

一次新的体验

培佳双语学校七(3)班 吕菲



每天太阳的升起，意味着新的一天的来到。无数鲜活灵动的力量在体内深处渐渐聚集，时刻准备着在新的一天迎接新的挑战与刺激，感受新的体验。

每天晚上，万家灯火，大家都在饭桌上吃着菜，聊着天。妈妈总是满身油烟，在为晚餐忙碌。而我总是站在一旁，看妈妈熟练的动作：烧饭挺简单的。

然而，眼睛看到的，和亲手去尝试的感触，往往大相径庭。

妈妈把围裙套在我的身上，对我说：“你来试试。”拿着锅铲，我硬着头皮上了。想学着妈妈的样子敲鸡蛋，蛋壳敲进去一半；爆一爆葱花，姿势不对，油溅了满身；“番茄炒蛋”烧成了“番茄炒蛋汤”，糖放成盐，酱油变成生抽……我像一只尾巴着火的兔子，在厨房里跳来跳去。一顿谁都看不过去的“饭”烧好后，我直接倒在了沙发上。

厨房里一片狼藉，犹如世界大战的战场。两片菜叶挂在锅边，地上都是水，台面上摆满了调味料，味精被打翻了，糖和盐混在一起……

我直勾勾地盯着天花板，说不出一个字。突然我想到了什么，一下子弹坐了起来，还没开口，正在收拾的妈妈问：“感觉怎么样？”“累死了！”

这次以后，我再也无法冷眼旁观了，因为我亲身体会了烧饭到底有多累。不同于眼睛看、耳朵听，这是一次全新的体验和感悟。一刹那，我明白了母亲的良苦用心。

她让我明白，凡事要亲手试一试才有意义，她告诉我劳动的辛苦，要尊重他人的劳动成果。

这一次新的体验，为我的人生积累了一笔难得的财富，是我人生道路上的一块金砖。

练笔

我是足球小子！

上海师范大学康城实验学校 谢睿哲

从二年级下学期开始，我转入了康城实验学校，开始了我的足球生涯。

每天放学，别人都早早地回家了，而我却来到足球场，开始紧张的训练。刚开始时，看见别人都踢得非常好，心里又羡慕又焦急，因为那时的我连球都踢不动。好在，我“挺”了过来，慢慢地，我喜欢上了足球。

我们每天都要训练2个小时，有时练习颠球、射门；有时练习内托、急停；有时练习拨球、挑球；还有时打比赛。每次训练之后，我都累得气喘吁吁、汗流浹背，头发和衣服都湿透了。

教练对我们的要求可严厉了，有什么动作做错，他会立即指出，并要求反复做，直到做对为止。如果注意力不集

中，踢出了乌龙球，教练还会挑起一个球，“啪”地飞到你屁股上，“打”你个措手不及！所以训练的时候，我们都很认真。

每次踢完球回家都很晚了，七点多我才开始写作业，一直写到九点，有时我困得连眼睛都睁不开了。但第二天我还是会生龙活虎地出现在球场上。

暑假的时候，别人都在家里吹空调，连小花小草都热得低下了头，我每天都要在炎炎烈日下奔跑两三个小时。傍晚时分，天上的星星都出来乘凉了，我才啃着妈妈放在我书包里的面包，乘车回家。一个学期下来，我变得又黑又瘦，当我回老家时，别人都说我不像城里的孩子。

虽然踢足球面临许多困难和挑战，但是我从不抱怨，从来没有放弃过。因为足球是我的梦想，它让我收获成功的喜悦。踢足球还可以交到许多好朋友，而且每次班级上足球课时，同学们总爱和我在一组，因为和我在一组打比赛总能赢……这些都让我十分开心。

现在，我依旧每天奔跑在绿茵场上，挥洒汗水，追逐梦想。

我是足球小子，我自豪。



向前走

行知二中 九年级 翁智贤

有人说过，人生就是一个不断向前走的过程。在向前走的过程中，会遇到不可避免的挫折，面对这些挫折，我相信自己一定能战胜，因为有你们陪伴。

在向前走的路上，有鞠躬尽瘁、呕心沥血的老师陪伴着我。“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”，是老师在我心中的高大形象。记得一次月考，收卷子的铃声响起，我的眉头锁得更紧了，手中的笔也不听使唤了，因为我还有一面卷子没有完成。我走到讲台前，向监考老师解释了一番，着急得我几乎眼泪都要流出来了，这时，一双充满力量的手拍了拍我的肩膀，我看着老师的双眼凝视着我。随后，她对我讲：“好吧，小伙子，就再给你3分钟。”我重新振奋了精神，颤抖的手紧紧握住笔，以极快的速度在试卷上写着……

在向前走的路上，有形影不离的同学陪伴我。一次体锻课上，我受了极为严重的伤，在操场上“倒”下了。这时，身边有很多手将我扶起，又将我慢慢地扶去医务室。顿时我感觉到心里暖暖的……谢谢你，同学，在向前走的道路上，有你们的陪伴，我不会孤单。

在向前走的道路上，有细心体贴、关心呵护我的父母陪伴我。父母是每个孩子永远的支撑，在背后默默地喝彩、鼓劲。父亲每天送我上学，接我放学，陪我早出晚归。每天放学回家，一进门就会闻到爱的味道，这香喷喷的味道向我迎面扑来，使我格外享受。这就是父母对我的爱。在向前的道路上，有父母的陪伴，我多了一份暖意。



老师、朋友、同学、父母……在向前走的道路上给予我勇气，给予我动力，给予我能量，助我一步一步向前走！

片段

这就是幸福

青中中学八(3)班 时嘉韵 指导老师 谢征宇

我行走公园的绿荫小道间，慢慢悠悠，看树叶微微泛黄，暗叹南方的秋天着实来得晚些。

渐渐地，我有些乏了，随意找了棵树，身子微微向后倾，打算小憩片刻。恰逢此时，听见不远处传来争吵声。我皱了皱眉，揉了揉眼，强打起精神，向那儿望去。“我已经长大了，不需要你管！”映入眼帘的是一个和我差不多大的少年，他身旁则是一位看上去已年过四十的妇女，手上拿着一件黑色的外套。

突然，那少年转身离开，我隐约听见脚步声里夹杂了几声咳嗽。看来是母子之间闹矛盾了吧，一开始，我也没太当回事。可接下来的画面让我深深震撼到了。那位母亲的双手无力地垂下，眼里满是落寞。她的头慢慢低下，那样的她，与刚才相比，好像瞬间苍老了十几岁。

我默默地停留了一会儿，起身准备回家。走着走着，又见那对母子，只是这次他们有说有笑的，少年身上正披着那件黑色外套。

雨后天晴，夕阳的余晖洒在我的脸上，扫去了所有的忧愁、所有的阴霾。能够相互沟通，相互理解，何尝不是一种幸福呢？这种幸福能照亮前方的漫漫前路，让人们看到希望的曙光。