



2026年5月22日 星期五 责编:王妙妙 徐徐 审读:俞素梅

## 爬山感悟

北仑区泰河学校312班  
杜佑泽(证号J26809287)

今天,我和爸爸一起去爬山。刚到山脚,我就被眼前的美景吸引住了。阳光透过树叶的缝隙照在地面上,像给大地撒了一地碎金。

一开始,我脚步轻快,像一只活泼可爱的小兔子,蹦蹦跳跳地走在最前面,一会儿摘树叶,一会儿追飞虫,觉得爬山真是一件轻松又有趣的事。

可到了半山腰,我的腿开始发酸,呼吸也变得急促起来,脚步越来越沉重。我忍不住心里打起了退堂鼓:“爸爸,我爬不动了,我们回去吧?”爸爸笑着说:“再坚持一下,山顶的风景可美了。”我听了爸爸的话,喝了一口水,深吸一口气,重新鼓起劲儿往上走。

终于爬到了山顶,放眼望去,整个城市尽收眼底,像一幅美丽的画。微风吹拂着我的脸,所有的疲惫都烟消云散了,心里充满了说不出的快乐和自豪。

我明白了:做任何事情,只要不放弃,坚持到底,就一定能成功!这真是有意义的一天!

## 一次有趣的爬山

鄞州区东湖小学204班  
施想(证号J26103801)  
指导老师:叶姮波

晴朗的一天,我们一家人去爬山。站在山脚向上望去,山顶凸起的两座山峰挨在一起,像巨人的两根手指,我给它取名“二指山”。

刚开始爬,抬头看“巨指”,感觉十分遥远。爬了一会儿,再看那山顶,感觉“巨指”越来越大,目标也越来越近了。汗水从我鼻尖滴下来,虽然很累,但我还是坚持爬到了山顶。从山顶往下看,盘山路上的汽车像正在搬家的蚂蚁,有序地往前“爬行”。远处有连绵不绝的青山,山脚下有弯曲的小河,就像诗句“青山横北郭,白水绕东城”的景象。

下山的过程中,我看到山下的汽车和房子越变越大,行人也逐渐变得清晰。爬山不仅锻炼了身体,还能欣赏到不同的美景,真是太有趣啦!

## 长隆动物园之行

鄞州区宋诏桥小学101班  
王梓宸(证号J26108609)  
指导老师:崔红娜

今天,我们一家人去广州长隆动物园玩!好不容易进了园,我们迫不及待坐上了观光小火车。

小火车缓缓开动,我们先看到了可爱的长颈鹿和斑马。它们正低着头,悠闲地吃着青草,样子别提多开心啦!接着,我们又看到了威风凛凛的白虎,它纵身一跃,“扑通”一声跳进水里,看起来兴奋极了!

中午,我们又看到了好多有趣的动物,其中就有聪明的大猩猩。妈妈告诉我:“人类和大猩猩有着共同的祖先哦。”

这一天,我们看到了好多可爱的动物,玩得特别尽兴。直到傍晚,我们才依依不舍地离开动物园,开开心心地回家了。

## 挑战绝望坡

北仑区绍成小学311班  
张夏霖(证号J26805727)  
指导老师:周妙雯

今天,风和日丽,正是登山的好时节。我和爸爸妈妈约上好朋友,一同向着九峰山旁的将军庙二坡出发。

抵达山脚,我们便迫不及待地向着山坡奔去。起初的山路平缓易行,我们有说有笑,很快就登上了第一座山顶,还分享了一根香气扑鼻的烤肠,补充了能量。正当我们欣赏风景时,几位身着专业登山服、装备齐全的叔叔阿姨引起了爸爸的注意。他上前好奇地问道:“师傅,你们这是要去挑战哪段路线呀?”“我们要去绝望坡,那可是北仑较险峻的一段山路,很多人都望而却步呢!”一位叔叔笑着回答。我和好朋友一听,顿时来了兴致,决定跟上他们的脚步,挑战一下自我。

来到绝望坡入口,我们才真正理解了“绝望”二字的含义。眼前的山路陡峭得近乎垂直,裸露的岩石在阳光下泛着冷光,仿佛在向我们挑衅。我深吸一口气,用微微颤抖的手紧紧握住登山杖,另一只手则牢牢攥住爸爸的手掌,小心翼翼地迈出步伐。

山路崎岖难行,每一步都要耗费巨大的力气,让我气喘吁吁。眼看好朋友已经领先了一大段,我也不甘示弱,咬紧牙关,一步一个脚印向上攀登。突然,脚下一滑,身体瞬间失去平衡,幸好爸爸及时拉住了我,真是有惊无险!“别怕,稳住节奏,你一定可以的!”爸爸妈妈的鼓励像一股暖流,给了我继续前行的力量。

经过一番艰苦的跋涉,我们终于成功登顶!大家都瘫坐在地上,大口喘着气,双腿酸痛得几乎失去了知觉。山风呼啸而过,吹散了满身的疲惫。我们对着连绵的群山和脚下的城市放声呐喊,那声音在山谷间久久回荡,激起层层回声,仿佛是大自然对我们勇气的回应。

这次挑战绝望坡的经历,不仅让我领略了“会当凌绝顶,一览众山小”的壮阔,更让我明白了:只要心怀勇气,脚踏实地,再险峻的山峰也能被我们踩在脚下。这真是一次令人难忘的登山之旅!

## 景德镇的陶瓷奇遇

北仑区华山小学103班  
谢萌(证号J26803680)  
指导老师:钟锋

大年初四,我和爸爸妈妈来到了美丽的江西景德镇,开启了一场充满趣味的陶瓷观赏之旅。

一到陶艺体验区,我就迫不及待地动手创作。我想捏一只花形的碗,泥土在我手中却不太听话,好在有老师耐心指导。我一点点修整、塑形,终于做出了自己满意的花碗。看着亲手制作的半成品,我满心期待它经过高温烧制后的模样。

之后,我们漫步在街边的小摊子前,各式各样的陶瓷工艺品琳琅满目:可爱的小兔子、乖巧的小猫、栩栩如生的小萝卜……每一件都小巧精致,让人爱不释手。

亲手做陶瓷的新奇、逛市集的快乐,都深深印在我的心里。这真是一次难忘又有意义的旅程!

## 春假之旅

北仑区华山小学101班  
王子俊(证号J26805377)  
指导老师:贺赛云

放春假了,好开心!妈妈带我去杭州玩。

一到杭州,我就约上好朋友卡卡到“泡泡米”玩。泡泡米好大!里面的游乐设施多到我眼花缭乱。我们先去游戏区,里面的游戏可真多!我迫不及待按动键盘玩《我的世界》,不一会儿就被怪物打败了。然后我又变身洗车工,身穿洗车衣,手拿泡沫枪,从车头喷到车尾,红车子变成了圆滚滚的白色蘑菇,再用抹布擦一遍,最后用高压水枪喷洗,把车子洗得亮晶晶,妈妈夸我真厉害。

第二天,我去了丝绸博物馆。看着那些五颜六色的衣服,我明白了一件丝绸衣服来之不易。“春蚕吐丝终不悔,只为人间作衣裳。”

第三天,我又去了“心跳乐园”。最刺激的是“极速飞车”,从山顶一下子滑到地面,我的头发都飞起来了,嘴巴尖叫着。最有趣的是摇晃的玻璃栈道,我边走边跳,可爸爸吓得不敢走。哈哈,我知道爸爸的弱点了。

这次的杭州之行我一直留在我的心里。

## 动物园

北仑区华山小学103班  
彭奕惟(证号J26809897)  
指导老师:钟锋

春假来了,妈妈带我去红山动物园玩。我们先去了非洲区。哇!长颈鹿的脖子好长呀,比斑马长多啦!斑马穿着黑白条纹的“衣裳”,站得整整齐齐,真神气。

后来,我们又看了好多动物。两只白眉长臂猿在树上荡秋千,小长臂猿紧紧跟着妈妈,一刻也不离开。大熊猫坐在石头上,“咔嚓咔嚓”啃着竹子,吃得真香!不远处,考拉趴在树枝上,慢悠悠地嚼着树叶。它们都是可爱又贪吃的小家伙。

夕阳西下,我们才恋恋不舍地离开。那天玩得真开心,红山动物园的小动物们太可爱啦!

## “院士中心”之旅

鄞州区学士小学311班  
裘佳萱(证号J26100306)  
指导老师:朱志娅

“迟日江山丽,春风花草香。”在这春意盎然的季节里,我们坐上大巴车,来到了宁波院士中心。

走进院士中心,一条长长的走廊展现在我们眼前。老师告诉我们,这条走廊有600米长,墙上挂着172位来自全国各地院士的照片和介绍。我们还玩了院士配对游戏,认识了许多优秀的科学家。

我们体验了四足仿生机器人互动,参加了八角机器狗比赛,还操作了足球无人机,每一项都特别有趣。

最让我激动的是马德堡半球实验。老师从每个班挑选了几位同学上台参与,我也幸运地被选中了。我们用力拉着两个半球,手都拉红了,可怎么也分不开。原来大气压力这么神奇,让我大开眼界。

做完这个实验,老师又给我们表演了“武林秘籍”火焰掌,手上燃起火焰却毫发无伤,我们都看得目瞪口呆。

最难忘的是干冰遇到热水的实验。老师把热水倒进干冰里,整个舞台上就像在腾云驾雾一般。同学们欢呼着跑上去,伸手去抓白雾,教室里顿时充满欢声笑语。

这次春游,我不仅玩得开心,还学到了很多科学知识,真是一次难忘的经历。



## 弯弯的小路

鄞州区钟公庙实验小学504班  
盛可歆(证号J26102491)  
指导老师:陈怡

## 难忘的春游

鄞州区下应街道中海小学101班  
叶宇彬(证号J26880499)  
指导老师:王静儿

春天来了,老师带我们去天宫庄园春游,我开心得跳了起来!

我们先去了植物园。里面的植物真神奇,有高高的大树,还有我叫不出名字的小花。叶子有的圆圆的,有的长长的,像一把把小扇子,我都看入迷了。

接着,我们去玩迷宫。迷宫里的路弯弯绕绕的,我和小伙伴手拉着手,小心地往前走,终于找到了出口,真是太有趣啦!

午饭前,我们一起做青团。绿绿的糯米粉黏黏的,我用力捏呀捏,把咸菜笋包进去,再搓成圆圆的团子。可是青团太黏了,我的小手都粘在一起,分不开啦,逗得大家哈哈大笑。

下午,我们看了超神奇的科学实验。叔叔让我们把泡沫洗洁精涂在手上,然后点燃火。哇!手上有火苗在跳舞,却一点都不烫,我惊讶地张大了嘴巴。

这次的天宫庄园之旅,我不仅认识了神奇的植物,玩了迷宫,做了青团,还看了好玩的实验,真是难忘的一天!

## 游西湖

奉化区岳林中心小学204班  
卓彦桥(证号J26504195)  
指导老师:朱栌斐

假期里,爸爸妈妈带我去美丽的西湖游玩。

西湖的风景真是美不胜收。湖水清澈见底,就像一块晶莹剔透的绿宝石。微风吹过,湖面泛起层层细碎的波纹,在阳光的照耀下闪闪发光,好看极了。

湖边热闹非凡。人们悠闲又自在:有的人在吹笛子,悠扬的笛声随风飘荡;有的人在拉二胡,动听的曲子吸引了好多路人驻足;还有的人在打鼓、放声歌唱,清脆的歌声传遍湖边。大家有的慢慢散步,有的轻快跑步,还有的在开心地跳舞,到处都是欢声笑语。

我坐上游船,船慢慢推开湖水,凉凉的微风轻轻拂过我的脸颊,带着淡淡的清香。我低头看见清澈的水里,偶尔有小鱼悄悄游过;抬头望去,岸边的柳树垂下柔软的枝条,远处的青山、亭子全都倒映在水里,好像一幅会动的山水画。我悠闲地欣赏着眼前的西湖美景,耳边是轻柔的水波声和人们的欢声笑语,心里舒服极了。看着这如画的景色,我不由得想起了一句诗:“欲把西湖比西子,淡妆浓抹总相宜。”

天色渐渐暗了下来,我恋恋不舍地离开了西湖。西湖的美景深深印在了我的心里,真期待下一次,还能再来细细感受西湖的温柔与美丽!



鄞州新蓝青学校106班  
闵子修(证号J26103467)  
指导老师:张晗珠