个学生聚在一起聊得很

尾草,用手抓住一端,把

另一端有毛的递在金鱼

一群金鱼来回游荡,少

年不禁笑了笑, 自言自

语道:"这鱼真有灵性

高二(5)班 吴 蓓

岁月的美在于流逝,花开花落间,光阴沉淀了年少轻狂,也懂得了冷暖 自知,人生,没有人能陪你到最后,一路风雨前行的只有自己。

每一天走在熟悉的路上,即便偶尔会有感伤,也能生出淡淡的幸福。

做一朵小花,静静的开在时光中,即便不美丽,也要有修养;即便不艳 丽,也要有内涵。生命的丰盈在于内心的饱满,生活的美好缘于一颗平常 心。

每一天我们都会面对不同的风景,有的人会伤春悲秋,有的人会欣喜 恬淡。有没有那么一刻,你厌倦了现在的生活,想过另一种人生?有没有那 么一瞬,你听着别人的故事,忘记了自己要吟唱的歌?

曾几何时,我们都害怕生活的千篇一律,厌烦生活中点点滴滴的琐碎。 其实我们都是平凡的人,不得不沉沦在俗世里,看花开花谢,潮起潮 落,很多时候,繁华都是别人的,惟孤独是自己的。也只有孤独的时候,才能

人来到这个世上,不是将生命的时光拉得多长,而是尽力让其芬芳,花 开花落间,努力找寻属于自己的美好。

妥贴安放好内心,知道自己想要什么。

墙绘《松》 胡光睿老师作品

将感恩植一株菩提,种在心中,对生活怀有一定的温度,心态阳光,积 极向上,命运总是偏袒那些热爱它的人。

人,不要活得太累,记得要学会给自己解压。生活总会有说不完的喜怒 哀乐,每个人都有不愿提及的过往,每段路都会有起落浮沉,天空不只有明 朗,前行的路上也不会都是艳阳高照。

无论脚下的路有多寂寥,都要做好自己,无论世界是否予你深情,我们 都应心存善念,保持对生活的珍重,岁月也定会对你温柔相待。

毕淑敏说:"我们的生命,不是因为讨别人喜欢而存在的。"我们总是喜 欢去点缀别人的风景,仰望别人的天空,而忽略了自己内心想要的。总把别 人的看法看得很重的人,是活不出自我的。

好像自己的快乐与否,一举一动,都在别人的目光审视中,其实你如此 在意别人的目光,在别人眼里我们又是什么?不过是别人生命里的点缀,匆 匆的记忆,转瞬便遗忘。

太在意别人的目光会累,其实,别人喜不喜欢自己不重要,重要的是遵 从内心,做自己喜欢的那个人。

我永远不够好,也不完美,可这又有什么关系呢,我哭是因为我真实, 我笑是因为我乐观,我面对是因为我坚强,我努力是因为想拥有一个更好 的自己。

生活就是一种坚持,撑着伞前行,逆风奔跑,都是为了更好地抵达。

人的一生注定会有风风雨雨,坎坎坷坷,你无法留住朝阳,也无法挽住 黄昏,却可以拥有阳光,也可以留给他人温暖,感谢生命中所有的善意,让 我学会做最好的自己。

墙绘《我见青山多妩媚》 周成老师作品

送走了烈日炎炎的夏天,我们迎来了硕 果飘香的秋天。九月,我们迈着轻快的步伐 走进校园,一切都是那么的亲切。

抬头仰望天空,只见有几个"人"和"一" 字在空中飘舞,是什么呢?仔细一看,那是正 在往南飞的大雁呀!突然,那些大雁叫了几 声,像是在给我们加油。微风拂面,小路两 旁,枫树张开双手,欢迎着同学们。这时,远 处袭来一阵清香,张望半天,才发现是躲在 葱郁的树叶后面的花,它们似乎在邀请我们

前方就是教学楼了,学长学姐琅琅的书 声为我们吹响了新学期战斗的号角。大课 面前晃来晃去, 逗着那 间,同学们排着整齐的队伍向操场走去。音 乐响起,我从他们铿锵有力,整齐一致的动 作中,读出了他们的认真和努力。受到他们 的感染,我默默地对自己说:"新学期,我来 ……" 了!"

我们铺下了梦想的道路。湖边的亭中,有几

热闹,走进一听,才知道 他们在激烈地讨论着植 物会不会呼吸的问题。 湖中的金鱼好像也很喜 欢热闹吧,都朝着亭子 的方向靠拢, 欢快地蹦 着。其中有一位同学,像 是对他们讨论的问题兴 致缺缺,随手折了个狗

19) 班 珊

校园的秋天,多姿多彩。它虽没有春天 朝着湖的方向走去,一棵棵银杏树,为 的妩媚,夏日的浪漫,冬日的沉稳,但是它有 自己的特点——明丽而丰富。



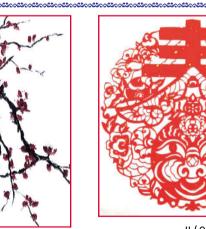
在中华民族的传统节日里,除了春节,中秋节也是一个重要的节日。

在八月十五这个月圆之夜,皎洁的明月寄托着人们的思念。人们思念什么?思念的是远方 的亲人。虽然"人有悲欢离合,月有阴晴圆缺",但无论怎样,到了八月十五这一天,人们总希望 能和远方的亲人团圆。这是中国的古老传统,也是东方文化中家族情结的体现,这种情感是什 么力量也无法阻挡的。古时候,因为交通不方便,很多人有家不能归;而现在,国家富强了,交 通方便了,远在他乡的游子得以轻松回到亲人身边,中秋也就真正成了团圆的节日。

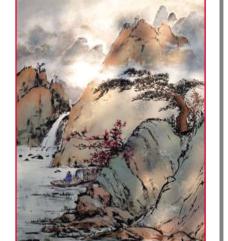
在如水的月光下,我们一大家子又围坐在大圆桌旁一块儿吃饭,满桌子的菜各式各样的, 大家都吃得很起劲,渐渐兴高采烈起来,相互祝福着干杯。"光辉皎洁,古今但赏中秋月。"今年 也不例外,饭后,我们一起坐在院子里赏月。面前放着许多月饼,咬一口,那甜甜的感觉就好像 今儿个和家人聚在一起高高兴兴的感觉一样。"人逢喜事尤其乐,月到中秋分外明。"今晚的月 亮跟平日里的确实不一样,那圆圆的样子不就像我们这围坐在一起的一家人吗?

蓦地,脑海中闪现出许多诗人对中秋之叹。"皓魄当空宝镜生,云间仙籁寂无声"是李朴对 浩瀚广阔的中秋月景油然之敬;"海上生明月,天涯共此时"是张九龄寄思念予明月的浓浓归 家心;"人有悲欢离合,月有阴晴圆缺"是苏轼向明月表达对胞弟苏辙的无限怀念。所以我向今 晚的圆月托去了一份祝福:希望月亮下的所有人,都能和亲人在一块儿共着那婵娟

指导教师:王广洲







墙绘《泛舟独钓》 余显云老师作品



儿童画《爱音乐》 指导老师 杜 娟



八(3)班 赵东芹 工笔《黄鹂》 指导老师 余显云

#### 体育运动 小常识

1、剧烈运动时 和运动后不可大量 饮水

剧烈运动时,体 内盐分随大量的汗 液排出体外,饮水过 多会使血液的渗透 压降低,破坏体内水 盐代谢平衡,影响人 体正常生理功能,甚 至还会发生肌肉痉 挛现象。由于运动 时,需要增加心跳、 呼吸的频率来增加 血液和氧气,以满足 运动需要。而大量饮 水会使胃部膨胀充 盈,妨碍膈肌活动, 影响呼吸; 血液的循 环流量增加,加重了 心脏负担,不仅不利 于运动,还会伤害心

此外,大量饮水 会使胃酸浓度降低, 影响食物消化。长期 大量运动后饮水容 易得胃病。

2、进餐后不宜 运动

进餐后需要较

多的血液流到胃肠 道,帮助食物消化与 养分吸收,如果这时 参加运动就会造成 血液流向四肢,妨碍 胃肠的消化,时间-长就会导致疾病。体 弱者进餐后血压还 会降低,称为餐后低 血压,外出活动容易 跌倒。长期餐后运动 容易得盲肠炎。饮酒 后不可进行游泳等 运动项目。

3、在不适当的 地点运动会带来伤

> 由于运动的基 本功能是通过呼吸 从外界摄入大量新 鲜氧气,以满足健康 的需求,故运动前-定要选择好地点,以 平坦开阔,空气新鲜 的公园、河滩、体育 场等处最佳。

省

七

会

4、不要在情绪 不好的时候运动

运动不仅是身 体的锻炼,也是心理 的锻炼。当你生气、 悲伤时,不要到运动 场上去发泄。运动医 学专家的解释是:人 的情绪直接影响着 身体的生理机能,而 情绪的变化又产生 于大脑深部,并扩散 到全身,在心脏及其 他器官上留下痕迹, 这种痕迹将影响人 体机能的健康。

5、选择最佳运 动量 选择最佳运动

养的培养,打造高效课堂。



王冠华 周林启

2018年10月15日

第十八期

(总第 191 期)

俞国朝

副 主 任: 项学著 桑世国

间:余海波 胡兴武

报名题字:张广志

编委主任:刘 彬

主办:霍山文峰学校 地址:霍山县经济开发区 电话:0564-3900001 网址:www.hswfxx.cn

## 省"七五"普法检查组来我校督导检查



成效显著,高度重视法制宣传教育工作,特色鲜明,亮点突出。

(本报讯)2018年10月13-14

日, 霍山文峰学校小学8名教师赴

合肥参加由北京百师联盟信息技术

研究院主办的为期两天的安徽省第

七届"名师讲坛"小学语文、数学课

务重,为了能更全面地聆听讲座,更

深入地学习专家的经验方法, 我校

参训教师每场活动都提前候场、认

真听取讲座并做好记录,并不时地

用手机抓拍难忘瞬间, 听到精彩之

处忍不住喝彩叫好、拍手称赞! 特别

是名师张学伟吟唱于右任的《望大

陆》时,大家忍不住轻声跟着吟唱,

研讨培训精彩纷呈、堪称经典,

当一次次地回味孙双金老师的"追

问"艺术、张艳芬老师的精彩阅读教

学、朱萍老师的绘本作文技巧,以及

田杨意、张龙老师的古诗辞教学

师的培养,全方位、多渠道为他们的

成长和进步搭建平台。此次培训活

动正值我校 2018-2019 学年秋学期

教学研讨课如火如荼开展之际,从

教师说课指导、听课点评,到学生习

惯培养、养成教育,王冠华校长全程

参与、亲自指导,广大教师也信心满

满、干劲十足,共同聚焦学生核心素

(周 志)

一直以来,我校注重对青年教

……令人叹为观止,心生羡慕!

唱罢不禁热泪涟涟,几度哽咽。

两天的教学研讨会时间紧、任

堂教学观摩研讨会。

养,加强制度建设和规范建档,全面推进"七五"普法工作再上新台阶。

日,省司法厅 副巡视员、省 育工作领导 小组办公室 副主任杨晏 平一行来我 校督导检查 '七五"普法 中期工作,县

讯) 10月11

校党总支书记、初中部校长桑世国介绍了我校"七五"普法工作措施和具体做法。检 桑世国着重介绍了我校加 查组一行仔细查阅了相关台账资料,询问了有关工作情况,认为我校依法治校、依法施教 强师德师风建设的具体举措, 强调了加强师德师风建设的重 杨晏平希望我校在今后的法治宣传教育工作中能进一步加强青少年法治意识的培 要性和迫切性。他指出,我校认

神,通过组织教师集中学习、举 办师德师风演讲, 以及每年开 展师德标兵评选等, 切实提高 三人到会指导,我校党总支书 教师的职业道德和职业素养。

陈义杰和刘江分别就如何 有效防范和杜绝教师有偿补课 和学生体罚问题作了发言。一 直以来,我校重视师德师风建 设,要求全体教师定期上交师 诺书、拒绝有偿补课承诺书,并 不定期召开学生座谈会,让学 生主动监督老师,并开设校长 信箱,做到全方位加强师德师

参加座谈的青年教师纷纷 结合自身工作和思想实际,谈 了各自的想法和体会,表示在 今后的工作中,要以践行教师 职业道德为己任, 苦练教学基 本功,以良好的师德形象引导

(宣传中心)

# 县教育局机关老干部来我授参观考察

真贯彻落实相关文件和会议精

(本报讯) 10 月 19 日,我

县教育局工会主席彭少国一行

记桑世国、高中部校长陈义杰、

初中部副校长刘江、校教学处

主任朱景松、高中部教学处主

任叶远冬,以及部分青年教师

员围绕"加强师德师风建设,如

何做一名好教师"为主题依次

发言,寄望我校青年教师要树

立高尚的职业道德, 积淀扎实

的专业知识, 练就过硬的教学

功力,尊重理解关心学生,争做

新时代的"四有老师"和"四个

会上,彭少国要求参会人

参加了座谈会。

(本报讯)彩菊丹桂醉金秋,飞火流霞迎重阳。

为弘扬中华民族敬老、尊老、爱老的传统美德,让 老干部们深切感受我县教育事业的可喜变化,实地察 看我县教育发展的丰硕成果,以度过一个有意义的重 阳节。10月16日上午,县教育局机关离退休老干部 一行近 20 人来我校参观考察,县教育局副局长李运 生陪同考察。

来宾一行在接待室观看了学校宣传片,听取了吴 允富校长关于霍山文峰学校办学理念、办学历程、办 学规模、管理格局、课程改革、未来规划等基本情况的 介绍,老干部们对我校办学条件、办学水平和办学效 益的不断提高给予了充分肯定和高度评价,认为文峰 学校近几年外塑形象、内练硬功,办学成果斐然,令人感 到无比的欣慰和高兴。

老干部们饶有兴致地参观了圆梦广场、诗词长廊、 图书馆、人文景观等场所和设施。每到一处,老干部们都 认真听取介绍、仔细察看,大家被文峰校园的新文化、新



理念、新特色、新魅力深深吸引,发出了由衷的赞叹。 参观中,老干部们纷纷表示,以后会一如既往地关心 支持我县的教育工作,继续为我县的教育发展建言献策、 发挥余热,努力推动我县的教育事业又好又快发展

### 市体测组专家来我校开展学生体质健康抽测



标准和视力状况抽测有关 体测组专家刘应来我校开 800米跑等七个项目。 展学生体质健康抽测工

(本报讯) 为了促进 作,随机对我校高一、高 中小学生加强锻炼,提高 二、高三年级 180 名学生进 中小学生的体质健康水平, 行抽测, 各班体育老师负 根据《2018年省教育厅对 责组织和配合,确保此次 六安市中小学生体质健康 活动顺利进行。

此次测试内容包括测 问题的具体通知》的文件 量身高体重、肺活量、坐位 精神,10月18日, 六安市 体前屈、引体向上、50米和

(张 静)

## 我校第十二届运动会开幕式十大看点



10月30日上午,霍山文峰学校第十二届田径运 动会暨体育节开幕。盛大开幕式、特色方阵、火爆团 体操……每一个瞬间都精彩纷呈,令人赞叹。你最不 能错过的精彩看点,小编为您一网打尽。

最炫酷:伴随着激昂澎湃的《运动员进行曲》,在 国旗、校旗、会旗的引领下,彩旗方阵、鲜花方阵、汽 球方阵依次进场





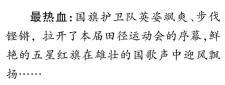




号宏亮,气贯长虹,孩子们仿若一支训练有素的仪仗 队在接受检阅,纯真的笑脸传递着美和爱的曙光!

最匠心:以"模拟城市"命名的140个班级代表 队意气风发地走过主席台, 独具匠心地编排和表现 力较好地展示了各自代表城市的内涵文化,令人赞

最有范: 当运动员和裁判员带着灿烂帅气的笑 容,迈着整齐矫健的步伐走进会场时,立即引起周围 观众的一阵阵欢呼和尖叫。



最鼓舞:吴允富校长回顾了文峰自创 办以来,在体育教学和体育活动中所取得 的优异成绩,鼓励广大师生对体育锻炼要 葆有持续的热情和激情,让阳光体育理念 洒遍文峰校园的每个角落!

运动员代表童保华同学、裁判员代表 张文波老师分别上台宣誓。

县文广新局全民健身推广服务中心 主任尹宏致辞祝贺。

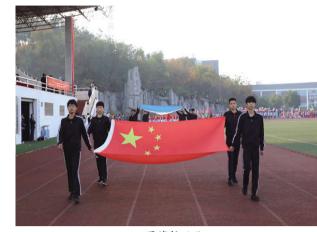
最沸腾: 当经开区管委会工会主席张金柱宣布 "霍山文峰学校第十二届田径运动会正式开幕"时, 全场鞭炮齐响,礼花齐鸣,万千彩球飞腾升空,呐喊 声、欢呼声此起彼伏,整个校园成为动感十足、活力

最震撼:大型方阵造型《走进新时代》气势恢宏, 豪情干云。"少年强则国强"的口号响彻云霄,学生方 阵迅速变换出"1978"和"2018"。40年的风雨兼程,发 展变迁,用数字触摸改革开放的历史脉络,呈现中国 腾飞的壮阔画卷;用队列展示改革开放的伟大成就, 凝聚起中国梦的磅礴力量!

最民族:大型功夫扇表演舒展大气、圆活自然, 随着一声声"啪"的脆响,红绸扇收放闭合刚柔并济、 连贯均匀,红扇面犹如一朵朵盛开的红杜鹃!

最青春:大型团体舞《小苹果》旖旎多姿,绚烂柔 美;大型广播操队列整齐、动作划一,欢快的音符流 淌着青春的活力,动感的节拍充满时代的气息,博得 现场观众的阵阵掌声。

本届运动会10月30日-11月1日进行,历时3 天。运动会规模大,项目多,设有100米赛跑、200米 赛跑、400米赛跑、跳高、三级跳远、立定跳远、跳高、 跳绳等 11 个大项目,共有 2130 名运动员参赛。未来 几天,各项比赛项目将穿插、有序进行。





校旗护卫队



















大型团体舞《小苹果》



量的方法很多:例如

指数评定法、心率评 定法、库珀评定法、菲 克斯评定法、疲劳评

定法、简便评定法、阶

段评定法等等。由于

每一个人的实际情况

千差万别,安静心率

相差 15-30%, 甚至

更多, 所以选择最佳

运动量应根据自己的

年龄、性别、职业特

点、体力状况、健康水

平、体育基础、生活环

境、目的任务等不同

6、整理运动的好

整理活动,是指

在体育锻炼后,所采

用的一系列放松练习

和运动后按摩等恢复

手段,目的是消除疲

劳,恢复体能,提高锻

整理活动可以使

紧张的肌肉得到放

松,在运动中,肌肉毛

细血管大量开放,肌

肉高度紧张。如果激

烈运动后立即静止不

动,肌肉内淤积的血

液就不能及时流回心

脏,肌肉僵硬,疲劳不

易消除。相反,运动后

做一些整理活动,使

运动慢慢缓和下来,

或通过按摩挤压肌肉

和穴位,就可以使肌

肉得到充分的放松和

7、运动后营养的

运动员经常是每

天都要训练,接近比

赛时甚至一天训练两

次,参加比赛也经常

需要一天连续出赛两

三次,包括预赛、准决

赛、和决赛,例如田径

和游泳,或是在短短 数天中每天连续出 赛,例如篮球,这时运

动后的营养补充就变

得非常重要,对于7

次练习的成效或是比

赛的结果有绝对的影

响。对运动员而言,运

动后的恢复不应该是

顺其自然,而应该是

主动积极的补充运动

所消耗的能量和营

养,为紧接而来的比 赛或训练做好准备。

8、运动后的营养

第一方面: 补充

第二方面: 补充

因流汗而损失的水份

运动中消耗的肝醣

第三方面: 修复

9、运动后不能立

受伤的肌肉和组织

即洗澡这样会导致心

脏和脑部供血不足以

致于头晕眼花浑身无

力,还有由于身上的

乳酸过多的积累使全

和电解质

(glycogen)

身酸痛。

补充着重于三方面:

休息。

补充与恢复

炼效果。

情况来决定。

他们是生命中最闪眼的绿; 他们是生命中最 可爱的人。

他们的青春,默默绽放,从不曾想过感天动

他们将血泪汇成河流,他们将大爱汇成河流。 他们身上承载着祖先的辉煌,肩负着祖国的重任, 所以他们的情感总是很深沉。

他们是英雄长城的一块砖, 他们是五星红旗

曾及否,08年汶川五月十三日凌晨,红军向 汶川开进,一千二百公里路,仅用了24小时,十四 日凌晨,全部官兵到达都江堰,由此向灾区进发, 负重34公斤重的行囊和物资,走在不断塌方的山 路上,地图上30公里的距离,脚下变为60公里。 官兵开始与体力和意志开展较量。九小时后,顺利 到达,比预期短12个小时。

曾记否,莫拉克台风,来自各地的优秀退伍官 兵组成二十人应急队伍在抗击台风时保持了军人 的本色,总是在最危险的地方,在最需要人的地方 出现。在去夜里山洪爆发,水及腰,民兵第一时间 赶去灾区,援救八十余人,大多为留守老人,儿童。

曾记否,因落水者而牺牲的孟样斌,不顾江水 寒冷,跳水救人,当前来的救援的小艇靠近他们 时,他用最后一丝力气将一名女青年托上去,交到 救援人员手中, 自己却再次沉入水中随后被打捞 出来的他经医院抢救无效死亡。太多太多的感动, 向人们展示了军人的光辉,如那喷血的朝阳,用生 命书写光辉铁血之旅,壮志男儿,正气与胆识铸就 长城,庇邦国家安宁。

无论是在战火纷飞的日子,还是和平年代,是 你们让所有的兄弟姐妹平静生活,有了你们,我们

生活没有了畏惧。

总想亲手编一只美丽的花环戴在那锋锋铁骨 的战士颈上,用最诚挚的心,表达对你们的敬仰。

高二(11)班 王 烨

总想亲手沏一杯醇香的热茶,送给那站岗的 战士,让一份暖意来抵挡寒冷。

总想唱首歌,用尽力的真情,来歌颂军人的威 武来表达父老乡亲对你们的深情。

有人说军人是寂寞的,是孤独的。但我说:不! 他们永不会,虽无灯江洒绿,无轻歌漫舞,但又荡 气回肠的军歌,有铁凝的军活让他们畅颜。无论是 什么行为都可以去表达他们是——一群最可爱的

军号吹响了你们心中的英雄之歌, 当铿锵的步伐 踩出你前行的方向,可爱的人,你们拥有了一个让 人敬佩的名字——军人。

谁说军人是冷酷的?军人的心中充满着对祖 国母亲深深的爱,那如高山大海,源于这份爱,军 人用青春和生命捍卫国家尊严和人民安宁。

谁说军人是无情的?军人的心中也有爱情的 火,即使不能与最爱的人长相厮守,但军人心中那 份爱比常人更浓。两地分,燕飞鸿,相思不尽情衷。 你的爱,我最懂,姹紫嫣红最爱橄榄树绿这一种。

军人的爱藏在心里,埋在绿中;军人的情些在 大地,寄在空中。军人的思念啊远在一一相望明月 中!战争年代,军人是一把钢枪,把愤怒的子弹射 向敌人的胸膛;建设年代,军人是一块砖,一片瓦, 建起一座高楼大厦,和平年代,军人是一面盾牌, 是幸福的保邦神,保护着和平,租单着邪恶。军人, 奉献是你的品格,你把青春无悔地托付给橄榄绿, 把生命献给了伟大的祖国。

让我庄重的举起右手, 代表十三亿颗同样的

指导老师:王 华

龚自珍有诗言:"落红不是无情物,化作春 泥更护花。"就像树叶,绿了,装点着美好的春 天;枯了,肥沃了贫瘠的土地。

夏天还在逗留。游赏公园,大片的银杏树 正绽放着耀人的光泽。走进银杏树林,还能看 到碧绿的小草中掺着金黄的银杏树落叶。忽 然,一样东西落在了我的头上——原来是一片 银杏叶。这树叶宝宝可真淘气,从树妈妈那里 跑了出来,不小心摔在了我的头上。

一棵罕见的银杏树,给公园增添了无限的 生气。这是一棵巨大的、古老的银杏树。为了量 一量它的粗细,我和几个朋友手拉手去围它, 都没围过来。银杏树的树皮是灰褐色的,上面 有许多小疙瘩,用手摸上去非常糙,也很硬,像 老人裂开的皮肤。银杏树的树枝是从中间长出 来的,织成了一张巨大的网。

我摘了一片叶子,又捡起一片叶子,仔细观察了起来:树上 的叶子是绿的,叶子前面的边缘是波浪型的,而其他两边的边缘 却是弧线型的,叶片的触感非常柔软、光滑,仿佛是缩小型的扇 子,又像是大象的耳朵,又恰似拇指姑娘的裙子;地上的叶子是 金黄色的,上方还有点褐色的痕迹,边缘卷了起来,摸起来有点 粗糙,叶子上褐色的斑点像是洒上了一滴滴的墨水,轻灵又厚重

那一棵棵银杏树透着一股灵动的美,修长的枝干,茂密的叶 子,无一不彰显着它的魅力。银杏树的美是清爽的,是空灵的,它 的美犹如种子一般在我的心中扎了根儿,印在了我的脑子里,挥

好一个点缀了世界、蓬勃了想象力的树叶! 我抑制不住我的 思绪:这片树叶的生长不知经历过多少次暴雨的洗礼, 骄阳的暴 晒。不论亭午,还是夜分,不论风和日丽,还是风雨交加,它都巍 巍然地伫立在枝头。春天,它和鸟儿作伴,让风儿歌唱,与蝴蝶舞 蹈;夏天,它用自己弱小的身躯死死的抓住树干,为它遮风挡雨 为它遮住火辣辣的太阳;到了秋天,当人们为丰收而庆祝的时 候,它老了,甚至一阵风就能结束它的生命,却没有人记得它;冬 天,它终于落而归根了,它用尽最后一口气绽放出它的绚丽与光 华,它在空中飞舞着,扭动着,旋转着,用生命跳出了最后一支也 是最美丽的舞蹈!

树叶是平凡的,是谦逊的,是无私的,它映衬了花的美丽,却 默默无闻,我赞美这种精神,

指导老师:高 蕾



生如一场远行,未来 们则是这个世界的匆 匆过客,总有一天会 化作这大千世界的尘 埃,不妨随遇而安,在 人生这场远行中渐行

微风和煦,万物并 秀,怀揣着"纵有疾风起,青春不言弃"的 信念,启程吧,即使一路坎坷,也不要放 弃。《华严经》中有言:"不忘初心,方得始 终。"若仅仅因被泥泞拦住了前路,便放弃 这次远行,又如何能得知前方的美景呢? 心。活在当下,唯有向前走,才能遇得好的 风景。闲夜明月,蝉鸣音落,闻萧萧木叶, 品清酒一盏,一路远行才会使它更加香 醇;浮风入袖,闲情逸致,听流水潺潺,看 一片云悠然,把自己醉倒在月光下,也醉 梦及远行过往,也是一种幸福。

纪伯伦说:"我们走得太远,以致忘记

了为什么而出发。"这让我联想到一句话: "圆规之所以能画圆,是因为脚在走,心不 变。"所以,我们更加要不忘初心,不向生 活妥协,不向命运低头。远行如歌,只有优 美的旋律才能让它更加动听; 远行如画, 只有精妙的画工才能绘出独好风景。只有 走出迷茫,我们才能走得更远,到那时,即 便是烛影星桥,也似长安道。

繁华易逝,美景难存,也许我们人生 在世最大的悲哀,就是看不尽这紫陌红 尘, 赏不完繁花美景, 也触及不到永恒 "哀吾生之须臾,羡长江之无穷",谁又不 希望"挟飞仙以遨游,抱明月而长终"?远 行终有尽头,纵渺小如蜉蝣,朝生暮死,亦

行走奔波,泛过岁月的涟漪,体验过 人行于路,总要有几分踏平山川的冒险之 春夏的交替,直到秋叶终于金黄,鬓已微 霜,等到行者不再奔忙,心也不再年少轻 狂。远行归来的人啊,一起品茗畅谈过往。 华发苍苍的我们早已释怀所有悲伤,也能 够体谅世事的无常。

远行吧,繁华落尽见真淳,萧萧数年, 倒在这白墙灰瓦间。夜月送来一帘幽梦, 天涯海角,也能不悔这一路而来的半生风 :



年》。当读到"枫林渡"这个故事时,我 的内心久久不能平静,既被懂事的蓝 蓝所感动,又为曾经活泼有礼貌的童 童变成一个傲慢无礼的孩子而感到

: 那个特殊的年代,不足一岁的蓝蓝被 奶奶接到了枫林渡。在这十年中,乡 的花、有芦苇丛、有河、有蹄声悦耳的 云雀, 更有呵护自己长大的稻虎哥 缺点。 ……后来奶奶、蓝蓝和短尾巴猫一起 市长小院。蓝蓝对城市生活充满了新 鲜感,但同时也感到不自在。在城市 里,蓝蓝知道了自己还有个弟弟叫童 指导老师:陶裕 : 童。他是一个活泼开朗有礼貌的男



### 〈枫 林 渡 》读 后 感 四(3)班 汪梦弦

孩,但随着妈妈的骄纵,慢慢地变成 了一个傲慢无礼的孩子。

另一个给我留下深刻印象的是 蓝蓝的外婆。尽管贵为市长,她却没 有一点官架子,十分平易近人,对待 工作也兢兢业业,是个让人钦佩的老 这是一个凄凉又温暖的故事。在太太。和蓝蓝外婆形成鲜明对比的是 蓝蓝的妈妈,她刁蛮任性,经常指责 奶奶,不懂得尊重别人,还把前来探 下的奶奶和蓝蓝相依为命。枫林渡带 望蓝蓝的稻虎哥给赶走了。就这样, 给了蓝蓝美好的回忆:一年四季开放 奶奶回乡下了,蓝蓝也跟着回乡下 了,蓝蓝希望妈妈能够意识到自己的

这本书让我明白了一个做人的 被妈妈接到了城里,住进了外婆家的 道理,那就是只有尊重别人,才会获 得别人的尊重。人与人之间要用真心 诚意交往,彼此尊重,才会拥有一个 充满爱与温暖的世界。

指导老师:刘 苗