

课外生活

热恋街舞

●松柏中学初一(12)班 沈俊伟

动感劲爆的音乐、眼花缭乱的舞蹈,这是我对“街舞”的最初印象。在街舞社的表演中,我看到了街舞的酷炫与疯狂,瞬间着迷。回到家,我便软磨硬泡,央求妈妈给我报了街舞班。

推开舞蹈班的大门,RAP的节奏便扑面而来。只见一群戴着鸭舌帽的少年,挥舞着双臂,屈伸、转动、绕环、摆振、成波浪形扭动,像一只只上下翻飞的蝴蝶,在音乐的春风中荡漾。我看了,心里急不可耐,恨不得瞬间学会这支舞蹈,像他们一样尽情跃动。

一位老师走了过来,将我带进教室。刚刚跳完舞的她,脸庞通红,刘海浸透了汗水,贴在额头上。老师一开口就给了我一个下马威——“要学好街舞,就必须练好基本功!”

街舞入门并不有趣。甩头、扭腰、前翻、侧踢、跳跃、旋转、劈叉,听起来简单,但实际做起来不容易。老师的腰柔软得如同流水般,腿部软绵绵的,一坐、一开、一伸、一压,行云流水。老师一手托着我的后背,一边压着我的腿。但我的腿如同钢筋水泥一样僵硬。我尽力往下

压腿,可我的身躯每往下一点儿,腿部便传来撕裂般的痛苦。细密的汗水布满了我的额头。我咬着牙,脑海中闪过几万个放弃的念头。

练习了一会儿,我就觉得一阵阵麻木扩散到全身,仿佛千百只蚂蚁爬上了我的背部,疯狂啃咬着。“老师,能休息一下吗?”我向老师哀求,得到的却是无情的回答:“不行。”

“left, left, right, right, go……”这时,门外的音乐传入耳中。这一阵劲爆的音乐,如同一剂良药,使我的酸痛感顿时消失殆尽。

我像触电般来了灵感,把身体融进音乐,在音乐海洋中舞动。那一个个对初学者来说很难的动作,在这一刻,奇迹般地被我做到了。胳膊一抬,臀部一扭,双腿一屈,我跟着音乐节奏变换着自己的脚步,摇头晃脑,我的感受在舞蹈中得到翻新。那一刻,音乐就是我,我就是音乐!

日复一日,我坚持练习着。每一支舞,都饱含着我的汗水。那个闪闪发光的舞台,一直在向我招手。陶醉在浓烈的艺术享受中,我在绚烂的舞步中追逐内心的热忱。

七彩画板

爬树之趣

●梧村小学五年(6)班 邓雅洛



行万里路

游长城

●杏南中学后溪校区初二(8)班 柯致欣

俗话说得好:不到长城非好汉。长城是中华民族历史文化里的灿烂明珠,在中国的宝地上闪烁着耀眼的光芒。

七月,我们一家来到北京游玩,与也在北京游玩的伯伯一家相约爬长城。

来到长城脚下,放眼望去,只见长城如同一条巨龙,伸开爪子,蜿蜒于群山之中。坐上缆车向远处眺望,只见一座座山连绵起伏,好似海中的浪花,一浪接着一浪。

长城是中国建筑史上的奇观,世界八大奇迹之一。爬上去,只见一块块方砖经过岁月的磨洗,有的已经长满青苔,有的有些损坏,但长城仍然高大坚固。长城的路面有马路宽,五六匹马可以在上面并排走过。城墙边缘有两米多高的齿形墙,叫垛子。凹下去的部分是瞭望口,方形的洞是射口,可供御敌之用。自西向东,陡峭的地方坡度甚至接近九十度,令人望而生畏。抚摸着这数不清的石块,我不禁回想起《孟姜女哭长城》的故事。无数平民将石头一步步背上这陡峭的山岭,途中累死、饿死、病死的不计其数。这万里长城,需要耗费多少劳动人民的血汗才能筑造而成!

长城上,每隔几里就有一座烽火台。站在烽火台上环顾四周,我依稀可以看见,千百年前,狼烟四起,将士们浴血奋战的样子,听到他们一阵阵惊天动地的喊杀声。

长城,是中华文明的丰碑。它与五星红旗一样,永远铭刻在我心中。

家乡美

白鹿洞的石头会讲故事

●园南小学四年(2)班 周梓桦

听说在厦门的闹市区有一处幽静的石窟。在那里,能了解到厦门的历史文化典故,还能看到半城风光。那里,就是白鹿洞。

沿着蜿蜒的小路往山上走,“白鹿含烟”四个大字出现在眼前。白鹿洞依山而建,走进有着典型闽南寺庙特色的山门,就能看到一处巨大的花岗岩石壁,上书“豁然”两个大字,下面镌刻着数篇文章,有楷书、行书、隶书。有的潇洒如飞龙直下三千尺,有的蜿蜒如龙蛇游动。它们不仅形态美,而且向我们讲述着白鹿洞的历史沉浮。原来,明朝万历年间,厦门名士林懋懋是个热爱石刻的人。他看上了满山都是花岗岩巨石的玉屏山,花了很多钱在这里开凿石窟,又在洞旁建了文昌殿,供奉朱熹像,并仿朱熹在庐山建的白鹿书院的名字,给石窟取名为白鹿洞。

往里走,就是宛在洞,洞中跪坐着一尊白鹿像,身躯洁白,脖颈挺直,双目纯洁。它身披一件披风,守护着厦门这方灵秀之地。传说夏天炎热的时候,洞中常有烟雾涌出,缕缕可见。“白鹿含烟”的佳话就来自这里,它也是厦门小八景之一。

宛在洞的旁边是六合洞,洞前篆书“重游鹿洞”是厦门岛内现存最大的篆书石刻。

它的旁边是隶书“三巡鹭江”,是镇守厦门等地的历代官员留下的。笔迹中融入了坚毅、果敢和进取,也蕴含着悠远和沉静。

走出六合洞,只见旁边立有“朱一冯攻剿红夷刻石”和“赵纾攻剿红夷题刻石”,笔势雄奇,姿态横生,朴实无华而又兼纳乾坤。原来在明朝末年,荷兰人占领澎湖后,不断侵犯厦门漳州沿海,烧杀抢掠,强行要求通商。当时的海防将领朱一冯和赵纾先后带领军民痛击荷兰殖民者,最终将荷兰人赶出了澎湖。这两处石刻就是他们在剿夷期间路过此处时留下的。

走出白鹿洞的后山门,就是“一线天”,只见两边的石头突然靠拢在一起,向小路中央倾斜。我一抬头,只见天空被挤成了一条线。我侧着身体一步一步往上爬,钻出洞口,眼前豁然开朗。朱熹题写的“天风海涛”篆刻在巨石上,笔力浑厚,运笔中承载着历史的厚重,又掩藏着尘世浮华,意味空远。

站在玉屏山顶向下环顾,身后是一座座屏风的崖壁石刻,眼前是城市的高楼林立。鹭江水环绕着厦门,阳光洒满海面,波光粼粼。凉爽的海风徐徐吹来,我站在历史与未来之间,心旷神怡。

读后感

在苦难中追逐光

——《青铜葵花》读后感
●厦门二实小四年(1)班 叶霏扬

有一种痛苦叫磨难,有一种感动叫付出,有一种温暖叫亲情。

今天给大家推荐的一本书叫《青铜葵花》,写的是一个叫青铜的男孩和一个叫葵花的女孩的故事。葵花3岁时丧母,7岁时父亲溺水身亡,被贫穷的青铜家收养,并与青铜成为好朋友。然而,葵花在大麦村度过5年美好生活后,命运又将她召回了她的城市。青铜只能坐在空旷的田野上,望着她坐船远去的方向,等她回来……

令我感动的是,青铜家虽然十分贫穷,但一家人却相亲相爱。

心地善良的哑巴青铜,因葵花这个突然出现的妹妹而意识到自己作为小男子汉的责任:家里只能供一个人上学,他便把机会让给了葵花;为帮助葵花学习,他冒风雪站街头卖芦花鞋;而懂事的葵花不扎新头绳、不照相,省下钱来买纸笔教青铜识字。

最令我印象深刻的是,青铜给葵花做冰项链。每年大麦地小学文艺宣传队都要表演,葵花是宣传队骨干,不仅表演节目,还承担报幕任务。可惜的是,她上台缺了一条项链。原本有人说好借她,可那人突然反悔了。

青铜知道后,突发奇想,决定用冰凌做一条项链。他

冒着严寒从屋檐上敲下来十几条冰凌,一根根敲成相似长度,然后用芦苇管把冰凌吹成“钻石”,直到腮帮子吹麻,手冻得通红。最后用一条红线把“钻石”穿起来。葵花带着冰项链上台的那一刻,时间仿佛停止了流淌……

青铜的付出,让懂事的葵花产生了深深的感激之情。年迈的奶奶卧床不起,爸妈四处奔波借钱给奶奶看病。葵花非常惭愧,觉得自己一点用都没有,就故意考砸,这样家人就不用为自己上学而花钱。她这幼稚、离奇的做法引起家人第一次对她发怒。可她是多么希望给家里减轻负担,省钱给奶奶看病啊。后来,她瞒着家人坐船去江南捡银杏,想赚大钱给奶奶看病。虽然挣来的钱远远不够,但她的孝心却深深感动了我。

相比之下,我的生活是多么幸福啊!别说给家里挣钱了,平时一有空,我就拿着零花钱到处乱花,哪怕弄丢了也不知心疼,觉得钱是取之不尽、用之不竭的。父母辛辛苦苦挣钱为我提供富足的生活,我却时常对父母的管教与唠叨大发脾气。

我要学习青铜与葵花的孝顺、勤劳、善良的品质,敢于面对苦难、战胜苦难,在苦难中窥见光,追逐光,成为光,照亮每个人的心房。

观海

●松柏二小四年(6)班 李可悦



暑期生活

难忘的欧乐堡之旅

●鹭江新城小学二年(2)班 蔡令依

“太棒啦!”听爸爸妈妈说要带我和朋友一起去泉州欧乐堡新开的童话世界玩,我不禁高兴得欢呼起来。

到了童话世界,首先映入眼帘的是一座座五彩缤纷的城堡。城堡的屋顶上有一颗颗闪闪发亮的宝石,墙壁上画着可爱的小士兵,正吹着小号,好像在欢迎我们的到来。

我们先来到童话世界之旅的第一站:亚马逊漂流。排了很长的队,好不容易才轮到我和好友叮当合坐一艘船出发了。船在水中缓缓地前行。行驶到一半时,一个小坡挡住了我们的去路。叮当无意中按到一个按钮,于是一个像电梯一样的东西把我们升了上去。我和叮当吓得瞪大了眼睛,不知所措,只能紧紧抓住扶手。突然间,船猛地向下俯冲,顿时水花四起,溅了我们满脸。我们恍然大悟,原来这是个机关呀,大叫:“太刺激了!”

最刺激的还要数惊险过山车了。一看到过山车那起起伏伏的轨道,你就会觉得:还有什么比这更惊险的呢?我瑟瑟发抖地上了车,系上安全带,出发了。过山车在陡峭的轨道上行驶。刚开始从低处向上缓缓爬行,好慢呀。可是等到它攀上顶端,开始向下俯冲时,坐在我旁边的小弟弟突然哇哇大哭起来。我原本松弛的心情也一下子紧张了起来,紧绷着脸,双手紧紧扶手,屏住呼吸,心脏不停地抖动。随着过山车高高低低地行驶,我的心也随之上下起伏。下了车,顿时觉得头好晕啊。但是太刺激、太好玩了!我休息了一会儿,就想再玩一次。

我们玩了整整一天,虽然筋疲力尽,但也都意犹未尽。这次游玩真令人难忘呀!

谈天说地

我的乐园

●公园小学三年(6)班 郑宛瑜

每个人都有自己的乐园,我的乐园既不是热闹有趣的游乐场,也不是恣意奔跑的体育场,更不是琳琅满目的精品屋,而是我房间的书柜一角。

推开房门,房间角落有个棕色的五层书柜。“麻雀虽小五脏俱全”,书柜从上到下整齐地摆放着历史、科学、小说、寓言、绘本等各式各样的书籍,它们静静地陪伴我度过每天的阅读时光。

爸爸告诉我:“读一本好书,就像交到了一个好朋友。”书柜里的这些“好朋友”带着我在知识的海洋里遨游。读《国家地理》,我领略到祖国的秀美风光;读《寻找诗词王国》,我体会到古诗词的美丽;读《植物百科》,我发现了植物中隐藏的秘密;读《中国历史》,我仿佛穿越时空,回到了过去……这一切真是太有趣了!

妈妈告诉我:“书籍中有我们做人的榜样”。果然,通过阅读书柜里的《名人故事》《科学家故事》《艺术家的童年》等书籍,我认识了古今中外的许多名人,其中有精忠报国的岳飞、足智多谋的诸葛亮、收复台湾的郑成功、身残志坚的海伦·凯勒,还有音乐神童莫扎特和发明大师爱迪生……他们的坚强、勇敢、刻苦、勤奋深深感染了我。

从《幼儿画报》《妙趣洞书》到《拼音认读故事》《十万个为什么》再到《四大名著》《十月少年文学》……时光荏苒,我在书柜前驻足的时间越来越长,认的字越来越多,明白的道理越来越多,在阅读而收获的快乐也越来越多了。这就是我的乐园,一个带给我知识、给予我力量、令我大开眼界的乐园。

第一次

我学炒菜

●厦门九中七年(4)班 王嘉桦

每次吃饭时,妈妈总对我说:“每种食物都要吃,才会营养均衡。”我很好奇,妈妈怎么都不挑食?有一次,我问妈妈:“为什么你都不挑食?”妈妈听了,不禁笑了,说:“其实妈妈也是挑食的。因为挑食,想自己决定每餐吃什么,于是就学做饭,这样每餐做的都是自己喜欢吃啦!”原来如此,为了能决定自己每顿饭吃什么,我打算开始学做菜。我把这个想法告诉妈妈,妈妈说:“那就从最简单的萝卜干炒蛋开始学吧。”

说干就干。首先,把鸡蛋敲开,倒入碗里。接着打蛋,让蛋白和蛋黄充分混合。接下来,取适量的萝卜干放在砧板上切碎。我非常害怕用刀,生怕把自己切伤,于是手一直不敢用力。费了一番周折,终于勉强把萝卜干切碎,放入蛋液里,再加调味品,搅拌,

使它们充分混合。一切准备妥当,妈妈帮我点着了煤气,我往锅里下油。我生怕油会溅出来,所以吓得很少。等到油锅开始冒烟时,我把蛋液倒入锅中。油突然四溅开来,发出噼里啪啦的声音,我吓得连忙后退,同时双手捂住耳朵。妈妈在一旁鼓励我:“不用怕,没事的。往前,迅速翻炒,不然鸡蛋会焦的。”我心想:不用怕,有妈妈在,我可以大胆操作。于是,我一边鼓励自己,一边拿起锅铲迅速翻炒,等到鸡蛋呈金黄色后,关火装盘。

我怀着忐忑的心情,把萝卜干炒蛋端上桌,小心翼翼地夹起一口尝了尝,哇,味道不错。饭桌上,全家人都觉得很好吃,妹妹就着这盘萝卜干炒蛋吃了一大碗米饭。我感到非常开心和自豪!

于是,我信心倍增,开始计划学做下一道菜。

动手

制作蜡币

●海沧延奎实验小学芸美分校二年(2)班 许沐阳

今天,邻居小伙伴致聪邀请我到她家一起制作蜡币。致聪先拿出一个小热炉,然后挑选了几块颜色各异的蜡粒放进铁勺子里,再把铁勺子放到小热炉上加热。不一会儿,蜡粒就都融化成油状了。他把融化的蜡油倒到咕卡上,紧接着拿起自己喜欢印章对准蜡油压下去。半分钟后,蜡油凉了,将印章从上面取下来,一枚漂亮的蜡币就制作好了。

我也跃跃欲试,但又有些害怕被烫到。致聪鼓励我说:“没关系,我来帮你加热融化吧。”于是,我挑选了两块紫色、一块黄色的蜡粒,在致聪的帮助下,笨手笨脚地压制出一枚游乐场图案的蜡币。拿起成品端详,只见游乐场里天已经黑了大半,只剩下最后一缕阳光照在摩天轮上。画面十分生动。

看我做得起劲儿,致聪告诉我,深红色蜡粒和铜黄色蜡粒是可以发光的,让我融化看看。于是我试着将深红色、铜黄色和蓝色蜡粒混合在一起,制作出一个龙虾图案的蜡币。图案看起来像是一只龙虾从水里探出脑袋。海水一边有光亮,一边是暗色。天空则是一片蓝色,真是一幅美丽的画作!制作这枚龙虾蜡币时,可能是因为印章压得不够重,蜡油里的气泡没能完全挤出去,留存在周边多余的蜡油里,就好像龙虾调皮地吐出一大串气泡似的。

经过一下午的操作,我制作蜡币的技术越来越熟练了,可以独立完成蜡币制作了。我们一边制作蜡币,一边开心地讲述着蜡币上的画面里发生的故事。直到晚饭时间,我才恋恋不舍地回家。