我们来到宁波市中小学生成长指导中心，准备开展有趣的手工课程。

签到结束后，我穿好红色小马甲，坐在报告厅对应的位置上。随后，老师带着我们走进手工工作坊。今天我们要亲手做月饼和古风团扇，我一听，心里十分期待！

首先是做月饼。老师给我们每人发了300克月饼面皮和200克馅料。拿到材料，我马上动手揉面团、压皮、包馅。看着材料不少，我本来想做三个月饼，可老师告诉我们，这次活动统一做两个月饼。我跟着老师的步骤认真制作，慢慢做出两个圆圆的、好看的月饼，心里满是成就感。

做完月饼，我们就开始制作漂亮的团扇。老师准备了各式各样的图案，每个人分到的图案各不相同，希望我们发挥想象，做出独一无二的团扇。

老师把印着精美图案的餐巾纸依次发给我们。我拿到图案纸，小心翼翼地把图案剪下来，再选好位置，一点点涂上胶水，仔细贴在团扇上。贴扇子需要耐心，我慢慢摆正、抚平，不让纸面起皱。原本白白空空的扇子，瞬间变得漂亮起来，成了专属于我的团扇。

时间过得真快，有趣的手工活动很快结束了。这次小记者活动特别有意义，我不仅学会了做月饼、贴团扇，还锻炼了动手能力与想象力。

今天收获满满，我真的太喜欢这次研学活动，十分期待下一次！

一次令人难忘的活动

鄞州区华泰小学东校区608班
薛沅劭（证号W26106999）指导老师：陈家依

回忆仿佛一本厚厚的书，每一页都刻着难忘的瞬间。一阵微风徐徐吹过，恰好将书页翻到那次难忘的环保公益活动，那次经历让我受益匪浅。

阳光轻柔洒在草地上，小草伴着微风轻轻摇摆，满眼生机盎然，可草丛里突兀地躺着几个臭烘烘的黑色塑料袋。"快停下！"妈妈一把抓住我正要扔垃圾的手。在我疑惑的目光里，她把垃圾送回了它的"家"，随后带我来到环保公益活动现场。一位大哥哥带着我们来到屏幕前。

只见大屏幕上，人们随意把垃圾丢弃在自然中。随着垃圾越来越多，原本绿油油的绿洲渐渐被垃圾覆盖。垃圾像隐形的毒药，摧残着这片生机。不一会儿，鲜活的草地变成堆满垃圾的荒漠。看到这触目惊心的画面，我满心愧疚与懊悔。

活动第二项，是清理身边的垃圾。我立刻走进小区，绿植间的垃圾格外刺眼。我拿起垃圾夹，把垃圾从草丛里"钓"出来。一阵风吹过，一只飞舞的塑料袋吸引了我的目光。我穿梭在小区各处，垃圾一点点变少，还有不少垃圾卡在树丛深处。烈日晒得手臂发烫，难闻的气味让我想退缩，可一想起屏幕里的画面，我还是坚持了下去……

这次活动令我难忘，它让我懂得：爱护环境，守护大自然，要从我做起。从那以后，我会主动捡拾垃圾，我相信，只要人人行动，环境一定会越来越好。

微风翻过的这一页，深深印在我的记忆之书里。那片被垃圾侵蚀的"荒漠"，和后来清理出来的"绿洲"，成了书中最醒目的插图。从此，每一次弯腰捡拾垃圾，都是为这本书续写一行翠绿的注脚。

组稿老师 李泓娇

没有规矩，不成方圆

慈溪市第三实验小学教育集团610班
励欣洛（证号W26302810）指导老师：史迪蔚

昨天的运动会，我们班发生了一件"大事"。有两位同学点了肯德基，饥肠辘辘的我们像在沙漠里看见绿洲，两眼放光，都盼着他们分一点。可他们只邀请了几位同学一起分享。这件事激起了大家的不满，留在教室的我们眉头紧锁，撅着嘴，愤愤地说："有什么了不起，放学我就让妈妈买！"

一放学，我就把这件事告诉妈妈。妈妈二话不说，就近买了双份肯德基。正当我狼吞虎咽时，妈妈微微一笑，眼睛弯成月牙："这份肯德基是那位同学的妈妈买给她的，是妈妈给她的心意，他们没有义务一定要分给大家。"妈妈的话点醒了我，换个角度想想确实如此，我的火气慢慢消了。

"妈妈，那下周运动会你也给我送肯德基好不好？"我央求着妈妈。妈妈依旧笑着，语气却带着几分严肃："妈妈爱你，但不想让你搞特殊。你没有生病，没有送饭的理由。如果每位家长都送来食物，还有规矩吗？老师该怎么管理呢？"我恍然大悟，用力点点头。

是啊，不以规矩，不能成方圆。规矩是用来遵守的，不是用来打破的。如果人人只顾自己、无视规则，秩序就会混乱，也会给老师增添麻烦。妈妈的话像一剂良药，点醒了懵懂的我，让我真正读懂规矩的意义，学会体谅他人。经历这件事，我觉得自己长大了。

丁香花下，两种心意

宁波市新城第一实验学校609班
陈芷墨（证号W26106344）指导老师：尹海璐

丁香，是嬉戏在校园角落的精灵。五月一到，细细碎碎的小花缀满枝头。它们随风舞动，飘过塑胶跑道，看少年们挥洒汗水；飘过教学楼，看一张张稚气未脱的脸上闪烁着专注；飘过长廊，最后落在王寒冰的碎发上。

王寒冰是班里雷厉风行的班长。这年夏天，带了他们两年的班主任李军就要调走。王寒冰一得到消息，就召集全班筹备欢送会，准备送老师承载回忆的小物件。同学们纷纷报名节目、登记礼物，唯独张明，既不表演，也不准备礼物，常常趴在课桌前发呆，或是去丁香园采花。

王寒冰把这一切看在眼里。有一次，她终于忍不住，找到采花的张明，眼里满是失望："张明！平时上课就属你淘气，李老师没少为你操心，现在他要走了，你不和大家筹备欢送会，心里到底有没有老师！"张明嘴唇紧抿，没有争辩，扭头就跑。

李老师离开的日子转眼就到了。欢送会上，节目一一演完，礼物也都送出。这时，张明抱着沉甸甸的枕头走上舞台："老师，您第一堂课说喜欢丁香。我怕您以后闻不到花香，就自己晒花做了枕头。"李老师的眼眶红了。

不远处的王寒冰愣住了，一滴眼泪落在地上。她明白了，自己的心意热闹直白，有的人的心意默默藏在暗处。心意，从来没有固定的模样。

丁香花带着欢声笑语，带着两种不同的心意，跟着李老师的背影越飘越远……



植物战僵尸
高新区实验学校翔云校区408班
俞田嘉豪（证号P26088045）