

CHENGSHI·CHENGZHANG

体育馆里的抛物线

■东湖中学906班 邓子衿

体育中考那天,体育馆里异常安静,静得仿佛能听到空气凝固的声音,每一次呼吸都显得格外沉重,让人心头无端发紧。我踩在试跳线上,心却像悬在空中的一片羽毛,轻轻飘摇,落不到实处。第一次试跳不计成绩,我的心绪如同散沙,难以掬起,更添了几分浮躁。

正式起跳的号令在寂静中格外清晰。我凝神屏息,奋力向前一跃,落地之后,耳边只传来机器冰冷的播报:“2.34米!”刹那间,无形的恐惧攫住了我,双腿竟不由自主地微微颤抖起来。目光所及,

不少同学已经巧跃过2.5米的满分线,他们脸上舒展开的笑容,像刺破阴云的阳光,明晃晃地灼人。我紧咬嘴唇,汗水悄然浸湿了额前碎发,平日训练不曾懈怠,此刻却仿佛被困在跳远垫之前,一颗心直往下坠,茫然失措。

就在双腿发软、心跳如鼓之际,肩头忽然落下一只温热的手掌,轻轻一拍。我慌忙转身,正迎上沈校长温和的目光。他轻唤我:“子衿啊,别慌,跳的时候记得身体再压低一点,像抛物线那样跃出去,才能更远。”这沉静的话语,在这片寂静中如

同一根定海神针,又仿佛一泓清泉,瞬间浇熄了我心底焦灼的火焰。我深吸一口气,将校长的话在心底反复默念,重新站在起跑线前。

哨声再次刺破沉寂。我压低身体,目光专注前方,蹬地、腾空!那一瞬,仿佛真有一道无形的完美抛物线在牵引着我,稳稳落地。“2.5米!”机器播报的成绩如同暖流,瞬间涌遍全身,驱走了所有不安。

下场时,沈校长向我微微颌首,笑容如风拂过。回望体育馆里那道被无数脚步描摹的起跳线,我豁然领悟:人生中真

正难以跨越的,何尝只是跳远垫前那短短的距离?校长那关键的一掌轻拍与点拨,如同神笔,为迷途的少年精准地勾勒出了成功的抛物线,它托起的不仅是一瞬的满分刻度,更擎住了我摇摇欲坠的信念天空。

原来人间最深的轨迹,就是师长俯身为我们描画的那道无声的弧线。它连接起迷途的此刻与启程的远方,稳稳托举着少年,不断跃向生命的更远处。

指导老师 沈中卫

读一本好书

于泥泞中开出的花

——读《童年》有感

■叔同小学505班 刘张语

《童年》一书中没有甜蜜的童话,却让我明白,即使在最艰难的日子里,人也能像小草一样顽强地成长。

阿廖沙的童年极为凄惨——三岁便失去了父亲,寄居在外祖父家,常遭外祖父打骂,舅舅们总是为钱财争吵,母亲也常暗自垂泪。然而,外祖母是他的心灵之光——她会给阿廖沙讲述许多民间故事,如善良的青蛙帮助穷孩子的故事。家中发生争吵时,她会将阿廖沙护在怀中,用粗糙的手轻拍他的后背。即便家中失火,她也会勇敢地冲进浓烟滚滚的房间,抢出烤焦的面包分给大家。正是有了这样的外祖母,阿廖沙才未被困境击垮。

这本书让我感触最深的是,艰难的日子既能让人堕落,也能让人变得更加坚强。阿廖沙的舅舅们为争家产变成仇敌,外祖父因贫困变得极为吝啬,连一块面包都要分成两半。然而,阿廖沙却截然不同,他将破旧的书本视若珍宝,偷偷将书藏于柴火堆中,夜晚借着灶台的火光阅读,手指被熏得乌黑,眼睛却闪烁着光芒。这多像墙角的小草啊,即使被砖头压着,也要歪

着脖子寻找阳光。阿廖沙就是这样,无论周围环境多么杂乱,心中始终怀揣着一颗渴望成长的种子。

这让我想起了邻居家的姐姐。她的父母因某些原因分开,各自组建了新的家庭,姐姐便与爷爷奶奶一同生活。她每天清晨起床背书,吃完早饭后,背着书包步行去学校。她没有多余的娱乐活动,也没有父母的辅导,全靠自己努力学习,成绩却总是名列前茅。还有名人海伦·凯勒,她既看不见也听不见,却通过触摸老师的嘴唇学习说话,手指因触摸盲文而生出老茧,最终写出了名作《假如给我三天光明》。她们与阿廖沙一样,都如同生长在石缝中的小草,根扎得越深,枝叶就越繁茂。苦难的日子如同磨刀石,能让人变得更加坚韧。

合上书本,阿廖沙在油灯下读书的身影总在我眼前浮现。《童年》这本书告诉我们,即使眼下的日子阴云密布,只要心中充满阳光,努力向上生长,终有一天能沐浴在阳光之下。

指导老师 张爱军



枝影 ■叔同小学101班 王宇辰
指导老师 许 敏

听

■全塘中心小学304班 王亦琳

听听
大海的声音
啪啪啪
那是
与礁石撞击的
打击乐
哗哗哗
那是
轻拍着轮船的
催眠曲

打水仗

■乍浦小学505班 张逸辰

这两天阳光明媚,窗外的蝉鸣声声,似乎在诉说着炎热,而家中即使电视机开着,也显得格外冷清。妈妈在整理衣服,爸爸则坐在沙发上刷着手机。我心想:能做些什么有趣的事情来打破这无聊的氛围呢?

突然,我灵机一动,向爸妈提议:“我们来个家庭打水仗怎么样?”这个建议立刻得到了爸爸妈妈的热烈响应。我们迅速准备起了水枪、水桶和水盆,还特意准备了一些彩色水球,为这场战斗增添更多乐趣。

我们带上装备来到楼下的空地,战斗开始了!我首先瞄准了爸爸,因为他总是捉弄我。我悄悄地躲在角落,瞄准他的背影,然后猛地丢出一些彩色的水球。爸爸被突如其来的攻击吓了一跳,转身看到是我,立刻回击。他追着我跑,我们在小区里穿梭,水花四溅,笑声不断。妈妈则在一旁为我们加油,还时不时地加入战斗,用水盆泼向我和爸爸,仿佛回到了她的童年。

最后,我们三个人都被淋成了“落汤鸡”,全身湿透,但每个人脸上都洋溢着幸福的笑容。

这次打水仗不仅让我们度过了一个有趣的下午,更让我深深体会到了家庭的温馨和乐趣。在忙碌的生活中,偶尔的放松和欢乐是如此珍贵。我为有一个充满爱的家庭而感到幸福和满足。

指导老师 陆佳萍

有趣的自然博物馆

■平师附小松风校区206班 徐 歌

炎炎夏日去哪里玩好呢?妈妈带我去了上海自然博物馆,那里不仅能避暑,更让我大开眼界,见识了各种各样的动物。

上海自然博物馆很大,有很多主题展区,如生命长河、演化之道、未来之路等。其中我最喜欢的是非洲大草原展区。

一走进去,我就看见了一大片仿真的草原,草原上有很多动物模型,比如豹子、猴子、小鹿、大象等。我看到一只凶猛的豹子捕获了一只小鹿,还把可怜的小鹿挂在树枝上。不远处的悬崖上,一只威风凛凛的狮子正仰起头,张大嘴巴,朝远处大吼,仿佛在显示它至高无上的威严。山脚下一只鳄鱼正悄悄

靠近一只低头吃草的小山羊,可怜的小山羊都还没有发现危险就在身边。

我也很喜欢体验自然活体养殖区。在这里,我看到了各种各样的蝴蝶,有的像一片枯萎的叶子;有的五颜六色,像缀满宝石的绸缎;还有的形状像一朵小花,所以它们飞在花丛中很难被发现。我还看到了很多不同种类的蜥蜴,它们都有自己独特的隐身本领,有的趴在树枝上一动不动,和树皮颜色融为一体;还有的躲在石头边,与石块色泽相近,不用心找根本发现不了。那儿还有搞笑的角蛙,身形矮胖,就像一摊烂泥一样,懒洋洋地躺在水滩边。

自然博物馆真的太有趣了,非常值得一去哦!

指导老师 戈晓莉

生态花肥“诞生记”

■百花小学育才路校区503班 单 言

水泥地上的“乐花园”在我们的努力下建成了,这可把同学们乐坏了。可是,这两天我们发现花儿们耷拉着脑袋,没有之前种在地上时那样精神了,这是怎么回事呢?同学们焦急地讨论着,急得像热锅上的蚂蚁。校园“植物专家”夏老师为我们指点迷津:“花儿住进轮胎花盆,就像住在‘精装公寓’里,营养储备远远不够啦!”

小诗提议放一些化学制品,结果立马被否决了——那些化学制品不仅会破坏土壤生态,还会影响同学们的身体健康。在夏老师的启发下,我们开启了生态花肥探索之旅。落叶、枯枝这些唾手可得,可沤肥需要足够的湿垃圾,这可让我们犯了难。这天中午,当我把吃剩下的饭菜倒进泔水桶时,我灵光一闪:“这些不正是宝贝吗?”

实验室里,我们套上“科学白大褂”——围裙,把剩菜剩饭和枯叶按1:3的比例层层放入大木箱里。当最后一捧“养料”被棉被

般厚实的土壤覆盖时,四十双眼睛都亮晶晶地望着,期待魔法的降临。

接下来的日子里,我们每天像等待破壳的小鸡般围着木箱打转。终于,在某天清晨,我们掀开覆盖层时,惊喜地发现:黑褐色的腐殖土散发着湿润的泥土芬芳,全然不见厨余的酸腐气息。

我们猫着身子,将乌黑腐熟的养料填进花儿们的“精装房”。不久后,原本耷拉着脑袋的月季仿佛被注入了活力,油亮的叶片在阳光下泛起翡翠般的光泽。这个成功案例瞬间点燃了全班的热情:蚯蚓堆肥箱在墙角安家,咖啡渣变身速效肥,草木灰让绿萝长出新芽……

如今的“乐花园”里,各种环保花肥各显其能,每当课间看见花儿们在微风中舒展身姿,我们总会相视而笑——原来有些宝藏,就藏在那些曾被丢弃的“垃圾”里!

指导老师 夏春燕

