



我爱你， 老爸！

不同的人生阶段，我们心目中的超级英雄形象也在不断更迭。但，唯有一个英雄，在我们心中的地位不可撼动，那就是我们的爸爸。父爱虽不像母爱那样细腻，但却饱含深情。他宽广有力量，他热心肠，他会变魔术，他会陪我们笑……长大的过程，我们也渐渐明白，爸爸不是超人，但他却在用平凡的双手为我们创造着超乎寻常的快乐和满足。马上到父亲节了，祝所有的爸爸，节日快乐。

父亲的拥抱

高新区实验学校 506 班
张睿文(证号 2211239)
指导老师 孙轶平

我的爸爸是一位工程师，他长期在外地工作，一年只能回家几次，每次回来只能在家待几天。

从我记事起，爸爸就不能每天和我待在一起，唯一能证明他曾经和我一起玩耍的是一张照片。在照片中，爸爸和我穿着黄色的亲子装，他把我举得高高的，望着我笑，眼睛里充满慈爱。我也望着他，睁大眼睛，笑得像一朵绽放的小雏菊。

我上幼儿园的时候，爸爸有一段回家次数多了起来。我只记得爸爸到幼儿园接我的时候，他蹲下来，张开手臂，把我拥进怀里，抚摸着我的头，笑着说：“我的宝贝又长高了。”爸爸不在家的日子，我盼望着他回来，盼望他蹲下身子，抓住我的手臂，用力一提，轻轻一换手，抱我在他的臂弯里，笑呵呵地走起来，我就开心得像小鸟回到快乐的小树林了。

后来，爸爸去了更远的地方，一年只能回来一两次了。每次回家一见到我，第一句话肯定就是：“女儿，来，让爸爸抱抱。”我立刻连蹦带跳地冲进爸爸的怀里。我发现爸爸抱起我有点儿吃力了，他的头上有了几根白发，脸上也多了几道皱纹。在那一瞬间，我知道，我长大了，爸爸老了。在父亲的温暖的拥抱中，我忽然明白，父爱虽不像母爱那样细腻，但却饱含深情。

我家的象棋之王

爸爸

鄞州区钟公庙实验小学 504 班
余宸睿(证号 2205584)
指导老师 金维娜

我的爸爸是沉着冷静、临危不乱的象棋之王！你看他，微微皱眉，目光警惕，嘴巴不时地微微一动。他每一步棋都三思而后下！他从不喜形于色，不像我，看到我爸下了一手臭棋就欣喜若狂，下了一手好棋就唉声叹气！无论我怎样去激怒他，他依然是严肃的样子。

要说起临危不乱吧，那还得说我那几局惜败的，每一次都快要赢了，他“砰”的一声，精准完成绝杀！每次我因为有前期建立的优势，便有些得意洋洋，摆出你无论怎么都无法打败我的架势。抬头看看老爸，他的眉头依然紧皱，眼睛在棋子之间来回穿梭，几秒钟后，他的手坚定地拿起一颗棋子，又坚定地落下！我定睛一看，啊，我又输了！我越想越气，越气就越浮躁，结果输得更惨了！但是我爸呢，还是一脸平静。我真不明白他怎么做到的！不愧是我家的象棋之王，真是优秀！

组稿老师 戴燕燕



工作中的爸爸

鄞州区钟公庙实验小学 303 班
陈子瑶(证号 2219334)
指导老师 陈怡

父爱如大海

高新区实验学校 506 班
马丁(证号 2211245)
指导老师 孙轶平

我的爸爸是个船长，常年海上工作，驾驶渔船出海捕鱼是他的主要任务。

他身体健壮，全身上下无一处不结实，仿佛一个拳击运动员。他的背总是挺得笔直，如同海上的一座灯塔。他黝黑脸上长着些斑点，这是常年在海上工作的一个标志。他话不多，目光炯炯，神情严肃，听到任何言语，都只是微微一笑，一副波澜不惊的模样。

爸爸的渔船是个“庞然大物”，宽阔的甲板，高高的驾驶台，宽敞明亮的主舱，狭小的卧室，大船就是他在海上的家。爸爸开船时特别神气。他操纵着机器，注视着前方，神情严肃。大轮船乘风破浪，快速前进，像一条大鱼在大海中自由自在地遨游。

爸爸有空就带我去赶海。大海真美呀！蔚蓝的天空，无边无际的大海，闪着金光的沙滩。我们最喜欢在海边捉螃蟹。瞧，一只螃蟹从一个岩石缝里钻出来，飞快地爬到另一边。我连忙冲上前，一不小心碰到尖石头，腿被划破了皮，疼得我哇哇大哭。爸爸急忙从背包里拿出创可贴，贴在我的伤口上。我立刻平静下来，不再哭泣。忽然，又一只大螃蟹从石缝里探出头来，我连忙捡起一支小木棍去挑，狡猾的螃蟹迅速钻进石缝里，无论我怎么戳也不出来。爸爸拿来早就准备好的螺丝刀，截断螃蟹的大钳子，螃蟹就束手就擒了。

虽然爸爸工作很忙，不能经常陪伴我，但是他在我的心中就像蔚蓝的大海，宽广有力量！

我爱你，爸爸

鄞州区邱隘镇中心小学 203 班
王子涵(证号 2207553)
指导老师 陶世君

我的爸爸今年四十九岁了，在家里他可是一个名副其实的大胖子，别看他个头不高，圆滚滚的肚子里像藏了个大西瓜。虽然他的个头比我高，但在家里的地位却没我高。

爸爸平时对我很严厉，一发起火来像个机关枪似的说个没完没了。比如，我拖鞋没摆好，我爸就说：“你连这种小事都做不到，怎么成大器呀！”我知道他这是为我好，所以我也就不跟他斤斤计较了。

我爸爸还是个称职的老板，每天都要监督员工认真工作，时不时指导一下。

我和爸爸常常一起出去玩，一起看电影，一起下棋等等，每次都玩得不亦乐乎。

我爱我的爸爸！永远都是！

热心的爸爸

鄞州区首南第一小学 603 班
杨谦牧(证号 2204897)
指导老师 朱玲

我的爸爸是一个热心肠。

小区需要志愿者，只要有空，他总会第一时间报名参加。有一次，小区需要防电信诈骗宣传员，爸爸在小区群里看到了招募信息，马上就在群里填写了报名信息。

第二天晚上，爸爸刚下班，没来得及吃上两口饭，就跑去物业领宣传单了。

爸爸穿上志愿者的服装，一手拿着厚厚的资料，一手拿着登记表出发了。他来到了我们居住的楼层，按响了 201 住户的门铃。“您好，我是防电信诈骗的宣传志愿者，受居委会委托给咱们幢的居民们来讲授防诈骗电信的知识，想借用您的一点点时间。”爸爸一户一户敲门，用了差不多 2 个小时的时间才结束这次宣传工作，中间没顾得上喝一口水，到家的时候嗓子都有点哑了。我不解，妈妈告诉我：“爸爸是一名共产党员，当然要为社区居民服务了。”

后来，我跟着爸爸一起参加了几次社区的志愿者活动，有垃圾分类宣传，有小区卫生打扫，有楼道清理工作……看到小区越来越美，我渐渐理解了爸爸的行为。

爸爸的热心还表现在生活细节中。有一次，他在乘电梯的时候，突然发现广告牌上突出了一块。他用手摸了摸，原来是三角铁松动导致铁块外突，有安全隐患。爸爸一看自己修不了，忙拿出手机拍照通知物业来修。

爸爸用自己的热心践行着一名党员的职责。爸爸，有你这样的党员，真好。

我的爸爸

高新区实验学校
翔云校区 103 班
乐或潼(证号 2210432)
指导老师 王珊珊

我的爸爸是一名人民警察。他平时工作很忙，主要的任务是去抓坏人。

我的爸爸爱好十分广泛。他喜欢打网球、打乒乓球、踢足球、打游戏……因此，人送外号“游戏人生”。

我的爸爸吉他弹得特别好，经常在家里一弹就是几个小时。我还和爸爸一起录过音呢！有《月牙湾》《珊瑚海》等歌曲，爸爸弹琴我唱歌。有机会我表演给大家看哦。

在我心中，我的爸爸是一个很英勇的人，我要向他学习！

谢谢你，爸爸

鄞州区惠风书院 501 班
傅怡宁(证号 2207238)
指导老师 单莹

每个人都有个爸爸，每个人的爸爸都是个被忽视的超人，默默地伴你成长。

我的爸爸是个“魔术师”。小的时候，我不开心了，爸爸总能逗我开心。他经常变魔术给我看，拿一个帽子让我按着，确认里面没有硬币。而他把硬币握在手里，摇头晃脑地念上一通咒语，硬币不知怎么就到了帽子里。这些小魔术总能让我开心。

我的爸爸是一个“警察”。爸爸的那双眼睛仿佛有超能力，眼睛一扫，就能把我作业本中的错误通通揪出来。订正的我总会纳闷：明明戴着那么厚的眼镜，视力怎么那么好呢？我没近视都看不出错误，爸爸是怎么看出来的呢？

我的爸爸是一个万能工具人。记得我在上幼儿园的时候，老师要求用水果皮做一样东西。我不会做，爸爸就帮我做，他的大手不知怎么在那一刻变得无比灵巧。一块柚子皮，几根牙签，在爸爸的手中变成了柚子皮做的旋转木马，木马的形状做得有模有样。

回首过往，爸爸为我做了太多太多，他那双深沉的眼睛里满是对我的爱。在过去 12 年的成长岁月中，他都陪伴着我，谢谢你，爸爸！

爸爸，我想对您说

鄞州区宋诏桥小学 501 班
戴励潼(证号 2202795)
指导老师 朱谷午

爸爸，我有一些话想跟您说。你特别喜欢抽烟，直到四年级时我看到一本书，才知道香烟坏处竟有这么多，数也数不完。

香烟的成分主要包括焦油、烟雾和尼古丁。香烟不仅会引起各个组织的癌变，还会引发各种疾病，如心脑血管病、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺气肿、慢性肺源性心脏病等等，多得数不胜数。

有些人会说，香烟的坏处这么多，那么把烟戒了不就得了。但香烟也不是想戒就戒得掉的。据统计，戒烟成功的人，占全国抽烟人数的百分之四到六。从数据看出，戒烟是一件多么难的事。

我也经常听到您说您想戒烟，但总也戒不掉。您别放弃这种想法。您可以多想想不抽烟的好处，如可以避免许多疾病的发生，让身体更健康，这样想能让您早日戒烟。

有则新闻报道，称一位吸烟人士在临终前说想捐献出肺部以供移植，可当医生们取出他的肺，他的肺已经惨不忍睹，上面布满黑点。

最后，我想对您说，“爸爸，快点戒烟吧！”



我的超人爸爸

宁海县桥头胡中心小学 501 班
吴姝瑾(证号 2212492)
指导老师 杨辉娟