



北仑区岷山学校203班
郑煦妍(证号2310001)
指导老师 金雨莲

美丽的春姑娘伴随着牛毛般的雨点来到了人间。她太淘气了，一下子气走了冬爷爷，又叫醒了正在熟睡的大地哥哥。天气暖和多了，周末，我和爸爸妈妈决定去户外游玩。

我拿着垃圾袋，下楼准备扔垃圾。只见一位七十岁左右的老人正在垃圾桶旁捡纸箱。他很瘦，微微有些驼背，肤色黝黑，一双凹陷的眼睛却炯炯有神。他旁边的墨绿色大袋子里已经装满了叠得整整齐齐的纸箱子。我没有理会他，倒完垃圾就和爸爸妈妈出发了。

傍晚回家，爸爸把车停在了车位上。透过车窗，我惊奇地发现这位老人还站在垃圾桶旁。我好奇地走过去问：“老爷爷，您要在这里捡一天的纸箱吗？”老人侧过身体，对我浅浅一笑，用略带沙哑的声音说道：“有纸箱了就捡起来，没有纸箱就帮大家把垃圾分分类，举手之劳而已。”

我静静地看着这位老人，心里不禁充满了敬意。小小善事虽不起眼，但却比春天的太阳更加温暖人心！

千纸鹤

宁海县桥头胡中心小学204班
娄家铭(证号2314215)
指导老师 张佳妮

听说折满一千只纸鹤，就能实现一个愿望。所以我决定跟妈妈学折千纸鹤，因为我的心里藏了许许多多多个愿望！

我和妈妈各拿了一张正方形的彩纸。妈妈教我首先将纸对折，打开后反方向再对折，然后将每个对角折叠。接下去要按折痕叠好，这一步可难了，我试了好多次都没有成功。在妈妈的耐心示范下，我终于学会了最难的一步。最后，一只笨拙可爱的小纸鹤在我手上诞生了。虽然跟妈妈折的那只栩栩如生的纸鹤相比，我做得不够好看，但妈妈却表扬了我：“孩子，你真是心灵手巧，多做几个，肯定能做得更好！”

现在我已经学会了折纸鹤，而且每天都会折几个。看到一堆像要起飞的千纸鹤，我的心里美滋滋的。我想让千纸鹤飞到福利院去看望孤独的小朋友；我想让千纸鹤飞到敬老院去看望年迈的老人家；我想让千纸鹤飞到医院去减轻病人的痛苦……

我给妈妈端杯水

海曙区横街镇中心小学102班
张苗琦(证号2302392)
指导老师 徐超

周末阳光明媚，早上我和妈妈一起去菜市场买菜。

回到家，妈妈不休息就开始做家务了。她先刷了碗，打扫了厨房和其他房间，然后又洗完了我的脏衣服。我本来以为这时妈妈会休息一会儿，谁知她又开始拖地了。望着妈妈忙碌的背影，我眼前浮现出妈妈为这个家操劳的点滴。

不一会儿，妈妈就汗流满面，呼呼地喘着气。我看到后，连忙倒了一杯水递给妈妈：“妈妈，您辛苦了，喝杯水休息一会儿吧！”妈妈接过水喝了一口，笑着对我说：“这水可真甜啊！你真是个懂事的好孩子！”听到妈妈的表扬，我不好意思地笑了。



春

慈溪市第四实验小学306班
夏枫清(证号2318947)
指导老师 奕颖

假如我会变

北仑区九峰小学302班
张欣妍(证号2315123)
指导老师 阮珊瑚

每当看到魔术师那么神奇的表演时，我就渴望有一天自己也能有神奇的变化，为人们做一些事情。

假如我会变，我想变成一朵白云。当人们热的时候，我就用自己的身体遮住那炎热的太阳，帮助人们解暑；当人们生气时，只需一抬头，就能看见我可爱的脸庞，刹那间，所有的烦恼就抛到九霄云外去了；当人们遇到干旱时，我将会变成雨滴，洒落到世界各地……

假如我会变，我想变成一只小狗。当人们迷路时，我就会用自己的本领，给他们指引方向；当人们生气时，只要一低头，就能看见我可爱的身影在脚旁跳跃，烦恼一下子就不见了；当人们忙得不可开交时，我就会在一旁帮助他们一起做事……

假如我会变，我想变成一只蜻蜓。当人们忙着捉害虫时，我就会变成一个“捉害虫高手”，把每个地方的害虫都吃得一干二净；到了夏天，我就会在那含苞欲放的荷花上休息，当人们看见我时，我就会花样飞行，逗他们开心……

假如我会变，我想变成世界万物！

覆杯实验

海曙外国语学校
青林湾校区303班
范景轩(证号2302732)
指导老师 张丹微

什么？一张纸能托住一杯水？正所谓：亲身下河知深浅，亲口尝梨知酸甜。事不宜迟，我现在就来做个小实验。

首先，我准备好了实验需要的材料：平口杯子、水、A4纸。接着，我小心翼翼地往平口杯子里倒满水。再把A4纸轻轻地放在杯口上，然后用手掌把纸和杯口按住。这时水溢出了一点点，我突然有点忐忑不安，不断提醒自己要冷静。紧接着，我把杯子快速地翻转，杯子又流出了一点水。我屏气凝神，心里越发紧张了起来。最后，我大胆地松开手，A4纸竟然没有掉下去！我的实验成功了！我既开心又不解：为什么A4纸可以把满杯的水拦住呢？

我查阅了相关资料，终于明白了其中的原理：杯里的水满了，就没有了空气，外界的大气压强大过杯中水的压强，导致水没有流出。

在我们的日常生活中，科学奥秘无处不在。只要我们善于观察，勇于实践，一定能获得无限的乐趣和奇妙的知识。

宁波的夜景

宁波市广济中心小学
广济校区301班
屠彦博(证号2302799)
指导老师 童玉娟

宁波的夜景很美丽。一弯朦胧的月亮，从禅翼般透明的云里钻了出来，给大地洒上银色的清辉。宁波这个美丽的小姑娘，正在微风中展示着她的热闹与繁华。

南塘老街人山人海，好不热闹。有卖冰糖葫芦的，有卖大排的，有卖葱油饼的，香气扑鼻，让人垂涎欲滴。只要你能想出的美食，这里都有，而且色、香、味俱全。头顶上悬挂着的各种五彩的灯笼都亮起来了，显得十分喜庆。

市中心的天一广场，是个休闲的好去处。每当夜幕降临，天一广场中心的地灯就像一块块神奇的宝石，刚走上去是绿色的，走过后，惊奇地发现它变成了蓝色。最大的亮点要数音乐喷泉了，水下的灯光不停地变换，把喷泉照得格外美丽。有时像绽开的花朵，有时像金色的皇冠，有时像蔚蓝的大海。

晚上的三江口灯火通明，波光粼粼。放眼远眺，甬江大桥似一艘漂亮的帆船。江厦桥上车水马龙，如同一条银河。灵桥像一位精神矍铄的老人，守护着三江口，也见证了宁波发展的历史。

我喜爱宁波的夜晚，它述说着繁华和平凡中的安宁，你们喜欢吗？

瑞岩寺游记

北仑区泰河学校210班
王与成(证号2309873)
指导老师 俞璐璐

星期六午后，阳光明媚、微风拂面，正是踏青的好天气，爸爸开车带我去瑞岩寺游玩。

车刚过瑞岩寺指示牌路口，一座牌坊映入眼帘，中间有“佛国仙境”四个大字。车行两三里，透过右边车窗，一汪碧水尽收眼底，湖边有人钓鱼、有人露营，这便是瑞岩水库。车行五六里，我们来到景区大门口。

进了大门，左边是小恐龙沟，右边是一条长满青苔的石头路。前面是芝水桥，过了芝水桥，我们来到剪月亭和灵芝亭，面前是私人苗圃，园里有桂花树和罗汉松。然后我们来到瑞岩宝塔前。瑞岩宝塔是一座六层八面的砖木结构塔，绕过宝塔，看见一座汉白玉观音像，旁边有发财树和送子树，上面挂有许多祈福的红绸带。

游玩一圈后，我们来到瑞岩寺，这座寺庙依山而建，前后数重。天王殿里，弥勒佛居中、四大天王分立两侧。出后门上台阶，我们来到大雄宝殿，大殿里面供奉着四座佛像，有僧人在诵经。

离开大雄宝殿后，我们沿着干净的柏油山路来到古树部落。这里有樟树、枫香树、无患子树等十几种树，树龄在130—260年之间。难怪这里号称“天然氧吧”，都是它们的贡献啊。

之前听别人说，瑞岩寺风景宜人、令人神往，今天一游，果然名不虚传。

组稿老师

张琴琴 严幼琴 毛武迪

跆拳道

北仑区岷山学校305班
杨器(证号2310102)
指导老师 王焱珍

跆拳道是一项体育项目，两人徒手赤足搏击，用脚踩、踏、踢和拳打，以击中对方身体有效部位的次数，作为判定胜负的依据，是奥运会比赛项目。

爸爸想让我强身健体，所以让我去练习跆拳道。现在我已从白带练习到了黄绿带，练的项目也有很大的改变，比如说原来青蛙跳和鸭子步只需要三圈，现在增加到了六圈，老师还增加了一个项目，就是劈叉！

一开始我不敢，最后，我鼓起勇气，走上前去。老师先让我坐在地上，两条腿分开，然后老师拽着我的手，用他的脚把我的腿慢慢往外推，推到我的极限。老师让我从一数到二十，到了最后，我都快站不起来了。不过慢慢地我发现这并没有想象的那么痛。接着老师让我们练习扶杆踢腿，要求做六十个，中途不可以放下。老师会拿着竹棍在脚下面扫，只要脚一落下来，就会被打到。虽然每次训练结束，我都会满头大汗，但我会坚持的，直到我能轻松地做到一字马、空翻。

虽然跆拳道很累，但我想坚持下去，因为我想成为一个很厉害的小朋友！

我家的倒挂金钟

宁海县实验小学城西校区303班
郭梓萱(证号2313737)

我家种了许多花草，有兰花、茉莉花、玫瑰花……但我最喜欢的还是倒挂金钟。

倒挂金钟是前不久妈妈从花市上买来的。当妈妈告诉我它叫“倒挂金钟”时，我就非常好奇，心想为什么叫“倒挂金钟”呢？于是我仔细地观察。

倒挂金钟枝叶繁茂，枝干又细又长，色如泥土，卵形的叶片翠绿油亮，叶面滑得像打过蜡一样，在阳光下一闪一闪的，好像有无数的生命在颤动，可好看啦！

最奇特的是它的花朵，玫红色的四片花萼，向四周翻飞。花瓣是紫色的，像害羞的小姑娘向下低垂着头。花中间有几根长长的花蕊伸出来，似灯笼底下的流苏，远远望去，既像小姑娘舞动的紫纱裙，又像一盏盏小灯笼，更像一口口寺庙里挂着的小铜钟。这时我恍然大悟，怪不得人们叫它倒挂金钟呢！

那倒挂金钟的花苞也不逊色。圆圆的，红红的，一个个饱胀得快要破裂似的，在绿叶的掩映下非常耀眼。

倒挂金钟开了一波又一波，花形奇特，妆艳如画，给我们家增添了无限生机，已成为我们家一道美丽的风景。

一个小实验

北仑区顾国和中学306班
陈楷文(证号2303662)
指导老师 陈旭咪

你见过鸡蛋浮在水面上吗？现在就让我带你做一个实验吧！

首先，我从厨房里拿出一个又大又圆的鸡蛋，一个装满水的大罐子，一包盐和一根筷子。接着我倒了一些盐在装满水的大罐子里，用筷子搅了一会儿，水变成半透明的颜色了。

接下来我把鸡蛋放入盐水中，奇怪，鸡蛋怎么没有浮起来，而是沉到了水底？我又加了一点盐搅拌，这次鸡蛋探出了小脑袋。我想让鸡蛋整个身体都浮起来，于是再加盐，把水变成了乳白色。慢慢地，鸡蛋浮起来了！它像一个游泳健将在水面上游来游去，我成功了！

你知道为什么这个又大又圆的鸡蛋会浮在盐水上吗？其实是加盐后，盐水的密度大于鸡蛋的密度，鸡蛋就浮起来了。

这个小小的实验让我学到了很多知识，也让我知道了科学无处不在。