

## 推开窗,阳光正好

三新学校七(7)班 高博远

从前,我封闭着自己的世界,融入了集体,一度生活在自卑的阴影里。

足不出户的我,为了体育测试,无奈去参加了乒乓球课。窗外,阳光很是刺眼,我压低帽檐,躲避着刺痛的光线。莫名的紧张渗出掌心,球拍磕得生疼。我害怕被笑话,害怕那刺耳的笑声和尖锐的嘲讽随时会扎进心底。我畏缩着,像蛰伏已久刚出门的刺猬,拼命抵御着那些冷嘲热讽,又像一块易碎的玻璃,一个细微的裂纹就会让自己粉身碎骨。

我强迫自己回到球桌前,咬牙,抛开思绪,努力去应对——可真的能将思绪完全抛开吗?紧张感催化着焦急的心,也导致了不断的失误。打飞的不仅仅是球,也是我仅有的一点点信心。我隐约听见心底传来轻微的破碎声——像一群顽皮的孩子跑过并不厚实的冰面。

“放轻松,轻轻碰球,拍面不要朝上。”教练急了,不断劝导着,大声喊着,但并不起效。

我尝试着缓和心情,调整状态。闭眼,深呼吸,蹲身引拍,准备接球。那球甚是灵巧,轻捷地在桌上蹦跶一下,轻易越过球网,又跳了一下,扑过来,凌厉的速度里裹挟着一股旋风。我手忙脚乱地挥出球拍,

球完美打上球拍——但,没过线。

一连好几个球都是如此:打飞,不过网,或是根本没接到,球拍挥成了虚无。

自己果然还是一无是处。我准备好迎接朋友们的嘲笑,却并没有。再看看他们,也和我半斤八两,没什么差距。他们笑着自嘲,笑着接受失误。看着眼前这一幕,我也终于笑了。

推开窗,阳光打在身上,一种久违的、暖洋洋的慰藉。

放平心态,再次准备迎接新一轮练习。系紧鞋带,推了推眼镜,握拍,微蹲,屏息凝神,紧盯着球。待那小巧的球儿从桌上弹起,潇洒挥拍,扣球沉稳有力,呼应着脸上渐渐绽开的笑容。渐入佳境后,之前的紧张随着球被一起打飞了,取而代之的是,似乎有一束光照临心底,之前氤氲着一层雾气的内心倏然敞亮了。

推开窗,我发现了一个崭新的世界,也遇到了更好的自己。

现在的我,早已不再自卑。我会在发球机的最后一球做出一个华丽收臂,大喊一声:帅;会在朋友“厉害”的鼓励声中调整动作;也会在朋友练习时半正经半调侃地竖起拇指“不错哟!”

推开窗户,灿烂阳光。绚丽的光洒在乒乓球上,熠熠生辉。

## 特别的声音

上外松外七(1)班 何厚恩

夜色浓郁。一头银发,一点微光,一台织机,编织出童年安然的梦。

小时候,我和外婆睡一张床,老人的房间里,藏着不少旧玩物。按一下就转头的龟钟,比我还高大的兔子布偶,妈妈高考时的化学准考证……这些都是我闲暇时,翻箱倒柜找出来的,令我心花怒放的宝贝。房间里的尘土味儿,我也不曾嫌弃。

然而,我眼中真正的高级货,是外婆的缝纫机。它安置在床边,已上了年头。上面落满了灰,角落里结了蛛网,蛛网上,还有一层灰。附带的抽屉里,装满了破布片,还有针针线线。外婆缝纫的手艺极好,年轻时在厂里出了名的。因此,她十分宝贝这台老织机。

下午,缝纫机像一名安详的长者,浴光而立。工作起来,“嘎吱、咯吱”的声音绵绵不断。

外婆喜欢在夜里缝布,等我上了床,就戴上老花镜,踩起织机。我喜欢听着织机的声音入睡。听,“嘎吱、咯吱……”

## 我想成为“好学生”

上师大附外小五(5)班 李宛儒

“好学生”这三个字,是每一位家长心目中对自己孩子最期盼最理想的样子,是每一位学生都心心念念的荣誉称号,是每一位老师都喜欢的学生。多好!可是对我有点难。

每一次,爸爸的同事跟爸爸说他家孩子多么优秀时,爸爸都抬不起头来,想到的都是我的成绩不好;每一次聚会回来都会失望地告诉我,别人家的孩子多么优秀取得怎样的成绩。我沮丧地低着头,心想再也不能让他丢脸了,我也要努力了!

四年级下学期,我已经从外人认为的“倒数坑”里爬出来了,名列30名左右。然后,我就像小乌龟一样慢慢地努力向前爬,一步一个脚印,艰难而又执着,虽然慢了一些,但同学老师都看到了我的进步,我也有了成就感。尤其是期末小练习,总成绩275分,预估排名15~25名,我感受到了前所未有的自豪。

这是我努力的结果,但是我不能以骄傲,从前的我就好像误入山洞里迷失了方向,现在我终于发现了出口透过来的亮光,努力地向亮光跑去。这个暑假我也没有闲着,两天一篇随笔,预习五年级上学期

这琐碎的声音极有节奏感,并与我的心跳高度契合。

夜晚,蝉鸣不断,引领着织机,孜孜不倦。时间久了,这声音也有了层次,是演奏级的钢琴者也难以呈现的。

“嘎吱、咯吱。”“嘎吱、咯吱。”……

外婆瘦弱的背影,被昏黄的微光映射在床边,床上。月光满地,好像全世界都在聆听织机的演奏。这美妙的声音成了夜的伴奏。

一天一天,年复一年,缝纫机的呵护,变成了我入睡不可缺少的伙伴。这特别的声音,如水滴湖面,滋润着我的童年。一针、一线,缝制出一个孩子对美妙最初的体会。经常是过了几天,一件崭新的花布衣就会变魔术似的温顺地躺在床上,我小时候穿的衣服,都是外婆缝的。那织机发出的悦耳的声音,也从未间断。

如今,望着星光点点的夜空,我仿佛还能听见这特别的声音,如音乐,如水,如月光。

“嘎吱、咯吱。”“嘎吱、咯吱。”……

这从未消逝的美妙节拍,是我童年里特别的声音。甚至还可以这样说,夜晚,外婆踏织布机的声音,就是我的童年……

语文课文、英语课文,抄写词语……虽然有些累,但是一想到老师欣慰的笑,弟弟崇拜的表情,爸爸妈妈幸福的拥抱,我就不累了。做一个“好学生”虽然有点难,但是我觉得我有这种能力去做到。来!加油吧!

## 养蚕之中悟理深

松江七中九(5)班李俊乐

我养蚕宝宝前后有六年了,连续饲养让我获得了宝贵的知识。每年春天来了,桑树开始发芽,肯定是我蚕宝宝出来的时候,这是规律。那时它像小黑蚂蚁般小,用手去抓会怕拍死它,所以我只能用刷子扫的办法移动它们到桑叶上。它们只能吃很小很嫩的桑叶,所以自家种的一棵小桑叶树刚生的嫩桑叶够用了。

慢慢地,它蜕第一次皮后脑袋显露白色,再蜕一次皮后全身就是白色了。随着第三次蜕皮后它的食量突飞猛进,我只能去其他地方采桑叶。有一年因为养了200条,松江老城内找遍不算,还去御港桑林场采桑叶。过了大约30天以后,它们长得胖、圆。长要达6厘米开外,粗细有6毫米上下,开始停食,然后体内无黑色,身体晶莹剔透,到这时,它们先后陆续开始“上山”了。我做的“山”,就是拿一扎稻草,线扎在中腰,上下散开,形成许多空隙,让蚕宝宝做茧、变蛹。因为宝宝多,“山”的好处是能容纳它们,它们都能找到作茧位置。它们结茧很聪明,茧一头厚一头薄。

蛹在茧子里过了十多天,它们陆续咬破茧子薄的一头,捉对交配

后产子了。我想,为什么茧子自然有白有黄两种颜色呢?我和外公做了一个试验,把白、黄两种蛾分开交配,产子,第二年,分开饲养,结茧时,奇迹发生了,去年黄色的茧结的后代,茧都是黄色的,去年白色的茧结的后代,茧都是白色的,太稀奇了,蚕宝宝的饲养实践让我理解了一些遗传学的道理。养蚕也让我知道了一般昆虫的生长规律:虫变蛹,蛹成蝶,蝶产子,子变虫的生长过程。美丽会飞的蝴蝶是昆虫的生长规律中的一个阶段。

有一年,我做了缣丝试验,把三只茧放入微开的热水中,蚕茧的丝头子会下沉,我用稻草芯从浮起的茧下水中撩起来,绕在放风筝的空摇盘上摇,只见茧在热水里随着我摇盘的摇动而滚动,丝就绕到了盘上,随着摇盘上累积油光发亮的丝越多,水中的茧子也越来越薄,能看见了蛹。半小时后,丝全摇到盘上,水中留下三只蛹。我知道了厚厚的蚕茧原来是由一根丝组成的,多么了不起呀!多长的丝呀!由丝织成绸布,做成绸衣,从古代起就有了丝绸之路,这时我的眼里,蚕茧越来越伟大,它们为人类作了多大的贡献呀。

## 爱看书的同学

三新思贤分校三(1)班 汤煦桐

小远,他长得有点高,又有点瘦,笔直的鼻梁上架着一副蓝色眼镜。

我经常去他家玩,每次走进他家,就会闻到一阵清淡的气味。直到走进他的书房,你才会明白:原来那气味是从这里发出来的,是书香味!他的书实在太多了,两个大书柜也装不下,桌上等地方还堆着许多呢。这些书似乎有魔力,深深吸引着你去翻看他们,所以我们常常坐在那里看书。

记得有一次,我去找他玩。到了那里,他对我说:“我们来玩成语

大赛吧!”我说:“那怎么玩呢?”他说:“就是我们每人都先看半小时的书,记住其间看到的成语,等时间到了,看谁说的成语多,谁就胜利了。”我说:“好的。”于是,我们各自挑了一本书,津津有味地看起来。

半小时很快过去了,我们放下书开始比赛。结果,我只说出了6个成语,而小远竟然说出了15个,让我大吃一惊。没想到,他积累的词语这么丰富。这说明他平时书看得比我多得多。

从此之后,我像被感染了一样,也爱上了看书。

## 致敬英雄

——《长津湖》观后感

上师大附外小五(4)班 李凯文

国庆节里,我和爸爸妈妈一起去观看了最近非常热门的一部战争题材的影片——《长津湖》。176分钟的电影《长津湖》,带领我回顾了71年前抗美援朝那段血与火的历史,在先烈用生命书写的战争传奇中感受家国情怀,汲取奋进力量。

长津湖战役是抗美援朝战争中最著名的战役之一,它讲述了71年前中国人民志愿军在零下40摄氏度的恶劣天气下,与美国海军陆战队进行了一场长达20天的战役。因为极度的严寒,作战成为双方军队意志力的较量。长津湖,因为环绕着海拔千米的山峻,地形险要,村落稀疏。1950年11月25日,朝鲜长津湖地区突降大雪,最低气温至零下40摄氏度。中国志

愿军20军的一支连队,奉命驻守水门桥伏击敌人;他们在零下40摄氏度的雪地里匍匐了六个昼夜,一动不动。一排排志愿战士,保持着战斗队形,俯卧在厚厚的雪地中仿佛一座随时可以跃起的“冰雕”。全连没有一个战士后退,129名战士全部牺牲在阵地上,化成了长津湖永久耸立的丰碑。苦战三天三夜,志愿军以付出了伤亡及非战斗减员1万人,全军冻伤22%的代价,成功歼灭了美国整个北极熊团。历时28天的长津湖战役,抗美援朝第二次战役落下帷幕。此战,被认为是人类历史上最残酷的会战之一,朝鲜战争的关键转折点,并改变了历史的走向。

世上没有从天而降的英雄,只有挺身而出的凡人。《长津湖》中的每一个战士都是普通人,但是每个人,都有一颗伟大的心。没有任何一个人天生就是英雄,只是当危险降临的那一刻,他有勇气站出来,这一刻,凡人就变成了英雄。

致敬每一位为祖国挥洒热血的英雄,时代不会忘记你们的名字!

## 啄木鸟卖虫子

上师大附外小三(10)班 夏华隆

冬天到了,啄木鸟家里储藏的虫子太多了,他怕吃不完,所以想卖给小动物们,让他们也尝一尝虫子的美味。

第一位顾客是穿着白纱裙的小兔子。

她问了啄木鸟一个问题:“这里有胡萝卜吗?”啄木鸟看了看架子挠了挠头,不好意思地说:“小兔

## 有趣的上海迪士尼乐园

九亭第五小学四(4)班 靳子煦

每个人心中都有一个沉睡的梦想,有一个地方,能够把这些梦想都变成现实,那就是——上海迪士尼乐园!

上海迪士尼乐园是中国大陆第一座迪士尼乐园,以神奇王国为主题,充满创造力、冒险精神与无穷精彩。首先映入眼帘的是一座小花园,米奇大街上到处是米老鼠形状的灯笼,它们仿佛在和打招呼:“欢迎来到热闹的米奇大街!来发现各种好玩的、好吃的哟!”

看那儿,花车巡游开始了!随着欢快的音乐声,托马斯火车也渐渐地露出了脸儿。星黛露、达菲和他们的朋友们站在车上,一边跳着舞,一边笑嘻嘻地向我们招着手。花车徐徐驶过,想不到后面还有隐藏的惊喜,花木兰威风凛凛地骑着一匹骏马,拔出剑向我们挥舞着,人群中传出一阵阵掌声和喝彩声。

迪士尼乐园不仅好看,而且十分好玩。那么多游乐设施中,我最喜欢的,是“七个小矮人矿车”。一开始,过山车缓缓地爬上了坡,人们紧张地等待着它冲下坡去。过了几秒,伴随着人们的尖叫声和失重感,过山车像离弦的箭一样冲下了坡!这时,周围突然变黑了,原来,你是来到了一个矿洞里。七个小矮人正跟着音乐的节拍,在你的身边努力地采集亮晶晶的矿石,十分神奇。

飞越地平线更是必玩的项目之一,游玩过程就像它名字一样神奇。当“飞椅”启动,你会感觉自己好像长了翅膀,“嗖”地一下飞到了广阔的天空中。霎时,各个国家壮丽的风景都会在你的脚下飞过:法国的埃菲尔铁塔、印度的泰姬陵、非洲的大草原……甚至还会闻到各种植物的清香,3D的高科技形状的灯笼,它们仿佛置身于旅游地一般。当你“飞”到一个景点时,你就会看到这个地方的特色。在北极,呆萌可爱的北极熊正在冰面上行走;在北京,万里长城就像一条五爪金龙时刻捍卫着我们的祖国……在疫情期,不能出国的情况下,足不出户,就能带你飞遍全世界!

最精彩的当属迪士尼城堡的烟花秀了。城堡两旁会放出两束彩色的光,这时,童话王国的探险就此拉开了帷幕。你会看到米奇在滑稽地蹦跳着;贝儿公主和野兽优雅地牵着手;午夜12点,灰姑娘怕魔法消失,匆匆忙忙地逃走……忽然,一朵硕大的激光花朵在城堡绽放了,折射出五颜六色、璀璨夺目的光芒,它的花蕊竟然是米奇!时不时还会有各种各样的烟花在城堡后面“发射”……

听了我的介绍,你是不是也想去迪士尼乐园游玩了呢?那还等什么,赶快行动起来吧!

(指导教师:王雨柠)

## 抓鸟

上师大附外小五(7)班 盛厚语

我已经好久好久没养宠物了。一大早,我带上我的网子,想在散步时抓只鸟养。

我拿着网兜走啊走,一只鸟也没有看到。好像鸟儿知道我要抓它们,告诉了全松江的鸟都不要出巢似的。可我的心里一直在喊:心急吃不了热豆腐!于是我干脆不走了,在一棵大树下等着。等了许久,终于有一只小鸟飞来,落在了枝头。我顺势拿网一盖,那只小白鸟猛地一惊,扑扇着翅膀就要飞走,我赶紧随后,把手中的网子往前一抛,嗖——网子打掉了小鸟翅膀上的一片羽毛,小鸟飞走了。“阿嚏!”我打了个喷嚏,那片羽毛滑过我的鼻子飘落了下来。唉,鸟那么机灵,这样抓肯定不行。我何不趁其不备,打它个措手不及呢?

想到这里,我选了一处蚯蚓经常出没的草坪趴在上面静静地

等。果然有一只鸟飞来了!那只鸟在地上东啄啄西啄啄,不一会就找到了一条小蚯蚓,它立刻津津有味地吃起来。我瞅准机会迅速地往前一扑,网子顺势盖下,可那小鸟竟冰雪聪明,它不扇翅膀浪费时间,只是往前蹦跶了几下。我扑了个空,摔了个“狗啃泥”。那只小鸟再趁机飞走,消失得无影无踪。

我狼狈地站起身,拍了拍身上的泥土。还想再去抓鸟,这时,我看到了那条小鸟还没吃完的蚯蚓,心生惭愧,要是我不去捉它,它就能好好饱餐一顿了,是我打扰了它。这时,妈妈望着树林中蹦蹦跳跳的小精灵们也开口说:看,它们多开心呀,为什么一定要抓住它们好多词,脑海里一下子蹦出好多词语;好朋友、家人、团圆、和谐……

于是赶紧收起网子,拉着妈妈开心地走了。

## 我是老妈的“记录本”

上师大附外小五(9)班 夏博文

说起老妈这人,真的让我很无奈。她总是随手乱放东西,然后等到下次需要用的时候就满世界翻找。说起老妈健忘的糗事,那真是三天三夜也讲不完。

一个周末,我硬着头皮陪老妈逛了一上午的街,回到家门口时,我已经累得不成人形了,这个时候我最想做的事情就是在床上躺着休息。我靠着家门口的门等了好一会儿,也不见老妈开门。我转过头一看,原来她正在翻着她的包,我心里隐隐有了不好的预感,“难不成妈妈把钥匙弄丢了?”我疑惑地问道。

“怎么可能?钥匙我明明一直放在包里的?”“奇怪了,到底是放

在哪里呢?”老妈把包翻了个遍,身上的口袋也翻了好几次,可还是不见钥匙的踪影。我知道,老妈的“健忘症”又“发威”了。“坏了,穿鞋时我把钥匙放在桌子上出门时忘拿了。”老妈一副恍然大悟的模样。我都快急疯了。

“我有办法了!”正当我非常绝望的时候,老妈突然惊喜地叫道:“我在报刊箱里放了一把备用钥匙!儿子,我们可以进家门了。”

此后,每次跟老妈出门之前,我都要反复叮嘱她,我就这样成为老妈行走的“记录本”,没有办法,谁让我有一个“健忘症”的老妈呢? (指导教师:陈明海)

我这里没有小鱼干,只有胡萝卜。”可是小猫只喜欢吃鱼干,她失望地回去了。于是,啄木鸟又把胡萝卜收了起来,采购了大量的干小鱼干。结果还是没卖出去。

啄木鸟回到家后就开始思考:“为什么我的货物总是卖不出去呢?”他思考了一会儿,终于想明白了,原来不同的动物吃的食物是不一样的,考虑问题应该要全面。后来啄木鸟采购了小动物们需要的各种食物,结果超市里的生意十分地火热,啄木鸟看到这样的情景开心地笑了…… (指导老师:尹静)