



2023年12月5日 星期二 责编:王妙妙 徐徐 美编:张靖宇 照排:余佳维 审读:邱立波

难忘

de 往事

慈溪市慈吉实验学校603班

马夕媛(证号2319351)

指导老师 陈莹

每当看到那张奖状,我总会想到那段团结的往事。

这天,老师走上讲台,对同学们说:“这周四要开运动会,最难的是八人九足。”大家踊跃举手,小手好像雨春笋般冒了出来,而我也其中之一。最后老师把大家分成了两组,大个子同学一组,小个子同学另外一组,随后就开始了紧张的训练。

训练在炽热的阳光和蝉鸣声中拉开了序幕,我们本以为会很顺利,可没想到,刚走出第一步,我左边的小威就摔倒了。他这一摔可不得了,我们你拉我,我拖着你,一下子全倒在了地上。第二次,老师提醒我们,教我们如何顺利地起跑,“喊一的同时,一、三、五、七同学出右脚,二、四、六、八同学出左脚。”照着老师教的方法,我们大声地喊出了整齐的口号,“一二一二……”我们的速度越来越快,最快的一次只用了16秒时间。

终于到了比赛的那一天,我们班一个个都摩拳擦掌、跃跃欲试。终于轮到我们班上场了,大家做好相应的准备后,就竖起耳朵仔细地听裁判员下达口令。随着一声清脆的哨声响起,我们像出了笼的豹子一样向前冲去,同时喊起了整齐的口号“一二一二”。所有同学的手紧紧拉在一起,眼神中写满了坚定,我们一步一步一个脚印,率先抵达了终点,最终取得了这个项目的冠军。

蝉声渐渐小了,可是欢呼声却一浪高过一浪,阳光灿烂地洒在我们一张张通红的笑脸上。



爱生命 防溺水

北仑区岷山学校401班

郑欣桐(证号2310188)

指导老师 沈翠琴

组稿老师 赖冰滨

冲锋障碍接力赛

北仑区岷山学校604班

糜承勋(证号2310288)

指导老师 张莉

你别不信,我和队友们挑战过一次障碍接力,一钻一跨,一飞一跃,冲锋陷阵,势如破竹,还得了第一呢!

在一次次紧锣密鼓的障碍跨栏练习中,我逐渐掌握了核心技巧:钻栏架时,一条腿先要跨过去,越远越好,只有这样,身体才能借机钻过去而不碰到栏架;过栏架时,身体反应越快越好,不需要减速慢行,我们只要借助惯性的力量,身体向上一跃就过去了。

这天大课间,我们的障碍接力比赛即将拉开帷幕。拉拉队的呐喊助威声充满操场的每一个角落,那种热闹而又兴奋的场面,感染着每一个人。这是我们几节课练习下来的最终测试,努力不能白费!我和队员们互相鼓励加油,浑身充满力量,藏在身体里的潜力仿佛就要迸发出来。

“三、二、一,预备——”我的心突然跳得越来越快,甚至身体都不自主地颤抖。“别怕,有我们!”队友的一声鼓励顿时让我镇定下来。我们像一群勇士开始了赛场冲锋:第一棒是小李同学,他是个无敌的跑步健将。他如一发子弹飞了出去,全程没有减速;第二棒是林同学,耐力、体能样样拿手。他跑得像飞毛腿一样快,把对手一个个甩得老远!

马上就到我了,接力棒刚一触到手,我就飞速夺过,开始狂奔。耳边的风呼呼地吹,第一个障碍来了!我的脚向前一跨,身体向前一沉,后腿猛地发力,轻松过关;接着第二个障碍,我一个大鹏展翅,“飞”过了障碍;然后又是“凌波微步”,一直飘到了终点。加油助威声,此起彼伏,整个场面十分火热。

比赛结束,我们是第一!人生道路就像这场接力赛,不但需要勇气和拼搏,还要时时保持头脑冷静,跨越一个个障碍物!

造“娃”记

宁海县桥头胡中心小学506班

尤梓夕(证号2314264)

指导老师 葛思思

今天我们美术课的主题是“泥娃娃”,我准备做一个劈叉的娃娃。

首先,我拿出一点陶泥,把它搓成球做脑袋。紧接着,我又做了娃娃的腿和手。这时,我看见娃娃的头变得满是裂痕。我赶紧在刻刀上涂了点水,又涂到了“脑袋”上,它终于被我拯救了回来。

因为我不知道该怎么做娃娃的表情,就决定直接在娃娃的脸上画眼睛和嘴巴。

过了许久,我终于把身体的各个部位给捏好了,现在万事俱备,只差组装了。

我往各个衔接部位涂上水,用力摁了上去。就在我以为胜利在望的时候,它突然就散架了,我急得欲哭无泪。这时,老师看到了,她神奇地变出了几根牙签,把它们组装在一起。

看着造出来的“娃”,我特别有成就感!今天的美术课实在太有意义了!

我学会了骑平衡车

宁波前湾新区

世纪城实验小学604班

赵扬哲(证号2317778)

指导老师 周佳雯

星期一,我迫不及待地去参加苗同学的生日会,也就在这一天,我学会了骑平衡车。

刚看到平衡车,我满脸写着羡慕,有一个想法在心中萌生,那就是学习平衡车。于是,我们就把平衡车拿到楼下。

我用食指按下了平衡车的启动按钮,苗同学刚扶我上平衡车,平衡车“呼”地一下就转了起来,就像安装了螺旋桨,怎么也不听使唤,转得我天昏地暗。后来我急中生智,直接从平衡车跳了下来。

第二次,我可以像蜗牛一样一点一点往前走了。正当我洋洋得意时,路面突然出现一个小水坑,躲闪不及的我一下从平衡车上摔了下来,一屁股坐到了地上。这一“巴掌”拍得可真难忘,我边揉屁股边想:好痛。

反复尝试了几次,我摸清了平衡车的“性格”和“脾气”后,就完全可以自己掌控方向了,我让它往东,它绝不敢往西,就像孙悟空驾着筋斗云一样潇洒自如。

我终于学会了骑平衡车,真是世上无难事,只怕有心人啊!

挑榴莲

海曙区横街镇中心小学603班

陈诗涵(证号2302462)

指导老师 方彬彬

每个人都有自己的拿手好戏,比如跳舞、书法、唱歌。而我的拿手戏则是挑榴莲!

大部分人买榴莲靠运气,但我却有一套“独家秘方”。每次和妈妈出去买榴莲,我会先挑一个十分饱满的榴莲,捏住它的两个刺,试着捏一下,刺较软。我又迎着光看它的外皮,表皮果刺分明,上面有几条被熟透了的果肉撑开的裂缝。我又凑近闻了闻,果肉那浓郁的甜香透过裂缝钻进我的鼻子,我闭上眼睛,沉醉在这香气中。嗯,就是它了!

回到家,我们剥开榴莲一看,哇!果肉金黄,出肉率极高,咬一口,冰淇淋般的口感香甜绵软,回味无穷。

精彩的拔河比赛

宁波前湾慈吉外国语学校

双语5A班

吴汶格(证号2303696)

指导老师 虞增锋

令人兴奋的拔河比赛就要开始了,这场比赛决定我们班有没有积分。作为拉拉队的我,按捺不住自己的兴奋,卖力地叫道:“加油,加油,加油!”只见我们A班和D班,你拉过来,我拉过去……一声声兴奋的尖叫声,一浪高过一浪!最后在我们班选手的努力下,我们赢了!当我们所有人都还沉浸在胜利的喜悦中时,下一场对B班的比赛又拉开了帷幕。

我用极限的声音吼道:加油,加油!老师们也有节奏地喊着“加油”。可还是太迟了,我们班没有获得胜利。同学们有些小失望。有的“呼哧呼哧”喘着粗气;有的累倒在了地上,脸色煞白;有的腿抽筋了。而我在花坛边坐着,只觉得喉咙传来一阵阵的抗议声。

通过这次拔河比赛,我们班变得更团结了。我们一起面对困难和挑战,为校园生活增添了许多光彩。



家乡之美

慈溪市庵东实验学校402班

徐紫涵(证号2319577)

指导老师 毛亚波

紧张的运动会

●“加油,加油,运动员加油!”要说运动会上什么项目欢呼声最高,那必定是跳高了。当选手跳过杆子时,周围同学的呐喊声响彻云霄。我们班也派出了陈梓辛和徐语桐参加跳高比赛。

比赛开始,第一轮“淘汰赛”,我对我们班的选手充满了百分之百的信心。果不其然,我们班选手全都过杆。但是到了第2轮,徐语桐左脚抬得不够高,没跳过去。但陈梓辛就不一样了,她一个助跑,然后右脚起跳,一个翻身,加一个抬腿,完美落地,跟奥运冠军动作一模一样。冠军非她莫属。

接下来就是跳远比赛,我们班派出了王梓萱和其他选手对决。试跳时大家的成绩都很相近。第一轮比赛开始,王梓萱脚尖越过了跳板,没有成绩。第二跳也是如此。我们都替她捏了一把汗。到第3跳时,我看见王梓萱的眼睛怒视前方,好像前面有敌人似的。一个快到飞起来的助跑,右脚起跳,紧接着,稳稳地落在沙坑上,周围迎来一片掌声。第三跳直接夺得冠军。真是惊心动魄的一刻啊!

运动会很快落下帷幕,我们班在各位运动员的努力下,夺得了团体总分第三的成绩。大家都沉浸在激动人心的氛围中……

海曙区雅戈尔小学401班

周晨业(证号2303441)

指导老师 徐林利

●今天的运动会,我首先参加的是实心球比赛。由于过于紧张,我的手脚都麻了,心里默念:“我一定要拿到一块奖牌证明自己。”终于轮到我了,我的心跳得更快了,手像冰块一样冷。当我拿起实心球时,它是那样的重,好像比以往重了好几斤!我铆足了全部力量,向前一扔。“6.27。”啊!才这么点儿?我有些惊讶。第二回我使出了吃奶的力气,可还是只有“6.22”。

下一个项目是立定跳远!我的心忐忑不安,身子比木头还僵硬。我掂起脚,双臂一挥,笨拙得像一块石头落在垫子上。“156。”裁判员喊道。还有一次机会,我用力摆臂,心都快跳出嗓子眼了!可惜最后只跳了152。

最后成绩出来了,我只得了第七名,这预示着我火候不够,要像孙悟空练火眼金睛一样,继续修炼啊!

宁海县银河小学403班

陈麻怜(证号2314562)

《现代金报》

分类广告

87254648

宁波市江北雅宁服装店遗失公

章一枚,声明作废

宁波高新区尚筑空间装饰工程

有限公司遗失公章一枚,声明

作废

蓝台(宁波)商业有限公司遗失

公章和财务专用章各一枚,声

宁波金鼎众资产管理有限公

司遗失营业执照正、副本各一

本,统一社会信用代码:91330

206MA2938CP8H,声明作废

宁波甬桃进出口有限公司遗失

公章一枚,编号:3302050225

942,声明作废

宁波吉祥汽配模具有限公司工

委会委员会遗失浦发银行宁波开

发区支行基本户开户许可证1

份号J3320028356002,声明作废

慈溪市新浦海威硅胶制品厂遗

失财务专用章一枚,编号:330

2820432945,声明作废