



2026年4月21日 星期二 责编:王妙妙 徐徐 审读:俞素梅

## 快乐家庭日

北仑区岷山学校 105 班  
翟浩铭(证号 J26802596)  
指导老师:陈丹凤

周日的下午,阳光暖暖的,我和爸爸妈妈一起开车前往宁波的山姆超市,开启我们温馨的家庭日。

一走进超市,我就兴奋地东瞧瞧、西看看,品尝了不少美味的小食还精心挑选了许多心仪的好物:香喷喷的烤鸡翅、清爽酸甜的小青柠汁、肉质鲜嫩的肥美牛排,还有我最期待的卤鸭四宝和Q弹多汁的黑虎虾肉肠。不一会儿,购物车就被塞得满满当当。

我兴高采烈地和爸爸妈妈一起,提着大包小包满载而归。一回到家,我就迫不及待地拆开包装袋,品尝起美味的食物,心里甜滋滋的。

这真是充实又幸福的一天!美好的家庭日让我格外开心,我已经开始期待下一次和爸爸妈妈一起出门的快乐时光啦!

## 我的家乡

北仑区实验小学 304 班  
闫馨悦(证号 J26804886)  
指导老师:詹蕾蕾

我的家乡在宁波,这里一年四季风景优美,物产丰富,是个美丽的地方。

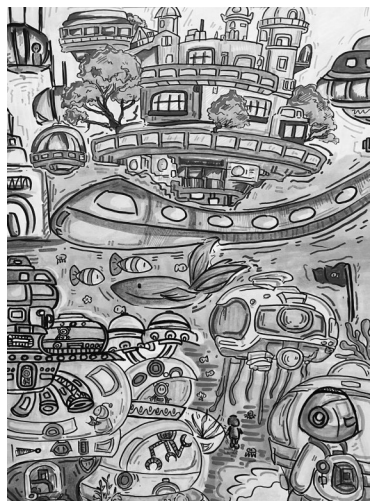
春天,家乡的河流可美了。听,泉水们“叮叮咚咚”地诉说着春天的到来,它们有的打量着五彩缤纷的世界,有的在向春天问好,还有的在和小伙伴们窃窃私语,可真热闹呀!河流旁的小草们伸着懒腰,为春天装饰着美丽的衣裳。花儿们也陆续开放了,红的、白的、黄的,每一朵都很好看。

夏天,家乡的公园可美了。看,一朵朵美丽的荷花从碧绿的大圆盘之间冒出来,有的才展开两三片花瓣儿;有的花瓣儿全展开了,露出嫩黄色的小莲蓬;有的还是花骨朵,看起来饱胀得马上要破裂似的。这么多的荷花,一朵有一朵的姿势,看看这一朵很美,看看那一朵也很美。如果把眼前的一池荷花看作一幅活的画,那画家的本领可真了不起。

秋天,家乡的田野可美了。瞧,田野就像一位魔法师,把春天小小的种子变成了大大的果实,把小小的苗儿变成了大大的谷粒。那一片金色的海洋就是金色的谷粒呀!

冬天,家乡的街道可美了。我一走出门,就听到了“咯吱咯吱”的声音,低头一看,原来下雪了。走到大街上,看着远处的雪,就像一块白色的地毯铺在路上。

我的家乡一年四季风景优美,物产丰富。我喜欢我的家乡。



## 畅想我的未来生活

鄞州新蓝青学校 506 班  
邱钰茗(证号 J26880261)  
指导老师:龚姿伊



## 我眼中的北仑

北仑区小港实验学校 606 班  
严睿宸(证号 J26803378)  
指导老师:陈倩雯

## 我的好朋友

▲我的好朋友有个可爱的小名,叫小丸子。她总扎着两根长长的辫子,跑起来一翘一翘的,特别俏皮。她有一双大大的眼睛,炯炯有神,像两颗亮晶晶的星星。樱桃似的小嘴巴,总能唱出动听的歌。

小丸子是个热心肠。有一次国画课,我忘带颜料了,急得像热锅上的蚂蚁。她立刻跑过来,笑着安慰我:“别着急,我有颜料,我们一起用!”她的笑容像一缕阳光,一下子驱散了我心里的慌乱。

每天放学后,我们都会在学校的草坪上玩游戏。一会儿玩捉迷藏,一会儿玩木头人,欢乐的笑声洒满了草坪,留下了好多美好的回忆。

这就是我的好朋友小丸子,你们喜欢她吗?

鄞州区下应中心小学 204 班  
王晟楷(证号 J26999943)  
指导老师:曹德莉

▲在我的成长岁月中,有一位如同璀璨星辰般的好朋友,她叫杨馨语。从牙牙学语的幼儿到如今的活泼少年,我们一同走过了无数美好的时光。

她那一双眼睛宛如清澈的湖水,水汪汪的。每当她专注地看着你时,你会感觉无比温暖。一头乌黑亮丽的头发,在阳光的照耀下闪烁着迷人的光泽,轻轻飘动时,就像黑色的绸缎在风中舞动。她的嘴巴小巧玲珑,笑起来的时候,脸颊上会浮现出一个可爱的小酒窝,如同春日里绽放的花朵,让人忍不住心生欢喜。

在校园里,我们总是并肩同行。清晨,当第一缕阳光洒在我们身上,我们手牵手一起走向学校,一路上分享着彼此的小秘密和新发现。放学之后,我们会一起完成作业。遇到难题时,我们会互相讨论,思维的火花在交流中不断碰撞。

周末是我们最期待的时光。我们会骑着自行车,穿梭在大街小巷,感受风的拥抱。累了,就找个公园,一起荡秋千,在空中尽情地欢笑,仿佛整个世界都属于我们。跳绳的时候,我们配合默契,绳子在脚下有节奏地飞舞,发出“啪啪”的声响,那是我们友谊的乐章。当然,游乐场也是我们的“秘密基地”,在那里,我们一起坐过山车,感受刺激的尖叫;一起坐旋转木马,享受梦幻般的时光。

这些美好的回忆如同珍珠般串起,构成了我们友谊的项链。我坚信,无论未来的路有多长,我们的友谊都会像美酒,越久越香,一直延续下去。

鄞州区宋诏桥小学 203 班  
瞿佳怡(证号 J26106061)  
指导老师:陈婷

## 我的数学日记

鄞州新蓝青学校 306 班  
钱胤文(证号 J26105699)  
指导老师:臧克晶

今天,我做了一个特别有趣的数学小实验——测量不同大小正方形的边长和面积,还亲手拼一拼,感受它们之间的大小关系。

我先拿出软尺,仔细量了边长为 1 厘米的小正方形。它小小的,和我的指甲盖差不多大,面积正好是 1 平方厘米,摸起来软软的,特别可爱。

接着,我又量了边长为 1 分米的中正方形。我试着用小正方形去铺满它,发现要 100 个小正方形才能完全盖住!原来 1 平方分米等于 100 平方厘米,这个发现让我一下子明白了面积单位之间的换算。

最后,我测量了边长为 1 米的大正方形。它可真大呀!我用中正方形去拼,足足需要 100 个中正方形才能和它一样大!这下我彻底记住了:1 平方米等于 100 平方分米,也等于 10000 平方厘米。

通过这次亲手测量和拼接,我对面积单位有了更直观、更清晰的认识。原来数学就在我们身边。

## 我的寒假生活

奉化区岳林中心小学 303 班  
方禾松(证号 J26507118)  
指导老师:叶军萍

寒假终于来了,我的心里像揣了只欢快的小麻雀,扑腾个不停。

每天清晨,金灿灿的阳光从窗帘缝里钻进来,我往暖和的被窝里再缩一缩,直到爸爸做的早餐香味飘进房间,才恋恋不舍地和被窝道别。

写完作业后的时光最是自在。我守在电视机前,看“MC 建筑大师”用天马行空的想象,把一个个平凡的方块搭成雄伟壮观的建筑。看着它们一点点完工,我忍不住手舞足蹈,也想跟着创造属于自己的世界。

偶尔,我会和小伙伴钻进大自然里探险。比如蹲在溪边,小心翼翼地观察蝌蚪和它们透明的卵;去看油菜花,一朵朵明黄的小花挤在一起,像一群提着小灯笼的萤火虫,在田野上轻轻飞舞。大自然可真奇妙啊!

这就是我的寒假,简单又热闹,藏着数不清的小欢喜。你们的寒假生活,又是什么模样呢?

## 我的愿望

鄞州区德培小学百宁校区 203 班  
宁文倩(证号 J26999738)  
指导老师:朱利冬

在我的心中,藏着一个闪闪发光的愿望——成为一名舞蹈家。这个愿望,就像一颗明亮的星星,照亮了我前进的道路。

第一次接触舞蹈,是在我还没上幼儿园的时候。有一天,妈妈带着我参加了一堂舞蹈体验课。舞蹈教室里,小姐姐们穿着美丽的服装,随着音乐翩翩起舞,她们的每一个动作都那么优美、流畅,就像一群灵动的仙子。那一刻,我完全被吸引住了,心里悄悄种下了一颗舞蹈的种子。

为了实现这个愿望,我开始学习舞蹈。每次上课,我都认真听老师的话,努力做好每一个动作。虽然练习后身体会酸痛,有时候也很累,但是我不怕!

有一年暑假,我参加了舞蹈比赛。当我站在舞台上,听着台下观众的掌声,心里充满了成就感,也更加坚定了成为舞蹈家的决心。后来,我上了小学,虽然每天放学后要写作业,但我从没放弃练习舞蹈。

我相信,只要我坚持不懈地努力,总有一天,我能实现自己的美好愿望,用舞蹈带给人们快乐和感动。

## 我的梦想

▲每个人心中都有一盏明亮的灯,它的名字叫梦想。我的梦想是当一名出色的老师。

我为什么想当老师呢?因为我的妈妈就是一名老师。老师不仅能传授知识,还能教我们做人的道理。

如果我当上了老师,我要像李老師那样温柔地教小朋友们知识。当他们犯错时,我会耐心地给他们讲道理,不会严厉地批评他们。我还会带他们玩游戏,让他们在快乐中成长。

为了实现梦想,我从现在开始要好好学习,认真完成作业。同时,我还要多看课外书,让大脑装满丰富的知识。

虽然这个梦想还离我很遥远,但我相信,只要我坚持不懈地努力,就一定能实现它。

鄞州区横溪镇中心小学 202 班  
张舒涵(证号 J26999986)  
指导老师:李新冉

▲“三百六十行,行行出状元。”每个人都会有闪闪发光的梦想,而我的梦想,是成为一名身穿白大褂的医生。

我之所以想成为医生,是因为他们治病救人,非常了不起。

记得有一次我生病住院,我的主治医生穿着白大褂温和地为我检查身体,耐心地跟妈妈讲解我的病情,还夸我勇敢。那一刻,我觉得医生就是一位白衣天使,默默守护着大家的健康。

妈妈看出了我的心思,告诉我成为一名医生并不容易。从现在开始,我要努力学习,上课认真听讲,养成勤读善思的好习惯,还要多了解医学知识,长大考上医科大学,穿上白大褂,帮更多生病的人赶走病痛。

我相信,不久的将来,我的梦想一定能实现!

鄞州区江东中心学校  
中山校区 203 班  
何沐(证号 J26105218)  
指导老师:伊素娟

## 我的偶像

北仑区华山小学 202 班  
王晨翰(证号 J26802180)  
指导老师:贺蕊瑾

4月5日晚,澳门乒乓球世界杯男单决赛的战火点燃,我早早地守在电视机前,目光紧紧锁定那个熟悉的身影——我的偶像王楚钦。

决赛的紧张感从第一球就扑面而来,比分交替上升,每一分都揪着我的心。小小的白球像一个灵敏的小精灵在球台上来回跳跃,速度快得让人眼花缭乱。每当楚钦哥哥落后时,我攥紧的拳头里全是汗,心仿佛提到了嗓子眼;而当他一记漂亮的扣杀实现反超,我又忍不住在电视机前手舞足蹈,大声为他呐喊加油!

最惊心动魄的时刻,当属决胜的第七局。刚开局,他就连失 2 分,我紧张得都不能呼吸了;可镜头里的他眼神如炬,丝毫不见慌乱。面对对手的猛烈进攻,他脚步灵活移动,反手拧拉、正手扣杀,每一个动作都带着破釜沉舟的力量。凭借着顽强的意志和精湛的球技,最终,他以 11:8 拿下这关键一局,大比分 4:3 战胜日本选手松岛辉空。当赛场上升起五星红旗,《义勇军进行曲》的旋律响起时,我激动得热泪盈眶。

王楚钦不仅球技出色,更有永不言弃、拼搏到底的精神。他在赛场沉着冷静、迎难而上的样子,像一束光,照亮了我面对困难时的勇气。这就是我的偶像,他让我懂得了:遇到困难不要怕,要迎难而上,保持冷静,一定会有所收获!