

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，心里回味着一学期的坚持，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？”长颈鹿听见了说：“你们是想要过河吗？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……”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 李沫雪

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我。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观看。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。”奶奶把需要的材料一一准备好，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，时而施肥肥……

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