



上海市静安区教育学院附属学校 编

阳光雨露丛书

心馨



文匯出版社

阳光雨露丛书

馨心

上海市静安区教育学院附属学校 编



文匯出版社

图书在版编目(CIP)数据

心馨/上海市静安区教育学院附属学校编

—上海：文汇出版社，2008.4

(阳光雨露丛书)

ISBN 978-7-80676-938-6

I. 心… II. 上… III. 作文—中小学—选集 IV. H194.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第028977号

阳光雨露丛书

心 馨

上海市静安区教育学院附属学校 编

责任编辑/竺振榕

特约编辑/继 文

出版发行 文匯出版社

上海市威海路755号

(邮政编码200041)

经 销 全国新华书店

印刷装订 上海埃佩克迷尔快印有限公司

版 次 2008年4月第1版

印 次 2008年4月第1次印刷

开 本 787×1092 1/32

字 数 235千字

印 张 10.5

总 字 数 413千字

总 印 张 18.5

ISBN 978-7-80676-938-6

定价：35.00元（套）

春江水暖鸭先知

代序

这是一首诗，“苔花小如米，也学牡丹开”。

这是一幅画，“谁持彩练当空舞，赤橙黄绿青蓝紫”。

这是一首歌，“从来不需要想起，永远也不会忘记”。

你能想象五届毕业生选择同一天回母校看望老师的情景吗？你看到老师给每一个学生赠送新年贺卡吗？你见过比学生作文长两倍的批改评语吗？你享受过老师亲自提笔赠书的集体生日吗？

在你的学生时代，有过几年如一日漫步英语长廊的闲情逸致吗？有过每周一次“明星闪亮”“我型我秀”的激情挥洒吗？有过自创格言上墙出书的成功喜悦吗？

你想知道附校学生为什么对母校如此眷恋吗？你想知道为什么静教院附校成为广大师生诗意的栖居地吗？我们的这本集子或许是一个窗口。

你听说过“轻负担”却能“高质量”的神话吗？看着邻家小孩“在星光里上学，在灯光下读书，在月光下回家”，我悲哀地无语。心中漾起的尽是感恩和敬佩：是张人利院长的妙手回春让一所遭人唾弃的薄弱学校成了享誉全市乃至全国的名校；是他“阳光生活”、“绿色升学

率”、“轻负担，高质量”的办学理念解除了“应试”的桎梏。“做一个快乐的读书人”成了附校师生的共识。

“最佳发展期”、“最近发展区”、“相异构想”等一个个鲜活的思想，如“沾衣欲湿”的杏花细雨，如“吹面不寒”的杨柳和风，滋润并温暖了附校这块教育改革的热土。附校人受益匪浅，乐此不疲。

“竹外桃花三两枝，春江水暖鸭先知”。

学习如歌。

工作是福。

诗意开始弥漫校园。

“一沙一世界，一花一天堂”啊。那么，来吧，捧一杯香茗，静静地倾听孩子们成长的快乐，品味老师们亦师亦友的人文情怀，欣赏菁菁校园活力四射的澎湃激情，感悟孩子们眼里的万千世界……

静教院附校语文组

陈 美

二〇〇八年三月

目 录

上 卷 (中学部)

智慧人生

我的新发现·····	孙琦雯 (3)
生活的试卷·····	邵诗洋 (4)
今天你微笑了吗·····	周黎菲 (6)
生活的艺术 心灵的美学·····	朱洁莹 (8)
这就是幸福·····	朱洁莹 (10)
美丽的起点·····	朱佳亭 (12)
微笑, 最好的礼物·····	干润森 (14)
音乐, 触动了我的心·····	李嘉丞 (17)
在遗憾中成长·····	金 晶 (18)
珍藏“第一”·····	张 茜 (21)
夜来风雨声·····	黎 畅 (23)
请读懂它·····	韦罗莎 (25)
我丢了时间·····	董樱子 (27)
在诗词的引领下·····	叶启秀 (29)
无欲则刚·····	赵 映 (31)
珍藏·····	曹诗雨 (33)
春之韵·····	张诗铎 (35)
感恩天使寻访记·····	陈怡君 (37)

告别童年·····	吉士韵 (39)
逆风是高飞最好的老师·····	杨 茜 (41)
让梦想高飞·····	寿宇慧 (44)
生活需要自信·····	夏 雨 (46)
他们都说我行·····	朱佳亭 (48)
我昂起了头·····	朱 迪 (50)
我们都是好孩子·····	曹媛媛 (52)
我终于战胜了自己·····	刘馨恬 (54)
一笔珍贵的财富·····	古芸清 (56)
真正的长大·····	王铨康 (58)

菁菁校园

谢谢你, 老弟·····	黄思韵 (63)
成长·····	寿宇慧 (65)
成长需要友情浇灌·····	张樱婕 (66)
创造“美”·····	盛亦文 (68)
附校神韵·····	崔子慧 (70)
为我们竖起大拇指·····	傅屹儒 (72)
黑板美容师·····	高熠童 (74)
划过心灵的闪光·····	王依维 (76)
坚持走下去·····	沈锦程 (78)
晶莹浪花一朵朵·····	李 淳 (80)
为我们竖起大拇指·····	刘 铮 (82)
青春的剪影·····	何佳雯 (84)
生活的试卷·····	王诗婕 (86)
我丢弃了自卑·····	董 弈 (88)

我与附校的N个第一次·····	沈梦溪 (91)
我终于战胜了胆怯·····	刘欣怡 (93)
我终于战胜了困难·····	郑思悦 (94)
飞翔，于逆风之处·····	吴百衣 (97)
朋 友·····	严奕辰 (98)
在附校的这四年·····	孙绮雯 (100)
成长是个谜·····	张锦蓉 (103)
当你紧握着我的手·····	朱 忆 (105)
最是橙黄橘绿时·····	陈怡君 (107)

有家真好

爱，一直都存在·····	余思蔚 (110)
爱无痕·····	蔡斯佳 (112)
这也很美丽·····	陈元平 (114)
父爱在我心中·····	吴 昊 (115)
感恩·珍惜·····	蹇 韵 (117)
感恩的翅膀离幸福最近·····	刘艾琳 (119)
长大的路上，您牵着我的手·····	夏 天 (121)
那次，妈妈告诉我·····	阮逸茹 (123)
奶奶·····	周津忆 (125)
怦然心动的感觉·····	金 晶 (126)
真情·····	方龄漪 (129)
温暖的瞬间·····	丁烨华 (131)
我的爱对你说·····	叶晓磊 (133)
我渴望回到那时候·····	沈元峥 (135)
我渴望见爷爷一面·····	徐奕航 (136)

我要的幸福·····	杨 漾 (138)
爷爷和我·····	左昕昀 (140)
有家真好·····	郑逸钧 (142)
在附校生活的日子·····	高 欣 (143)
我的学校妈妈·····	陶星彤 (145)
有家真好·····	张 洁 (147)
陆老师和我·····	林喆嘉 (149)
一笔珍贵的财富·····	蒋钟灵 (150)
有家真好·····	刘佳依 (152)
告别童年·····	王舒阳 (153)
我终于战胜了自我·····	陶怡增 (154)
爷爷和我·····	沈晓雯 (156)
一笔珍贵的财富·····	李祯成 (157)
一首特别的诗·····	茅心怡 (159)
让生活充满笑容·····	张嘉沁 (160)
永恒的瞬间·····	朱亦菁 (162)

沐浴阳光

CM与CAO的故事 ·····	祝师恩 (166)
感谢有您·····	韩继童 (168)
老师，我想对您说·····	徐铁弘 (170)
我，成长在附校的小树苗·····	路培贤 (173)
我渴望掌声·····	刘欣怡 (175)
我拥有，我快乐·····	罗捷斯 (177)
我与附校共成长·····	施羽闻 (178)
走一步，再走一步·····	周文君 (181)

坐拥书城，其乐融融·····	张 序 (183)
做个快乐的读书人·····	方 奕 (185)
你们在我心中·····	曹梦媛 (187)
我读朋友·····	屠雅安 (189)

社会万象

安静地聆听·····	陶 沁 (195)
家在上海·····	周文君 (197)
美好的情感·····	顾韵翊 (198)
那片最普通的叶·····	郑文婕 (200)
距离·····	沈莹玠 (202)
施与受的幸福·····	傅晶晶 (204)
蜗牛的信念·····	朱轩逸 (206)
我长大了·····	茅心怡 (207)
我长大了·····	徐奕航 (209)
我的新发现·····	罗捷斯 (212)
笑脸·····	彭雯慧 (214)
用心感受温暖·····	邢 昊 (216)
有家真好·····	李涵洋 (218)
属于痴者的风采·····	朱洁莹 (219)

行走天地

当平凡经过时·····	郭恬晓 (223)
记猛洞河漂流·····	严 奕 (225)
日本之旅·····	阮逸茹 (227)
生命·自然·美·····	张晓玥 (232)
我长大了·····	朱宸瑜 (234)
心中的桃花源·····	莫文闻 (236)
心中的桃花源·····	戴 乐 (238)
寻·····	陈艺林 (240)
用微笑去构筑天堂·····	李易宸 (243)
有一种爱叫零距离·····	李佳燕 (245)

我的青春，我做主

(部分获奖或发表作品)

爸爸妈妈，我想对你们说·····	朱洁莹 (249)
我的青春，我做主·····	莫文闻 (250)
北京之行·····	朱洁莹 (252)
感谢青橄榄·····	许 越 (253)
品雾·····	黄晨皓 (254)
青春祭·····	朱洁莹 (256)
一场有关生命的旅行·····	朱洁莹 (257)
规范汉语在我心中·····	千润森 (258)
蓝色情调·····	祝师恩 (260)
小报人的青春岁月·····	纪小鸥 (264)
“超人”是怎样炼成的·····	苏哲宇 (267)

下 卷

(小学部)

吃螃蟹·····	陈妍君 (273)
舅妈家的猫·····	徐梓桓 (273)
美丽的海底世界·····	金谷霖 (274)
吹泡泡·····	陈意旻 (275)
假如我会飞·····	戴宇韬 (276)
乐在金秋·····	曹梦屹 (277)
我最棒·····	王峥宇 (279)
家庭新成员·····	周哲凡 (280)
白相城隍庙·····	马瑀凯 (281)
保密的真实故事·····	周以任 (282)
开幕式上的“大礼包”·····	周琦雄 (284)
老虎称王·····	聂 阳 (286)
旅游的快乐·····	郭泰来 (287)
我想设计一种玩具·····	高通宸 (288)
小鸟回来了·····	张馨月 (289)
奇妙的梦·····	盖真杏 (291)
台风“韦帕”中的爱·····	叶晓宇 (292)
我爱妈妈的唠叨·····	王紫朦 (294)
我的家·····	杨应孜 (295)
我的小麻雀·····	王紫朦 (296)
帮助盲人，社会和谐的一幕·····	施 旻 (297)
神奇亮丽的石景·····	丁格菲 (299)
我崇拜的体育明星·····	刘奕雯 (300)
我想发明“空中飞车”·····	张诗旋 (301)

快乐的一天·····	毛元铭 (303)
一张倡议书·····	钟冰冰 (304)
假如我有一对翅膀·····	黄心圆 (306)
菊花·····	顾云聰 (308)
难忘的生日礼物·····	朱玺谕 (309)
在我的记忆里·····	房子悦 (311)
我这个人·····	蒋怡琳 (312)
竞选队长·····	李嘉昊 (314)
全家“动”起来·····	蔡欣悦 (316)
小鸟回来了·····	周 菡 (317)
小时候我很傻·····	冯倍婧 (319)

上 卷

中学部

智慧人生

伴随着风雨，我们走过了十几年岁月的坎坷，在漫漫人生旅途中，留下了一串歪歪斜斜的脚印。偶然拾起往昔那曾经疏落的只言片语，才发现那不仅仅是一些简单的文字诉说，更是或明或暗闪烁在我们记忆银河中的星辰。

记忆中那花木掩映下悠长的林荫小道；记忆中憨憨地面对众多掌声时绯红的脸；记忆中考失利后躲在教室一角的哭泣声；记忆中面对自己大声喊道“我要长大……”点滴成长的感悟，化作春天里绵绵的细雨；化作夏日间习习的清风，化作秋风里舞动的黄叶，化作冬日中暖暖的阳光……

每一次的盘点，都会长大几许。

我的新发现

孙绮雯

每一个人都向往成功，而成功是什么呢？一份奖状，一个奖杯，还是一张证书呢？以前的我总在努力无果后黯然落泪，但妈妈却在那一天让我发现，成功并不局限于名次和得奖。

曾有一段日子，我沉迷于围棋的深奥中。我常常为了一步棋的利弊，和棋友争得面红耳赤，口若悬河；常常在图书馆看棋书，忘记了夕阳西下，不觉得饥肠辘辘；常常为看到电视上围棋大师无与伦比的精妙一招而拍案叫绝，肆无忌惮地完全忽视了周围人的存在。妈妈看我如痴如醉，便让我去参加一个围棋比赛。

这让我好不兴奋，我摩拳擦掌，跃跃欲试。经过更加疯狂的练习，我自信满满地走向“战场”。妈妈看我有点得意忘形，提醒我不可掉以轻心。可“初生牛犊不怕虎”啊！我一上场，就把她的教诲忘到九霄云外了。几经奋力厮杀，几经棋声噼啪，几经抓耳挠腮，我在唏嘘声中败下场。想起先前的豪情壮志，我失落万分。正当我心灰意冷时，妈妈来到我的身边。我万分难过，一股脑儿地倒苦水：“我输了，败得真惨。”我越想以前的努力就越心痛。“我不玩了！”我狠狠地甩下曾无比宝贝的棋盘。那白底黑线，亮得刺眼。“到头来，还是竹篮打水一场空，什么都没有。”我委屈的泪水就要倾泻而出，妈妈的一句话却让我一下镇住。“不！你没有失败。”我疑惑地望着妈妈，她的目光很是温柔，她轻轻地拿起棋盘，小心翼翼

地拂去上面的灰尘，郑重地递给我。“你得到了无比的快乐。获得了宝贵的经验，享受了这一切的过程。这些不都是财富吗？你再去看看以前做过的试题，和以前的棋友再下盘棋，我就不信你没有很大的进步！”

我从妈妈手中接过棋盘，重新抱在怀里，奋斗的一幕幕在眼前闪现，棋子清脆的声音在耳边响起。对啊！虽然没有拿到奖状和名次，但我充实了自己，丰富了自己。这又何尝不是一种成功呐？我发现，哪怕是一小步，也是成功！

如今，每当看到可爱的棋盘，我都会告诉自己：“棋如战场，亦如人生。”在棋盘上，没有失败，多的是收益和领悟。只要付出了，就算是一种成功。在人生的棋盘上努力地踏出一步又一步，不要害怕失败，不断努力奋斗，燃起心中信念的圣火，去实现一个又一个成功！

评语

作者以下棋的经历诠释了“成功”的另一层含义，可谓独具慧眼。妈妈开导“我”的细节真实感人。对围棋的酷爱、比赛前后的心态刻画得淋漓尽致，语言酣畅，一气呵成。

指导老师 陈美

生活的试卷

邵诗洋

生活是一张无法修改的试卷，一旦做出选择，就无法再抹去。尽管曾在这张试卷上写下过彷徨，写下过退缩，但这一次，我愿写下四个大字：勇敢面对。