

## 汗水的味道

小记者:杨奥博 编号:197516  
项城市工业路小学五(4)班

以前想买东西就给爸妈要,根本体会不到挣钱的不易。周末,妈妈为了让我体验一下挣钱的艰辛,便建议我去市里的新火车站卖玩具,我才知道花钱是真容易,挣钱是真难。

由于新火车站离家比较远,当天,我带着东西坐了半个小时公交车才终于赶到火车站,找到一片空地,摆好玩具,站在摊位前,等着客人光临。

火车站虽然人来人往,但光顾我小摊的却寥寥无几,过了好一会儿,才有一个老婆婆过来,她蹲在摊位前翻来翻去,选中了一个小皮球。这小皮球我进价

是10元,可老婆婆只给我5元,我耐心讲了半天,最后为了先开张,一分钱没挣,10元把小皮球卖给了老婆婆。

老婆婆走后,客人陆续多了起来,可能看我是个小学生,东西又便宜,大家踊跃购买,半天下来,我算了算,才赚了不到20元钱。平时这点钱对我来说不算什么,但当天紧攥手里这些钱,我感觉来得特别不易。

当天并不热,但收摊后,我才感觉脸上、手心里满满都是汗水。当天虽然我很累,但我也感到高兴,因为我彻底明白了汗水的味道。 (辅导老师:胡萍)

## 营养+运动=健康

小记者:王博恒 编号:195735  
西华县实验小学五(5)班

健康是一把斧,砍除了人们身体里的恶魔;健康是一把钥匙,打开了人们长寿的大门;健康是一盏灯,照亮人们对生活的希望。

健康是我们最需要的,一旦没了健康,一切都是空白的,所以我们要爱护自己的身体。有人问,怎样才能让我们健康呢?我来告诉你,想健康应该注意营养,再加上每天运动。

营养,指的是每天正常三餐尽量适量吃没有添加剂的食物,就像人们都知道吃鸡蛋好,但有人一天吃五个,而有人一天吃两个,那这两个人的健康程度就不一样。每天适用过量的话,会引起肥胖。另外,水果有助于消化,每天应吃

些水果,或至少一个苹果,就像人们经常说一天一个苹果,让医生远离我。

运动,如果因太懒不想运动,那你的健康也不是那么完美,女人们追求身材,男人们追求肌肉,但这些都需要适量的运动,但千万要记住,吃完饭一定间隔半个小时后再开始健身。

结合以上两点,让我想起法国著名作家雨果,当时医生判断他患了非常严重的病,而雨果天天运动锻炼,竟成了大家熟知的长寿人。

健康没了运动不行,健康没了营养不行,人离了健康更不行,让我们为自己的身体健康多运动吧。

(辅导老师:曹永华)

## 妈妈 您辛苦了

小记者:赵越 编号:198172  
河南小学三(4)班

小时候,我特别调皮,经常惹些小祸让妈妈担心,但妈妈总是很包容我,可我却不知道体谅妈妈。

记得小时候有天晚上,我肚子突然疼得厉害,妈妈已经睡下了,听到我叫赶紧让我吃了药,但是吃了并没有效果,我依然疼得满头是汗。妈妈想带我医院,可家里没有电动车,我当时疼得弯着腰,根本走不了路,妈妈便背着我去看病,可家离医院比较远,妈妈把我背到一半时,脸上的汗珠便一颗颗滴落下来,我心里特别难受,便要求自己走,但妈妈不同意,坚持把我背到医院。

从那以后,我特别听妈妈的话,不再顽皮,因为我知道妈妈的辛苦,体会到了母爱的伟大。

从古到今,不少文人墨客撒下点点笔墨,谱写母爱的篇章,赞美无私、伟大的母亲。又是一年母亲节,我要给妈妈献上这份最真挚的“礼物”,给妈妈一个欣慰的五月天。

今天我写这篇作文,通过作文告诉妈妈:“妈妈,您辛苦了,您为我付出的太多,太多了,等我以后长大了,一定好好孝顺您!” (辅导老师:赵艳丽)

## 春天

小记者:张开益 编号:197261  
项城市第一实验小学四(5)班

星期天,我写完作业,望向窗外,几只小燕子在蔚蓝的天空中自由的飞翔。原来是春天来了。

家门前的小河挣脱了寒冰的束缚,欢快地向前奔跑着、歌唱着。河中的小鸭子得意地浮在水面上,随着水流自由划行。

岸边的柳树换上了翠绿的衣衫,垂下柔软的身姿,对着镜子一样的河

水在梳洗打扮。树下的小草,把在冬天蕴藏的力量全都释放了出来,顶破厚厚的土层和坚硬的岩石钻了出来,远远看去,像绿色的地毯,小草的生命力多强啊!

天空中老鹰、燕子、孙悟空……各式各样的风筝随风起舞。孩子们开心地跑着、跳着、笑着,我的心也随之飞上了蓝天…… (辅导老师:张丽丽)

沈丘县直小学  
第三届“校长杯”班级足球联赛开赛

5月6日,沈丘县直小学举办第三届“校长杯”班级足球联赛,彰显了校园足球活动的特色和魅力,增强了学生的团队协作能力。 (通讯员 焦文慧 摄)

西华县实验小学举办  
“经典为伴 礼赞祖国”诵读比赛

□ 通讯员 李彩红 赵建奇/文 马孝奎/图



本报讯 5月9日,为丰富第24个“世界读书日”,也为庆祝建国70周年华诞,西华县实验小学全体师生共聚一起举行“经典为伴 礼赞祖国”经典诵读比赛。

据了解,本次比赛以“书香为伴,礼赞祖国”为主题,经各年级、各班级推荐,共有19个个体和6个团体参加比赛。他们从不同的角度选题,对祖国的发展建设进行讴歌,为全校师生奉上了一场高水准的视觉与听觉盛宴。



小记者:于恩慈 编号:197422  
项城市工业路小学四(2)班