



生活感悟

生活是一本厚重的书,需要我们用心去阅读,去体悟。无论是花开时的欣喜,离别时的惆怅,还是成功时获得的成就感,无一不是我们人生旅途中前行的力量源泉。只有经历了生活里的酸甜苦辣,我们才能真正体会到平凡中的幸福。

游泳让我学会坚持

高新区实验学校新晖校区 401 班
尹梓妤(证号 2415859)

指导老师 张卓君

人们常说:“世上无难事,只怕有心人。”不经历一番挫折,怎么能获得成功呢?

从小,我就非常喜欢游泳,妈妈开玩笑说,我还在她肚子里的时候,就天天游泳呢!现在,四年级的我,已经成了国家二级运动员。我的游泳之路虽然不算长,但在这5年时间里也经历了不少坎坷,可我始终相信,只要坚持,就一定能够克服困难,让自己变得更强!

在我上幼儿园的时候,我被选进了宁波市游泳队,且在各大比赛中崭露头角。但好景不长,由于疫情,游泳馆被封闭了,训练不得不暂停。不能游泳的日子里,我每天都很想念在水里的日子,一天不游就觉得浑身不舒服。后来,复训的消息传来,我好开心,可等来的却是限额训练的通知,我因为年龄小,不在训练名单中,我难过地哭了。

终于复训了,在一天天的训练中,我不断地积累着,每天进步一点点。但事事总不会那么美好和顺利,就在我状态特别好的时候,因为接连的阴雨天,我连摔了几跤,尾椎骨骨折了,脚踝韧带和腹股沟肌肉也都拉伤了。为了不落下进度,我依然每天忍痛坚持着高强度的训练,那段时间,妈妈心疼得天天掉眼泪。慢慢地,我的伤势恢复了,成绩也从低谷渐渐追了上来,我们一家都很高兴。没想到成绩刚开始有起色,我的身体不知怎地反复发烧,断断续续持续了大半年。教练直言:“停训了这么久,很难再赶上去了。”我很难过。妈妈看到了,一再恳求教练,希望能让我回到泳池。终于,教练同意了,我再次站到了泳池边。我告诉自己:我一定要追上去!

说心里话,追赶的过程真的很辛苦,但我从不喊累,一心想着往前追。功夫不负有心人,我克服了众多困难,做到了!金牌榜里又出现了我的名字,这是我不懈努力的结果。

游泳,让我的身体变得更加健康、强壮,让我的心变得更加坚强、勇敢,更让我明白不管做什么事,只要坚定目标、持之以恒,就一定能够获得成功!



读书节徽章设计

海曙区洞桥镇中心小学 503 班
池浩宇(证号 2460872)

指导老师 周宁

第一朵花

海曙区古林镇藕池小学 601 班
孙艺涵(证号 2406900)

指导老师 朱郑汇

不知是沐着昨夜的月光,还是伴着清晨的朝阳,这个夏天的第一朵栀子花开了,特别小,却出奇的动人。

可我睡得深,没听见花敲窗,也没看见香进门,不知道栀子花洁白的鞋子有没有染上月光?不知道多肉们为什么没有昂起头察看,不清楚为什么天堂鸟没有莞尔以示欢迎,不明白绿萝为什么还悠然地架在书房?我只好相信,栀子花的欢迎仪式一定静美又清雅,不然,怎么美得草木噤声?

借着早晨的白光才发现,瘦削的枝子上立着一朵栀子花。和着细雨,和着薄雾,宛如一位花旦。风吹开了戏台上绿叶织成的幕布,栀子花玉立台上,矜持地侧身行礼。行云流水的手眼身法,有板有眼的唱念做打,一场绿叶白花的大戏便在雨声的吹拉弹唱里,不紧不慢地上演。

很难想象,这样动人的栀子花是从枯瘦的枝干上来,这样洁白的栀子花是从黝黑的泥土里来。宁愿相信,她是从遥远的云层里来,乘着青鸟的船,踏着彩虹的桥,迈着碎步来到这里,一点点入了我梦里。

还会再来吗?也许是今晚,或许是明天,这第一朵花会挽着众姐妹的手,络绎将她们送来,一朵连着一朵,一朵挤着一朵,住满枝头。每一个花苞里都聚着夏的低语,每一朵花瓣都凝着夏的祝福。

我静静站着,目光聚在栀子花上,当这花的唯一看客。

离别

海曙区古林镇藕池小学 601 班
方宇涵(证号 2406899)

指导老师 朱郑汇

六年的小学时光,被轻轻地刻成了一盘磁带,在不经意间,向白色的尾头转动着。今天,我在这里倒带,回味美好的时光。

还记得刚进校园的时候,看着那陌生的一切,我紧紧地握住了妈妈的手,不敢进去。这时,一位和蔼可亲的老师走了出来。看着她如此温柔,我不禁松开了紧握的手,心中的恐惧也少了许多,腿脚不自觉地朝校园走去。后来才知道,那是我小学六年的班主任——秦老师。在六年的时光里,她一直都是那么的认真负责,教会了我许多做人的道理,至今仍是记忆犹新。

再看一眼吧,那充满笑声的操场。在那里,我们不知道挥洒了多少汗水。记得50米接力跑比赛时,为了向往的第一名,大家都迈开步伐,犹如一匹匹猎豹,拼尽全力地向前冲去。即使汗湿了衣服,都完全不知。

再看一眼吧,那不知经历了多少快乐故事的小树林。在春天,看着那生机勃勃的大树,闻着那沁人心脾的花香,听着鸟儿的鸣啭,不禁令人心旷神怡;夏天,那里就成了最佳的避暑胜地,我们坐在大树底下,看着喜爱的绘本,发出阵阵银铃般的欢笑;秋天,金黄的落叶一片片飘落,拾起一片,塞进书本,做成精致的书签,别提有多美了;冬天,地上积起了厚厚的白雪,踩上一脚,伴随着“咔嚓咔嚓”声响,一个崭新的脚印出现在眼前。

我要感谢您——我的母校。感谢您,像家一样温暖;感谢您,让我拥有丰富多彩的小学生活。

一本好书

海曙区石碶街道冯家小学 506 班
徐思琪(证号 2406775)

指导老师 车莉莉

今天,我要给大家推荐一本好书——《西游记》。

《西游记》是长篇章回体小说,作者是明代的吴承恩。主要讲述了唐僧、孙悟空、猪八戒、沙和尚师徒四人去西天取经,历经九九八十一难,修成正果的故事。

《西游记》中的人物形象鲜活、丰满,让我印象深刻。书中有嫉恶如仇、神通广大的孙悟空,诚实善良的唐僧,好吃懒做的猪八戒,忠诚老实、任劳任怨的沙僧……其中,我最喜欢的人物是孙悟空。他会七十二变,有一个“护身法宝”——如意金箍棒,它的大小、长短、粗细,可任意调节!

我最喜欢的故事情节是《大闹天宫》。那时,当托塔天王李靖对着花果山众猴,宣判孙悟空将自己封为“齐天大圣”是触犯天条时,孙悟空却一边听一边说:“实有!实有!”更突出了孙悟空真实勇敢的精神风貌。

书中孙悟空的勇敢和师徒四人克服种种困难的坚韧品质值得我学习。我也要像他们一样,不畏艰难,坚持不懈,奋勇争先。

那一刻,我长大了

高新区实验学校翔云校区 504 班
周嘉琛(证号 2415508)

指导老师 蓝海燕

还记得那年寒假,爸爸正在外地出差,妈妈突然生病了。她怕传染给我和妹妹,就把自己关在小房间里,于是这个家就只剩下我来照顾妹妹了。

我的妹妹只有三岁,她的脾气就像六月的天,时而晴空万里,时而暴雨倾盆。一开始还好,只要陪她玩玩就行,可到了吃饭时,她跑来跑去跟我玩捉迷藏,还把饭掉得到处都是。最终,我只能使出绝招——打开电视,她才乖乖坐下吃饭。

吃完饭,我拿了水彩笔和画纸给妹妹,然后自己开始做作业。到了晚上九点多,妹妹该睡觉了。我一回头,发现桌子上涂了很多五颜六色的线条,画笔扔得东一支西一支,还有一团团的纸散落在客厅,妹妹却不见了。我慌忙冲进卧室一看,只见地上丢满了衣服,床头柜上撒满了奶粉,床上也是乱七八糟。妹妹把好几个枕头和被子叠在一起做成堡垒,自己躲在里面偷偷笑,整个人脏得和小花猫一样。我感到心里有股莫名的火要窜上来,我大声地喊了一句:“你给我过来!”可她却在床上滚来滚去,还吵着要喝奶。

好不容易给妹妹换了干净的衣服,泡了奶粉,她喝完奶以后仍然不想睡觉,一直跳来跳去要和我玩游戏,直到自己玩累了才睡。这时候已经快十一点了,卧室里一片狼藉,客厅里还有满地垃圾,厨房里的碗筷也没洗过,阳台上还有要洗的衣服……但是我什么都不想管了,只想洗个澡快点睡觉。

这一天,我感受到了带妹妹的辛苦和劳累,而这些只不过是妈妈平时生活的一小部分而已。曾经我对这些事情都只是看在眼里,而现在,我感觉心中多了一些什么。

组稿老师 俞春丽



书法作品

高新区实验学校翔云校区 401 班
陈奕彤(证号 2415364)

指导老师 郑丹波

《等着乘凉》的启示

★今天,我看到了一幅漫画,叫《等着乘凉》,使我久久不能忘怀。这幅简单的画中蕴含着深刻的道理。

画中一个年轻人坐在一棵刚刚种下的树苗边上,树苗承受不住他的重量,被压弯了。一个园丁手里提着一个水壶走过来,一脸吃惊地看着这一幕,问道:“你在干什么?”那个男士只是对园丁说了四个字:“等着乘凉!”

这幅简单的漫画讽刺了那些不想付出努力,只想不劳而获的人们,让我想到了那些只想靠别人,自己却不思进取的“乘凉者”。这样的人其实并不罕见。

回想起自己也曾是个乘凉者,在父母的宠爱下过着不劳而获的生活,却从来没有体会过爸爸妈妈的辛苦。在学习上我也常常希望不劳而获,依赖别人的帮助,而不是依靠自己的勤奋和努力。

古人云:天道酬勤。在此我呼吁大家,一分耕耘一分收获,不要指望天上掉馅饼,也不要想着做那个乘凉的人。

高新区实验学校翔云校区 504 班
舒逸晨(证号 2415503)

指导老师 蓝海燕

★今天我看了一幅名为《等着乘凉》的漫画后,心中感触颇多。

这幅漫画虽然简单,却寓意深刻。那个年轻人全程什么也没做,却在那等着乘凉,这样只想得到别人的劳动成果,却没有付出的人,不会感到羞愧吗?在生活中也有人像漫画中的年轻人一样,不愿意付出,却想着回报。

上个学期,我们被分成几个小组,每周都有小组作业,组员要分工合作完成。做得好的小组,会有奖励。可有位同学经常找一些借口,来逃避小组作业,最后却还是有奖励。我觉得,总有一天他会被别人识破的。

只有辛勤付出的人,才会有硕果。今天,我们浇灌一棵小树苗。以后,我们就可以在树下乘凉。

高新区实验学校翔云校区 504 班
郭煌怡(证号 2415510)

指导老师 蓝海燕