

# 无处不在的美育课

大自然的美无处不在:每一片落叶都是自然的礼物,每一片花瓣都是自然的笑脸,每一片云彩、每一缕春风、每一片星空……都是自然的馈赠。

树叶从树上飘落下来,在空中跳着舞,在地上唱着歌。看着铺满地的银杏叶,像金黄的地毯一样,脚踏上去沙沙作响。我们捡拾落叶,装扮一个海底世界;我们捡拾落叶,装点一个秋天的盛宴;我们把它制成了画,长久地留住了这个秋天。

花朵飘香。春夏期间,花儿大都开遍了。那红得像火,粉得像霞,白得像雪。百花争奇斗艳,宛如一个个花枝招展的小姑娘,在攀比着谁更好看。它们的香气吸引着蝴蝶和蜜蜂,也吸引着它们。我举起相机,定格了这些美。

大雾悄然而至,到处白茫茫的,好像给所有的

高楼都蒙上了一层轻纱。孩子们银铃般的笑声成了仙境里的交响乐,一切都那么梦幻。我猜,大自然在创造雾时,一定不像雨那样缠绵,也不似风那样清冽,而是扬着笔,随意一抹,让它既有雨的湿润,又有风的清爽。我拿起笔,把这些美写在了我的作文里。

繁星点点,夜幕深垂,星空浩瀚。仰望灿烂的星空,带给我无限的遐思。望着它,我的思绪飘得很远,乘风破浪,飞到千里之外。想它,光虽微弱,但一直存在,只是我们看不见而已;想它,也许在一个不容易看见的地方,还藏着不为人知的星星;想它,点点星光闪烁,却好似有万千魔力,让我为它着迷。每一次抬头,它们都会深深印在我的心里。



罗丹说过,生活中不是缺少美,而是缺少发现美的眼睛。身处在日新月异的世纪里,我们更应该保持一颗敏锐的心,时时欣赏,处处发现……  
溧阳市燕湖小学四(6)班 李乐梵  
指导老师 高彩霞

# 有你们,真好

二八月的天,就像娃娃的脸,说变就变,实在令人捉摸不透。早上还阴沉沉的,一会儿明晃晃的太阳就刺得眼睛睁不开,晒得大地像着火了一样。到了下午,太阳又像一个顽皮的孩子,不知道躲到了哪一个角落去玩耍了。我只图凉快脱衣服,结果就一会儿功夫,“阿嚏阿嚏”的声音,开始像放鞭炮一样劈里啪啦从我嘴里发出。

难怪妈妈今天早下班,刚好听见我的“阿嚏”声,肩上的包还没有放下,说教就开始了:“最近的疫情反反复复,新冠病毒卷土重来,奥密克戎像幽灵一样,在我们周边城市作恶……”妈妈喋喋不休地说着,顺势坐在沙发上,打开电视,新闻里面正滚动播放着各个地方爆发的疫情动态。

“叮咚,叮咚……”这时门铃响了起来。我打开门,看到两个戴着口罩的人,他们穿着红马甲,客厅的灯光一照,更加鲜艳。“我们是社区工作者,现在疫情很严峻,我们要挨家挨户登记,上午来过你家,一直没人回应,这是给你们发的疫情告知书,最近14天有没有外出,麻烦你们出示两码……”

妈妈配合他们登记信息,其中一位阿姨还不断提醒我和妈妈:“你们要注意保暖,勤通风,勤洗手,少去人多的地方,尽量不要出江阴,公共场合所记得一定要带好口罩哦。”那口罩上方,一双动人的眼睛下,两个黑黑的眼圈印入我的眼帘,印入我的心头,那是她们无私奉献留下的痕迹。妈妈想让两位工作者坐下休息会儿,他们摆摆手,道了声谢谢,转身又去下一家了。

外面天已黑,可他们还在挨家挨户登记,原来不只是白衣天使辛苦,还有那么一群可爱的人,也奋战在最前沿,敲开一扇扇紧闭的门,逐个确认居民的个人信息。他们默默奉献,毫不退缩,保障我们的健康安全!

我不禁感叹:有你们,真好!

江阴市中港实验学校五(3)班 陈姝言  
指导老师 张洪业

# 乐于助人的小象

夏天,太阳火辣辣地炙烤着大地。在广阔的大森林里,小蚂蚁们在觅食时发现了一个又大又圆的西瓜。

这个大西瓜圆滚滚的,墨绿浅绿的条纹,中间还裂开了一条缝,火红甜美的西瓜汁从缝里流了出来,小蚂蚁们包围在西瓜周边。

有一只叫莉莉的小蚂蚁,它先舔了一口流出来的西瓜汁,香甜可口。它又吃了一口果肉,赞不绝口地夸奖道:“嗯,真美味!”

有一只叫壮壮的蚂蚁,它身材又高又壮,吃饭总是狼吞虎咽。它开心地说:“嘻嘻,我要把这个西瓜吃完!”它冲到西瓜跟前,咬了一口就吞了下去。可

当它的肚皮已经圆滚滚时,西瓜还没吃多少呢!真是一只不自量力的小蚂蚁。

小蚂蚁们想:“光自己吃可那不行呀,得带回去给蚂蚁家族一起分享才对呀!”

壮壮打头阵说:“让我来,我的力气是蚂蚁家族最大的呢!”他向后退,然后往手上吐了两口口水,一边发力一边尖叫着:“啊!”可西瓜一动不动。壮壮说:“一定是我手太滑了吧,这次一定行!”它又往后退了几步,又往手上吐了几口口水,用了双倍的力气,可西瓜依然纹丝不动。

这时,另外一只叫聪聪的小蚂蚁想出了一个好

办法:“三个臭皮匠,顶个诸葛亮。只要我们大家团结起来,就一定可以搬动西瓜!”

所有的蚂蚁齐心协力,一起围在西瓜周边,正准备发力,一只蜜蜂飞了过来,嘲笑它们道:“就凭你们这点力气,还想搬动西瓜?没门!”小蚂蚁们一点儿也不服气地说:“走着瞧吧!”这时,从旁边路过的小象温和地说:“没事!让我来帮你们吧!”只见小象伸长鼻子,轻而易举地举起了大西瓜,放到了地下皇宫的门口,蚂蚁们连声道谢。小象说:“不用谢,帮人是应该的,予人玫瑰,手有余香”呀!”

小象帮助蚂蚁搬西瓜的事很快就传开了,而且还登上了森林报的头版头条。现在,全森林的小动物们都知道要团结友爱、乐于助人了。

东海县实验小学花园路校区五年级 付奕茗  
指导老师 杨运洲

# 我和书做朋友

说到读书,我想起高尔基说的一句话:“我扑在书上,就像饥饿的人扑在面包上一样。”我想起歌德曾说:“读一本好书,就是在和高尚的人在谈话。”我也想起了我国西汉文学家刘向说的一句话:“书犹药也,善读之可以医愚。”在这些先贤心中,书就是食物,书就是智者,书就是良药。真是大生动、太贴切了!

读书让我增长知识。《昆虫记》让我认识了成百上千的昆虫,知晓了它们的生活习性;《舌尖上的中国》让我知道了中国各地的美食,了解了中国美食文化的源远流长;《上下五千年》让我了解了祖国的悠久历史,灿烂的文化;《史记》让我知道了许多历史事件,认识了許多历史人物,也理解了许多多成语背后的故事;而《论语》,则让我了解了政治、哲学、教育、文学以及立身处事的道理,虽然我的了解很肤浅,但我相信随着年龄的增长,我会理解的越来越全面、越来越深刻。

读书让我开阔眼界。读书多了,就知道自己是芸芸众生中的一员,沧海一粟,书籍世界浩瀚无边;读书多了,感觉自己从狭窄的小巷走向了宽阔的大道;读书多了,感觉外面的世界很大很美,山外有山,天外有天。

读书还可以领悟到人物高尚的精神世界。《青铜葵花》里青铜和葵花的友谊令人动容;机智聪明、活泼可爱的王二小、雨来、张嘎等小英雄,无一不让我收获颇丰。年仅14岁刘胡兰面对敌人的铡刀,宁愿站着死也不跪着生;抱起炸药包,毅然和敌人同归于尽的杨根思;为了战斗的胜利,被烈火焚烧纹丝不动的邱少云等等英雄,他们优秀的品质深深滋养着我,在高尚精神的指引下,我如雨后的春笋茁壮成长。

读万卷书,行万里路。在此,作为一个小学生,我提倡大家多读书、读好书、好读书。和书交朋友,能让自己变得更加美好!

溧阳市上兴中心小学六(1)班 王雨欣  
指导老师 王文清



# 丰收的秋天



秋风像是一杆神奇的画笔,给大地涂上了绚丽多彩的颜色。湛蓝的天空中一行大雁正往南飞,它们一会儿排成一字,一会儿排成人字,让我们跟着它们一起去寻找美丽的景色吧!

田野里一片丰收的景象,饱满的玉米披着黄金披风像一个个大侠,沉甸甸的棉花像一个个小桃子。远处,金灿灿的麦穗,低垂着头,像是给农田铺上了一块金黄色的地毯。火红的高粱在秋风中摇曳,像是举着的火把,他们正聚在一起跳着庆祝丰收的舞蹈呢。还有调皮

的豌豆宝宝,伴着秋风笑着、跳着,离开了妈妈的怀抱,四海为家。

果园里也热闹极了。红彤彤柿子挂满了枝头,像一个个小灯笼,把小树压弯了腰。一串串紫盈盈的葡萄挂在藤条上,像是一颗颗宝石,晶莹剔透。黄澄澄的梨子,圆溜溜的苹果,散发出诱人的果香,令人垂涎欲滴。

秋天真是一个五颜六色的季节啊!

南京市拉萨路小学 王锦晨



明天会更好的!虽然当下对于未来还有些模糊,但是起码时间管理可以告诉我:不要迷茫了,你已经在成为更好的自己路上了。  
苏州大学纺织与服装工程学院 宋奕帆

# 时间管理随想

刚进入大学那会儿,偶尔会觉得做什么事都没有动力,迷茫。同时又有许多琐事让自己忙得像无头苍蝇。这种状态的后果就是无数个“最终期限”接踵而来,把自己的生活搅得一团糟。恰巧有次同学约我去看艺术展,原本想着要拒绝,后来却鬼使神差答应了。出乎意料的是,出去一趟的感受出奇得好,前段时间“丧”的状态一扫而空,整个人感觉精神多了。

我开始细想,其实生活就像一条抛物线,总会有高潮和低谷的时候,某段时间的状态虽然是固定的,但是自己的主观能动性可以改变它变化的趋势。有人说,每天做好自己该做的事就会很快乐。这句话说的没错,在《心流:最佳体验心理学》中,作者论证了在我们全神贯注地投入做某件事时,甚至感觉不到时间的存在,而这种状态就是我们持久快乐的来源。在比赛中获得名次的喜悦,可能远远比不上无数个训练的日子里因为热爱这项运动而

专注其中获得的快乐,大概前者是短暂的,而后者是持续的。

由此,引出了时间管理的重要性。作为大学生,再也没有人像高中老师那样把我的每一天都安排得满满的,告诉我每个时间应该做什么事,所以我得清楚地知道并提醒自己还有什么事没有做。我从来没有做计划的习惯,我会认为那会干扰到我思维的自由发散,也会有种被“束缚”的感觉。现在我觉得应该尝试改变一下了。在生活经历小小的波动后,也许我并不能及时调整好自己的情绪去做自己该做的事。而计划的作用就是,提醒我无论多么难过多么迷茫,计划就是导航,告诉我我在哪、我要怎么走、我应该干什么,我的生活还是要继续的。因为状态是有持续性的,所以只有当我完成了上面的内容,把之后可能的烦恼都解决掉,我才不至于在往后的日子里一直陷入这种迷路的状态……

现在,我会在每天“清单”的最后都加上一句话:

# 奔涌吧!后浪

## 《后浪》栏目等你来投稿

为进一步推动“我为群众办实事”实践活动走深走实,引导广大职工子女树立正确的世界观、人生观与价值观,鼓励其关注社会、热爱生活,在成长中释放青春激情、追逐青春理想,本报开设《后浪》栏目,选登职工子女优秀作文,倾情关爱下一代身心健康发展。

来稿可以反映学习生活,可以畅谈读书感悟,可以介绍兴趣爱好,可以展望人生梦想。内容要求积极向上,感情真切,文字生动。

稿件统一发送至邮箱jsgrbhl@163.com,需写明投稿者的姓名、所在学校、班级,可配个人生活照一张。一经选用,有稿酬和样报奉上。欢迎广大热爱文学写作的青少年朋友积极参与,踊跃投稿。

# 踏书而过

一日去书店,楼梯分左右,一边是电梯,一边是楼梯。上楼梯,下楼梯。上楼时,眺望书山,心中极喜,下楼时则有点不爽。下楼的楼梯是透明的钢化玻璃,玻璃下面摆的全是书,古今中外,五彩缤纷。书店的用意似乎也清楚,书是人类进步的阶梯,“书山有路勤为径,学海无涯苦作舟”。而实实在在踩在书上,尽管不曾损伤,但依然让我有点莫名的疼痛。

我对于书的感受来自幼年,天生充满着一种奇特的情缘,最难忘是趴在村口土墙的窗上,看老师捧着书给达到年龄的孩子讲课,彩色的书面颤动着,上面有我幻想的各色故事,神奇极了。

读书后又知道,历朝历代都有“禁书”,有的只能极少数人读,有的则被付之一炬。公元前213年,秦始皇听从丞相李斯建议,发动过为集权统治的“焚书坑儒”。书籍是这样的神奇,有些人拼命要写,有些人拼命要毁。西伯拘而演《周易》,仲尼厄而作《春秋》,屈原放逐乃赋《离骚》,左丘失明厥有《国语》,孙子膑脚《兵法》修列,不韦迁蜀世传《吕览》,韩非囚秦《说难》《孤愤》,不管人生多么凶险,他们都不愿停笔,哪怕付出生命。

书对人类社会影响之深,并不因为一个朝代的禁锢而失却生命力。君不见:白昼不读夜间读;人前不读人后读。书被烧了,还有手抄本,世面不存,民间仍藏。荒凉的时代,一本书足以让一颗心远离现实,在痛苦中找到心灵的慰藉。

高中的一天晚上,英语老师突然上门,我们正在吃饭,母亲大吃一惊,以为我犯下错,正要责备,却见老师从包里拿出一本书,对母亲和我说:“他英语不错,这是我珍藏的英语语法上下册,送给你,好好学习,争取考个好学校。”这场景让我感动万分。

“书中自有黄金屋,书中自有颜如玉”,古人爱书如此。焚香读书,更是知书达理,才子佳人极欣喜的事情。读书和爱书是人类共同的天性,书中的思想与知识,不断升华后来者的认知和判断,或许这正是千百年来不能毁之绝之的原因之一。



“李白乘舟将欲行,忽闻岸上踏歌声”,唱着歌,打着节拍,跳着舞,而颂之,这是何等惬意与优雅。披书而过,正这样一种状态,在日光的跳动中,阅览古今,让心灵在时空中飞翔,是何等赏心悦目?

在书海里共振喜怒,有一卷书,一杯香茗,一首音乐,此生足矣,世人常叹。

而我,愿拾起不舍,掸去尘埃,把每一本书存放心中,在时光里踏浪而过,直奔远方。

徐州医科大学麻醉系 马笑天



江苏工人报  
JIANGSU WORKERS' DAILY