



商水小记者 8 月份主题活动

本周六 咱跟健美冠军学运动

免费健身门票等你拿

生命在于运动,运动有益健康。为让小记者拥有一个健康的身体,确保开学后有足够的精力投入到学习生活中,8 月 22 日(本周六)周口晚报特组织商水小记者走进商水博纳健身中心,学习运动、健身常识。届时,河南健美冠军、广东健美冠军、《健与美杂志》形象代言人巴海等教练,将为小记者讲解如何健身、怎样科学处理运动与学习的关系。活动结束后,小记者凭小记者证还可免费领取价值 30 元的健身券一张。

博纳健身中心是商水县第一家高端、大气、上档次的健身会所。项目总投资上千万元,室内总面积 5888 平方米,室外面积 3888 平方米,拥有室内国标泳池,室内羽毛球、台球,室内生态园

等一流健身及服务设施。为丰富活动内容,主办方还特意让小记者免费体验乐吧动感单车,请大家不要错过时机呀。

一、活动时间:8 月 22 日(本周六)上午 8:30~11:30。

二、活动地点:商水县博纳健身中心(纬一路商水二高对面耿氏实业院内)。

三、活动人群:周口晚报商水小记者及家长。

四、活动内容:

1. 小记者到健身中心参观体验先进的健身设施,学习运动方法和技巧。

2. 巴海等专业健身教练专门针对小记者讲解健康健身知识讲座;教小记者如何提高体育分

数;如何保持健康体重,培养运动兴趣爱好;如何增强体能,提高身体素质。

3.在家长陪同下,体验乐吧动感单车。

4.凭小记者证,免费领取健身券一张。

五、活动要求:

1.此活动没有名额限制,需家长陪同。

2.小记者参加活动时,须带小记者证、帽、包、本和笔。

3.活动结束后,参与活动的小记者可写见闻或感想一篇,发商水小记者投稿邮箱:zkbymzw@163.com。

六、活动咨询电话:13939418492(马老师)。

这里景美人更美

小记者:马艺琳 编号:156180
学校:商水县直一小五(2)班

前几天,爸爸带着我去荷塘赏荷。没到荷塘,香气就随风迎面扑来,我顿时被荷塘美景所吸引。

看!荷叶中的水珠在阳光照耀下闪闪发亮,好像一颗颗珍珠。一阵风吹来,荷花在水塘中翩翩起舞。瞧!蜻蜓与蝴蝶在荷塘中飞来飞去,鱼儿在水里嬉戏。这里景色多美呀!

沉浸在美景中,我产生了疑问:村头,怎么会有这么美丽的荷塘呢?“这里原来曾是一片荒地,港口物流园区李埠口乡岗叉柚村村干部苑富强用自己积累的资金把这片废地承包了下来,

废地大约 60 亩。随后,苑富强到外地考察学习。他学习归来后,就聘请技术人员在废地上种植莲藕,昔日的废地才变成如此美丽的荷塘。”工作人员自豪地说。看着眼前这美丽的荷塘,我真是太佩服苑富强的创业精神了!

仔细端详荷塘:荷花整整齐齐地排列在荷塘中,再加上现在正是荷花开得旺的时候,吸引了众多游客前来观赏。据说,不少村民在荷塘打工,不出家门口就实现了致富梦想呢。

我为这里的美景而陶醉,更为苑富强的创业精神和老百姓的勤劳所感动,因而,我情不自禁地感慨:这里的景美,人更美呀!

尧山之行

小记者:张意博 编号:156142
学校:商水县直二小六(1)班

夜色温柔,小溪中水流的声音格外清脆;山上茂盛的柳枝欢快地跳舞……愉快的尧山之行令人难以忘怀。

到达尧山,我们首先去了景区最著名的亚龙湾。“哇!真刺激!”这是我进去说的第一句话。很快,就有“不幸”发生了,由于弟弟个子太低,有好多项目他都不能玩,受“牵连”的是妈妈,为了照顾他,妈妈也不能玩了,只剩下我和爸爸“勇敢闯天下”。

亚龙湾的游乐项目很多,都

很惊险,特别是“大喇叭”,先把人甩到足足五六米的高空中,再一下子落到水中,庆幸的是座位下面的固定装置很安全,我和爸爸玩过“大喇叭”以后,我就发誓再也不玩了。吃过午饭,我们就去漂流,因为弟弟太小,不能在水上漂,他只能坐车到中流等我们。漂流虽然没有亚龙湾的游乐项目刺激,但也很有意思,见着谁都可以拿水枪射击,还可以拿水盆舀水泼。在漂流过程中,我费了九牛二虎之力才“缴获”了一个大水盆和一支水枪。不知不觉,两个小时的时间也像流水一样溜走了。



天渐渐黑了,我仍意犹未尽,恋恋不舍地踏上了归途。

这次旅行让我感受到了生活的美好、祖国的秀美,让我难以忘怀!

读《女生日记》有感

小记者:邵晶晶 编号:156330
学校:商水县实验小学六(4)班

我非常喜欢杨红樱老师的作品,尤其喜欢《女生日记》这本书,书中介绍了六年级的冉冬阳同学从一个女孩成长为一位美少女的生理和心理上的微妙变化,以及她在学校里的一些有趣的事情。

冉冬阳是一位漂亮聪明、乐观大方、善解人意、乐于助人的小女孩,更重要的是,我和她的年龄相当,她正是值得我学习的人,也是所有小女生学习的榜样。

你一定想知道冉冬阳到底

是一个什么样的小女孩,那就跟我一起去看看吧!

经过漫长的暑假,迎来了新学期,冉冬阳像往常一样高高兴兴地来到学校,却发现自己的好朋友小雅没有来。顿时,她像丢了东西一样,魂不守舍,几经周折之后才打听到小雅因为各种困难转学的消息。冉冬阳一心想帮小雅凑学费,还想尽了各种办法帮小雅的妈妈开起了小卖部。多么善于帮助别人啊,真值得我们学习!

在一次调座位时,本来,冉冬阳想和吴缅同桌,可生活不幸的马佳却偏偏想和冉冬阳同桌,冉冬阳不忍心拒绝马佳,于是,她和马佳成了同桌。有一天,马佳的爸妈出车祸了,冉冬阳像个小大人一样跑到马佳家,帮她照顾弟弟。为了帮马佳照顾弟弟,冉冬阳还放弃了和爸爸妈妈去海南旅游的机会,这是最让我感动的地方,我很佩服冉冬阳舍己为人的精神!

《女生日记》是一篇关于青少年成长的启示录,让我们懂得如何正确地对待生命的成长,也让妈妈们懂得如何让孩子有一个美好的童年。这本书不仅女孩爱读,女孩的妈妈也爱读,为女孩和妈妈架起了一座沟通的桥梁。

(辅导老师:位永梅)



小记者:倪了 编号:156193
学校:商水县直一小五(5)班

7 月 3 日,商水的小记者来到了河北丰宁坝上草原。我们看到了绿油油的草地、连绵起伏的小丘、成群结队的马和羊。这里的美景,让我们陶醉。

我们与辅导老师见面后,即刻举行了开营仪式。下午,我们去爬山,远看,山很低,一爬才知道,山还是很高的,不过,我们坚持爬到了山顶。到了山顶,我们把代表美好愿望的红丝带系到了树上。在晚上举行的大型篝火晚会上,我们一起跳舞,接着,有很多小记者还表演了节目,最

我喜欢读书

小记者:马艺恒 编号:156179
学校:商水县直一小三(3)班

我读的书有很多,如《小百科》、《十万个为什么》……我最喜欢的书是《小百科》。从《小百科》里,我知道了许多前所未闻的知识。大家可能都见过龙虾,但是蓝色的龙虾很多人没见过。《小百科》告诉我:蓝色的龙虾是美洲龙虾,当体内的蛋白成分过高时,它就会成为蓝色龙虾。蓝色龙虾非常醒目,但这也不是一件好事,因为这样,它更容易成为被捕捉的对象。

我也很喜欢《十万个为什么》,因为看后很长知识。为什么稻田养鱼会稻壮鱼肥?以前,

我不知道是啥原因,读了《十万个为什么》,我了解到,稻田里养的鱼以浮游生物和田中杂草为食,鱼不但不与水稻争肥,还为水稻提供了自己的粪便和食物残渣等有机肥料,因而,稻养鱼,鱼养稻,稻米之田成了“鱼米之乡”。除此之外,在水中生活或落入水中的害虫可被鱼类捕食,能减轻对水稻的伤害,起到维持生态平衡的作用。同时,我还知道了海狗和海狮为啥长得特别像、为什么飘尘危害大等知识。

读书,让我看到了世界的精彩、宇宙的奇妙、生活的美好。亲爱的朋友,我们一起来“悦”读吧!

难忘夏令营

后,我们吃了烤全羊,味道真好。

第二天,我们来到了草原游乐场,里面有真人 CS、滑草、骑马、斗牛等活动,我们玩得很尽兴。

第三天早上,我们参加了拓展训练,增强了团结意识。美好的时光总是短暂的,下午,我们就与这里的辅导老师依依惜别了。

在草原上的三天时间里,我看到了辅导老师的辛苦,也懂得了朋友之间要互助。

到了北京,我们去了长城、天安门、军事博物馆、清华大学、鸟巢、水立方……我见识了长城的雄伟、天安门的高大、军事博物馆的博大和精深、清华大学的美丽和厚重。

在这次夏令营活动中,我不仅看到了各种美景,还懂得了很多道理:夏令营绝对不是只让你玩,而是让你在玩中学到书本上学不到的知识。

(辅导老师:李改玲)