



战胜挑食

重庆市长寿区海棠镇中心小学校
五年级2班 杜语晗
指导教师 李娜

在生命的漫漫长河中，我们总在不断成长。或许是学会自己系鞋带，或许是敢独自走夜路，每一次进步都像夜空中闪烁的星辰。我记忆的星河里最明亮的那颗星星，是战胜挑食的那段经历。

那是个蝉鸣不断的盛夏午后，阳光把菜地晒得发烫。我蹲在田埂上，看着奶奶弯着腰在菜畦间忙碌。“语晗，快看咱们种的有机小白菜多水灵！”奶奶擦着汗说，“比超市里那些打过农药的菜强多了！”

“知道啦！”我揪着狗尾巴草漫不经心地回应道。等奶奶去取背篓时，我偷偷拿起锄头想帮忙除草，却发现这工具在奶奶手里轻巧灵活，在我手里却无比沉重。我胡乱锄了几下，把整垄蒜苗当杂草刨了出来。

“我们语晗真能干啊！”奶奶回来后看着凌乱的菜畦笑着说。她蹲下来指

着叶片：“你看，蒜苗叶子是扁宽的，杂草的叶子是细长的。”这时我才注意到奶奶布满老茧的手在微微发抖，衣领早已被汗水浸湿。

晚饭时，奶奶端出清炒白菜。我本能地想推开碗，却想起午后烈日下那个弯曲的背影。“尝尝？”奶奶期待的眼神比夕阳还要温暖。我夹起一筷子白菜，细细品尝，原来带着阳光味道的蔬菜，竟这样清甜可口。

我望向满脸期待的奶奶，她一头银发，脸色有些发黄，但眼睛依然明亮有神。“语晗，你怎么哭了？”我这才发现自己的眼角湿润了。“是菜不好吃吗？”奶奶关切地问。“没有，菜很好吃！”我笑着回答。

从那天起，我的餐盘总是干干净净的。因为我明白，珍惜一粥一饭，就是珍视那些默默爱你的人。

考试失误后的成长

重庆市丰都县虎威镇中心小学校
五年级1班 杨青璇
指导教师 秦美蓉

成长就像品一杯茶，初尝苦涩，回味却愈发甘甜。岁月可以带走年华，却带不走那些珍贵的成长瞬间。

记得一次数学考试，老师下发试卷后，我粗略浏览了一遍，觉得题目都很简单。于是，我信心满满地开始快速作答，满心期待能考出好成绩。然而当分数出来时，那个刺眼的“82分”仿佛在嘲笑着惊慌失措的我。这个分数让我难以置信，我呆坐在座位上，心里五味杂陈——难过、沮丧、羞愧交织在一起。回家的路上，我一直在纠结：要不要告诉妈妈？该选择诚实还是隐瞒？

我垂头丧气地往家里走，阴沉的天空仿佛映照着我低落的心情。我一边走一边想象着自己可能受到的责罚。不知不觉间，我已经站在了家门口。我轻手轻脚地溜进房间，想要躲起来。细心的妈妈发现平日活泼的我反常地把自己关在房间里，立刻察觉出异样。她轻轻推开门，温柔地问：“要不要一起去散步？”

我惊讶地抬头，没想到妈妈不但没问成绩，反而邀我去散步。看着她关切的眼神，我在心里下定决心：“我要告诉妈妈实情！”这个决定让我如释重负。散步时，我鼓起勇气说出了考试的事。出乎意料的是，等待我的不是责骂，而是妈妈的安慰：“一次没考好没关系，谁没有失误的时候呢？”听到这句话，我的眼泪夺眶而出，暗下决心要更加努力。

在妈妈的鼓励下，我重新振作，终于在下次考试中取得了第一名。那一刻，我真正明白了成长的意义。成长路上难免会遇到挫折，但只要勇敢面对、继续前行，就一定能实现目标。

成长就在刹那间

重庆市开州区正安街道中心小学
五年级1班 胡文彬
指导教师 谭其国

每个人都要经历成长，很多人以为这是个漫长的过程，但真正的成长，往往发生在某个瞬间。

那是个普通的周五早晨，我刚走出卧室，就听见厨房传来“当当”的切菜声。我正准备回房写作业，余光却瞥见妈妈手上有一道刺眼的血痕。我的心猛地一紧，三步并作两步冲过去：“妈，您的手怎么了？”“没事，就是不小心划了一下。”妈妈轻描淡写地回答着，手上的活计一刻不停，仿佛这点小伤根本不值一提。

我飞快跑回房间，取来医药箱，小心翼翼地给妈妈消毒、包扎。扶着妈妈坐下时，我挺直腰板说：“今天的家务我来做，您就好好休息吧！”

我决定先从自己的卧室开始打扫。推开门的那一刻，眼前的景象让我愣住了——角落里歪倒的饮料瓶，散落的零食碎渣，还有满地瓜子壳，活脱脱一个小型垃圾场。我深吸一口气，先把椅子搬到桌上，然后像考古学家清理文物般，弯着腰在桌底仔细清扫。阳光里飞舞的灰尘像是在考验我的耐心，但我坚持把每个角落都打扫干净。

当最后一件家务完成时，我已经累得直不起腰。妈妈看着光洁的地板，脸

上绽放的笑容比春天的花朵还要灿烂。瘫倒在床上的我，虽然浑身酸痛，心里却涌起一股前所未有的成就感。

就在这个平凡的午后，我突然明白：原来长大不是年龄的增长，而是学会承担责任，就像小树经历风雨才会变得挺拔，人也在这样的瞬间真正长大。

