

变形记

一个阳光明媚的周日，微风轻拂，我在河岸边散步。忽然，微风刮过，河面上泛起层层波纹，柳条翩翩起舞，我真想变成小河啊。

周一早晨，闹钟如约而响。我轻轻睁开眼睛，发现眼前并不是雪白的天花板，而是蔚蓝的天空。难道我们家拆迁了？这时一阵微风吹过，我的身体随风飘动，定睛一看，我竟然变成了一条小河，我梦想成真了！

我兴奋地环顾四周，一切都是那么美好。蔚蓝的天空中飘着几朵白云。云像海上的轻舟，静静地、轻轻地飘着，生怕惊醒大海的酣梦。那天空犹如一块蓝布，上面印着几枚图案，那图案一会儿像金鱼、白鲸、蟹钳、骏马……一会儿互相碰撞，互相招手，不愿亲近，又不忍分离。

我的体内，有无数条小鱼小虾在嬉戏打闹。再看看岸边，一棵棵高耸的大树如

一个个挺拔的卫兵，小鸟站在树枝上叽叽喳喳地唱着歌，还有一些人在岸边散步、游玩……

可突然有一天，这一切都变了！天空不再蓝了，我身体里的水也变得浑浊起来，小鱼小虾们也全都死了。夏日，没有人到岸边散步了，那些参天大树都被砍光了，鸟儿也无家可归。

人们把污水、垃圾，排到我的体内，我的身体肮脏无比。我大喊：“不要！”就在这千钧一发之际，一阵黑暗袭来，我只觉得一阵眩晕，当我再次睁开眼时，发现自己躺在床上。

还好是一场梦，我又变回自己了！

至此，我明白了大自然需要我们去保护，人类不能破坏环境，大自然就是我们的根。

大祥区西直小学190班
袁藩铭
指导老师 吴洁

家乡的小湖

我见过很多美丽的风景，但在我的眼中，家乡的小湖是最美的。

清晨，小湖四周空气清新，湖水的水清澈见底，湖面像一面平静的镜子。连绵起伏的大山环绕着小湖，好像在欣赏小湖的美丽。山脚下，一排排柳树立在岸边，像士兵一样守卫小湖。沿湖边走去，你会发现路边有几排石头椅子，累了还可以坐下来休息，也可以观看小湖山水相映的美丽。

午后，阳光越来越强烈，鸟儿们“啾啾”地唱着动听歌曲，蝉在树上叫个不停，好像在说：“夏天，可真是大热了

呀！”可爱的鱼儿在水里嬉戏，它们是在玩捉迷藏，还是在玩一二三木头人呢？几只大白鹅在湖边觅食，不时“嘎嘎”地引吭高歌。村民们有的在湖边树荫下歇凉，有的在地里忙着。

傍晚，太阳落山了，天边出现了美丽的晚霞，湖面变成了金色，闪着粼粼波光。村子也变得十分安静，似乎怕破坏了这份美好。

我爱家乡，爱这个动静皆美的小湖！

双清区前进小学114班

小记者 王聿骏
指导老师 赵霄 王平华



为做好“开学第一餐”食品安全保障工作，近日，市市场监管局走进资江小学、邵阳市古峰职业技术学校等多个学校，开展秋季校园食品安全检查。

记者 易蓝 通讯员 梁佩珊 摄影报道



9月5日，隆回一中高一新生在军训。秋季新学期到来，该校集中一周时间，组织高一1650名新生开展军训。

罗理力 陈齐政 摄影报道

暑假趣事

暑假像一个快乐的天地，到处都是欢乐，暑假中的趣事像一块块晶莹剔透的宝石，在阳光下闪闪发光。今天，我找出一块最亮的、最精致的宝石来和大家分享。

假期的一天，妈妈心血来潮，对我说：“游泳是每个人都需要掌握的本领，今天，我们去学习游泳吧！”于是，我们收拾好游泳工具，出发！

没过多久，我们来到了游泳馆。我套上游泳圈，一下子跳进水里，用手拍打着水面，玩得不亦乐乎。妈妈见状连忙阻拦道：“你是来学游泳的，不是来玩的！套着游泳圈，是永远学不会游泳的！”听了这话，我放下游泳圈，开始学习游泳。

过了一会儿，妈妈把我拉到泳池的一边，说道：“学习游泳，最重要的是要有勇气，你能做到吗？”“能！”我信心满满地回答。妈妈见我如此自信倒有些吃惊，要知道，我平时可是个“胆小鬼”。妈妈笑了笑：“好，那我们开始吧！”

起初，妈妈让我感受水的浮力。我连忙闭气将自己沉入水底。没过多久，身体竟然自己浮了起来，我将头探出水面，说道：“好神奇啊！身体竟然可以自己浮起来。”妈妈说：“没错，这就是水的浮力。”我点点头。妈妈说：“现在你试着用手和腿把身体浮起来吧。”我十分骄傲，手和脚在水中随便乱打，盼望着身体赶紧浮起来。可却是梁山泊的军师——无用（吴用）。妈妈赶忙把我从水中捞出来，说道：“不要浮躁，不要心急，手和腿都要有规律地划。”听完，我再次尝试，再次浮起来了，妈妈见我渐渐熟练，微笑着摸了摸我的头。

很快，我就开始进行最后一步——把腿浮上水面。妈妈给我做示范，只见她双手合十，往前一蹦，她就在水里来去自如了。这看起来十分容易，做起来却比登天还难。我一次次尝试，又一次次失败。就当我要放弃的时候，妈妈对我说：“孩子，加油！你已经走出一大步了。我相信这点小麻烦难不住你！”妈妈的话宛如春风，在我心中拂过，我又重新拾回了自信。

经过了一次次练习，我终于学会了游泳。吹着风，我在泳池里游了一圈又一圈，可这还不能平息我激动的心情。我相信终有一天，我也可以像妈妈那样熟练地在水里游动。

有趣的暑假一眨眼就过去了，可是暑假的趣事就像宝石一样美丽，它永存于我的记忆之箱。

大祥区滑石小学113班 罗雅馨
指导老师 廖立雄

校园风铃



编辑/李海燕 版式/张凌
总校/尹一冰 审稿/邱少兵

我的家乡在新邵县巨口铺，这是一个美丽的地方。

村村通公路，交通十分便利，路旁装有电灯，夜晚不再一片漆黑。村民们大多建起了小洋楼，过上了幸福的生活。这里山清水秀，风景迷人，空气清新，鸟语花香，是绝佳的避暑胜地。每年一放暑假，我便迫不及待地往老家奔，一住就是整个假期，常常临开学了，还舍不得离开呢。

我家的旁边有两座大山，前面是一座大山，后面也是一座大山。山上树木高大，松柏苍翠。人一走进大山，便觉心旷神怡，暑气顿消。山上的小动物可不少。野鸡啦、野兔啦、斑鸠啦、蜥蜴啦……还有各种

各样的昆虫啦、各色漂亮的鸟儿啦……它们在树林里奔跑跳跃，玩耍嬉戏，歌唱舞蹈，别提多快活啦！我家的旁边还有一大片竹林。竹子亭亭玉立，青翠挺拔。微风一吹，竹叶婆娑作响。我和小伙伴最喜欢摘下竹叶放在嘴边轻轻一吹，有时会发出好听的声音来。每年春天二三月间，一场大雨过后，竹笋便争先恐后地从地里冒出来。爷爷奶奶便带上我来到竹林里掰竹笋。常常一掰就是一大筐。这可是纯天然绿色食品呀！让人看着就眼馋。爷爷奶奶把吃不完的竹笋晒

干，让我们带回城里吃，味道可鲜美呢！

竹林旁边有一条小溪，溪水不深，清澈见底。小溪唱着欢快的歌儿，借着山势顺流而下。村民们在小溪边埋了些竹管，溪水从竹管中不紧不慢地流出来。爷爷奶奶说这里的水质很好，无污染，可以直接喝。每次来到这里，我和小伙伴们总是忍不住伸出小手从竹管那接水往嘴里送。这里的水真凉啊，喝在嘴里，甜在心里。每次，我和小伙伴们都要喝个够，喝得肚子鼓鼓的。我也会和小伙伴们赤着脚，卷起

那天，我和博士乘上了梦想飞行器，准备测试一下效果，没想到无意中点击了“乘往恐龙时代”的键，瞬间来到恐龙的生活环境。

刚准备下飞行器，却万万没想到自己听到了一个熟悉的声音。“伊嘻……伊嘻！真的是你！”我实在是没想到这只跟了我18年的鹦鹉竟然也来了。“主人，这是哪儿？”我刚想开口，博士却抢着回答了。我们准备回家，发现飞行器没有油了，无奈之下，我只好与博士、伊嘻踏上了此次旅程。

刚离开不久，便来到了一片热带雨林，各种各样的鸟在叽叽喳喳地叫着。突然，一阵细细碎碎的声音，引起了我们的注意。我与博士背靠背，拿出了随身携带的枪，以防万一。我肩上的伊嘻飞到草丛那边，用翅膀召唤我们过去。草丛的另一边竟然住着三角龙一家三口，这太令人惊讶了。这么多年来，我还是第一次看到真的恐龙。一不小心，枪从我手里滑了出去，发出重重的声音。

我猛然转过头，发现恐龙一家正向我们狂奔而来。我被吓得不知所措，以为马上就要命丧三角龙之口了，紧紧地闭上了双眼。但几声三角龙的鸣叫使我缓缓睁开双眼，原来是博士在用变声器，与它们交流。它们放下戒备，转过身，示意我们骑上来，带着我们游览奇妙的恐龙世界。

忽然，“咚、咚、咚”声音传来，我们怔住了。只见一只强壮的雷龙朝我们走过来，怒吼着。三角龙也毫不示弱，它示意我们下来，开始与雷龙展开决斗。我慌忙从口袋里掏出分辨仪，识别了雷龙，找到了它的弱点，发现它们最害怕霸王龙，便用变声器发出了霸王龙的声音。一听到这个声音，雷龙们仓皇而逃……

此时，已近黄昏，无意间我看到一阵浓烟滚滚而来，心想：“肯定出大事了！”火山爆发了，许多恐龙从山坡上猛冲下来，四处逃窜，大事不妙。我带着博士来到火山口，用墙挡住了源源不断的岩浆。那些逃跑的恐龙渐渐平静，躲到安全区去了。终于，岩浆慢慢消退，火山平静了下来。我们精疲力尽地走了回去，发现伊嘻已在飞行器上等我们了，看来加好油了呀！于是我们和恐龙道别，乘着飞行器回去了……

双清区华竹中心完小143班 王心瑶
指导老师 康琴 费文璐

我的家乡

我的家乡在新邵县巨口铺，这是一个美丽的地方。

村村通公路，交通十分便利，路旁装有电灯，夜晚不再一片漆黑。村民们大多建起了小洋楼，过上了幸福的生活。这里山清水秀，风景迷人，空气清新，鸟语花香，是绝佳的避暑胜地。每年一放暑假，我便迫不及待地往老家奔，一住就是整个假期，常常临开学了，还舍不得离开呢。

我家的旁边有两座大山，前面是一座大山，后面也是一座大山。山上树木高大，松柏苍翠。人一走进大山，便觉心旷神怡，暑气顿消。山上的小动物可不少。野鸡啦、野兔啦、斑鸠啦、蜥蜴啦……还有各种

各样的昆虫啦、各色漂亮的鸟儿啦……它们在树林里奔跑跳跃，玩耍嬉戏，歌唱舞蹈，别提多快活啦！我家的旁边还有一大片竹林。竹子亭亭玉立，青翠挺拔。微风一吹，竹叶婆娑作响。我和小伙伴最喜欢摘下竹叶放在嘴边轻轻一吹，有时会发出好听的声音来。每年春天二三月间，一场大雨过后，竹笋便争先恐后地从地里冒出来。爷爷奶奶便带上我来到竹林里掰竹笋。常常一掰就是一大筐。这可是纯天然绿色食品呀！让人看着就眼馋。爷爷奶奶把吃不完的竹笋晒

干，让我们带回城里吃，味道可鲜美呢！

竹林旁边有一条小溪，溪水不深，清澈见底。小溪唱着欢快的歌儿，借着山势顺流而下。村民们在小溪边埋了些竹管，溪水从竹管中不紧不慢地流出来。爷爷奶奶说这里的水质很好，无污染，可以直接喝。每次来到这里，我和小伙伴们总是忍不住伸出小手从竹管那接水往嘴里送。这里的水真凉啊，喝在嘴里，甜在心里。每次，我和小伙伴们都要喝个够，喝得肚子鼓鼓的。我也会和小伙伴们赤着脚，卷起

恐龙时代

那天，我和博士乘上了梦想飞行器，准备测试一下效果，没想到无意中点击了“乘往恐龙时代”的键，瞬间来到恐龙的生活环境。

刚准备下飞行器，却万万没想到自己听到了一个熟悉的声音。“伊嘻……伊嘻！真的是你！”我实在是没想到这只跟了我18年的鹦鹉竟然也来了。“主人，这是哪儿？”我刚想开口，博士却抢着回答了。我们准备回家，发现飞行器没有油了，无奈之下，我只好与博士、伊嘻踏上了此次旅程。

刚离开不久，便来到了一片热带雨林，各种各样的鸟在叽叽喳喳地叫着。突然，一阵细细碎碎的声音，引起了我们的注意。我与博士背靠背，拿出了随身携带的枪，以防万一。我肩上的伊嘻飞到草丛那边，用翅膀召唤我们过去。草丛的另一边竟然住着三角龙一家三口，这太令人惊讶了。这么多年来，我还是第一次看到真的恐龙。一不小心，枪从我手里滑了出去，发出重重的声音。

我猛然转过头，发现恐龙一家正向我们狂奔而来。我被吓得不知所措，以为马上就要命丧三角龙之口了，紧紧地闭上了双眼。但几声三角龙的鸣叫使我缓缓睁开双眼，原来是博士在用变声器，与它们交流。它们放下戒备，转过身，示意我们骑上来，带着我们游览奇妙的恐龙世界。

忽然，“咚、咚、咚”声音传来，我们怔住了。只见一只强壮的雷龙朝我们走过来，怒吼着。三角龙也毫不示弱，它示意我们下来，开始与雷龙展开决斗。我慌忙从口袋里掏出分辨仪，识别了雷龙，找到了它的弱点，发现它们最害怕霸王龙，便用变声器发出了霸王龙的声音。一听到这个声音，雷龙们仓皇而逃……

此时，已近黄昏，无意间我看到一阵浓烟滚滚而来，心想：“肯定出大事了！”火山爆发了，许多恐龙从山坡上猛冲下来，四处逃窜，大事不妙。我带着博士来到火山口，用墙挡住了源源不断的岩浆。那些逃跑的恐龙渐渐平静，躲到安全区去了。终于，岩浆慢慢消退，火山平静了下来。我们精疲力尽地走了回去，发现伊嘻已在飞行器上等我们了，看来加好油了呀！于是我们和恐龙道别，乘着飞行器回去了……

双清区华竹中心完小143班 王心瑶
指导老师 康琴 费文璐



9月7日，新邵县新航中学206班，老师给同学们讲革命故事。新学期开学，该校组织七年级学生开展“爱国主义教育周”活动，各班通过观看红色电影、制作爱国主义手抄报、唱红歌、英雄故事分享会等丰富多彩的形式，让同学们厚植爱国主义情怀，激发新时代使命担当。

记者 唐明业 通讯员 刘卫国 吴璐 摄影报道

游张家界

暑假过半时，爸爸妈妈带着我和舅舅一家，去远近闻名的张家界游玩。这可是我向往已久的地方，早就在电视上看到过仙境张家界，真有这么迷人吗？

第二天一早，我们兴奋不已，来到了张家界的核心景区——袁家界，刚到景区，映入眼帘的是千奇百怪的山峰。导游介绍，这是独一无二的张家界地貌。它是经流水侵蚀，风化形成棱角平直的高大石柱。远远望去，这些高耸的石柱和云雾融为一体，在空中若隐若现，增添了些许神秘感。我和弟弟们一路狂奔，来到了最佳观景台——迷魂台，高大的石柱清晰地展现在眼前，形态各异，难怪电影《阿凡达》会在这里拍摄背景。让我印象最深刻的是五指山和睡美人，五指山的形状非常奇特，是由五根长短不一的石柱组成的，活像一个巨人的手掌挺立在天地间。而睡美人的顶部仿佛一

个人头，底部就是人的身体，它像一位昏昏欲睡的女子一样张着嘴巴在呼吸呢！带着对袁家界风景的留恋，下午我们来到了美丽的金鞭溪，听导游说这里是西游记中孙悟空被压五指山的拍摄点。我们一进入景区，就看到成群结队的猕猴在道路两旁漫步，它们有的在嬉戏，有的在树上吃东西。突然，我发现一只猕猴的肚皮上倒挂着一只小猴崽，小猴还警惕地观察着四周。这群猴子很可爱，十分机灵，我觉得它们很可能是孙悟空的猴兵猴将的后代啊！一路往前，我和弟弟们欢快地跑到金鞭溪旁，跳进了小溪，开始戏水。冰凉的溪水从脚下流过，我们瞬间凉爽了许多！

这次的游玩让我感受了大自然的鬼斧神工和山水的乐趣，张家界真是迷人的地方！

大祥区祥凤实验学校52班
段祺
指导老师 李文芳 屈锦荣



神奇的鸡蛋壳

早上，小青虫、小蚂蚁和小蝴蝶在草地上玩耍。突然小蝴蝶惊呼起来：“你们快看，那边有个白亮亮的东西，样子很奇怪。”

他们跑过去一看，原来是半个鸡蛋壳，小蝴蝶说：“我还以为你发现了什么宝贝呢。”小青虫说：“这个鸡蛋壳虽然不是宝，但也很有趣。”小蚂蚁兴奋地说：“我们可以试试玩跷跷板。”于是，他们找来一根棒子，放在鸡蛋壳光滑的顶上，玩起了跷跷板。小蝴蝶高兴地跳起舞，小青虫和小蚂蚁也高兴地笑了。

下雨了，小蚂蚁把半个鸡蛋壳翻过来，做成一间小屋子。三个小伙伴们躲在蛋壳下，一点儿也没有被雨淋湿。

天黑了，雨停了，蛋壳又被做成摇篮床，三个小伙伴一起进入了甜美的梦乡。

大祥区城南学校2002班
陈诗曼
指导老师 黄瑞婷 夏翠莲

难忘的一天

在快乐的暑假中，有很多开心难忘的事，最让我难以忘怀的是去外婆家的那一天。

那天早晨，太阳公公还没探出头来，我们已经出发了，我的心里像揣着一只小兔子，兴奋而又激动。天渐渐亮了，远远看过过去，太阳像一个红红的西红柿，又像一個调皮害羞的小娃娃不肯露出脸来。公路像一条大蛇，绕在山中，汽车在上面盘旋着。我打开车窗，不时看见山上的小房子，烟囱冒着白烟。静下心来深呼吸，你会感受到这山中有良多。

中午时，我们终于开车到了外婆家。外婆已经做好饭菜在等我们了，我们立刻坐下一起吃饭，有美味的啤酒鸭，有绿油油的大白菜，有香气飘飘的炖鸡汤……外婆给我和弟弟夹菜，我和弟弟碗里堆起了小山。

爱护地球妈妈

草原是地球妈妈宽阔的怀抱，森林是地球妈妈漂亮的外套，湖泊是地球妈妈明亮的眼睛，山脊是地球妈妈弯弯的眉毛。

不知道从什么时候开始，天总是灰蒙蒙的，尘土飞扬，河水不仅浑浊，而且还散发着恶臭。这些现象告诉我们，我们的地球妈妈已经生病了。

你看，小天使们在行动，他们劝阻扔零食包装袋的小朋友；他们劝阻工人们不要向河流里面排污水、不要向天空排废气；他们劝阻全人类节约用水，节约用电；他们劝阻大家不要砍伐森林……

同学们，我们也要积极行动起来，不乱扔垃圾，不浪费一张纸、一度电、一滴水。保护地球，从我做起！让地球妈妈重新快乐起来，让地球妈妈的笑容永远绽放！

北塔区状元小学118班
李珺茹
指导老师 宁叶华 孙玉娇