



寒假爬山记

五爱小学三(6)班
锡报小记者 陈语盈

“快起床,去爬山啦!”寒假期间,爸爸每天早晨都在七点半准时把我叫醒,他要带我去登二茅峰。

每天的山道上,留下了我和爸爸一大一小的背影。有一天,我们在途中遇见了一位头发花白的老奶奶,她微微驼着背,也在慢慢地往上走。我们上前一问,才知道这位老奶奶已经89岁了,我很震惊,想到连89岁的老人都在每天锻炼着,而我这个小學生就更应该坚持不懈了。想完这些,我一鼓作气地登上了山顶,一路上,我感觉脚步都轻盈了,几百级的台阶,一点也不在话下。在二茅峰顶,空气带着清晨的宁静,我闻到了朝阳和雨露交织聚拢的气味,还有浓浓的草木气息。山顶的风景那更是“会当凌绝顶,一览众山小。”我看到了一层层山峦郁郁葱葱,苍劲有力,还听到了鸟儿甜美的歌声,那歌声更是令人心旷神怡。

从那以后,我每天风雨无阻地去爬山,仿佛苍翠的大山就是我的好朋友,那么亲切,那么美丽。“没有比脚更长的路,没有比人更高的山。”我运动,我快乐,我也相信美好的风景正在前方等着我呢。

(指导老师:裘琪)

学本领贵在坚持

五爱小学三(3)班
锡报小记者 储梦瑶

这个寒假,我参加了跆拳道馆组织的集训。

到了集训地,教练先带着我和其他学员做热身运动,随后便教我们前踢动作。他边做示范,边告诉我们要踢中位,踢的同时一个手臂用力往后甩。我心想,这还不容易,我一定可以踢得像教练那么酷。可做起来我才发现自己怎么也踢不到位,有时甚至还会忘了甩手。练了几次失败后,我像泄了气的皮球一样垂头丧气的。再看看其他伙伴,动作也好不到哪里去,有的都站着不练了。

这时,教练严肃地说:“学本领贵在坚持!你们怎么能遇到一点儿困难就泄气呢?加油,继续练!”听了教练的话,我在心里暗暗地给自己打气:“瑶瑶,你一定行!”我认真琢磨着教练的示范动作,一遍又一遍地练着,终于掌握了要领,完成了一个像模像样的前踢动作。教练冲我竖起了大拇指,我心里乐开了花。

接着,教练又让我们练习了横踢、滑步……虽然是冬天,但是我们个个都练得满头大汗的。我们在下午实战训练中个个都有了不小的进步。

(指导老师:张志毓)

泡脚

五爱小学四(5)班
锡报小记者 吴文馨

今天,我要给外婆泡脚。来到外婆家,我忙活开了,又是烧水,又是端木盆,还放了艾草包。妈妈问我:“小丫头,你什么时候带过来的艾草包?”“这不是趁你不注意,带过来的嘛!”妈妈抿嘴一笑,好似在说:“这丫头,看来是有备而来的,绝不是一时兴起。”

水烧开了,我将开水倒进木盆里,将艾草包泡开,等水变成黄色的了,我再用手放进去试试水温,感觉可以了,就帮外婆把袜子脱下来,让她泡脚,外婆受宠若惊。外婆泡脚之时,我开启全套服务,还帮她捏肩捶背。

时光短暂,欢乐的泡脚时光就在这欢声笑语中度过了,外婆满意地说:“小丫头,谢谢你了!今晚我就不用泡脚了,可以早早上床,美美地睡上一觉喽!”(指导老师:丁娴)



一片洁净空间,造就美好生活

五爱小学六(8)班 锡报小记者 曹珂楠

寒假的一天,我准备打扫自己的房间。我先从整理书桌开始。短短十分钟,我就清理出了两大筐五年级的书和练习本,有的练习册还是全新的,我想就这么扔掉太浪费了,还不如送给表弟,他今年三年级,以后还用得上。接着,我把旋转书架和书桌上的书做了个分类:教科书类、教辅资料类、课外读物类、其他类。用了一个小时的时间把书分门别类地放好,感觉空间一下子节省出了很多,比之前乱糟糟地摆放看上去舒服多了,也更容易找了。接下来是衣柜,我清理出了三大包尺码偏小的衣服,妈妈说不

计划

五爱小学三(10)班 锡报小记者 顾恩瑜

二胡快要考级了,所以我的第一个计划是录制一段出色的线上考级视频。再瞧瞧我这一身肥肉,第二个计划必须是运动。作为资深书虫,可以畅快看书啦,我的第三个计划是看完《明朝那些事儿》……

计划制定好,开始行动!二胡视频录制一点儿也不难,只要把两首练熟的曲子拉出来就可以了。可是真的面对镜头时,我竟心里慌乱得像有只小兔子在蹦蹦跳。一会儿指法出错,一会儿又拉出了尖音。一次,两次,三次……录了几

打乒乓

五爱小学五(7)班 锡报小记者 张奕寒

“老爸!快!打乒乓去!”每天晚饭后,我都会催着爸爸去打乒乓。

今天,先由我发球。我左手托球,右手持拍,摆出一副发球必胜的架势。别看目光紧盯着乒乓球,其实我在偷偷用余光注意着爸爸。瞧,爸爸弓着背,紧张地盯着我,像一只即将扑向猎物的豹子,身体都快贴着乒乓桌了。我心中一阵窃喜:老爸这可犯了“兵家大忌”,对手发球时,身体怎能贴着桌子呢?于是,我拍子一扬,乒乓球便如一个白色小精灵般“飞”了出去,直奔爸爸胸口。爸爸慌忙用球拍一挡,球飞出界了。发球得

分!我得意地比了个“耶”的造型。

第二回合,我心想:老爸是个聪明人,不会在同一地方摔两次,那么……我灵机一动,拿起拍子一抖手腕,乒乓球径直跳到了“死亡三角区域”。不曾想,老爸早料到我有这一手,一个箭步探身上前,右手闪电似的一击,球像一道白光蹿向我方球台,打了我个措手不及。唉,姜还是老的辣啊。

就这样,我和老爸你抽,我削,你拉,我扣……一连大战了几十个回合。最后,在我的连续强攻下,我赢得了最后的胜利。

(指导老师:杨芳)

学打羽毛球

五爱小学三(4)班 锡报小记者 夏子洋



到,一个看似简单的动作,做起来一点也不简单。教练一连纠正了我好多次,才勉强将这个动作练过关。我试着将球向空中抛起,再用拍子使劲打过去,球就像一只白色的小鸟向网对面飞去,轻轻落地。经过多次练习,我可以稳稳地将球发过球网了,成功的喜悦就像大夏天吃冰镇西瓜一样舒畅。我忘记了疲劳,擦了擦满头的汗水,又继续练习……

当看到自己打出的球在空中划出一道道美丽的弧线,我就特别高兴。运动真是快乐的源泉啊!

(指导老师:袁一芷)

要随便扔,可以捐给公益组织。这个主意不错,于是我一件件折叠好,期待我的爱心能够传递到遥远的贫困山区。

轮到整理我的床了,我睡的是高低床,所以得整理上下两层。上层住着我心爱的“兄弟姐妹们”——各式各样的娃娃,下层主要是把床单捋平,把晒好的被子叠好。最后扫地拖地,我忙得不亦乐乎。

看着自己打扫的房间,我不由想骄傲地说一句:“小女子一屋不扫,何以扫天下?”洁净的空间,美好的生活,让我看到更好的自己。

(指导老师:邓晓芸)



一次爱心之举

五爱小学六(1)班 锡报小记者 龚梓祁

单,我一层还没有拖完,就发现地面已经变成了“大花脸”。我不得不拖一点儿就洗一次拖把,不一会儿水就浑了。好不容易拖好了一层,被风一吹,地面就显露出了一层白色。

“这可怎么办才好?”我抓了抓脑袋,“有了,先扫一下再拖吧。”

于是,我戴上了一个口罩,一手拿着扫帚,一手拿着簸箕,先把浮着的墙粉扫

劳动,创造洁净空间

五爱小学六(3)班
锡报小记者 张子悦

放寒假的第一天,爸爸对我说:“悦悦,今天和爸爸一起劳动怎么样?做完有惊喜哦!”“惊喜?”我脑子一转,高兴地答应了。爸爸开车把我带到一套房子里,对我说:“今天我们要做的就是把这打扫干净。”

爸爸把我拉到阳台上,蹲下身子说:“你瞧,这些乳胶漆粘在了地砖上,需要把它们清除干净。”他边说边示范给我看。我接过铲子,朝地上的斑点“左右开弓”。天哪!这项任务可一点儿也不简单,几乎每一块斑都是“顽固分子”。没干一会儿,我就手酸了:要不找个理由溜之大吉吧。

我转头找爸爸,一看,他满头大汗,正用力挪动着一块大木板,虽然一次只能挪一点点,但他一点也不急躁,他卖力地干着,仿佛有使不完的劲。我惭愧起来:每一片洁净的空间,背后都要付出多少的劳动与努力啊!于是,我振作精神鼓起劲儿,继续埋头苦干起来。经过一番“恶战”,我终于把地铲干净了。爸爸走过来,拍了拍我,说:“只有辛勤劳动,才能有丰硕的果实哦。”我点了点头。傍晚时分,我们终于把房子打扫干净了。爸爸笑咪咪地对我说:“这套房子是我新买的,让你有一间漂亮的书房。现在你用勤劳的双手让它成为一片洁净的空间,你很棒!”我高兴得不敢相信,给了爸爸一个大大的拥抱。

(指导老师:任履冰)

快乐运动

五爱小学五(8)班
锡报小记者 万佑宁

寒假里,有一场比赛让我记忆尤为深刻。

那是一场和新体联足球队的比赛,随着裁判的一声令响,我方的前锋“小机灵”将足球传给我方后卫,不料却被对方中场“大块头”拦截下来。“大块头”仗着自己人高马大,一路横冲直撞,跑到球门前,横起一脚,球在空中划出一道完美的弧线,但我我方守门员一个鱼跃抱了起来,侧身一抛,再次传给“小机灵”。“小机灵”在对方阵营中左突右闯,很快到了对方球门前。对面守门员两脚扎起马步,目光直视足球。“小机灵”看到守门员的站位,简单踢了一个地滚球,足球直接从守门员的胯下转了进去。1:0,我们获得了完美的开局。换对方发球,“大块头”抬脚就是射门,这一脚直接偏出球门而过。我们的守门员发前场球,我用两只脚各绕球一圈,随后左脚往前一跨,右脚把球往前一推,过了对方“大块头”,随后又一个转身,又过掉两名后卫,对准对方球门,一个大力抽射,足球像火箭般飞速入网。上半场我们以2:0领先,比分定格在2:1。

这场比赛我们赢了,不仅仅是对我们长期坚持训练的奖励,更让我们知道足球运动的快乐所在。

(指导老师:虞薇)



到簸箕里,然后再用湿拖把拖。这下果然好了很多,看着整洁的地面,我不禁哼起了小曲。

头上慢慢地渗出了汗珠,手上也有点红,微微发疼。可抬头一看已经五层了,胜利就在眼前。我一鼓作气,继续扫、继续拖。终于经过一个多小时的努力,楼道地面整洁一新。

(指导老师:俞静燕)