



2023年9月29日 星期五 责编:王妙妙 徐徐 美编:雷林燕 照排:余佳维 审读:邱立波

# 我为亚运喝彩

★这周是特别的一周,因为杭州迎来了盛大的亚运会开幕式。作为一名小学生,能够目睹这么盛大的场面,我感到无比兴奋。

开幕式这天,我和爸爸妈妈一起坐在电视机前等待着。玉鸟飞过,蝴蝶飞来,梦幻般的美景映入眼帘。恰逢秋分,整个舞台变成了金色的稻田,在这丰收的喜悦中,我们一起迎接亚运圣会的到来。当烟花照亮了夜空,我们仿佛置身于一个五彩斑斓的梦境中。

看着来自五湖四海的运动员们迈着矫健的步伐走进场内,我不禁感叹他们的勇气和毅力。当中国代表团出现时,全场燃起来了,每个人的脸上都洋溢着激动和自豪。我更是激动得跳了起来,挥舞着五星红旗,为我们的运动员们呐喊助威。

作为一名新时代的少先队员,我不仅要加强体育锻炼,积极参与各项运动,更要传承亚运精神,努力学习,积极向上。

海曙区高桥镇博泽学校402班  
殷福涛(证号2303191)  
指导老师 胡嘉玲

★9月23号,是个值得纪念的日子,因为那天杭州第19届亚运会开幕了。宁波作为分赛场之一,承担亚运会帆船帆板和沙滩排球两个比赛项目。作为宁波的一份子,我感到特别骄傲和开心。

暑假里,和爸爸妈妈出去玩的时候,我们经常能看到三个古灵精怪的娃娃。我觉得它们特别可爱,问了妈妈,才知道它们是亚运会的吉祥物,分别叫莲莲、琮琤和宸宸。它们的名字还很有来头呢!莲莲代表西湖,名字源于西湖中无穷碧色的接天莲叶;琮琤代表良渚古城,名字源于在古城出土的文物“玉琮”;宸宸代表京杭大运河,名字源于标志性建筑物拱宸桥。

本届亚运会分为竞技性、球类、对抗性和水上四大类的比赛。我特别期待的是帆船比赛。看到运动健儿们驾驶着帆船在海上驰骋,我激动得不得了。另外,球类比赛中的乒乓球赛也是我非常期待的赛事。每次看比赛,我都有一种热血沸腾的感觉。我感到特别骄傲,就像自己获得了冠军一样高兴。

我也要做好亚运会的一份子,好好学习,努力锻炼!

海曙区高桥镇博泽学校404班  
刘锦成(证号2303203)  
指导老师 邬佳琪



## 围炉烤物

宁海县实验小学教育集团  
金桥校区502班  
杨声焯(证号2314016)



## 幸福中秋节

海曙区宋家漕小学303班  
柏咏堃(证号2301306)

## 果汁阳台

慈溪市龙山镇实验小学502班  
刘伊一(证号2318829)  
指导老师 方红霞

午后,悠悠的日光洒进了明净的窗中。窗外放着几个盆子,几株植物在秋高气爽的阳光里陶醉着。

“果汁阳台”便是其中之一,那是妈妈的掌上明珠,肥料、土壤、花盆用的都是最好的。那纤细的身段迎着微风伸展着,金灿灿的光芒将一点的嫩描成深色,些许棕黑色点在绿叶间,像是斑点,这是一幅多么精妙的线描与彩铅画啊!它在微风中轻轻地颤动着、颤动着……动态与静态交替。

瞧!一朵小花从枝间伸出头来,探头探脑,左顾右盼,重重叠叠的花瓣由深到浅地排列着,犹如一个精致的荷包掉在了绿叶间。

一朵朵花在窗外张望,它们是那样生机勃勃,向往着彩色的世界。

## 妈妈减肥记

海曙区石碶街道栎社小学403班  
徐艾如(证号2301098)  
指导老师 何世恩

今天上午,妈妈终于忍不住去称了一下体重——天哪,比上次胖了10斤!妈妈很郁闷,于是,我决定帮帮妈妈。

我先让妈妈做100个仰卧起坐。妈妈信心满满地说:“没问题,这个简单。”可才做了5个,她就大汗淋漓,身上像被压了巨石似的,坐起来是那么艰难。“哎呀,吃不消了!太累了!太久没运动了……”妈妈说完,就躺在垫子上懒得动弹了。

等妈妈休息了一会儿,我又让她改跳绳300下。妈妈表示这个比仰卧起坐简单些,她之前一口气能跳500个呢!可是还没到1分钟,妈妈又累倒在地了。你猜猜她跳了多少个?80个!果然是“好汉不提当年勇”啊!

不过,妈妈倒是没有轻言放弃,因为她要给我做表率呀!于是我又安排她绕着村子慢跑5圈——这可是我的常规体能训练项目。刚开始,妈妈跑得挺快,我都快跟不上了。但我不着急,因为我知道接下来……果然,一圈之后,妈妈的跑速堪比龟速了。我恨不得在我们俩腰上绑条绳子,拉着妈妈继续前行。看着妈妈沮丧的样子,我给了她一个大大的拥抱。

等我们跑完回到家,已经到了吃晚饭的时间,奶奶做了一桌子的好菜。妈妈二话不说,上桌吃饭,那胃口好得呀,像是饿了三天三夜!唉,这不是白运动了吗?

## 您的话,我记着

海曙区高桥镇中心小学610班  
马浩然(证号2303383)  
指导老师 姚萍

四年级下学期,我遇见了她——我的数学老师。她很严厉,但每个人都喜欢她。她的眼睛有魔力,会读心术,能知道你在想什么。

上课时,她能带动我们的积极性,让我们快乐有效地学习。可是,我的数学成绩并不好,我很崩溃。遇到了自己喜欢的老师,偏偏她教的学科是我的弱项。那天的最后一节课是数学课,我精神又不集中。放学时,老师没有出去,而是等我排好队伍后,对我说:“你算得很准确,只是还没掌握学习方法,你要克服它。”

这不就是一个老师让学生喜欢的最大引力吗?在你落寞时,点拨了你!从此,我更加认真学习数学,成绩有了很大的进步。

## 前童古镇

宁海县实验小学城西校区403班  
叶馨瑶(证号2313735)  
指导老师 葛慧丹

我去过风景优美的西湖,去过雄伟的万里长城,其中最让我难忘的是前童古镇。

这个古镇很美。走进村口,就看见一座古老的牌坊,牌坊上写着“前童”两个字,这就是古镇的入口。这里的水环屋流动,每户都能看到潺潺的流水绕着房子走,可爱的小鱼儿在水中玩耍,架在小河上的石板是“小桥”,形成了“小桥流水人家”的美丽风景。每条街巷都铺着鹅卵石,街巷两边挂着许多红灯笼,还有五颜六色的桐油伞,漂亮极了!

妈妈说:“前童古镇建于宋代,距今已有700多年的历史了,这里保留着大片明清时期的旧宅和老街。这里的泽思居就是建于300多年前的清代,里面的雕刻精细复杂,号称江南第一雕花大楼呢!民俗博物馆则展示了古镇的生活,记录着一个人从出生到成长立业、成婚嫁娶,再到生儿育女的生活历程和各种风俗礼仪。”我一边听,一边游览,心中不禁感叹着,这真是一个充满神秘色彩的古镇!

古镇里有很多好吃的美食。被称为前童三宝的老豆腐、香干和空心豆腐,更是美味无比,远近闻名。其中空心豆腐是用老豆腐切成成长条形,放入油锅中煎炸成外表金黄、中间呈蜂窝状,脆而不碎。蘸上椒盐,一口酥脆紧接着变成了豆腐的清香,真是回味无穷!

美丽的前童古镇,令人流连忘返!

## 游中国航海博物馆

宁海县银河小学405班  
王子瑜(证号2314595)  
指导老师 戴月珍

假期里,我怀着满心的期待去参观了中国航海博物馆。

到达目的地,映入眼帘的是两座高高耸立的白帆形状的建筑。进入大门,展现在我眼前的是一艘1:1还原的明代帆船——福船。它的船身足有一层楼高,船头有两只大眼睛,传说这是让船化身为一条巨大无比的鱼,来躲避鲨鱼的攻击,船尾贴着一幅精美的精卫填海图。据说“郑和下西洋”用的就是这种船!走在甲板上,我不禁佩服古代的能工巧匠能打造出这样的大船。

来到二楼,这里有琳琅满目的船只模型:满载而归的货船、甲板宽阔的客船、无坚不摧的破冰船、高大威武的航母……令人眼花缭乱。

到达三楼,我好像进入了多姿多彩的海底世界。这里有五颜六色的小鱼、五彩斑斓的珊瑚、形形色色的贝壳。其中最引人注目的是一个车轮大小的贝壳,有一圈圈棕色的花纹,美极了!

在博物馆中,最令我印象深刻的是一艘羊皮筏子。筏子下面是十几个羊皮“气球”,上面用粗粗的竹条连接起来。古代没有打气筒,我猜吹“气球”的人是不是得有很好的肺活量。而黄河水流湍急,礁石林立,羊皮筏子却能操作灵活。在那么古老的年代,人们竟发明出这么方便的交通工具,真是太厉害了!

航海博物馆之行让我收获了不少知识,期待以后能参观很多的博物馆,让自己变得更加博学。

## 永不言败

——读《假如给我三天光明》有感  
北仑区岷山学校504班  
林柏淳(证号2310277)  
指导老师 张莉

一束束阳光如万道金光射进来,给整个房间镀上了一层金边。我坐在床上,看着《假如给我三天光明》,被海伦身残志坚的精神感染着,认识到永不言败有多么重要。

海伦是不幸的,一直生活在无声、黑暗的世界中。但她也是幸运的,遇到了莎莉文这样的好老师。莎莉文起初就像一座灯塔,驱散了小海伦内心的不安与孤寂,后来她又像一座桥梁,连通着海伦和世界的交集。可以说,没有莎莉文就没有日后的海伦,是她用足够的爱和耐心辅导并陪伴海伦,海伦才能创造一次又一次的奇迹。

当我翻开书页,一页一页读下去,心中汹涌澎湃。海伦原本是一个聪明活泼的女孩,可一场噩梦般的高烧把她的视力和听力给剥夺了。读到这里,我不禁为她感到深深的悲伤。三天72个小时,对于海伦来说,是多么的珍贵难得。如果能拥有三天光明,她的心里会多么满足,多么欢乐。可对海伦来说,这却是一个无法实现的梦想。读到最后,她带给我的惊讶,她那强大的精神力量震撼着我。

想想平时自己在学习上碰到一点点的困难,就轻易放弃了,没有用心去克服。正因为这样,我的成绩也很难得到提升。我要向海伦学习永不向困难屈服的可贵品质。以后遇到挫折,我绝不会再打退堂鼓,更加不会垂头丧气,而是积极应对、敢于挑战困难。

海伦虽然生活在黑暗中,却给人类带来了光明——她用行动证明了人类战胜命运的勇气,给后世以希望的勉励。