

## 美丽的赛里木湖

珠海市香洲区第十二小学  
三(3)班 黄其楹

今年暑假,爷爷奶奶带我和弟弟去新疆游玩,去了辽阔而有趣的那拉提大草原;去了群山环绕的库尔德宁森林公园;去了雄伟而壮观的新疆大剧院……但是,最让我难忘的是宁静的赛里木湖。

我们从伊宁出发,开车经过曲折蜿蜒的果子沟,穿过一个长长的隧道,就看到赛里木湖。远远望去,赛里木湖宛如一颗璀璨的蓝宝石,静静地躺在天山之下。慢慢走近,仿佛人间仙境。湖水的颜色由浅蓝色,慢慢到深蓝色,最后是深绿色,仿佛是大自然最精致的水墨画,美得让人无法用语言表达。

欣赏完美景,我和弟弟玩起扔石头打水漂的游戏,我找到一块小石头,扔向远方,那水“咕咚”一声溅起了一团水花,一圈圈波纹渐渐散开,就像无数小星星在发光。湖边的草地上还藏着许多蚱蜢,一走过去,就有一大群蚱蜢跳出来,我们扑过来跳过去,终于捉到了好几只蚱蜢,别提多开心了!我一边玩,爷爷一边告诉我,因为这里是大西洋暖湿气流最后眷顾之地,所以赛里木湖还有一个美称“大西洋的最后一滴眼泪”。

夜幕降临,我依依不舍地踏上了归途,心想:我一定会再来的。这就是美丽的赛里木湖,一个让人来了就不想走,走了还想来的地方。

指导老师:徐慧清

## 我敬佩的他

珠海市香洲区群贤小学  
三(6)班 张峻祎

“中国运动员潘展乐,他以绝对的优势第一个冲到了终点。”电视里的讲解员兴奋起来,感觉那洪亮的声音划破了比赛场馆。

在巴黎奥运会的100米自由泳决赛中,潘展乐游出了最大的极限,以出色的46.4秒的成绩夺得冠军。过去“垄断”奥运会100米自由泳第一名的是美国选手,这次被一位19岁的中国运动员甩了整整一个身位。我敬佩他的能力,他让我看到了成功的希望,也许有一天,只要足够努力,我也可以在校运会为班级赢得一块奖牌。

4×100米混合泳决赛,在三位队友创造的优势下,最后一棒潘展乐发挥了最好的状态,帮助中国队以45.92秒的成绩夺冠,再次创造了世界纪录,我特别敬佩他!

是足够优秀给了他足够的底气!他的优秀从何而来?让我印象最深的是潘展乐的日常训练,他每天至少游15000米。在日复一日的训练中,他选择让队友提前两秒出发,自己再去追。他认为,追赶别人更能发挥出自己的优势。他曾说,只要我的队友不输一个身位,我就能追上。他坚信,自己可以成为兜底的那一棒。我敬佩他的自信。

他说,别人说我不行,我就努力做得最好。我敬佩他的坚毅勇敢,他用实力打破别人的偏见。

潘展乐的内心极其强大,不会被定论框住,也不会受到影响。希望我也像他一样,勇敢地面对一切。

## 那一刻,我真激动!

珠海市香洲区造贝学校  
三(6)班 郑浩宇

8月10日晚上8时50分,我守在电视机前,期待着巴黎奥运会乒乓球赛的到来——主角是中国女乒乓球运动员孙颖莎和日本选手平野美宇,这将是一场充满激情与挑战的对决。

9时整,孙颖莎从容地走进赛场,脸上洋溢着自信。当她发出了第一球,日本选手一开局就使出杀手锏——“霸王拧”,孙颖莎不幸丢掉了一分。在连续失去四分之后,孙颖莎开始见招拆招:只见她仔细观察对方的发球方向,成功破解了对方的旋转球,比赛局势随即反转,她追回了一分。然而,日本选手很快调整战术,采用了急、猛、快的攻势,孙颖莎一时不慎,球打出了界线,再次失分。我的心一下子提到了嗓子眼,急得直跺脚。此时此刻,尽管暂时落后,但她依然从容应对,快速调整战术,一分一分地将比分追了回来。最终,她以13比11完成了逆转,艰难地拿下了第一局。我激动地握着拳,重重地锤在了沙发上,心想:哎呀,实在太不容易了。

孙颖莎的第一局比赛有惊无险地结束了,接下来的两局比赛,孙颖莎凭借着高超的球技和沉着冷静的心态,最终以3比0的比分圆满完成对决。那一刻,我悬着的心终于放下了,激动得在客厅里跑了一圈,就像是我自己赢得了比赛一般。“赢了!终于赢了!”坐在一旁的爸爸妈妈也喜笑颜开。

我国奥运健儿身上那种不屈不挠的精神和沉着应对困难的心态,非常值得我们学习。在学习中,我们要以他们为榜样,努力拼搏,像他们一样绽放光彩。

指导老师:张晓东

## 学做家常菜享受美食乐趣

珠海市香洲区南湾小学  
三(1)班 唐梓嫣

厨房是一个充满神秘色彩的地方,它不仅可以观察到从原材料到美食成品的神奇转变,更是我们学习新技能、体验生活乐趣的舞台。这个暑假,我获得了学做家常菜的经历。

为确保整个烹饪过程的安全,外婆一直在旁边对我进行现场指导。我从食材的清洗、改刀、初步加工到成菜出品,全部由自己完成。在学做菜的过程中,我认识了各种食材和调料,了解到食物从田间到餐桌的过程,增强了我对食物的尊重和感激之情。让我意识到,每一顿饭背后都是农民伯伯、厨师等人辛勤劳动的结果。

学做菜,不仅是学会一项生活技能,更重要的是在这个过程中获得了快乐,增强了自信心,增进了亲子感情。来吧,展示一下我的劳动成果:三菜一汤,蒜泥菜心、青椒炒牛肉、香葱炒豆腐干、紫菜蛋汤,一盘盘美味佳肴,端上桌啦!

这个暑假的烹饪经历,让我深刻体会到,做饭不仅仅是为了填饱肚子,更是一种情感的传递和家庭成员之间的互动。我享受在厨房中创作的过程,也珍惜与家人共享美食的时光。未来,我将继续探索更多美食,为家人带来更多的惊喜和欢乐。

指导老师:侯丽娜



唐梓嫣学做家常菜,体验烹饪乐趣。