

四明山之行

今天阳光正好，爸爸妈妈说要带我去徒步，我开心得一蹦三尺高，心里期待极了。

到了四明山脚下，我抬头望去，远处的山峰高耸入云，山上的树木郁郁葱葱，仿佛一幅美丽的画卷。我已经迫不及待徒步了。一开始我活力满满，脚步轻快，还时不时跑在爸爸妈妈前面。可没过多久，我的双腿开始发酸，呼吸也变得急促了起来。我心里开始有点打退堂鼓，嘴巴碎碎念着：“这也太难爬了，我爬不动了，爬不动了！”爸爸似乎看出了我的心思，他鼓励我道：“加油宝贝，坚持一下，山顶的风景可美了，现在你放弃了就太可惜了。”听了爸爸的话，我决定咬咬牙，继续向上前进。越往上爬，景色的确更美。山路两边的绿树在微风中摇曳，枫叶红得像火，树叶层层叠叠，阳光透过树叶的缝隙洒下，像洒了一地的金子，这画面令人心旷神怡。一路上，空气中弥漫着泥土的芬芳，那清新的气息，瞬间洗去我所有的疲惫。

终于，我们爬到了山顶。站在山顶上，我被眼前的景色震撼到了。连绵的山脉，茂密的森林，崎岖的弯道山路尽收眼底，实在是太美了！我的心里充满了成就感。

下山的时候，我就感到轻松多了。这次徒步之旅，让我明白了坚持就是胜利，也让我在周末能更加亲近大自然。期待下次我还能和爸爸妈妈一起探索更多的美景！

第四实验小学 四（4）班 张艺涵
证号：0187137 指导老师：陈静怡

散步记趣

夜晚，天空明朗，星光闪烁，我一边散步，一边欣赏街景。不知不觉间，我走进了一所小学。

我来到操场上，只见花坛里一朵朵花儿在微风下摇曳，格外美丽。微风吹过，一股清香扑鼻而来，令人心醉。可就在这时，我看见不远处出现了两个亮点，如同妖怪蓝色的眼睛正发出幽幽的光。

我内心恐惧，仿佛有一只小兔子在胸腔里横冲直撞。然而，好奇心驱使我鼓起勇气，继续向前迈进。想要一探究竟。每迈出一步，都觉得背后传来阵阵凉意。当我终于靠近时，不知从何而来的勇气突然涌现，促使我加快了脚步。然而，那个身影却“嗖”地一声迅速消失。我扑了个空，差点摔倒。

我的倔劲儿上来了，发誓无论如何也要抓住它。我四处寻找，却始终未能将其找到、擒获。突然，我灵机一动，将手中的糖葫芦放在跑道上，随后悄悄躲藏起来。果不其然，那个“家伙”出现了。我轻手轻脚地靠近，三米、两米、一米，终于，我一把抓住了它。

然而，就在此时，一道刺眼的手电亮光锁定了我。原来，保安叔叔发现异样，赶了过来。借着亮光，我看清了那个“家伙”的真面目，哈哈，竟然是一只布偶猫，我不禁笑出声来。

保安叔叔走近我，温和地问道：“没受伤吧，孩子？”我点了点头，冲保安叔叔不好意思地笑笑，转身离开了校园，向回家的方向走去。

卫前小学 四（1）班 张羽欣
证号：0913482 指导老师：贺梦蓝

有趣的抢椅子游戏

昨天的大课间，阳光洒在操场上，暖烘烘的风裹着喧闹声飘过来——我们闹哄哄地围成圈，玩抢椅子游戏。

游戏规则是这样的：全班分成4组，每组8人，准备7把椅子。音乐响起，大家围着椅子转圈，音乐停，就开始抢椅子。没抢到的淘汰，每轮减少一把椅子，继续游戏。

刚开始，我皱着眉头，猫着腰。音乐一停，我就找到一把椅子坐了下来。第一轮，孙蒨菡被淘汰了。第二轮包烁瑶因反应慢了一拍而导致被淘汰。

现在只剩下六个人了，我想：“不能拿第一，最起码拿个前三吧。第三轮，黄诗茜被淘汰了。第四轮还没开始，再方予涵忽然说了一句：“怎么只有我一个女生生了！”我转头一看还真是。我对她说：“这一轮一定是你被淘汰了！”她神秘地一笑，回答道：“那可不一定哦！”但没想到我的话成真了——她被淘汰了。

接下来，我集中注意力，竖起耳朵，屏住呼吸，一路过关斩将，接连淘汰了方启舟和蒋洛萱。到了决胜局，是我和沈威廷抢夺最后一把椅子。我放平了心态，但他很紧张。在我沉着冷静的应对下，我胜利了，兴奋地蹦了起来，大声欢呼：“我赢了！”

周围的欢呼差点盖过了上课铃声，我摸着发烫的脸颊，连手心都是汗津津的——这抢椅子，可比上课有意思多啦！

卫前小学 四（1）班 叶宇博
证号：0911424 指导老师：贺梦蓝

入夜即景

黄昏，太阳变成了一个大火球，缓缓西沉。

太阳立在山顶之上，威严地放着金光，展开了艳丽的红霞，余晖给白云换上了五彩的礼服，往河流洒上了碎金。红日之上，一朵云霞放出光芒，仿佛火焰在跳动，又恰似一只凤凰，振翅飞翔；归巢的群鸟，整齐地唱起最后一首交响曲，在天地间尽情舒展它们那玲珑轻巧的身姿……

太阳更红了，她在火烧云的簇拥下缓缓下山，似胭脂，如月牙，金黄色也变成了朱砂。与此同时，天空也迅速变换着礼服：先是活泼的蓝白连衣裙，再是美丽的金黄色旗袍，惊艳的橙红色舞裙，淡雅的紫墨色纱衣……

太阳消失在了山后，星星簇拥着月亮从东方升起，在淡淡的余晖中眨着眼睛。随着月亮缓缓上升，夜晚如黑色幕布般笼罩了蓝天，云朵褪去了鲜艳的色彩，换上了神秘的小夜色。这时，寂静旷野上，响起了一首好听的小夜曲，那是青蛙在演唱，那声音不如鸟鸣动听，但清脆优美，使人自在。

月亮立在完全黑的天空中，舒展她那圆圆的银白色身姿，洒下明净皎洁的月光，带给大地清冷的光辉，如一位优雅妩媚的舞女。星星更加暗淡了，它们像珍贵的宝钻，镶在天空美丽的墨色的纱衣上，显得格外精美。就这样众星拱月，守护大地。

这里，彻底入夜了。

城区中心小学东校区 五（2）班 陈心怡
证号：0112376 指导老师：孙梦蝶

小身体，大智慧

周末，天气晴朗，我们一家去森林公园野餐。吃饼干时，我的饼干不小心掉在地上，我刚想去捡起来扔到垃圾桶，忽然发现了一个有趣的场景！

饼干旁边围着一只小蚂蚁，它的身体就像一串芝麻粒，分别是头，胸，腹，它用两个天线似的触角碰了碰饼干，又围着饼干转悠了几圈，然后头也不回地跑向不远处的蚂蚁洞爬去。那只蚂蚁一边爬，一边把肚皮紧贴着地面上。妈妈看到后疑惑地问：“它为什么这么爬？”这时候我突然想起来《十万个为什么》中说过，其实蚂蚁是种很聪明的小动物，它这是留下自己的体味作为路标，防止一会大部队来的时候找不到刚才的路线！

不一会儿，我惊喜地发现那只蚂蚁真的带着蚂蚁大军浩浩荡荡地赶来了，它们排着整整齐齐的队伍，就像训练有素的士兵。到达饼干掉落的地方，它们发现根本抬不动这个“庞然大物”。没多久聪明的小蚂蚁们就想到了解决办法——只见它们把食物用嘴巴咬开，分割成小块，有的抬，有的推，还有的搬，不一会饼干就在我面前消失得无影无踪。我不禁感叹道：“小蚂蚁们，真的是小身体大智慧！”同时我也想起来一句谚语——人心齐，泰山移！

育才小学 三（2）班 胡鑫阳
证号：0257847 指导老师：郑云

秋天的礼物

“一年好景君须记，最是橙黄橘绿时。”我独爱这一年中的好景，更钟情于这丰收季节里的橘子。

秋天是个丰收的季节，它把橙色给了橘子，一个个橙色的橘子挂满了枝头，就像一盏盏小灯笼。这些橘子大小各不同，有的像刚出生的小宝宝，有的像已长大的姑娘，还有的害羞得不敢出来，半遮半掩。凑近再仔细看看，橘皮上面有着一个个透明的小斑点。我摘下一个摸了摸，橘子并不那么光滑，反而有一点粗糙。

我小心翼翼地剥开橘皮，一阵清香扑鼻而来。当我全剥开，看到里面有一个个弯弯的果肉，好似一群小朋友挨挨挤挤地聚在一起，欢乐地玩耍。我摘下一个，放进嘴里，果汁四溢，果肉在我的齿间舞动，甜透了我的心窝。

橘子不仅好吃，还全身都是宝！果肉是一个“维生素小炸弹”，一吃进嘴里，果汁一下子就满了出来，果汁不但甜滋滋的，而且里面有维生素；橘络就像一个“健康小卫士”，它可以去火，还可以做成祛火良药，像一根根小细条；橘皮是个“香味魔法师”，它可以用来泡茶，也可以用来做香料。

我爱橘子——爱它的金黄可爱，爱它的酸甜可口，更爱它的默默奉献！

文谷外国语小学 三A班 应昀桐
证号：0269269 指导老师：任催华

桂花

最近气温终于从夏天的闷热转为秋天的微凉了，我也已经换上了长袖。爸爸说，天气凉下来了，桂花树就快要开花了。

今天我特意跑到桂花树下面，看看我的老朋友，它是不是也有了一点变化呢。桂花树依然撑着那把绿油油的大伞站在那里，它的叶子还是一片浓绿色。但是凑近了我才发现，枝头的叶缝里藏着好多小小的，米白色的小花苞。这些花苞星星点点的，不仔细看，根本就发现不了。它们就像一串串迷人的小珍珠，紧紧贴在树枝上。有的花苞鼓鼓的，好像马上就要裂开；有的还是小小的圆点，正害羞地捂着脸呢。

看着这些小小的花苞，我脑中浮现出清朝袁枚的诗句：“桂花如米小，也学牡丹开。”虽然写的不是桂花，但是这“如米小”用来形容桂花的小花苞，真是再贴切不过了。我凑到花苞下，使劲地吸了吸鼻子，并没有香味。虽然我有点小失望，但是看着这些小小的花苞，又觉得很开心。

过不了几天，我就会闻到它们的香味，感受到满园飘香的胜景了。

第四实验小学 四（4）班 包诗源
证号：0188063 指导老师：陈静怡

我家的小兔子——可乐

我家有一只可爱的小兔子，名叫可乐。

它长着一身赤褐色的绒毛，一对黑宝石似的眼睛，还有一张淡粉色的嘴，真是可爱极了。

我家的可乐很调皮。有一次，我把它抱到我写作业的房间里，我想让它跑一会儿，结果它跳到我腿上。我还以为它只是想在我腿上趴一会儿，可谁想得到呀，它竟然是为了我的周记本来的。它把爪子放在周记本上，吓得我赶紧把可乐抱走，生怕本子被它扯坏了。我可怜的周记本留下了一股兔子味，还有很多兔毛。

我家可乐很灵敏。有一次，我把好吃的放到了离可乐很远的地方。可是我放的时候发出了声音，只是那么一声，可乐就用它天线般的耳朵听见了，一下子蹦过来了。

我家的可乐还很有性格。高兴的时候会跳到我身上，东舔舔西舔舔，不高兴了会跺脚，甚至咬人。

这就是我家调皮、灵敏又有性格的小兔子，如果你养一只这样的小兔子，你愿不愿意呀？

阳光实验学校 304班 董可依
证号：0376096 指导老师：宓芳羽

堆雪人

冬天，下着鹅毛大雪。小朋友们一觉醒来，看到窗外下雪了，特别开心。

他们穿好衣服，吃完早饭，就飞奔着去外面玩雪。外面冰天雪地，非常冷，小朋友们却毫不在意，开始分工堆雪人。小军负责堆雪人的身体。小明也不磨蹭，三下五除二就把雪人的头做好了。小丁用水桶做雪人的帽子。小五拿来蓝莓、胡萝卜和辣椒，做雪人的眼睛、鼻子和嘴巴，他们还插了树枝当雪人的手。

雪地里洋溢着大家的欢笑声，这真是一个快乐的冬天呀！

明月书院 二（4）班 岑新毅
证号：0369256 指导老师：叶晶晶

香煎鳕鱼

周末的傍晚，西斜的阳光洒落在客厅。我懒懒地散地躺在沙发上发呆。厨房里传来妈妈的声音：“臭臭，我教你煎鳕鱼吧。”闻声我一跃而起冲向厨房。

妈妈把鳕鱼从冰箱中取出来解冻。刚拿出来的鳕鱼像石头一样，冻得硬邦邦的，用微波炉加热三分钟，鳕鱼解冻完毕。只见鱼鳞层层叠叠，散发着乌黑的光泽。鱼肉雪白如玉，我用手指一按，鱼肉周围泛着一层薄薄的油脂，竟有些许彩虹般的微光。

点火，平底锅放入小半块黄油，我开始轻轻晃动锅，只见淡黄色的黄油慢慢化开，冒着小气泡飘出浓浓的奶香。

我迫不及待地鳕鱼放进锅中，“滋啦一声”，油飞了出来。“好烫！”我一缩手差点把锅打翻。妈妈眼疾手快一把扶住手柄，一手把我拉到身后，迅速盖上锅盖。“一回生二回熟，多煎几次就知道怎么掌控火候了。”在妈妈的安抚声中我小心翼翼地拿起夹子，打算给它翻个面。鳕鱼大概知道我是个新手，像个顽皮的孩子就是不配合我。“嘿嘿……”我又拿来一把铲子，左右开弓，终于把它翻了过来。

鳕鱼被煎至两面金黄，撒上黑胡椒和海盐，加入欧芹，在淋上柠檬汁的一刻，整个厨房都弥漫着诱人的香味。

装入盘中，我用叉子轻轻划开鱼肉放入口中，外皮的酥脆和柔嫩的鱼肉在齿间奏响了完美的双重曲。我转头看到妈妈温柔的笑脸，突然觉得这个周末是如此的美好！

慈吉实验学校 四（3）班 潘恩昊
证号：0386086 指导老师：应央儿

小鸭子得救了

在森林里面有一个深邃的大洞，关于这个洞还有一个惊心动魄的故事呢！这一切还要从小鸭子散步那天说起……

阳光明媚的一天，小鸭子悠闲地在森林里散步。它一边走一边欣赏路边的小花，一不小心就掉进了那个深不见底的大坑。它急得像热锅上的蚂蚁，可就是束手无策。它只能扑腾着翅膀，焦急地大喊：“救命啊，救命啊！”小鸟听见了小鸭子的呼救声，急忙去“搬救兵”。

小猴最先赶到，它拿来一根木棍，倒挂在树枝上，想让小鸭子抓住木棍爬上来。可木棍太短了，小鸭子根本够不着。大象也匆匆赶来，它本想用鼻子把小鸭子卷起来，你猜怎么着？洞太深了，大象的鼻子连小鸭子的根毛都没碰到。就在大家着急万分的时候，小猴急中生智说：“小鸭不是会游泳吗？我们只要往洞里灌满水，小鸭子不就可以浮上来了吗？”

说干就干。小猴找来了力大无穷的小熊，它们接了满满一桶水，一桶一桶地往洞里灌。随着洞里的水越来越多，小鸭子渐渐浮上来了，终于得救了。好朋友们激动地抱在了一起，森林的上空飘荡着阵阵欢快的笑声。

现在，这个洞已经被填满了，在洞旁还立着一块牌子，上面写着“大家在森林里玩的时候，一定要注意脚下安全哦”！

明月书院 二（6）班 茅家誉
证号：0361324 指导老师：余燕伶

红烧茄子

今天，我路过厨房，发现奶奶一会儿切菜，一会儿煮饭，很辛苦。于是，我对奶奶说：“奶奶，今天我来帮您做菜吧！”奶奶笑着说：“你要做什么菜呢？”我想了想，说：“我要做红烧茄子。”

我和奶奶先去菜市场买了一个又大又新鲜的茄子。回到家后，我先把茄子清洗干净，切成一块一块的，装在碗里备用。接着在锅里倒上一些油，金黄金黄的油，好似那浓稠的蜂蜜一样。放好油，我把茄子放了进去，“滋啦”一声，茄子在油锅里欢快地跳起了舞。然后我把酱油倒进锅里，酱油和茄子混合在一起，跳着优雅的双人舞。我拿起锅铲翻炒，茄子跳上跳下，好似在组织演唱一首美妙的曲子。紧接着我拿起水壶，往锅里倒了点水，又盖上锅盖，焖煮了一会儿。

过了五分钟左右，我打开锅盖一看，茄子们已经把白色的内衣脱掉，穿上了酱色的新衣服。我用鼻子闻了闻，一股股咸香味扑鼻而来。我把茄子装入盘，又加了点葱花点缀，一盘美味可口的红烧茄子就大功告成了。

午饭时间到了，我迫不及待地品尝了一口自己做的红烧茄子，味道又香又美味！我一连吃了两碗饭，自己的劳动成果就是特别香！

第四实验小学 四（4）班 周妤涵
证号：0184180 指导老师：陈静怡

抢椅子游戏

在周五的大课间，老师带我们玩了一个游戏——抢椅子。老师先把全班分成4组，每组8人，把椅子围成圈，椅子数量比人数少一把。音乐一停就得立刻抢座，没抢到的人淘汰，每轮减少一把椅子，留到最后的人便是冠军。

我和同学们站在椅子旁，手心直冒冷汗，心里七上八下，暗暗默念：“一定要专注！一定要冷静！”我的眼睛紧紧盯着离我最近的椅子，耳朵竖得像灵敏的小雷达，生怕错过音乐停止的瞬间。前几轮竞争不算激烈，我都反应迅速，稳稳抢到了椅子，心里偷偷窃喜。

椅子一把把减少，还剩三人时，我的心跳得像小鼓一样“咚咚”响，仿佛全世界只听到自己的心跳声。音乐突然停了！我猛地坐下，可椅子因为被抢光了，我刚好坐在了两把椅子的中间。已经被占位不够准，被淘汰了。我耷拉着脑袋，唉声叹气：“就差一点点我就可以成功了，实在太可惜了！”

被淘汰后，我站在旁边给同学们加油，看着大家你追我赶，又笑又闹的样子，整个操场上充满了欢声笑语。虽然没夺冠，但看着同学们脸上洋溢着幸福的笑脸，我心里的阴霾也被一扫而空，真替他们的成功而开心。

卫前小学 四（1）班 孙菡羲
证号：0916409 指导老师：贺梦蓝

易拉罐“平衡术”

12月伊始，我们学校开展了丰富而有意义的科技节活动。作为一名四年级学生，此次科技节也激发了我对日常现象的好奇心。一次喝饮料时，我竟发现空易拉罐能倾斜站立而不倒下。这是什么原因呢？于是我开展了一项关于“易拉罐独立”的科学实验探究。本文将详细介绍我的研究过程、方法和心得体会，希望能激发更多同龄人对科学的热爱。

首先，我找来两个相同的铝制易拉罐作为实验对象。第一个实验是对照组，我将空易拉罐直接放在桌面上，发现它很容易倾倒。接着，我往第二个易拉罐里倒入约三分之一的水，然后小心地将其倾斜放置。这个易拉罐居然能够稳定地倾斜站立！

通过反复实验，我发现当易拉罐内的水量在四分之一到二分之一时，倾斜站立的效果最好。我用量角器测量了最佳站立时的倾斜角度，大约在45度左右。

通过查阅《十万个为什么》和请教科学老师，我了解到这其实是两个重心问题。空罐重心在几何中心，稳定性一般；满罐重心随液体晃动难以控制；而半空罐的重心最低且稳定，就像不倒翁的原理。为了验证这个猜想，我用细绳悬挂易拉罐找出重心位置，果然发现半空罐的重心最低。

整个研究过程，我用了最朴素的工具：量角器、电子秤、手机计时器，但收获了不寻常的发现。我还尝试了其他液体，如盐水、糖水等，发现不同液体对站立稳定性影响不大，关键因素还是液体的量和重心位置。最后，我用量杯精确测量了最佳水量，并用手机拍摄了易拉罐倾斜站立的照片作为证据。

这次探究我没有停留在书本知识的复述上，而是用简单的材料发现了有趣的科学现象。我深深体会到科学不一定要在实验室里进行。只要我们保持好奇心，哪怕是一个易拉罐、一张课桌，都能成为探索科学奥秘的舞台。现在每次喝饮料时，我都会想起那个斜立在桌上的易拉罐，它就像个无声的老师，告诉我：生活中处处有科学，只要你愿意弯腰去发现。

第三实验小学西校区 四（3）班 滕鹏亦
证号：0171974 指导老师：罗梦佳

梦幻的迪士尼乐园

今天要给大家分享一个非常梦幻的游乐园。会哪里呢？它就是上海迪士尼乐园。

迪士尼里有很多游乐项目，小火车、旋转木马、海盗船……应有尽有。里面还有各种真人表演，以及令人赏心悦目的烟花秀。

迪士尼的旋转木马和别的地方不一样。别的地方的旋转木马转得慢，在上面坐久了，会有昏昏欲睡的感觉。但是迪士尼的旋转木马转得快，上下摆动的幅度也特别明显，你要是不抓紧把手可能就会飞出去了，那是第一次让我有一种想哇哇大叫的冲动。

另外特别值得推荐的项目当属过山车。随着过山车慢慢地上升到最高处，然后迅速向下俯冲，如同离弦的箭一般。游客们有的大声尖叫，有的放声大笑，还有的紧紧地抓着扶手，不敢乱动，偶尔还能听到下面观看的人们的尖叫声。结束下来之后，你还会心有余悸，情绪久久不能平复。

迪士尼的晚上是最美的，因为有烟花秀。接连不断的烟花冲向夜空，在空中炸开，金色的火花如同流星般坠落。紧接着，一朵朵光芒四射、灿烂无比的烟花在空中飞舞，又积成一片烟花瀑布。我顿时想到了李白的千古名句“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”。

卫前小学 四（1）班 蒋洛萱
证号：0911173 指导老师：贺梦蓝

美丽的明月湖

明月湖就在我们学校旁边，景色诱人，是个美丽的地方。

白天的明月湖真好看。湖水平得像一面镜子，我一下就想起刘禹锡的诗句“湖光秋月两相和，潭面无风镜未磨”。湖边的沙滩上，沙子软绵绵的，踩上去像踩在棉花上。我轻轻捧起细沙，它们像彩色的绸缎，沿着缝间一缕缕滑落。沙滩上有带彩色条纹的贝壳，还有刻着花纹的石头，孩子们见得多了不怎么理它们，我真觉得它们孤零零的，会非常无聊呢！

晚上的喷泉更美啦！音乐一响，喷泉冲上夜空，红、橙、黄、绿、青、紫、蓝的灯光照着水柱，像会跳舞的彩虹。水柱时而高时而低，时而聚成小山，时而又散作星星，月光洒在波光粼粼的湖面，和喷泉相映，美得让人挪不开眼。路过的人们都忍不住停下脚步，拿出手机拍下这美丽的画面。

明月湖白天温柔，夜晚热闹，藏着我好多快乐回忆，我太喜欢它了！

明月书院 三（5）班 章逸凡
证号：0366980 指导老师：胡维群

美丽的水杉林

星期天下午，天气暖暖的，我和姐姐去森林公园散步。我们沿着湖边走，很快就看到了一片水杉林。

小路两旁的水杉树不算很密，路上铺了好多水杉叶，踩上去软软的，还会发出沙沙的响声。忽然，一阵风吹来，树上的叶子哗啦啦地响，好多叶子飘了下来，像一群彩色的小蝴蝶在飞。我伸出手去接，一片叶子正好落在我的手心，凉凉的，软软的，真舒服！

走到湖边，我看见岸边的水杉树长得笔直笔直的，枝叶向湖面伸展开来。树叶有绿有红，在阳光的照耀下，显得特别鲜艳。湖面平静得像一面镜子，水杉树的影子和天上的白云都映在水里，好看极了！风一吹，湖面泛起细碎的波纹，影子被揉成了一团，过了好一会儿，才慢慢变回原来的样子。

我朝着小路尽头望去，水杉林沿着湖边一直铺向远方，和天边连在一起。我和姐姐站在树下，看着眼前的景色，都舍不得离开了。

这片水杉林真是太美了！

明月书院 三（5）班 茹丞丞
证号：0361723 指导老师：胡维琴