

美味的寿司

你吃过寿司吗？它又叫紫菜包饭，原始的做法是将煮熟的米饭放入干净的鱼肚子内，放在坛中埋入地下，可长期保存，这便是寿司的原型。可是现在制作寿司就简单方便多了。今天的习作课上，我就亲手做了美味的寿司。

只见老师拿来各种各样、五颜六色的菜。首先，我给寿司拿来了它的外套——紫菜，再将它放在竹帘上面。接着，老师发了香喷喷的紫米。开始放配菜了，我先把肉松撒在紫米上，就像铺了金黄的地毯，然后放上两根黄瓜和两条火腿肠。我开始卷寿司了，我卷一下拉一下，再压一下拉一下，很快，一个寿司就卷好了。再拿出寿司刀把它们切成小个，然后在切好的寿司上撒上一点点肉松和沙拉酱，寿司就大功告成了。

好不容易完成了寿司的制作，我好开心啊！

莲都区城北小学402班 杨易霖
 指导老师 付培珍

少年宫游玩记

今年暑假，我们去了杭州市青少年宫。

这里可以上兴趣班，还有许多游玩设施：旋转木马、过山车、跳楼机、海盗船、碰碰车。看得我眼花缭乱，都不知道先玩哪个项目好了。最后，经过商量，我们决定分头行动。

我们在工作人员的指引下坐上了海盗船，系好安全带，就在启动的那一刻，传来了一阵尖叫声，随着船，荡得越来越高，尖叫声越来越响，特别是当船从最高点瞬间俯冲的那一刹那，身体明显失重，给人一种惊心动魄的感觉，身心都得到了释放。

那一天，我几乎玩遍了游乐场的每个项目，直到饥肠辘辘筋疲力尽，才离开。

莲都区城北小学402班 徐浩骞
 指导老师 付培珍

我的妈妈

我写了很多作文，但唯独不敢写我的妈妈，因为不知道该用什么语言形容我敬爱的妈妈，但今天突然有了灵感，那就不用颜色吧。

舅舅说妈妈是粉色的，因为她像个少女一样，精致的打扮、精心的生活、用力地工作、用心地爱我。每天早上都会给我做精美的营养早餐。

爸爸说妈妈是白色的，包容万物，很简单，却也很不简单。妈妈什么都不争，却每次都赢了；什么都不要，到头来却什么都得到了。

外婆觉得妈妈是黑色的，因为要赚钱养家，又要照顾家里老老少少，料理大大小小的事情，所以偶尔会把最坏的脾气发在最亲的人身上，但大家也从不计较。

可我觉得，妈妈是五颜六色的。妈妈有大红色的积极热情、橙黄色的阳光心态、嫩绿色的健康习惯、青蓝色的坦然处事，还有紫色的神秘魅力。在爸爸的照耀下，这些色彩，将妈妈组成了一道彩虹！

缙云县紫薇小学201班 朱子阁
 指导老师 陶益敏

读《牧人与野山羊》有感

在暑假里，我看了很多课外书。其中，我最喜欢《伊索寓言》这本书，在这本书里，我很喜欢《牧人与野山羊》这个小故事。

这个故事是这样的：有一天，一个牧人在放羊时，发现一些野山羊混进了自己的羊群中，到了傍晚，牧人就先把这些野山羊和自己的羊一起带到一个山洞里。第二天，下起了暴风雨，没办法出去了，牧人只好在山洞里饲养它们，他给自己的羊吃的饲料很少，给外来的野山羊吃的饲料很多，想要把它们占为己有。等风雨停了，出去刚走到山边，那些野山羊就跑走了。牧人便责备野山羊忘恩负义，野山羊回头说道：这是因为假如之后又有新的山羊来，你一定会选中它们，对它们好，而不对我们好了。

这个故事告诉我们，喜新厌旧的人的友谊是不可靠的，旧朋友要和新朋友一样对待才行。

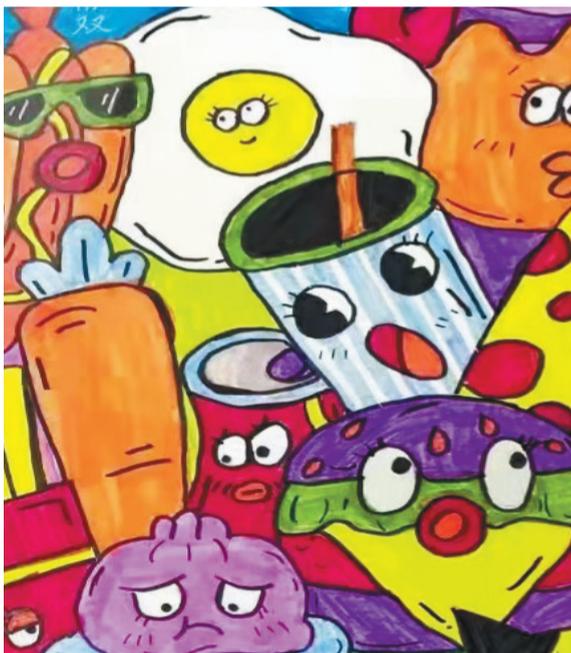
莲都区大洋路小学教育集团大洋路校区402班 庄立言
 指导老师 方柳月



《丰收》 莲都区城北小学401班 朱森荣



莲都区天宁小学205班 周昕好



莲都区大洋路小学教育集团城西校区302班 雷陈双

冬天

冷冷七弦上，静听松风寒。

丽水的冬天突然来了。北方吹走了秋天，吹枯了草地，吹来了白霜。你看，公园里的树光秃秃的。你听，寒风呼呼的声音。你闻，街边烤板栗的香甜味。你摸，毛茸茸的被子暖暖的。

冬天，我坐在电瓶车的后座，最喜欢抱着妈妈取暖。
 莲都区大洋路小学教育集团城西校区208班 刘唐宋
 指导老师 李巧红

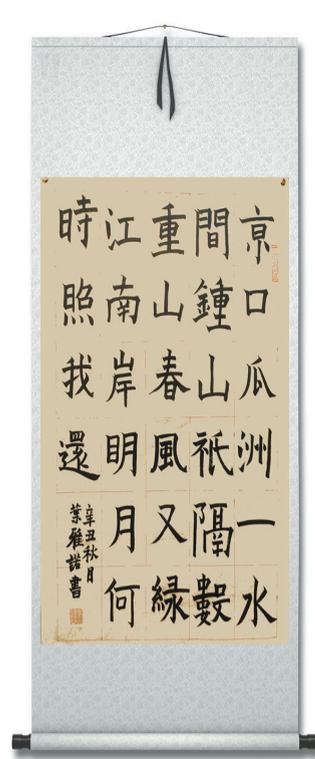
腿和琵琶舒健架的故事

我是腿，我的主人是一个可爱的姑娘。她活泼开朗，走起路来蹦蹦跳跳，像只灵活的兔子，而且她多才多艺，嘴里总有唱不完的歌，说不完的故事，跟着她我觉得特别幸福！

有一天，琵琶老师给了主人一件礼物，叫舒健架。这舒健架，细细长长的，底下比较重用于固定，顶上有一个U型的凹槽，可以置放琵琶！现在每次练习琵琶，主人都把舒健架往两腿中间一放，这舒健架承担了琵琶重量，而我只需要把舒健架轻轻夹住就可以了。现在的我，轻轻松松享受着琵琶乐曲，陪伴越久我越开心。

小主人也更喜欢练习琵琶了，一遍遍练着老师标注的难点。都说操千曲而后晓声，相信小主人会越来越进步。而我，也在日复一日中，和舒健架成为小主人最得力的帮手。

莲都区中山小学教育集团中山校区303班 朱古力



莲都区大洋路小学教育集团大洋路校区201班 叶雅诺



莲都区大洋路小学教育集团大洋路校区204班 吴佳恩



丽水外国语实验学校808班 李泉锐



莲都区中山小学教育集团中山校区301班 许钰婷
 指导老师 朱丽青

打疫苗

今天放学后，我和我的好朋友一起去打疫苗。我很紧张，也很害怕。我的好朋友鼓励我说：别害怕，忍一下就好了，我们一起加油！我鼓起勇气排了队。

轮到我的时候，我还是很紧张。医生温柔地安慰我说：别害怕，很快就会打完的。打完后我才知道，原来真的一点都不疼。

妈妈告诉我，打疫苗是为了保护我们的健康，就像给我们穿上了一件防护衣，每个小朋友都要打疫苗哦！

莲都区城北小学204班 蓝伊朵