



2024年8月27日 星期二 责编:王妙妙 徐徐 美编:周斌 照排:余佳维 审读:邱立波

我的第一次 马拉松



海曙区海曙中心小学
雅戈尔校区101班
周伯翰(证号2406685)
指导老师 严敏露

今年三月,我们全家一起参加了奉化桃花马拉松。一早,我怀着激动的心情来到奉化体育馆,大家穿上桃花参赛服,等待起跑。一眼望去,人山人海,粉红的一片,犹如一片桃花海!据说这次参赛有14000多人。

开始跑步了,我像箭一样往前冲去。由于我个子小,我像只小老鼠一样在人群中钻来钻去,感觉身上有使不完的劲。可是好景不长,在3公里的补给站,我喝了两大杯水还不够,又累又渴,腿也迈不动了。妈妈说我一开始跑太快,体力不够了,我们就一起走一走缓一下,接下来可还有9公里等着我们呢!于是我边走边欣赏沿路的美景,刚好走到天下第一桃园,哇,粉粉嫩嫩的桃花挨挨挤挤,争奇斗艳,我眼睛都看不过来了。

虽然天气越来越热,我好几次想放弃,但爸爸妈妈不断鼓励我、陪伴我左右,还有路边的陌生人为我们加油,更有一起跑步的“大神”对我竖起大拇指,对我说:“小朋友你真棒!”最终我咬牙坚持到了终点。

挂上沉甸甸的桃花奖牌,我觉得这一路虽辛苦,但也让我收获不少:做事情仅靠一时冲动是不行的,当你想放弃的时候想想终点就在不远处,坚持就会成功!

我们班是“动物园”

北仑区岷山学校305班
范翊铭(证号2418415)
指导老师 虞波兰

我们班是一个“动物园”,里面有许多形形色色的小动物。

叶语棠是“长颈鹿”。她是我们班个子最高的,排在队伍的后面,站在队伍中显得鹤立鸡群。她梳着一个马尾辫,走起路来辫子也跟着左摇右摆。记得有一次,老师让她上去领奖拍照。她不紧不慢地站起来,一颠一颠地走到讲台桌前,接过奖状,又一颠一颠地走了回来。唉,她可真像长颈鹿啊!

这只长颈鹿还爱看书。当别人兴奋地在教室里跑来跑去,大声地聊天,她总是捧着一本书孜孜不倦地看着。无论外界多么吵闹,她总沉浸在书的世界里。

姜冠衡是我们班的“猎豹”,他长着一个圆圆、扁扁的小脑袋,一张樱桃小嘴,个子不算特别高,但跑步极快。他在赛场上可是一只名副其实的猎豹。在100米跑道的起点,他微微俯下身子,双手撑着起点线,身体前倾,让对手看了心都发颤。“砰”的一声,发令枪响,他昂起头,迈着飞快而敏捷的步伐,冲向终点,远远甩开后面的选手,以遥遥领先的战绩取得冠军。

李泽宸是我们班的“小蜜蜂”。他勤劳能干,是老师的好帮手。每当班级有劳动任务,保准有他的身影。他有时去帮老师拿办公室的作业,有时帮老师去拿文印室的作业,有时去拿课间餐给同学吃……

我们班的小动物还有不少呢,“小猫”邱语涵很温柔,“大象”王尘煜是个大块头,“小猴子”史殷宓伶俐又敏捷……你瞧,我们班是不是有个有趣的动物园?四十只小动物其乐融融地生活在这个大家庭里。

十元钱能干什么

海曙区鄞江镇中心小学103班
张灯明(证号2406634)
指导老师 蒋静怡

今天妈妈问我,十元钱能干什么呢?

我仔细地想了又想,十元钱在炎热的夏天可以买支冰淇淋,或者买一些文具,也可以美滋滋地吃顿早餐……

我和妈妈去菜市场时,看见妈妈用十元钱可以买一些新鲜的蔬菜,或几个鸡蛋,或一小块肉。悄悄告诉你,如果你有十元钱还可以去超市逛逛,超市里有许多商品都是十元以内的哟……

原来小小的十元钱有着这么多大大的用途呀!

一纸托千斤

海曙外国语学校青林湾校区301班
白司嘉(证号2405254)
指导老师 王红梅

你相信一张纸可以托“千斤”吗?不相信?那就来看一下!

暑期兴趣课课间休息,老师拿出些纸,问我们:“你们相信一纸托千斤吗?”班里马上从安静的小树林变成了吵闹的菜市场,同学们有说相信的,有说不相信的。我当然相信科学的力量!

老师开始讲规则:四人小组合作,每个小组两张纸,不借助别的物品,让纸托起十二本书。

实验开始了。我们努力想办法,忽然,苏柏陈把纸折成了扇形。原来,他在网上看到过。接着,我们一本一本地放书。当放到第三本的时候,我们紧张极了,我甚至祈祷:“天灵灵,地灵灵,太上老君快显灵!”终于第三本书稳稳地躺在上面,我们松了口气。紧接着第五本、第六本、第七本……正当我们觉得离成功不远的时候,只听“啪”的一声,书塌了,纸扁了。我好失望。

忽然,一个同学提议:“折成N形是不是可以呢?”于是,我把纸折成N形。随着书的叠放,我们也越来越紧张:五本,八本,十本,十一本……放到十二本时,我们紧张得心怦怦直跳。书没塌,我们欢呼起来!

后来经过老师的讲解,我知道了稳定性和形状有关,而三角形是众多形状中最具稳定性的。一张纸每折一次就形成一个三角形,所以折数越多越稳,能承受的重量就越大。于是我想到家附近的青林湾大桥,它那高高的拉索和桥柱、桥面形成的就是三角形。每天有数以万计的车辆经过大桥,不就是“一纸托千斤”吗?原来科学就藏在我们的生活中,多观察、思考,一定能发现生活的奥秘!

我有一个想法

海曙外国语学校五江口校区305班
陈越(证号2405398)
指导老师 张拥华

进入三年级后,同学们越来越喜欢书法了,有写连笔字的,有写楷书的,有写繁体字的。所以我想设一个班级“书法展览角”,每个同学把自己的作品挂在那里。

这个展览角我认为好处多多:一、可以学习别人怎么写的;二、可以看到自己的作品;三、同学们可以互相交流,锻炼自己的评论能力,提高书法水平。

我相信开展了这个活动,我们班会有越来越多的同学写书法。

橘园

海曙区高桥镇中心小学305班
徐凯琪(证号2407703)
指导老师 汪红映

秋高气爽的一天,爸爸妈妈带我去橘园玩。我们到了橘园后,看到一个个橘子挂在树上,身穿黄色外衣,宛如一盏盏明亮的小灯笼,又似一个个金灿灿的小太阳,头上还戴着一顶绿油油的小帽子,可爱极了!

我迫不及待地摘了一个,摸了摸,有点凉丝丝的,不是很光滑,甚至有点凹凸不平。有几个还有点鼓鼓的,这是为什么呢?难道它自己用打气筒把自己打鼓了吗?还是别的橘子把它打肿了?闻一闻,有一股淡淡的清香,让人情不自禁地咽口水。轻轻地把它剥开,一股浓浓的橘子香扑鼻而来。只见月牙般的橘瓣,像一群听话的娃娃,整齐地排列在一起说悄悄话呢!

我取了一瓣,轻轻咬上一口,汁水顿时冲进我的嘴里,滑进我的胃里,涌入我的心房,真是回味无穷啊!

这样又香又好吃的橘子,真是让我爱不释手啊!这样美丽的一个橘园,真令我念念不忘啊!

特别温暖的毛衣

海曙区集士港镇中心小学103班
陈奕帆(证号2400242)
指导老师 陈健儿

我有一件灰色羊绒毛衣。衣服前面有一只十分可爱的小狗,圆圆的白色脑袋中间钉了两粒圆纽扣,这是小狗的两只眼睛,它们一大一小,特别调皮。

这可是妈妈亲手编织的毛衣,穿上这件漂亮的毛衣,我感觉特别温暖。我喜欢极了。

我是小小主持人

宁波市中原小学203班
杜昊哲(证号2406098)
指导老师 洪薇

今天,我非常高兴,因为我要去妈妈单位当小小主持人。

一大早,妈妈就开着车带我去她的单位。终于到了,我和妈妈迫不及待地跑了进去。我等了好久,活动终于开始了。我和我的伙伴一起上台主持。

首先,我们宣布活动开始,又宣布了游戏规则。今天的活动主题是“法治”,参与的小朋友根据我们主持的流程,依次参加“法治T台走秀”、法治有奖问答、法治视力表等活动。

游戏开始了,一位小哥哥转动了转盘,转盘的指针指向了一个问题,上面写着“胎儿是否有继承权?”我们一致回答“是”。除此之外,还有好多好多这样的“法治”小问答,大家玩得津津有味。

活动结尾,我们还一起去给环卫工人送清凉,最后我们高高兴兴地回家了。这真是有意义的一天。



“毅30”计划

北仑区新碶小学202班
殷子涵(证号2418118)
指导老师 杨天

云朵节

海曙区集士港镇广德湖小学306班
李科媛(证号2406045)
指导老师 毛佳敏

在云朵节时,小动物会把长得和云朵一样的东西拿出来供大家欣赏品尝。而今天,正好是举办云朵节的日子。

首先出场的是——咦,这个小动物还没来吗?哦,它来了,是小蚂蚁!它高举着一团如丝线般、散发着香甜味道的东西来啦!“这不是棉花糖吗?好想咬上一口啊!”小动物们心想。哇!一个长得高高大大、小山似的动物来了!原来是象。象驮着一个盘子,盘子里放着一些奶油,雪白的奶油可真像云朵!接着又来了许多小动物。

最后,一个小小的身影登场了——小松鼠。小松鼠不紧不慢地抱着一大团白白的,软绵绵的东西走过来了。这难道也是棉花糖吗?不对,它没有香甜的气味。难道是奶油吗?不对,奶油的味道也不是这样的。这到底是什么呢?正当小动物议论纷纷的时候,小松鼠坐了上去,飞上天空。它如影子般穿过小树林,又如影子般掠过花园,它飘啊飘,飘过了山峰,飘过了海洋,最后又飘回了小动物们的家园,原来这就是云朵啊!是它带给我们一年四季的变换,带来风,带来雨,滋润着万事万物!

古籍修复活动

海曙区高桥镇中心小学307班
江瑞(证号2406295)
指导老师 杨蓉蓉

上个周末,我和妈妈去慈城参加了一个很有意义的小记者研学活动——古籍修复。

出发前,我有一连串的问号:什么是古籍?怎么修复?为什么要修复?这些问题让我对这次的活动充满了好奇与期待。

来到研学地点——布政房,我兴冲冲找到古籍修复教室,迫不及待地寻了空位坐下来。此时,我的桌面上已经摆放好了不少用具:喷壶、剪刀、宣纸、碟子、毛笔,还有一张发黄的破损的古籍。这张古籍破了好几个洞,我猜这大概就是我要修复的吧。

老师讲完步骤后,我就兴致勃勃开始了“大冒险”。首先,拿宽宽的刷子把古籍上的灰尘扫掉,让古籍表面变干净;然后,拿起喷壶喷上水,用刷子把皱皱巴巴的古籍变平整,这一步我觉得很简单;接着,让我头大的地方来了:我需要剪下比缺口大一点的纸片来贴补破损处,可是,一开始我怎么也剪不好,不是剪大了就是剪小了,花了好长时间,剪了大大小小一堆,总算剪到一块合适的。

紧接着,老师给我们每人分了两勺浆糊。我将浆糊涂在古籍破洞周围,把纸片贴上去,再把多出来的水分吸一吸;最后,我把它放在阳光底下晒干,古籍就修复好了。

虽然我只体验了短短半小时的古籍修复工作,却已深感这份工作的细腻和繁杂。那些沉淀和埋藏了成百上千年的古籍,被发掘出来时,损坏的严重性难以想象,而我们的修复专家们需要多么有耐心、多么细心、多么专注才能完成好这份工作啊!

这次古籍修复活动,让我对古籍的来之不易更加了解,也懂得要珍惜华夏几千年的历史遗产,更为祖国文化的丰富多彩而自豪!