



成长的光

成长,往往在最意想不到的时刻淬炼成光。它可能是一根断掉的琴弦、一次失败的比赛,但伴随而来的,是老师无声的拥抱、自己咬牙的坚持。这些笔记,记录的不只是挫折,更是那些在逆境中生长出的坚韧与温暖。

断弦里的温暖

鄞州外国语中学(首南中学)909班
李晗毓(证号W26107398)
指导老师:马乐

古筝斜倚在腿边,桐木琴身系着新换的弦,我坐在车里走神:若不是那场意外,此刻我可能手捧奖杯,站在领奖台上。

清晨,我攥着琴谱走进赛场,《秋风词》的旋律早就在指尖流淌了百遍,我几乎能看见奖杯在台边闪着光。候场时,掌心的汗浸软了号码牌,心跳跟着试音的筝声越跳越快。终于听到叫我的名字,我深吸一口气走上台,鞠躬、报幕,指尖落向琴弦的刹那,琴音像流水般淌开。开头的琶音比练习时更清透,揉弦的弧度也分毫不差,我几乎看见自己抱着奖杯站在台上,聚光灯裹着掌声落在肩头……

可指尖刚揉过一个转音,突然“嘶——”一声,像把空气撕开了一道口子!断弦弹开扫过掌心,麻意裹着刺痛钻进指缝,我盯着那根蜷成乱线的弦,僵在台上。评委皱起眉,轻轻摇了摇头,指尖朝台侧点了点。喉间的哽咽一下漫上来,堵得我连呼吸都发颤。

我攥着断弦走下台,掌心的殷红浸在琴身的桐木纹里,眼泪漫过眼眶时,徐老师的外套先裹住了我的手。她身上的暖混着琴身的桐木香,把刚才那声锐利的“嘶”揉成了软和的风。我埋在她怀里哭,她帮我擦药水时,指腹的温度顺着手臂淌进我心口。半晌,她拍着我的背轻声说:“今天的遗憾,是为了以后更大的成功。”

如今那架古筝还摆在窗边,断弦已换成新的,旧弦被我收在琴盒最里层。后再再弹《秋风词》,我总会想起徐老师外套裹住我手的温暖。

微笑的力量

北仑区实验小学601班
吴抒岑(证号J26803360)
指导老师:俞晓奕

微笑,如同冬日里的暖阳,能融化心中的坚冰;微笑,如似黑暗中的明灯,能照亮我前行的道路。在我的生活中,微笑的力量无处不在。

记得那次参加国旗下演讲,我紧张得手心冒汗,心跳如鼓,额头微微冒出冷汗。在一旁候场时,大脑一片空白,原本背得滚瓜烂熟的演讲稿仿佛消失了一般,怎么也记不起来。我担心极了:如果演讲失败了,同学们会不会觉得我辜负了他们的期望?老师会不会批评我……种种不好的念头涌上心头。

我慌乱地四处乱瞟,正好与班主任那坚定的眼神相对。她朝我微笑,向我伸出大拇指,仿佛在说:“我相信你!加油!”那眼神像一阵春风,拂过我的心田,让我如小鹿乱撞的心冷静下来。慢慢地,我记起了那些曾反复练习过的演讲词。

当我再次看向老师时,他的眼神依旧坚定地望着我,仿佛有一股无形的力量,让我放下心来,顺利地完成了演讲。

演讲结束后,台下响起了热烈的掌声。我知道,这掌声,含有微笑的力量。

坚持

北仑区华山小学601班
胡骞(证号J26806012)
指导老师:邵卓越

在过去的2025年里,我收获了许多成长。而最鲜明的注脚,就是“坚持”。这一年,我在一次次想要放弃的时候咬着牙撑住,终于懂得:坚持不是与生俱来的勇气,而是在疲惫和迷茫中,依然向前走的力量。

坚持的第一关,是校竖笛队的排练。那些日子里,我和队友们几乎每天清晨都泡在音乐教室,反复练习着高难度的曲目。单调的音阶、磨红的指尖、痛得几乎吹不出气的腮帮子,都在提醒我:“停下吧,不要再练了!”每当这时,老师和父母的声音就会在我耳边响起:“不要半途而废,想想你之前的努力,胜利就在眼前了。”靠着这份鼓励,我咬牙坚持到了最后,和队友们一起捧回了区一等奖、市二等奖的奖状。站在领奖台上,我明白:所有枯燥的重复,都是为了此刻的绽放。

坚持的第二关,是校编程队的备赛。竖笛队的比赛刚结束,编程队的集训就紧锣密鼓地开始了。不仅每周四的社团课要在机房集体训练,每个周末还得对着电脑刷编程题。随着比赛临近,代码的复杂度越来越高,我的压力也如潮水般涌来,放弃的念头再次冒了出来。这一次,我没有依赖别人的鼓励,而是学着给自己打气:“再坚持一下,你可以的。”我沉下心,投入代码的世界。最终,我在比赛中斩获一等奖,为学校争得了荣誉。

坚持的第三关,是一次长跑比赛。跑到一半时,我的腿像灌了铅般沉重,呼吸也变得急促,只想停下来瘫在地上。但看着前方的终点线,我想起了竖笛和编程训练时的坚持,于是攥紧拳头,一步步地跑到了终点,为班级争了光。

至此,我完成了一场关于“坚持”的蜕变——从遇到困难就想放弃,到敢于迎难而上、坚持到底。2025年,“坚持”这个词不仅让我收获了荣誉,更让我明白:成长,就是在每一次“再撑一下”的信念里,成为更坚韧的自己。

团结的力量

鄞州区堇山小学609班
俞越(证号J26102058)
指导老师:吴晓

那次拔河比赛,让我明白了什么是团结。

“哗——”一声哨响划破校园的上空,一场激烈的拔河比赛正式拉开了帷幕。

只见前面的王同学左右脚前后分开,呈弓步姿势,两只脚像树根一般牢牢扎在地上,整个人呈倾斜状向后倒,手臂上的青筋暴起,似乎使出了吃奶的劲。一旁的拉拉队也不闲着,用整齐有力的声音大喊着:“69加油,69加油,69加油!”好多同学甚至蹦跳着喊。借着这股劲头,我们使出浑身力气,拼命拉绳。

绳子一点点向我们这边靠拢,可就在那一刻,对手猛然发力,把绳子拽了回去。我们有点惊讶,但没有气馁,而是迅速调整情绪,又将百分之一百的力气投入到了比赛中。

绳子离我们越来越近了!后面的方同学把绳子系在腰上,转过身来,像老牛犁地似的将绳子往前拉。拉拉队员们都扯着嗓子喊:“69加油,69必胜!”听到加油声,队员们铆足了劲拼命拉,10厘米,5厘米,3厘米……我们赢了!

我们班同学都兴奋地跳了起来。这次拔河比赛不仅让我尝到了胜利的喜悦,更让我感受到团结的力量。



闪光派对

北仑区九峰小学505班
张奕航(证号J26880002)
指导老师:张娜丽

第一次登台

鄞州区宋诏桥小学413班
尤浩霖(证号J26100614)
指导老师:邵雨婷

天空乌云密布,雨点落下来,奏出的交响曲比往常任何时候都要沉闷。“今天的比赛,我们准备了很久,一定要拿名次!”老师像换了一个人似的,严肃地板着脸。

今天的街舞比赛,是我第一次登台。我的双腿像是灌了铅,一小步一小步地挪进了候场区。我的心里像是揣了一只小兔子,跳得比往常更快、更猛烈。大脑此时一片混乱,浮现出各种失败的画面:动作做错了,忘了之后的动作……我赶紧摇摇头,提醒自己别胡思乱想了。

“下一个。”这道声音如锋刃一般深深刺进我的心里。望着台下密密麻麻的观众,我的双腿微微颤抖,被“钉”在原地。音乐响起,我赶紧跑上舞台,强烈的灯光照在脸上,让我有些睁不开眼。台下观众的目光像无数根尖针,刺得我浑身不自在。

随着音乐,我像机器人一样开始表演,平时流畅的动作此时显得十分僵硬。我让自己放松下来,并试着跟上音乐的节奏。渐渐地,我的动作变得流畅起来,甚至比平时练习的时候还要好!就这样,我出色地演完了剩下部分。台下响起了热烈的掌声。

我满脸微笑着走下舞台。这微笑,既有表演成功的喜悦,也有克服困难的自豪。

我的心儿怦怦跳

北仑区泰河学校405班
金莘皓(证号J26804503)
指导老师:倪海芬

今天语文课上,老师说:“明天我们要竞选班干部,请要参加竞选的同学做好准备!”我一听,如同接收到了战斗的号角,急忙开始准备起来。

第二天班队课,我坐在座位上,满心期待又有些忐忑地等待着。突然,老师报到了我的名字,我心里就像有只小兔子在活蹦乱跳,胆战心惊地向讲台走去,腿也像灌了铅似的,连身体都不禁颤抖起来。

站定后,我深吸一口气,开始演讲。讲着讲着,我壮着胆子抬起头,台下无数双眼睛正聚精会神地看着我。我的瞬间提到了嗓子眼儿,汗毛也不禁竖了起来,紧张极了:完了,万一我出错了怎么办?万一我没竞选成功又该怎么办?

我讲得结结巴巴,背后也渗出了细密的汗珠。我摇摇头,试图让自己镇定下来,按平时练习时一样,继续演讲下去。

当我讲完最后一句话时,教室里响起了热烈的掌声,如同一曲激昂的乐章。我的心儿怦怦跳,但这次是因为激动和喜悦。

这次竞选让我明白,只要勇敢地面对挑战,就一定能成功。

台风过后

鄞州区东吴镇中心小学404班
邓梓华(证号J26108762)
指导老师:郑芳霞

清晨推开窗,一股潮湿的风扑面而来。昨夜那场台风终于过去了,可它留下的痕迹却像一幅泼墨画,肆意地涂抹着这座城市的每个角落。

马路上积了半尺深的水,浑浊的水面上漂浮着断枝落叶,偶尔还有几只塑料瓶打着转儿。平日里疾驰而过的汽车此刻都变成了小心翼翼的小船,排气管在水里吐着泡泡,像极了受委屈的孩子。路边的行道树东倒西歪,有几棵甚至直接躺在了水面上,树根裸露在外。

我穿着雨靴蹬水去街角的便利店。水底暗藏的碎石硌得脚底生疼,却也有种奇妙的踏实感。积水里倒映着支离破碎的天空,偶尔有蜻蜓点水而过,荡开一圈圈涟漪。便利店老板娘正在擦拭货架,见我进来便絮絮叨叨说起昨夜的风声如何像野兽的嘶吼,货架上的商品如何跳了一夜的踢踏舞。

转角处几个孩子正用树枝拨弄水中的落叶,笑声清脆得仿佛能穿透这片汪洋。他们的凉鞋浸在水里,裤腿卷到膝盖,却比往日坐在空调房里玩手机时鲜活百倍。远处市政工人已经开始清理倒伏的树木,电锯声惊起一群白鹭,它们掠过水面的身影,像是写给台风的一行告别诗。

这场台风带走了很多东西,却也留下了别样的生机。就像被雨水洗过的天空,总显得格外澄明。

难忘那张坚毅的脸

鄞州新蓝青学校601班
任珈颐(证号J26106253)
指导老师:陈建林

在一个炎热的午后,太阳好像要把柏油路晒化了,空气像是黏稠的糖浆,连蝉鸣都带了几丝困意。

我坐在咖啡店里,手中拿着小电风扇,嘴里嚷着:“好热啊!”这时,我突然看见了他——一名交警叔叔。

他穿着全套的交警服,头上戴着闷热的警察帽,手上戴着手套,拿着指挥棒。他的脸被太阳晒得通红,豆大般汗珠一直在往下流。即使这样,他依然坚持指挥着交通。他的手臂是那么有力,上、下、左、右,动作干净得仿佛被尺子量过一般。他眼神坚定,眼睛不停地扫视着各个方向的来车。汗水滑过他红润又坚毅的脸颊,但他无暇去擦。此时,一辆车闯了红灯,他立刻吹响了哨子,迅速拦下了车辆。他眼神坚定,严厉地告诫着车主。

之后,每当我遇到困难,想放弃、想抱怨的时候,就会想起那张坚毅的脸。



港通天下

北仑区实验小学401班
林一诺(证号J26807213)
指导老师:李玉艳