



兔年大吉
实验小学106班小记者 俞文然

运动使我成长

锦屏中心小学301班小记者 汪艺屹

“运动是生命中最重要的一部分。保持运动,我们才能健康成长。”妈妈老是这些话挂在嘴边。每次听到,我总是猛翻白眼,表示拒绝。可妈妈是一位固执的人,化作“家庭警察”,督促我认真运动。

我迫于无奈,只得老老实实地执行。可一看妈妈所制定的运动生活表,我顿时傻了眼。表里并没有跑步、跳绳等令人讨厌的项目,而是跟着刘畊宏跳健美操!这让我对运动开始期待起来。

换好运动服,打开直播,只见刘教练在直播间随着节奏,舒展身形,轻盈畅快,热情洋溢;直播间外,我和妈妈沉浸其中,有样学样,气喘吁吁,大汗淋漓。我的身体好像在打架,手有手的想法,脚有脚的理解,根本不听大脑的指挥。虽然很累,但是我和妈妈一直相互鼓励,咬牙坚持到最后。

转眼寒假已过大半,由于坚持运动,我感觉身体越来越棒,周围都是“小阳人”,我居然进入了“决赛圈”。运动的方式多种多样,跟着直播跳健美操,又何尝不是一种有益的选择呢!

到现在,我越来越觉得妈妈讲的有道理。保持运动,成长的又何止是身体呢,更有我的心灵。

指导老师 宋晨

小仓鼠

居敬小学204班小记者 潘骏泽

我们家迎来一个新的家庭成员——小仓鼠。它是外婆和弟弟从花鸟市场买来的。

小仓鼠的身体圆滚滚的,全身灰白色的毛像一个毛线球。它有一对又尖又小的耳朵,一双黑宝石一样的小眼睛,十分可爱。

它很爱运动,我们给它买了一个大别墅。在一楼安装了一个大飞轮,在与二楼的连接处,安装了一座滑梯。最近我和弟弟起床后就去看看小仓鼠。有时候它一边跑步,一边晒太阳。有时候它爬上爬下玩得不亦乐乎。

小仓鼠虽然很可爱,但是很胆小。我很想摸摸它,但我发出一点声音,它就逃跑躲了起来。有一次,我忘记了关门,它却不敢逃出去,好像很害怕外面的世界。它虽然来我们家的时间很短,但是我和弟弟都很喜欢它。

指导老师 毛亚青

我最爱的玩具

锦屏中心小学203班小记者 彭嘉媛

一天下午,我有舞蹈课,妈妈说在我跳舞的时候去趟超市,我跟妈妈说帮我买一个玩具,上次去超市时看到一个很好玩的“小白兔”,妈妈答应了。

下课的时候妈妈带着小白兔玩具来接我,我好开心啊!它有两只长长的耳朵,一双灰色的眼睛,一张嘟着的小嘴巴,圆圆的身體毛茸茸的,很像真的兔子。它还有一个开关,里面要加电池,一按开关小白兔就会一蹦一蹦的,还会发出美妙的声音。有时候我心情不好,小白兔好像到了说:“主人,你不要不开心,我来陪你玩。”我的心情顿时好了起来。

我流眼泪了

居敬小学407班小记者 王琨

今天我和妈妈一起去外婆家玩。我们一路上有说有笑。

到了外婆家,正巧表弟也在。他带来了飞行棋,要跟我一起玩。玩之前,我们说好了游戏规则。刚开始我俩都很高兴地下棋,可是有一次,表弟在跳棋的时候把我的一颗棋给吃了。我觉得他没按规则,就和他争论起来,说着说着,最后吵起来了。谁都不服谁,越吵越激烈,终于我忍不住哭了出来。妈妈看到了,赶快帮我拿来毛巾,边给我擦眼泪边安慰我说:“想想平时在家多无聊啊,总期待着和表弟见面。这次难得相聚,你们应该珍惜在一起的时光。”

妈妈这番话让我瞬间感到哭泣没有必要了。我们要关注玩耍的愉悦过程,少计较输赢。年幼的表弟好像也感受到了我们相聚的难得,我们又重归于好,拥抱着一起,此刻没有了规则。

我学会了包饺子

苑湖中心小学301班小记者 范乐怡

妈妈包的饺子是这个世界上最好吃的饺子,也是我最喜欢吃饺子,所以我决定了:“我要学会包饺子。”

说干就干!我找到妈妈请求向她学习包饺子,妈妈爽快地答应了。

妈妈调好了馅,就轮到我上场了,我把馅放到饺子皮上,然后对折,把两边的饺子皮捏紧,可是却露馅了。妈妈说是我馅放的太多了,我又重新试了一次,还是露馅。当时我真的想放弃,可是又想起一句名言:世上无难事,只怕有心人。于是,我马上问妈妈怎么包,妈妈笑眯眯地对我说:“只要你认真去做一件事,相信你一定能行。”妈妈的鼓励给了我信心。

妈妈开始教我怎么包,先左手掌上摊放一张饺子皮,右手用小勺取出合适的饺子馅,然后用右手指蘸一点水在饺子皮周围抹一圈,再把饺子皮对折,用右手的拇指和食指捏起靠近身体这一侧的饺子皮,稍向上提起,与另一侧的饺子皮合拢,顺势用拇指和食指把两层饺子皮捏一下,使其粘在一起。再用双手的拇指和食指分别捏住饺子的左右两侧,稍用力按压,妈妈说不要太用力,不然容易把饺子挤破!我连续包了几次,终于包好了。虽然煮出来的饺子一眼就能认出哪个是我包的,但是我总算学会了包饺子。现在包饺子对我来说小菜一碟。

我不仅学会了包饺子,也懂得了要从小事做起,不要遇到一点困难就放弃。在做每一件事时都要认真,这样无论什么事情都能做到最好。

做绿豆糕

居敬小学503班小记者 陈芯语

前几天,我在电视上看到做绿豆糕的方法,觉得挺好,就让妈妈买了些材料,准备做绿豆糕。

做绿豆糕需要绿豆、白糖、红豆沙和麦芽糖。首先把绿豆泡在水里,等泡开花就可以把水倒掉,然后用手搓绿豆,把绿豆的皮搓掉。再把绿豆洗净,放在锅里蒸一会儿,等绿豆软了,拿出来用勺子碾成绿豆泥。接下来,在绿豆泥中加入麦芽糖和食用油,麦芽糖可以按自己的口味放。我把绿豆泥和麦芽糖和匀,放在碗里醒十分钟左右。接着,把醒好的绿豆麦芽糖捏成一块块的,在每块中间捏一个小洞,里面放入红豆沙,再像捏包子一样把它捏拢。用磨具压出形状,一个个摆在盘子中。最后入锅蒸,用大火蒸三四分钟就可以出锅了。一块块绿豆糕就这样完成了,甜甜的、软软的。真是一道夏日美食呀!

指导老师 童爱玲

我的游泳教练

居敬小学506班小记者 张腾晖

这个暑假,爸爸给我报了门游泳课。其中让我印象最深刻的是我的游泳教练,她姓蒋,长得挺漂亮,鼻子高高的,有着一双丹凤眼。

我的教练很耐心,我初来乍到,她让我在水下“嘟——”的吐气,在水上大口吸气。而我却搞反了,在水下吸气,结果呛了一大口水。但教练一点也不着急,反而把着我的手,带着我练习了好几遍,我很快就学会了。

我的教练很负责。她先教我蛙泳,“收,翻,蹬,夹”,教练边喊着口令,边把着我的脚做动作。但我的脚太笨拙了,怎么翻也翻不好,做出来的动作像蛤蟆跳一样,特别难看。教练使劲掰我的脚,才让我下水游一会儿,还给我配了两套浮板。“脚翻上来,蹬夹要快!”教练的话像一串珠子一样,不断地提醒我。几趟下来后,教练表扬我游得很好。就在我洋洋得意之时,突然,我手一滑,一块浮板漂走了,我惊慌失措,使劲踩水,结果另一块浮板也滑落了,我开始往下沉,呛了很多水。由于没戴泳镜,眼睛也进水了。我急中生智,用已学的游泳方法凭着感觉游到了岸边。教练正要来救我,看到我不仅不攻击教练,反而来攻击我。我气急败坏,但是要避免这种情况。”教练的话如坐春风,我默默记在心里。

我的教练很幽默。有一次下课,还没人来接我,教练就教我跳水:我在岸边使劲一跳,在空中憋住气,下水后吐气。这个动作会产生强大的冲击力,会溅起很大的水花,像导弹一样,所以教练就把它叫做“深水导弹”,我听得忍俊不禁。

我的教练很有趣。她有时会故意洒我一脸水,我使劲反击,可还是被她躲过了。我有点儿生气,正面攻击教练,结果被她一头按在水里。教练又去攻击其他人,我的伙伴们不仅不攻击教练,反而来攻击我。我气急败坏,发射了一颗“深水导弹”,让他们措手不及。结果我受到了“惩罚”,我简直是哑巴吃黄连有苦说不出啊。

这便是我的游泳教练。一个严格负责却又耐心稳重的教练。她不仅是我的教练,更是我的朋友,是我这个暑假遇见的最美丽最大方的朋友!

中秋夜

锦溪小学206班小记者 袁梓洋

八月十五月儿圆,我看着那洁白的月亮想起了久别的故乡以及远在他乡的亲人。中秋节,是中国传统节日之一,这一天家家户户都要吃月饼。

晚饭过后,我和爸爸妈妈一起去“老婆大人”超市买了各种各样的零食和冷饮,妈妈还准备了水果和月饼等……我们在小区喷泉边找了个位置坐下,那里风景优美。我约了小伙伴一起赏月。圆月的月亮挂在天空,就像一个白玉盘,让我想起了李白的“小时不识月,呼作白玉盘。又疑瑶台镜,飞在青云端”。我看着月亮,仿佛看到了抱着玉兔的嫦娥和一直砍月桂树的吴刚。

今晚的月亮有些奇怪,像个调皮的孩子,一会明亮一会消失不见,就像在玩捉迷藏一样。我和小伙伴用手机拍月亮,把月亮的形状拍得稀奇古怪,月亮似乎都要被我们玩坏了。

时间过得真快,不知不觉夜已深,我和小伙伴依依不舍地回家了。这真是一个愉快的中秋夜啊!

指导老师 袁巧玲

我的妈妈

锦溪小学206班小记者 寇铭赫

我的妈妈40岁出头,小小的个子,苗条的身材,一头乌黑的头发,美丽极了。妈妈有时候很温柔,有时候很暴躁。我妈妈还很爱美,喜欢跳操,做脸部运动……有的时候还喜欢逛街,每次都拎着大包小包回家。这就是我最爱的妈妈。

指导老师 袁巧玲

小葫芦

锦溪小学206班小记者 卓启航

从前,我家门前有一棵小葫芦。小葫芦绿绿的,小小的,非常可爱。慢慢地,小葫芦长大了,变成了大大的葫芦。小葫芦是我的好朋友,我很喜欢它。

指导老师 袁巧玲

最喜欢的玩具

锦屏中心小学203班小记者 仇梓睿

我最喜欢的玩具是一只紫色的小熊,那是我五岁生日时妈妈送我的礼物。

小熊全身是紫色的,有一双葡萄般明亮的眼睛,下面有一张三瓣嘴使它的脸蛋更加可爱,它的耳朵像两个小巧的饺子,胸口印有一个“flower talk”的五角星,它张开双手像是要拥抱我,它的双腿修长,右脚底有一朵栩栩如生的醉色草。

你们不知道吧,我还给小熊取了名字——小紫。我开心的时候会和它分享我的快乐,我难过的时候它就静静地陪着我,睡觉的时候在我身边守护我……它就像我的好朋友一样,我希望它能永远陪伴我!

运动会开幕式

锦溪小学306班小记者 任王骏

今天,大家盼望已久的校运动会开幕式终于到来了。

一大早爸爸送我到学校,我推开教室门一看,我居然是第一个到教室,我下定决心要在比赛中得第一。为班级争光!

开幕式前,我们先是在教室里练习彩排,然后统一在操场列队集合,听从杨老师的命令,我高举着班牌,抬头挺胸走到了主席台前。

女生跳起了舞,男生摇着手里的旗牌,表演完后,我领着大家走到指定方位,接下来是校领导讲话。

祝我们班多拿奖状和奖牌!

骄傲的小孔雀

锦溪小学306班小记者 徐书茵

大森林里住着一群活泼可爱的小动物。

一天,小动物们都出来活动了,于是小孔雀想了个好主意,向大家宣布:“我们来比美吧。”小动物一一答应了。可这时只有小黑鸡不答应。小黑鸡独自走到一个小角落,暗暗地想:我长得又黑又丑怎么能跟它们比呢!小黑鸡越想心里越难受,在伤心之时它决定去美容。

小黑鸡到了美容院,它把自己想变美的样子简单地给美容师描述了一遍。美容师笑了笑说:“好,没问题!”时间一分一秒地过去了,小黑鸡真的变了样。

小黑鸡开开心心地回到森林跟动物们比美。小孔雀听说小黑鸡也来了,闭着眼睛撇着嘴说:“你看,你身上又黑又丑,哪能跟我比。”小孔雀睁开眼睛正要讽刺小黑鸡,顿时惊呆了,小黑鸡再也不像从前那样黑,它的羽毛像白雪一样,鸡冠犹如一颗红宝石,闪闪发光。

小黑鸡的美传遍了整个森林,从此,小孔雀再也骄傲不起来了。

科技神龙

居敬小学502班小记者 沈彦鸿

我们的生活无时无刻地发生着翻天覆地的变化,这一切都是科技带给我们的惊喜。最令我惊喜的是——“科技神龙”,这条“神龙”时而在地上飞速急驶,时而在地下飞速奔驰,这条“神龙”就是人们出行必选的公共交通工具——地铁。

曾经,我们出行宁波选择的公共交通工具只能是公交车和大巴,由于地面上的车辆越来越多,出行时经常遇到交通阻塞导致大量时间被浪费;如果选择私家车出行,也是经常在路上遇上蜗牛爬似的遭遇,到了目的地还要为找停车位而烦恼。

现在奉化有了轨道交通,我们去宁波的时间大大缩短,现在大家跟我一起去坐一趟吧。到了大成东路站,有好几个机器,这些是自助售票机,只要你选择目的地,机器会提示价格,然后把钱币投进去,机器就会给你一张单程票。

检票过闸机,要乘电梯上站台层,透过站台屏蔽门,四条轨道静静地卧在中间,这长长的轨道就是地铁行驶的方向,轨道上方和两旁还有很多电线,这估计是地铁行驶的命脉。不一会儿,地铁疾驰而来,带着一股凉风,却又那么安静,它就像一条白色的神龙快速而安静地停在我面前。我迅速走进车厢,宁波地铁采用强弱冷车厢模式,想要强冷空调的就可以往车厢两头走。待所有乘客上车后,车门缓缓关上。车厢干净明亮,银色座椅在车厢两边。“欢迎乘坐宁波轨道交通3号线,请大家不要在车厢随意走动”,在播音员的提醒下,我才感觉到地铁已经行驶。“叮咚叮咚……”大约3分钟后,南渡站就到了,實在是快速,没有堵车,没有红灯,只要半个小时,就可以到达宁波市区。

地铁省时、快捷、环保,不但能缓解地面交通压力,更是一条“科技神龙”,游走在宁波各处,运送人们上班上学出行。

职业初体验

龙津实验学校307班小记者 蒋锦怡

今天一早,我兴高采烈地跟着妈妈去公司上班!路上我好奇地问妈妈:“妈妈,你的工作是什么,平时都干什么?”“妈妈在一家电力设计公司工作,平时负责项目登记、图纸归档、工程结算等。”妈妈接着说:“你今天的任务是帮助妈妈把图纸归档哦!”来到公司后,妈妈便教我如何使用电脑,如何使用打印机……妈妈把步骤一一给我示范一遍后就去忙别的事了。我仔细回想妈妈刚刚示范的步骤。首先打印好需要的图纸,然后把这份图纸的编号和工程名称也打印出来,把它贴在空档案袋的侧边上,接着再把图纸放进档案袋,最后把档案袋放进档案柜里,这样一份图纸就归档好了。

以前我总以为爸爸妈妈整天坐在电脑前很轻松,一点都不累,现在我才知道我今天做的工作只不过是妈妈平时工作中很小的一部分。我明白了不管做什么工作都是非常不容易的,所以我要更加努力,尽可能帮爸爸妈妈做些力所能及的事,减轻他们的负担。

我的外婆

锦屏中心小学207班小记者 夏苾悦

我的外婆住在镇上,每次放假,妈妈都会带我去外婆家住上几天。

外婆是个非常体贴耐心的人,每次接到我们要来的电话,她就会做好一桌香甜可口的饭菜,我无聊的时候,外婆会和我一起玩游戏,虽然外婆家没有什么特别好玩的东西,但和外婆一起玩游戏就足够让我开心了!我寂寞的时候,外婆会讲故事给我听,我总是听得十分入迷。我受委屈的时候,外婆会过来安慰我。外婆的手也很巧,被她补好的衣服看着和新买的没什么两样,她炒出来的菜吃着和酒店没什么区别。我每次要回家了,外婆会提前给我准备好多零食,我吃着零食就会感受到她满满的爱。

一路上我恋恋不舍望着外婆家的方向,我的外婆就像一位善良的天使,我爱她。

精彩的运动会开幕式

锦溪小学206班小记者 毛柯迪

星期四,我们迎来了校运动会开幕式,大家都很高兴。

我们观看了许多哥哥姐姐的出场表演,我觉得501班的表演最好看,因为他们的节目很有节奏感;305班的最可爱,他们身穿宇航服,手握小红旗,一摇一晃地走着,爱在太萌了。终于轮到我们了,我们表演了《少年》舞蹈操,我们认真了。

这一天可真高兴啊!

指导老师 袁巧玲

日出即景

锦屏中心小学506班小记者 周榜辉

凌晨四五点钟,天刚蒙蒙亮,人们还沉浸在美梦中,周围静悄悄的,不知不觉天空被悄然无息地撕开了一条缝,摇身一变,穿上了一件灰色的衣裳,树叶、河流、大山也都是一副似睡似醒的模样。

渐渐地,一声洪亮的鸡鸣划过天空,把东方撕开了一道口子,天和地微微一震,天空中露出了一点鱼肚白,我们的“大明星”就要出现了!地平线开始有了一丝灰蓝色的亮光,但是,太阳却像个害羞的小姑娘,迟迟不肯露脸。

过了大约20分钟,太阳像是负着什么重担似的,逐渐往上爬,露出了半边脸,瞬间周围的事物被它的光亮所映照。旁边的云朵被染成了红色,山川如同众星拱月一般围住了太阳,红色的山川衬着太阳的美。“哗哗”河流喘急地流淌着,被红日映照得红彤彤的。太阳照映了山川,映照着河流照红了我的心窝。

又过了一会儿,太阳拖着沉重身体一个劲地向上爬,慢慢地,慢慢地,它终于完全升起,宛如一颗通红的宝石,光芒四射照耀了整个天空。旁边的云朵也被太阳照红了全身,它们如同一个个调皮的小孩子,有的变成小绵羊“咩咩”直叫,跑东跑西的;有的变成凶猛的老虎,震慑四方;有的变成小鸟飞遍整片天空……它们飘着、游着,或浓或淡,它们变换着姿态,追逐打闹。

天空中的飞鸟早早地飞出来为人们传递光明,早起的农民扛着锄头出来种庄稼,太阳把他们照得通红,农夫一个一个地开始耕种,他们落下的汗珠,如同宝石一样。

新的一天开始了,所有的人们开始工作,太阳用尽了全力,为我们带来一片光明,它是那样的伟大!

指导老师 陈波彩

毛驴旅行记

锦溪小学306班小记者 沈梦玉瑶

从前,有一头不识字的笨驴,天天在磨坊里磨面粉。磨呀磨,三个月过去,驴子再也受不了了,它想走出乡下。可是主人拿绳子把它绑住了。“可恶的主人,你把我捆起来,我也要把你捆起来。”它想着,一边把绳子咬开,一边飞跃栏杆逃跑。可是它没有忘记自己的工作——带一袋豆子进城,于是它又回去背了一袋豆子,然后逃跑了。

驴子来到城里,看见高楼大厦,它停住脚步,吓得嘴巴都拖在地上,说:“怪物呀!快跑呀!”果然跑得比豹子都快。跑了不远,它又看见一个怪物,长着几个圈圈,它数了半天,才数出是四个圈圈,原来是辆汽车呀!它突然看见那个怪物停在十字路口的三个会变颜色的圈圈下,红灯变成绿灯,车子把毛驴撞飞了,它被撞到树前,头被撞进树里,晕倒了。司机把车开到那头毛驴前面,把驴子的那袋豆子趁机拿走了,把它扔在路边。

第二天,驴子醒来,它发现自己变聪明、会识字了。它就可以光明正大环游世界了。可是它的主人却被饿死了。因为毛驴走了,没人给他磨面吃了。