



2025年11月25日 星期二 责编:王妙妙 徐徐 美编:徐哨 审读:邱立波



童年画册

童年是一本色彩斑斓的画册，每一页都记录着成长的惊喜。枫林捕虫是与大自然的亲密对话，仰卧起坐赛场上流着咬牙坚持的汗水，亲手烤制的饼干格外香甜，汉字接龙的比拼里藏着友谊与努力。从期待一个新画本的单纯喜悦，到完成科学实验的豁然开朗，孩子们用真挚的笔触写下：生活，就是由这些微小而闪亮的瞬间串联而成的最美篇章。

枫林捕虫记

慈溪市庵东镇西二小学304班
施禹珩(证号2526188)

指导老师 陈滢

在这秋高气爽、天高云淡的日子里，怀揣着满心的期待，我手持捕虫网，兴致勃勃地奔向枫树林，开启一场与昆虫的邂逅之旅。

踏入枫林，我仿佛进入了一个生机勃勃的昆虫王国。瞧那草丛里，蝗虫正欢快地跳跃着，犹如灵动的舞者；五彩斑斓的蝴蝶在枫叶间翩翩起舞，好似飘逸的仙子；还有那威风凛凛的螳螂，挥舞着它那锋利的“大刀”，时刻准备出击。

树梢间，一只全身乌黑的蝉映入我的眼帘。它静静地趴在树干上，发出单调的鸣叫声。突然，我的目光被两个身影吸引住了。那正是我最喜欢的昆虫——大雨伞独角兜和大王虎甲。大雨伞独角兜那巨大而独特的角，犹如一把撑开的大雨伞，威风极了；大王虎甲则有着坚硬的外壳和锋利的牙齿，散发出一种霸气的气质。我激动得一蹦三尺高，双手颤抖着，迅速将它们放进了饲养盒，仔细观察后，将它们放回大自然。

今天的捕虫之旅，不仅让我与这些奇妙的昆虫亲密接触，更让我感受到了大自然的神奇与魅力。我深知，每一个小生命都有它独特的价值，它们都是大自然的精灵，值得我们去尊重和爱护。

DIY香薰蜡烛

海曙区高桥镇望春小学304班
邹钟子雨(证号2516905)

指导老师 王波平

周末，我和妈妈一起在家里做香薰蜡烛。

妈妈小心翼翼地从小袋子里拿出材料：五颜六色的干花、亮闪闪的小铁锅、细长的搅拌勺、圆滚滚的点胶贴、又细又长的烛芯、白黄两种蜡、五彩缤纷的染料和各式各样的透明容器等，我开心地拍手叫好。

开始制作香薰蜡烛了，妈妈先把烛芯用点胶固定在透明玻璃容器中，再将黄色和白色两种蜡混合倒入小铁锅中加热，我用搅拌勺轻轻地搅拌。时间一分一秒地过去，蜡慢慢地融化了。妈妈又小心翼翼地化成液体的蜡倒进透明玻璃容器里。然后，我选了最爱的粉色染料，滴了两滴在蜡油中，一瞬间，蜡油从白色变成了淡粉色，美丽极了！接着，我快速地拿起桂花香味的精油，用力把它挤入粉色的蜡油中。淡淡的桂花香扑面而来，我仿佛看见一只蝴蝶在桂花树上翩翩起舞。最后，我在半凝固状态的烛油上插上修剪好的各式各样的干花。就这样，一盆精美的香薰蜡烛就制作完成啦！

这份独特的DIY手工体验，让我明白了：制作香薰蜡烛并不是一件容易的事情，需要经过多个步骤，而且每个步骤都需要耐心和细心。我们在面对生活中的挑战时，也要有耐心和毅力，不能轻易放弃，相信自己一定能够取得成功。

我的画本到啦

慈溪市庵东镇西二小学304班
卢伟宸(证号2526186)

指导老师 陈滢

清晨，我像小猴子似的“嗖”地蹦下床，连衣服都没整理就冲到妈妈面前，眼睛睁得像铜铃：“妈妈，我的画本到了吗？”妈妈笑着摇头，我瞬间像泄了气的皮球，垂头丧气地去学校，连路边招手的小花小草都没心思看。

上课时我心不在焉，老师讲得绘声绘色，我的脑海里却全是画本的样子。好不容易熬到放学，我像离弦的箭般飞奔到妈妈面前，眼睛里闪着光，又问画本到了没。妈妈说“到啦”，我兴奋得一蹦三尺高，上车后眼睛像雷达似的左扫右看，却没找到画本。原来画本还在菜鸟驿站。

到了驿站，我像敏捷的小松鼠蹦跳着进去。撕开胶带时，心跳得像要跳出胸口，连呼吸都放轻了。当画本的彩色封面露出来的瞬间，我忍不住“哇”地叫出声。

我双手捧着画本，指尖轻轻蹭过光滑的封面，甜丝丝的喜悦从心里冒出来，嘴角都快咧到了耳根。这真是被快乐装满的一天！

劳动的味道

高新区实验学校翔云校区205班
张言(证号2527148)

指导老师 陶侃

晚上8点半，我的肚子开始忍不住“奏乐”。“妈妈，妈妈！我想吃饼干！”我满怀期待地扑向妈妈的怀里请求道。妈妈慈爱地望着我，笑着对我说：“可是家里没有饼干了，你不想自己动手做做看呀……”没等妈妈说完，我就兴奋地回答：“好啊，做饼干喽！”

到了做饼干环节，我先好奇地用手指触了触面粉，软软的，像雪花一样漂亮！接着，我取了一勺亮晶晶的白糖，慢慢倾洒于面粉之中，有趣极了！由于我力气不够，所以妈妈帮我揉捏面粉。而我也不闲着，我把鸡蛋打进碗里，用筷子快速搅动着，等到妈妈的面团揉好了，我们共同塑造兔子形状的饼干，最后将其送进烤箱。过了一会儿，香味在屋子里弥漫开来，真香啊！“叮”一声，金黄色的饼干出炉啦！我迫不及待地拿起一块，一口咬掉一只兔耳朵，味道真好！

原来，劳动的味道比蜂蜜还要甜。

汉字接龙

海曙区高桥镇何家小学302班
刘沐森(证号2516738)

指导老师 薛晶晶

午休时间，教室里闹哄哄的，我和徐汪佳杭趴在课桌边玩汉字接龙。“想不出来了吧，快认输！”我拍着桌子喊，声音脆生生的。徐汪佳杭皱着眉头，嘴硬说：“我会。”手却在桌角乱划。看他急得撇嘴，我捂着肚子笑：“你输啦！”他气鼓鼓地把橡皮一丢：“明天课间咱再比！”

第二天大课间，阳光刚跳进教室窗台，我们就挤在走廊的空地上“开战”。我先喊“花朵”，他立刻接“朵云”，接着又蹦出“云朵”。接词速度越来越快，词儿一个比一个新鲜。我卡壳的时候，他还能顺嘴说出“颐指气使”。最后我挠着脑袋，输得一塌糊涂。

后来我才知道，前一天放学后，他抱着书圈好词，研究了好久好久。

从那以后，我书包里也多了个小本子，课间总跟着他凑到图书角，把看到的好词都记下来。

学习就像汉字接龙，日积月累，每天攒点小知识，就能变成“词语小达人”！

打网球

海曙区古林镇中心小学304班
朱欣悦(证号2516969)

指导老师 吕莉莉

在学校的社团里，我最喜欢打网球了。

每次走进球场，看着那红白色的球网，我就迫不及待想开始。我们手拿球拍，轻轻把网球抛起，然后用力一挥拍，网球就像一只欢快的小鸟，在空中来回跳跃。我和小伙伴们在球场上跑来跑去，欢笑声不断。

打网球可不容易呢，要看准球的方向，还要控制好力度。每次成功击球的时候，我都非常高兴。

动物园之旅

高新区实验学校翔云校区204班
邱泰然(证号2527123)

指导老师 薛佳倩

在一个阳光明媚的日子，我和妈妈开车前往动物园。

我们兴致勃勃地观赏了各种动物，有可怕的蛇和鳄鱼，还有令人惊叹的大猩猩。妈妈带我去商店，买了一只可爱的螃蟹玩具和一条趣味玩具蛇，我可高兴了！

然后我们欣赏了活泼可爱的猴子和五彩斑斓的昆虫。之后还参观了乌龟馆，看到了好多大大小小的乌龟。

时间过得很快，太阳渐渐落山了，我们便开车回家了。这真是一场难忘的动物园之旅啊！

仰卧起坐比赛

宁波市华天小学302班
王子麟(证号2516039)

指导老师 吴红娜

11月6日，是个秋高气爽的日子，在我们的期盼中，一年一度的秋季运动会开始了。

三年级广播操比赛结束，就到了仰卧起坐比赛。我们一个个精神饱满地到了比赛场地，我躺在垫子上，六年级的大姐姐双手压住我的脚，我双手抱头，心里七上八下的，紧张极了。台上一分钟，台下十年功！这次我绝对不要失误啊！

正在我胡思乱想时，哨子吹响了，我犹如听到了冲锋号一般，一跃而起，“1、2、3……”我的身子像弹簧一样，一触碰到垫子，就弹起来。不知做了多少个，我感觉头天旋地转。我闭上眼睛，心里只有一个念头：“拼了！”这时，老师的“加油”声在我耳边响起，我瞬间又充满了力量。最后我做了53个，同学们都欢呼雀跃。

都说“世上无难事，只怕有心人”，今天我终于知道了这句话的意思。

日记一则

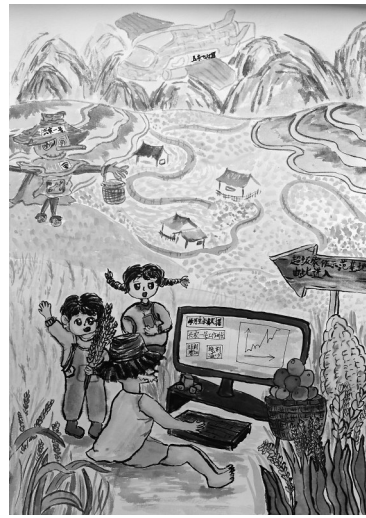
慈溪市文谷外国语小学G3-A班
岑殊慕(证号2525453)

指导老师 任催华

今天，我决定给妈妈做一道美食——西红柿炒鸡蛋。

首先，我把蛋液打匀。因为用力过猛，蛋液沾满了我的双手，黏糊糊的，好难受。妈妈不停地鼓励我。我又找回自信，继续做菜。我把锅加热，再倒入适量的油，听见“滋啦滋啦”的响声，我又忍不住打起了退堂鼓。妈妈说：“小小男子汉，怎么能被这点困难给打倒。”我一听，一鼓作气，把鸡蛋炒得金黄金黄的。

我把炒好的鸡蛋盛出，再把西红柿炒出汁，最后加入炒好的鸡蛋，就大功告成了！我忍不住尝了一口，西红柿鲜嫩多汁，鸡蛋香甜可口。妈妈给我竖起了大拇指，我也自豪地笑了起来。



未来生活

慈溪市龙山镇实验小学303班
郑柔(证号2525638)

指导老师 陈瑜燕

神奇的小实验

海曙区横街镇中心小学302班
刘晨杰(证号2517327)

指导老师 周恩琪

星期六的下午，我在家里做实验，这个实验叫做特工密信。要用到的材料有碘伏、维生素C、水、白纸、棉签、透明杯子、搅拌棒和擀面杖。

首先，我把维生素C片放在纸上，用擀面杖把它碾成末，然后倒到杯子里。再在杯子里倒入少量的清水，用搅拌棒搅拌，之后用棉签蘸水在白纸上写字，接着再把碘伏涂在白纸上。本来看不见的字，在碰到碘伏后，像听到了召唤一般，都急急忙忙清楚地显现出来。这也太神奇了吧！

后来我在《十万个为什么》书上查了一下，原来是因为纸中含有淀粉，当遇到碘伏溶液后，会变成蓝紫色。而维生素C片具有还原性，写过的地方不会变成蓝色，文字就能看出来。原来实验这么神奇，科学这么强大！

我最喜爱的玩具

高新区实验学校翔云校区205班
汤谢依(证号2527147)

指导老师 陶侃

我最喜爱的玩具是史迪仔，它是哥哥去日本旅游的时候给我带回来的一个毛绒玩具。

史迪仔有一个圆圆的大脑袋，长着一对长长的耳朵，脸上总是挂着甜甜的微笑，非常可爱。

每当我睡觉感到害怕、难以入眠的时候，史迪仔好像在对我说：“别害怕，有我呢！”于是，我便抱着软软的它，渐渐地进入了甜蜜的梦乡。有时候，我在学习上遇到困难，史迪仔又好像在对我说：“相信自己，你一定可以的！”于是，我便有了挑战自我的勇气和信心。

我喜欢我的史迪仔，我希望它能永远陪伴着我。

爬铁链架

高新区实验学校翔云校区205班
陆子平(证号2527138)

指导老师 陶侃

夏日炎炎，我学会了一项新技能——攀登小区游乐场的铁链攀爬架。

起初，我步履蹒跚，难以登顶，因为攀爬中总找不到落脚的地方。没办法，我只得折返，找亲爱的妈妈来帮忙。妈妈细心指导我动作，嘱托我牢牢握住铁链，即使脚步不稳，也不至于一败涂地。攀登到中间时，她又提醒我踩住球体边缘的凹陷处，顿时我感到如虎添翼，最后轻松登顶。

这次经历让我知道，要取得成功，方法很重要。