



2025年3月7日 星期五 责编:徐徐 王妙妙 美编:徐晴 审读:邱立波



多彩生活

在孩子们的世界里,生活是一幅绚丽斑斓的画卷,每一处色彩都闪烁着独特光芒。在雪谷的冰天雪地中尽情撒欢,在鄞州公园邂逅荷花的娇羞,于教室与马蜂展开趣味周旋;还有喂火烈鸟、爬山、倡议爱护眼睛,也都是他们生活的精彩篇章。他们用纯真视角,在天地间、课堂上、书籍里,书写着属于自己的多彩故事,快来一同感受他们生活的魅力与活力。

雪谷奇遇记

鄞州区宋诏桥小学507班

王彦萌(证号2514987)

指导老师 董玲璐

2月下旬,四明山迎来降雪,让城市里的人们兴奋不已。而这也让我再次回味起今年春节,在哈尔滨雪谷的美妙经历。

大年初二,闹铃声一响,我就迅速从床上爬起。窗外尚黑,可我的心已飘向千里之外的哈尔滨雪谷。历经8小时的飞机和汽车,我们终于抵达雪谷。

“到了!到了!”我和小伙伴们迫不及待地下车。寒风袭来,却丝毫不减我的热情。远处,一望无际的雪原在阳光下闪烁,似撒满细碎钻石。

我们立刻投身雪景,感受林海雪原。“看,那儿有马!”小伙伴激动地呼喊,大人们也难掩兴奋,一同去坐马拉犁。枣红马喷着白气,蹄子踩雪“咯吱”作响。我坐在木雪橇上抓紧扶手,马跑起来,寒风呼啸,雪橇划出优美弧线,我张开双臂,仿若展翅的小鸟。

马拉犁将我们载至半山腰,之后前往山顶要坐上摩托艇。我和爸爸一组,我在前,爸爸在后护着我。摩托艇发动,瞬间如离弦之箭,雪沫飞溅。急转弯时,我歪向一边尖叫,爸爸则稳稳扶住我。

最刺激的当属从山顶下滑。我站在高坡双腿打颤,被小伙伴一推,我尖叫着滑下。风呼啸,雪粒打脸,我只顾享受快感。中途失去平衡,在雪地上滚了几圈,成了“小雪人”,引得大家欢笑,我也跟着笑,嘴里满是凉雪。

夜晚,我们躺在暖烘烘的农家炕上。我躺在被窝回想一天的经历,嘴角上扬。窗外雪依旧纷纷扬扬,我伴着下雪声入眠。

这次雪谷之行,让我尽享冰雪乐趣,更感受到家人陪伴的温暖。那些欢乐与惊险瞬间,都将成为我童年珍贵的回忆。



哪吒

鄞州区学士小学408班

胡晓(证号2512156)

指导老师 梅林芳

初喂火烈鸟

鄞州区学士小学402班

杜俊诺(证号2512124)

指导老师 黄静

不久前,我在长隆飞鸟乐园获得了一次超有趣且难忘的经历——喂火烈鸟。

走进乐园,很快就能看到一大片火烈鸟的生活区。我隔着围栏和池塘远远望去,好多只粉色的、橘色的好似彩霞般绚丽的火烈鸟映入眼帘。它们脖颈细长,双腿纤细笔直,身形优雅,渐变色的羽毛在阳光下闪着柔和的光。我一边情不自禁地赞叹好美,一边迫不及待地走到了保育互动区。

我穿上衣服和鞋套,拿着饲养员姐姐给的装有食物的长柄舀勺,兴奋地走进了互动区。一进来,我就被热情的火烈鸟团团围住了,一个个小脑袋,拼命地往舀勺里钻。我一下子变得有点紧张,暗暗地想:它们坚硬的喙,会不会啄到我的手啊?这时传来了饲养员的声音:“小朋友们不要紧张,小火烈鸟都是很温顺的。”听了这话,我才放心下来,同时也慢慢地挪移我的脚步往里走。

小火烈鸟们争先恐后地来吃舀勺里的食物,细长的脖子弯成了一条条美丽的弧线,一伸一缩有趣极了!眼睛亮晶晶的,透着友善的光,仿佛在对我说:“很高兴认识你,也谢谢你给我带来了美味的食物。”一会儿工夫,舀勺里的食物就见底了,小火烈鸟们也心满意足地散开了。此时,我发现我的脚旁留下了一根粉白渐变色的羽毛。我如获至宝,赶紧捡了起来。哈哈,这一定是它们留给我的见面礼吧!

这次与火烈鸟的亲密接触,不仅让我更加了解它们,还让我更真切地感受到了人与自然和谐共生的奇妙!真是一次令人难忘的经历!

爱护眼睛倡议书

鄞州新蓝青学校601班

钟晗韬(证号2513336)

指导老师 金晶

眼睛是心灵之窗,是获取外界信息的关键器官,对生活、学习和工作极为重要。健康的眼睛不仅动人,清晰的视野还让人内心敞亮,且其健康状况能反映身体整体情况,不少疾病会在眼睛上有所表现。为守护眼睛与健康,我发出如下倡议:

养成良好用眼习惯:近距离用眼不超30分钟,之后闭眼或远眺10分钟放松。阅读、使用电子产品时,保持约30厘米距离,电视屏幕与眼距为电视对角线6-8倍。

保持健康生活习惯:作息规律,保证充足睡眠助眼休息恢复。均衡饮食,多吃富含维生素A、C、E及叶黄素、玉米黄质的食物,如胡萝卜、蓝莓等,远离挑食、高糖高油食物。

注重眼部卫生保健:勿用手揉眼,防止细菌感染。定期清洗眼睛,做眼部按摩和眼保健操缓解疲劳、促进循环。

增加户外活动:每天保证足够户外时间,让眼睛充分接触自然光,预防近视,还能提升身体免疫力。

定期检查视力并及时就医:定期查视力,及时掌握眼睛状况,发现问题立即治疗。一旦视力下降或有眼部问题,马上就医,避免延误病情。

让我们携手爱护眼睛,保护视力,预防眼疾。拥有健康眼睛,才能更好欣赏世界,享受美好生活。

组稿老师 张丽丽

一场奇妙的自然之旅

余姚市第一实验小学教育集团

花园校区401班

陆可馨(证号2520342)

指导老师 黄晓燕

寒假里,我邂逅了一本极具吸引力的书——《森林报》。它像一位知识渊博的向导,为我打开森林世界的大门,带我踏上探索森林奥秘的非凡旅程。

在《森林报》的字里行间,我仿若穿越四季轮回,见证了森林里春的欢愉、夏的繁盛、秋的丰饶、冬的沉寂。春天,雪兔巧妙藏身雪地躲避天敌;夏天,候鸟万里归来;秋天,松鼠忙着收集坚果;冬天,熊在洞穴冬眠,狐狸在雪地觅食。这些场景让我如临其境,感受大自然的神奇魅力。

《森林报》不只是展现自然画卷,更让我看到生命与自然间复杂微妙的联系。从小动物为生存的奋斗中,我读到生命的坚韧。它们让我明白,动植物和人类一样,是大自然不可或缺的成员,我们要尊重它们的生命,保护它们的家园。

沉浸在《森林报》描绘的世界,一个深刻问题浮现:人与自然该是怎样的关系?书中因人类活动遭破坏的自然景观让我痛心。我意识到,人类不是自然的主宰,而是其中一部分,应与自然和谐共处,珍惜资源,保护环境。

《森林报》细腻的笔触,还让我感受到时间流逝与生命循环。从春的复苏到夏的繁华,从秋的丰收到冬的沉寂,每个阶段都有独特意义。这让我体会生命循环与自然韵律,更加珍惜生活中的瞬间。

总之,《森林报》是一本关于自然、生命以及人与自然关系的启示录。它让我领略自然魅力,学会尊重生命、珍惜资源、保护环境。

一次难忘的爬山

鄞州区实验小学南校区402班

叶思涵(证号2514459)

指导老师 欧婷婷

每个人的心中应该都有一件自己最难忘的事,有感动的、快乐的、悲伤的,也有心酸的……让我最难忘的一件事是我和爸爸一起去爬山。

那是一个风和日丽的星期天,我和爸爸决定去爬山。我们开车走过一段山路,又路过一些村庄,终于到达了我们的目的地。我们把车停在山下的停车场,就开始我们的爬山之旅了。

我们一边欣赏着山中的美景,一边努力地向上爬着。不知不觉,我们已经爬到了半山腰。这时,我的双腿就像灌了铅一样沉重。我擦了擦脸颊上的汗水,一屁股坐到了路边的大石头上,气喘吁吁地对爸爸说:“爸爸,我走不动了,咱们回家吧!”爸爸回过身,停下了脚步,坐在我身边,看着我精疲力尽的样子,沉思了一会儿,指着旁边的一棵松树说:“你看这棵松树,它长在石头缝里,没有肥沃的土壤,也没有充足的养分,可是它却战胜了困难,努力地生长着,越长越高。你也要像它一样,不要因为一点困难就选择放弃,要勇敢战胜它。”听了爸爸的这番话,我深深地看了一眼扎根在岩石中的松树,暗暗下定决心,我一定要爬到山顶。于是我打起精神,站起身跟在爸爸的身后,一路坚持爬到了山顶。

站在高高的山顶,一眼望去,美丽的景色就展现在我眼前。一条条蜿蜒的马路,一望无际的村庄,绿油油的田野,真是太美了,美得让人流连忘返。

有人说成功它也有个孩子,那个孩子就是坚持!我将把这次难忘的经历牢牢记在心里!

班级趣事

蜜蜂来袭

鄞州区惠风书院604班

王祉迪(证号2512446)

指导老师 李小姣

在一个风和日丽,花香扑鼻的慵懒午后,一场有趣又紧张的闹剧正悄悄上演。

“嗡嗡嗡”,由远而近的叫声打断了安静的自习课,大家不约而同地抬头看,原来是只蜜蜂从窗户飞了进来。只见胖乎乎、圆滚滚的它扑闪着薄翼,在教室各角落横冲直撞。同学们有的用书挡住头,有的躲到桌子底下,有的逃离自己的座位……

可这无知无畏的小东西飞得更起劲了,它在教室里各角落转悠,对任何事物都充满好奇。

“得赶走它啊,被蜜蜂叮了可了不得。”一个胆小的女生涨红了脸,紧张地喊。

“我们用纸团赶吧,看谁扔得准。”不知道谁喊了一声,于是调皮的男生们开始了纸团大战。他们胳膊抡了一圈又一圈,铆足了劲儿瞄准蜜蜂丢纸团的样子惹得大家忍俊不禁,教室里顿时充斥着欢乐的气氛。

蜜蜂被惊得胡乱乱窜,最后被赶到窗台上。靠窗的同学拿起本子逐渐逼近蜜蜂……

“住手!”大家异口同声地大喊,“别伤害它。”

一同学屏住呼吸用本子轻轻一扇,蜜蜂被扇出了窗外。大家松了一口气,笑称那同学有“芭蕉扇”,而他一本正经地说:“蜜蜂可是花间的勤劳王子,到我们这里却成了过街老鼠。”大家瞬间又被逗乐。最终我们毫发无伤,无人被叮咬;蜜蜂也安然无恙,回归大自然。这场紧张又有趣的闹剧即将落幕……

突然,老师的脚步声由远及近,大家慌忙各就各位,想当成什么事也没发生过,可到处散落的纸团早已经暴露了一切。

映日荷花别样红

宁波镇安小学308班

朱思豪(证号2510085)

指导老师 童春春

小学古诗词课本里,有南宋诗人杨万里赞美杭州西湖夏日荷花的佳作:“毕竟西湖六月中,风光不与四时同。接天莲叶无穷碧,映日荷花别样红。”因父亲在杭州工作,我常能在仲夏赏西湖荷花。世间芳华众多,我独爱莲荷风骨。对爱荷者来说,各地荷花在我心中同样美丽动人。

离校区不远的宁波鄞州公园,有片我钟爱的荷花湖。初夏,湖面悄然浮出几枚状如青钱的绿荷,星星点点,宛如仙人洒落的翡翠诗章,勾勒出灵动诗意。仲夏,田田荷叶铺满大半个湖面,风拂过,碧浪翻涌,粉嫩荷花从绿海探出,白的、粉的、红的,含笑伫立,在绿叶映衬下竞相绽放。此时蜂喧蝶闹,荷香与绿意交融,诉说着夏日美好。

清晨赏荷最佳,万柄荷箭刺破晨雾,红日照耀下,叶盘上露珠流转生辉,花瓣透光,七彩光色在晨曦中晕染,恰似诗人笔下“映日荷花别样红”的绝美之景。

“出淤泥而不染,濯清涟而不妖”,这是对荷花容颜与高洁品质的赞美。每朵荷花一年只绽放一次,从菡萏初露到莲房低垂,从盛放灼灼到凋零留白,来年又叶绿花艳。“人活一生,花开一季”,走过荷塘,我对花开花谢满是感悟与敬意。花与人,时光与生命都值得珍惜。正如露珠折射朝阳焕发光彩,人生也需经时光磨砺,才能在某个瞬间绽放生命的瑰丽。