



2026年1月23日 星期五 责编:徐徐 王妙妙 审读:俞素梅

多彩生活

生活如调色盘,藏着斑斓的精彩,在孩子们的笔下愈发鲜活。灶台边的炒鸡蛋、山野间的小树苗、校园舞台上的舞姿,是成长里的亮色;登山观蚁的乐趣、团圆包饺子的暖意、外婆菜园里的清甜,是日常中的温柔;博物馆里的古物,更为生活添上了厚重的文化底色。这些文字,定格了多彩时光里的点滴美好,每一篇都是充满热爱与感悟的童年印记。

一次难忘的领舞经历

慈溪市庵东镇西二小学301班
李潇雅(证号J26309134)

指导老师:张晓燕

期待已久的校园元旦文艺汇演终于热闹开演了,我作为领舞,和邹意、龙诗琪代表班级表演舞蹈《小船摇》,心里既紧张又充满期待。

我们的节目排在第七个,前面的节目个个精彩,有动听的歌曲,有幽默的课本剧,可我却沉浸在自己的舞蹈世界里。我紧紧攥着舞裙的衣角,脚尖轻轻点地,一遍遍在心里默记着每一个舞蹈动作,生怕上台后出错。当主持人念到“下面请欣赏中国舞《小船摇》”时,我深吸一口气,和邹意、龙诗琪相视一笑,带着灿烂的笑容,自信地走上了舞台。

随着音乐缓缓流淌,我抬手做出摇船的优美动作,带着伙伴们翩翩起舞。可刚跳两步,我就察觉到有个人的节奏慢了半拍。我的心一下子揪了起来,手心瞬间冒出了冷汗。就在这时,我深吸一口气,强迫自己静下心来,把舞台当成平时的训练场地,脑海里不断回放着老师指导的动作要领和节奏节拍。我立刻镇定下来,用眼神悄悄示意伙伴们跟上节奏,带着她们稳稳地完成每一个动作:旋转、下蹲、摆臂。我们就像三只轻盈的小船,在碧波荡漾的湖面上轻轻摇晃,舞姿优美又灵动。

当音乐结束的那一刻,台下响起了雷鸣般的掌声,还有同学们兴奋的欢呼声。当主持人宣布我们获得第二名的好成绩时,我和伙伴们激动地紧紧抱在一起。

这次元旦文艺汇演,真是一次难忘的经历。它让我明白,作为领舞,不仅要有站上舞台的勇气,更要学会和伙伴们互相配合、彼此鼓励。这份珍贵的回忆,我会一直好好珍藏在心里。

参观浙江大学

宁波前湾新区观塘湖小学203班
孙雨泽(证号W26301074)

指导老师:孙燕姿

今天,爸爸开车带我去了浙江大学参观和游玩。

我们进了大学,先去了校史馆。校史馆里有很多个校区的沙盘模型,其中最大的就是我们去的紫金港校区。

我们去了食堂吃饭,吃过午饭之后,我们扫了一辆共享电车在学校里逛。

浙江大学特别大,我们逛了好久好久。我觉得它就像一个小城市,里面有红绿灯、出租车、共享自行车、共享电车。之后,我们逛到了中西书屋。在书屋里我看了一本书叫《哪吒闹海》。书里有哪吒、敖丙、太乙真人等角色,正当我看得津津有味时,太阳却不知不觉地落山了。一抬头就看见一轮红红的太阳挂在天空,像个圆圆的大柿饼,真是美极了!

我觉得紫金港校区特别大,特别美,以后我也想来浙江大学上学。

包饺子

宁波前湾新区
世纪城实验小学306班
魏言蹊(证号J26304495)

指导老师:王燕

这个周末,我做了一件超有意义的事——和家人一起包饺子。

奶奶是包饺子的高手,一大早就在厨房忙开了。她先和面,揉出的面团软软的、白白的,还做了两种馅料,连肉馅都是我们一起一刀一刀剁出来的,有香香的芹菜肉馅,还有甜甜的萝卜肉馅,闻着就让我流口水。

我也不甘示弱,挽起袖子加入了队伍。擀饺子皮的时候,我拿着小擀面杖,转动着面团,一下一下,圆圆的饺子皮就成形啦,奶奶夸我擀得又圆又均匀。包饺子我更拿手,捏着皮的两边一挤,一个鼓鼓的饺子就做好了。我还突发奇想,包了几个包子形状的饺子,圆滚滚的,特别可爱。

饺子下锅后,没多久就飘出了浓浓的香味。奶奶把煮好的饺子盛进碗里,我和妹妹立马围了上去,你夹一个我夹一个,抢着吃碗里的饺子,连鲜美的饺子汤都争着喝,谁都不肯慢一步,厨房里满是我们的笑声。

吃着自己包的饺子,我心里甜滋滋的。这真是一个幸福又充实的周末,一家人一起热热闹闹的,太开心啦!



后羿射日

余姚市兰江小学201班
徐澍(证号J26403240)

指导老师:柳晓青

记第一次篮球比赛

余姚市东风小学东江校区402班
何正源(证号J26400205)

指导老师:朱培蕾

每个人参加比赛前,心里难免会有一些害怕或者紧张。而让我印象最深刻的,是第一次参加篮球比赛的经历。

比赛前,我的心就像揣了只小兔子,“怦怦”跳个不停,总担心自己发挥不好,会拖球队的后腿。看着其他队伍在场上激烈比拼,我心跳得更快了,仿佛要从嗓子眼里蹦出来,手心里也全是汗,连篮球都快握不住了。

终于轮到我上场了!刚拿到球准备投篮,对方球员不小心碰到了我的手,裁判立刻吹了犯规。我站到罚球线上,双腿有些发抖。我深吸了几口气,慢慢拍了几下球,努力让自己平静下来。瞄准篮筐,我轻轻一投,篮球划出一道漂亮的弧线,空心入网!我心里一阵狂喜。第二次罚球时,球磕到篮筐边缘弹了出去。

对方拿到篮板后立刻反击,好在他们的投篮也没进。队友眼疾手快抢下篮板,迅速传给了跑到篮下的我。我稳稳接住球,再次瞄准篮筐投出,篮球稳稳地进了!那一刻,我悬着的心终于松了半截。

下半场比赛,我们全队配合得更默契了。靠着流畅的传球,一次次突破对手的防守,慢慢拉开了比分。随着裁判吹响比赛结束的哨声,我们赢了!

这一次篮球比赛,不仅让我体会到了赛场的紧张与刺激,更感受到了团队合作的力量。直到现在,想起那场比赛,我的心里还满是激动,这真是一次难忘的经历!

炒鸡蛋

宁波前湾新区观塘湖小学305班
王泓森(证号J26309216)

指导老师:仇青青

午饭时间到了,我对妈妈说:“妈妈,我今天当小厨师,给您做一盘炒鸡蛋,怎么样?”妈妈笑呵呵地说:“好呀,我很期待呢!”

于是,我拿出三只圆圆的鸡蛋,还有油瓶和盐罐。首先,我把鸡蛋打到碗里,然后快速搅匀,让蛋清和蛋黄完全融合在一起。

接着,妈妈帮我打开燃气灶,蓝色的火苗抚摸着锅底。很快,锅就热了,我往锅里倒了一些油,等油冒起小泡泡,我迅速将蛋液倒进锅里,蛋液瞬间鼓起了许多小泡泡,很快就凝固成了一个软乎乎的蛋饼。我用锅铲轻轻翻炒,把蛋饼切成小块,然后撒上一小盐,再翻炒了几下,就装进了盘子里,一盘香喷喷的炒鸡蛋就做好了!

妈妈尝了我的炒鸡蛋,立刻对我竖起了大拇指,说:“这炒鸡蛋比妈妈做得还好吃呢!”我听了,心里美滋滋的。以后我还要学做更多好吃的菜给妈妈吃!

走进江西博物馆

慈溪市沧田实验学校303班
汪柯楠(证号J26307581)

指导老师:沈乐群

阳光和煦的午后,我怀揣着期待,踏入了江西博物馆的大门。进入展厅,樟木展柜散发的清香扑面而来,展柜玻璃上浮动的灯光洒在一件件古老的文物上。

最先攫住视线的是一只来自商代的“伏鸟双尾青铜虎”,它被我们亲切地称为“小虎鸟”。这件青铜虎的全身布满了精美的雷纹,仿佛是古代工匠镌刻的神秘符号。瞧,它怒目圆睁,眼神间露着几分坚定;它阔嘴微张,露出锋利的獠牙,样子十分凶狠。最有趣的是,它那颈肩的一对圆耳,看着有几分憨态。当你目光上移,又会发现它灵动的一面——虎呈蹲伏姿态,背上的小鸟静静伏着,亭亭玉立、气定神闲,与虎的威猛形成了巧妙反差,尽显古人的奇思妙想。

转过展柜,海昏侯刘贺的马蹄金更是引人注目。这些马蹄金在灯光的照射下,散发着耀眼的光芒,仿佛是汉代礼制里财富与地位的象征。我看着一排排金箔,仿佛看到了汉代宫殿的鎏金瓦当在阳光下熠熠生辉,看到了工匠熔金注模时的烟火冉冉升起……

驻足在一件件文物前,我忽然觉察出这些宝藏的分量:它们不仅是展柜里的陈列品,更是古人的智慧与匠心。

离馆时,我的心中充满了激动和向往。我要带着这份对知识的渴望和对未知的好奇,勇敢地走向更加广阔的天地。



草莓

高新区实验学校新晖校区307班
李欢洋(证号J26089952)

指导老师:王佩波

袋子里的金鱼



袋子里的金鱼

镇海区静远小学504班
薛皓轩(证号J26880305)

指导老师:皇甫可迪

外婆的菜园

慈溪市慈吉实验学校211班
郭一凡(证号J26301752)

指导老师:姜志华

清晨,阳光明媚,我和外婆拉着手走进了菜园。菜园里有各种各样的蔬菜,有西红柿、黄瓜、南瓜……

我摘了一个西红柿尝了一口,酸酸甜甜的,真好吃。外婆说:“这些蔬菜都没打过农药,很健康。”蔬菜的颜色也很多,红色、橙色、黄色……颜色十分丰富。青菜像翡翠,西红柿像灯笼,每种菜都有自己的领地,像有首领带着士兵列出方阵,真的太有趣了。

我跟外婆做了些农事,虽然有点累,但还是很开心。我觉得外婆的菜园是我的小天地,每次来我都会认识好多蔬菜,也可以品尝酸酸甜甜的味道。我喜欢外婆的菜园,更喜欢和外婆一起的时光。

难忘的秋日登山

慈溪市庵东镇西二小学302班
陈思言(证号J26301884)

指导老师:林子力

秋去冬来,教室门前那棵银杏树,终于送走了最后一枚叶子。望着那片银杏叶像一只欢快的金蝴蝶,打着旋儿投入大地的怀抱,我的思绪也乘着风,飞回了去年秋假时的那段欢乐时光。

记得那是一个秋高气爽的日子,我和家人一起去爬山。我的心里像装了一只快乐的小鸟,一路上都忍不住哼着歌。山上的景色真美啊!各色的野花点缀在路旁,有红的、黄的、粉的,还有淡蓝的,仿佛都在对我微笑。

我们一路向上爬,没过多久,就看到了一座小亭子。我高兴地跑过去,放下背包,和家人一起分享带来的零食。阳光暖暖地照在身上,风也轻轻柔柔的,那一刻,我觉得开心极了。

我迫不及待地打开零食袋,一不小心,几片脆脆的饼干碎片落在了地上。我刚想弯腰去捡,就看见几只小蚂蚁爬了过来。它们在碎片边转了几圈,又匆匆离开了。我好奇地蹲下来,眼睛一眨不眨地盯着。没过几分钟,那几只蚂蚁又回来了,身后还跟着一大群伙伴。它们围住碎片,有的抬,有的推,有的拖,齐心协力地把食物一点一点往巢里搬。

我顺着蚂蚁的队伍,找到了它们的家。蚂蚁们钻进一个小洞口,我兴奋地小声对爸爸说:“爸爸,快看,这是蚂蚁的家!”

这次登山,不仅让我欣赏到秋天的美景,更让我亲眼见识到蚂蚁团结协作的可爱模样。这次经历,真让我难忘。