



2026年5月22日 星期五 责编:王妙妙 徐徐 审读:俞素梅

## 难忘的 厦门之旅

鄞州区首南第一小学604班  
冯梓昊(证号J26102012)

指导老师:俞培娜

“五一”假期,我和妈妈、外婆一起开启了一场美好又浪漫的厦门之旅。这段充满欢笑与惊喜的旅程,像一颗闪亮的珍珠,珍藏在我的记忆里。

第一天,我们先来到清静庄严的南普陀寺。走进寺院,只见香火袅袅升起,夹杂着淡淡的檀香,周围的树木郁郁葱葱,鸟儿在枝头轻声歌唱,环境格外清幽。随后我们乘船登上鼓浪屿,这座“海上花园”果然名不虚传。岛上绿树成荫,古老的榕树垂下长长的气根,像老爷爷的胡须轻轻摆动。漫步在古朴文艺的小巷里,海风轻轻吹拂着脸颊,带着淡淡的海水气息,路边小店飘来阵阵奶茶香,让人心情格外舒畅。

第二天的行程充满惊喜。我们来到集美学村,红砖绿瓦的特色建筑错落有致,阳光洒在屋顶上,像镀上了一层金边,别具风情。最让我兴奋的是体验了《千与千寻》同款的“海上列车”。当列车驶出隧道,一片蔚蓝的海面突然映入眼帘,波光粼粼的海水太美了。

第三天,我们去往漳州。远远看到古朴雄伟的客家土楼时,我不禁惊叹古人的智慧。圆形的土楼像巨大的城堡,厚厚的土墙历经风雨依然坚固,里面的木质结构精巧别致,历史悠久且造型独特。随后漫步“云水谣”古道,百年榕树枝繁叶茂,树荫遮天蔽日,潺潺流水叮咚作响,脚下的青石板路被磨得光滑,充满了江南古韵。

最后一天,我们乘坐帆船出海。船夫教我们拉帆绳,海风鼓起船帆,帆船乘风破浪向前驶去,溅起的浪花打在脸上,凉丝丝的。看着无边无际的大海,偶见几只海鸥在头顶盘旋,我深深感受到了大自然的辽阔与神奇。

这趟厦门之行,我不仅欣赏了如画的美景,还感受到了不同的风土人情,增长了见识。这真是一段充实又快乐的难忘回忆。

### 日落即景

鄞州区下应中心小学606班  
陈洛天(证号J26100421)

指导老师:周增雁

天空无边无际,无论什么时候都有壮观的景色,但是我最喜欢的是黄昏日落时的天空。

傍晚,太阳裹着一层厚厚的橙色外衣挂在了西边的天上。它收敛了白天耀眼的光芒,放射出暖黄色的光彩,这时的天空也悄悄地变成了淡灰色。太阳像一位慈祥的老爷爷,把大河染成金色,把田野也染成了金色,世界仿佛都变成了金色的。

太阳周围的云朵更是五彩斑斓,淡黄、浅橙、朱红,它们变换着颜色,把天空装饰得绚丽多彩,好像一幅美丽的画。

不一会儿,天空黯淡了几分,太阳只留下一点痕迹,一阵阵冷风袭来,我不禁打了个寒颤。再去看时,发现七彩云朵不知什么时候,已经悄悄地溜走了,取代它的是一片淡墨色的云,只有太阳还顽强地站立于西方。

这时,夜晚天空的主人——皎洁的明月升上了天空。它俏皮地望着未落山的太阳,将洁白的光辉洒向大地,夕阳急忙披上灰色的大衣回家了。

日落真美,它的美虽如昙花,却能震撼人心!

组稿老师 方芳

### 寄往21岁的信

鄞州区东南小学海晏路校区607班  
史嘉悦(证号J26107115)

指导老师:李晓飞

亲爱的10年后的我:

你好呀!

此刻是2026年的4月,我正坐在小学六年级的教室里写这封信。窗外阳光明媚,金色的光斑透过梧桐树叶的缝隙,在课桌上投下斑驳的剪影,风里已经悄悄带上了初夏的味道。

现在的你,应该已经21岁了吧?那个关于“为日漫配音”的梦想,你坚持下来了吗?现在的你,是不是已经坐在专业的录音棚里,为你热爱的角色赋予声音?你考上心仪的大学了吗?是不是依然痴迷于那些天马行空的科幻小说?我有太多太多的问题想要穿越时空去问你,你可千万不要嫌现在的我啰嗦哦!

再说说现在的我吧。临近毕业,离别的倒计时悄然开始。人们常说,告别是人生必修的课题,我想或许真的是这样。尽管未来的路还很长,生活中也藏着无数种可能,但毕竟与这里朝夕相处了六年,真要挥手说再见,心里难免泛起酸涩的不舍。

九月的风会吹进新的校园,我会看见更广阔、更湛蓝的天空,但我也将不再是以小学生的身份重返这里。想到这,真的好难过啊!

我时常会幻想,十年后的世界会不会变得更加神奇?人类是否已经解决了星际移民的难题,实现了真正的太空旅行?如果你能透过时光看到现在的我,会不会欣慰地笑着摸摸我的头?

纸短情长,就不多唠叨啦。但请你一定记住:无论10年后的你身在何处、正在做什么,请永远保持对世界的好奇,千万不要变成自己曾经讨厌的大人呀!祝

万事如意,永远心怀热望!

11岁的你

2026年4月27日

### 运动会

宁波市行知实验小学601班  
梁吕喆(证号J26108635)

指导老师:汪洁

热浪滚滚,生机勃勃。在这充满热情与活力的季节中,一年一度的运动会也拉开了序幕。而我最期待的是跳高比赛。

横竿从低到高慢慢上升。选手们个个激动无比、精神抖擞。和煦的阳光伴着运动员助跑、起跳、腾空、落地。动作轻盈又流畅,赢得了花草的阵阵掌声。可是我越来越紧张,心也提到了嗓子眼,暖风吹在手上,却沁出了微微冷汗。

终于到我了。我定了定神,目视前方那根闪着光的横竿,冲了出去。风也裹着花香在我身后追赶。临近横竿,我猛地蹬地起跳,身体腾空而起,像一只迎着胜利飞翔的小鸟,在空中划出一道优美的弧线,稳稳地越过了横竿,落地时还带起一阵带着花香的微风。

随着高度不断增加,难度也越来越大。有几次我碰落了竿子,看着地上的横竿,心里打起了退堂鼓。身旁的花枝无精打采,连树上的小鸟也像在纷纷议论着。可身旁的妈妈、老师、同学向我投来鼓励的目光,我顿时又充满了力量。我用力地咬了咬牙,再次助跑、起跳,终于跃过了1.03米的新高度。

当最后一次尝试结束,我望着那根曾让我忐忑又向往的横竿,心中充满了释然与骄傲。这次跳高让我明白了:成长从来不是一蹴而就的飞跃,而是每一次向上尝试的勇气。只要心怀向上的勇气,每一次腾空,都是在为生命书写更辽阔的篇章。

### 温暖的“灯”

北仑区泰河学校603班  
顾伊诺(证号J26808241)

指导老师:张庆燕

妈妈的微笑,为我点亮了一盏照亮未来的“灯”。

记得那天,太阳暖洋洋地照进屋子,可我却觉得寒风刺骨。我无精打采地趴在书桌上,脑子里浮现出昨天老师批评我时愤怒的样子。

突然,门“吱呀”一声被打开了,一只温暖的手放在了我的肩上。我扭头一看,是妈妈。我看到妈妈那张恬静的脸,不禁鼻子一酸,失声痛哭起来。妈妈温柔地问:“怎么了?为什么哭啊?”我小声嘟囔着:“老师昨……昨天批……批评我了。”妈妈摸了摸我的头:“被批评是难免的,只要努力,不放弃,总能收获好结果。”她的脸上带着笑容,眼睛和眉毛弯成了月牙,嘴角上扬着,露出她那雪白的牙齿。那一刻,我心中的阴霾烟消云散,妈妈的微笑像一股暖流向我袭来,化作了一盏照亮未来的“灯”。

这盏温暖的“灯”,会一直伴在我身边,陪我跨过泥泞,迎接美好未来。

### 一碗鲜汤,寄我乡情

北仑区泰河学校608班  
孙雨辰(证号J26803928)

指导老师:周庆庆

宁波,是一座依偎在东海之滨的古城。它有一种味道,不张扬不浓烈,却如春雨润物般,深深镌刻在每一个宁波人的血脉里,就如雪菜黄鱼汤。

清晨的渔市,海风裹挟着淡淡的咸腥味,那是大海的气息,也是家乡最亲切的问候。摊位上,身披金鳞、鲜活灵动的小黄鱼身上还带着东海浪花温度。妈妈说,唯有最新鲜的黄鱼,才能熬出最纯正的鲜醇滋味。一旁的雪菜,翠绿鲜嫩,历经盐渍与发酵,沉淀出独有的清爽醇香,承载着江南水乡的烟火诗意。

回到家,在妈妈的指导下,我开启了这段与美食的对话。洗净鱼身,控干水分,起锅烧油,将鱼缓缓放入锅中,刹那间,“滋啦”一声脆响,油脂与鱼肉相拥,金黄的色泽渐渐浮现,鲜香悄然弥漫。姜片与料酒入锅驱散腥膻,只留纯粹本味。

最动人的时刻,莫过于注水煮汤。滚烫的开水倾泻而下,大火煮沸,汤汁渐渐化为奶白色,细腻浓稠。随后放入雪菜,二者完美交融,黄鱼的清鲜与雪菜的咸香交织缠绕,在锅中翻滚。片刻之后,汤品出锅,白瓷碗中,乳白汤汁温润如玉,金黄色肉鲜嫩细腻,翠绿的雪菜点缀其间,宛如一幅精致的江南水墨画。轻舀一勺,汤汁入口,鲜而不腥,清而不淡,醇厚绵长;鱼肉嫩如凝脂,入口即化,满是东海的清甜;雪菜脆嫩爽口,解腻提鲜,回味悠长。

这一口,是岁月的沉淀,更有家乡的温柔。作为宁波儿女,无论身在何方,只要想起这碗汤,便永远记得,自己来自这片温润多情的东海之滨。



### 我的拿手好戏

北仑区岷山学校605班  
黄子乐(证号J26808067)

指导老师:何伟

窗明几净的教室里,阳光斜斜地落在米白色的宣纸上。我握着一支兼毫笔,指尖稳稳抵住笔杆,气定神闲地悬起手腕,从容不迫地在宣纸上游走。转腕、顿笔、回锋,一个挺拔的“永”字便落在纸上,带着墨香的笔画里,藏着我得意的拿手好戏——书法。

与书法结缘,要从小学二年级说起。那时班里办“小小书法家”展览,看着展板上或娟秀灵动、或刚劲有力的字,再低头看自己歪歪扭扭、像毛毛虫爬过的作业,我心里又羡慕又不服气。回到家,我便缠着妈妈给我报了书法班。第一次走进墨香萦绕的教室,我满心欢喜,每天放学回家都先铺开毛毡,蘸着清水在仿宣上反复练习横平竖直,连写作业时,也刻意把每个字都写得端端正正。

可新鲜劲一过,枯燥就找上门来。连着几周,老师只让我练“一”“上”“下”这些简单的基础笔画,翻来覆去的横竖撇捺,连字帖都是印着田字格的大字。我越写越不耐烦,握着笔的手指开始发酸,笔尖也总不听话,要么一顿就戳出墨点,要么一拉就歪歪扭扭。

老师发现了我的烦躁,他没有批评我,只是拉着我走到窗边的兰花前,指着叶片说:“你看这兰叶,看似柔弱,却能在风里站得笔直,因为它的根在土里扎得深。写字也一样,把基础练扎实,笔杆才能拿稳,笔画才能立住。”说着,他拿起我的笔,掌心贴着我的手背带着我写。他的指腹温暖而有力,带着我感受笔尖在纸上的摩擦力:“起笔要轻,像春风拂过纸面;行笔要稳,像挑着担子走山路;收笔要顿,像踩实每一步台阶。”

那天之后,我沉下心来,每天对着字帖描摹。我把“一”字拆成“起、行、收”三个动作,感受笔尖与纸面的细微摩擦;写“竖”的时候,悬起手臂让肩膀发力,直到胳膊酸得抬不起来也不停。为了练“永字八法”,我把字帖压在玻璃板下,对着灯光看笔画的粗细变化,连吃饭时都拿着筷子在空中比划。渐渐地,横不再是僵硬的直线,竖也有了挺拔的骨力,撇捺像飞鸟张开的翅膀,带着舒展的弧度。

一次学校艺术节,我报名参加了现场书法比赛。站在铺着红绒布的桌前,我深吸一口气,铺开洒金宣纸,用镇尺压牢四角。砚台里的墨汁泛着温润的光泽,我提起笔,先在废纸上试了试笔锋,确认流畅后,才蘸饱墨汁,对准第一个字的起笔位置。

“静以修身,俭以养德。”我手腕轻转,笔尖在纸上落下,起笔藏锋,行笔稳健,收笔回锋。墨汁在宣纸上晕染出恰到好处的浓淡,“静”字的青字旁舒展雅致,“争”部的横折钩刚劲有力;“俭”字的单人旁挺拔如松,“金”部的笔画错落有致。阳光穿过礼堂的玻璃,落在纸上,让每个字都泛着柔和的光。评委老师走到我身边,指尖轻轻点着纸面:“这字有筋骨,有气韵,看得出下了苦功夫。”那一刻,我看着宣纸上的字,它们不再是冰冷的笔画,而是带着温度的精灵,是我无数个日夜与墨纸相伴的见证。

书法不仅成了我的拿手好戏,更教会我:真正的从容,从来不是一蹴而就的潇洒,而是千锤百炼后的笃定。就像每一笔横平竖直,唯有沉下心来打磨,才能在纸上站稳脚跟,在人生里走得扎实。

### 动漫

鄞州区钟公庙实验小学203班  
周予希(证号J26101270)

指导老师:陆丽颖