



## 做快乐的“健智”少年

■ 合肥市和平小学东校五(4)班 管诗岑 指导教师:张红

2017年的9月1日,我光荣加入了合肥市和平小学东校这个大家庭。当爸爸妈妈牵着我那稚嫩的小手把懵懂的我带进校园时,我便被美丽和东的一草一木所深深吸引了,老师们亲切的笑容、关切的话语也让我感受到了家一般的温暖。在这里,一位又一位可亲可敬的老师,带领着我们在知识的海洋里欢畅地遨游:从汉语拼音到英文,从日记到作文,从加减乘除到几何知识……我们还学到了许多自然科学知识。在老师的谆谆教诲下,我们不仅养成了良好的学习习惯,还学会了做人的道理。

时光如梭,转眼我已是一名小学五年级的学生了。五年来,除了学习掌握科学文化知识,“和东”丰富多彩的课余生活也让我的各方面能力得到了锻炼和发展。“国学经典朗诵比赛”不仅让我领略了国学的美好,还让我爱上了古诗词;每年的春季运动会、亲子运动会既锻炼了我们的体魄,也拉近了学校和家庭的距离。此外我还参加了校园啦啦操社团、插花社团、校“晨曦合唱团”,同时成为校广播站中的一员,开始了红领巾广播站的播报工作。我



还走进学校“红领巾宣讲团”,宣讲了第一期的党史故事。此外,学校还组织了“寒暑假创意作业展示”“童心抗疫,唱响心声校园歌唱节”等与时俱进、充满创意的活动,这些活动让我在锻炼中不断成长,也让我变得越发勇敢和自信。在这五年间,我多次被评为校“优秀少先队员”“三好学生”,今年还获得了区“红领巾二星奖章”。

是“和东”培育了我,发掘出了不一样的我,是“和东”丰富的课余生活为我搭建了展示自己的舞台,是“和东”让我看到了不一样的自己,可以变得更好的自己,是“和东”让我逐渐成长为一名德、智、体、美、劳全面发展的“健智”少年。

我自豪,因为我是“和东”的一员!我快乐,因为我是“健智”少年!

## 百变料理箱

■ 合肥市亳州路小学四(4)班 何旭涵 指导教师:刘梅

“……真香啊!”一阵阵诱人的香味扑鼻而来,我知道妈妈今天中午一定又给我准备了一桌既丰盛又美味可口的午餐。可是看着妈妈忙碌的身影,我不禁想到如果有一个能帮我们做饭的神奇的机器就好了!想着想着,我就展开了我天马行空的奇思妙想……

如果有这样一个神奇的机器那就叫它“百变料理箱”吧,说它“百变”是因为它外形的千变万化:可以随着我们的需要而变化,在家里便于摆放,它可以变成长方形;外出时便于携带可以缩小成巴掌大小。其次说它“百变”,是它的烹饪方法千变万化:除了常态的蒸、煮、炸、煎、炒、拌等,它还有一个独特的按键DIY,它能检测出主人情绪的变化,并自主创造出一种新的独特的烹饪方式。最后说到它的“百

变”,它还能“百变”出各种各样的美食:有充满本土特色的家常菜,也能做出洋溢着异国情怀的特色菜,甚至还可以做出许多黑暗料理呢!

肯定有很多人想问:“百变料理箱是怎么做出美食的呢?”你只需要把新鲜的食材放进指定的食物格中,甚至不用清洗,因为“百变箱”具有清洁、除菌、消毒的功能,盖上盖子再简单地按几个按钮就可以得到一盘盘色香味俱全的美食了!这可以为妈妈减轻很多的家务活!

百变料理箱是不是很神奇呀?真希望我这个奇思妙想能在不久的将来成为现实。当然,理想能成为现实,需要我们自己的不断努力,从小好好学习知识打下坚实的基础,长大才能有所发明、创造。让我们一起携手实现自己的伟大理想吧!

## 玩转橄榄球 快乐大课间

■ 合肥市明珠小学六(2)班 王海博 指导教师:陈红

橄榄球是咱们明珠小学的特色项目,把橄榄球和大课间相结合的橄榄球大课间也是咱们学校一张靓丽的名片!开学后,为了让橄榄球大课间更加规范有序,全体师生进行了高强度的训练!

听,明珠小学的操场上又响起雄壮有力的《运动员进行曲》;看,35个班级的同学们一只胳膊夹着橄榄球,一只胳膊前后摆动,踏着整齐的步伐向操场走去!

《运动员进行曲》结束,全校师生在操场上严阵以待。接着响起《向快乐出发》,跟着音乐,全校师生一起热身,左右运球,绕腰运球,绕膝运球,胯下运球,一千多人整齐划一,只听“砰砰,砰砰”的运球声,蔚为壮观!

我们班的领操员——陈子豪,一个精神干练的小伙,正雄赳赳、气昂昂地带着同学们专注地做着操。

橄榄球操结束了,随着新的音乐响起,全体师生井然有序地变换队形,橄榄球游戏开始了——“三攻两防战”,只见一位“主攻”拿到橄榄球后,一个箭步冲上前左躲右闪如同一道闪电般闪过“防守员”,此时“防守员”也不甘示弱,一个右变向加冲刺跑,再来一个跳跃腾空而起扑向“主攻”同学,实力非凡的“主攻”见状立马将球传给了身旁的队友,而队友像接过“烫手山芋”一样,心跳加速、小脸紧绷、两眼放光,随即好似脚底生风般抱着球继续向前冲

去,最后终于达阵,取得了胜利。

第二个游戏——抛球,全体师生快速拿起球,迅速分队站成整整齐齐的四列,两人传球开始了。同学们像泼水一样将球传给队友,虽然只有这一个动作却也被同学们玩出了新花样。有的同学将球使劲向上抛,故意使球飞得高点好让队友想办法去接住球;有的同学则假装心不在焉,实则等待队友一个不注意,迅速将球扔给他。简单又不失趣味,同学们都笑得合不拢嘴,整个校园充满着欢声笑语。

笑声未尽,新的音乐再一次响起,这是同学们最喜欢的一个游戏——女生跳皮筋,男生跳大绳。女生们在两人撑开皮筋后,就开始念念有词地跳起了花边跳,既顺口又很有节奏感。男生们也在两人摇起绳子后开始了穿龙跳,在看准时机后一个紧跟一个地冲上前就跳了过去,时而还有同学来个空中旋转180度的花样跳,哇!还真是酷啊!

快乐的时光总是飞快,三十分钟的大课间在不知不觉中结束,而同学们的身心也在不知不觉中得到了放松与锻炼,同时在团体合作、相互配合的过程中又增进了师生及同学之间的感情。



## 《七十二变》

■ 合肥市长江路第二小学橡树湾校区二(2)班 武隽馨

如果我会七十二变  
我希望我能像《西游记》里的孙悟空一样  
变成一只大鹏鸟  
背着妈妈在世界各地旅行  
带她去看最美的风景……

如果我会七十二变  
我希望我能变成一颗闪亮的流星  
从天空中划过  
让每一个人许下幸福的愿望……

如果我会七十二变  
我希望我能变成迪士尼里的美人鱼公主  
在大海里自由自在  
和小鱼们一起欢快地游泳……

如果我会七十二变  
我希望我能变成一片云、一滴雨、一束阳光  
带给每一个有需要的人一份温柔、一丝希望和一缕温暖……

如果我会七十二变  
我希望我能变成妈妈的影子  
跟在妈妈的身后  
听她讲故事  
看她画画  
听她唱歌  
我要和妈妈永远在一起……

## 老鼠王国的紧急会议

■ 合肥市西园新村小学安大校区六(1)班 高苒  
指导教师:杨韧

夜幕降临,忙碌了一天的人们渐渐进入梦乡,老鼠的世界却开始热闹起来。

老鼠王国的国王正在召开紧急会议。只见他清了清嗓子,严肃地站到一个高瓶子上:“大家都知道,凭着极强的适应能力,我们的家族一直繁荣昌盛。可是今天,人类发明了一种叫做分类垃圾箱的东西,他们把垃圾分为可回收垃圾、有害垃圾、厨余垃圾和其他垃圾,进行专业的垃圾处理。”

国王的话音刚落,老鼠们就窃窃私语了起来。国王环视一周,对臣民们说:“咱们在人类居住的小区里可以看到五颜六色的有不同标识的垃圾桶,那些就是分类垃圾箱。其中有一种黑色垃圾箱,上面的标识中有一个大大的叉号,那里面就是有害垃圾,包括废旧电池、旧灯泡、过期化妆品、过期药品等,这些垃圾含有对人体有害的重金属或有毒物质,对咱们老鼠也有害,大家看到了可千万绕着走,别让这些有害物质伤害到我们。”

这时有个小老鼠细声细气地说:“我见过一种蓝色的垃圾箱,上面画着几个循环箭头。”国王说:“那是可回收垃圾的标识。人类把纸张、塑料、金属、玻璃、旧衣服等回收再利用,这样可以节约资源,减少污染,变废为宝。”

角落里又有一个老鼠怯生生地说:“那厨余垃圾是什么,是给咱们准备的吗?”国王苦笑了一下,语调低沉地说:“人类才不会给咱们准备食物呢!他们是把扔掉的厨房垃圾收集起来,专门处理。比如剩饭剩菜可以发酵堆肥改善土壤,剩的果皮和烂水果可以制作环保酵素。他们实行垃圾分类,倡导循环利用资源和绿色环保的生活方式,我们就再也见不到富含食物的垃圾堆了,我们即将面临前所未有的食物危机。”

国王说完,会场一时陷入沉默。过了许久,大臣贼眉鼠的声音打破了静默:“眼前的危机迫使我们把眼光放长远些,是时候改变一下咱们的饮食习惯了。你们不觉得那些飞着的蝗虫和其他昆虫看起来美味吗?如果我们捕获田地里的害虫为食,不仅可以活下来,还对人类有用,就再也不是人人喊打的过街老鼠了。”贼眉鼠的话刚说完,会议室里就像炸开了锅一样……不知道老鼠王国的最终抉择是什么。我真希望老鼠能进化成专吃害虫的人类益友,希望我们的生活环境越来越美好。