

贪吃小熊减肥记

大森林里住着一只可爱的小熊,他善良、勇敢、乐于助人,老师和同学们都喜欢他。可是他有个很大的缺点——贪吃。

由于贪吃,他越来越胖。他买不到合适的衣服,去别人家做客时被门卡住,下雨天打伞遮不住自己……然而他感到最难受的是体育测试不及格,学期末的五好少年也没有评上。他很伤心,在妈妈的鼓励下,他下定决心减肥。

首先,他从每天控制自己的三餐开始,这是最难的一步,因为他知道一切都是他贪吃导致的。小熊一直坚持着,但是经常会有好吃的东西在他面前诱惑他。奶奶过生日的那天,奶奶把最大的一块蛋糕留给了小熊。换成平时他肯定乐开了花,但是那天他却愁了很久,脑袋里有两个小精灵一直在吵。白精灵说:“不能吃,这样你的努力就白费了!”黑精灵说:“没事的,你就吃这块,吃完就不吃了,不会有影响的!”……最后白精灵获胜了,像这样的事情经常发生,但是小熊一想到他的目标,就又打起精神给自己加油。

然后,他开始了第二阶段,不论刮风下雨、烈日炎炎都去跑步。终于,他的努力得到了回报,体育课的跳绳和跑步都进步了很多,但是他还在坚持。

最后,小熊向着他的终极目标努力——仰卧起坐。第一天他一个也做不起来,很想放弃,可他又想到:如果我现在放弃了,那么我之前的努力岂不是白费了。他去找老师帮忙,老师教了小熊很多练习的方法。第二天他已经能做两个了,第三天他又进步了一点……一天又一天,他终于完成了自己的目标。学期结束,他被评为少先队大队长,光荣而又自豪地站在台上,心里回味着一学年的坚持,内心无比激动,因为只有他知道改掉缺点的过程是多么艰辛,但是他做到了!

现在的小熊变得更加阳光可爱了。在这次减肥中,他收获的不仅是身体上的变化,心理的变化更大,因为他懂得了只要坚持,最后总会成功!

南通师范高等专科学校实验小学一(1)班 陈可
指导老师 杨阳

长颈鹿搭桥

在一个很大很大的森林里,住着一群可爱的小动物。它们是非常亲密的好朋友,经常一起出去玩耍。

有一天,它们约好一起出去寻找食物,走着走着,发现河对岸有几棵结满果子的苹果树,一眼望去,一棵棵果树上像挂满了红灯笼,微风一吹,飘来阵阵果香。它们想要到河对岸去摘苹果,但是过河的桥前两天被大雨冲走了,它们又不会游泳。大家你看看我,我看看你,不知道怎么办。这时,小狐狸看见河对岸有一只身上长满斑纹的长颈鹿正弯着腰吃青草,它想:长颈鹿的脖子又细又长,弯下腰来像桥一样。于是它喊道:“长颈鹿阿姨,你能过来帮帮我们吗?”长颈鹿看见了说:“你们是想过河吗?我可以帮你们。”长颈鹿蹲在地上,弯下腰,伸出细长细长的脖子,架在河面上,一座弯弯的桥就搭好了。小熊第一个爬到长颈鹿的头上,“嗖”,就滑到了另一头。小动物们一个接一个地从长颈鹿用脖子搭的桥上过了河。小动物们礼貌地对长颈鹿阿姨说了谢谢,还夸小狐狸聪明。看着眼前的一大片果林,小动物们露出了开心的笑容。长颈鹿还用长长的脖子帮它们摘了苹果。它们坐在草地上,有说有笑地品尝着甜甜的苹果。

它们不仅为今天的收获而开心,更重要的是,它们学会了在遇到困难时不能退缩,只要肯动脑筋,就一定能想出解决问题的办法。长颈鹿也因为帮助大家解决困难,成了动物们的新朋友。

南通师范高等专科学校实验小学一(1)班 高逸凡
指导老师 杨阳

稻田里的小青蛙

一天傍晚,我跟妈妈到田边散步,清风吹着头发,舒服极了。

忽然,我们听到一阵鸣叫,“呱呱,呱呱……”妈妈拉住我,把食指放到唇边,示意我不要发出声音。我顺着她的眼神看过去,啊,是一只青蛙!

我还是第一次在稻田里看到青蛙呢,只见它穿着一件带条纹的绿色外衣,白白的肚皮一鼓一鼓的。两条后腿特别粗壮,好像随时准备一跃而起。我正看得出神,这只青蛙猛地一伸舌头,然后又趴在原地一动不动了。妈妈说,青蛙正在稻田里捉害虫呢,一只青蛙一天能捉好多害虫,可惜现在青蛙越来越少了。

小朋友们,让我们一起保护青蛙吧!

开发区实小龙腾校区一(2)班 李沐雪

夏日的四时园

夏天,我们学校的四时园里生机勃勃,漂亮极了。

紫莹莹的茄子挺着大肚子躲在绿叶下休息,绿油油的黄瓜戴着小黄帽在棚架上荡起了秋千,圆滚滚的西瓜趴在地上闭目养神。最值得一看的是番茄了,大的有拳头那么大,小的才黄豆粒那么大。有的一串串聚在一起说着悄悄话,有的孤零零地挂在枝头独自沉思。这么多番茄,颜色也各不一样呢,有红的、青的、黄的,还有半青半黄、黄里透红的。

四时园里的瓜果散发着成熟的味道,不少小虫子也被吸引来了。七星瓢虫在叶子上忙碌着,蜻蜓和蝴蝶也不停地飞来飞去。夏天的四时园是我们最喜欢的地方。

开发区实小龙腾校区一(2)班 黄诗涵

妈妈的爱

妈妈的爱,像一条路,连接着家和学校。妈妈的爱,像一本书,连接着诗和远方。妈妈的爱,像一艘船,连接着未来和方向。风平浪静时,是妈妈在温柔地抚摸着。惊涛骇浪时,是我在强烈地想念着妈妈。我和妈妈之间,有条特别的“脐带”,连接着属于我们的心跳。我爱我的妈妈!

开发区实小龙腾校区一(3)班 孙懿涵
指导老师 刘咏琴

小眼睛看地铁

站在我家的阳台上,地铁工地看得一清二楚。

这个地铁站是一号线的终点站,就在围墙的外边,离我们家好近啊!

刚开始建地铁的时候,爷爷抱着我说:“我们南通建地铁啦!以后你妈妈上班就方便了。”

一有空,我和小弟就趴在围墙上。虽然工人叔叔很少,但工程车很多,有挖掘机、推土机、压路机、运输车……现在,出入口正在建造,很快就要完工了,上上下下的电梯都能看得一清二楚了。

现在地铁已经在试运行,下半年就要通车了。到时,妈妈上下班再也不用等红灯了,真令人兴奋!

开发区实小龙腾校区一(3)班 何芷叶
指导老师 刘咏琴

小种子

有一颗小种子,静静地躺在花丛中。

我高兴地对妈妈说:“妈妈,快看,这一定是花妈妈留给我的礼物!让我把它的孩子带走。”我掀开枯树枝,在落叶里寻找,一颗、两颗、三颗。两颗是黑褐色的,长满了刺,像迷你的小榴莲;另一颗是草绿色的,还没有成熟。我们把小种子带下楼,拿小铲子把泥土挖出来,拍一拍,泥土变得松软,在中间挖一个洞,然后把小种子放进去,撒上细土,再喷一点水。

真希望它能长出来,我还等着和它比高呢!

开发区实小龙腾校区一(4)班 洪子悦
指导老师 丁彩娟

最好的伙伴

今天放学回家,一进家门我就听见“汪汪”的叫声,咦,是什么呢?原来是妈妈带回来的一只流浪小狗。

它有一双大大的眼睛,耳朵黑黑的,四条短短的腿,一根小小的尾巴,全身黑白相间,长得像只小熊猫。我们给它起了个名字叫“豆豆”。刚开始的时候,豆豆对我非常警惕,我给它喂骨头,它不吃。妈妈告诉我,豆豆还很小,牙齿还没长全,只能吃羊奶泡蛋糕。我们给豆豆搭了个小窝,它很爱干净,从来不在窝里撒尿。经过一个多小时的接触,豆豆逐渐跟我熟悉了。它很聪明,我喊它名字,它就会欢快地朝我摇摇尾巴,好像在说:“小主人,想要一起玩游戏吗?”

妈妈跟我说,狗是人类最忠实的朋友。我们收留了一只无家可归的小狗,它以后就是我们家的一员,是我最好的伙伴。

开发区实小龙腾校区一(4)班 沈汤
指导老师 丁彩娟

美味的韭菜盒子

你们听说过“韭菜盒子”吗?那可真是太美味了,现在回想起来都要流口水呢!

清明假期,奶奶看着一地的韭菜,突然说要做韭菜盒子。我在旁边兴奋地说:“太棒了,我也要一起做。”奶奶把需要的材料——准备好,有碧绿碧绿的韭菜、细细长长的粉丝、金黄金黄的蛋皮。接下来,奶奶拿着大勺子,挖了满满四勺面粉,加上一半热水和一半凉水,开始和面。不一会儿,奶奶就把面和好,然后把先前准备好的馅加入面皮中,做成了一个个大饺子样的韭菜盒子。

最后,奶奶把韭菜盒子放到油锅里一煎,白白的韭菜盒子慢慢地开始变黄,散发出诱人的香味。

出锅后,我开心地吃了起来,真是太美味了。你们喜欢韭菜盒子吗?

开发区实小龙腾校区一(6)班 赵梓涵
指导老师 邵胜男

好玩的四时园

在我们学校二楼的平台上,有一个既美丽又好玩的地方,它的名字叫四时园。

每个小朋友都有属于自己的一块小花圃,我们在四时园里种了各种各样的植物,有金灿灿的向日葵、粉嘟嘟的虞美人、红艳艳的海棠花……百花齐放,景色十分迷人。

每天早晨我们都会迎着朝阳、踏着清风去给植物浇水,我一点都不觉得累,心里美滋滋的,劳动真快乐!

开发区实小龙腾校区一(7)班 马一宸
指导老师 吴媚

我爱四时园

我的学校里有个四时园。四时园里种着各种各样的蔬菜和花朵,我每天都盼望着它们快一点长大。

每次到了去四时园浇水的时间,我都很开心。我时而给它们松松土,时而拔拔草,时而施施肥……

母亲节的那天,我摘下了最好看的两朵花送给了妈妈,妈妈开心地笑了,我也开心地笑了。我爱我的四时园,我爱我的妈妈。

开发区实小龙腾校区一(7)班 闫植
指导老师 吴媚

夏季的小山村

夏季的小山村像一幅画,美丽又迷人。

村后碧绿碧绿的小山峰一个接着一个,连绵不断。旁边的果园里,桃树上结着又大又圆、粉嫩嫩的桃子,让人看了忍不住想咬上一口。果园旁边,错落有致的房子五彩缤纷,可漂亮了!

小山村的前面有一方小小的池塘,池塘里有碧绿的荷叶,就像一个个大大的圆盘。池塘里形态各异的荷花,有的已经完全开放,有的还是花骨朵儿,就像害羞的小姑娘!

小鱼儿在荷叶下游来游去,像是在和我们捉迷藏!

我多么想在这个小山村住上几天,这样我不仅能继续享受美丽的风景,还能吃上香甜的桃子呢!

开发区实小龙腾校区一(8)班 刘熙菲
指导老师 施小玉