秋假里的成长

县江滨小学301班 郑欢桐

秋假如约而至，正如秋日的暖阳一样洒脱自然，温柔地裹住我的成长瞬间。

我第一次鼓起勇气独自去参加研学活动，坐在大巴车上，内心七上八下。经过了弯曲的山路，终于到了此次的目的地——黄处。下车看到群山环绕的村庄、闻到新鲜空气，我的心情逐渐舒畅起来。在老师的带领下，我尝试了很多自己成长中第一次。第一次做美味可口的叫花鸡，认识了很多调味料。第一次穿着雨鞋像一个小大人在鱼田里穿梭，满身是泥，只想捉住那一条条肥美的鱼。第一次拿着锋利的镰刀去割稻谷，当我徒手去抓稻谷时，手感觉到痒，一想到农民伯伯勤劳耕种，把稻谷变成香喷喷的米饭，这点痒又算什么呢……田野间到处是我们的欢声笑语。

夕阳把我的影子拉的很长很长，短暂的研学活动结束了。在回去的大巴车上，我在想：秋天的成长在大自然中，而我的成长应该在我自己的勇气中。对着车窗外的风景，我笑了，因为我又成长了一点。

秋假趣事

县江滨小学408班 刘赫 指导老师 张雅慧

今天，爸爸、妈妈带我到上海科技馆探索。

科技馆里有超多场馆，雨林秘境，圆洞，未来智慧之光，秘密世界共生星球索之光，飞行探秘……让我来介绍这些地方吧！

雨林秘境沉浸式还原西双版纳热带雨林，模拟雨林环境，有丰富动植物展示。可以像科考员一样观察雨林生物，了解雨林生态、生物多样性，还有雨林秀表演，自然氛围感很强。

源动未来是能源主题展区。讲解水电、风电、光伏、核能等各类能源，搭配互动装置，了解能源怎么改变生活、什么是低碳节能，适合学习新能源知识。

智慧之光是经典老牌展区，主打物理基础科学。力学、光学、电磁学的趣味互动装置，能量穿梭机、高空骑车等，动手玩的时候直观看懂物理原理，老少都适合。

共生星球是地球生态主题。巨型地球球幕很出片，展示气候、冰川、海洋变化，讲解生态平衡、环境污染，学习怎么保护地球家园。

飞行探秘是航空主题展区。从早期飞机到现代飞行器，有风洞体验、模拟飞行、跳伞平衡体验，了解飞行原理、航空发展史，航空爱好者别错过。

奇妙的科技世界令人着迷，我还想再来这里探索新知。

秋假里的长汀沙滩

县实验小学306班 沈明轩

秋假第二天，妈妈带我去云和长汀沙滩玩。一路上，我总盼着快点看到“海”。到了地方才发现，这里没有一望无际的大海，却有一片被青山环抱的淡水沙滩。

走近一看，白沙细软平整，岸边种着一排棕榈树。清澈的云和湖水轻轻拍打着沙滩，泛起一朵朵白色的浪花。难怪大家都说，这里是山里的“小三亚”。

我迫不及待地脱下鞋子，踩进沙子里。沙子暖暖的、细细的，从脚趾缝里溜过去，舒服极了。我和几个小伙伴拿着鱼网，在浅水区打捞起鱼儿来。清凉的湖水溅在身上，惹得我们哈哈大笑。

后来，我们又专心堆起了沙堡。大家分工合作，有的挖沙，有的运水，还有的负责装饰。一座漂亮的城堡慢慢成型了，看着自己的劳动成果，我们高兴得跳了起来。

傍晚时分，夕阳把天空染成了橘红色。金色的阳光洒在湖面上，波光闪闪，像撒了一层碎金。大人们坐在树荫下聊天，孩子们在沙滩上奔跑，整个长汀村都沉浸在欢乐中。

回家的路上，我回头望着渐渐远去的沙滩，心里满是不舍。这次秋假，我不仅玩得开心，还感受到了大自然的美丽。这真是一次难忘的秋日之旅。

一锅沸腾的快乐

云和二中709班 陈欣怡 指导老师 陈洁

说起秋假趣事，我脑海里立刻浮现出学校美食节上，我们小组煮火锅的热闹场面。咕嘟翻滚的汤底、袅袅的热气和此起彼伏的笑声，至今回想起来，依旧鲜活又温暖。

美食节那天，教室人声鼎沸，热闹得像小集市。我们小组早早布置好摊位，分工忙活起来，同学们各司其职：有的蹲在盆边清洗青菜，翠绿的生菜卧在水面，上面还附着一串串晶莹剔透的水珠，像宝石一样闪闪发光；有的精心摆盘，软糯的年糕、粉嫩的虾滑、卷卷的肥牛摆得整整齐齐。我守在小锅旁，看着咕嘟咕嘟叹气的火锅，心里满是幸福与快乐。

随着汤底慢慢升温，泡泡也愈发地大了。浓郁的香气一下子漫开，勾得身边同学频频探头张望。我们迫不及待地把食材下进锅里。圆滚滚的丸子沉进汤里，没过多久又鼓鼓地浮上来；薄薄的肥牛卷在沸汤里轻轻一卷，很快就染上诱人的色泽。

“熟啦，可以捞啦！”不知是谁兴奋地喊了一声。大家立即拿起筷子，争先恐后地捞着各自爱吃的食材。蘸料碟里，香油、芝麻酱、甜辣酱按需调配。有人一口吃下裹着辣椒酱的丸子，瞬间皱起眉头，并且不停地哈气扇风，引得周围一阵哄笑。滚烫的热气往上飘，蒙住了我们的眼镜，白茫茫一片，大家一边擦镜片，一边说笑。我夹起一块年糕，又糯又软，里面裹夹着浓郁的芝士，让人的心像被小猫挠过似的，痒痒的。

老师也走过来凑热闹，尝了一口，笑着称赞我们配合默契。小小的一锅火锅，装着我们满满的快乐。

火锅的味道或许不算惊艳，但一起动手、一起分享的时光却格外珍贵。这场热气腾腾的美食节，成了我心中最难忘的事，那一锅的快乐，久久留在我心底。



《湖畔秋色》 夏冬冬 摄

秋天的脚印

云和二中710班 林心怡

风没有形状，却会在秋天的叶子上，留下轻轻的脚印。——题记

秋假的傍晚，风把巷口的老银杏吹得沙沙响，满树的金叶子晃成一片软乎乎的光，连空气里都裹着桂花的甜香。我搬着刷了米白色漆的小凳子，坐在树底下，腿上摊着画纸，想把这秋天的模样画下来。

我正对着画纸发呆，想画点秋假里的新鲜事，可笔尖落了又提，总觉得找不到合适的模样。我总觉得风该有个看得见的样子，可对着空白的画纸，怎么都画不出它软乎乎的触感——画线条太硬，画云朵又太飘，总觉得少了点秋天的温度。

正皱着眉咬笔帽，一片特别大的银杏叶打着旋儿落下来，刚好飘进画纸里，稳稳落在我画了一半的小山坡上。那叶子边缘带着点浅棕的卷边，像被风揉过的小巴掌，脉络是清晰的浅黄，从叶柄到叶尖，细细密密的，像极了我找了好久的“风的脚印”。我赶紧攥紧笔，顺着叶子的纹路在小山坡上添了几道浅黄的线条，又在旁边画了几朵小小的野菊，让它们的花瓣跟着风的方向歪着，像刚被吹过的样子，还在野菊旁边点了几个小小的露珠，是刚才路过时沾在草叶上的。风一抖，叶子间的光斑就碎了，像有人从树顶撒了一把金箔，落在画纸上，刚好盖住我刚才怎么也画不好的那片空白。

风又吹过来，我把画纸举起来，刚好有一片叶子从画纸上的小山坡边飘出去，落在我的发梢。我伸手去摘，指尖沾了点叶子上的细绒毛，软乎乎的，像风蹭过的触感。我忽然觉得，自己不是在用笔画秋天，而是秋天借我的手，把它的脚印一个一个按在纸上——我只是那个刚好坐在树底下、愿意等一片叶子落下来的人。原来风的形状，就是这样带着银杏香的、轻轻的小脚印，不用刻意画复杂的图案，只要把秋天的小细节藏进去，就够了。

风没有声音，却在时光里留下了脚印。我也没有言语，只是把秋天，悄悄画进了心里。风还留在叶脉里沙沙作响，金色的脚印，落满肩头。原来所谓温柔，就是弯腰拾起一片落叶时，整个世界，都在掌心微微发烫。我不必追逐风的去向，也不必描摹光的形状。只要把这一纸秋天折好，那些软乎乎的脚印，便会替我把整个季节的暖意，悄悄收藏。

梯田藏秋意

云和二中709班 陈苹妍 指导老师 陈洁

当秋风掠过梅源层层梯田，稻浪翻起一片耀眼的金黄，属于云和的秋假，便悄悄来了。不少人趁着假期奔赴慕名已久的梯田打卡，把这片盛景装进相册，而我，愿意慢下脚步，跳出游人扎堆的观景台，去读懂梯田藏在热闹背后本来的模样。

秋假的清晨总是清清爽爽。推开窗，一股带着稻香与草木气息的风扑面而来。远处梯田像一块揉碎的金色绸缎，顺着山坡一级一级铺向天边，云雾在田埂间慢慢游走，时浓时淡。观景平台上，游人举着相机争相捕捉云海稻浪的瞬间，往田埂深处走，还能遇见几位仍在田间忙碌的农人，弯腰收割，镰刀起落，发出沙沙的轻响，那是云和大地最质朴的歌谣。

我跟着秋风的脚步，沿着田边小路慢慢走。溪水叮咚，把落在水面的秋叶卷向远方。路边野花星星点点，黄的、紫的，迎着秋风自在绽放。偶尔停下脚步，看几只白鹭掠过田梗，飞向远山。阳光穿过云层，在金色稻海上投下斑驳光影，满山安宁。

假期，我也听了长辈讲云和的旧事。讲开犁节热闹的仪式，讲板龙舞动时震天的鼓点，讲包山花鼓戏婉转的唱腔。原来吸引八方游客的梯田，不只是一张好看的风景名片，还藏着一代代人传下来的农耕民俗与乡土温度。我捧着书坐在家门口的廊下，秋风翻着纸页，一边阅读，一边感受故乡独有的底蕴。

很多人赶来云和，只为打卡梯田盛景。可这个秋假让我懂得：风景只是一面，真正动人的是扎根在土地里的烟火与传承。云和的秋，藏在梯田的稻浪里，藏在叮咚的溪水间，藏在源远流长的民俗风情里。这个不一样的秋假，让我把对故乡的热爱，悄悄种在了心底。

难忘的雨天野炊

云和二中710班 钟子辰

雨天去不了远足？没关系！只要心中有火，哪里都是“远方”！周五这天，我怀着激动的心情来到学校，刚踏进教室，迎面被一股热闹的气氛包裹，同学们三三两两凑在一起闲聊，分享趣事，原本平淡的教室里充满了活力。

正当大家聊得热火朝天时，老师走进教室，给我们带来一个惊喜。老师笑着说让我们放松一下，集体观看电影。大家立刻坐好，眼里满是期待。屏幕亮起，精彩的画面吸引了所有人的目光，大家看得津津有味。

电影结束后，老师走进来说现在可以出去“野炊”了，一群人从座位上兴奋地跳起来，急着冲出教室，宽敞的走廊可以遮风挡雨，成了我们的临时小营地。大家分工合作，有条不紊地干起活来，有的同学摆好小桌子，有的拿出提前备好的食材，有的在向身边的老师送出零食和饮料。很快，烤肉滋滋作响，火锅咕嘟咕嘟翻滚，学校走廊瞬间弥漫着“家”的味道。

我们围坐在一起，伴着外面淅淅沥沥的雨声，开心地吃着烧烤、涮着火锅。大家互相分享美食、说说笑笑，热闹又温馨。没有作业的烦恼，没有课堂的紧张，只有同学们无忧无虑的欢声笑语，整个走廊都充满了欢乐的气息。几个吃得快的同学回到教室，不知谁提议放起了歌，悠扬的歌声响起，同学们跟着合唱起来，动听的歌声回荡在整间教室。

尽兴过后，我们主动收拾干净场地，把垃圾整理好，让走廊恢复整洁。这场意外又美好的校园活动，让普通的一天变得格外难忘。和老师、同学相伴的快乐瞬间深深珍藏在我的记忆里，成为最温暖美好的校园回忆。

刺激的秋假

县实验小学604班 张涵茜 指导老师 沈晓慧

秋假，是一场惊心动魄的冒险之旅；秋假，是一段热血沸腾的欢乐时光；秋假，是一回难以忘怀的奇妙体验。这个精彩的秋假，最让我难忘的，就是丽水科技馆奇妙的反重力潮玩体验。

假期里，妈妈带我踏入丽水科技馆，这里处处充满反重力的神奇奥秘，每一个项目都让我满心期待。我一眼就看到了“勇敢飞跃”项目，瞬间心跳如擂鼓。我小心翼翼爬上高高的跳台，站在边缘，看着悬空的高度，双腿忍不住发软，心里又紧张又害怕。我闭上眼睛，深深吸了一口气，不断给自己打气，默念着：“我一定可以！”

鼓足勇气后，我猛地向前一跃。刹那间，身体像脱缰的野马腾空飞出，耳边风声呼啸，如同千军奔腾。我紧紧抓牢绳索，身体悬空失重，紧张与兴奋在心底交织翻涌。双手时而攥紧、时而放松，全身仿佛挣脱了重量的束缚，这一刻，所有恐惧烟消云散，只剩下突破自我的畅快与激动。

体验完飞跃项目，最精彩的重头戏终于登场——360度反重力摩托车。随着引擎一声轰鸣，车身快速蓄力、加速冲刺，骤然腾空而起。我死死攥住车把，感受着爬坡时的沉稳蓄力，也体验着俯冲时的极速冲刺。车身在空中灵活翻转，我的心脏瞬间提到了嗓子眼，强烈的失重感扑面而来，眼前的天地仿佛彻底倒悬。一圈圈完整的360度旋转，惊险又震撼。迎着呼啸的风，我稳稳操控车身，原本的忐忑慢慢化作满满的热血与自由，这种挣脱地心引力的奇妙感觉，让我久久回味。

这场刺激的秋假之旅，不仅是一次有趣的游玩体验，更是一次勇敢的心灵成长。我突破了内心的恐惧，学会直面挑战。我明白了，成长就像这场冒险，只要心怀勇气、敢于尝试，就能冲破阻碍，遇见更勇敢、更优秀的自己。