



# 成长印记

从阳明古镇公益夜的葡萄甜香,到攀岩墙上突破自我的铿锵;从第一次洗袜子的成就感,到捕鱼时遇见的大海馈赠;从生啃胡萝卜发现的脆甜惊喜,到厨房烟火里学会的坚持,再到钓鱼竿前懂得的沉稳,还有满分试卷带来的全家欢腾——孩子们正用细致的笔触,记录着生活里的小美好与大成长。

## 阳明古镇的公益夜

余姚市陆埠镇中心小学503班  
李泽鎔(证号2520484)  
指导老师 赵珊珊

夜幕降临,阳明古镇的青石小巷被绚烂灯光点亮。我和同学们到巷口拉起“公益助农”横幅,一箱箱葡萄摆在面前——紫的像浸了酒的玛瑙,绿的似裹了蜜的翡翠,在灯光下闪着细碎光芒。

“快来瞧!助农葡萄,新鲜采摘,天然无公害!”“35元一箱,有三斤半!”为吸引路人,同学们纷纷亮嗓叫卖。起初,路人只偶尔好奇地瞥两眼,直到队长剥开颗阳光玫瑰,主动上前:“阿姨尝尝,不甜不要钱!”阿姨尝后连连称赞:“真甜!我要两箱。”

过了会儿,我觉得销售模式能改进,可以主动出击。我拎起一箱葡萄,信心满满地出发,四处找目标人群。看到几位叔叔阿姨在江边吃饭,我兴冲冲跑过去:“叔叔,买箱葡萄吧,公益助农,品质有保障!”叔叔指着地上的一箱葡萄说:“不好意思,小朋友,我们刚买过了。”我摆手说:“没关系,谢谢。”继续往前走,迎面走来位大爷,也拒绝了我。我默默给自己打气:“没关系,一定能卖出去。”连续碰壁后,汗水顺着脖颈滑下,浸湿了校服。好在功夫不负有心人,有位老奶奶主动询问,爽快买下一箱葡萄,还说支持我们的公益活动。我开心地笑了,晚风裹着江水的清凉拂过,空气里像飘着甜甜的葡萄香,润泽着每颗善良的心。

原来,给予别人帮助能这样甜美,就像夜色里结出的串串葡萄,内心满是安宁与富足。

## 第一次洗袜子

奉化区居敬小学606班  
缪妍凝(证号2522732)  
指导老师 蒋桂芳

周末的早晨,我醒来伸了个大大的懒腰,发现妈妈早已出门上班去了,屋里安静得很。我独自吃完早餐,目光不经意间扫到阳台上的洗衣台,瞧见了前一天换下的衣服和袜子。望着那双脏兮兮的袜子,我仿佛看到妈妈每日在洗衣台前忙碌的身影,她总是那般辛苦,洗衣、做饭、照顾家庭,而我从未帮她分担过。

“要不,我帮妈妈洗洗袜子吧!”我在心里默默想着。说做就做,我立马挽起袖子,回忆着妈妈洗袜子的过程,先在水槽里接了满满一盆水,把袜子轻轻放进水里,让它们完全被水浸湿。接着,我将袜子平摊在洗衣台上,拿起肥皂仔仔细细地擦拭袜子的脚趾和后跟,那些顽固的污渍就像一个个调皮的小怪兽,仿佛在向我挑衅。我用力地搓呀搓,直到每一个细节都焕发出原本的色彩。

搓完后,我把袜子放进盆里,用清水冲洗,直到没有肥皂泡为止。

最后,我把洗好的袜子挂在衣架上,看着阳光下的袜子,我的心中满是欢喜,成就感油然而生。我这才明白,洗一双袜子看似容易,实则需要耗费不少的时间和精力。妈妈每天要洗那么多衣服,真是太辛苦了!

我突然发觉,自己不再是那个只知玩耍的小顽童,而是一个懂得为他人着想的人了。我暗暗下定决心,往后要多帮妈妈做些家务,帮她减轻负担,让她能轻松一点儿。

## 攀岩记

余姚市陆埠镇中心小学505班  
张智萱(证号2520490)  
指导老师 袁科荣

“爸爸!你看我爬上来啦!”听着攀岩墙下朋友的欢呼,我心里不服输的劲儿涌了上来——这项刺激又有挑战的运动,今天我一定要试!

教练仔细帮我系好安全绳,扣紧锁扣,确认稳妥后,我深吸一口气,抓牢第一个岩点,开启攀岩。一开始很顺利:左手攥紧支点,左腿蹬力,身体向上,手脚交替攀爬。“这也太简单了!”我低头跟爸爸炫耀。可刚得意,难题就来——爬到一半,岩点间距变大,手够不着,脚踩不稳……

第二次挑战,爸爸在下面喊:“加油!到顶能敲锣!”我应声“好”,便调整姿势攀爬。这次找到了节奏:左脚踏稳,右手抓牢;左手换点,右脚踏上。很快又到半空。停在这?还是冲?我咬咬牙继续。每抬一次手、蹬一次脚都用足力。离顶端铜锣越来越近,爸爸的喝彩声更清晰,可脚下一滑,身体下坠。“咚!清脆的铜锣声炸开!原来滑落前,我攥紧岩点,借着力向上攀,竟够到了铜锣!声音在馆里回荡,爸爸笑得眯起眼,不停拍手。这声锣点燃了其他小朋友的好胜心,大家围过来要挑战。

这次攀岩,我不仅学会新技能,胆子也大了。它像把神奇的钥匙,打开满是新奇与挑战的大门,更让我尝到突破自我的快乐——这种快乐,比任何游戏都难忘!

## 胡萝卜的惊喜

余姚市第一实验小学  
学弄校区602班  
郑琬愉(证号2520402)  
指导老师 李雅芳

冰箱里躺着半袋橙红的胡萝卜,是妈妈昨天买的。我盯着它们看了半天,总觉得这种蔬菜该在锅里炖得软烂,或是切条炒得油亮。生吃?光是想想那生涩的口感,我就摇了摇头。

爸爸却笑着递来一根:“试试嘛,脆得很。”我捏着那根胡萝卜,表面斑纹纵横,带着点泥土的腥气。犹豫了好一会儿,我才用清水冲了冲,张开嘴咬下一小口。

牙齿刚碰到表皮,就听见“咔嚓”一声脆响。起初,嘴里满是生蔬菜的青涩味,我皱着眉嚼了嚼,准备吐掉。可嚼着嚼着,一丝清甜慢慢渗了出来,像藏在叶子下的小糖粒,顺着舌尖滑进喉咙。我又咬了一大口,这次特意放慢速度——胡萝卜的水分很足,嚼起来咯吱咯吱的,青涩味淡了,甜味却更明显,比啃苹果多了分清爽,比吃黄瓜又多了点醇厚。

吃着吃着,我忽然发现了新大陆:胡萝卜中心藏着一根细细的芯,颜色比外层浅些,呈淡黄色。我把外层的深色咬掉,单独品尝中间的细芯,瞬间被惊艳到——这芯比外层水润多了,脆得像刚从冰箱拿出来的冰糖,甜味直往心里钻,一点涩味都没有。再回头尝外层的红色肉质,反倒觉得平淡了,甚至残留着淡淡的土腥味。

原来一根普通的胡萝卜里,还藏着这样的小差别。我捧着剩下的胡萝卜,专挑芯吃。往后再看冰箱里的胡萝卜,我再也不会只想起炖菜的味道,反而会期待那声“咔嚓”后,藏在橙红里的脆甜惊喜。



## 捕鱼记

余姚市长安小学602班  
毛恬馨(证号2520312)  
指导老师 徐喆

清晨,当第一缕阳光洒在渔港时,我怀着既兴奋又紧张的心情来到码头。今天,我们全家将要踏上这充满未知与期待的捕鱼之旅。

登上甲板,随着发动机的轰鸣声,船缓缓启动。随着海浪的上下起伏,一种莫名的紧张感涌上心头,海浪一波又一波袭来,船离海岸越来越远。这时,一阵阵海风吹来,渐渐地吹走了我心中的紧张与不安,我开始欣赏起海上的风景。白色的海浪冲刷着海上的礁石,几只海鸥在头顶盘旋,仿佛在为我们的此次航行欢呼。

大约经过一个小时的航行,我们终于来到了捕鱼的区域,渔民们开始忙碌起来,熟练地操作各种捕鱼工具,将渔网撒向大海。看着那巨大的渔网缓缓沉入海里,我们的心中充满了期待。

随着船长发出的收网信号,渔民们迅速地收起网来。渔网缓缓地拖起来,水面泛起了层层涟漪。我看到活蹦乱跳的鱼虾在阳光的照耀下闪闪发光,还有许多螃蟹挥舞着钳子,它们在甲板上跳跃、挣扎,我们的脸上露出了丰收的喜悦。

这不仅是一次捕鱼的经历,更是一次与大自然亲密接触的机会,让我深刻地感受到大海的慷慨和生命的神奇,我们应该珍惜大自然给予的每一份馈赠。

## 甜蜜的100分

奉化区实验小学209班  
柯奕洋(证号2522513)  
指导老师 李凌

暑假,妈妈给我报了英语培训班,今天第一次英语测试。我紧张得手心冒汗,可试卷发下来,悬着的心悄悄落地——好像没想象中可怕。我一笔一划认真作答,写完又仔细检查一遍,才放心交卷。

老师改得很快,刚交上去没多久,就笑着告诉我:“100分哦!”那一刻,我心脏像要跳出嗓子眼,快乐在心里炸开了花。

放学上车,我正想把喜讯告诉妈妈,她却先笑着说:“考了100分,厉害呀!”我又惊又喜,纳闷她怎么知道,妈妈解释:“你同学悠悠刚路过,第一时间把好消息告诉我了。”

回到家,我和妈妈刚说出口,全家人就围过来。哥哥故意拉长声音:“恭喜洋妹妹,喜提100分!”爸爸一把抱起我,蹭着我脸蛋说:“你真是爸爸的‘棒棒棒’!”奶奶也笑眯眯地夸:“洋洋真棒!”听着夸奖,我心里甜滋滋的,像喝了一大口蜂蜜。

晚上,妈妈让我和爷爷视频通话。视频接通,爷爷一听我考了100分,立刻对着屏幕竖大拇指,眼睛笑成了一条缝。

那天夜里,我想着爷爷竖大拇指的画面进入梦乡,连梦都是甜的。这大概就是努力后收获的幸福滋味吧!

## 天涯早行(扇书)

奉化区岳林中心小学303班  
周梓沐(证号2510537)  
指导老师 叶军萍

## 钓鱼记

奉化区居敬小学508班  
俞泽添(证号2522718)  
指导老师 殷葵州

每到周六,我都会去外公外婆家,外公总会变法儿地逗我玩。

这不,下午了,太阳用全身的热炙烤着大地。这时,外公提议一起去钓鱼,我立马一个鲤鱼打挺站了起来。我还从没钓过鱼呢,太好了!我的心一下子就愉悦了起来。

我们开着电瓶车来到田边的一个鱼塘。旁边的清水田里,时有一两只白鹭站在田边,整片田便成了一幅嵌在玻璃框里的画面。我取出了钓鱼竿,将鱼饵挂上钩,然后学着外公的样子,轻轻一甩,渔线落在了水中。俗话说:“放长线,钓大鱼。”我把线放得很长很长,准备迎接我的大鱼上钩,我还怕线不够长,探出去半个身子。外公看到这场景,不由得呵呵地笑了起来。静等了二十几分钟,我看见渔竿出现轻微的抖动,像是鱼在咬钩,顿时紧张起来,心跳也陡然加快,真怕鱼吃了鱼饵就跑,于是迫不及待地吧渔竿猛地一提。鱼被惊到了,刚拉出水面就立即摆动那灵活的身子向水底游去,我的心也随着那条鱼一下子沉了下去。外公语重心长地告诉我,钓鱼一定要沉稳,要心平气和地与水中的鱼较量,等竿稍弯下去,浮漂完全沉下去再提。心太急,会影响之前所做的一切努力!

我按照外公告诉我的要领,钓上来了一条小鱼儿,虽然只有一条,但也足以令我欣喜若狂。

## 我学会了做饭

奉化区实验小学503班  
徐本安(证号2522607)  
指导老师 王纯朴

今天心血来潮,我想给家人做顿晚饭,让爱的味道在家中弥漫。

我最爱吃番茄炒蛋,就决定先做这道菜。先切菜,本想对番茄要“无影刀”,可刀太钝,切了两三下,番茄没破皮,手指倒快扛不住了。只好老老实实一刀一个动作,总算把番茄切成满意的方块。接着把蛋往桌上一敲,趁蛋清没流出来赶紧掰开倒进碗里。我一共拿了三个鸡蛋,敲第三个鸡蛋时没留神,蛋液溅得满手都是。

终于开始炒了。我提起油桶,没控制好力度,油倒得多了点。这时,我把油烟机打开,把火开到最大,把番茄一股脑倒进锅,然后赶紧翻炒,直到番茄出汁。接着,我往锅里小心地倒蛋液,还好一滴蛋液都没撒出来,我的心里美滋滋的。我再猛炒几下,一盆香气扑鼻的番茄炒蛋就成了。

尽管过程困难,我还是完成了晚餐。这次不仅学会做饭,更懂得了坚持的重要,为我的成长添了精彩一笔。