

一次难忘的生活体验

茂名市华英学校 初一(3)班 郭力豪 编号: 222098 指导老师姓名:邵雯



受到了原来当军人是非常不容易的。

第二天,教练教我们玩U型传球游戏,我们排成一队,各自手拿一个U型盘,相互传递乒乓球。当队长放下球,我们非常激动,一边欢呼,一边迅速地传球,球滚过的地方,前面的队员都跑到后面紧跟着接上,让乒乓球滚到一个指定的小桶里。最后,很可惜我们三队都没有成功。但这个活动让我明白了齐心协力的重要性。

在接下来的几天时间里,教练教我们玩了真人CS对战,高空攀岩和勇士之路等,比我们平时在电脑上玩的游戏好玩多了。

后来,教练还带我们吃了梧州最好吃的——纸包鸡,教会我们唱《团结就是力量》和《强军战歌》等军歌,最后我们还举行了才艺表演活动。

这次的军事拓展夏令营活动,不但让我真正体验到了军人的不容易,明白了团结协作的重要性,体验了真枪实弹的军事游戏。我还克服了怕黑晚上不敢独自睡觉的心理,与小伙伴们一起煮的半生不熟的饭菜也能吃得很香,全场实现了“光盘行动”呢。

为期7天军事拓展夏令营虽然辛苦,但收获满满。从此,我立志,一定要努力学习,长大后成为一名真正的合格的军人。我非常想念梧州军博园教练,这样的生活体验让我受益匪浅,终生难忘。

那是2019年的暑假,我和同学一起报名参加了茂名日报社组织的“特战小兵”军事拓展夏令营,体验了一次非常难忘的“特战小兵”的生活。

7月24日的上午,在茂名日报社门口集合,由带队老师点名上车后,我们就向目的地出发——广西梧州军博园。一路上,我满脑子都在想着军事拓展夏令营到底是怎么样的呢?是不是特别好玩的地方?我的心情非常的激动和兴奋。

上午11点左右,我们就到达了广西梧州军博园。下车后,我们看到非常美丽而壮观的军博园。我们领取夏令营的服装和其它用品,举行了“开营仪式”,教练就开始教我们站军姿。刚开始我们站得歪歪斜斜,没有一点队形,教练要求我们伸直腰,抬头挺胸,每次站立三分钟,如果有一个人站不好,则全队多加一分钟,这个下午我们全身湿透,我第一次感

学跆拳道收获

新世纪学校 二(6)班 陈柏宇 编号:221100 指导老师:李桃



跆拳道精神是礼仪、廉耻、忍耐、克己、百折不屈,这些精神可以运用到学习和生活里面去。比如:生活中,见到同学和长辈要问声好;劳动时,要勤劳利索;学习时,不能偷懒,做作业不能养成拖延症。

学跆拳道是治拖延症的好办法。因为之前我的拖延症都超标了,做事情拖拉,没有耐心,为了让我改掉这个坏毛病,妈妈才花了大价钱帮我报了跆拳道。当我越来越懂得跆拳道的精神后,我变了,我学习有耐心了。寒假里,我也在家学练硬笔书法,每次字没写好,我就坚持写,写上一小时也不觉得累,写了又擦,擦了又写,直到写到自己满意为止,我相信这样坚持下去练,肯定能写好字,战胜自己。

练习跆拳道不仅可以锻炼身体,还能锻炼一个人的意志,我喜欢打跆拳道。

我最喜欢的体育运动就是跆拳道。在教练的教导下,我学了打拳、防御姿势和踢腿。单是踢腿就有很多种变化,有侧踢、腾空侧踢、横踢、跳横踢、前踢,365度旋转跳横踢,我一一掌握,后踢还没学。每次上完90分钟的课,我都满头大汗,身体疼痛,脚也麻木,但我感觉全身有力量,收获也不少,生命在于运动,我运动,我快乐!

我心爱的大猫

文东街小学 五(1)班 潘袖天 编号:220233 指导老师:吴学



夏天,我们吹不到风扇,也吃不到番茄,我们都很生老鼠的气。于是,妈妈就买了一只猫回来。大猫一来到家,每天都把一两只老鼠“捉拿归案”,并加以“惩罚”。就这样,大猫消灭了我们家的全部老鼠,我们终于可以过上安宁的日子了。

大猫凭它可爱的外表,以及超强的捕鼠能力,获得了我们对它的喜爱。我非常喜欢这只猫,我去上学时,也想着它,想着它饿了没有,想着它是不是很无聊,想着它……一回到家,我马上陪它玩丢球的游戏,我把球扔给四脚朝天的大猫,它立刻伸出前爪抱住那个球,然后啃咬一阵子,发现这球啃不破,才用后脚一蹬,把球蹬回给我。我们就这样,玩得不亦乐乎。

这就是我的心爱之物——大猫。我喜欢它,有了它的陪伴,我每分每秒都是快乐的。

我的心爱之物是一只大猫,它长着一身白色的绒毛,有一对三角形的耳朵,脸上有一双水灵灵的黄眼睛,圆滚滚的肚皮像一个雪球。我很喜欢它,所以一直爱着它护着它。

大猫是怎么来到我们家的呢?在我小的时候,家里总是有老鼠,它们无恶不作,不是把电风扇的电线啃坏了,就是把我们的蔬菜啃光了,家里人被它们气坏了。

难忘的一节课

乙烯小学 四(2)班 张幸儿 编号:220816



再向对角折一次,然后向另一边再对折。我看别的同学有的折得七拐八弯的,不是折叠不整齐,就是这边多了,那边就少了。而我按着事前看过的步骤,仔细操作,竟然可以叠得整整齐齐。终于到画图案的部分了,这可是我最拿手的环节。我正在心中窃喜,“呀”糟糕,没想到一个不小心,手一歪,居然画错了。但幸好我拿的是铅笔,还可以改过来。看来,真是心急吃不了热豆腐啊!我先在尖边角画了一个半圆,然后在旁边画了一个三角形,接着是波浪和爱心。终于,来到了我最喜欢的动剪刀环节,这次我可要小心翼翼的。我左手掐着窗花纸,右手拿着剪刀,沿着铅笔印一丝不苟的剪着。我手中的剪刀在纸上慢慢的前进着,就像一条条小溪在水中流淌。过了一会,我迫不及待的按照折痕小心翼翼的打开。哇,简直不敢相信,我想要的图案终于出来了,一副美丽的雪花形状的窗花呈现在眼前,真的是太开心了!

我喜欢剪窗花,因为它不仅是一种艺术,而且是美的熏陶。在我们国家,每当过年时,家家户户都会贴上窗花,有圆形的,有正方形的,还有六角形的呢!现在快过年了,说起来都冲动地马上想贴窗花了。刚想动手剪窗花,正好赶上老师这节课,也准备教我们剪窗花。

我拿出准备已久的铅笔,剪刀和红色的折纸,因为上次在家里,妈妈跟我说:“用红色的纸剪出来的窗花会特别美。”所以我这次信心满满的“上阵”了。

首先,我把正方形的纸向斜对角对折两次,压平后再把第二次折的打开。它就变成了一个三角形。在三角形的中间有一个对称轴,沿着对称轴

经过今天的剪窗花课,让我明白了两个道理:一是对待问题,不能轻易下结论;二是当我们遇到困难,不要逃避,要勇敢的面对它。

家乡的春节

高州市文明路小学 六(4)班 邓文滔 编号:215628 指导老师:钟春红 周路丽



子,我不得竖起了大拇指。不一会儿我干得满头大汗,是因为我擀面的速度根本跟不上妈妈包饺子的速度。在强烈的要求下,我和妈妈互换了位置。我轻轻地拿起一张饺子皮,并在周围涂上水,再用勺子舀了大半勺馅放在皮中间,再轻轻地从两边捏合起来,一个饺子便大功告成了。趁热打铁,我又是一连包出了几个饺子。我还学着一本关于饺子的书中的模样,包了几个不同形状的饺子。我还特意在一个饺子里放了一枚硬币,如果谁咬到这个饺子,就寓意“财源滚滚来”。

“离家三里远,别是一乡风。”我们的祖国幅员辽阔,民族众多,每个地方有自己的风俗习惯。

家乡的春节风俗众多:贴春联,放炮仗、祭神……其中最让我喜欢的是包饺子。

饺子代表着和谐。我可是包饺子的小能手,是因为会包饺子的妈妈教得好,每逢过年都由我和妈妈包饺子,爸爸负责打下手。OK,开始!我撸起袖子就开始擀面,只见妈妈熟练地将一片圆形的面坨变成了一个丰满的饺

饺子与“交子”谐音,交子即新年与旧年相交的时刻,过年包饺子意味着更年交岁,寓意大吉大利,另外饺子的形状像元宝,象征着财富,寓意着包住福运,招财进宝。

包饺子不仅表示寄予对新年的美好期盼,还是家乡春节的重要风俗。我爱家乡春节的风俗。

有趣的包饺子活动

新世纪学校 三(8)班 高芷茵 编号:221056 指导老师:李虹燕



个“将军肚”,而我包的就像营养不良的“扁豆饺”。再看看其他同学做的,奇形怪状的,各种各样都有,大家忍不住哈哈大笑起来。

今天,盼望已久的包饺子活动终于到了,我们几个高兴得一蹦三尺高。

老师早早起床去买馅,把馅提前和好,有韭菜,有胡萝卜,还有猪肉……这些都是我们爱吃的馅。

开始包饺子啦!我先拿一块饺子皮,再挑一点馅放在饺子皮上,然后把皮对接并牢牢捏住,就成了一个“专利”饺子。表哥拿的太多馅了,包出来

包好了,我们小心翼翼地把饺子拿去煮,一只只饺子像大白鹅一样“扑通扑通”跳下水。老师拿起大勺轻轻搅动,饺子在水中跳起了“芭蕾舞”。饺子会不会散了呢?我的心砰砰地跳着。老师把锅盖盖上,再煮上一会儿,饺子就出锅了。我们津津有味地吃着自己亲手做的饺子,心里特别高兴。

这次包饺子的活动,我认识了一个小道理:做事要认真,才能有好成绩。吃着碗里看着锅外,我又开始期待下次包饺子活动赶紧到来!

