



潮起潮落,告别与新生 ——我的年度关键词

咸宁实验外国语学校玉桂校区712班 汪瑞格

告别不是遗忘,而是转身;告别不是放弃,而是开始。
——题记

在那个夏天,我来到海边。凉风拂过脸颊,带来沙粒咸涩的气息。指尖微凉,两颊泛起红晕,像被夕阳温柔吻过。沙滩上散落着晶莹的贝壳与细碎的浪花,仿佛是潮水留给海岸最后的眷恋。我望着潮水,陷入沉思。

曾经的她,总是依偎着海岸,在浅浅的水洼里安然休憩。她轻轻漫过沙滩,抚过岸边的礁石,聆听海浪与贝壳的私语,享受那段安稳宁静的岁月。

那时的她,温柔却怯懦——不敢挣脱海岸的拥抱,不愿见识深海的辽阔,也从未感受过乘风破浪的勇气。

直到某一天,海风掠过海面,送来远方的呼唤。她的内心泛起波澜。她不甘永远困于此,不甘被安逸束缚生命的可能。她渐渐明白:停留固然温暖,但唯有勇敢告别,才能遇见更完整的自己。

于是,她鼓起勇气,开始一点点退离海岸。

她在心中默念:“一、二、三……”就像雏鸟第一次离开枝头,某种熟悉的温存悄然断裂。那些砂粒的触感、贝壳的细语,都在指缝间化作凉丝丝的雾气。原来,告别最痛的瞬间,并非转身离去,而是从自己深深扎根的土壤里,亲手拔出根须。

但告别,本就是为远行与蜕变。她向深海奔去,在风暴中学会呼吸,在暗流里听懂鲸歌。她不再是依附岸边的浅滩之水,她成了能容纳星辰、托起朝阳的浩瀚之潮。

终于,她满载一路的收获与成长归来。夜色之中,潮水奔涌而至,不再脆弱,而是裹挟着雷霆万钧之力。波涛拍打礁石,发出巨响,仿佛在宣告自己的成长。她每一次退后都是一次蓄力,每一次归来都带着全新的冲击。

海岸依旧,礁石如常,但一切已悄然不同。她用从深海学来的韵律、与风暴共舞过的力量,一次次漫过沙滩。潮水所至,枯萎的藤蔓绽出新绿,沙石缝隙间也有微小生命开始歌唱。那段曾经的告别,不再是她心中的缺憾,而是化作血脉里奔流的、更广阔的蔚蓝。

从此,她在告别与归来之间,完成了生命最壮丽的循环。

这就像我们的人生:从小在父母的呵护、老师的关爱、朋友的情谊中长大,仿佛躲在温暖的港湾,不愿面对离别与挑战。但总有一天,我们也会如潮水般,告别曾经的安逸与怯懦。这个过程或许充满磨难与挫折,但不必害怕。正是这些独自前行的时光,让我们学会成长。

每一次告别,都是为了崭新的开始;

每一次出发,都是为了与更好的自己相遇。

就像潮水与海岸,在永恒的往复中,写下生命的轨迹。愿我们都能勇敢告别过往,坚定奔赴未来,在新的旅程中,绽放属于自己的光芒。(指导老师:李凤群)

马到成功



香报小记者 咸宁市交通实验幼儿园 吕鑫博

泳池边的“菁苗”

香报小记者 咸宁实验外国语学校311班 李东圣

推开游泳馆的大门,一股温润的气息扑面而来。池水湛蓝,波光粼粼,一群孩子如初春的小树苗,挺拔地立在池边——那是我们“菁苗游泳队”。取名“菁苗”寓意着我们正如鲜嫩的草木,向着阳光生长。

就在去年,我们代表咸宁市,站上了全省教育系统游泳比赛和湖北省青少年游泳锦标赛的赛场。从泳池边到赛场上,我们这群小树苗,正用一次次划水,书写体育精神。

队里有三位教练:幽默的赵教练总能用笑话缓解我们的紧张;细心的明教练会蹲在池边,一个个调整我们的脚腕角度;而总教练贺教练,火眼金睛,他的眼睛仿佛能同时关注到每一个人。当我因为速度停滞而垂头丧气时,他轻轻拍拍我的肩:“看,今天换气节奏稳多了,这就是进步!”

那一刻,我忽然懂得了什么是“超越昨天的自己”。于是,我咬紧牙关,再次跃入水中。凉意沁入肌肤,可不久全身便涌起热汗。胳膊酸了,腿像灌了铅,但脑海中回荡着教练的话:“小树苗想要茁壮,根就得扎得深。”我一次次蹬壁出发,一遍遍调整呼吸,直到水流仿佛也变得亲切,推着我向前。

训练中,我也体会到体育精神不只属于个人。落后时,同伴的一声“加油”;动作出错时,同伴一个动作比划的提醒。

爸爸妈妈曾给我讲世界冠军的故事:他们也曾是池边普通的孩子,在日复一日的训练中沉淀勇气,在失败与爬起间学会坚持。如今,我们也许还未踏上领奖台,但每一道涟漪,每一次转身,都在传递着同样的精神——勇敢、坚持、团结。

夕阳透过窗户,给泳池镀上一层金边。我们拖着疲惫的身体上岸,眼里却亮着光。因为我们知道,在这汪湛蓝中,我们不只是学游泳,更是在学习成长。就像一株株高矮不一的小树苗,并肩向阳,把这体育精神的根,扎得越来越深、越来越稳。(指导老师:赵靖)

被书香温柔以待的岁月

咸宁实验外国语学校
606班 杜皓宇

时光荏苒,转眼间我已是一名六年级的学生。回首这段成长的日子,我的生活因阅读而熠熠生辉。而这份美好的缘起,要从一年级遇见酒老师说起。

刚入学时,酒老师就像一位温柔的魔法师,在我心中悄然播下阅读的种子。她没有急于让我们去识记生字,而是每天午后,用温柔的声音为我们朗读绘本——从《猜猜我有多爱你》的温情,到《逃家小兔》的天真,我们跟着她的声音,穿梭在一个个五彩的童话世界里。那时,阅读于我而言,是听故事时那份纯粹的快乐与甜蜜的期待。

到了中年级,酒老师带领我们走进了更广阔的阅读天地。在她的鼓励下,我读完了《窗边的小豆豆》,被巴学园自由而充满爱的教育深深打动;我沉浸在《草房子》里,与桑桑一同经历成长的喜怒哀乐……阅读让我的词汇量日益丰富,写作文时,那些优美的词句如清泉般自然流淌,文字有了灵气,情感也更真切。每当作文被酒老师当作范文朗读,我的心中便闪烁起因阅读而带来的喜悦与自信。

如今,阅读已成为我生活中不可或缺的一部分。它不仅是我获取知识的阶梯,更是滋养心灵的清泉。当我遇到挫折而感到沮丧时,我会想起《假如给我三天光明》中海伦·凯勒的坚毅;当我与朋友闹矛盾时,《夏洛的网》中夏洛与威尔伯的真挚友谊又让我学会珍惜与包容……

阅读,像一位智慧的长者,为我指引方向;又像一盏温暖的灯,照亮我成长的道路。

感谢酒老师,是她在我人生的起点,用书香为我铺就了一条通往更广阔世界的路。

阅读,让我的生活更美好,也让我的心灵永远闪光……

(指导老师:酒方方)

