



2024年1月19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



过腊八

慈溪市慈吉实验学校505班
陆思懿(证号2460299)
指导老师 丁青平

“小孩小孩你别馋，过了腊八就是年。”腊八节是过年的开始。但为什么是这一天呢？

相传，朱元璋当年在牢房时又冷又饿。某天，他从牢房里刨出了一些红豆、大米、红枣等七八种谷物粮食，惊喜之余，他把这些东西熬成了粥，这顿粥让他饱餐了一顿。这一天正是腊月初八。后来朱元璋做了皇帝，就把这一天定为腊八节，把自己吃过的杂粮粥命名为腊八粥，他希望全天下人都能在这碗粥里品味到饱餐一顿的温暖幸福。

听妈妈说完这个故事，我这个“小吃货”对腊八粥更期待了。这不，为了做腊八粥，我拽着妈妈去超市买了黑米、糯米、花生、黑豆、红豆、莲子、芸豆和红枣。

回到家，我兴高采烈地将八种食材洗净，妈妈提醒我“不能直接煮，要放入盆中浸泡2小时”。我焦急地等待着，时不时抬头看一下时间，终于等到2小时了。我把浸泡好的食材放入炖锅中，再放入适量水，把火开到最大。不一会儿，炖锅飘出阵阵香味，我迫不及待地打开锅盖，只见食材在锅里翻滚，好像在跳芭蕾舞。

可惜这美味无法立即享用。妈妈把大火调到小火继续炖，我就在客厅来回转悠。时间一分一秒地过去，我感觉好像转悠了一个世纪，腊八粥终于变得黏稠，在锅里“咕噜咕噜”冒着泡。妈妈放好糖盛了一碗给我。我赶紧尝了一口热气腾腾的腊八粥，真是香甜软糯。一碗粥下腹，让人感觉到满满的幸福……

我喜欢腊八节，更爱喝腊八粥。冬季虽然寒冷，但这一碗热粥传递了爱与温暖，我想，这就是腊八节的意义吧。

团圆

余姚市大隐镇中心学校501班
毛梓彦(证号2417648)
指导老师 李瑜

记得去年回外婆家的时候，我们是自驾回去的，爸爸不会开车，只能妈妈来开，全程一千七百多公里。早晨我们就出发了，一路上欢声笑语不断。妈妈不喜欢开夜车，到了晚上我们本应该在服务区休息的，第二天早上再出发。可是妈妈却坚持要开车继续赶路，我可以看出她很着急，想早点和外婆团圆。

一小时，两小时，三小时……终于在太阳升起的那一刻，我们到了桂林。妈妈紧绷的脸庞瞬间洋溢起幸福的微笑。在经过一个多小时后，我们终于到了妈妈长大的地方。妈妈和外婆抱在一起的时候，我觉得妈妈好了不起。那浓浓的亲情驱散了她一路的劳累，外婆的爱是她最坚强的后盾啊！

幸福的笑声中，我能够感受到家人的爱是我们做任何事情能够坚持下去的强大动力。

我的心儿怦怦跳

慈溪市第二实验小学405班
徐璐涵(证号2403456)
指导老师 叶群莲

我经历过很多刺激又有趣的事情。其中，最刺激的要数漂流了。现在回想起来，我的心儿还会怦怦直跳。

那天，我们一路坐车来到奉化岩头村，在溪边穿上救生衣，戴上安全帽，开始排队。只见山溪水流湍急，皮艇们挤来挤去，就像下饺子一样，耳边还不时传来一阵阵尖叫声。我的心里像揣了只兔子，跳得厉害。

很快轮到我们的了，我们一家踏上皮艇，爸爸妈妈坐在两头，我坐中间。开始的一段，水流非常平缓，皮艇轻轻地摇晃着，犹如幼时的摇篮。“看来漂流也没有那么可怕嘛，怎么把你吓成这样？”我不由嘲笑起自己来。

可是好景不长，我们前面出现了一个斜坡，斜坡下竟是个大大的漩涡。我吓得闭上了眼睛，只觉皮艇重重地砸进水里，水花溅得头上、脸上、身上都是。再看皮艇里面，已经装满了水，我的屁股也湿了。冰凉的感觉一下子钻进了我的身体，我不禁打了一个寒战。

过了漩涡，爹妈忙着往外舀水，我也一起帮忙。没想到一抬头，发现前面有一个更陡的斜坡，水流下去像小瀑布一样，让人看着都有点头晕。皮艇漂到“瀑布”边缘，就猛地落了下去。霎时间，紧张、刺激、害怕……各种感受在我心中夹杂在一起，我感觉汗毛都竖了起来，心跳也越来越快。

终于，穿过最后一段险滩，皮艇平稳靠岸。回到岸上，我的心依然在怦怦直跳。回首这一路，我明白了开弓没有回头箭；明白了咬咬牙迎上去，很多困难并不可怕；明白了坐同一条船，就要同舟共济……其实，适当地参加一些让心儿怦怦跳的活动，真的会有很多收获呢！

缝纽扣

北仑区九峰小学402班
张艺晨(证号2419118)
指导老师 阮珊瑚

周末，我的外套不小心掉了一颗纽扣，我决定跟着妈妈学缝纽扣。

妈妈从抽屉里拿出一个盒子，让我先找出一根跟衣服颜色相近的细线，接着把线头对着针眼一穿，再把两个线头互相对齐，打一个小小的结。我按照妈妈教我的方法马上就完成了第一步，我开心极了。妈妈开始教我第二步。她拿出一块布和一颗纽扣，用针一上一下地缝了起来。不一会儿，纽扣便和布牢牢地粘在了一起。我见了，迫不及待想动手。我把纽扣按在衣服上，和妈妈一样有模有样地缝了起来。可缝到一半，我发现我并没有把纽扣缝上去，而是把衣服搞出了一块凸起的小坡。我只好用剪刀把刚刚缝上去的线剪掉，然后重新缝。这次，我可不再粗心大意了，用针从衣服下面穿过纽扣洞，缝了好几回，终于缝好了纽扣。我得意地对妈妈说：“我缝好了！”妈妈看了，为我竖起了大拇指。

今天我不但学会了缝纽扣这一技能，也明白了一个道理：做任何事情只要有耐心、细心，一定能获得成功。

日落即景

宁海县银河小学503班
黄子媛(证号2404921)
指导老师 王亚儿

“落日熔金，暮云合璧。”日出金光万丈的壮丽景色当然美，但迟暮的日落也有几分独特的韵味。

傍晚时分，原先光芒万丈的太阳渐渐收敛了自己那耀眼的光芒，湛蓝湛蓝的天空中飘浮着大片大片的云朵。

天空渐渐昏暗下来，西边那一轮金色的圆盘似乎被红色颜料浸染了，好像一个红彤彤的苹果，又似一团红红的胭脂。夕阳给大地披上一层金色的面纱，一阵晚风轻轻拂过，夕阳仿佛在天空中玩着捉迷藏，它偷偷钻进薄薄的云层，给云彩镶上了一层金边。

夕阳的颜色越来越红，宛如熔铁一般。橙红色的天幕中，几朵浮云变换着样子：有的像是一匹马，一下子就跑没影了；有的像是一头笨重的大象，在悠闲地散步；还有的像一只可爱的小兔子，怀中抱着胡萝卜。几只鸟儿在夕阳前一边叽叽喳喳地聊着天，一边扑腾着翅膀飞回各自的巢中。此时，夕阳柔和的金光照耀着大地，将天空、云朵、房子等无数的景物都抹上了一层薄薄的金光，算是与大地做最后的告别。

月光下，我静静回想着落日的景色，感觉回味无穷！

那一次成功的尝试

宁波前湾新区
世纪城实验小学401班
孙滢祺(证号2402154)
指导老师 潘晓芳

记得刚刚学跳绳的时候，绳子好像不太听话，总是绊到我，我委屈极了。这时，有两个声音传到我的耳朵里：“你多试试，熟能生巧嘛！”还有一个声音说：“你都失败好几次了，放弃吧！”我心里产生了矛盾，是坚持还是放弃呢？经过一番心理斗争，我决定坚持下去，因为失败是成功之母！可等到太阳都落山了，我还是没学会跳绳，我差点儿哭出声来。这时，我的好朋友走了过来，对我说：“我们一起跳吧！”我学着她的样子，先把绳子握在手里，再把绳子甩过来，同时跳起来。我跳了一个后继续跳，就这样练了好久。过了几天，我惊喜地发现，我竟能轻盈地跳起来了。

通过这件事，我明白了，做事不能轻易放弃，坚持一定会有回报。



可乐商店

慈溪市观海卫镇卫前小学304班
李威娟(证号2402564)
指导老师 倪晶璟



砂锅

慈溪市观海卫镇卫前小学602班
裘羽静(证号2402608)
指导老师 丁聪恩

跳长绳初体验

慈溪市掌起镇中心小学401班
叶洛鑫(证号2403334)
指导老师 戎志平

一月的南方别提多冷了，班主任戎老师拿来了一根长绳，让我们在大课间跳长绳暖暖身。同学们高兴得手舞足蹈，一个个排好队，准备大显身手。

随着戎老师的一声令下，跳绳比赛正式开始了。第一个上场的是小童，只见他一溜烟地窜进了长绳中，像一只体态轻盈的小鸟，有节奏地跳跃着，还时刻变换着花样，好像和这根绳子融为了一体。初次体验跳长绳的我排在队伍最后，心里不禁打起了退堂鼓：如果我跳不过怎么办？如果我跳不好被同学嘲笑又该怎么办？队伍越来越短，我的心也越来越紧张。

很快就轮到我了。“快点呀，不要怕。”听着同学们的催促，我壮着胆子往里冲。只听“啊”的一声大叫，我被长绳甩到了头，还没有开始就抱着脑袋灰溜溜地败下阵来，退回到了队伍最后。

没过多久，第二轮跳长绳又开始了。这次我并没有像上次一样害怕，上场前做了几次深呼吸，给自己加油鼓劲。我一边听着绳子啪啪的节奏声，一边趁长绳到达空中时跳入。“耶，成功了。”我这次居然破天荒地跳了十个，高兴得嘴角上扬，抬头挺胸地回到了队伍。

短短的大课间里，我不仅学会了新技能，更收获了成功的快乐。

桂花树

慈溪市实验小学白云校区503班
周承瑜(证号2403151)
指导老师 应冠梅

学校的西南角有一棵古老的桂花树。每当大课间自由活动的时候，我和同学们就聚在树下，或闲谈，或乘凉，或玩耍。

这棵桂花树又粗又壮，约有三层楼那么高。叶片一年四季都是深绿色的，花非常小，小到只有一粒米那么大。要不是香味“出卖”了它，估计没什么人会注意到卡在枝叶间的这些不起眼的小花。走近看，则是另外一番景象了。只见桂花或四五个一起，或七八个一群，好似一堆绿翡翠中嵌入了几颗零落的黄宝石。

中秋节前后，正是桂花盛开的季节。整个校园都浸泡在了桂花的香气里。深吸一鼻子气，那醉人的花香刹那间沁人心脾，渗透到身体的每一个角落。

把桂花从树上摇下来，晒上几天太阳，可以做成糕饼吃，也可以装在布袋里泡脚，还可以加在茶水里泡茶喝。

啊！这棵桂花树给我们的童年带来了许多快乐，浓郁又香甜。