



趣味运动 团结快乐



▲ 有趣的“蛟龙出海”游戏
▲ 激烈的篮球比赛

晚秋的晨风裹挟着喷薄朝阳，唤醒意气风发的少年和生机勃勃的校园。上周，当阳光温柔地披散在操场上时，四中学子们迎来了无比期待的——趣味运动会开幕。

当天上午8时许，高一高二的同学们整齐划一地走进操场，不远处山坡上的鸟儿也在歌唱。“咚，咚，咚……”和着鸟儿婉转的歌声，我听到了大家的心跳，那是期待的声音，也是希望的声音！我就知道，在平静的外表下，每个人都雀跃着，雀跃着……

我站在运动员方阵，向前看去：前方是彩旗方阵，被高举的彩旗迎风飘扬着，像涌动的云。是啊，四中的学子个个健康强壮。若是不信，只需向后看，身后是运动员方阵。个个英姿飒爽，有着最强壮的体魄和最顽强的精神，脸上，是最自信、最得意的笑容。

开幕式结束，运动会正式开始。蓝色的“星星”们恣意地奔跑在绿茵场上，目光所及，尽是笑颜。这次趣味运动会倡导全校参与，师生共乐。我参与了很多项目，其中最令我印象

深刻的是“蛟龙出海”，即加强版的“两人三足”，十个人绑在一起。这个项目看似简单，实则非常考验团队的默契度。

比赛开始前，我先和队友们在一旁观摩，然而“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，当我们真正站在赛场上时，心里还是满满的紧张。发令哨响，我们不约而同地喊号子：“一二，一二……”一步一步，手握着手，心连着心。耳边充斥着啦啦队的鼓励和关切——“加油！”“小心——”“我们和你们在一起”……长长的赛道上洒

满了汗水，我们在这里经历了失误、挫折，但当我们互相搀扶着最终跨过终点线时，所有人的眼里，早已蓄满泪水。回头看，轻舟已过万重山……

三天的运动会在欢声笑语中悄然落幕。那一刻，我们站在操场上，心中虽不复期待，但满心都是意犹未尽，正如年轻的太阳，炽热滚烫。我们每个人都踌躇满志，不乏热血，更不缺恒心坚毅，这一次，我们在运动中奋进，在趣味中成长。

（宝塔区第四中学高二五班 侯怡凡 指导老师 刘赛莉）



去田间体验劳动

时值金秋，瓜果飘香。田地里，连片的玉米整齐有序、横竖成行，传递着丰收的喜悦。为倡导尊重自然、顺应自然、保护自然的环保意识，让同学们在大自然中深切感受“绿水青山就是金山银山”，在身体力行地劳作中体验“劳动最光荣”，10月29日，延安新区第二小学2022级8班的同学们走进安塞区南沟全国中小学劳动教育综合实践（延安）基地，开展了“启航绿水青山之路，传承生态文明精神”第三课堂实践活动。

暖阳下，同学们走进田地，分工合作、相互配合，割玉米、搬玉米、运秸秆、剥外皮……快乐地忙碌，辛勤地劳作，不一会儿，田间金灿灿一片，玉米堆成了一座座小山。

而在果园里，一颗颗红润饱满的苹果挂满了枝头。同学们一个个“大展身手”，有的伸手摘树上的苹果，有的捡地上掉落的苹果，大家动作麻利、干劲十足，现场一片欢声笑语，热闹非凡。



● 学生们体验石磨玉米面

快乐的采摘活动结束后，同学们马上开始加工豆钱钱、磨玉米、切南瓜、蒸红薯等农活体验，平常手不能提肩不能挑的同学们，一个个变身农活“小能手”，争先恐后地你来推，我来拉，你切南瓜，我蒸红薯，大家相互协

作、共同劳作，不一会儿，玉米粒被磨成了玉米粉，大南瓜被切成了南瓜块，红薯被清洗干净放进了锅里……自己动手实践、出力流汗，同学们才真切体会到劳动最光荣、劳动最伟大。劳动之余，同学们还玩起了妙趣横生的团队游戏。劳作操、送快递、协同同行……同学们积极踊跃地参加着一个个趣味游戏。大家相互鼓励、齐心协力，在呐喊助威声中冲向终点、赢得比赛。活动最后，同学们纷纷上台谈感受、讲体会，在热烈的掌声中，实践活动落下帷幕。

最美的秋天，不在山川河流间，不在唐诗宋词里，而是藏于孩子们顺应自然、与之和谐共存的丰收色彩中。此次实践活动，学校将实践课堂搬到大自然中、带进田间地头，让孩子们在绿水青山中收获成长的“金山银山”，深刻理解“绿水青山就是金山银山”理念，真正成为绿色家园建设的实践者、推动者。

（记者 贺卓）



科技馆探秘科技



上周末，延安新区第一小学四年级四班学生在老师和家长志愿者的带领下，来到延安市科学技术馆，在参观学习中亲身感受科学技术的魅力。

一来到科技馆，孩子们就被展厅里丰富多彩的科学展示所吸引，迫不及待地跟着讲解员一起去探索科学的奥秘。通过参加科技体验活动，孩子们了解到很多科学现象，明白了很多科学原理。一个个感叹“原来科学就在我们身边”“科学能让我们的生活变得更美好”。此次科技馆参观活动让孩子们在探索中发现科学，在体验中逐步成长。

（记者 刘晶）

以童话悦童心



《手指五兄弟》《小雨伞找朋友》《颠倒歌之旅》……孩子们用悦耳动听的声音以及稚嫩可爱的表演，赢得了大家的掌声和赞赏。

精致的妆容，华丽的服装，幽默的语言，灵巧的动作，孩子们用他们的天真烂漫演绎经典童话，每一个动作、每一个表情惟妙惟肖。一个个故事，经过老师们的精心设计、巧妙引导，被孩子们用稚嫩的声音、可爱的表情动作演绎成精彩的童话剧。这是宝塔区第四幼儿园一直坚持的“每月一讲”活动，要求老师在课程故事背景下，以绘本为蓝本编写剧本，指导孩子们演出童话剧。让孩子们在展演过程中突破自己、展示自我，收获快乐。

园长刘彩虹说，希望通过每月一次的童话剧表演，把童话的种子埋进童年的沃土里，让它陪伴孩子成长，在时光里慢慢发芽、开花，然后结出累累硕果。

（记者 高婷）

器械操“亚运会”



杭州亚运会过后，运动精神深入人心。宣川县第二幼儿园最近开展了为期一个月的“亚运我知道”系列活动，老师与幼儿一起编排了有趣的器械操，开展校园运动会，增强孩子对亚运会知识的了解，培养孩子对体育运动的兴趣。

运动会前期准备中，老师们向幼儿讲解了亚运会的来历以及亚运会包含的比赛项目等，得知幼儿园也要开展一场类似的运动会，小朋友们眨着好奇的眼睛，满怀憧憬，期待着自己的“亚运会”。

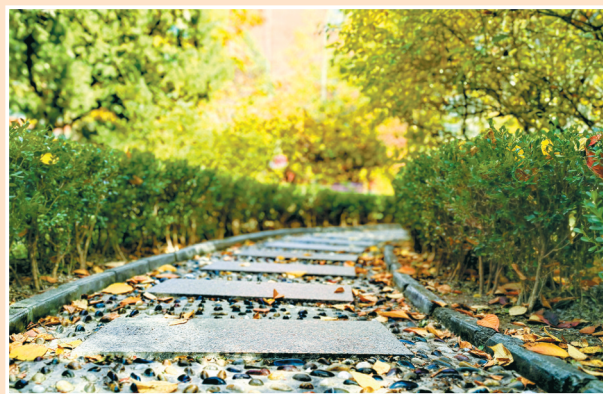
运动会正式开始啦！伴随着欢快的音乐，小小运动员们依次排队入场。你看，有的班级搬着小凳子上场，有的班级举着哑铃上场，还有的班级抱着篮球上场，伴随着音乐节奏，在欢快的律动中，小朋友们或举手，或与器械配合，时而踢腿时而下蹲，稚嫩的动作中洋溢着满满的活力。

在欢声笑语中，宣川幼的“亚运会”结束了。为了鼓励小朋友们，老师还准备了特别的小礼物，每个小朋友都得到了一个草头娃娃，希望小朋友们能细心呵护小草长大，就像体育精神在他们心中发芽长大。

（记者 贺卓）



校园之秋



秋意盎然，如诗如画，抬望眼，金秋俏！漫步校园，秋风落叶，操场，阳光，童年！读书声，欢笑声，嬉戏声……一起玩，一起笑，一起闹……把美好留在童年。老师忙碌的身影，学生勤奋的模样，和着动人的秋色，别有一番景致！秋叶依偎着蓝天，俊秀且优雅！阳光穿透交织的树叶，绚丽且多姿！斑驳的光影散落地面，静谧且浪漫……

秋韵秋色秋意浓，秋天的味道回味无穷……

（宝塔区杜南川小学教师 罗云云）

