



# 让情感在文字里开花

指导老师:鄞州区德培小学教育集团百宁校区 谢燕

写作文就像煮一壶花茶,选对了花,用对了方法,才能煮出满溢的香。六年级下册第三单元《让真情自然流露》这篇习作,就是让我们把心底最鲜活的情绪,化成能打动人的文字,就像静待花茶慢慢舒展。

## 一、采摘心香,甄选我的心动花蕊

写好真情作文的第一步,是从记忆的花园里,采摘那些让你情绪翻涌的瞬间。我们可从这三个方向来选择:

方向一:情绪的“过山车”时刻:第一次站上演讲台的紧张,友谊的小船经历考验时的失落……这些让你心跳、情绪像坐过山车一样起伏的瞬间,本身就带有很强的感染力。

方向二:成长的“恍然大悟”时刻:原来不懂父亲的严厉,后来才明白那是一种关心的方式;看起来不起眼的小人物却在生活中散发着满满的正能量……这种从懵懂到懂得的瞬间,藏着最柔软的真实。

方向三:日常的“微光”时刻:考试失利时,同桌悄悄递来的“加油”纸条;病愈回校后老师为你细心讲解每一道习题……这些细碎却温暖的瞬间,往往最真实动人。

只要这件事真正触动过你,就是

最好的写作素材。真实,永远是真情的第一步。

## 二、文火慢煮,让情感层层舒展

选好了情感的“花料”,就要把控好文火慢煮的节奏,让心意在情节的推进中慢慢释放香气。我们可以用“起—承—转—合”的结构,让情感随着情节升温,层层递进。

### 起:埋下伏笔,铺垫情绪底色

开头不要直接表达情绪,可以简单交代背景,悄悄埋下情绪的种子。比如写“参加运动会赛跑”,可以这样开头:“日常在班中赛跑,我几乎次次遥遥领先,因此还得了个飞毛腿的称号。这次运动会,我当仁不让地报名了赛跑,踌躇满志地代表班级参赛,未曾想栽了个大跟头。”前后形成对比,情绪的反差一下子就出来了。

### 承:铺陈细节,让情绪慢慢升温

中间部分要写清楚事情的经过,重点写“你的感受”,而不是只写“发生了什么”。不要只说“我很失落”,要写“失落时的样子”。“看着公示栏里没有我的名字,我脸色苍白,攥着画纸的手越收越紧,画纸上的线条都被捏得发皱。”把神态、动作细节揉进去,情绪就会像温水煮茶一样,慢慢从字里行间渗出来。

### 转:聚焦瞬间,让情绪达到顶点

这是文章的“高光时刻”,也是情绪最浓烈的地方,要把细节完善好。比如写“被理解的瞬间”：“妈妈没有批评我,只是轻轻摸了摸我的头:‘一次没获奖不代表什么,妈妈知道你努力了。’我看着她眼里的温柔,一直憋着的眼泪突然就掉了下来,不是委屈,是被理解的温暖一下子裹住了我。”通过语言、神态、动作的细节描写,让那一刻的感动写得真实可触,情绪的顶点就立住了。

### 合:轻轻收尾,让情绪余韵悠长

结尾写出这件事带给你的真实改变。比如写“那次挫折”的结尾:“原来成长不是每次要赢,而是学会在落空时,依然有重新拿起画笔的勇气。”这样的收尾,既点了题,又让情绪有了余味。

## 三、细泡慢润,给情感润色添香

有了清晰的行文脉络,还要用细腻的表达为文章增色。用好两种抒情方式,我们就能让心意自然流淌,文字自带温度。

### 1. 间接抒情:藏情于景,让心意悄悄“开花”

这是我们写真情作文最推荐的方式——不直接说“我很感动/难过/开心”,而是把情感藏进人、事、景物里,也就是本单元课文里一直提到的“融情于景”“借景抒情”。

比如我们写“开心”:放学路上,风都带着甜味,路边的小花也仰着脑袋冲我笑,连脚步都轻快得像要飞起来。又比如写“愧疚”:我攥着那张被我揉皱的试卷,不敢抬头看妈妈的眼睛。客厅的时钟滴答滴答地走着,每一声都像敲在我的心上。

读者通过文字想象画面,自然能感受到你的心情,这比直白抒情更动人。

### 2. 直接抒情:直抒胸臆,让心意畅快绽放

在文章的关键处,比如高潮或结尾,我们也可以把心里最想说的话直接写出来,像茶盖一掀,让最浓的香气一下子释放出来,起到画龙点睛的效果。

用在高潮后,强化情感。比如写“和朋友和好”:那一刻,所有的委屈和难过都烟消云散了,原来被人理解的感觉,这么温暖!

用在结尾处,升华情感。比如感激母亲的付出:原来妈妈的爱,从来都藏在这些细碎的瞬间里,我爱我的妈妈。

同学们,每一份真情,都是你独有的成长印记。不用刻意煽情,不用编造故事,只要你把心里的真实感受,顺着故事的脉络慢慢写出来,情感自然就在文字里开了花。

## 学生习作

### 窗明处,是成长

北仑区泰河学校 605 班  
罗依凡(证号 J26880533)  
指导老师:俞海珠

六年的校园时光,像一缕温柔的风,拂过梧桐树梢,也拂过我成长的每一寸足迹。回望那些细碎的日子,四年级那次班级大扫除如同藏在时光里的微光,见证我悄然成长。

彼时的我,总爱偷藏几分情性。那日午后,阳光斜斜洒进教室,全校大扫除的铃声响起,同学们都挽起衣袖忙碌起来。我被分派擦窗户,望着玻璃上蒙着的薄尘,心里先泛起了不耐烦,只觉得这是件又累又烦的差事。

我捏着抹布,随意在玻璃上滑了两下,草草抹去表面的浮尘,便丢下抹布,靠在墙角看着同学们奔波。有人弯腰收拾桌底的纸屑,不放过一丝细碎的垃圾;有人踮脚擦拭黑板,把粉笔痕迹擦得干干净净;有人细心整理课桌,让歪扭的桌椅排成整齐的队列。每个人都在为这间小小的教室用心付出,唯有我,置身事外,满心都是敷衍的懈怠。

这时,班主任轻轻走到我身边,没有责备的话语,只是拿起一块干净的抹布,蘸了清水,一点点擦拭余留的尘痕。她的动作轻柔又认真,连窗框缝隙里的灰尘,都细细擦净。阳光透过清亮的玻璃,洒下一片暖融融的光。

“你看,认真对待一件小事,眼前就会变得透亮,慢慢学着用心,就是成长。”老师的声音,像春日的细雨,轻轻落在我心上。我望着那块明净的玻璃,脸颊微微发烫。我重新接过抹布,浸湿、拧干,学着老师的样子,细致地擦拭每一块玻璃,从窗框到玻璃面,从显眼处到边角缝隙,耐心地擦去每一粒灰尘。抹布一点点变脏,玻璃却一点点透亮,阳光落在上面,折射出温柔的光斑,也照亮了我心底的改变。

擦完窗户,我又主动帮着同学收拾,汗水顺着额头滑落,沾湿了衣角,可心里满是从未有过的踏实与欢喜。当整间教室窗明几净,阳光温柔地铺满每一处角落。我看着亲手擦拭的玻璃,忽然懂得,成长不必惊天动地,点滴小事亦见蜕变。

### 记忆中的青团

北仑区岷山学校 607 班  
徐向贤(证号 J26803821)  
指导老师:张意君

在我们家,无论是谁,都对那美味的青团情有独钟,特别是我。每次得到那好吃的青团,都舍不得一口吃光,而是一小口一小口地细细品尝。因为这不仅是一道点心,更是舌尖上的家乡味儿。

每到那茶叶冒尖、细雨纷纷的时节,爷爷就背上竹篓,去后山上采摘艾草。凑近了闻,那碧绿的艾草混着朝露与阳光,香味独特。而爷爷每次背着一整篓的艾草归来时,奶奶便将艾草倒进木盆,细心挑拣。在灵巧的一摘一捻之间,老叶子便乖乖地落下,留下的只有艾草嫩绿的鲜芽。

再看另一边,爷爷正一边烧着水,一边制作糯米团。淡淡的糯米香瞬间就飘满了整个厨房。过了一会水开了,艾草下锅焯一下,再立刻捞起来,绿得更鲜亮了。奶奶把艾草放进石臼,爷爷举起一根半人高的木杵,“咚、咚、咚”地捣起来,沉稳而有节奏。我也举起木杵尝试起来。可还没捣两下,胳膊就酸了。奶奶笑着对我说:“慢工出细活,青团好吃的灵魂就是这样一下一下捣出来的。”

接下来,奶奶把捣好的绿泥与糯米团混合起来,揪下一块搓成圆球状,然后拇指一转,捏出一个小碗,再轻轻一收,一个青团就包好了。它平平无奇,里面却藏着家乡的味道和亲人的爱。

爷爷把包好的青团放入锅中,不一会儿,诱人的香气便扑鼻而来,把我馋得直流口水。揭开锅盖,我迫不及待地拿出一个青团,细细品尝。艾草的清香与豆沙的香甜混合在一起,带着浓浓的乡情,令人回味无穷。

青团不仅是一道美食,更是一种民俗的传承。让我们在享受美食的同时,把它传承下去,发扬光大。

### 一束温暖的光

北仑区小港实验学校 604 班  
黄婷婷(证号 J26808429)  
指导老师:林燕

生活中,总有那么一个瞬间,像阳光一样温暖着我们的内心。比如:清晨一句轻轻的问候,雨天一把贴心的雨伞,失落时一个温暖的拥抱。

那天放学的时候,我因为脚摔伤了,走路不方便,就想让大家先下去,等他们都走了,再自己慢慢地走下去。等了七八分钟后,人终于走光了,我扶着旁边的栏杆,一点一点地挪出了教室。看着面前长长的楼梯,我不禁心生胆怯,心想:“这么长的楼梯,我要走多久啊?”就在这时,旁边伸出了一双手,我回头一看,是小沈同学。她说:“你的脚摔伤了,下楼梯不方便,我扶你下去吧。”

看着那双手,我感觉一股暖流在我身体中流淌,温暖了我的内心。那双温暖的手扶住我,一个一个台阶地挪下去,在我站不稳时扶住我,在我体力不支时停下来等待,在我遇到困难时,帮助我渡过难关。

美好就像空气一样无处不在,只要你细心观察,就会发现身边有许多美好的人和事。生活中,一个小小的瞬间,足以如春天的暖阳般温暖我们的内心。我们也要像一束光,照亮别人的心。

### 一盘苹果

北仑区泰河学校 608 班  
陈思婧(证号 J26804112)  
指导老师:周庆庆

傍晚的光慢慢退下去。天边铺开一层淡橙色、像被水稀释过的颜料。几只归雁掠过,影子很轻。我放下书包,拿起手机。手指滑动,一条,又一条。声音很热闹,节奏很快,人也跟着放松下来。

奶奶把一盘苹果放在桌上。“来吃点。”她说,又说了几句零碎的话。我没有抬头,手指顿了一下,又继续滑。屏幕里的光一闪一闪,照在指尖上。“等会儿。”我说,语气有些硬。她没有再说话。

那盘苹果留在桌上,切口整齐,水分在灯光下泛着一点亮。过了一会,厨房传来水声。手机里的视频还在继续。笑声、音乐、夸张的表情,一层一层叠上来。只是忽然之间,声音变得有些远,像隔着什么。我把音量调大了一点,还是远。

我起身去接水,路过厨房。奶奶背对着我,弯着腰洗菜。水流不急,顺着菜叶往下淌。灯光落在她的手上,有一点发白。她每天都这样。很早出门,买菜,回来,一样一样收拾干净。

我站了一会儿,又回到客厅。手机还亮着。我坐下,却没有再滑。屏幕停在一张笑着的脸上,很夸张。

桌上的苹果还在。边缘已经微微发黄。我把手扣在桌上。厨房的水声停了。我走过去,说:“奶奶。”她应了一声,没有回头。我站在那里,停了一下,说:“刚才……我不该那样说话。”她这才转过来,看了我一眼:“学习累了,有点脾气也正常。”她说得很轻,像是在说一件不需要放在心上的小事。我点了点头。再回到桌前时,天已经暗下来。窗外没有什么颜色了,只剩下灯光。

那盘苹果还在。我拿起一块,慢慢咬了一口,很甜,也有一点点,来得晚的酸。



奉化区居敬小学 202 班  
马楚贻(证号 J26503086)  
指导老师:周静波