



小记者体验

2015-44 (总第310期)

2015-45 (总第311期)

持弓控弦羽飞时,心底凌然浩气生

本报5月28日讯(记者 孙丽娟 通讯员 王新晓) 应高区部分住地偏远的小记者及家长要求,24日,本报组织了第二次小记者射箭体验活动。

古老的射箭技能,对绝大多数现代人来说是非常陌生的,参加活动的孩子几乎都是第一次触摸到弓箭,家长更是如此。

从孩子们的小手第一次触摸到弓箭,再到控弦飞羽射出人生的第一支箭,甚至命中靶心。孩子们感受到是弓箭这种古老机械动力装置发明背后蕴含的智慧,更在握弓拉弦的全身心运动中增添了一份人生阅历和自信。

►通讯员 王新晓 摄



坚持不懈,就会射中

上周日,我参加了齐鲁晚报小记者“弯弓射箭”体验。从得知要射箭那一刻,我就兴奋得忘乎所以,一晚上都在琢磨,迫不及待得在网上查阅射箭要领。

早上太阳公公还没起床,我就急不可耐爬起来了。天空泛着一丝鱼肚白,时间过得特别慢,钟表滴答滴答,爸爸还在睡觉。我趴门缝看到爸爸翻了个身,赶忙跑过去把他推醒,“老爸,快点起来,别迟到了!”爸爸摆摆手,示意不用着急,我只好回到屋里翻看故事书打发时间。说也奇怪,平时那些人物总能把我吸引得五迷三道,这时竟一点兴趣都没有。我百无聊赖地翻了几页,就对着镜子练习昨晚在网上学的射箭技巧。别说,看着镜子里的自己,瞄准、发射,还真有模有样呢。

终于等到八点半,我和爸爸出发走到学校操场。哟,看来不止我自己兴奋,早到场的同学一个个摩拳擦掌,跃跃欲试。很快,我们就和带队老师熟了,他很和善,也很有耐心,一遍遍地指导我们要领。我目不转睛地看,心里一遍遍尝试,觉得有昨晚“功课”做基础,肯定不成问题。

轮到我慢弓射箭了。我信心满满拉弓射击,靶心却像躲猫猫一样忽闪忽闪。“呀!又偏了!”试了两次总不得法,我急躁起来,哪起的嘴让爸爸心疼,爸爸示意我放弃,这时妈妈说过的一句话在我耳畔响起:“只要坚持不懈,就一定会成功!”我仿佛重新找到了力量,也找到了灵感。我沉下心,屏住呼吸,轻拉箭弦,然后放手,只听“嗖”的一声,“我成功啦!”箭穿过靶心那一刻,我整个人都兴奋得跳起来。

美好的时光总是流逝太快,转眼,射箭体验接近尾声了。回望那个矗立在远处的箭靶,回忆练习射击的过程,似乎有很多东西在我脑中闪烁,这可远不止学射击这么简单呢,因为它也在用一种接近我内心深处的方式教我一些道理,此刻,我更明白妈妈那句话的意义:只要坚持不懈,就一定会成功!

期待下一次的小记者射箭体验!

后峰西小学4.3 邹知余
指导教师 于庚灼

第一次接触奇妙的弓箭

又是周末,阳光明媚,我在家里看电视,爸爸告诉我齐鲁晚报的叔叔阿姨组织小记者到我们学校射箭,我高兴地一蹦三尺高,这是我盼望了许久的事,今天终于到来了。我赶紧洗脸、刷牙,换衣服,拉着爸爸就往楼下爬,满脑子都是射箭的情景。

到了学校,我迫不及待地飞奔到操场,已有很多小同学围着教练叔叔,看他示范射箭技巧。只见教练左手持弓,右手拉弦,中指和无名指扣弦,瞄准靶心后松手,只见箭“嗖”的一下飞了出去,正中靶心。太厉害了!教练的示范赢得了大家一片热烈掌声。

我也跃跃欲试,渴望亲手试一试。教练给了我们每人三支箭,刚开始我掌握不了要领,箭都射偏了。第二轮试射,我慢慢掌握了技巧,可以射中靶标了,很有成就感。

一上午的美好时光很快就过去了,我恋恋不舍离开。这次活动,我接触到之前从未尝试过的新事物,也明白了无论做什么事都要有耐心,踏踏实实地一步一个脚印才能做好。

西涝台小学2.2 万浩宇
指导老师 徐新宇

我喜欢这样的射箭体验

星期天,我们小记者要参加射箭体验。以前在电视上看到过射箭,那“会挽雕弓如满月”的飒爽英姿,简直太酷了!今天,轮到我了,嘿嘿,想想就令人兴奋!

早晨,我早就起床了,匆匆吃完饭,就缠着妈妈让她带我到活动地点——后峰西小学。本以为自己来得挺早,谁知道很多人已经到了。看来,大家都迫不及待。

活动开始,教练先介绍弓箭。弓箭分三种,复合弓、传统

弓和反曲弓。反曲弓可以瞄准,我很想用它,可因为我个子小,只能用传统弓。传统弓就传统弓,反正都能射箭,一样!再说,就咱这技术,用啥不行?接下来,教练又讲解了射箭技巧,我听得很仔细——这可关系到能否射准哟。

要开始射箭了,我拿着弓走向箭道。不知怎么,我突然地感到心慌,手里的弓也变重了许多,腿也有些发软,握弓的手抖得厉害,靶子也晃个不停。“别紧张,放松一点。”耳边传来

教练的声音。我镇定下来,“嗖——啪塔”,糟糕,劲用小了!我射出的箭离靶子老远就掉到地上。

第二箭,呼口气,再来!这次,我稳稳端起弓,一点点拉开弦,哈!拉满了!“嘯——嗖——噗!”“噢,我射中了!”望着稳稳插在靶子上的箭,我忍不住跳了起来。

接下来的时间,我一边回想技术要领,一边调整自己的动作和力度,射箭水平那是芝麻开花——节节高。射中靶心的次数也越来越多,连教练都冲我竖大拇指,我的心里更是像喝了蜜一样。

高兴之余,我也明白,任何成功都来之不易:如果没有认真听教练的讲解并用心体会,我肯定不能取得这样的成绩。我喜欢这样的射箭体验活动,它不仅让我有了第一次体验,更让我在人生路上收获良多。

西涝台小学3.2 李朋翩 李朋繁
指导教师 于天刚

小记者走进望岛小学拼厨艺

本报5月28日讯(记者 刘洁 通讯员 苗婧雯) 24日,齐鲁晚报小记者走进望岛小学生活技能教室学做紫菜包饭和水果沙拉,提升生活技能。

望岛小学在全校开展生活技能课,针对每个年级学生的特点教学生相应的生活技能,从一年级的钉纽扣、叠衣服到四、五年级的切水果等厨艺课,让学生享受了劳动的快乐,也学到了基本的生活技能。

小记者和家长们一走进望岛小学生活技能教室,就被

吸引住了:教室里有6组灶台,每组灶台都有锅、案板等基本厨具,每个灶台可满足3位小记者做菜,“这哪是教室,这就是个大厨房嘛。”小记者和家长们发出惊叹声。

每个案板上都已经摆放好了熟米饭、黄瓜条、火腿条等材料。“用来做紫菜包饭的米饭,里面加了香油,白芝麻和盐调味。”望岛小学生活技能老师分享说,用来包饭的海苔有讲究,糙面在内,光面向外,卖相好。放米饭时要在海苔上留两指距离,防止卷起时

米饭挤出。做水果沙拉时,小记者们用酸奶替代了沙拉酱,讲究健康饮食。刚上一年级的张萌胆大手快,用菜刀切水果来毫不含糊,张萌妈妈说,这是张萌第一次自己用菜刀切东西。

紫菜包饭和水果沙拉完成后,小记者和家长们品尝自己的劳动成果,“从来没吃过这么好吃的紫菜包饭。”小记者刘彦哲对自己的手艺很满意。很多家长表示,没想到放手让孩子去做一些力所能及的事,孩子能完成得这么好。



▲小记者为切好的水果挤上酸牛奶。

小记者作文

我学会做寿司了

“今天太高兴了,因为我会做寿司和水果沙拉了。”周六我和妈妈随着齐鲁晚报小记者一起来到了望岛小学的生活技能教室,由那里的老师教我们做寿司和水果沙拉。

老师告诉我们做寿司的海苔为什么是一面光滑的,一面粗糙的。要把不光滑的一面向上,这样容易把米饭铺好,光滑的一面向外这样卖相也好。我们按老师说的把米饭均

匀地铺在海苔上,而且海苔的周围要留出两厘米左右,这样就不担心卷起来米饭挤出来。

米饭铺好了,该加材料啦。老师为我们准备了黄瓜条、胡萝卜条、火腿、鸡蛋还有黄萝卜条,我依次选了材料加米饭上,然后按照老师教的方法用海苔把材料全部都卷起来。切寿司也有讲究,老师说切的时候先用刀切出一个小口然后再一刀切下,这样切出

来的寿司一点都不变形,卖相特别好。我觉得我做的寿司都能摆到柜台上出售了!

水果沙拉最考验刀工了,要把各种各样的水果切成漂亮的形状放到一起,然后再挤上沙拉酱就完成了。怎么样,不错吧!你们是不是也想学了,那就快加入我们齐鲁小记者吧!

鲸园小学3.1 林渝潮

酸奶也可做沙拉

24日星期天,今天天气晴朗,我的心情也格外好,因为作为小记者的我要去望岛小学学习做寿司和水果沙拉。

教室里老师已经把做寿司和水果沙拉需要的东西准备好了,东西很丰富,有鸡蛋饼条、火腿、大根、黄瓜条、胡萝卜条、香蕉、小西红柿和加了盐与芝麻的米饭。做寿司有讲究,我把紫菜粗糙面朝上铺好,再把米饭放上去摊开,在边上留了两指宽的边,再把其他材料放上去,然后

卷起来,卷的时候要一边卷一边推,最后把它切成一小段一小段,我把漂亮的带回家和家人分享。

接着我们又做了水果沙拉,我们用酸奶代替沙拉酱,因为酸奶新鲜更健康。原来酸奶也能做水果沙拉,味道还挺好。全做完了的时候,我们还去望岛小学操场转了一圈。回去的时候,我和爸爸妈妈把所有寿司都吃光了,太好吃了。

高区一小2.2 许宸瑞