



## 多彩的 校园生活

好吃的自助餐让我们养成了不浪费的好习惯,激烈的接力赛让我们知道了团结就是力量,有趣的吃薯片比赛让我们收获了快乐与幸福……校园生活是如此的丰富多彩,它带给我们的不仅是快乐,还有成长。

### 学校自助餐

慈溪阳光实验学校 404 班

龚思辰(证号 2319076)

指导老师 应金平

这周我们学校正式开启自助餐了。

自助餐有六个菜,还有饭和汤。我们根据自己的需要选菜,吃完后还可以再加,但必须要光盘,不能浪费。不过有时要想吃到自己喜欢吃的菜,需要早点儿去食堂,因为它有可能会被吃完。星期四中午,我们班晚去了食堂五分钟,结果我最爱吃的糖醋排骨没了,我只好选择其他菜吃。晚上有鸡腿、水果羹等我爱吃的菜,所以我吃得很多,肚子都圆鼓鼓的了。

自助餐,不仅让食堂的菜品更加丰富,还让我们养成了不浪费粮食的好习惯,真是太棒了。

### 一堂有趣的课

北仑区岷山学校 609 班

胡静彤(证号 2310369)

指导老师 刘海霞

在近六年的小学生涯里,我上过生动的语文课、严谨的数学课、快乐的英语课,可我觉得最有趣的那那节科学课莫属。

上课了!科学老师郑老师大声宣布:“今天我们要学习显微镜的使用!”全班同学跃跃欲试。郑老师先教我们制作水中微生物标本。他做完示范后,要求我们自己完成。“不就是制作标本吗?有什么难的!”我信心满满地上台领取了载玻片,按照要求,小心翼翼地用滴管吸了一点烧杯中的样品,然后轻轻地滴到载玻片的中央。我用镊子十分细心地把盖玻片夹起来。盖玻片特别薄,轻轻一按就有可能碎,而且要让它没有气泡地完美盖在水滴上,真是一个细致活。我看了看旁边的同学,她慢慢地用镊子把盖玻片盖在水滴上,眼看就要成功了,突然手一滑,盖玻片移动了一点位置,里面偷偷跑进了几个气泡。她十分懊恼,我也更紧张了,生怕一个不小心功亏一篑。我的手都发抖了,迟迟不敢放下载玻片。但一直夹着它也不行啊!我一狠心,往上一盖,干净利索,再用吸水纸吸干净多余的水,一看,一个小气泡都没有!我的第一个标本十分完美,我开心极了!

接下来,我们调整好显微镜后,把制作好的标本放上去。从目镜往下看,哇!有好多微生物呀!有像草鞋一样的草履虫,有可以变化形状的变形虫,有似月亮一样弯弯的新月藻……显微镜好像一个神奇的穿梭机,带我们走进了微观世界。

下课铃声轻快地响了起来。我们收拾好显微镜,恋恋不舍地离开了科学教室。这可真是一堂有趣的科学课呀!

### 激烈的接力赛

北仑区岷山学校 604 班

胡倬欣(证号 2310286) 指导老师 张莉

上学期,学校组织了一场旋风合力跑接力赛,比赛激烈极了。

随着裁判一声哨响,同学们都以最快的速度冲了出去。我们班的小李同学处在中间赛道,只见他咬紧牙关,手紧紧地握着接力棒,把步子迈到最大。跑到弯道时,小李同学倾斜身体,紧贴障碍物,防止绕圈的距离太大。在同学们的加油声中,他伸直手,顺利地把接力棒交给了下一位同学。交接结束后,小李迅速跑到一边,大口喘气休息,生怕影响下一组起跑。

其他同学都跑完了,只剩下最后的小王同学。他是接力赛的最后一棒,也是冲刺棒,而且穿上了红马甲,大家的加油鼓励声也更响亮了。

小王同学伸出手,接到接力棒后立刻起跑,一秒也不敢耽误。他紧咬着牙,连眉毛似乎也在用力,手上青筋暴起,用最快的速度、最近的距离轻松绕过弯道障碍物,大步向终点冲去。快到终点时,小王同学领先较多,他还回头看了一眼其他的同学,最后举起胳膊冲过了红线,以优异的成绩拿到了第一名。

同学们高兴得欢呼雀跃,不停地为他们竖起大拇指。这真是一场激烈的比赛啊!

### 精彩纷呈的运动会

北仑区岷山学校 604 班

沃泽成(证号 2310297)

指导老师 张莉

看着晴朗的天空、明媚的阳光,我心里高兴不已,因为学校一年一度的运动会终于到来了!

随着一声声发令枪响,赛场上的运动员们都使出浑身解数,力争赛出好成绩,为班级争光!你看,跑步赛场上的运动员像离弦的箭,又像脱缰的野马,向着终点飞奔而去。铅球赛场上的“大力士”们,举着沉甸甸的铅球,咬紧牙关,浑身憋着一股劲,随后奋力一抛。只见铅球在空中划过一道优美的抛物线,随后重重落在了草地上。“好远啊,真厉害!”周围的同学纷纷鼓掌叫好。

在跳高赛场上,只见选手们先慢慢地助跑,在接近竿子的地方瞬间加快速度,然后脚用力一蹬,起跳、跨越,像一只灵活的燕子轻轻越过竹竿,然后落地,一整套动作如行云流水,让人情不自禁地赞叹!

在跳远赛场上,只见我们班的林同学站在白线上双脚并拢,两条腿半蹲,两只手前后摆动,眼睛紧紧注视着前方,深吸一口气后,像展翅的大鹏腾空而起,刷地一下“飞”了出去,随后稳稳落下。同学们马上报以雷鸣般的掌声,我也不禁为他欢呼。

比赛项目一个接一个,不知不觉一天的比赛快结束了。学校运动会不仅锻炼了我们的身体,也让我们更具有拼搏精神!



### 争奇斗艳的孔雀

海曙区古林镇布政小学 301 班

杨珩翳(证号 2302094) 指导老师 刘璐

### 跳远的激情与荣耀

北仑区岷山学校 604 班

张哲瀚(证号 2310296)

指导老师 张莉

一年一度的运动会终于来临了,此次运动会,我参加了立定跳远比赛。

比赛开始前,我的心情异常紧张。毕竟,这是我第一次参加立定跳远比赛,而且我听说其他班级的选手们实力非常强大。但我仍然尽力调整心态,绷紧每一块肌肉,以最佳的状态迎接这场挑战。

裁判员一声令下,我臂膀猛地一挥,一股难以想象的力量推动我跃上空中,身体尽情伸展,我仿佛成了一只自由翱翔的鸟儿。跳起的那刻,时间仿佛凝固了,始末过程皆如梦中幻景。当我感受到双脚着陆的瞬间,内心沸腾着莫名的喜悦和满足感。当裁判员宣布成绩时,我才知道自己跳出了年级第三名的好成绩。我感到非常自豪,这个成绩是我付出努力和汗水的回报。

除了我之外,还有其他同学也参加了跳远比赛。他们有的成功晋级,有的失败了,但是大家相互鼓励。这种团结和互助的精神让我非常感动。

### 精彩的投篮比赛

北仑区岷山学校 604 班

杨涵铄(证号 2310292)

指导老师 张莉

上学期,我校举行了一场趣味运动会,其中令我印象最深刻的是篮球比赛。

上午,我们班和五班一起走进了体育馆,大家都摩拳擦掌、跃跃欲试。做完简单的热身后,比赛开始了。

第一位小李同学手捧篮球来到篮架下方,找准位置后,高高跃起,双手轻轻一投。不出意料,球进了,他的动作十分果断干脆,赢得同学们一阵掌声。第二位王同学屏住呼吸,右手娴熟地运着球,随后他双腿弯曲,奋力一跃,球顺势被扔了出去,篮球在篮筐上绕了一圈,随后坠入筐内。我们真为他捏了一把汗。

“滴答,滴答”,时间一分一秒在流逝,自从进了那两个球后,之后接连几个都失败了。可我们并不气馁,同学们各个眼神坚定,聚精会神地投入到比赛中。盼呀盼,终于轮到了我。我快步跑上前,将球齐平在自己的胸口处,到了位置以后,双脚轻轻跃起,双手轻轻一拨,将球投了出去。可能是力度不够,篮球“嘣”的一声,落在了篮筐上,没投进。我狂奔过去接住球,交给了下一个同学。

转眼间到了最后一分钟,球又落到了我的手里。我吸取了上一次的教训,快速上前,双脚弯曲,奋力向上一跳,双手用力一投。这次球精准落到了篮筐中。我十分欣喜,为班级争得了一分。

最后几十秒,我们班几个投篮厉害的同学出手,又进了三个球。只听“嘟”的一声,老师吹响了哨子,比赛结束了。我们班虽然不是第一名,但我们懂得了“团结就是力量,坚持就是胜利”的道理。

### 难忘的沙坑跳远比赛

北仑区岷山学校 604 班

刘世航(证号 2310289)

指导老师 张莉

天气晴朗的秋天,阳光洒在操场上,学校组织了一年一度的运动会。我参加的是沙坑跳远比赛。

跳远比赛前,裁判老师宣布了比赛规则:每个人有三次机会,取最好成绩。我深吸一口气,紧盯着沙坑,想着每一步该怎么迈,怎么跳跃才能更远。

轮到我了,我迈开脚步,冲向沙坑。每一次跳跃都让我心跳加速,汗水浸湿了衣服。一次又一次地尝试,终于在第三次时,我跳出了理想的成绩。

我笑了,那是从未有过的喜悦和成就感。那一刻,我明白了什么是努力和坚持。这场难忘的沙坑跳远比赛让我明白了只有通过不断地尝试和努力,才能取得成功。

这是我人生中最难忘的一刻,也是我成长路上的一道风景线。我相信,在未来的日子里,我会带着这份回忆,继续前行,迎接更多的挑战和机遇。

### 吃薯片大赛

慈溪市慈吉实验学校 505 班

许房佑(证号 2303592)

指导老师 丁青平

“加油!加油!快吃到啦!”是哪个班这么热闹?哦,原来是我们五(5)班在举行吃薯片大赛啊!

今天一上课,丁老师就拎着一大袋薯片走了进来。她说:“今天我们来玩个游戏,把薯片放在鼻子上,不能用手,看谁先吃到薯片!”老师话音刚落,教室里就炸开了锅。

比赛开始了,看着香喷喷的薯片,我的口水不由自主地流了下来,可惜我的舌头不够长,不然就能马上吃到薯片了。这时只听“咔嚓”一声,一位选手被淘汰了。原来,他本想把头低一点,让薯片掉进嘴巴里,可不幸的是,薯片直接掉在了地上。看着他就这么被淘汰了,我心想:一定要稳,不能让薯片掉地上。

就当我的舌尖要碰到薯片时,只听“砰”的一声,我们所有人都被吓了一跳,薯片也都掉在了地上。我们用生气的目光齐刷刷地望着“罪魁祸首”——许房佑同学。

虽然这次比赛我没有得第一名,但收获了千金难买的快乐与幸福。

### 制作动物名片

宁海县实验小学

城南校区 401 班

邵奕岚(证号 2313802)

“看过名片吗?小小的一张名片包含了哪些内容?”周四美术课上,王老师教我们制作动物名片。“姓名、年龄、职业、兴趣爱好、电话号码……”有同学如数家珍地报出了很多关键词。“那动物名片要包含哪些呢?”“动物画像、姓名、年龄、外形介绍、生活习性……”

随后,老师布置了一项我很喜欢的作业——制作一张动物名片。我迫不及待地准备材料:彩泥、卡纸、双面胶、马克笔、剪刀。我把卡纸对折,用剪刀把硬邦邦的直线边缘修剪成弧形,这样看起来更美观些。我在封面画了一只可爱的小狐狸,用彩泥做小装饰贴上去,不失可爱。打开卡纸,我在里面勾出花形边框,把有关小狐狸身份介绍的语句,端端正正地誊抄在卡纸上。“慢工出细活”,我一笔一画地抄着,抄了好久,动物名片终于完成了。我松了一口气,小心翼翼地把它收好。