

# 爸爸减肥

烟大附中三年级三班 洪冠越 指导教师 杨翠华

我的爸爸可胖了!他还不到一米七就二百多斤了。他的肚子比怀孕的阿姨还要大,好像里面有一个小宝宝。爸爸一直想减肥,尝试过很多种方法,依然失败了。

这不最近网上有卖韩国大肚贴的,说是不用少吃就能让人瘦下来。爸爸听说后可高兴了。于是,他就“斥巨资”买了很多大肚贴。每天早晚,他都要撕下一张大肚贴粘在肚子上,然后在屋里拍着大肚皮走来走去。他还不时地对着镜子照照,问我们他的肚子小了没有。妈妈说:“你要锻炼,每天吃那么多的肉和海鲜还不运动,是不会瘦下来的!”

爸爸不信,依然我行我素。他坚信大肚贴的功效。每天早上起

来第一件事,爸爸都是去称体重。可是,他的体重一点也没有减少!爸爸气地说:“网上的东西净是些骗人的!我又被坑啦!”我和妈妈乐得哈哈大笑,爸爸这次减肥又失败了!

我和妈妈体重都很标准。因为,我们每天都吃蔬菜和水果。遇到即使再喜欢吃的肉和海鲜,我们一次也不吃很多。我们还经常去爬山做运动。爸爸呢,每次都像蜗牛一样在后面偷懒,真是伤脑筋!

亲爱的朋友们,为了自己的身体健康都要像我和妈妈这样饮食均衡,不要像爸爸那样爱吃什么就使劲儿吃,把自己吃成一个大胖子!

## 我爱阅读

莱山区实验小学  
四年级四班 逢鑫  
指导教师 马庆雯

一本好书,就是一轮太阳,每时每刻都照耀着我的心田。我的爱好就阅读。

俗话说:“读书破万卷,下笔如有神。”每个周末,我都会沉浸在图书馆中。每当我走进眼花缭乱的书店时,都会遨游在书的海洋中。看久了,就会找一些四格漫画幽默一下,但会立刻回到一波三折的故事情节当中。

小时候,妈妈每次睡觉前都会给我讲嘟嘟熊的故事,往往还没读完,我就已经进入了梦乡。有一次,妈妈出差,我便自己拿起“嘟嘟熊”念了起来。于是“嘟嘟熊”成了我的第一本书。从那以后,我爱上了阅读,于是,四大名著,《狼王梦》《长袜子皮皮》等都进了我的书房。每晚只要我写完了作业,便会津津有味地读起书来。

每天晚上我都会迅速写完作业迫不及待地拿起昨晚没有看完的书,慢慢的,慢慢的,我的书架已经有许多书了,名著、科普、历史、作文。已经是应有尽有。如果哪天晚上不看书,就会感到非常空虚。就好像有一件重要的事没做一样。但只要我在读书的时候,我的心也会跟着故事的情节走,时而哈哈大笑,时而伤心流泪,时而沉于思考。书给我带来的快乐已经无法用语言来表达了。

爱书的人是渴望读书的,无声地书会告诉你世界是怎样精彩。

## 阅读伴我成长

烟大附中  
四年级三班 周澄溟  
指导教师 任冰冰

书籍就像是我们的朋友,它让我们掌握了无穷无尽的知识,了解了这奇妙的大千世界。

每当我翻开一本书,就像打开了另一片天地。那些优美的语句,精致的插图,让我不由自主地全身心投入其中。我沉浸在书籍的世界里,仿佛周围的一切都消失了,我就像一艘小船,书籍就像一片海洋,我在这无边无际的书海里乘风破浪,尽情遨游,这种感觉别提多畅快了。

书籍里有我的一个个梦想,它能让我在虚幻的世界里自由想象。看书入迷时,我经常把自己想象成书中的某个人物,设想着如果我是他,会怎么做。书籍,就像一只鸟儿,带着我飞到我想去的地方,了解那里的风土人情,做着现实中想做却无法实现的事情。这种身临其境,实现梦想的感觉真是太美妙了!

书籍是打开人类心灵的钥匙。书给我带来感动,带来悲伤,带来喜悦,还让我明白了许多的道理。《钢铁是怎样炼成的》让我明白了做人要坚强,要知难而进;《假如给我三天光明》告诉我,要勇敢地面对生活,还要有一颗热爱生活的内心;《雷锋日记》让我明白了活着不仅仅是为了自己,更是为了让别人生活得更加美好。

读书吧,同学们!读书破万卷,下笔如有神。书读多了,我们就会有更深的领悟力,文章也会越写越好。愿世界上每一个人人都热爱读书,愿世界上每一个人都能因为读书而更加优秀,更加快乐!

### 小记者征集令

凡是烟台市范围内义务教育阶段的中小学生,均可报名参加。

小记者报名费180元,赠送一份全年《齐鲁晚报》。

报名电话:15063815716。

小荷版将优先选用小记者的译文。电子邮箱投稿:稿件发送到qwbjryt@163.com

在投稿时一定要注明“学校名称、班级、姓名、详细通讯地址和联系电话号码”。

所有稿件均要求原创,凡抄袭、剽窃他人文章者,一经发现,即列入本报黑名单,其今后所投稿件一概不予选用;对于抄袭情节严重者,本报将以书面或电话形式通知其所在学校。



## 春天真美丽

烟大附中一年级六班 于程浩 指导教师 李蓉蓉



老师说,春姑娘来了,只有细心的小朋友才会发现她。于是,我和妈妈一起出去寻找春姑娘的踪影。

我们来到田野,哦,我发现春姑娘!瞧,杏花、桃花开得那么热烈,粉嘟嘟的像小孩子的脸蛋,一定是春姑娘亲吻了他们;小河里的水叮叮咚咚地流着,像八音盒的音乐声,好听极了!春姑娘一定在小声地跟着音乐哼着歌吧?柳树的枝条上冒出了鹅黄色的嫩芽,被风一吹,便柔柔地摆动,这是春姑娘的长辫子吧?

我们又来到海边。哟!春天的海真蓝呀!水和天连在一起,满眼都是蓝色,这是春姑娘穿的蓝色风衣吧?水面上闪着波光,像风衣上闪亮的钻石。沙滩上很多大人、孩子,有的在玩沙子,有的在放风筝。我抬起头,很多五颜六色的风筝在天空飘荡,这一定是春姑娘被风吹起的丝巾。

我和妈妈坐在沙滩上,暖和的阳光照在身上真舒服,风儿轻轻地从脸上吹过,就像春姑娘柔软的手抚摸着。春姑娘,你好温柔,好美丽!

## 有趣的跳蚤市场

开发区大季家中心小学五年级二班 郑美辰 指导教师 李岩

星期五中午十二点半,我们学校举行了跳蚤市场活动。这个活动是五年级的同学卖东西,一至四年级的同学来买,非常有趣。

活动开始了,我们五年级的同学开始摆摊。大家都拿出五花八门的東西来,然后找个地方摆好。我只拿了五本书,两个本子来卖。好多同学都拿了各种各样的商品。“嘶——”天真冷呀!我终于体会到那些摆

地摊人的辛苦了。

一年级的同学开始来买东西了,同学们像商人一样吆喝着,那场面煞是有趣。因为我的东西都不怎么适合一年级,所以一样东西还没有卖出去。可是,当我看到许多同学将那大把的“毛爷爷”揣入口袋中的时候,还是站不住了。这时候,我的身旁走过一个小女孩,我便向她推荐我的本子。没想到,她竟然买了。当我拿着自己赚的

钱时,心里比吃了蜜还甜。

一年级的同学打道回府,二年级的同学又来了。我看见一年级的同学对市场还依依不舍呢!我又发现一件有趣的事情,一些老师竟然也来买东西,这让活动变得更加有趣了。老师们可是砍价高手哦!我亲眼看见一位老师,八块钱的东西,居然用四块钱就买到手了,这也太强了!

我带来的东西全卖光了,

俩一块去捡。”于是我和爸爸脱下衣服放在沙滩上,慢慢地向礁石挪过去,水的阻力真大,裤子被打湿了感觉像是有千斤重,我几乎站不稳,于是爸爸只好就抱着我前进,不一会就靠近了,我兴奋地捡起那小心翼翼地放进我们的塑料袋子里,生怕他被弄碎,贝壳捡到不少,我们就回家了。

我把捡回来的贝壳做成风铃和装饰画放在我的屋子里,我看着贝壳,只见它们亮晶晶,光闪闪的在夕阳的余晖下光彩夺目,我爱不释手。

## 好书拍卖会

牟平区牟牟小学四年级二班 于茜 指导教师 杜风莲

今天我们进行了有趣的读书拍卖会,拍卖会是读书节中我期盼已久、最喜欢的活动了。在之前的每一天,我一直辛辛苦苦地积攒着读书币,现在已经四十多元啦!

在老师的一番介绍后,读书会开始了。一开始拍卖,原本整整齐齐的队伍一下子全散开了,变得乱七八糟,卖书声、买书声杂在一起,操场像菜市场一样杂乱。我庆幸自己身手敏捷,在人山人海自由

“穿梭”,挤到了一张桌子前,把厚厚的一摞书一放,不一会儿便有了“客人”,我高兴极了,挑出一本书介绍道:“这本书很划算,是伍美珍的小说集,只要5元!”一听这话,“客人”不由分说,立刻掏钱“买货”,又来了一位“客人”,一下买了六本书,我的钱立刻暴涨。接下来卖书越来越顺利,我也有点佩服自己的“口才”,不要说我吹,我自己带的十一本书已经“卖光光”了,赚到了丰厚的



读书币。

我一数钱,100元!惊讶得自己的嘴巴张得像河马嘴巴那样大,我顿时欣喜若狂,还想着:“有钱的感觉真好啊!”卖完了书,当然去买书了,我撒腿就跑,生怕书长了腿跑了似的。

我一手提着空袋子,脚下像生了风,“一本、两本、三

本……”我自己默念中,一本本书收入袋中,可时间像水一样,“哗哗!”不知不觉流走了,可是今天收获不佳,我只好垂头丧气地回了教室。

虽然今天收获不佳,但是今天总结了买卖书的不少经验,下一次我要继续努力,争取买到更多好书!