



慈溪实验中学初二(8)班
陈睿哲(证号 2006226)
指导老师 施群

外婆家的餐桌已摆上了丰富的菜肴,直等着我们到来。

啊,真香!我满意地咂咂嘴。这么美味的龙虾,一定是外婆烧的吧!想着,我走进厨房。

外婆家的厨房不大,可总是弥漫着一股浓浓的香味。外婆正忙得不亦乐乎。她戴着袖套,围着已经用了好几年的、破旧的围裙,右手拿着锅铲,在锅中来回翻炒。锅铲与锅壁碰撞、摩擦的“砰砰声”,再加上油与锅盖接触发出的“磁磁”声,此刻外婆的世界,真算是一个有节奏的世界了。

外婆那满是皱纹的手,却是那么灵活自如,手腕有规律地扭动——就像一只上下翻飞的海鸥,一飞一落之间都是灵巧的韵味。我看着外婆那娴熟的动作,不禁入了迷。此刻的外婆像个艺术家,完全沉浸于她的世界中。

看着看着,我眼前的身影,忽然变模糊了,我的心中闪过一丝异样的东西。

这时,一双大手轻轻抚了抚我的头,我这才回过神来,抬头一看,原来是外婆!她用温和的眼神凝视着我,点点头,轻轻地笑了。

“开饭啦!”

吃晚饭时,我看着桌上琳琅满目的佳肴,想到了外婆在厨房中忙碌的情景。忽然明白这一切都来源于一个字——爱。因为爱,所以动情。

就这样慢慢长大

慈溪实验中学初二(4)班
潘亮逾(证号 2006182)
指导老师 胡罗杰

那是一个冬天,我第一次演出。我趑趄趑趄地走上了舞台中央,冷汗如断了线的珠子往下流,心脏也跳到了嗓子眼,正准备说出口的朗诵词也因过度的紧张而忘了。

正当我最尴尬之时,台下一位陌生的男子站起来为我鼓掌,我至今都不记得他的面目,只记得那掌声是如此的响亮,振奋人心,让我身感温暖。紧接着,那掌声越来越响,如一股春风,融化了我内心的坚冰,给予我一种踏实与温暖,我重新振奋士气,准备演讲。

在掌声中,我沉醉在朗诵词的海洋里无法自拔,让我充满自信与一种莫名的感动。我的双手从僵硬变得柔软,我的双脚从麻木变得轻松,我的笑容也从冰冷变得灿烂。这一切的一切,都离不开这台下陌生人的掌声,它让我从上台前的紧张变成朗诵时的自信。随着音乐的戛然而止,我向着那位陌生人和观众席深深鞠躬,微笑着走下了台。

在人生中,我一次又一次听到了这样的掌声,它给予我鼓励,给予我信心,让我怀着更加坚定的信心与希望,坦然镇定面对人生的风雨。因此,请不要吝啬你的掌声,学会为他人鼓掌,学会支持他人,也许你不经意间的一个掌声,却是别人心灵最大的慰藉!

就在满满掌声的车轮中,我慢慢成长。

塑胶跑道上的那一课

慈溪实验中学初二(4)班
陈琢(证号 2006176)指导老师 胡罗杰

校运动会上,空气灼热,太阳直逼着我的脸。

“各就各位——”大家都俯身,把重心降低,所有的神经紧绷着。“砰!”发令枪一声怒吼。我快速后脚发力,跨大步子,摆动双臂,飞离起点,想要争夺第一。然而才跑出几米远,身体右侧遭受到猛烈的撞击,我一下子飞了出去,接着腿、手重挨了几下,着地了,右脸蹭着跑道摩擦了半米……

在我睁开眼的那一刻,倒着的世界里,最后一个跑步的身影也随之消失。坐起,随之便是火辣辣的疼痛感。浑身上下都散了,我到底还要不要跑?时间急速地飞逝过去。

像我这样,百分之三百都赶不上了,都已经过去了这么长时间!希望完全泯灭!

可我总觉得,心中有一个声音在呼喊着,它在竭力阻止我放弃!我不明白为什么要继续跑下去,但我的两条发抖的瘦弱的腿却硬是支撑着我起来,向前趑趄一下,迈出一步,疼痛袭来。可那个声音又呼喊起来。我仿佛意识到了什么,继续跨出步子,整个鞋底接触地面,脚掌感到一种从未有过的踏实、厚重之感。

小小的我在空空的跑道上奋力跑向终点,每一步,艰难,孤单,但不悲凉。

最后的结果是必然的,但已不重要。重要的是我坚持下来了,我挺过来了。也许人生便是这样,能拿到成绩必然是好;但有时候,就算提前知道没有好的结果,只要这件事是对的,就要坚持下去,就要义无反顾地昂着头,坚定而沉着地走下去……



青山绿水

慈溪实验中学初二(3)班
徐筱涵(证号 2022695)

我战胜了恐高

宁海县实验小学教育集团金桥校区 501 班
鲍明哲(证号 2015194)

我恐高,每次爸爸带我去桃源广场,看到别人玩攀岩时,我总是很害怕,怕手一滑,掉下来,但是我心里又很想去爬,所以我真的非常羡慕那些不怕高的小朋友。

这一次,我终于鼓起勇气和爸爸说,我想去攀岩。在爸爸的鼓励下,我穿好了攀岩服,做好攀岩前的一切准备工作。我一步步往上爬,感觉爬了好久,我往下一看,立马双脚发软,心跳也开始加速,害怕极了,一步一步地往下滑。这时,爸爸叫我放手。我就紧闭双眼,慢慢地把手放开。我的手一松,就在空中慢慢地往下降。我慢慢地睁开眼睛,发现自己已经安全地落在地面上了。我连忙跑到爸爸身边,爸爸搂着我,安慰说:“今天你很棒,突破了自己,如果能再练习几次,就更棒了。”

我为了能战胜恐高,继续咬牙坚持攀岩,就这样,我又上下攀了几个来回,感觉比第一次好了很多,没有那么紧张了。

今天我非常开心,虽然我没有其他小朋友爬得那么快,但是我已经成功地克服了恐高,也让我明白了战胜恐惧的最好方法,就是微笑着面对恐惧。



太空探险

宁海县山水小学 504 班
陆锦云(证号 2008119)

指导老师 葛瑾

豆浆“出生记”

宁海县梅林中心小学 503 班
娄馨予(证号 2014805)指导老师 林惠兰

不知不觉中,我们已经完成了三天两夜的社会实践活动了。其中,最有意思的就是磨豆浆了!

磨盘是黑灰色的,圆圆的,一边有个小孔,那是出豆浆的。

终于轮到我了,我把黄豆放入小孔,再倒一小碗的水,就开始磨了。我使出吃奶的劲,猛地一推,结果力气太大,把手柄给扯了下来。我把手柄放回去,推得比之前轻了一些。渐渐地,我越转越快,手都酸了!终于,经过大家的努力,磨盘中流淌出了淡黄的生豆浆,还泛着一个一个大小不一的泡泡!

教官走过来,看了看我们磨的豆浆,说:“大家磨得都很好,但是第一小组是最好的!”我们都欢呼起来。教官还说:“豆子还可以做成豆腐,里面含有维生素 A 和 B,功效比牛奶还要好。”

终于到了喝豆浆的时刻,整个屋子里弥漫着豆浆的味道,品一品,香甜的豆浆立马滑过喉咙,整个口腔也都是这个味道。

这次我不仅亲手磨了豆浆,还知道了豆浆的作用和劳动人民的智慧,让我大开眼界!

火星移民计划

慈溪润德小学 603 班
劳馨莹(证号 2006590)

指导老师 苗月玲

由于现代人类生活发展,给地球造成了许多污染,科学家正研究搬到第二个“地球”的可能性。最近,科学家在火星上发现了第一个液态水潮,这一发现再次验证了火星上存在生命的可能,科学家还在观察中。

假如到火星上去,生活用品是必不可少的。为了要到火星上去,我要穿上一件特殊的火星服,它的重量比宇航服轻多了。穿上这件衣服,你什么都不用烦恼,它会给你用不尽的氧气,让你在火星上生活得无忧无虑。在这件衣服上还有警报系统,如果你遇到困难或遇到外星人,你只要按下红色按钮,它就会把你带到安全的区域。如果你感冒发烧了,不用着急,你只要按下黄色按钮,科学家会收到你生命的信息,根据你的病情,及时给你发送治病方法和药品。

火星服上还记录人类的体温,如果我的体温很高,它就会给我降温。如果我的体温很低,它就会给我升温,让我的体温恢复正常。

在火星上,你不用担心食物的问题,在时空火星店中,有世界上各种美食。在火星上,住的地方是一个浮球,人们住在里面十分舒适,外壳是坚硬的玻璃,不会被外星人欺负。