



## 云南游记

青岛上清路小学 六年级3班 刘逸泓

云南省地处我国西南部边陲,它一年四季风景如画,有着多样的气候,各地区海拔高度不同,因此,云南省拥有极为丰富的自然资源,有“动植物王国”的美誉。在这个暑假,我和妈妈一起踏上了这片美丽而神奇的土地,尽情领略迷人的彩云之南。

在短短的几天里,我们时而徜徉在热闹繁华的丽江古城,边走边悠闲地欣赏琳琅满目的小商品;时而漫步在云杉坪绿茵之中,眺望巍峨的玉龙雪山,同可爱的灰松鼠一起呼吸清新的空气;时而坐在听花谷的秋千上,任微风轻轻吹拂脸庞,“聆听”各色鲜花盛开,感受静谧的午后时光;时而在藏家土司宴上,与大家手牵着手,围着篝火跳舞欢歌……虽然我们走得腿脚有点酸麻,但丝毫挡不住游玩的愉悦。

最让我感到震撼的景点,那就是虎跳峡了。虎跳峡位于金沙江流域,它之所以有这么一个名字,是因为这一带河道极窄,两边都是高大山峰,猛虎只需纵身一跃便可从一侧越过峡谷,去往对面的山上。因为这里河道细长,滔滔的江水从这里激流而过,这里也形成独具特色的“险”:远处平静的江水缓缓流下,接着愈发湍急,待江水流到这里时,溅起的浪花有三四米高。层层浪花犹如千万匹奔腾的战马,簇拥着、争抢着向前奔腾,撞击在一起,互不相让。江水之中,有几块巨石,任凭巨浪拍打、撕咬,任凭狂风怒号、江水咆哮,始终岿然不动。

我站在栏杆旁,注视着这震撼的场景,江水翻滚,如山崩地裂般的巨响响彻耳畔。风裹挟着溅起的江水扑面而来,一时间我心中感叹:千百年来,我们的祖国历经各种磨难,经历许多困境,历经无数风浪,始终不屈,奋力向前,才走向了更伟大的辉煌!

云南之旅结束了。每当我回想起这次旅程,心中总是充满了无尽的感慨和怀念。那些美丽的风景和难忘的经历都成为我人生中宝贵的财富。

## 石窟不语阅千年

青岛大学附属中学 七年级1班 王轶瑶 指导教师 李娟

在洛阳这座古老而充满魅力的城市中,龙门石窟如同一位历史的巨人屹立不倒,诉说着千年的故事。

我漫步在石窟前,看着那一座座巧夺天工的雕塑,有的庄严肃穆,有的心怀悲悯,有的慈祥和蔼……登上几十级台阶,我终于见到了那令人神往的卢舍那大佛。它高约十七米,身体圆润,面部饱满,头发微曲盘于头顶部,两耳下垂长约两米。大佛面相庄严,似嗔非嗔,似笑非笑,那般平和,又隐约能看出一丝慈祥。它身体微微前倾,仿佛正在俯瞰人间,倾听人们的疾苦。与大佛对视,那一刻他如活了一般……

“看!那大佛的手臂呢?”一个小女孩的惊呼引起了我的注意。顺着她手指的方向,我发现大佛的手臂是残缺的,这让我想起前面看到一些佛像的佛头也不知去向。通过导游讲解得知,龙门石窟曾经遭遇浩劫。

在那个动荡不安的年代,外国列强如同饿狼般盯上了这块文化瑰宝,大肆进行盗窃与破坏。我的内心不由得沉重起来,涌起几份悲凉。为何我们的瑰宝遭受如此待遇?为何那时我们无力好好守护自己的历史遗产?

穿过拥挤的人群,我继续沿河游览。我发现一些维修人员正在修复残缺的佛像。听导游讲,近些年有一部分流落海外的佛头陆续回归本土,我内心无比激动。正是因为我们国家的强大,才让颠沛流离的佛头重回祖国,重现在国人的眼前。这是对文化遗产的保护和传承,也是国家文化自信的彰显。我深切体会到,作为新时代的青少年,我一定要努力学习文化知识,为保护和传承我们的历史文化遗产贡献自己的力量。



## 我的乐园

青岛市实验小学 五年级5班 仇俊博

有人的乐园是奶奶家的后院,有人的乐园是楼下的篮球场,还有人的乐园是山中的树林……而我的乐园就是我的小电影房间。

晴天时,光透过窗户洒到房间的地板上,让我心情愉悦。阴天时,外面下着淅淅沥沥的小雨,妈妈就找一部电影给我们看,别有一番滋味!我们看过的电影有很多。有回顾抗美援朝的《长津湖》,有启示我们要保护环境的《美人鱼》,还有温情感人的《你好,李焕英》……

昨天,窗外下着滴滴答答的小雨,妈妈、妹妹和我一起看年初上映的《第二十条》,给我带来深深的震撼。这部影片讲述了三个与正当防卫有关的故事,探讨了正当防卫与人性抉择的界限。其中,让我印象最深刻的一个情节是郝秀萍跳楼的那一刻,她那时一定非常绝望吧。这让我在光影交错中感受到法律的力量与正义的价值。

这就是我的小电影房间,它好像是一个漂亮的小纸飞机,载着我在湛蓝的天上遨游。每当我走进我的小电影房间,我都会回忆起好多既美好又珍贵的时光!

## 减肥记

青岛海逸学校 五年级1班 田润泽

这个假期,由于我吃得太多,导致肚子一胖不可收拾,所以我决定实施减肥计划,能坚持下来令我十分骄傲。

减肥计划正式启动,我先尝试了爬楼梯。谁料我爬到十层就已经气喘吁吁、汗流浃背了,我没有轻言放弃,又爬了十层,终于到家了。回家后我直接躺在床上,倒头就睡。第二天,我好多了,不像之前那么累了。就这样,我坚持了半个月,才瘦了两斤。唉!真是有点儿烂网打鱼所获不大的感觉。

我觉得爬楼梯减肥太慢了,于是尝试第二个方法——节食,每天晚上我都不吃饭。第一天,任凭肚子叽里咕噜叫,我也绝不妥协。第二天,第三天……坚持了一阵子,努力还是有效果的,一个星期我就瘦了四斤。减肥成功了,我兴奋不已。

有志者事竟成,减肥计划的成功离不开自己的努力。这次瘦下来之后,我感觉走路都轻盈多了。太胖了不仅对身体不好,而且体态实在是太不雅观了,我一定要把减肥坚持到底。

投稿邮箱 qdwbzmk@163.com

全部精彩内容请登录观海新闻APP《小记者》频道查看

本版主持人 张琰



本版主持人 张琰



青岛晚报官方微信



青岛晚报官方微博



## 我家的“大狮子”

青岛启元学校 四年级2班 宁嘉芃

我们家有一头“大狮子”,凶悍无比,他就是我的爸爸。我干错一件小事,小到一个字不会写,都逃不过他的手掌心。

爸爸个子高高的,皮肤黝黑,看上去凶凶的。一双眼睛炯炯有神,简直堪称“火眼金睛”啊。

有一次,我写了好久的作业,写烦了,想放下笔偷会儿懒,就被刚睡醒的“大狮子”发现了。结果可想而知,被他骂了个“天昏地暗”。从那以后我再也不敢在学习上偷懒了。

还有一次,卷子刚发下来,我惊呆了,居然只考了59分,不及格!我的心顿时像十五个吊桶打水,七上

八下。回到家后,爸爸问:“卷子呢?”我慌张不已,却装作若无其事地说:“什么卷子?”“59分的卷子!”“大狮子”气得脸都绿了,随之而来的便是扯着高音C的嗓音一阵“河东狮吼”,还给我来了一顿“棍子炒肉”。唉!都是自己惹的祸啊,我后悔不已。

但爸爸也不总是那么凶巴巴的,有时他会变成一头温和的“大狮子”,如果考试成绩好,他也会奖励我的。

这就是我家的“大狮子”。虽然有时很凶悍,但我知道他的严格要求是为了我好,其实爸爸一直很爱我。