

爱好让生活更美好

瀚林小学 六(1)班 孙家栋

任何事都可以让生活更美好。比如种花、运动、旅行……而让我的生活更美好的是我的爱好——军事。

在我还没有爱好的时候，在学校里每天只要一下课我就会冲出教室在外面疯玩，不仅学习成绩下降，还导致作业也不能按时完成。直到我了解了军事，我的生活变得充实起来。军事不仅让我了解到国内外的重大事件，还让我有了自己的梦想——当一名特警。

军事武器种类繁多，有战斗机、导弹、坦克、大炮等。战斗机飞行性能好，机动灵活、火力强大，适合执行空中作战任务。导弹以远程打击能力和高精度出名，能够对远距离目标进行精确打击。坦克是地面作战的主力，有着强大的直射火力。

军事还可以让我在课上大放异彩。之前武警叔叔来给我们讲解武警知识，那节课我听得格外认真。课程快结束的时候武警叔叔提出一个问题：“中国人民解放军都有哪些军种？”这时班主任杨老师说：“来，让孙家栋回答，他知道的军事知识多。”当我走到演讲台上的时候仿佛所有的灯光都聚焦在我的身上，所有人的目光都注视着我，回答问题时我也自信了许多。下课后同学们都向我投来了羡慕的目光，还有的同学问我怎么知道这么多军事知识，以至于上课的时候只要老师提出关于军事的问题，同学们总会第一个想到我。

热爱军事，这一爱好好了我自信，让我变得更加阳光！
指导教师：杨慧良



新城实验学校 四(22)班 何欣忆

我与排球的不解之缘

西门渡小学 五(1)班 张嘉睿

在我心中，排球是一项神奇的体育运动，它不仅让我拥有了强健的体魄，还培养了我对运动的无比热爱，同时也磨练了我的意志，增强了我的自信，一举多得。

我是如何对排球产生兴趣的呢？这要从一场惊心动魄的排球比赛说起，那场比赛是中国女排对国外球队的决胜局。中国队的大姐姐们出色的球技，顽强的拼搏精神，超乎想象的团结协作力，默契地配合，最终取得了胜利。这也深深地震撼了我。从此，我与排球结下了不解之缘！

机缘巧合下，我有幸加入学校的排球队，这对我来说既是机遇，又是挑战！说这是机遇，是因为加入排球队需要经过层层筛

选，可谓是：过五关，斩六将！历经千难万险。先考察耐力，再考察反应速度，最后一关考验身体的协调能力。说它是挑战，是因为我不爱运动，因为对排球的喜爱，使我下定决心改变自己。冰冻三尺，非一日之寒。对于不爱运动的人来说，谈何容易！因此，我制定了严格而科学地运动计划：星期一到星期五每天800米体能训练，垫球100个，传球100个，周末和节假日每天早晚各跑800米，垫球200个，传球200个。

汗水浇灌着希望的小苗，在我的辛勤付出中茁壮地成长，期盼着能开花结果！每一颗滚落的汗珠，都见证了我的付出，参与了我的成长！我运动，我快乐，我爱排球！

指导教师：郑琳琳

排球运动促成长

西门渡小学 五(1)班 乔静雨

上个月我们学校参加了蚌埠市小学生排球比赛，取得了骄人的成绩。作为校排球队的一员，我无比自豪。因为我与排球的故事有了新的篇章，所以也想与大家一同分享。

三年级时，看见大哥哥，大姐姐们都可以上场打比赛，我羡慕不已。他们打得非常好，当时我心里想：大哥哥大姐姐们打得太棒了，我也要上场比赛，之后，我就下定决心学习打排球。

之后的日子里，我每日有空闲便练习打排球。不懂的地方及时请教老师，并根据老师的指导反复练习。功夫不负有心人，我的球技变得日益熟练，一次偶然的机会，我有幸加入了校排球队。进入排球队之后，我终于知道了为什么有那么多人喜欢排球了。因为排球的好处特别多，不仅可以锻炼身体，还可以让我头脑更灵活。进入排球队之后，邵老师开始教我们手型，一个动作重复几十遍，甚至上百遍，动作有一点点不标准，老师都能及时

捕捉到。一招一式，一点一滴，每一步的成长，都倾注了邵老师的心血与汗水。怎样保持平衡是件不容易的事，邵老师边讲解，边示范：双腿分开，与肩同宽，双手侧放于身体两边。精神集中，目视球运动的方向……学会这些以后，我每次放学回家写完作业就开始练习。终于，功夫不负有心人，我能上场比赛了！

后来，我的球技变得越来越熟练，有幸参与了这次比赛。比赛的时候，我精神高度集中，随时调整位置，时时刻刻关注着球来的方向，最终以高超的技术和队友间的团结协作，拿下了双冠！

但我深知：一分耕耘，一分收获。在这一过程中，我练就了强健的体魄，坚强的意志和不屈不挠的拼搏精神！

练球如做人，只有攻克一个个堡垒，才能收获成功，才能在成长中进步，才能在进步中

指导教师：郑琳琳



微信公众号：bbxz888
投稿邮箱：bbxz@sina.cn

秋日淮河

二实小 二(14)班 吕泽毓

我的家乡在蚌埠，它是一个风景优美，适合居住的地方。淮河作为蚌埠的母亲河，穿城而过。淮河两岸，一年四季的景色秀丽神奇，而秋天的淮河更加迷人。

秋日的清晨，宽阔的淮河河面上飘着一层薄薄的水雾。天边的太阳和周围的景物，都被这层水雾笼罩着，远远看去一片朦胧，好像披上了轻纱。中午，太阳高照，淮河两岸的景色十分清晰

地倒映在水中。这个时节，我最喜欢的地方要数淮河北岸的格桑花花海。这里的花朵不仅数量多，而且颜色还很丰富：有浅紫色的、有火红色的、有橙黄色的、有淡粉色的……五彩缤纷的花朵像穿着裙子的小精灵。你要走进花海里面，就像进入了童话中的仙境。秋日的淮河，怎能不让人流连忘返？

指导教师：华颖

游红石峡记

二实小 三(9)班 孙闰植

来游云台山，远看山雾环绕，好似银河九天，近观草木繁茂，好似翡翠珠玉。其间，首之景为红石峡，此景何为美？景之为二，一石二水也。

石红如霞，常有水滴而落，缘道行，临近峡谷，伏身入之，穴内阴凉湿滑，凄神寒骨，唯有星星光点。

复行数十步，豁然开朗，下

见小潭，但闻水声，一仰观之，瀑瀑直泻而下。过经浮桥，翠树繁多，再行百步，崖岸奇石如削。

即出此地之时，忽见荷花潭，花之盛白，叶之葱绿，似画中美景。已出红石峡，神情疲倦，乃小憩后记之而去。

同游者：徐其乐，迟正祥，李兆天佑也。

我们家的“哈七”

二实小 三(9)班 刘轩铭

我们家养了一只可爱的金丝熊，它住在爸爸给它买的三层“别墅”里，我给它起名叫“哈七”，希望它每周七天都能哈哈大笑、开开心心。

哈七的身体胖乎乎的，就像个小绒球一般，毛发黄中带白，像是穿着一件“背带裤”，憨态可掬。它的头顶上长了两个圆圆的小耳朵，眼睛像两颗黑豆般炯炯有神，小小的嘴巴上面有一个红红的小鼻子，像一颗小樱桃，周围长满了长长的胡须。它的爪子软软的，但是爬起来很有力气，像是两把锋利的钩子。当然最有力的还是它那四条小小的腿，撑起整个圆鼓鼓的身体。

哈七是个“贪吃鬼”，每当我给它喂食后，食物三下五除二就会不见踪影，原来都被它藏到颊囊里去了，然后它再用无辜的眼神望着我，像是在说“这点食物

怎么能够呢？我已经吃完啦，再给我一点吧！”我可不上它的当！它好像看透了我的心，无奈地爬到阁楼上去，原来是去藏粮食去了，它总喜欢将多余的食物藏在木屑里，埋起来。金丝熊有存粮的习性，它可是个“居家小能手”呢，十分懂得“居安思危”。

哈七不仅是个“贪吃鬼”，还是个“淘气包”，每当我夜晚准备进入梦乡的时候，它就时不时地跑去它的运动区域爬爬滑梯、咬咬笼子、玩玩风车，可谓“左右开弓”，发出“咯吱咯吱”的声音，让人非常恼火。它时常还会展示它独特的运动天赋，在笼子各个角落“飞檐走壁”，身姿矫健，脚步轻盈，犹如游龙舞动一般。

哈七虽然又是“贪吃鬼”还是“淘气包”，但是它天真可爱，我非常喜欢它。

指导教师：沈倩倩

变形记

瀚林小学 六(3)班 徐紫嫣然

我是一个矿泉水瓶。刚出厂的时候，我穿着一件漂亮的衣服，头戴着一顶白色的帽子，看起来非常好看。后来，我被运到超市，放在货架上，如同一位正在比赛的模特，要和其他的水瓶们分个高低。

这天，一位小男孩来到超市，站在货架前仔细挑选。我们都用期待的目光看着他，希望能选中自己。突然，他向我看来，拿起我看了看，说：“就喝这个吧”。

他拿着我去收银台付了钱，摘下我的帽子，咕嘟咕嘟地喝了起来。喝完以后，他却随手把我扔到了一边，哎呀，好痛，他又用脚把我踢飞了。等我刚落地，一双高跟鞋走了进来，嫌弃地踩了我一脚，把我踢到草丛里。过了一会儿，三只小鸟朝我飞了过来，好奇地戳戳我。站在我的肚子上蹦来

蹦去，三只小鸟商量了一下，将我叼上了天空，传来传去，好像是把当成了它们的玩具，我好害怕，我怕掉下去。不想的事情还是发生了，只因一只小鸟没有接到我，我就从天空中掉了下来，晕了过去。

我醒过来后，发现我躺在一个垃圾桶旁，看着原本我那干净的衣服，如今变得脏兮兮的，这让我的泪水情不自禁地流了下来。这时，一位小女孩捡起我，将我带回家洗干净，又给我贴上了好看的贴纸和珍珠，插上花，放在桌子上。她妈妈走了过来，看完后夸赞道：“好漂亮的花瓶啊！”我听见了，心中暗自窃喜。

一束阳光从窗外射了进来，照在我的身上，我觉得暖洋洋的。

指导教师：姚小妹

读《假如给我三天光明》有感

瀚林小学 五(2)班 朱润楠

这个星期，我在妈妈悉心的陪伴下认真地读完了世界名著——《假如给我三天光明》。这本书的作者海伦·凯勒，是一名盲聋女作家和残障教育家，她用那坚韧不拔的毅力深深地打动了

我，让我在字里行间感受到了生命的力量。人们常说：“上天是公平的，当他为你关上一扇门时，就会为你打开一扇窗。”即使她看不见这五彩斑斓的世界，也听不到那悠扬动听的旋律，但她自强不息，不屈不挠，克服了巨大的困难，成为世界上第一个完成大学教育的盲聋人。为了学会说话，她用一根小绳拴在一个金属棒上，叼在口中，另一端拴在手上，练习手口一心，通过感受发声的震动来练习发音；为了识字，她通过触摸盲文，不断地记忆和练习。就这样，她每天坚持学习10小时以上，最终竟学会了五国语言，完成了14部著作！

看完这本书后，我陷入了一片沉思。虽然她身处黑暗与寂静之中，但她依然珍惜着每一天的时光。而我们呢？拥有健康的体魄和明亮的双眼，却往往不懂得珍惜。我们每天都在忙些什么？是沉迷于电脑游戏，还是沉迷于电视节目的虚幻世界？有些同学不顾父母的劝告，彻夜不眠地玩游戏！这种行为是多么地荒唐可笑啊！

与海伦·凯勒相比，我们拥有太多的优势和机会，但我们却没有好好利用它们。反而是海伦教会了我们如何珍惜时间，如何珍惜生命。海伦·凯勒，我感谢您，是您让我明白应该如何去面对不幸，如何去迎接命运的挑战。也是您让我知道了，应该珍惜我所拥有的一切，无论是健康的身体，还是温暖的家庭，或是真挚的友谊。

每个人的一生都不可能风平浪静，总有些曲折和坎坷，但正是因为这些起伏和波折才使我们的生活更加丰富多彩！让我们抛弃以前的不良习惯和消极的态度，从现在开始，珍惜我们的每一天！

指导教师：吴曼

