



我迷上了打篮球

小小作家 褚家铭
辅导老师 张玲

地对我说：“明天下午我带你去广场打篮球。”我半信半疑，爸爸真的要带我打篮球吗？我知道这段时间爸爸的工作很忙。到了第二天下午，我刚做完作业，这时，爸爸急冲冲地冲进门。气喘嘘嘘地说：“孩子，走，爸爸带你去打篮球。”看着爸爸满头大汗，连水也顾不上喝一口，我的眼眶湿润了。我们来到球场，爸爸先教我如何拍球、带球。爸爸边做示范，边教我，我很快就学会了。接着，爸爸又教我如何投篮，一次、两次我怎么也投不进，心里有些着急。爸爸又耐心教导我：“做任何事情，都不要着急，要循序渐进。”经过30分钟的练习，我终于投进一个球，高兴极了。这时，爸爸又对我说：“打篮球是一项集体活动，最重要是和队友的相互



配合，要学会传球，我现在教你怎样传球”。我说：“不就是扔球接球嘛，有什么难的。”爸爸微笑地看着我说：“光说不练，假把式，那就试试吧。”爸爸把球抛给我。这时，我才明白什么是眼高手低。明明看着球向我飞来，可就是接不住，球不是砸在我脸上就是砸在肚子上，弄得我手忙脚乱。

时间过得真快，天渐渐黑下来。虽然我已筋疲力尽，但兴致还是很髙。爸爸看着我兴奋的样子。说：“兴趣是最好的老师，学习也是一样，要培养良好的兴趣，只有这样才能持之以恒取得好成绩”。我抱着篮球暗下决心，我以后要好好学习，绝不辜负爸爸妈妈的希望。

(光明路小学五年级五班)

今天我和爸爸、叔叔一行人怀着无比激动的心情去爬泰山，大家会合后，八点半出发，大约是十点钟到达目的地，爸爸说，我们这些小毛孩爬泰山会累趴下，可我心里有些不服气。

到了红门停车场后，我们的旅程才刚刚开始，这时过来一个工作人员，他说坐他的车，大人全票，小孩子半票。我们听着挺实惠便跟着上了车，开车的人说：“在山上会有两次检票，一次是打孔，一次验票。”车在半山腰停了下来，于是我们下了车归入正道。爸爸给我们每人买了一根登山杖。那时候的温度是19摄氏度，我们把外套脱下来。

现在我们要开始爬山了，登山时我们有说有笑，不知不觉就到了第一道门——天门，我骄傲地对爸爸说：“爬山有什么难的一点也不累呀！”爸爸说：“等到南天门你就会累趴下啦。”紧



征服泰山

小小作家 郭佳昊
辅导老师 孙菲菲

夏天到了，天气十分闷热。小蚂蚁们排着长长的队伍搬家，因为他们知道要下雨了。

小蚂蚁路过一棵大树，看见小猪胖胖正坐在大树下，摇着蒲扇乘凉。小蚂蚁走过来说：“小猪胖胖，马上要下雨了，你怎么还在这里乘凉呢？”小猪胖胖生气地说：“你骗人，太阳像火球一样挂在天上，怎么会下雨呢？你真会开玩笑。”小蚂蚁笑了笑离开了。

不一会儿，天空乌云密布，接着下起了倾盆大雨。

小猪胖胖

小小作家 韩子祥
辅导老师 陈静

夏天到了，天气十分闷热。小蚂蚁们排着长长的队伍搬家，因为他们知道要下雨了。

小蚂蚁路过一棵大树，看见小猪胖胖正坐在大树下，摇着蒲扇乘凉。小蚂蚁走过来说：“小猪胖胖，马上要下雨了，你怎么还在这里乘凉呢？”小猪胖胖生气地说：“你骗人，太阳像火球一样挂在天上，怎么会下雨呢？你真会开玩笑。”小蚂蚁笑了笑离开了。

不一会儿，天空乌云密布，接着下起了倾盆大雨。



妈妈的雨伞

小小作家 陈姝昕
辅导老师 李光

妈妈的爱是一把雨伞
我是一棵小树苗
在妈妈的雨伞下
茁壮成长

妈妈的雨伞
是一把奇特的雨伞
无论是倾盆大雨还是蒙蒙细雨
淋湿的总是妈妈
我的天空 永远是晴空
妈妈的雨伞
很大很大
我怎么跑也跑不出妈妈的雨伞

(逸夫小学一年级五班)

为提高交通参与者的安全意识，倡导广大市民文明出行，自2014年7月1日起，市中交警大队与市中新报联合发起拍摄、曝光不文明交通行为活动。

活动方式：广大市民、网友及摄影爱好者在日常生活中发现不文明交通行为，可使用手机、相机等摄录设备随手拍下，并向市中交警大队投稿（邮箱：szjxck@163.com），经筛选后每两周一期在报纸专栏刊登，每期刊登照片3-5幅。凡在报纸刊登的照片，市中交警大队将向拍摄者颁发50元奖金，报社不再另付稿酬。领奖方式另行通知。

拍摄及上传要求：
一是拍摄照片需内容真实，且拍摄时不能影响正常交通通行。拍摄道路范围包括市中区城区各主次干道。
二是上传的照片主题要鲜明、拍摄效果要清晰，黑白、彩色不限，谢绝改变原图的数码创意作品。上传照片时应注明拍摄时间、地点、简要的文字说明，拍摄者真实姓名、化名或昵称、联系方式及工作单位或住址。刊登照片作者署名一律使用化名或昵称。
三是所有选用作品，主办及承办单位有权在杂志、网站、展览和出版画册时使

用，不再另付稿酬。
四是本次活动中拍摄的不文明交通行为不作为交警部门处罚依据。
拍摄的不文明交通行为如下：
1、机动车逆向行驶、违法掉头、占道停车；
2、出租车随意停车、掉头；
3、驾驶摩托车未按规定戴安全头盔；
4、驾驶人、乘车人向车外抛洒物品；
5、机动车通过有交通信号灯控制的路口时，不按所需行进方向进入导向车道；
6、遇前方机动车停车排队或者缓慢

行驶时，借道超车或者占用对向车道、穿插排队等候车辆；
7、驾驶机动车未按规定使用安全带；
8、驾驶机动车拨打、接听电话；
9、机动车驶入专用车道；
10、行人、非机动车进入机动车道；
11、行人、非机动车闯红灯；
12、行人不走人行横道、翻越或穿越隔离护栏。

市中交警大队
市中新报
2014年6月27日

怎样才能让我们的生命更加健康，更

加舒畅呢？简单地说：就是要按大自然的

运转规律来休养生息，将人体的生存法则

细细了解，懂得阴阳平衡、劳逸结合；春

秋四季生发有序，循环有律，而人体则该

补则补，该泻则泻；五脏六腑与五行七窍

的细微联系，都是我们在生活中要特别注

意保健的事项。

还有，就是我们每个人，都应掌握一

套适合自己性格、身体、特点的一种体育

锻炼的方式。如果一个人不锻炼身体，就

像地球上的沙漠一样，因为失去阴阳的互

补，失去大量水分，就会导致荒漠，而人

呢，必然提前生病，甚至较早死亡。

4

我们再来看古今中外创造人间奇迹的

例子。

在狱中完成的名著有：笛福的《鲁宾逊漂流记》、塞万提斯的《唐·吉诃德》、班扬的《天路历程》。路德被囚在瓦特堡的时候，将《圣经》翻译成德文，拉莱在他13

年的监狱生活中，写成了他的《世界历史》。我们可以细想一下，监狱是什么地方？他们依然创造了奇迹。

这源于他们执着的追求，更重要的是要有

活生生的生命，还要有健康，才能来完成

自己心中的梦想。

我们再来看看一些世界名著的创作时

间：司马迁的《史记》历时18年（司马迁

也曾受过牢狱之灾）、宋应星的《天工开物》

历时18年、司马光的《资治通鉴》历时19年、

达尔文的《物种起源》历时22年、法布尔的《昆虫记》历时30年、李时珍的《本草纲目》

历时27年、谈迁的《国榷》历时37年、马

克思的《资本论》历时40年、摩尔根的《古

代社会》历时40年、歌德的《浮士德》整整60年。这些伟大的

著作，如果作者年轻时的生命或健康出了大问题，还能完成吗？

齐白石（1864—1957），齐白石出身贫寒，做过农活，学过木匠，从民间画工入手，习古人真迹，学诗文书法，游山川名胜，终于成了诗、书、印、画中的伟人。

在93岁的岁月中，前40年的时间，主要是从事木匠手艺。是我国近代美术文化史

上的杰出画家、书法家、篆刻家。曾任北

京国立艺专教授、中央美术学院名誉教

授，中国画院名誉院长、北京中国画研究

会主席、全国美美协会主席；1953年，

文化部授予他“人民艺术家”的光荣称

号；荣获世界和平理事会1955年度国际和平金奖。朱彦夫，1933年出生在人杰地灵的沂蒙山腹地——沂源县张家泉村。很多人对朱彦夫的

生命充满了敬佩。朱彦夫是当代中国的保尔·柯察金的——朱彦夫。

生命的奇迹始于他33万字自传体小说——《极限人生》。一位没有四肢，没有左眼，右眼的视力只有0.3，没有上过学，但参加过上百

次战斗，三次立功，十次负伤，动过47次

手术的特等伤残军人，用超人的毅力，向自

己挑战，向人生挑战，他就是被誉为当代中

国的保尔·柯察金的——朱彦夫。

生命的奇迹始于他33万字自传体小说——《极限人生》。一位没有四肢，没有左眼，右眼的视力只有0.3，没有