

## 小记者练练摄影基本功

学摄影的第一步是什么?是构图、掌握光线、调整焦距吗?不,是学习正确的拍摄姿势。拍摄姿势正确与否,会大大影响到拍摄效果。姿势不稳的话,轻则照片“糊掉”或者失真,同学们要是在人潮涌动的地方采访拍照,没有好“架势”,还可能会出现相机坠落甚至是摔伤的问题呢!可见这看似不起眼的拍摄姿势是多么的重要。

### 基本持机手法

对数码单反相机来说,人体并不是最稳定的支撑,因此你需要学会一些基本的动作来提高拍照时的稳定性。保持稳当又放松的站姿,双脚分开,肘部夹紧身体。用两只手一起端稳相机,其中一只手成环形托住镜头,帮助变焦和对焦。在按下快门之前呼气,能让你放松下来。尽量不要在肘部离开体侧、不能保持双手持机或身体扭曲的状态下拍照,这些情况会影响照片的清晰度。

### 卧姿

卧姿很适合拍摄风景或者是微距照片。更紧凑的身体姿态有助于减少相机的抖动。记住要让两个肘关节尽量收缩,并将它们支撑在水平的地面上。身体稍稍转动,你就会失去稳定性,因为你没有从地面得到任何支撑。最后,一定要记得在趴下之前看清地面到底是什么状况。

### 立姿

腿能够很好地支撑起身体的重量,这种姿势在拍摄婚礼或者新闻摄影时最常用到。关键是要保持稳定和放松——记住你不是在玩空手道!如果你向前弯腰站立,身体自然会摇摆不定,最后拍出的照片也会是模糊的,而且这还可能引起脊椎疾病。

### 半跪姿

半跪姿会让你降低拍摄高度,但它能为相机提供更好的支撑——记着要把肘部架在膝盖上。同样,在按下快门之前有意识地做几次深呼吸,并让你的肩膀保持松弛的状态。双腿同时弯曲的半蹲姿势最要不得,这会让你身体紧张,相机也会抖动得非常厉害。(俊祥整理)

## 爱,就像那……

贵州省铜仁一考生

爱,是一种无形、无声、无味的东西。但它却像那无形的线,连接着你、我、他,连接着整个世界。爱,有时很简单,简单得假如你不细心觉察,是不会发现的。它是父亲给你盖上的床被子,是妹妹给的几瓶酸奶,是朋友焦急的等待,是社会的关注和无私的支持。

我很爱,父亲很牛。在一次父子俩发生冲突后,我带着怨气睡觉了。朦胧中,隐约看见父亲把我蹬到地上的被子拾起来盖在我身上。我的眼泪禁不住涌了出来……爱,就像那父亲为自己盖被子的一举一动。

周末,邻居的妹妹与叔叔去逛超市,她只买了五瓶酸奶、一块巧克力。她天真地说,这酸奶给大哥带去学校。我听后感到无地自容。妹妹才11岁,她竟然会为他人着想。小小的一颗心,却能包容我过去对她的无礼和野蛮。爱,就像那五瓶酸奶和那天真的话语。

上个星期,我因管理班上事务心情不好,发誓晚上不回宿舍睡觉。可回到教室,发现有室友在等我,我就骗他们我要上三楼找老师。我徘徊在三楼,失落、无助,痛哭了一场。可是一抬头,看见两个

同学在焦急地等我,我愣住了,强烈的克制自己,不让眼泪流出来。爱,就像那朋友焦急地等待我的心。

五一长假,我们班去黄果树旅游。回来时,大雨造成山体滑坡,毁坏了桥梁,全班同学被困在岸边几个小时。当地群众得知这个消息后,赶来把我们带离洪水中一个个背对对岸的安全地带。同道旅游的小同学闻讯后,还为我们送来了他们唯一的干粮和饮用水。我们感动得流下泪来。爱,就像亲人背着我们趟过洪水的背影和那甘甜的饮用水。

是的,爱无处不在。只有细心观察,好好体会,你才能有所发现,有所感悟。愿我们走出小“我”,融入大“我”,为创建一个和谐的社会奉献自己的爱。

### 老师点评:

1.题目新颖,引人入胜。用比喻的方式拟题,喻体省略,激发读者的阅读兴趣,引发读者的思考。每段行文结尾的比喻,既揭示了标题的内涵,又增添了文采。2.结构严谨,剪裁精巧。总分总的结构,中间段采用并列排列,错落有致,层次清楚。选材上精心挑选,细心剪裁。从家里、邻居、学校到社会各选一例,从小到大排列,连缀成篇,蕴涵了爱心无处不在的主旨。3.叙议结合,情感真挚。文中所记叙的事情都是作者的亲身经历,每一件小事都插入了作者的感悟,语言朴实真挚,亲切可感。议论性结尾,使主题升华。



## 学生课外阅读贵在体味运用

周口六一路小学 杨慧娟

古人云“书中自有黄金屋”,“读书百遍,其义自见”,杜甫也指出“读书破万卷,下笔如有神”等,无不强调了多读书、集广益的好处。况且现在《新的语文课程标准》明确指出:阅读教学就要培养学生广泛的阅读兴趣,扩大阅读面,增加阅读量,提倡少做题,多读书,读好书,好读书,读整本的书。因此,如何指导学生进行课外阅读,成了当前摆在我们教师面前的一个重要课题。

首先,要指导学生选择阅读的内容。读一本好书,犹如交上一个好朋友;反之,读书不加选择,去读一些不适合学生读的书,往往事与愿违,学生的阅读不仅不能收到好的效果,反而会带来不良影响。

第二,要指导学生学会做阅读笔记。俗话说:“好记性不如烂笔头”,古人也教导我们“不动笔墨不读书”。眼过千遍不如手过一遍,做阅读笔记是增长知识积累,储备语言积累和提高分析理解能力的好办法。那么,怎样做阅读笔记呢?我常常采用这样的方法:(1)让学生用笔记本摘抄所读文章的各种要点,内容包括:佳词、佳句、警句、精彩片断、重要段落等,摘抄后要注明文章的标题、作者及出处,还要有相关的解释或见解等。(2)让学生以适合自己需要和爱好为标准,把对自己有用的文章贴在特制的本子上,并注明出处。这种方法最便于剪贴报纸。在剪贴时可以适当归类,以防资料过多,混杂不清。(3)鼓励学生自制规格相同的卡片,把文章的要点或精辟句、优美句、精彩段摘录在卡片上,采取单项形式,一张卡片记一个内容,储存信息,以便日后查找。通过做各种形式的阅读笔记,激发学生阅读的兴趣,提高学生阅读的质量。

第三,要教给学生阅读的方法。学生阅读,不能只注重过程,更要注重结果。走马观花式的阅读方法是不足取的。朱熹说过:“读书之法,在循序渐进,熟读而深思,字得其训,句索其旨。”阅读与思考要紧密相连。深入领会文章语言的运用、内容主旨、布局谋篇等方面的精妙,从而把握文章的精髓。

杜甫说:“群书万卷常暗诵。”学生积累阅读材料,不能只满足于充当记录的“书橱”,重要的在于体味运用,体味是吸收材料的过程,运用是积累材料的目的,如果不体味运用,阅读便会劳而无得,因此应经常翻阅所积累的材料,反复体味理解,融会贯通,对其中的佳句名言还要熟读背诵。这样,“心通中外千年史,胸藏古今万卷书”。

## 周口晚报小记者征集友好合作单位启事

周口晚报小记者活动中心经周口市委宣传、周口市委文明办、周口市教育局、共青团周口市委和周口日报社联合下文,于2010年11月10日成立,旨在培养中小学生的写作能力、交际能力及综合能力。自成立以来,周口晚报小记者的形象和品牌已产生巨大的社会反响。目前周口晚报小记者已遍布周口市区各小学,已建立小记者站的学校达20个,发展小记者近3000人,已培养小记者7000多人次。

为给广大小记者提供更多的社会实践和发展平台,也为更好地与各单位建立友好合作关系,互惠互利、共同发展,我们诚邀各企业、商家及培训机构等参与到周口晚报小记者友好合作单位的队伍中来,相信您的参与将使我们羽翼更加丰满,您的智慧将使我们的步履更加稳健!

周口晚报小记者合作单位及对小记者的优

### 惠措施:

- 1. 爱你宝贝** 电话: 6069979。优惠措施: 凭小记者证到川汇区育新路爱你宝贝摄影馆拍摄生日照,可免费赠送10寸小画匠摆台一个。
- 2. 九阳生活馆** 电话: 8230822。优惠措施: 凭小记者证到川汇区文明路九阳生活馆购九阳产品可享9.5折。
- 3. 雪狼网球俱乐部** 电话: 8932999。优惠措施: 凭小记者证到市体育馆,可免费体验网球运动一次,报名学网球可享9折。
- 4. 德克士中州路餐厅** 电话: 6063777。优惠措施: 凭小记者证到川汇区中州大道德克士餐厅消费,可享受单点产品8折优惠。
- 5. 市体育中心丰厚足球俱乐部** 电话: 13393939393。优惠措施: 可凭小记者证享受优惠,常年班150元/月,并赠送一套训练服。另到丰厚足球俱乐部装备部(滨河中路)购体育用

品,服装可享受8.5折优惠。

**6. 旭日作文** 电话: 8938187。优惠措施: 凭小记者证到川汇区人民路与文明路交叉口的旭日作文学校报全年班,可享受6.8折优惠,并送教材。

**7. 优尼卡外语周口分校** 电话: 8277111 8530681。优惠措施: 凭小记者证到川汇区育新路与文明路交叉口东50米路南的优尼卡外语学校报名,可享受免费体验课一次(请提前预约),报名即赠送全套课程及书包一个。

……

咨询电话: 13592220017  
13592220007  
18736240557

周口晚报小记者活动中心