



青春不惑 不负青春

北仑区实验小学601班
桂子茵(证号1012094)
指导老师 李玉艳

“同学们,今天我们来上一节心理健康课。我们这一节课的主题是‘青春不惑’。”前几天,我们六年级的同学坐在阶梯教室里,一起上了一节班队课。

老师先让我们玩了一个小游戏:向右转,捏一捏前面同学的肩,说一声:“你今天辛苦了!”再向左转,做一遍同样的动作,然后问我们有什么感觉。有的同学说“害怕被别同学打”,有的同学说“心里有点抵触”……老师说,这是我们的正常反应,随着我们年龄的增长,心理也会发生一些变化。

接下来,老师又问我们:“你们有没有问过父母,你们是怎么来的?父母又是怎么回答你们的呢?”同学们的回答五花八门:有的开玩笑说是从石头缝里蹦出来的,有的说是从妈妈肚子生出来的……其实,我知道:我们都是由爸爸的精子和妈妈的卵子结合而成的。

老师给我们讲了男女发育的特征,并告诉我们,如果发现自己有这些现象不要惊慌、害怕或担心,要以平静的心态去面对。

身体会随着年龄而生长,大脑也一样,情绪也会有波动,青春叛逆期也随之而来。其实我们的情绪是由“ABC”三部分组成的。“A”是发生的事,“B”是对这件事的看法,“C”是产生的情绪。而情绪的不同就由“B”——对事情的看法得来的。就拿“考砸”这件事来举例,就会有两种情绪:一种是觉得自己很笨,从而自暴自弃;另一种是觉得自己还有很大的进步空间。听了老师的讲解,我恍然大悟,原来换一个角度思考,从情绪上还能发生这么大的变化!

下课铃声响了,这次的班队课在我们的不舍中结束了。在成长的路上,青春不惑,我们不负青春!

秋回

北仑区实验小学601班
丁蒹葭(证号1012089)
指导老师 李玉艳

归雁南飞,红叶飘零。
秋风瑟瑟入寥廓,
秋雨萧萧打梧桐。

百花谢,金菊绽,
瓜果飘香农务忙,
夕阳偷渡过青峰。

风儿送来
秋的消息。
瞧,
就连大地
也换上了金红的礼袍。

上海迪士尼乐园

北仑区岷山学校411班
李欣扬(证号1006281)

上海迪士尼乐园集梦幻、想象、创意和探险于一身,让人乐不思蜀。

走进乐园,就仿佛进入一个梦幻世界。各种各样的花儿盛开,五彩缤纷,千姿百态,还有高高低低的绿草随风摇曳,一晃神儿,还以为来到了一个大花园呢。乘上“晶彩奇航”列车,从水上穿越和游览“梦幻世界”,看欢快的喷泉和雕塑在水边林立,大大激发了我们的想象力。

“米奇大街”最热闹。门口就是一个大型的米奇雕像,栩栩如生。米妮、唐老鸭、黛丝等童话人物都在这里欢聚。到米奇与唐老鸭开的冰淇淋店,买一个细细品尝,从嘴里一直甜到心里。再踱步慢慢欣赏墙上马赛克拼成的磁图,了解米奇和唐老鸭之间有趣的故事,倾听音响里讲述的情节,有声有色,比单纯的看有意思多了。

到了迪士尼乐园,怎么能少了玩耍呢?最刺激的当属去“探险岛”探险。你听,远处传来“轰隆隆”的声音,据说那是古老故事的发源地,弥漫着神秘色彩,还有隐秘的宝藏。不知名的爬行巨兽长栖于山中,蛰伏着只待重见天日。走着走着,说不定有古老的生物蹦出来与你一起游玩。你还可以去“古迹探索营”,证明自己是真正的冒险家;或是在“翱翔·飞跃地平线”里穿越时空;或是登上惊险的皮筏艇,体验“雷鸣山漂流”,深入“探险岛”腹地。勇敢的男子汉们,我们一起去探险吧。

如果是女孩子,就去爱丽丝梦游仙境迷宫吧,那里有红桃皇后等着你。推开花园里的一扇小门,她会跟你说话哦。还有哈哈镜奇妙变形,保准逗得你哈哈大笑;也可以去奇幻童话城,观看“城堡舞台秀”。

白雪公主和爱丽丝,米奇宝宝和米妮,还有唐老鸭和米老鼠,它们等待着你去上海迪士尼乐园玩呢。

尿床的小猫

海曙区古林镇藕池小学401班
陈逸宸(证号1011365)
指导老师 朱郑汇

我家的小猫经常会尿床,是怎么尿床的呢?快来听我说一说吧。

有一次,小猫在沙发上睡觉,怎么叫都叫不醒,就这样迷迷糊糊地一直睡着。它从早上睡到下午,醒来后去找食物吃。我看她津津有味地在吃东西,也跟着她在沙发上吃起东西来。突然感觉哪里不对劲,站起来一看,哎呀!我的裤子居然全湿了。我赶紧跑到厕所一看,原来是妈妈忘记把厕所门打开了,它上不了厕所了。

还记得那次,小猫趁着大家不注意,偷偷地在床上睡觉。你们知道为什么它喜欢在床上睡觉吗?因为我的床又暖和又香甜。我们突然发现好久没看见小猫了,就到处找。我想起了它最爱的地方是床上,赶紧跑回房间一看,果然在床上睡觉。我把它从床上抱下来,一摸床单,已经湿了。啊!这下妈妈又要头疼了!

这就是喜欢尿床的小猫!让人又爱又气的笨猫咪!

吃辣

北仑区实验小学601班
江昀宸(证号1012083)
指导老师 李玉艳

我是一个无辣不欢的人,每次看到辣的食物就会大快朵颐。

有一回,妈妈出去采购了一堆食物回来,我迫不及待地冲过去,眼尖地发现了一盒极辣的鸡块。太好了!可以吃辣味了!我兴冲冲地去洗了手,又一个箭步冲回来,捏着签子,狼吞虎咽地吃了起来。

在咽下第一口的刹那,我猛然一惊:不对,这个鸡块怎么比平时吃的辣那么多?我又转念一想:反正我很能吃辣,这次只不过更辣一点罢了,我也可以接受。于是,我又是一连吃了好几口。突然,辣味像洪水猛兽一样,开始刺激我的味蕾。我呛了一口后,开始咳嗽起来。我的大脑发出异常清晰的警告——这太辣了!我被辣得无法忍受了,一把抓起边上的杯子,“咕咚咕咚——”一口气喝光了里面的果汁。这时,火辣的喉咙才稍微得到了缓解。我大口大口地喘着粗气,一只手撑着桌子,另一只手捂着胸口,心脏“怦怦”跳个不停!太冲动了!至今回想起来,我还心有余悸。

台风

宁波东海实验学校406班
李澄(证号1011588)
指导老师 郑巧

天空中布满了乌黑的云,像一团团墨鱼汁。人们匆匆地往家赶。几秒钟后,倾盆大雨从天而降。

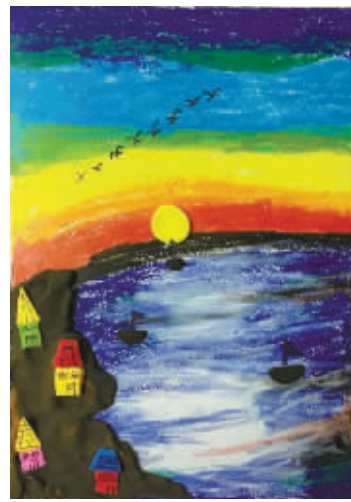
台风真的来了!

它带来了风。风,呼呼地咆哮着,怒吼着,把路边的树吹得东倒西歪。紧接着,它又使出九牛二虎之力,猛地一吹,树细嫩的胳膊折断了;还有一些树经不住大风的摧残,直接被连根拔起,横躺在路上。

它带来了雨。雨滴被大风吹得七零八落,有一些被吹成了细小的水雾,扑面而来。雨滴落在地面上,溅起了成千上万的小水珠,宛如一个个在地面上起舞的精灵。但是精灵瞬间变成了恶魔,淹没了道路、农田,冲进了民房。

在一处没有积水的大楼边,有一对母子相拥着,费劲地逆风而行。他们手中的雨伞被大风吹得变了形,妈妈时刻护着孩子不被雨淋到。

这个突如其来的台风,吹散了我们去钱塘江观潮的计划,真是让人讨厌啊!



海边日落

镇海区实验小学306班
李书骏(证号1001447)

我学会了骑自行车

宁波市孙文英小学503班
陈沛林(证号1010823)
指导老师 李芸霞

骑自行车,大家都不陌生吧?我想起自己学骑自行车的情形,真是一把辛酸泪啊!

那是一个风和日丽的早晨,爸爸送给我一辆自行车,说:“今天我们来学骑自行车吧。”刚坐上车时,我的心情既兴奋又紧张。

我紧紧握住自行车的把手,眼睛紧紧地盯着前方,双脚开始微微颤抖。这时,爸爸鼓励我说:“加油,爸爸相信你一定能行的。”于是,我尝试着慢慢往前骑,可没骑几步就摔了下来。我的膝盖磨破了皮,还渗出了血。我十分伤心,眼泪像决了堤的洪水一般倾泻而出。就在我吵着不想学时,爸爸拍了拍我的肩膀,对我说:“不要灰心,爸爸会帮你扶着车后座的,勇敢往前骑吧!”

听了爸爸的话,我受到了极大的鼓舞,在心里暗暗给自己加油打气:我一定要学会骑自行车!于是我把左脚放在左踏板,右脚放在右踏板上,双脚交替用力向下踩,眼睛平视前方,努力保持平衡。渐渐地我越骑越快,越骑越顺利。耳边传来呼呼的风声。“啊!我成功了!”我大喊。

正当我想把这份喜悦的心情和爸爸分享时,却发现他不见了。原来爸爸在中途的时候就松手了。

经过这次学骑自行车,我明白了:世上无难事,只怕有心人。任何事情,只要我们坚持下去,就能取得成功。



变色龙
海曙外国语学校102班
潘羽墨(证号1002358)