

乐活随拍



**带**着对中国鼓的挚爱,我进入了黄浦区青少年活动中心市级民乐学生艺术团,成长为打击乐声部的一名演奏员。当我拿着新的谱子和乐队100多号人一起演奏时,内心颇感自豪。在去年黄浦区举办的教师节庆祝活动上,我们演奏了《赛马》和《茉莉花》,《赛马》刻画蒙古族人民节日赛马的热烈场面,它把草原的辽阔美丽和牧民们的喜悦心情表现得酣畅淋漓。

市南中学初三 张晓涵



**去**年夏天我们一家三口去泰国皮皮岛旅游,我和爸爸出海归来,海天之间,风云变幻,享受大自然赐予的美景。

市西初级中学 邱天骁

**家**不远的公园中,银杏叶早已变得金黄。在阳光的照射下,指示牌显得不突兀,却添加了几分浓厚的意境,仿佛是电影中的场景就浮现在我们眼前。

袁龙



家长博客

## 练就强大内心,做全面发展的高中生

女儿:

经过一年的拼搏,终于被心仪的学校录取了,一个多月来全家都沉浸在无比的喜悦中,喜悦之余面对即将到来的高中生活,孩子你准备好了吗?开学在即,我想我们还是聊一聊吧。

高中生活是学生生涯最值得回味的时光,尽管学业压力巨大但处于花季年龄的你更多地应该去享受年轻带给你的那份活力,勇于面对一切挑战和压力练就强大的内心,努力使自己成为全面发展的孩子。

不可否认一直以来你都是一个积极努力的孩子,不论是哪方面都想做到最好,你特别在乎别人对你的看法和态度,唯恐自己做得不够好会被别人嘲笑,这是不够自信的表现。其实我想告诉你人无完人,只要自己努力过了就不必太在乎别人怎么说,尤其是在一个强手如林的环境中保持一个乐观、积极的心态就显得尤为重要了。进入高一你会发现你不再是全班

第一了,强项的科目也没那么强了,甚至偏弱的科目还会挂科,这时千万不要焦虑和不安,因为过度的焦虑和不安不仅对成绩毫无帮助还会让你产生自卑情绪,要知道但凡想打胜一场大战役必然会有无数次的演习,于你而言高考就是那场大战役,之前所有大大小小的演练都是奔着它去的,只要态度认真,方法正确并及时总结问题所在,就不必过多地纠结于那些小演练的结果了。与你而言战胜自己就是最大的胜利。

聊完学习我们换个话题轻松一下,那天开家长会你们校长的一句话我很爱听——“玩在南模”,的确会学又会玩的孩子才是真正的强者,所以请一定要积极地参加学校的各种社团活动,千万不要以时间不够为借口,时间挤挤总会有的,但是社团活动则是锻炼综合能力非常有用的途径,一定要珍惜这样的机会,合理安排时间,玩你想玩的东西。你喜欢的“模联”、“辩论”,都不要放

弃,好好玩出点样子来,以后你读了大学以至于踏上社会时你会发现高中时积攒活动能力是多么重要的事,这远比你做几张卷子要有用的多。还有就是体育锻炼,虽然高考不考体育,你也不喜欢体育运动,但是强健的体魄是应对一切压力的基础,所以在繁重的课业之余也要保持适时的运动,做一个健康的小美妞。

最后我想说高中三年不管是累也好,苦也好;笑也好,哭也好,妈妈的怀抱始终向你敞开,有事没事都可以来抱一抱。加油吧,我的宝贝,你的未来一片灿烂。

妈妈



### »»征稿启事

1.“乐活随拍”栏目向同学们征集摄影作品,无论是温馨的家,家里某个最爱的角落、摆设,喜爱的宠物、植物,热爱的运动,还是和家人或者好友在一起的开心时光……通通欢迎。要求:三张照片,配上100字以内图片说明,文字力求简洁、新颖、有趣。

2.想要和大家分享孩子成长中的感慨、心得,想要以特别的方式与孩子沟通吗?“家长博客”栏目向家长征集写给孩子的一封信,以书信或日记的形式,把平时没能对孩子说出口的话写下来,字数800字左右,如若配上亲子照片则更佳。

来稿请发到邮箱:  
39260913@qq.com。