



球场上的成长与感悟

球类运动,宛如一团炽热的火焰,释放出无尽的激情,让人热血沸腾。哪怕只是作为观众,置身于那热烈的氛围中,也会不由自主地呐喊加油。远远望去,球员在球场上奔跑、角逐,观众在一旁欢呼、助威,整个画面就像一幅浑然天成的壮丽画卷。

踏入学校的足球场,场边早已被人围得水泄不通。今天是校园“灵动杯”足球比赛的日子,空气中弥漫着紧张又兴奋的气息。观战的同学像一群叽叽喳喳的小鸟,兴奋地交谈着。场上的队员则显得格外冷静,他们双唇紧闭,眼神中透露出一种必胜的信念,犹

如即将出征的战士,沉稳而坚毅。裁判迈着大步走向场地中央,那威严的气势,就像一位不可冒犯的将军。他简单地跟双方队员叮嘱了几句后,清脆的哨声如同一声嘹亮的号角,划破长空,球赛正式拉开了帷幕。

比赛在双方的相持中打得有来有回,如同两位旗鼓相当的高手在过招。然而,对方的一名悍将如同一只敏捷的猎豹,飞奔着越过一个又一个防守障碍,那足球就像被施了魔法一般,紧紧地黏在了他的脚上。我方后卫冲上去,试图干扰他,可就像撞到了一堵坚硬的墙上,无功而返。只见他用力射出一脚,

足球在空中划出一道优美的弧线,就像一位体操运动员完成了最后的完美腾跳,精准地应声入网。对方的球迷顿时欢呼雀跃,如同欢快的喜鹊;而我们则像斗败的公鸡,垂头丧气,原本高涨的热情瞬间被一盆冷水浇灭。

不知是谁带头喊了一声“加油”,这声音就像一道明亮的光,照亮了我们心中的黑暗角落,让我们又重拾了信心。我们的核心球员如同一位英勇的骑士,带着球奋力推进,球权在双方之间不断地变换,就像一场激烈的拉锯战。偶然间的一记射门,足球像一颗出膛的子弹,钻入了对方的球网。短暂的寂靜

后,我们的球迷爆发出了更加震耳欲聋的欢呼声,那声音仿佛要把整个球场掀翻。球员也在球场上不断地奔跑庆祝,尽情释放着内心的激情,就像一群欢快的小鹿。

可是,任何比赛都是靠实力说话的,球类运动更是如此。虽然我们班的队员拼尽全力,像一群无畏的勇士,但对方的实力还是略胜一筹。终场哨声响起,比赛就这样分出了胜负。我们拾起散落的护腿板,如同收藏战士的铠甲。远处教学楼飘来紫藤花的暗香,混着草汁清苦的气息,我想,这大概就是成长的滋味。

人生何尝不是无数次比赛的叠加?重要的从来不是记分牌上的结果,而是如何把握每个攻防转换的瞬息。那永不言弃的倔强,败而不馁的从容,那些用青春在绿茵场上书写的诗行,终将镌刻进时光的印记。

以歌吻痛，向光而行

郁馨雨 上海市聋哑青年技术学校2023级工艺美术班

泰戈尔在诗中留下震撼人心的箴言:“世界以痛吻我,我报之以歌。”浩瀚星河中每一颗璀璨星辰的诞生,都经历了撕破云层的阵痛;历史长河中熠熠生辉的传奇,无一不是在命运的捶打中淬炼出光芒。生命的旅程本就是与苦难的漫长对话,将苦难化作攀登的阶梯,用歌声为生命谱写出最壮丽的乐章,才能成为强者。

回溯生命的起点,命运就赠予我一份特殊的“礼物”——天生失聪。两三岁的我躺在冰冷的手术台上,接受人工耳蜗植入手术时,尚不懂得恐惧的滋味。当麻醉药效渐渐退去,左手挂着输液瓶,头上缠着绷带的我,却依然本能地笑着向守候在手术室门口的爸爸、爷爷奶奶挥动右手。从此,我推开了有声世界的大门,跟着爷爷奶奶踏上语训之路。在无数个重复发音的日夜,在一次次因发不出正确音节而急得跺脚的时刻,我从未想过放弃,因为我知道,有声的世界里藏着无限可能。

然而,命运的风雨总是猝不及防。五岁那年,疼爱我的爷爷像一颗陨落的流星,永远地离开了;六岁时,父母的争吵撕碎了家庭的宁静,我成了父母婚姻破裂后的“多余品”。无数个夜晚,我蜷缩在被子里,泪水浸湿了枕头。从那以后,奶奶用她布满老茧的双手,为我撑起了一片小小的天空。清晨,当第一缕阳光洒进屋子,她早已在厨房忙碌;夜晚,她总是陪着我写作业,直到我进入梦乡。岁月在奶奶身上留下了深深的印记。我望着窗外的明月,心中满是苦涩:“为什么命运对我如此不公?”我在书本中寻找希望。书中写出的人生,让我明白这些苦难终将成为我生命的铠甲。

如今,我在聋校的课堂上找到了生命的另一种色彩。画笔在我手中,不仅是绘画的工具,更是我表达内心世界的桥梁。我用斑斓的色彩描绘星空的璀璨,用流畅的线条勾勒山川的壮美。在美术创作中,我忘记了生活的苦难,沉浸在艺术的世界里。我的成绩始终名列前茅,这不是为了向谁证明,而是因为我坚信:“真正的光明绝不是永远没有黑暗的时间,只是永不被黑暗所掩藏罢了。”我要凭借自己的努力,为生命书写精彩的篇章。

虽然命运的风雨曾无情地打湿我的生活。失聪的阴霾笼罩着我,让世界陷入寂静,世界以痛吻我,给了我残酷的考验,可我从未屈服。幸运的我重获听力,这份失而复得的珍贵,让我用积极的态度拥抱生活。生活或许并不完美,但只要心怀热爱,就能在黑暗中寻得光明,绽放属于自己的光彩。我常在社区活动室,教老人用手机播放戏曲,帮听障儿童调试助听器,用自身经验制作“听力康复小贴士”呼吁大家要保护好自己的耳朵。

有人问我为何总是乐于助人,我笑着指了指耳蜗:“这份‘重启’的幸运教会我,用笑声、歌声和善意,传递温暖,帮了别人,自己也得到了快乐。”

生命的长河从不会风平浪静,惊涛骇浪是它的常态,暗礁险滩是它的注脚。但只要我们心怀希望,在挫折中淬炼灵魂,在苦难中积蓄力量,终会迎来“守得云开见月明”的那一天。

十二生肖的故事



路忆南 宁波市镇海应行久外语实验学校101班

徐叶柠 上海市浦东新区莲溪小学三(7)班

今天是休息日,我和妈妈一起去菜场,买了我最喜欢吃

的毛豆。于是,趁着妈妈在择菜,我也把袋子打开,坐在妈妈身边,一起剥毛豆。

一开始,我用手指数,不管怎么用力,怎么都剥不开。在一旁休息的爷爷看到了,走过来,帮我剥了一个小口,我沿着那个小口小心翼翼地剥开了它那层绿油油的外壳。那毛茸茸、绿油油的外壳就像是毛豆宝宝的家,一个个毛豆宝宝正安安静静地躺在“家”里呢!剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

剥开那外壳,我新奇地发现毛豆宝宝们

快乐作文 / 星期天夜光杯

程越泽 上海大学附属学校七(2)班

足球在空中划出一道优美的弧线,就像一位体操运动员完成了最后的完美腾跳,精准地应声入网。对方的球迷顿时欢呼雀跃,如同欢快的喜鹊;而我们则像斗败的公鸡,垂头丧气,原本高涨的热情瞬间被一盆冷水浇灭。

不知是谁带头喊了一声“加油”,这声音就像一道明亮的光,照亮了我们心中的黑暗角落,让我们又重拾了信心。我们的核心球员如同一位英勇的骑士,带着球奋力推进,球权在双方之间不断地变换,就像一场激烈的拉锯战。偶然间的一记射门,足球像一颗出膛的子弹,钻入了对方的球网。短暂的寂靜

心中又充满了阳光

岁月轻轻划过,许多往事便渐渐弥散在沙漏一般的光影里。生命中充满了阳光,也充满了遗憾,那些无法原谅的过错,无法释怀的曾经,交错在记忆的缝隙中,常常在其中挣扎。

随意地填满画纸往往再简单不过,我对于绘画的自信就如同高墙上随处绽放的凌霄花。那天,太阳高照,我充满自信地去参加绘画考级,不知怎么,那天发挥失常,时间没有把握好,最后五分钟手忙脚乱地在画上划了一笔长长的线,我急急忙忙地擦,却怎么都擦不掉,眼看就要收卷,来不及修改。难道我就只能这么眼睁睁地看着这张可怕的画纸被收走吗?甘心吗?那又能怎么办呢?也许我太看得起自己了,那一刻,我的心里充满阴霾,但没有人知道,真的是“横玉声中吹满地,好枝长恨无人寄。”一旦画纸被破坏了,想要弥补是很难的,尽管轻舟已过万重山,但我依然无法释怀。

虽然复考我过了,但我再也不敢和任何人说我画技好了,我害怕,我害怕像玫瑰那样,扎得我满手是刺;我害怕像向日葵那样追着光,却一抬眼看见了月亮;我害怕像野花那样,做了场玫瑰梦。但生活又怎么会事事如你所愿呢?亲戚来家里做客,叫我给表妹画画画,一根黑线又从我脑海中一闪而过,但我的婉拒没有什么用,只好去房间硬着头皮画。画笔落在纸上发出刺耳

草原饭店

才五点多,太阳还挂在天边,爸爸就揉着肚子说:“我好饿呀!咱们找家饭店吃饭吧!”我和妈妈早就饿了,立刻举双手赞成。

我们沿着草原公路开了一会儿,终于看到一家挂着红灯笼的饭店。一进门,穿着民族服饰的服务员就热情地迎上来,笑着说:“您好,欢迎光临!咱们店的锅包肉可是招牌,很多客人都专门来吃呢!”

店里坐满了食客,热闹极了。我们找了好一会儿,才在角落找到空位。点菜时,服务员贴心提醒:“咱们北方菜分量足,三位点两盘菜差不多够吃,别点太多浪费啦!”爸爸却摆摆手:“少点也不能少于三道呀!来,一人点一样,吃个痛快!”我立刻选了最爱吃的烤羊肉,妈妈点了服务员推荐

王欣妍 上海市彭浦初级中学初一(3)班

的声音,终于要画完了,表妹突然闯进来,我被吓了一跳,手一哆嗦。又是那种熟悉的感觉,一根黑线在我眼前不停晃动,紧闭双眼,懒得发火。

但这次不一样,真的有根黑线,深深刻在画纸上,我想趁表妹没发现前擦掉,但已经被抢走,我懒得解释了,解释这个东西让我看起来像个罪人,我就这么坐着,闭上双眼,等待“一场暴风雨”的来临。也许那些表面无所谓的人,心里早已碎得彻底。我还想着再挽回,“等一下……”看着她要开口的嘴角,我知道该面对的总得面对。“哇,好好看,姐姐好厉害!”我抬头望向她,眼里有星星,嘴角有温暖。我有些震惊,她抢过我的笔,把那根线改成了一个太阳,她笑着问我“好看吗?”她把我洒落一地的“心”一片一片地捡起,把我心中的乌云一层一层拨开。一瞬间我的心中又充满了温暖的阳光。

表妹出去炫耀,而我还愣在原地,忘不掉老师的话,纸张擦多了就破了,画画擦无数次,迟迟不敢落笔的手,你要擦的是纸张,是黑线,还是你自己?如今我才明白,人生会有不圆满,但东隅已逝,桑榆非晚。

往事不必再提,成长路上有时是一路繁花,有时却布满荆棘,但当浪潮退去,红日仍从东方升起,海面风平浪静的那一刻,便可扬帆起航。

肖熠然 湖北省武汉市洪山区广埠屯小学六(2)班

的锅包肉,爸爸则点了一盘清炒青菜。

没过多久,妈妈点的锅包肉先上桌了。可这盘子一放,我和妈妈都惊呆了,那是个直径快有两本书大的圆盘,里面的锅包肉堆得像座小山,每一片都有巴掌那么大,裹着金黄的糖霜,看着就扎实。“这么多?谁吃得完啊!”我忍不住感叹道。后面的烤羊肉和青菜上桌后,我们更震惊了:烤羊肉是满满一大盘,青菜也装得快溢出盘子了。虽然锅包肉外酥里嫩、烤羊肉喷香入味,味道确实特别好,但架不住分量实在太足。

最后,我和妈妈撑得直揉肚子。这次经历也让我得出一个结论:去北方吃饭,一定要听劝少点菜,不然真的会“撑到要命”!

当“时间小偷”被我抓住

人们常说,世上最公平的就是时间,每个人每天都只有24小时,不会多,也不会少。然而在这样的时间里,有人过得充实,有人却一无所获,这背后,是各人对待时间截然不同的态度。潜意识里,我总以为时间很多,可以任意挥洒。直到那次经历,我才真正明白了珍惜时间的意义。

前阵子,我读到《时光老人与流浪汉》这篇文章。故事里的流浪汉后悔儿时虚度光阴,苦苦请求时光老人让自己回到童年。可当愿望成真,他依旧浑浑噩噩,最终还是一事无成。合上书,我的思绪不由自主飘向了自己的“时间黑洞”。

那是一个普通的周末,阳光透过窗户洒在书桌上,作业本整齐地摆放在一旁,我想着时间还早,鬼使神差地打开了电视机。本想着“就看十分钟”,可精彩的动画片像磁石般牢牢吸住我的目光。一集结束,我又点开下一集,完全忘记了作业的存在。时间一分一秒流逝,不知不觉就到了傍晚。这时,我才慌慌张张开始写作业,可心还沉浸在动画情节里,写几个字就开始发呆,作业连连出错,橡皮擦在本子上擦出一个个窟窿。到了晚上,我还在书桌前奋笔疾书,困意阵阵袭来,眼皮直打架,硬撑着继续写,好不容易完成了作业,实在没力气

张菁霖 上海市武宁路小学五(7)班



复查了。第二天交上去的作业,错误百出,被老师狠狠批评。那一刻,我满心懊悔,这不就和故事里的流浪汉一样,在一次次放纵中浪费了宝贵的时间吗?

从那以后,我开始和“时间小偷”战斗。每天制定学习计划,把时间分成一个个小格子,学习、阅读、休息都安排得明明白白。学习时间,我全神贯注写作业,不再拖拖拉拉;周末也不再沉迷电视,而是捧起一本好书,在知识的海洋里遨游。《时光老人与流浪汉》像一记警钟,让我懂得时间一去不复返。如今的我,终于学会紧紧握住时间的缰绳,不再让它偷偷溜走。