

## 炎夏里的温暖点滴



夏日炎炎，阳光如火，这时候吃根清凉的雪糕总能给人一丝慰藉，但要是吃多了也会带来不适。不幸的是，我就因此闹了肚子。

清晨醒来，我就感到肚子隐隐作痛，以为是夜里空调温度调得过低所致。然而，到了午后，疼痛加剧，我不得不给正在工作的妈妈打了电话。

电话那头，妈妈的声音显得十分紧张。挂了电话，她便立刻请假赶来。去往医院的路上，妈妈严厉地责备我贪食冷饮。可是从反光镜里，我清楚地看见她眼神中有深深的担忧。她半抱着我赶到了急诊室。医生检查后开了一瓶药水，让我打点滴。

在打点滴时，妈妈一直守候在我身旁，额头上沁出细密的汗珠。她不停地询问我的感受，眼中满是焦急。点滴进行到一半时，我突然感到恶心，喉咙里一阵翻涌，“哗”的一声吐了出来，污渍满地，一片狼藉。我忐忑不安地看着妈妈。没想到她只是平静地找来保洁阿姨清理地面，然后递给我一瓶水，继续静静地注视着剩余的药水。

望着妈妈紧张的神情，我的眼眶渐渐湿润。我从小就身子弱，妈妈会为我寻医问药；我在体育课上跑不了800米，妈妈会列出训练计划，陪我一起锻炼；我在考试前焦虑不安，妈妈会帮我调整心态，鼓励我面对挑战……

点滴结束，妈妈擦拭额头上的汗珠，去医生那里配了一些药，随后带我离开了医院。那一刻，我明白了，只要有妈妈在，每一天都是有爱的日子。

南通高新区小学五(8)班 潘诗宇

## 攀登心中的高峰

那是一个阳光灿烂的午后，我和小伙伴相约来到万达广场的攀岩馆，准备体验一番攀岩的乐趣。

随着工作人员为我们穿戴好安全护具、系牢安全绳，我们的攀岩之旅正式拉开序幕。

攀岩墙分为五个难度等级，每个等级都有三层楼的高度。我选择了初级的路线，双手紧紧抓住横杆，深吸一口气，迈出了第一步。我仿佛一只敏捷的小猴子，“噌噌噌”地迅速向上攀爬。不知不觉间，我已经爬到一半的高度。这时，我忍不住向下看了一眼，地面似乎成了深渊，我的心不由得一紧，手脚也开始发软。

正当我快要放弃的时候，耳边传来一阵鼓励的声音：“加油！你是最棒的，千万别放弃啊！”这是小伙伴们在为我加油鼓劲。他们的声音如同一阵清风，吹散了我心中的恐惧。我抬头望向终点，深深地吸了一口气，告诉自己：“我能做到！”

在小伙伴们的鼓励声中，我屏息凝神，克服了最后几米的困难，最终按响了最顶端的铃铛。那一刻，一种前所未有的激动和自豪在我心中油然而生。我不仅征服了这面岩壁，更攀登了心中的高峰！

南通高新区小学五(8)班 丁钰洁

## 我的“金海豚杯”之旅

今天，我将迎来人生中的一个重要时刻——参加南通市“金海豚杯”游泳冠军赛。早晨抵达游泳馆时，里面已是人声鼎沸，小选手们正忙碌地做着热身动作。但因为人太多，我没能充分展开练习，心里不免紧张起来。

终于轮到我上场了，我的第一个项目是100米蝶泳。站在检录区，我能感受到心跳在加速，耳边是教练耐心的指导：“手臂要伸直，推水要有力，腰腹要协调用力……”尽管有些紧张，但内心的声音告诉我：“全力以赴！”

随着裁判的哨声响起，我如同一只小海豚跃入水中。凭借平日刻苦训练打下的基础，我以最快的速度前进，保持自己的节奏。转身、蝶泳腿、出水、划水……我脑海中浮现出巴黎奥运会上那些顶尖运动员的身影，他们的每一个动作都是那么流畅自如。我仿佛能感受到他们的力量，这股力量推动着我，使我第一个完成了比赛。



短暂的休息之后，我又参加100米蛙泳的比赛。这一次，我显得从容不迫。哨声再次响起，我自信地划水、蹬腿，每一个动作都力求完美。尽管体力消耗巨大，但我还是坚持到最后，取得了第三名的好成绩。

今天，对我来说无疑是一个充满意义的日子。不仅因为我在这次比赛中夺得金牌和铜牌，更重要的是，我积累了宝贵的经验，并坚定了未来要更加努力训练的决心。我相信，只要坚持不懈，下一次比赛我会表现得更好！

南通高新区小学五(8)班 顾秋潼

## 探秘山东省博物馆

今天是个好日子，爸妈带我来到了山东省博物馆。

刚进大门，我们就直奔宝石展厅。哇！我趴在玻璃展柜前，眼前的宝石如同夜明珠般闪耀着迷人的光芒，它们仿佛在向我招手：“快来呀，来欣赏我的美丽。”我仔细阅读每颗宝石前面的小标签，了解宝石背后的化学秘密。

接着，我们来到了动物迁徙展厅。这里展出的各种动物模型栩栩如生，有凶猛的雄狮、张着血盆大口的河马、温顺的小鹿、活泼的猴子……妈妈告诉我，由于非洲的气候变化，这些动物需要迁徙到更适合生存的地方。看来并不是每个地方都适合动物们生存。

随后，我们移步大运河展厅。一进入展厅，一面3D演示墙映入眼帘，不断变化的画面让我们仿佛穿越到古代的大运河，见证它辉煌的历史变迁。现代科技的应用让我们认识到山东在古代就是重要的运河贸易中心，是中国水路发达的重要见证。

剪纸画展厅更是令人叹为观止。一幅幅精致的剪纸画展现了艺术家们的匠心独运。这些作品不仅是美的象征，更是中华民族非物质文化遗产的伟大传承。我希望这样的艺术能够得到更好的保护与传承。

最后一站是青铜器展厅。一进门，我就被一个物件吸引住了，它上面雕刻着一只眼睛炯炯有神、羽毛纹路精美、爪子灵动锋利的凤凰。妈妈感叹：“这个凤凰图案现在恐怕做不出来。”不远处，一个金色面具吸引了我，它同样制作得极其精美，让人不禁赞叹古人的精湛技艺。我们要珍惜并传承这些宝贵的文化遗产，让它们成为连接过去与未来的桥梁。

南通高新区小学五(8)班 陈玥伊



## 小刘老师初体验

我最喜欢的就是跟着妈妈去她工作的幼儿园，那里有着数不尽的玩具，每次都能玩得不亦乐乎。出门前，我对妈妈说：“真是太羡慕你的工作了，又轻松又有趣！”妈妈笑着回应：“幼儿园老师的工作可一点也不轻松哦！”我心里还是不太信服。

我迫不及待地在妈妈的办公室完成了今天的作业，而妈妈则在一旁对着电脑忙碌着，眉头紧锁。我好奇地问：“妈妈，你怎么愁眉苦脸的？幼儿园工作不是应该很轻松吗？”妈妈说：“轻松？一点儿也不轻松呢！不信你去楼下教室里当半天的小老师体验一下。”

我激动地打开二楼小班教室的门，眼前的景象让我吃了一惊。那些小朋友的脸上、手上全都沾满了奶油，就像是一只只小花猫。原来，他们刚刚上完烘焙课，自己动手做了蛋糕。三个老师像是在玩老鹰捉小鸡，抓了这个，那个又跑了。她们不停地带着这些“小花猫”去洗脸和手。这一刻，我突然意识到当幼儿园老师似乎并不轻松。

午饭后，小朋友们下楼去操场上散步。我跟在队伍的最后面，刚到操场，就听到了一阵哭声：“妈妈，妈妈……”我连忙跑过去，拉着他的手问：“怎么了，是不是想妈妈了？”小朋友委屈地点了点头。我安慰他说：“你妈妈一会儿就会来接你的。”小朋友一听，顿时破涕为笑。我牵着他的手，加入其他小朋友的行列。

这边的情况刚刚解决，那边又有两个小女孩闹起了矛盾。原来，后面的小女孩故意拉扯前面小女孩的衣服，于是两人就打了起来。我走过去，耐心

地给她们讲道理，让她们互相道歉，提醒她们要和睦相处。午后的阳光晒得我满头大汗，看着操场上忙碌的老师们，我不禁感叹：她们真的很辛苦。

当了半天的小老师，我深深地体会到，每一份工作都不容易，看起来轻松简单的事情，其实背后都需要付出很多努力。今后，我要更加尊重那些为我们默默付出辛勤汗水的人们。

南通高新区小学五(8)班 刘艾微

## 乡间的夏趣

一放暑假，我就去了乡下爷爷家。乡下的生活与城市截然不同，每天早晨可以听到公鸡“喔喔”的打鸣声，有时候还能看到小昆虫在忙忙碌碌地爬着。在这里，我每天呼吸着清新的空气。夜晚，我会躺在爷爷的摇摇椅上数天上的繁星，吃着奶奶给我做的小零食，日子过得很是舒心。

在乡下，爷爷教我认识不同的农作物，他认真的解说让我感觉像是上了堂有趣的自然课。爷爷怕我不明白，还不停地向我提问。在爷爷的指导下，我知道番茄成熟时的样子，知道黄瓜什么时候可以摘、玉米长在哪里，还知道怎样分辨西瓜的生熟……在乡下，我体验到了劳动带来的乐趣和满足感。

在那里，最让我记忆深刻的是洋辣子。你知道它是什么吗？洋辣子的眼睛是黑褐色的，从头到背是绿色的，腹部是灰黄色的。它生活在树上，身上有长长的毛，像刺一样。我对它感到害怕。

洋辣子，我可是“尝”过它的厉害的。一天傍晚，我正在树底下看蚂蚁搬家，一只绿色的虫子扭呀扭的，引起了我的注意。我拿了一根树枝，想要挑起它来玩，但它一点也不怕我，在那里左右摇摆。我找来叶子给它吃，它大模大样地爬上去，津津有味地吃起来。一阵微风吹来，我挠了挠手臂，一刹那间，我的手臂上又刺又痒，还起了一个红色大包，非常难受。我大声尖叫起来，爷爷赶紧过来，一看说：“被洋辣子辣了，赶紧处理。”奶奶连忙拿来清凉油给我涂，爷爷则拿来胶带，在我手上来回地粘，过了好一会儿才好。你们知道吗？那感觉就像被泼了一盆辣椒油，摸一下提神醒脑，抓一下神魂颠倒。

南通高新区小学五(8)班 蔡政航

## 平凡的好日子

雨后的公园真是焕然一新。弟弟跟在我身后到处跑，爸爸妈妈坐在长椅上。清新的带着泥土芬芳的风飘进我们心里。我和弟弟蹲在草丛边，一颗颗晶莹的小水珠轻轻滚进了弟弟的小手心里，弟弟“咯咯咯”地笑了起来。忽然，我看到一队蚂蚁，犹如一排黑色的小珍珠，在草坪上悠闲地漫步。我和爸爸颇有兴趣地体验了一把抓虫子。爸爸真是个抓虫高手呢！不一会儿，他就抓到了一只全身碧绿又带点金色的小甲虫，它像一块富有光泽的宝石。我兴奋地告诉了妈妈，妈妈说这个昆虫还有个很好听的名字，叫“小新娘儿”。

回到家，奶奶已准备了一桌美味的午餐。吃过饭，弟弟睡了，我和爸爸下起了五子棋，妈妈也来观战。在紧张的氛围下，我还是赢了，大家都夸我下得好。“轰隆隆”，窗外下起了暴雨，犹如千万匹战马疾驰而来，带着无可阻挡的力量冲刷着大地。雨点打在屋顶、窗户和地面上，发出阵阵响亮的声音。我和奶奶玩起了跳棋，弟弟坐在沙发上，用他那稚气又洪亮的声音喊：“加油，加油。”奶奶果真跟妈妈说的一样，虽然眼角都是皱纹，但她容光焕发、自信满满。她时而眉头紧锁，时而果断出击，不断调整战略，让我措手不及。我们笑着、闹着，外面的大风大雨仿佛与我们无关。我们一家在这港湾里温暖而又踏实。

夜已深，我躺在床上，心想：其实并不需要多奢侈的生活。时光静好、岁月安然，再平凡的日子，有家人在身边就都是好日子。

南通高新区小学五(8)班 黄奕岚



南通高新区小学  
组稿、指导老师 葛金奇