2026年11月13日 星期五 责编:徐徐 王妙妙 审读:俞素梅

绚烂的秋

高新区实验学校新晖校区401班
戴维宸(证号J26084283)
指导老师:房筱纭

经过一季的奔波,疲惫的夏走下舞台,秋即将登场。可夏还心有不甘,在秋赶来的路上,悄悄捣乱,把最后的热浪泼洒在大地上。

秋还是如约而至。昨晚下了一场秋雨,清晨一推开门,一股清爽的凉意迎面扑来。正所谓“一场秋雨一场寒”,我赶紧添上外衣。

公园里,枫叶红得热烈,银杏叶黄得透亮,褪去了夏天的浓绿。

丰收的果园里,五彩缤纷的水果让人眼花缭乱:金黄的香蕉、红彤彤的苹果、深蓝的蓝莓……这些果实仿佛是大自然的颜料,把果园变成一块名副其实的“画板”。

远处的山林,常常云雾缭绕,层林尽染,像一幅五彩画卷铺在山坡上。

深浅不一、五彩斑斓的秋色,真让人喜欢!

“节俭达人”奶奶

余姚市第二实验小学北校区501班
王洽伊(证号J26409356)
指导老师:鲁飞飞

我的奶奶是家里有名的节俭达人,平时总被我笑称“抠门”,可她藏在日常里的这份朴实,让我打心底里敬佩。

上次我洗完手急着去拆快递,没把水龙头关紧,水一滴滴往下漏。奶奶在厨房听见动静,快步走过来,把水龙头拧紧,回头拉着我到阳台,指着排成一排的空塑料桶说:“平时淘米洗菜的水我都攒着浇花、冲厕所,白花花的清水这么浪费多可惜。”

我过生日,爸爸妈妈本想订个百元的动物奶油大蛋糕,奶奶连忙拦下来。她自己在厨房揉面、熬蜜豆,忙了一下午,端出一屉胖乎乎、撒满红枣碎的寿桃包,笑着说自家做的低糖又香软,一点儿也不浪费。

可上个月村里号召给山区孩子捐物资,奶奶最先拎出收拾齐整的一大包全新厚棉衣。原来奶奶的节俭不是小气,而是把心意和富余的暖意,送给了更需要的人。

我的“搞笑王”爸爸

鄞州区钟公庙实验小学403班
谢晏宁(证号J26101641)
指导老师:毛雨婷

我的爸爸是个名副其实的“搞笑王”。虽然他是一名忙碌的公司职员,但只要在家,总能变着法子逗我开心,让家里充满欢声笑语。

有一天,刚吃完午饭,爸爸就神秘兮兮地拿出一张纸,上面写满了山寨品牌的名字。一个个奇怪的名字从他嘴里蹦出来,滑稽极了!我被逗得前仰后合,爸爸也笑得眼睛眯成一条缝,嘴角高高上扬,眉头都笑出了小褶子。

还有一次,我想吓唬爸爸,悄悄躲到他身后,对着他的耳朵“汪汪”大叫。没想到他纹丝不动,我忍不住抱怨:“能不能配合一下?”爸爸立刻夸张地颤抖着说:“我好怕!”我俩瞬间开怀大笑,笑声差点把屋顶都掀翻了。

爸爸不仅幽默,还特别爱干净,每天都要洗头。有一次我打趣说:“既然这么爱干净,不如剃个光头呗!”他幽默地回应:“低调,我才不要太亮眼!”

这就是我的爸爸,一个幽默的“搞笑王”。他用快乐感染着家里的每一个人,让我们的日子温暖又幸福。

运动健将

宁波前湾慈吉外国语学校6C班
吴涵煊(证号J26880604)
指导老师:刘开薇

生活就像一幅多彩的画卷,里面藏着各式各样的人。最让我佩服的,是我的表哥,一位在球场上闪闪发光的运动健将。

表哥身材挺拔,皮肤是健康的小麦色,眼神坚毅。他羽毛球打得特别厉害,这份本事不是天生的,而是练出来的。一个周末我去找他,刚到楼下就听见“啪、啪”的击球声。推开门一看,表哥正对着墙练发球,额头上的汗水顺着脸颊往下滴,球拍上的线都磨出了毛。看见我,他抹了把汗说:“再练二十分钟,手感刚好呢。”

上个周末,我去看他参加羽毛球比赛。赛场上,他手握球拍,眼神像鹰一样紧盯对手,微微屈膝,身体前倾,专业又专注。对手发高远球,表哥追踪球迹,猛地起跳,球拍快得带出风声,“啪”的一声,羽毛球直射对方角落,对手来不及反应,球已经落地。“好球!”观众席沸腾了,掌声雷动。表哥落地后攥紧拳头,眼睛亮晶晶的,对着教练比了个“耶”,小声喊:“就这么打!”

夕阳把球场染成暖金色,表哥擦着汗水朝我走来,笑容比阳光灿烂。我明白,“运动健将”的称号,是无数次清晨挥拍、傍晚奔跑换来的。他挥动球拍的样子,是我心里最耀眼的风景,也让我懂得:只要肯努力,每个人都能成为自己领域里的“健将”。

星星送来的运动约定

鄞州区惠风书院306班
李沁锡(证号J26104545)
指导老师:顾颖雯

小松鼠果果最爱躺在树杈上看星星。这天夜里,一颗亮晶晶的星星从天上飘下来,原来是航天员叔叔发来的视频信。

屏幕里,叔叔在空间站的跑步机上跑步,腰上系着带子,像只飘起来的袋鼠。果果笑出了声:“在太空也要上体育课吗?”叔叔说:“当然啦!身体不动,骨头和肌肉就会悄悄溜走。我们每天都要锻炼两个多小时,身体棒才能探索太空。”

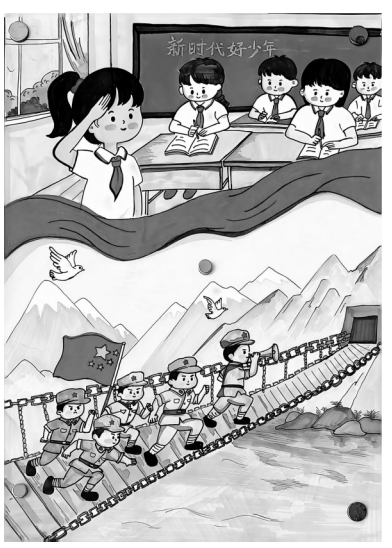
果果摸摸软软的肚子,想起自己跑三步就要喘气,脸红了。第二天一早,他找来松果串当跳绳,在草地上跳起来。小兔子、小刺猬看见了,也跑来一起跳,树枝上的麻雀当裁判,大声数着:“一、二、三……”

一个月后,森林运动会开始了。果果跳绳得了第三名。虽然只是第三名,可他不再喘气,爬树也快了,妈妈夸他像换了一个人。果果把奖牌挂在窗前,望着星空说:“叔叔,我在‘地面空间站’也天天锻炼!原来流汗一点也不可怕。”

夜里,星星眨了眨眼睛,好像也在为他点赞。果果想:健康第一,坚持运动,幸福就像种子,在汗水里悄悄发芽。

新时代好少年

高新区实验学校新晖校区206班
梁乐欣(证号J26085810)
指导老师:陈旭宁





少年逐梦 向阳而生

海曙第三外国语学校405班
吴林紫宸(证号J26009488)
指导老师:周杨迪

柿子

余姚市长安小学503班
倪智涵(证号J26406967)
指导老师:毛文红

柿子是秋天的信号灯。秋风起,树梢的柿子如同一个个风铃,奏响秋日赞歌。

柿子是美丽动人的。刚结的果子是青涩的,如同仙女洒下的一颗颗绿宝石,镶嵌在大山的怀抱中;过了一些日子,果子由绿变成橘黄,好像落日的余晖给山间染色;等到完全成熟,一个个橙红的柿子犹如娇滴滴的少女,脸颊泛起红晕。这个过程并非一蹴而就,而是像画家在调色盘上精心调配秋色。

柿子林勾画的不仅是深情的秋景,更是藏在红果里的丰收喜悦。择一个红润、稍软的柿子,揭开柿蒂,轻轻掰成两半,亮黄色的浓汁如山泉般涌出来,猛吸一口,满口是秋天的味道。还有一种柿子,个头稍大,硬而脆。削去外皮,咬下一大口,一声“咔嚓”的脆响在耳边炸开,淡淡的草木清香四散开来。除此之外,还可以把新鲜柿子用棉线穿起,悬挂在屋檐下。柿子在风中摇曳,想吃的时候取下一个,口感绵密,甜入心扉。为了解腻,适合配茶同食。每一口,都像在品尝秋天的灵魂,让人欲罢不能。

柿子在树上酝酿风味,在风中积淀糖分。我们也要像柿子一样,厚积薄发。

秋日的桂花

高新区实验学校新晖校区402班
郭柏谦(证号J26083531)
指导老师:俞春丽

这周末天气凉爽舒适,晚风轻轻柔柔。写完作业,爸爸带我去小区散步放松。天边飘着淡淡的晚霞,给周围染上一层暖暖的柔光。

我们慢悠悠走在小道上,风儿调皮地拂过我的脸颊,吹得路边小草向我弯腰。走着走着,一阵清甜的香味朝我飘来。我四处张望,原来是路边的桂花悄悄开了。

小小的桂花躲在绿叶丛中,害羞地探出小脑袋,一簇簇挤在一起,说着悄悄话。爸爸告诉我,桂花是秋天最美的信使,它们虽不起眼,却努力释放甜甜的香气。微风拂来,桂树轻轻摇晃,这一刻,我真切感受到秋天温柔又美好的风景。



书法

鄞州区惠风书院310班
胡璟希(证号J26107073)

桂花

高新区实验学校新晖校区206班
陈原也(证号J26085520)
指导老师:陈旭宁

秋天到了,满园的桂花开了。

远远望去,一丛丛金黄色的桂花像一颗颗灵动的小星星,躲在绿叶中间,又像一个个圆滚滚的黄色小棉球,挂满树梢。翠绿的叶子托着一簇簇小花,热闹极了。

桂花的花瓣小小的、圆圆的,软软嫩嫩的。我站在树下,轻轻摇一摇树枝,张开手掌等着。桂花纷纷飘落在掌心,像一层细细的棉花铺在手上,柔软细腻。指尖轻轻一碰,薄薄的花瓣轻盈极了,生怕稍稍用力就把它捏坏,让人不忍心松手。

一阵风吹过,桂花甜甜的香气扑面而来,悄悄钻进我的鼻子,整个人都觉得轻松舒服。

小小的桂花不起眼,却带着秋天甜甜的味道。我爱这可爱的桂花,更爱这香气满满的秋天!

观《群星闪耀时》有感

鄞州区钟公庙实验小学404班
应孜卓(证号J26997058)
指导老师:蒋静依

暑假里,妈妈说要带我去看《群星闪耀时》。我好奇地问:“妈妈,这是讲明星的电影吗?”妈妈笑着说:“不是啦,这是一部科幻片,讲的是咱们中国人的故事,还是一个穿越时空的温暖故事呢!”听完,我心里十分期待,真想立刻冲进电影院观看。

电影一开始,银幕上出现一大片深蓝色的天空,老上海在雾里若隐若现。外滩的大钟“铛——铛——”地响着,远处传来轰隆隆的雷声,电报机“滴滴答答”响个不停,一下子把我拉进紧张又神秘的世界。镜头切换很快,音乐越来越急促,我很快沉浸在故事里。

原来,电影讲的是2035年,一位航天员在太空中遇险,意外收到1970年“东方红一号”卫星发来的信号,和几十年前的中国科学家取得了联系!那时候科技还很落后,没有先进的计算机,可科研前辈们没有放弃。几千人一起,靠着一把把算盘日夜计算航天器轨道,最后帮航天员找到了逃生路线。看到这里,我恍然大悟:电影名字里的“群星”,不是天上的星星,而是这些默默无闻、埋头苦干的科学家!

电影里一句话让我印象很深:“只要心中还有光亮,就没有克服不了的困难。”我心里一震,由衷敬佩这些前辈。他们像钱学森、华罗庚爷爷一样,用汗水和坚持,铺出中国航天的道路。我们如今安稳上学、幸福生活,离不开一代代人的付出。想到这里,我有些脸红,平时遇到难题我总想着退缩,以后我不能这样了。

“少年强则国强!”我暗暗下定决心,要好好学习科学知识,不怕困难,像那些“群星”一样,长大以后为祖国贡献一份力量!