



## 美丽的青春

当前，一些中学生盲目追求形象美，刻意地模仿明星，明明是帅气阳光的男生，偏偏留起了长长的刘海，明明是清纯靓丽的女生，偏偏描眉画眼，着装暴露，令人摇头皱眉。

难道这就是青春美吗？且不说中学生没有经济来源，这样的打扮会给父母带来多少经济负担，也不说这样是否符合中学生的年龄和身份，单说他们如此劳心费神地打扮，还能有多少精力放在学业上呢？

“少小不努力，老大徒伤悲。”青春年少的我们应该把勤奋学习和加强品德修养当成第一要务，而不能把有限的精力用在追求外表美上。

一个人的外表美确实很重要，它能使人更加自信，注重外表美既是尊重自己也是尊重别人。但一个人的内在美却

更重要。试想，一个打扮入时、光彩照人的妙龄女郎如果满口污言秽语，行为举止粗俗不堪，能让人感到美吗？恐怕看到她的人要么摇头皱眉，要么会退避三舍吧。

作为一个中学生，也许你长相一般，也许你家境贫寒，无力购买名牌服装来包装自己，但你只要穿着干净，照样能给人稳重大方的感觉。我们应该把主要精力放在学习和加强自身修养上，用实际行动赢得他人的尊重。

青春本身就是美丽的，无需过多刻意的装扮，健康上进、有涵养才能让青春更加流光溢彩。让我们珍惜青春的时光，让美丽的青春尽情闪耀吧。

市三十中初一(4)班 王晓琪 辅导教师 纪双

## 苦后方知甜

今天是军训以来最累的一天。早上下了雨，天特别冷。

今天大概是腿的“受难日”吧！我们先练正步走，再练齐步走，接着齐步和正步交替训练，走正步时，两条腿还要踢得又高又直。来来回回走了十几遍，我感觉两条腿已经不是自己的了。

回到宿舍后，我一下子瘫倒在床上，过了一会儿，两条腿终于有了些知觉，酸、麻、胀、痛。

虽然很累，但不知为什么，我心里却感到非常充实。我想起了军训开营典礼上一个同学说的话：我们不是温室里的花朵，而是即将展翅飞向天空的雄鹰！我又想起了老师说的话：一开始，想家是难免的，想念母校的老师和同学也是难免的。可在未来某一天，你们终将离开父母、家人、老师的保护，步入社会，闯出自己的一片天地！

我开始喜欢军训了，因为它不仅锻炼了我们的体格，而且磨炼了我们的意志。山没有悬崖峭壁就不再险峻；海没有惊涛骇浪便不再波澜壮阔；人不经历艰难困苦就不会坚强。军训给了我们这样一个机会，让我们更加独立，更加坚强，更加锲而不舍，更加临危不惧，正如雏鹰，必先经历无数次的跌倒，才能在未来自由飞翔！

市第二外国语学校 初一(18班) 帖世峰

## 吹泡泡

美好的校园生活像小河的流水，哗啦啦，哗啦啦，带着欢快的笑声流向远方。小河中不时腾起几朵小小水花，今天我就来为你采摘其中的一朵。

那是一个课间，几名女同学手拿自己配制的泡泡水在教室里开始了吹泡泡比赛。

不一会儿，五彩缤纷的泡泡飞向教室的四面八方。它们像美丽的花瓣，飘散在教室中；像调皮的小天使，飞到我们的课桌上、衣服上，与大伙嬉

戏。瞧！顽皮的泡泡跳到了同学的胸前，一个、两个……簇成了一个漂亮的“胸花”。同学们看到了，都说好神奇！不经意间，同学们的嘴角都在幸福地上扬。看！一个一个透明的、美丽的泡泡，竟然完美结合，神奇般的变幻，变成了一朵朵绚丽的花朵。轻轻吹一口气，原本是一个大球，现在却裂成了两三个玲珑的小球，四散纷飞。圆润、清澈的泡泡，颤悠悠地在空中飘荡。

“丁零零……”上课铃响了，美丽的泡泡随风远航，阳光下，它们折射出五色的光。我们目送着它们，心里充满了快乐与希望……这情景，已经过去五六年了，今天想起来，依旧那么清晰，那么好玩。

日子，像流水一样一去不复返，但有趣的往事却永远难忘……

西工区实验小学 六(2)班 王佳琪 辅导教师 张松林

## 畅游蝴蝶谷

那天，我一大早就起床了，拿起准备好的食物和捉蝴蝶的工具，要和爸爸妈妈一起去蝴蝶谷。

经过4个小时的颠簸，我们终于来到了目的地——位于栾川县城东侧的蝴蝶谷景区。进入景区，我竟然没有见到一只蝴蝶。这里的道路一直有溪流相伴。我来到小溪边，迫不及待地跳入水中，水凉得刺骨，我一边趟水一边观察小溪里有没有鱼。走了一会儿，我的脚冻得生疼，不得已爬上了岸。

我们走在一座小桥上，看到下面的水很清，小鱼苗成群结队地跟随着领头鱼欢快地游着。我赶

快拿出虾篓，往里面放了几块火腿肠，轻轻地抛入水中，静静地等待馋嘴的鱼儿入网。过了10分钟，我把虾篓拉上来，发现才捉到3条鱼苗，我失望地把小鱼放回溪水中。

在小溪旁，我猛然看见石头上有一只小青蛙在晒太阳。我兴奋地拿起小网想罩住它，没想到一不留神踩到了一块松动的石头上，响声惊动了青蛙，它“嗖”的一下逃走了。我继续顺着溪流往前走，又看见一只青蛙蹲在石头上。有了上次失败的教训，这次我屏住呼吸、小心翼翼地绕到青蛙背后，猛的向前一扑，用

网捉到了青蛙。我把它装在塑料袋里，可是过了一会儿，我发现它已经奄奄一息了，只好赶紧把它放掉了。

我们一直向前走，寻找著名的景点天池，忽然听到如同狮王咆哮般的巨响，抬头一看，一条巨大的瀑布从天而降，水花飞溅，地像是要裂开了，树枝也在颤动，啊，天池到了。

蝴蝶谷是美丽的，也是夏天乘凉的好去处，明年，我还会再来。 市直二小五(2)班 张正 辅导教师 王芳

## 无敌拳法

今年暑假，我参加了“我是特种兵”夏令营。早上出操时，教官教我们打拳。

我们先是进行直拳练习，两手握拳，垂直向正前方打出，打出时猛一转身，力量就会翻倍。接着，我们开始练习摆拳，手背向上握拳，扭腰，利用扭腰的爆发力带动拳头，打中对方的上身。然后，我们又学习了勾拳，勾拳是将手臂弯曲往下放，再猛地往上一打，与下颌同高。

在这些单一拳法的基础上，我

们又学习了拳法组合。拳法组合是巧妙地将各种拳法相互组合起来，使其更具杀伤力。我们主要练习了“直拳—摆拳—勾拳”、“直拳—直拳—摆拳”、“勾拳—勾拳—摆拳”这三个拳法组合。我们在使用单一拳法时若觉得威力不够大，可以使用拳法组合，威力会增强很多！

现在，若在路上遇到个小飞贼，我就不怕了，因为我有一套“无敌拳法”！

东方二小四(3)班 赵祎麟 辅导教师 郑玉玲 小记者证编号：X00015222

