



2023年12月15日 星期五 责编:徐徐 王妙妙 美编:曹优静 照排:张婧 审读:邱立波

宁波大学附属学校小学部

著名儿童教育家陈鹤琴先生曾经说过：“大自然、大社会是活教材。”为真正实现走出课堂，走进社会，使孩子认识社会、增长见识、体验生活、感受人文，在金风送爽的11月，宁波大学附属学校小学部秋季社会实践活动如火如荼地展开。

孩子们用双脚丈量世界，用双眼探寻奥秘，用双耳倾听故事，用心灵感悟生命。在丰富多样的社会实践中走进自然，走进社会，拓展眼界，锻炼能力，增长才干……

指导老师 徐鑫鑫

乐实践
促成长

咏柳

305班 李梓萌 (证书2300316)

走进慈城，爱上慈城

507班 黄语婷(证书2300443)

指导老师 吴琦

慈城镇位于宁波市江北区西北部，三面环山，一面临水，山水相依，风景秀丽。周六那天，在老师的带领下，我们班一起走进慈城，领略慈城的魅力。

第一站，我们来到了孔庙，这是一所历史悠久的寺庙，里面有很多孔子的铜像。孔庙里古木参天，庄严肃穆，我们聆听鸟儿的鸣叫，瞻望齐天的高树，眼前浮现出一座优美的庭院。这里还有一个特色项目——活字印刷。当那一个个相同大小的刻字印章出现在我眼前时，我才知道，活字印刷真不愧是老祖宗留下的瑰宝。我一边背着古诗词，一边小心翼翼地挑选刻着字的印章，然后一一摆列整齐，最后慢慢敲击，拓实，把诗词印在蚕丝纸上。当作品完成时，我既喜悦无比，又为古人的智慧感到自豪。

慈城另一个有名的特产就是年糕了，相传春秋时期，伍子胥预感到吴国将会遭遇饥荒，于是在修建苏州的城墙时，使用糯米制砖。在饥荒时，人们从城墙下挖出了糯米砖，得以度过了饥荒。为了纪念伍子胥，人们开始制作形似城砖的年糕，使用至今。漫步城中，制作年糕的场景随处可见，一般都是两人一组，一人用大木锤反复捶打，另一人就在间隙给年糕翻面，两人配合默契，只见一大块白色年糕团在反复捶打中变得软软糯糯，让人垂涎欲滴。

我们还欣赏了清真寺，逛了城隍庙，不知不觉，半天时间拂然而过。当我们离开时，望着满城灯火和依然热闹街道，不禁感慨，慈城不仅有独特的历史，还有优美的自然风光，真是让人流连忘返！

难忘的汉文化节

202班 俞澎(证书2320305)

指导老师 王璐

盼望着，盼望着，从九月盼到十一月，汉文化节终于来啦！

开幕式这一天，校园里来了许多人，他们穿着各种各样的汉服，有的像是威风凛凛的剑客，有的像是温文尔雅的大家闺秀，有的像是满腹经纶的诗人。我穿的是明代服饰，里面是一件藏青色的长袍，长得盖住了我的小腿，袖口上用金黄的丝线绣着精美的图案。外面是大红色的短袖罩衫，领口绣了两条神采飞扬的龙。穿着这样的衣服，再配上一顶黑色圆顶大檐帽，连班主任王老师见了都说：“真像是个古代的锦衣卫呀！”

我们学校的汉文化节有各种有趣的活动，最难忘的是“古诗词大会”。每班选出了“小诗人”组合，在报告厅进行PK。九宫格猜诗、看图猜诗句、飞花令……每答出一句，就得到台下热烈的掌声。如果你在现场观看，一定一眼就会看到台上那个穿着大红袍子，戴着大帽子的男孩——是的，那就是我！

热闹、有趣的汉文化节，真令人难忘！

参观保国寺

303班 那靳桐(证书2331329)

晨雾微凉。今天，我们班要一起参观保国寺。

保国寺是一座历史悠久的千年古刹。它始建于南宋时期，整座寺庙都是利用榫卯结构的木质材料建筑而成。沿着一条山路，我和同学们走到保国寺大门前。寺门不大，走进进去却有乾坤。

我们跟着导游叔叔走进了第一座大殿。听导游叔叔介绍：“整座寺庙共有四座大殿，大殿都被树林环绕，这些树林既可以保护大殿，还可以起到美观作用。”

保国寺都是采用黄松木制成的，这种木材硬度高，还有一种特殊的气味，鸟儿和虫子都不喜欢，从而达到了保护寺庙不被虫鸟伤害的目的。支撑大殿的柱子都是花瓣形状。因为南方的木头都比较小，利用榫卯结构，把这些较小的木头拼成更大的柱子，就可以使支撑结构更加牢固。而且，这些柱子都是向内倾斜的。因为这些柱子都往一个中心点靠，就可以更好地支撑大殿。我抬头望向屋顶，上面有一个像井一样的东西，叫藻井。

我在心里不禁感慨古人的智慧。我们要学习古人精益求精、追求卓越的精神，激励自己在知识的海洋里不断探索，敢于突破。

北仑的九峰山

303班 杜萌(证书2300311)

九峰山位于北仑东部。它富饶、美丽，有人间仙境之称。

九峰山的溪水清澈见底。远远望去，溪水像一块碧绿的手帕。走近一点，水面银光闪闪，犹如一颗颗银色的宝石，发出耀眼的光芒，美丽极了！

九峰山的山很高，就像能穿透云层一样。九峰山中有一座山叫将军山，一眼看去，将军山就像一个头戴金盔，身披铠甲，威风凛凛的将军，难怪人们叫它将军山。

九峰山的瀑布很多。看到九峰山的瀑布，我一下就想起了李白写的“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”。

九峰山的板栗也很多。刚摘下来的板栗，外壳长着一根根棕色的刺，去掉外壳后，里面是棕色圆形的果栗。做成糖炒栗子，美味诱人。

九峰山风景优美、物产丰富，是自然与人文相结合的奇山。我挥笔写下一首游九峰谣：溪中流水清，山高入云间。瀑挂三千尺，梅花待寒开。

难忘的社会实践

306班 郑诗萌(证书2331332)

地铁，是我们的日常交通工具，给我们出行带来了许多便利。每次坐在干净、整洁、明亮的车厢里时，我都会好奇：为什么会有强冷车厢和弱冷车厢之分？为什么地铁不会相撞？带着这些疑问，我参加了班里组织的社会实践活动——探索地铁创新科技。

我坐着地铁来到鼓楼站，和同学们集合。在周老师和工作人员的带领下，我们先学习文明乘坐地铁的礼仪，了解地铁的整体运行。接着，我们学习了如何正确使用售票机，了解了闸机的使用和安检的标准以及违禁品的种类。然后，我们学习了乘坐扶梯的注意事项和紧急按钮的作用。

最后，我们走进了“智慧车站”管控系统。在那，我知道弱冷车厢比强冷车厢温度略高，是考虑到有的乘客体质弱，一冷一热容易感冒才设置的。又知道了每辆地铁都有自己的编号，出发点也不同，有严格的规划路线，有电脑自动系统管控车距，还有指挥中心的监控。所以，即使在黑暗的地下，地铁也不会相撞。

这次活动很难得，也很难忘。科技能改变生活，我们更要努力学习先进的知识，成为有用的人。

我的乐园

403班 俞默(证书2300354)

指导老师 李欣怡

我最喜欢妈妈公司顶楼的那片“百草园”，它们是由一块块形状各异的田地组成，有长方形、正方形，也有梯形，相互交错在一起。

春天是万物复苏的季节，“百草园”里冬藏了一季的橘子树会长出新芽，绿油油的，看上去使人心情很愉悦。那葡萄树也冒出了新枝条，看起来特别有生命力。

夏天，是我最喜欢的季节，放学后我总去百草园里给西瓜、西红柿浇水施肥，希望它们快快长大。西瓜就是这个季节最大的收获，我能一下子吃下大半个西瓜。

秋天，是我们快乐秋收的季节。这个时候橘子树上挂满了一个个金灿灿的橘子，把果树都压得直不起腰来，我和妈妈赶紧把它们采摘下来，和我的小伙伴们一起分享，别提心里有多高兴了。

冬天是收藏的季节，果树、瓜菜和花朵都收拾起了最美的姿态，纷纷进入冬眠的状态，果树光秃秃的，花儿也枯萎了。我喜欢和妈妈一起劳动的时光。我和妈妈会在这一季把整个百草园收拾打理干净，以待来年有一个丰收的果园。

我的乐园，它不仅让我听见鸟语花香，尝到美味的果实，更让我能切身感受到植物一年四季的变化，并且通过我们勤劳的双手，使自己能丰衣足食。

三颗纽扣

403班 赵淑莘(证书2300355)

指导老师 李欣怡

一年一度的劳动大赛开始了！今年我们四年级的项目是钉纽扣。我暗下决心，这次比赛一定要赢！每天晚上，只要我有空，便拿起针线练习。见我那么拼，妈妈卸下衣服上的扣子给我做材料，爸爸手把手教我穿针打结的技巧。有几次我缝得太快，针一下子扎进了手指，痛得我眼眶里噙满泪水。

终于到了比赛的那天，我把针线、布、纽扣在桌上一字排开，蓄势待发。随着老师一声令下，我迅速拿起针线，线也如鱼儿将身子一扭，灵活地穿进了针孔。正当我暗自得意时，针线忽然闹起了脾气。当我手忙脚乱地打好结时，余光瞟到同桌已经钉完了一颗扣子。我赶忙伸手想抓颗纽扣来缝，却因为手里冒出冷汗，总也拿不稳桌子的扣子。我脑中顿时一片空白！

这时，我的耳边响起了妈妈的嘱咐：“遇事冷静，用手指抵住扣子慢慢来。”我深吸一口气，擦了擦手心的汗，用大拇指压住扣子中央，食指和中指分开抵住扣子边缘，一针、两针……一颗、两颗、三颗，手里的扣子收起了脾气，静静地布料上排好队。我刚要伸手去拿第四颗纽扣的时候，只听计时器“叮咚”一声，比赛结束了。班里手最巧的人足足缝了五颗，我名落孙山了。

比赛后，我坐在桌前久久地盯着我钉好的三颗纽扣，心里满是愧疚。我暗下决心：如果下次还有这种比赛，我一定吃一堑，长一智，用冷静的心态来迎接挑战！

小小“动物园”

403班 钱音诺(证书2300356)

指导老师 李欣怡

我的家就像一个有趣的动物园。

我的妈妈是一只凶猛的“母老虎”。有一次，我作业做得很慢，妈妈瞪着眼睛大喊：“你快点给我写作业。”让我瑟瑟发抖！妈妈的饮食习惯也像老虎！有一次，要吃晚饭了，有红烧肉，我馋得直流口水，还没动筷子呢，就惊讶地发现一大盆红烧肉不见了，就大喊：“红烧肉呢？”“母老虎”羞红了脸，不好意思地说：“肉太香了，我吃光了！”

我是一只小海豚，有一双小小的眼睛，总是闪烁着友好的光芒，虽然我的皮肤黑黑的，但是非常光滑。我最擅长游泳！记得有一次，我游得比老师还快，老师称赞我说：“你游泳可真快，而且姿势特别专业！”我不仅游得快，而且很爱学海豚尖叫。每次游完一圈后，就忍不住叫几声，叫声充满了整个游泳馆，真是太痛快了！

我的爸爸是一只长颈鹿，他的个子特别高，皮肤是棕色的。有一次，我和爸爸看鲸鱼表演时，前面全是大人小孩，黑压压一片，我使劲踮脚也看不见。但是爸爸就不一样了，他站在后面昂着头，轻轻松松就看见鲸鱼们游来游去的样子！时不时还得意的看看人家说：“嘿嘿，我看得比你们都清楚！”

你瞧，我们家每个人各具特色，共同组成一个幸福美满的家庭！