



你的作文也想发表在这里吗?可以和我们联系。投稿方式:1.微信报名:扫描二维码,加入“现代快报小记者”;2.QQ群报名:现代快报小记者305241946;3.登录现代快报网(http://www.xdkb.net/),注册用户,在“个人空间”发表日志,标题前注明“投稿”。



我的体育水平提高了

现代快报B006号小记者、琅琊路小学三(3)班 张干帆

近几个星期,我发现我的体育水平提高了。以前我连羽毛球发球都不会,但是现在我能做出标准优美的发球动作。以前我最多只能跟别人打两三个回合就接不到球了。自从老师教会我们正手击高远球之后,我的羽毛球水平就提高了很多,可以和别人打几十个回合了。

我还发现我的身体素质改善了。自从我参加了校内的身体素质练习和校外的武术锻炼之后,我发现我能轻松做仰卧起坐、引体向上、俯卧撑、深蹲跳等动作。这些项目使我的四肢变得更加强壮。以前的我跑五十米需要十秒,现在我只需要八秒就可以了。大家都说我的体育水平提高了。

我的体育水平提高了,我太自豪了! 指导老师:方正



宝岛台湾旅游记

现代快报B221号小记者、琅琊路小学五(4)班 张政阳

“轰……”飞机降落在我国宝岛台湾的土地上。走出飞机,一股炎热的空气迎面而来。我心想:“这都冬天了,台湾的天气还这么热啊。”过了一会儿,我们就坐上了大巴来到了台湾著名的日月潭。

日月潭可谓是我国台湾的“天池”。它是田玉山和阿里山之间的断裂盆地积水而成。坐上了船,我们迎风而行,环顾四周,日月潭的周围群山环抱,美不胜收。虽说日月潭的水不是清澈见底,但湖里也展现出一座座山的倒影。不知不觉,我们的船停靠在湖中的一个的小岛上。这座岛名叫拉鲁岛。这时,导游介绍说,我们现在来到了日月潭的分界线,左手边水面较大,呈圆形,为“日”;右手边水面较小,像个月牙,为“月”,所以称为“日月潭”。接着,导游还给我们讲了一个神话故事:从前,当地

人都在附近的山上打猎。一天,他们发现了一头白色的鹿,非常好奇,就追啊追,追着追着就来到了日月潭边,那只白鹿一跃而起跳进了潭里,从此以后,日月潭中就有了拉鲁岛。

接着,我们来到了阿里山风景区,去寻找一棵“神木”。阿里山风景区里树木葱茏,是一个天然氧吧。爬了好长时间的山路,我们到达了目的地。远远地就看见了那棵高大古老的红杉树,它高46.2米,直径5.5米。树干已经是空心的了,但它仍然存活,至今它已是2800岁的高龄了。我们正围着这棵古树观赏,一只小松鼠突然窜了出来。导游说,要是早晨来这里,松鼠还要更多呢。我心想,这里的生态比我们南京的紫金山还要好。

这次旅行让我深深地感受到了祖国宝岛台湾的美,台湾真不愧是大海中的一颗璀璨明珠。



爸爸减肥

现代快报B172号小记者、宇花小学四(3)班 陈瑛

爸爸的肚子看起来活像个西瓜,穿衣服时肚子凸了出来,很不好看,所以爸爸就下定决心——减肥。

晚上睡觉前,爸爸信誓旦旦:“以后天天早晨5点起来爬山,减肥!”

第二天早上5点,爸爸悠悠地起来了,充分准备了一番,出门了。爸爸骑自行车先到琵琶湖,然后一路步行爬到了紫金山的最高峰——头陀岭。回到家已经9点多钟了,爸爸衣服全都湿透了,我问爸爸累不累,爸爸说:“只要能减下来,再累也不怕。”

到了吃中饭的时间,爸爸看到桌面上有香气扑鼻的猪蹄膀,脆脆的鸡爪子,咽了咽口水,决心把筷子伸向了旁边的青菜。

晚上我正准备睡觉,忽然听到爸爸卧室里传来:“一、二、三……”的声音,我好奇地推开房门一看,原来爸爸在做俯卧撑,他咬着牙,双手撑在地板上正费力地做着。我看着爸爸汗流浹背的样子,心疼地说:“爸爸不要减肥了,你胖得健康就行了。”“不行,我说到做到!”

听了爸爸的话,我不得向爸爸竖起大拇指,大声地对爸爸说:“爸爸贵在坚持,你一定能减肥成功的。” 指导老师:虞淑萍



妙用风油精

芳草园小学四(4)班 陈亿萌

哇!作业写完了!我把贴画全部拿出来整理,可一不小心把一个大贴画贴在了桌上。我用力一撕,但胶还在桌上,这可怎么办?

我急忙把抹布拿来,沾了一点水,准备“解救”可怜的桌子。我用力在桌面“毁容”的地方来回擦,可一切好像都没有用,顽皮的胶印就是不听我的话,像个淘气的小男孩故意和我作对。二十分钟过去了,仍收效甚微,我仿佛一个泄了气的皮球。满头大汗的我吸引了几只蚊子,它们好像在嘲笑我。我不得不把风油精拿出来“赶”蚊子。可是不小心,风油精倒了,里面的液体一下子流了出来,正好

流到了胶印上。不好了!不好了!我一手马上抓起风油精,一手快速抓起抹布用力擦去,没想到风油精和胶印一起擦掉了!我高兴得一蹦三尺高。可风油精为什么能消除胶印呢?

我查找资料,上面说:因为风油精中含有酒精,而且浓度也比较大,含有百分之七十五的酒精,遇到胶印就会和它们“打仗”。所以,风油精能分解胶印。你们可能会问:“那酒精可以擦掉胶印吗?”我告诉你,酒精是擦不掉的。因为普通酒精的浓度没有风油精中的酒精浓度高。

虽然浪费了不少风油精,但是因此我知道了风油精别的作用,还是很值得的,因为我学到了新知识! 指导老师:陶佳琪



四季的雨

现代快报B228号小记者、南师大附小五(3)班 徐可

一年四季的雨,你是否仔细欣赏过这平凡而又神奇的变化呢?

春雨是春姑娘赐予万物的礼物,生机勃勃。春雨悄悄地降临,撒下片片晶莹剔透的“花瓣”——一滴滴小巧玲珑的雨珠。春雨洒落在光秃秃的柳树上,柳树微笑着发出嫩绿的芽;春雨洒落在花儿上,它们铆足了劲,准备竞相开放……突然,一滴水珠滴落在窗台上,我仔细地观察它:半圆形的水珠晶莹,又不失一种朦胧奇妙的感觉。骤然间,我仿佛穿越到那鼎盛、文人墨客众多的唐朝,“夜来风雨声,花落知多少?”“随风潜入夜,润物细无声。”

夏雨是雨神赐予万物的季节,与众不同,来也匆匆,去也匆匆,所以夏雨很“火爆”。雷阵

雨又多又密,一阵接着一阵,让没带雨伞的你措手不及。雨后,天边出现了一道绚丽的彩虹。数一数,赤橙黄绿青蓝紫七种颜色。这我不禁想起一句话:“不经历风雨,怎能见彩虹?”

秋雨是果园赠予大地的使者,丰收的果园里到处欢声笑语,一筐一筐的果实带着雨的洗礼。秋雨细而长,慢慢地飘落,犹如长长的丝带从天而降。秋天的雨珠很小,但滴落在屋檐上却悦耳、清澈,叮叮咚咚像是在演奏一曲交响曲!

冬雨是雪神赠予大地的童话,细密柔长,也预示雪即将来临。那滴滴细小柔长的水珠和着北风哗啦啦响,让人感觉冷丝丝的。冬天来了,春天不远了!

一年四季的雨变幻无穷,大自然是多么神奇有趣! 指导老师:施玉洁



“偷”四季

拉萨路小学四(1)班 郭可唯

小时候的我特别天真,认为如果把四季都“偷”过来,就可以冬天过夏天,春天过秋天……

春天在不知不觉中悄悄地来到了。草长莺飞,迎春花开放得格外茂盛,青草从泥土中探出了小脑袋。在花儿、青草的映衬下,各种鸟儿争先恐后地讲述着自己的故事。我轻轻抓住几根草尖,在底下一割,草儿被我“偷”回了家,于是我觉得我“偷”了许多春天。

夏天大吵大闹地来了。我认为汗水、小背心和冰激凌是夏天的三大元素。小背心成功“偷”回。我拿了一个干毛巾把汗吸完,可那味儿,实在是不要命啊!尽管我尽力藏好,可依然被妈妈抢走了,外加大骂一顿。冰激凌,可是我忍痛割爱好不容易留到秋天的,结果

却过期了,让我哭成了“大花猫”。秋天悄无声息地来了。我一旦放学,门前的小树就会性命不保,因为我一回来就会抱着它使劲地摇,摇下的树叶,全都带回家收藏。因为这,我没少挨骂,到现在我还留着呢!

冬天华丽地驾到了。在漫天飞雪中,孩子们有的打雪仗,有的堆雪人,还有的嘴馋在吃雪呢!不过,我是个例外。一个人蹦蹦跳跳地跑来用一个水桶装满雪。一回到家,立刻把雪夹进书中,妈妈一回来,一看书湿了。没等我反应过来,小屁屁上就多了两个红印。后来,我才知道是因为……这就是童年“偷”四季的“小包子”(我的外号)!

点评:多么新奇独特的作文啊!既凸显了四季的特点,孩童的稚气天真也跃然纸上! 指导老师:马翼翔



我和爷爷去冬泳

现代快报B178号小记者、石鼓路小学一(2)班 周子晨

去年冬天,爷爷教会了我冬泳。那时,天气非常寒冷,树叶全落在了地上,湖水都结冰了。

那一天的早晨,我正在温暖的床上睡觉。这时,爷爷来到我家对我说:“晨晨,我们去冬泳吧!”我躺在床上懒洋洋地说:“这么一大早,去冬泳太冷了。”爷爷说:“你不是想当特种兵吗?告诉你吧,特种兵要经常去冬泳的。”

这下可把我说服了,我急忙说:“我去冬

泳!我一定要去冬泳!我想当个特种兵!”我说完这句话,穿好大衣就跟爷爷去冬泳了。

我们到了花神湖,我脱下了衣裤,跟着爷爷下了水。才下了到湖水里,我感觉冰凉冰凉的,但我不怕,我好想做一特种兵。

当我下水的时候,在旁边的几个大人说:“噢!真了不起啊!这么一点点大的小朋友都来冬泳啦!”我游了几分钟就先上岸了。爷爷看我学得认真,除了自由泳,后来又教会我蛙泳。 指导老师:杨敬花



登山,为青奥加油!

拉萨路小学五(5)班 刘安苒

2014年是南京青奥年,爸爸和我决定登紫金山为青奥加油,宣传绿色青奥。

周末一大早,我们来到山下,此时栈道上的游人已经很多,我们决定从旁边的小道爬上天文台,然后再上头陀岭。

刚开始我还劲头十足,冲在爸爸前面,快步往前跑,一路欣赏美景,还将路边的垃圾捡起放到垃圾袋里。走了好一会儿,感到有点累,我总担心走错路了。我就问路过的一位老爷爷:这条路能上天文台吗?老爷爷说:没错,过了前面的陡坡就到了。看到我爬山边捡垃圾还夸我呢,向我竖起大拇指。我有点不好意思,擦了擦汗,赶紧和爸爸继续往前走。

很快就来到陡坡,我皱起眉头有点畏缩。爸爸过来鼓励我:没关系,只要将自己身体重心贴着斜坡,手抓住突起的地方,脚踩稳了就没问题了。我鼓起勇气照着爸爸的样子往上

爬,还真的有效果,居然上来了。

上来天文台,我们稍事休息继续向头陀岭前进。可是越往上走,腿就越迈不动,好像灌了铅一样。头上的汗不停地往下流,脸热得红扑扑的,真想找个地方坐一坐,最好躺下来歇一会儿。我不停地问爸爸,头陀岭到了吗,还有多远啊!爸爸一直在鼓励我,跟我说坚持就是胜利。汗水洒了一路,衣服都湿透了,头发湿漉漉的还冒着热气……

终于到了山顶,眼前的美景已经将疲惫冲得一干二净。远处绵延起伏的山就像一条绿色的巨龙环绕在四周,玄武湖好似明镜,又像一块碧玉。一阵微风,脚下的树林,树叶就像绿色的波浪此起彼伏,伴随着春天的气息迎面扑来。我终于体会到有所付出才能有所收获,我爱南京,更珍惜经过努力取得的成功。就像赛场上的选手,用汗水编织自己的梦想,坚持才能走向最后的辉煌。 指导老师:杨东亚

南京莫愁中等专业学校 首批“国家级残疾人职业培训基地”挂牌

5月15日上午,在第二十四次全国助残日到来之际,由建邺区残联、南京莫愁中等专业学校(国家开放大学残疾人教育南京学院)、南京市火凤凰助残中心联合主办的首批“国家级残疾人职业培训基地”揭牌暨图形图像处理操作员(中级工)培训班开班仪式在南京莫愁中等专业学校(国开院南京学院)举行。南京市残联、建邺区残联、南京开放大学、建邺区教育局领导以及来自全市6个区县的50多位残疾人欢聚一堂,共同参加了活动。

日前,中国残疾人联合会确定全国311家机构为首批国家级残疾人职业培训基地,江苏省共有15家机构获评此称号,南京莫愁中等专业学校名列其中。“莫愁中专于2004

年5月挂牌成立了中央电大残疾人教育南京学院,2012年底随着国家开放大学的成立更名为国家开放大学残疾人教育南京学院。”校长杜迎新介绍,学院开办至今已培养了500多名残疾人大学生,获得了良好的社会评价。首批“国家级残疾人职业培训基地”的挂牌,将促进莫愁中专更好地为残疾学员提供学习服务。

揭牌仪式后举行了残疾人图形图像处理操作员(中级)培训考证班开班仪式。本期培训班是国开院南京学院联合建邺区残联、“南京火凤凰助残中心”合作开办,培养适合残疾人就业与发展的也是市场需求的平面设计人才。

通讯员 褚雪冬 现代快报记者 何海燕

菁菁校园

学会感恩,与爱同行

——情商系列讲座第一站:北京名师一竖老师走进古小

古小的五、六年级学生,身着整齐的校服,手按左胸口,泪眼汪汪地看着家长,大声连呼三遍:“爸爸、妈妈!你们辛苦了!我爱你们!”在场的家长们,为之动容,泣不成声。这是5月14日下午,来自北京“玉琢天成”集团的一竖老师在古小电教室开展的“学会感恩,与爱同行”全国巡回演讲会上,向在场学生发出向父母表达爱的号召时,所引发的感人的一幕。在一竖老师长达两个小时的精彩演讲中,家长、学生、老师都听得投入、动情,整个会场是掌声雷动。

演讲内容分为梦想、励志、家庭教育、感恩四大块。一竖老师以大量鲜活的事例,有趣的游戏,饱满的激情、煽情的语言,将家长如何为孩子设定人生目标,培养孩子的好习惯、责任意识,教孩子学会感恩等问题作了深入浅出的阐



述,使在场的每一位学生受到了强烈的心灵震撼。孩子们懂得了:人活着要有梦想,要做时间的主人,做人生的主宰,活着就能创造奇迹;好习惯成就好前程;百善孝为先。

这次活动,家长、学生都受益匪浅,家长们又重新审视自己的教育观念,学生们更增强了“爱父母、爱老师、爱自己、爱祖国”的意识,从平凡的生活小事中懂得感恩祖国、感恩父母,感恩老师。更让他们肩负起“学会感恩、报效祖国”的使命。 通讯员 卓辉