

# 坚持与勇气

成长的旅程就像一本未完成的故事书，每一页都记录着惊喜与挑战。当稚嫩的小手第一次握紧梦想，当好奇的眼睛直面未知的困难，那些藏在跌倒后重新站起的倔强和尝试新事物时的果敢，都化作了坚持与勇气的勋章。

## 我战胜了自己

宁海县桥头胡中心小学505班  
龙紫钰(证号2519809)  
指导老师 胡娇琴

“往下，再往下，慢慢地下去……”舞蹈老师严厉的要求在我耳边响起。此时，我正艰难地做着一字马的动作。我努力地往下压腿，但胯部在离地面两三厘米的地方就定住了，无法再前进分毫。疼痛让我胆怯，我情不自禁倒吸一口凉气，不敢往下压胯了，心里暗叹道：“难道还是要以失败结束吗？这已经是我第四次因为怕痛而止步了。”

“别放弃，还没有到底呢！”看到我的胆怯和犹豫，老师的鼓励声响起。我心中一阵羞愧，是啊，一起学习同学都过关了，而我总是怕疼，不敢尝试挑战自己的极限。难道我就不如别人吗？想到这里，不服输的念头下意识地冒了出来。我暗暗下决心，不管多难，今天一定要战胜疼痛，把胯压到底！于是我深吸一口气，眼一闭，牙一咬，铆足了劲，猛地往下压。一股撕心裂肺的剧痛从胯下直冲大脑，“啊！”我忍不住喊出声来。但看到老师和同学们满怀期待的目光，我咬着牙，憋着一股子劲，硬生生地挺住了，此时，心中只有一个声音：坚持住，不能放弃！终于，我感觉到自己的双腿与地面贴合到一起了，我知道自己成功了。

“很好，过关了，再多练几次，就不疼了。”老师欣慰地看着我说。我心中一阵狂喜，忍着疼痛从地上站起来。小伙伴们纷纷走过来拥抱我，祝贺我终于顺利过关。

我知道，当我鼓起勇气，下定决心，愿意面对疼痛的那一刻起，我就战胜了自我，战胜了那个胆小、不敢挑战、不愿进一步尝试的自己。

## 运动会

宁波前湾新区海韵小学601班  
王帅(证号2525045)  
指导老师 潘友军

“稳住！这一棒就靠你了，目标就在前方！”此起彼伏的叫喊声，仿佛要把地面掀翻，运动会正在操场上激烈地进行着。

首先进行的是接力赛，负责第三棒的我刚一接棒就落后了。我只能默念：不到最后，绝不放弃！于是我迈开了脚步，使出全身的劲儿飞奔。我的脚下仿佛踩了风火轮，风从我的脸上划过。近了，更近了，超了一个。此时观众席上传来拉拉队的加油声。大家挥动着红旗，伸长了脖子，尽力呼喊着！最后传到我们班第四棒——有着“飞毛脚”之称的林同学。只见他一鼓作气，冲了上去，最终以微弱的优势拿下比赛，我们赢了！

夕阳落山了，操场上热闹的人群也散去了，但同学们在比赛中展现的那份坚持不懈，永远激励着我不断攀登高峰。

组稿老师 何聪娟



## 我的太空梦

北仑区岷山学校403班  
吴以骞(证号2521338)  
指导老师 赵怡

## 胜利的感觉真好

高新区实验学校新晖校区404班  
孙煜皓(证号2527819)

在我房间的衣柜中，有一抹闪闪的银光绿——球服。早晨的阳光为它披上了金黄色的边，后背上的七号极为亮眼，每次凝望它，我全身的细胞都不自觉地快活起来……

一年级时，我总爱看五六年级的大哥哥，在草地上奔跑，脚边，是一个黑白相间的足球。踢球时，阳光抱着他，随着球入网，场边响起如热浪般的掌声与欢呼声。我总是会想象，如果自己也能像他们一样，那该多帅，多酷呀！

那年我初学足球，炎热的阳光照在草地上，“先练习踩球吧！”朱教练大声喊着。我自信地踩起来，可足球像抹了油一般，一下子就滚了出去。我眼前的世界倒转。我不甘心站了起来，继续踩球，倒下又站起来，咸涩的汗水流过通红的脸颊，脚后跟已经微微作痛。

不过，我并没有放弃。当我带着球奔跑着，像一只飞奔的猎豹，我知道，我离胜利不远了。只见球网一动，教练的嘴角上扬，而我则开心地蹦跳着。

此刻的我奔跑在绿色的草地上，那个追着球跑的身影，已经破茧成了一只飞舞在花间的蝴蝶。

## 惊心动魄的那场戏

宁波前湾新区海韵小学601班  
付钰凡(证号2580015)  
指导老师 潘友军

当幕布缓缓升起，一束聚光灯照亮了舞台中央。小丑滑稽的蹦跳，狮子威风凛凛的咆哮，观众席上洋溢着欢声笑语，这是一场视觉与听觉交织的盛宴。

我走进内场落座，过了几分钟场内就开始了灯光秀表演。炫彩灯光四处照射，随着音乐节奏越来越密，灯光织成一张巨大的网，好看极了。

接着演员入场了，第一个表演走钢丝，只见两个演员握着平衡杆走上钢丝，在上面健步如飞，如履平地。我目不转睛地盯着他们，这段表演博得了经久不息的掌声。接着一个演员在钢丝上劈竖叉，再往空中一蹦落下来，稳稳地坐在钢丝上，又弹起来，脚稳稳地落在钢丝上，真是惊险刺激。紧接着他从腰带里抽出一块布蒙住眼睛，在钢丝上走来走去，毫无惧色，观众的掌声一阵高过一阵。

随着最后一个演员优雅落地，掌声如潮水般涌来，淹没了整个场地。夜空中绽放的烟花为这场演出画上了完美的句号。人们带着笑容离开，心中留下了不灭的记忆，那是关于勇气与梦想的故事，在每个人的心中轻轻回响。

## 我没有退缩

慈溪市逍林镇中心小学602班  
余圣哲(证号2526257)  
指导老师 陈央璐

夏日的傍晚，餐桌上摆着一盘油黑发亮的“小怪物”。它们蜷缩着身子，褶皱的外壳上泛着焦糖色的光泽，像极了枯叶间沉睡的虫蛹。妈妈夹起一颗递到我碗边：“这是炸蚕蛹，高蛋白，尝尝看。”我的喉咙瞬间发紧，筷子悬在空中，仿佛被无情的手托着。

“我不吃虫子！”我几乎脱口而出，但瞥见妈妈期待的眼神，又硬生生地咽了下去。我盯着碗里的蚕蛹，仿佛看见蚕在蛹壳里挣扎，蛹壳放肆地狞笑。胃部不禁如哪吒闹海般翻江倒海，一阵翻滚。

“你总得试试才知道。”妈妈继续劝我，“以前你连榴莲都不想碰，现在不也吃得欢？”这句话像一根细针，戳破了我退缩的气球。我闭上眼睛：是啊，以前因为偏见觉得榴莲肯定很臭，尝试才知并非如此。现在，又怎么能退缩呢？我咬紧牙关，深吸一口气，夹起蚕蛹送入口中——外壳酥脆的触感下，一股腥涩的汁液在舌尖炸开，混合着焦香与微苦的冲击让我几乎呛出眼泪。

最终我皱着眉头咽下，妈妈笑着为我鼓掌。那一刻，我突然意识到，蚕蛹的味道或许并不美味，但真正值得回味的，是吞咽前那三秒的勇气。人生许多事不也如此？若因害怕未知而退缩，就永远无法得到答案。

如今，我依然不爱吃蚕蛹，但每当遇到不想尝试的事时，那个夏夜的餐桌总会浮现在眼前。它提醒我：退缩是一道安全的屏障，但屏障后的世界，藏着更辽阔的天地。

## 我的厨艺首秀

慈溪市庵东镇西二小学502班  
汤洁玲(证号2526221)  
指导老师 沈丽清

那是一个阳光明媚的周末，父母外出办事。临近中午，我的肚子开始咕噜噜叫，看着所剩无几的冰箱，我决定做一道简单的番茄炒蛋。这道菜虽常见，但对未进过厨房的我来说充满了未知与挑战。

我从冰箱里拿出两个鸡蛋和一个番茄，按照记忆中妈妈的样子打鸡蛋。第一个鸡蛋在我用力一磕下，蛋液直接流到了桌上，我有些沮丧。第二个鸡蛋，我小心翼翼磕开一个小口，轻轻一掰，蛋液稳稳地落入碗中。接着我用筷子开始搅拌，筷子与碗壁碰撞发出清脆的声音，金黄的蛋液在筷子的搅动下欢快地打着转。

处理好鸡蛋，该对付番茄了。我紧紧握着刀把，生怕切到手指，费了好大劲才把番茄切好。

一切准备就绪，我打开炉灶，蓝色的火苗瞬间窜了出来，舔着锅底。我倒了一些油，锅里顿时油花四溅，吓得我连忙往后退，等油稍微平静一些，我把搅拌均匀的蛋液倒入锅中。蛋液一接触锅底，立刻膨胀起来，还发出诱人的香气。我用铲子小心翻炒，不一会儿鸡蛋就炒好了，盛出锅备用。接着我往锅里倒了一些油，放入番茄块，番茄在翻炒下开始出汁，变得软烂。我加入适量的盐和糖，再把炒好的鸡蛋倒进去，一起翻炒均匀。

终于，我的番茄炒蛋出锅了。虽然卖相不太好，鸡蛋有点焦，番茄块也大小不一，但这毕竟是我第一次做菜的成果。我迫不及待地尝了一口，酸酸甜甜的味道在口中散开。那一刻，我觉得这是世界上最美味的番茄炒蛋。

看似简单的事情做起来并不简单，这一次尝试更让我懂得了成长的意义——在尝试中挑战自我，在挑战中收获成长！

## 我的家人

### 我家是个“动物园”

海曙区石碶街道栎社小学401班  
应子珊(证号2516485)  
指导老师 王月姣

在宁波，有一座不起眼的“动物园”。这里没有高耸的围栏，没有喧嚣的游客，只有温馨的氛围和浓浓的爱意。没错，这座迷你“动物园”就是我的家，而我的家人，就是这“动物园”里最独特的“动物”。

我的爸爸，就像一只憨态可掬的大熊猫，拥有一颗温柔善良的心。他的那双黑眼圈格外醒目，那是他日夜操劳的印记。他爱吃竹笋，就像熊猫爱吃竹子一样，只要看见竹笋，便会毫不犹豫地将其收入囊中。记得有一次，我正津津有味地吃着香辣竹笋，爸爸不知不觉凑了过来，偷偷地咬了一口，顿时被辣得直吐舌头，却依然笑着说：“真香！”

我的妈妈，则像一只勤劳的小蜜蜂。早上她一起床就不停地忙碌着，为我准备好香甜可口的早餐，将洗好的衣服晾晒在阳台上，把家里的每一处都打理得井井有条，然后匆匆送我去上学。每当我放学回家，迎接我的总是满屋的香气和妈妈温暖的笑容。每天晚上她都会陪我一起看书、写作业。

而我，则是一只踏实的小黄牛。我虽然性格沉稳，但偶尔也会发“牛脾气”。有一次，我遇到了一道难题，苦思冥想却始终找不到答案，于是便开始焦躁不安，甚至有些生气。妈妈看出了我的情绪，让我先休息一下，可我却固执地坚持要继续做题。一次，两次，三次……我反复练习，终于解开了这道难题。

我的家，就像一座充满生机和活力的“动物园”，每个成员都拥有独特的个性，彼此相爱，互相支持。我爱我的“动物园”之家，爱这里充满欢声笑语的每一天。

### “财迷”妈妈

宁海县西店镇第二小学505班  
计文萱(证号2515790)  
指导老师 杜映霞

我的妈妈是个十足的“财迷”。每次上街买菜，她都要精打细算，讨价还价是她的拿手好戏。

今天，妈妈又在菜市场大显身手。“这个西红柿多少钱一斤？”妈妈问道。“两块五。”摊主答。“那来两斤，四块钱能卖不？”妈妈讨价。“不卖。”摊主摇头。妈妈不甘心，立即使出杀手锏：“其他摊位都是两块一斤，你卖这么贵，我还是去别家买吧！”摊主一听急了，连忙拿出塑料袋，麻利地装着西红柿，嘴里还念叨着：“现在做生意真难啊，算了算了，就按您说的价钱来吧。”妈妈脸上露出胜利的微笑，付完钱后，又马不停蹄地奔向下一个摊位。她最爱说的一句话就是：“能省几分是几分。”

记得还有一次，我和妈妈去逛街，她看中了一条裙子。营业员热情地介绍说：“今天商场活动，打五折。”妈妈眼前一亮，但她没有立即购买，而是拉着我走到店门口。只见她掏出手机，熟练地在网上一顿搜索，那条裙子很快出现在屏幕上，而且标注着“三折优惠，赠送购物券”。妈妈二话不说，立刻下了单。几天后收到衣服，妈妈美滋滋地说：“你看，又省了五十块呢！”

这就是我的“财迷”妈妈。虽然她为省钱操心劳力，但我知道这都是为了让家里的生活更好。在她的影响下，我也慢慢学会了精打细算，或许我也会成为一个可爱的小“财迷”呢！