

# 我的老朋友赵序元

希望泰城校区小记者班 唐稼祺  
指导教师 陆强

从小学到中学,赵序元是我友谊持续时间最长的朋友,说是老朋友,一点也不为过。我们的友谊是从踢球开始建立的。在小学的时候,我体育不好,在练习踢球的时候,我常会在练习场地旁边的土地上玩儿土。有一段时间,赵序元主动来陪我玩儿土。后来我们成了好朋友,序元的父母和我的父母开始联系,他们也成了朋友。虽然我和赵序元不是一个小学的,但下了课后或者周末我们还会经常约好去同一个地方玩儿,或者到同一个地方一起上补习班。

我们后来在同一所学校上初中,我们俩儿都参加了青少年学术知识竞赛(Quiz Bowl),我和他一起学习历史知识,准备竞赛。我们还分别代表我们初中的A队和B队一起飞到芝加哥参加全国青少年学术知识竞赛的决赛,我们的A代表队和B代表队分别代表弗吉尼亚州获得了到全国冠军和第五名的优异成绩。如果不是赵序元,我根本没有可能参加芝加哥的全国比赛。在他的鼓励和启发下,我也更加努力,力争上游。

最近,我和赵序元去了奥兰多

参加了全国中学历史知识比赛(National History Bee)。赵序元在比赛中取得了优异成绩,并且和我一起在全国历史知识竞赛杯(National History Bowl)中取得了令人瞩目的成绩。但是我很还是有些失落感,因为这是最后一次我能和他作为队友上场参加比赛。暑假之后,我们将进入不同的高中学习。虽然我们还会参加一样的比赛,但在比赛中我们将是对手而不是队友了。虽说如此,赵序元还是令我终生难忘的最好的朋友!

# 我对未来的憧憬

希望泰城校区小记者班 贺晨语  
指导教师 陆强

每个人走的路都是不同的,每个人对未来的憧憬也不尽相同。如果现在问我为自己的未来铺设的是一条怎样的路,我可能还真的答不上来。有时我对未来真的很迷茫。

过了暑假就准备上高中了,这接下来的几年将决定我未来的职业生涯。我的家人和身边的人都对我的未来有着不同的期盼,但是对于我自己来说,到底想要怎样的人生还需要认真的思考,至少我希望在高中时期能够按照我的兴趣来学习。

初中两年就这么懵懵懂懂地

一晃而过,一切都是那么的虚幻。一不小心,高中的烦恼和压力扑面而来。我考进的高中叫Thomas Jefferson High School for Science and Technology (TJ), TJ是美国最优秀的公立高中。考进TJ给了我很好的高中学习环境,尤其在科学技术和数学方面的课程,以及其它一些我感兴趣的课程,TJ都是应有尽有。我希望高中四年能让我在事业上找到自己的一席之地,也希望与同学和老师建立深厚的感情。

去TJ上高中自然是为了更好

的学习环境,我将利用每一分每一秒来充实自己。一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴。从高中开始,一切都与以往轻松了。每个人都在努力,每个人都会很忙碌。一旦进入高中,似乎就看不到什么多余的时间了。看着TJ的课程表,有时我会感慨,高中想学的课程真多,感觉时间真的不够用!

在高中中我希望能够更好的利用自己的时间,正确处理各种压力。我也希望能够充分利用TJ的学习资源来追求我想拥有的人生。

# 对高中的展望

希望泰城校区小记者班 杨晓玥  
指导教师 陆强

今年夏天,我将步入高中的生活,成为一名高中生了。我将要去的高中是TJ,TJ是全美排名第一的公立高中。步入TJ,让我开始对高中生活有了不少的期待和展望。

TJ首先是一所理工科(STEM)为重点的科技高中,我上高中第一年的必修课之一是生物课,这也是我最期待的一节课。上次在学校开放日参观了高中的实验室,我感觉与初中的科学教室完全不同,高中的实验室更加专业。先进的技术,先进的工具,再加上我本身对生物学充满的兴

趣,让我开始期待在高中生物课的学习中会学到日新月异的生物学知识。TJ有费郡公立学校系统(FCPS)为数不多的日语课教学,我一直就对学习日语很感兴趣,但是从来没有认真学过,能够有机会学一门自己很喜欢的语言,很让我高兴。

在TJ,还有一个特殊的安排,就是在第八堂上课的时间学生可以参加俱乐部及其它活动,例如排球、篮球、模拟联合国和日本文化部等。我期待着参加社团活动的体验,我甚至现在就可以感受

到在社团中学到知识、体验到乐趣、交到朋友的那种幸福感,现在光是想想就很激动。我也期待在TJ中交到形影不离的好朋友,我认为能进TJ的学生一定会是品德好、素质高、非常优秀的同学,我们可以参加同一个社团,一起吃午餐,一起学习。

步入高中后,当然会非常繁忙,很多科目里会有许多大考试,不会像在初中那样轻松,但是我希望在未来四年中乐趣超过学习的压力,我希望我的这四年高中过得有意义!

# 我的爸爸

希望泰城校区小记者班 刘清乐  
指导教师 陆强

我有一位非常好的爸爸。他每天晚上教我数学,周末喜欢到院子里干活,还喜欢去超市买菜。

我的爸爸非常重视我的教育,尤其是我的数学教育。爸爸每天都会和我一起学数学。如果我的作业上有一道题不会,爸爸就会和我一起复习老师讲过的内容来启发我。我们一起解决难题。如果我考试没考好,爸爸就会和我一起再做一遍我考错的题,直到我真正学明白了为止。有的时候,爸爸还会教我老师没有讲过的知识,让我觉得数学非常有意思!

我的爸爸很爱劳动,非常勤快。爸爸每个周末都会出去院子里干活。春天,爸爸会松土,播种,撒草籽;夏天,爸爸会到院子里割草;秋天,爸爸会去扫树叶;冬天,爸爸会出去扫雪。一年四季爸爸都忙个不停。爸爸觉得这样做,不仅可以省钱,而且也锻炼了身体!有的时候我还会和爸爸一起去干活。我们一起拔杂草和扫树叶,我有几次还割过草!我和爸爸特别高兴干院子里的活儿!

我的爸爸非常喜欢逛街买菜。疫情以前,我们家都是妈妈出门买菜。疫情初期,因为出门买菜很危险,很容易感染病毒,所以爸爸自告奋勇出门给全家买菜。每个周末早上,爸爸会早起出门买菜。我想要的东西,爸爸都会给我买。后来,爸爸就变得非常喜

欢逛街买菜。他还说这是减压的好方法。这样做,不仅可以散散步,而且还给我们家买很多好吃的。爸爸逛街看起来好开心啊!

我的爸爸就是这样的一位关心我,爱护家人,热爱劳动的人。



# 跟邢老师学舞蹈

希望泰城校区小记者班 陆禾静  
指导教师 陆强

每个星期六的早上,我和姐姐都会去上邢老师的舞蹈课,邢老师曾经在春晚上表演过节目,他的舞蹈队表演过很多精彩的节目,得过很多奖。

邢老师上课的教室是正方形的,进屋后教室的右边和靠门的两面墙上各装了一排镜子,镜子把整面墙都覆盖了。这些镜子是舞蹈镜,我们练习的时候可以对着舞蹈镜练习,看看自己的动作标准不标准。在教室的地上还贴了三条长长的当做标记用的白胶带,三条白胶带是平行于房门那面墙的,胶条把地板隔出了四个空间。

我们一开始上课就先练习翻跟斗,邢老师要求每个人先翻十个跟斗,翻跟斗是要沿着白胶带翻,这样才能保证翻跟斗是沿着直线翻的。练习完翻跟斗后,邢老师要大家趴在地板上,身体垂直于地板,然后用胳膊肘把身体撑起来。

邢老师数到三十秒以后,这个动作的练习就结束了。然后我们就开始坐在地上练习伸腿动作。

练习伸腿完了之后,我们改成坐姿,邢老师让每个人把带来的瑜伽练习垫子放在地上,然后把右腿放在瑜伽练习垫上,压腿伸筋儿。练完了右腿,再换到左腿练习。

然后,学生排成队开始做组合动作。动作是跳起来,两腿叉开,做成一字,然后翻跟头。最后做旋转左腿先落地,然后右腿再落地。落地时前脚掌先着地,然后后脚跟着地,膝关节屈曲。落地时要轻巧稳健。最后完成动作的时候,老师要求把左腿放在右腿上面,身体坐直。

我从九月份开始上邢老师的舞蹈课,已经上了八个月。我很喜欢邢老师的舞蹈课。这个秋天我将会继续上周六的技术课和周日的表演课。

# 管乐队夏令营

刘清乐

我们学区每年都会举办管乐队夏令营。今年的夏令营已经是第四十二届了。去年夏天,我第一次参加这个夏令营,就非常喜欢!今年夏天我迫不及待地又参加了。

我在乐队里是演奏打击乐的。我觉得打击乐是最酷的!乐队里面演奏铜管乐和木管乐的同学们只能演奏一种乐器,而我则可以同时演奏多种乐器,比如敲定音鼓、低音鼓、木琴、钟琴、马林琴、钹、锣等等,所以我是乐队里最忙的人。我妈妈看我学这么多乐器,她都觉得很好玩儿!

管乐队夏令营的时间是每天从8:30到12:30,一共四周。每天,我总共参加四个班的学习。第一个班是打击乐小班练习。我们班有十几

个同学。老师会指导我们怎么样更好地演奏打击乐的部分。第二个班是和乐队合练,我可以一边演奏打击乐一边听到不同的乐器的合奏效果。之后,我们有一个短暂的休息时间。第三个班是技术提高班,老师会教我们演奏打击乐的更高的技巧。第四个班又是和乐队合练。

今年的夏令营我们总共学习了四个曲子。其中我最喜欢的是《卡通交响曲》。在《卡通交响曲》里,有很多不同的卡通,比如,兔巴哥、辛普森一家、粉红豹,等等。这个曲子演奏起来非常好玩!不同的旋律代表不同的卡通,好像一个盛大的聚会!

这个管乐夏令营让我受益匪浅,学到了非常多的有关打击乐演奏的知识,让我进步更快!

# 对韵歌

希望西城校区九年级  
指导老师 魏蓉

常安妮

花对草,角对棱,别离对重逢,上升对下降,顺从对抗衡。上对下,老对小,无忧对烦恼,春夏对秋冬,大地对天空。东对西,北对南,地板对顶棚,黑白对彩色,无视对相凝。

周小虎

冷对暖,热对凉,秋野对春圃,夏夜对冬昼,四季对经年。美对丑,正对邪,友好对歧视,善良对邪恶,柔弱对刚强。重对轻,大对小,营养对垃圾,西瓜对芝麻,沙拉对薯条。

陈冰雨

黑对白,红对绿,朋友对情侣,蚂蚁对大象,南瓜对米粒。天对地,河对山,高山对平川,鲜花对枯草,沙滩对海岸。穷对富,坏对好,饥寒对温饱,时长对日短,年轻对耆老。

杨杰武

上对下,左对右,贫困对富有,聪明对愚蠢,倒退对前进。长对短,重对轻,快乐对伤心,君子对小人,仇恨对友情。前对后,快对慢,炎热对冷寒,生存对死亡,开始对结束。

陈欣怡

山对水,河对江,太阳对月亮,雨点对雪花,落日对朝阳。东对西,南对北,闪电对惊雷,春兰对秋菊,夏荷对冬梅。高对低,长对宽,危险对平安,欢乐对悲痛,光明对黑暗。

王卓怡

前对后,天对地,依赖对独立,和平对战争,相助对抛弃。黑对白,有对无,热情对冷漠,焦急对忍耐,喜爱对厌恶。软对硬,强对弱,日出对日落,病痛对健康,善良对邪恶。

施雨希

鱼对龙,莲对蓬,失散对重逢,花香对恶臭,清洁对污垢。风对雨,春对夏,流水对落花,逆流对顺风,飞天对入海。鸭对鲤,蝶对花,小鸟对鱼虫,风和日丽,时光对年华。

