

XIAOJIZHEZUOPINLIANZHAN

舞出美丽

小记者:郑思羽 编号:6629
班级:五(3)班

舞蹈,是一门高雅的艺术,它可以锻炼体型、培养气质、净化心灵、陶冶情操。可谁知道,在舞出美丽、精彩的背后要付出多少辛苦,遭遇多少挫折呀。

暑假里的一天,我们排了一个月的朝鲜族集体舞《娃娃》就要汇报演出了,我格外开心。演出的前一天,我们从早上开始排练队形和动作,一直练到晚上8点。在老师的指导下,我们16个女孩争取把每个动作都练得接近完美。谁知天有不测风云,在练习最后的翻滚动作中,我的头顶不小心磕在地上,顿时鼓出一个大包来,一阵剧痛袭来,我蹲在地上捂住头,眼泪不听话地往下掉。老师和伙伴们都走过来安慰我。老师帮我涂了些碘酒,等我好些后,老师还把我送回了家。妈妈看到我这惨样,心痛地说:“好宝贝,你还是休息一下吧,别跳了!”我倔强地说:“不!我不怕苦!我爱跳舞!为了跳舞,我愿意付出!”

第二天,是演出的日子。我们7点就到了人民大会堂,因为第一个就是我们的节目。人民大会堂里人山人海,有家长,也有观众。成百上千的人要看我们的演出,还真让人觉得紧张。老师给我化了妆,并帮我扎了一个朝鲜族辫,我换上了朝鲜族红裙子。随着主持人宣布演出开始,舒缓优美的音乐想起来,五颜六色的灯光亮起来,幕布徐徐拉开,顿时传来了观众们一阵雷鸣般的掌声。一听到掌声,我心里更紧张,同时心里暗想:一定要演好!

在优美的音乐的伴奏下,我们16个伙伴一起上台。我们一边跳,一边默默地数着节拍,并牢记着老师对我们的告诫:眼睛的余光看着两边的伙伴,动作努力地与大家保持一致,脸上始终保持着微笑。随后,我的脚步越来越轻盈,心情也越来越放松,感觉自己就像一只天鹅在舞台上翩翩起舞……我们的舞蹈赢得了观众一次又一次热烈的掌声!走下舞台,我们拥抱在一起,庆祝演出成功!妈妈搂着我微笑着说:“我女儿跳得真棒!”听了妈妈的夸奖,我也由衷地笑了。

这次汇报演出,让我明白,要舞出美丽、舞出精彩,必须付出不懈的努力,甚至还要面对艰辛和挫折。这次舞蹈表演使我深深地懂得了“台上一分钟,台下十年功”这句至理名言的深刻含义。

(辅导老师:于慧丽)

暑期减肥记

小记者:李紫一 编号:5020
班级:五(3)班

我现在10岁,已经85斤,光荣地步入“胖墩族”行列,妈妈说我体重严重超标,要帮我减肥。

这天一大早,我就被叫醒了,揉揉惺忪的睡眼一看,才6点!我抗议起来:“也太早了吧!我上学的时候,6点半才起床呀!”妈妈干脆利索地回答:“要想减肥,就得辛苦!从今天起,每天跑40分钟。”抗议无效,我只好起床。洗漱完毕,我跟在妈妈后面,来到河堤开始跑。才跑了几分钟,我就上气不接下气了,跑停停。妈妈在前面催促我:“你要这么跑,根本减不了肥。想减肥就快跑起来!”我坚持跑了20分钟左右,全身的衣服已经被汗水浸湿了。实在跑不动了,我就蹲在路边,一边喘气一边求妈妈:“让我坐在椅子上休息一会儿吧!”妈妈鼓励我说:“减肥需要付出努力,汗水就是代价,挺住!坚持可以改变人生,坚持也可以改变体型。”听了妈妈的话,我又站起来跑,用了40分钟,沿着滨河公园跑了一圈。在以后的日子里,妈妈就这样陪着我苦练。在不知不觉中,我爱上了跑步。

减肥不仅需要活动,还得节食减荤。晚饭能吃两个馒头的我,现在只吃一个。才吃半饱啊!等我再去拿时,手碰到了妈妈的筷子,只好缩了回去。唉,为了减肥,忍忍吧!更难以忍受的是:我现在一个星期只能吃一次肉!这对我这个喜欢吃肉的馋猫来说,太难做到了!但是为了我的减肥计划,我拼命忍着。

一个月后,我捂住眼睛、屏住呼吸,踩上电子秤,当我的手慢慢移开,看到电子秤上醒目的80斤时,我激动得手舞足蹈,居然减掉了5斤!太棒了!

为了庆祝我的减肥初见成效,妈妈特意做了几个我爱吃的菜,有红烧排骨、番茄炒鸡蛋……我刚想犒劳一下自己,且慢,减肥尚未成功,本人还需努力,我只吃了一点儿肉就放下了筷子。

减肥活动虽然很辛苦,但是看到镜子里苗条了一圈的身材,我感觉自己的辛苦得到了回报。这个假期真是个快乐的有意义的假期!

(辅导老师:于慧丽)



小记者:李敬怡
编号:6700
班级:五(3)班

老师宣布星期五下午我们班要举行“班级招聘会”,招聘6位值日班长,我既高兴又紧张。当看到值日班长在讲台上带着学生领读,我既羡慕又向往,这次正好有机会竞争这个职位,我不禁暗暗下决心,一定要参加!但想到第一次上台,不免会感觉有些紧张。

星期五下午第二节课,活动正式开始。罗韶文成“第一个吃螃蟹的人”,他率先走上讲台,大大方方地展开他的竞选稿朗读起来。他先引用了拿破仑的一句名言:“不想当将军的士兵不是好士兵。”一句话赢得了同学们的一阵热

班级“招聘会”

烈的掌声,然后他将当上班长以后的具体做法向大家作了介绍。铿锵有力的声音让我们对一向沉默的他另眼相看。马上轮到我了,我心里怦怦地跳,手心出汗,腿还有点儿发抖。但我默默鼓励自己:既然你决定参加了,就不要放弃,当班长是你的愿望,今天是实现愿望的好机会,要好好表现,你要加油!深吸了一口气,我鼓起勇气走向讲台,这时教室里安静极了,大家的眼睛都盯着我。我拿着自己写的竞选稿高声朗读起来:“敬爱的老师,亲爱的同学们,大家好!今天我要参加值日班长的竞选……”教室里响起了一阵又一阵热烈的掌声,大家都用敬佩的眼光看着我。“希望大家能投我一票,我会开展一些活动,如演讲、朗诵等等,为全班同学服务。让我的童年日记里留下为全班同学服务的美好回忆吧!”我

回到自己的位置上,心里平静、坦然了许多。看到老师向我投来赞许的目光,我抬起头来,看着别的同学一一上台,感觉我的演讲一点儿也不比他们差,相信会有很多同学选我。有近20位同学参加了竞选活动,更加激动人心的投票活动开始了,章小溪和罗韶文的票数交替上升,我的票数在第三和第四名徘徊。结果终于揭晓了,我榜上有名,太令人兴奋了!我渴望当班长的愿望终于实现了!我为自己喝彩!

通过这次活动,我体会到了成功的快乐,我相信一句话:“鼓足勇气,敢于挑战,你一定会成功!”

(辅导老师:于慧丽)



小记者:王小多
编号:5047
班级:三(2)班

我是一个爱美的女生,但是身上的几颗黑痣让我有些烦恼,最让我气愤的是,它们连我漂亮的指关节都不放过。

在我右手中指的关节

黑痣变成“黑宝石”

上,有一颗芝麻大小的黑痣最碍眼,每次看到它在我洁白的手指上,我就生气。终于有一天,我忍不住告诉爸爸多想把它去掉,而爸爸看了一下,笑道:“哇,你什么时候戴上戒指啦。”我纳闷极了,心想,我正不想要它呢,爸爸还说得这么好听。

爸爸好像看透了我的心

思,说:“你看,那难道不像一颗‘黑宝石’吗?”我立刻醒悟过来,从那以后,我特别喜爱它,再也没有把它去掉的想法了。

你瞧,我多幸运,这真是上帝赐给我的价值连城的宝贝呀!我一定要好好珍惜它!

(辅导教师:吕小宁)



小记者:王海燕
编号:5146
班级:六(5)班

世上最美妙的声音,便是母亲的呼唤。母亲在哪儿,哪儿便是我们最快乐的地方。

从小到大,妈妈都在无微不至地关心我、照顾我,尤其是在我生病的时候,妈妈更是寸步不离地守护在我身边。我没有尝到过苦和累的滋味,更没有深刻地体会到父母对我的养育之恩。

去年暑假的一天,一大早,爸爸、

母亲的呼唤

妈妈就把我送到小姨家,然后去办事了。哈哈,终于“解放”了,能脱离他们的管束,我求之不得呢!谁知道,我在小姨家一住就是十几天,他们也没来接我。在我的一再追问下,小姨告诉我说:“你妈妈住院了,要动手术,怕你担心才没告诉你。”听到这个消息,正在撒欢的我一下子便闷闷不乐了……

妈妈手术后,小姨带我来到医院,看着躺在病床上面容憔悴的妈妈,我呆住了,那一刻,我第一次感悟到了亲情的可贵,我眼中闪着泪花,心中默念着:妈妈,快好起来……

几天后,妈妈出院了,可她的身体仍

然很虚弱,有时自己都不能起床。

11年来,我每天过着无忧无虑的生活,我可曾关心过父母的身体?可曾想到过他们累不累?可曾服侍过他们……

爸,妈,今后如果你们有哪儿不舒服,告诉我,让我照顾你们吧!也许在今后的生活中,我还会展露出对你们的依恋,正是妈妈手术之后再次让我感受到生命的真谛,唤起了我对父母的感恩之情。这是一个即将长大的孩子心地最纯真、最美好的感情!

(辅导老师:于慧丽)



小记者:房子涵
编号:5046
班级:四(1)班

暑假里的一天,我和爸爸、妈妈去了郑州的方特欢乐世界。远远望去,它就像是一座美丽的魔幻城堡,我不禁加快了步伐,走入了这个梦幻世界。

我们第一个游玩项目是乘坐海盗船。上船之后,我们先系好安全带,随着船长的一声号令,海盗船动起来了,开始是两个45度角的摇晃,我还不觉得恐怖。紧接着就是

方特快乐游

90度角的大摇晃,摇得特别高,感觉海盗船都快翻过来一样,“啊!”我尖叫了起来。周围的尖叫声也是一浪高过一浪,感觉真是刺激极了!

在方特一定要玩的项目当然是飞越极限了。我们走进一个圆弧形的房子,坐在安全椅上,系好安全带,3、2、1!我前面的屏幕被打开了,安全座椅被推了出来,我们畅游在蓝天和白云上,很快眼前一片森林,我正冲着树林飞去,吓得我

大声喊叫。飞机突然急剧上升,越过林梢,来到了法国埃菲尔铁塔,我与铁塔擦身而过。神情未定,美国的自由女神像又迎面飞来,我下意识低头躲闪,好险呀!北京的故宫,美丽的香港夜晚……一切美景尽收眼底。

我们还参观了现代电影魔术大揭秘、嘟比岛历险、逃出恐龙岛等等,充满了乐趣。

旅游结束了!妈妈在门口的旅游商店给我买了顶海盗船长的帽子留作纪念,我好喜欢。方特,我还会再来这里!



小记者:郭庭玮
编号:7833
班级:六(5)班

暑假里每天发生的趣事就像五彩斑斓的梦和玲珑剔透的珍珠,使人留恋,使人向往。

那一天,天气不热,对于我——这个爱睡觉的懒猫来说简直是天赐良机,都9点了,我还在和周公交流。妈妈使出浑身解数都不能把我拉下床,这时老爸凑过来:“想不想杀一盘?”我一听,一个鲤鱼打挺跳了起来:“来就来,我才不怕你呢!”

我们摆好棋盘。我选择了红色

暑假趣事

的一方,爸爸选择了黑色的一方。我的炮往中间跑,“哗啦啦!”外面下起了小雨,接着,轰隆隆的雷声掩盖了雨声,但我们的思想全部放在棋盘上了,都没注意下雨的事。爸爸的马守在那里,接着,我的兵前进了一步,但是我只攻不守,我的马被爸爸小小的一个兵给吃了。爸爸发起进攻了,“战火连天”。他的炮不断发起进攻,这时我真是孙悟空大闹天宫——慌了神。怎样才能下赢他呢?我想了一个办法,先让他轻敌,接着

我再吃了他的将。于是,我先故意把车移上,他则用士守住;我把炮移到中间,他则用另一个士守住;我把马移到一个点上,他也没太注意,就用车吃掉了我的相;我故意用车吃掉了他的士,大事不妙,他赶紧把将往上移,可是,他没想到我的马早已守在下面等着他的将落网。终于,这盘我赢了。

下棋不仅给我带来了无穷的欢乐,还让我明白了一个道理:如果大意的话,就会输得一败涂地,只有全心全意地去下,才能赢得精彩。

(辅导教师:单玉红)

