

NOV

11/2019

JOURNAL 牛顿中文学校校刊

牛顿中文学校如何迈向新里程？

我的老师们

改写《西游记》（续）
我和小提琴的故事

白山骑游赏叶记

摄影 / 王社林

牛顿中文学校校刊

NCLS JOURNAL

主 办：牛顿中文学校

董 事 长：梁楠

校 长：胡凤飞

副 校 长：韩黎娟

家长会会长：仇奈忠

营销部主任：赵志宏

主编：翟越

美术总监：王社林

网 址：www.newtonchineseschool.org

投稿邮箱：yuezhai71@yahoo.com

editor@newtonchineseschool.org

牛顿中文学校在
今后所面临的挑
战与革新必然是一
种完全以学生
为中心的教学方
式，教学的课程
与内容以主题单
元为主，以学生
兴趣、年龄、实
际生活有关的题
目，整合不同的
学科与技能编制
的教材。——林游岚

目 录

- 5 卷首语
牛顿中文学校如何迈向新里程?
- 9 新闻集装箱
我校朗诵比赛圆满结束
支教慈善网球赛举行
汉字节朗诵比赛我校学生获奖
- 13 牛中六十年
牛顿中文学校董事会介绍
数学教学在探索中迅猛发展
牛顿中文学校支教活动简介
中文学校成人国标舞班介绍
- 28 园丁漫笔
我的老师们
- 34 百花园
改写《西游记》（续）
降伏小白龙 计收猪八戒 大战流沙河
观音救宝树 三打白骨精 真假美猴王
七年级作文选
我的暑假（一）我的爱好 我的暑假（二）

牛顿中文学校写作班作文选
我的爱好（一）我的爱好（二）我的爱好（三）

我和小提琴的故事
我和我的家
- 47 跟翟主编学唐诗
唐诗里的冬天：从《问刘十九》到《塞上听吹笛》
- 54 看天下
白山骑游赏叶记



林游岚

牛顿中文学校如何迈向新里程？

林游岚

牛顿中文学校在隆重的纪念仪式、严肃的教学论坛以及欢乐的庆祝活动中举办了创校 60 周年大庆。在回顾过去与展望未来之际，我想以教、学、评估三个题目探讨今后学校迈向新里程的方向。

牛顿中文学校是一所由旅居美国的华裔移民创建的，它办校的理念结合了传统的东方式教育与美国教育的体制。东方式的教育，至今难脱传统式的教育方式。至于西方式的教育，在此稍加说明。美国的传统教育制度是因为由农业

社会转型到工业社会的需求而产生的。当时工业社会需要大量熟练工厂技术的工人，在美国，从南到北，由东到西，这些工人的知识与技术必须规格化，必须维持一定的水平，才能确保生产品质的优异性，这样的观念导致其后“工厂文化”的教育形态。当初有四位“美国工业之父”之称的企业家，鉴于教育也必须标准化，邀请了十所著名大学的校长组成十人委员会，决定美国学生在学校各年级必修的科目，这些科目订定出来沿用至今已有一百三十多年的历史。

可是，在二十一世纪的今天，许多当时工业社会所需要的人工，现在都可以轻易地由机器代替。如果我们仍然维持一百多年前的教育方式，那么，我们教育出来的孩子们有大半数以上不能再应付今天全球性市场的需求了。也就是说，传统式的教育理念与方式必须有所调整与变革以适应今天新的工作条件与环境。

在美国，意识到教育必须革新的学校已经愈来愈多了，例如，圣地亚哥的高科技高中，他们学校现在提供的科目都是跨学科领域的综合科目，以及采用完全以学生为中心的教学方式。在他们的学校里，看到的尽是忙忙碌碌学习的学生，他们分组进行讨论问题，聚精会神地动手实践操作。他们学校里的老师不再是讲坛上的授课者，而是学生身边的辅导者，随时辅导学生的学习。这样的教学法和传统式的教学法大不相同。传统式的教学是依照课本来教，教的是课本里所有的内容。以学习者为中心的教学，可以由老师自行决定课程，将课程内容以大，小主题的方式串联起来，

也可以把其他学科的知识技能整合起来一起教。这样的课程编制方式叫做主题单元教学。简单地以一个形象来描述主题单元，它可以看起来像一个蜘蛛网，中间是它的核心大主题，由核心发散出去的是相关的小主题，老师为每一个列出来的题目个别编写教案并设计一个综合评估方式检测学生学习的整体成果。为什么要用主题单元的教学方式呢？因为，依据 Wiggings 氏设计课程的理论，他建议课程应该依据内容的重要性分成三个同心圆，同心圆的最外圈是一般广泛性的知识，通常这些知识在网站很容易浏览与搜寻。同心圆的中间圈是重要的知识，这些是学生应该习得的知识。同心圆的最里圈是最重要的核心知识，学生必须透过深入探索研究才能理解并且应该持久地、牢牢地记住的重要概念。主题单元的做法就是根据这个知识的轻重先后组织的。主题单元的课程，远离了课本一课一课慢慢教的形式，学校提供了开放式、适合学生年龄与兴趣的题材，整合了不同领域的学科课程。编写主题单元的另外一个好处是，选定的主题可以用螺旋型的设计方式，

由低年级起每年重复采用，由浅入深，年年增加知识的层面。如果以善待环境这个主题为例，低年级的学生可以学到最浅显的、有关环境的基本知识；中年级的学生可以学到应用性的知识；高年级的学生可以学到探索问题、解决问题的知识。显然这样的课程内容与照课本逐课教授的方式完全不同。

未来牛顿中文学校的学生除了知识应当还要具备什么能力呢？今天每一个二十一世纪的学生都应当具备高层次的思考能力、交流沟通的能力、合作的能力与创新的能力。牛顿中文学校的学生也不能例外。在以学习者为中心的教学模式中，学生不能只静坐椅子上，全堂听老师授课，他们必须不时地和其他学生进行交流沟通，共同讨论问题，发表心得；或与其他同学一起动手合作完成任务；或与小组成员探索问题、研讨解决方法；或与同学分析研究，产出有创意的新作。至于学生的素养，牛顿中文学校也应当随时培养他们的灵活性、适应性、主动性、责任感与领导才能。

有了学习，就该有个评估方法检视教学之后的产出。传统的评估方法叫做考试。做个比喻，传统的考试有点像个淘金时用的容器，淘完金沙漏完水，看看还有多少金留沙在容器里。相当于老师教完书，考考学生看他们还记得多少。然而，今天的评估却该比喻成一本相册，里面收集着许多张照片。也就是说，今后牛顿中文学校采用的评估应趋向收集各种学生的学习证据，而不再采用传统单一的纸笔考试，考填空、选择、是非、问答、造句、翻译、生词等的考项。今后的评估不能再测试学生凭记忆反刍出来的知识以及靠低层次思维能力表达的技能。今后的评估必须用实践性的方式，比如，解决问题、简报说明、发表演示、项目实践、档案展示等方式展现他们学习的成果。正如主题单元是由老师设计的，实践性的评估也是由老师设计的。它的好处是可以采用真实语境设计，结合多层面的知识技能，让学生展示他们的学习的过程与成果。

牛顿中文学校在今后所面临的挑战与革新必然是一种完全以学生为中心的

教学方式，教学的课程与内容以主题单元为主，以学生兴趣、年龄、实际生活有关的题目，整合不同的学科与技能编制的教材。课堂的体现也呼应教学内容做调整，由老师单一站在台上的教学，转型成以学生频繁参与小组活动的学习。学习产出的评估必须真实地反应教学目标，以多样化的评估方式 测试学习的过程与学习成果，它必须与教学结合成紧密的一环。牛顿中文学校在过去六十年很好地传承了中华语言文化，展望未来，希望牛顿中文学校与时俱进，迈向崭新的里程。

作者简介：

林游岚博士，从事教育工作达四十年。2013年自波士顿公校外语部主任职位退休。2018年由任职十二年之全美中小学中文教师协会（CLASS）执行长退休。林博士曾任麻州外语协会（MaFLA）会长；美东外语协会（NECTFL）理事，以及全美外语协会（ACTFL）理事。2007年起担任大学理事会（College Board）AP 中文进阶课程研发小组，测试小组会员，大学理事会指定专题讲员，大学理事会外语资议以及跨学科顾问委员会委员。合著包括中小学中文教师资格标准，以及 ACTFL21 世纪外语教学大纲内中文教学目标，亚洲协会（Asian Society）中文沉浸式教育手册。林博士获 2004 年麻州外语协会杰出服务奖，2010 年美东外语协会杰出领袖奖，以及 2010 年全美外语协会杰出领袖奖。近年持续培育中文教学界未来领袖人才。





我校朗诵比赛圆满结束

我校 2019 年朗诵比赛在大家的共同努力下于 11 月 3 日圆满结束，各位同学积极参与，家长大力支持和配合，家长会鼎力协助，各位评委老师认真负责评审。

本次朗诵比赛共有 72 名学生报名参赛，实际参加人数 60 人。最小的选手只有 5 岁，最大的选手 14 岁。不论是刚刚起步的小选手，还是久经赛场的“老”选手，每位同学都在朗诵的舞台上给观众展现了自信、勇气、坚持以及

对学习中文的热爱。比赛中，五位评委对每位参赛学生依照比赛评分标准进行了认真、公平的计分。最后，根据每位学生的总得分决出了每组获胜的学生。

另外，学校根据各年龄组参赛选手的人数，对获奖名额做了适度的调整，以鼓励更多的学生学习中文。下面是获奖学生名单。

低年级组（5-8 岁）：

一等奖：

Natalie Qin 秦赫林（萤火虫找朋友）

二等奖:

傅玉昕 (黑熊换鸡蛋)

白俊皓 (长大以后做什么)

三等奖:

魏思迪 (我长大了)

Amanda Zhang (小猫钓鱼)

Henry Zhang (人为百兽命名)

优胜奖:

伊慕澄 (三只小猪)

Julianna Shi (秋天的雨)

April Song (盲人摸象)

陈湛岳 (短歌行 (曹操))

郑梦琦 (种小羊)

中年级组 (9-12 岁):

一等奖:

白芳维 (春)

二等奖 (并列):

Jiarong Cui (动物过冬)

于沛然 (我骄傲, 我是中国人)

高唯芸 (父母之河)

三等奖:

王子沂 (木兰辞)

陈渊岳 (三国诗词两首)

Jiayi Cui (月亮姑娘做衣裳)

优胜奖:

彭昊宸 (父母之河)

Christina Lu (木兰辞)

仇皓然 (高原羊湖)

方智翰 (我骄傲, 我是中国人)

顾思敏 (海燕)

高年级组 (13-18 岁):

一等奖:

郭羽恬 (中华颂)

二等奖:

吕贝贝 (赶海)

三等奖:

陈恩熙 (为什么不拉小提琴了)

优胜奖:

徐诗音 (青蛙和牛)

特别奖: (外国人学中文)

Kendall Griffith (我为什么开始学中文)

(牛顿中文学校教务主任 员玉娟
供稿)



新英格兰中文学校协会 十一月汉字节朗诵比赛我校学生获奖

2019 朗诵比赛

低年级组：第二名 陈湛岳； 高年级组：第二名：吕贝贝；

2019 正体字抄写比赛

低年级组：第三名 王若竹； 优胜奖 陈湛岳；

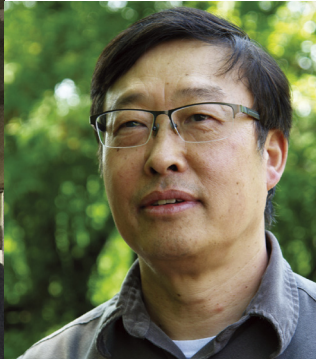
中年级组：第三名 陈渊岳；



支教慈善网球赛举行

11月3日，风和日丽，牛顿中文学校支教慈善网球赛如期举行，将近50多名支教网球选手相聚在牛顿北高中。在各位球友、家长和支教志愿者的大力帮助下，比赛圆满完成，共筹集善款2115美元（其中包括捐款290美元），这笔善款将直接用于资助四川大桥中学贫困高中生完成学业。网球赛中William、Nancy、Lincoln、Linda和其他十几位10-16岁的同学和他们家长的也积极参与、奉献爱心。此外，牛顿中文学校的支教 Bake Sale 小卖部也于近期在一楼 cafeteria 火爆开张，欢迎光临。

（周霞 供稿）



牛顿中文学校董事会介绍

牛顿中文学校（NCLS）董事会由家长、教师、和校行政代表组成，是学校最持久的义工组织。董事会对学校的运作与发展担负着重大的责任。董事会负责制定学校各项政策和各项管理条例，审批年度预算及所有新计划和新方案，包括学费调整、教科书选择，与社团互动等。

历届董事会秉承校章定义的学校宗旨而办学：

1. 弘扬中华文化，通过系统的中国语文、中华文化及其它各类课程的教授促进中国文化的交流和推广。
2. 促进与其他族裔文化的相互学习和相互交流，增进各族裔间的了解与和谐。
3. 加强与主流社会的联系，参与中国社区的活动，促进和推广中国文化在政府间，政府外交机构，公立学校，公司和社区组织等各个层面上的交流。

董事会于 1995 年正式成立，由五

位董事组成，沈安平任第一届董事会会长。董事会在 1998 年制定了第一部学校章程（Bylaw）并在全校家长大会上通过和开始实施。董事会负有修改学校章程的责任并拥有章程修改的最后解释权。同年起，董事会成员增至七名。

2001 年，董事会将牛顿中文学校注册为 503（C）非盈利教育机构。2004 年，董事会增至九名成员。学校章程第二次修订稿于 2005 年通过，并实施至今。

2009 年，董事会举行了建校五十周年庆祝活动并出版了校庆五十周年纪念册，为保存和弘扬校史奠定了基础。

自 2010 年至今，董事会继续与全校师生家长一起为学校的发展做出了多方面的不懈努力，取得了卓越成就：

1. 教学建设：

- 将学校从每周三个小时两时段的运行时间扩充到五个小时多个时段
- 开展了历时三个学年的中文教师教学

评估

- 编纂《中文》教材补充材料
- 决定和支持教材更新
- 设立和公开发表所有课程的教学计划
- 鼓励学校开发数学和文体方面的新教程

2. 教师待遇：

- 教师工资为麻州中文学校之首，奖金达八周工资以上
- 每学年给教师提供有酬培训
- 设立教师俱乐部，每周组织健身活动
- 每年组织多种形式的教师联谊活动
- 全额为教职工支付麻州家庭和医疗休假保障信托基金（PFML）

3. 学生教育：

- 董事会于 2015 年成为总统义工奖认证组织，鼓励青少年贡献社会
- 支持学生参加各类教学活动，给高年级学生提供担任助教和学校行政管理工作的机会
- 支持学生参加赴中国支教交流活动

4. 学校管理：

- 推行行政管理标准化，规则制度化
- 开通网上付费；教科书库存和发放电子化
- 教师工资直接存款
- 设立了法律顾问以确保学校运行符合各项法规
- 每季度和年度审查学校财务报表，每年审批学校预算

5. 社区交流：

- 与牛顿市政府和社区保持积极联系
- 参与牛顿社区文化和义工活动
- 举办牛顿市长 / 学委竞选论坛
- 不遗余力地宣传中文学校和中国传统

文化，与牛顿华人协会共同设立了牛顿公立高中中文奖学金

- 设立 Advisory Board，邀请历届董事长和致力支持中文学校的社会贤达加入到学校建设中
- 参加多个华文教育协会的交流与活动

随着时代的发展，各个时期的董事会都致力于不断建设中文学校，打造华裔社区在海外的文化家园。岁月流转，董事会的奉献精神 and 办学宗旨从未改变。乐于奉献，甘为人梯，勇于创新，不忘初心，这是今天董事会最真实的写照。





数学教学在探索中迅猛发展

赵一兵 员玉娟

牛顿中文学校作为大波士顿地区久负盛名、规模最大的中文学校，除了中文教学之外，数学教学也在迅速发展。目前数学教研组由 16 位具有高学历、热爱数学教学和乐于奉献的，具有一定教学经验的老师组成。我们开设有包括新加坡数学、AoPS (Art of Problem Solving) 数学、数学竞赛和大学入学

考试数学 (SAT) 等四种不同系列的数学课程。共有 29 个数学教学班。数学已经成为除中文教学之外最大的文化课程学科，并在牛顿中文学校整体的发展中发挥着不可替代的重要作用。

牛顿中文学校的数学教学，在历届校领导和董事会的领导和大力支持下，

经过大批辛勤园丁的默默耕耘，经历了从无到有且迅猛发展的历程。

第一阶段：2002 年以前——数学补习班

大约二十年前，当时中文学校的数学教学还是一片待垦的处女地。这种状况一直持续到一些学生家长尝试性的开设几门数学补习班，才有所突破。正是这些补习班的设置培育了牛顿中文学校数学教学的萌芽。随后的几年中，中文学校的数学教学基本上是以这种补习班的形式慢慢地发展着。

第二阶段：数学教研组成立

为了加强对数学教学的管理以及更好的规划中文学校的未来，2002 年校行政决定成立数学教研组，把数学教学正式纳入学校的统一管理。从此数学教学结束了松散运行方式，开始走上了正规化，系统化的发展之路。

一个系统化的教学首先是要有一套完整的教学大纲。我们的数学课自教研组成立以来一直试用的是美国公立学

校小学到高中的课本，所教授的内容是各门课的教师根据班级的实际情况自行安排。先后开设了算术课、代数入门、初级代数、高级代数、SAT 班以及于 2010 年开设的高中几何班，和 2015 年开设的高中微积分课程。各门课程的教学大纲也在教师们的努力下不断地完善。可以说这些课程的开设和教学大纲的制定基本上涵盖了美国学校数学教学大纲中的主要内容。从形式上看，我们的数学教学至此已经完成了系统化的工作，并与公立学校的教学形成一一对应。学生们可以通过这些课程的学习提前了解和掌握将来所学的基础知识。

随着教学工作的不断展开，我们发现由于中文学校是周课时制，在教课时间上远远少于常规学校的日课时制，所以不可能完成常规教学大纲中规定的教学内容。而且由于各个老师自行根据自己的经验选择教学内容，掌握教学进度，所以造成了学生对所学的内容消化不良以及课程之间衔接不好等问题。至此，选择一套适合我校实际情况的数学教学大纲成为了急需解决的问题。

另外，关于我们中文学校数学教学的定位也一直是大家关心和讨论的议题：是以打好基础和提高学习兴趣的教学方式为主还是以提高成绩为目的的教学方式为主。前者更适合于广大的学生，后者则适合于小班教学。这两个议题相互关联，都成为急待解决的问题。

第三个阶段：确立基本教学方针，引进新加坡数学（Singapore Math）

经过长期的研究讨论和广泛征求意见，数学组首先确定了为学生打好数学基础的教学方针，并决定选用在美国享有一定声誉的，内容和教学时间上都比较符合我校实际情况的美国版新加坡数学为新的数学教材。

新加坡数学教材的精髓主要有两个方面。第一个方面，新加坡数学教学主张采用具体图解抽象（CPA）方法，即 C-Concrete 具体化、P-Pictorial 形象化、A-Abstract 抽象化。该方法主张使用具体的操作和绘画作品来帮助孩子理解抽象表征的概念，培养数学课堂中儿童对基础数学概念的理解。数学老师

一般都会结合教具来讲解数学知识，也可称之为“教具式教学法”。第二个方面，新加坡数学教学推崇使用启发式解决问题的方法。新加坡数学课程的核心是解决数学问题，教孩子们在解决各种结构性问题时能够多向发散思维，采用不同的方式和策略。老师在教的时候会强调过程、方法内蕴的数学思想，尽量让学生理解“为什么是这样”，而不仅仅是进行简单的公式计算。

由于新加坡数学教材符合我校的数学教学目标以及教学时间安排，从2012年开始，在校行政和赵一兵老师的带领下，我校数学组开始引入新加坡教材。经过几年的努力，数学组在不影响在校学生数学学习连贯性的前提下，逐渐把包括学前班在内的10个年级的数学课全部转换到了新的课程体系中。这是我校数学组近年来具有里程碑的改革。这项改革从根本上彻底解决了我校数学教学中学生对知识消化不良及课程内容连贯性不好的问题。经过多年的应用和实践，这个体系不但可以达到基础教育的目地，也与美国学校的数学教学

起到相辅相成的作用。

第四个阶段：以基础教育为主，拓宽教学领域

牛顿中文学校的数学教学以基础教育为主，在坚持“为学生打好数学基础”的教学方针的同时，从 2016 年开始，还在校行政和赵一兵老师的领导下，积极拓宽教学领域，以满足不同学生的需求。

AoPS 数学：

数学教研组为具有扎实数学基础的学生开设了另一套具有一定难度的 AoPS (Art of Problem solving) 系列数学。在 AOPS 数学加强班体系中，我们目前开设有 Pre-Algebra, Algebra 1, Algebra 2, Geometry, Pre-Calculus, Introduction to Counting and Probability 等课程，为初、高中的学生们提供与美国数学教学大纲相匹配的课外学习的机会。

开设数学竞赛辅导课程，组织数学竞赛：为了激发学生对数学学习的热情，数学教研组连续四年组织了校内数

学竞赛。2016 年开始，数学教研组还为对数学有很强求知欲的学生们开设了以参加全国数学竞赛，增强学生解决高难度问题能力为目的的 Olympiads, MathCount, AMC8 等数学竞赛辅导班，为四到八年级的数学爱好者们提供了交流和提高的机会。与此同时，学校经过努力被授权成为 Math League Contest, 以及 AMC 的数学竞赛考试中心。这就为所有的校内以及周围其它社区的学生们能有机会接触到不同形式的数学问题，开阔视野，提高学习的兴趣提供了方便。经过几年的不懈努力，牛顿中文学校学生的数学整体水平有了显著的提高。在 2018 和 2019 年的 Math League 数学竞赛中，牛顿中文学校除了取得了个人的优异成绩外，学校的六年级整体排名也连续取得了第二名的好成绩，七年级取得了第一名，进入先进学校行列。在其它的没有学校排名的个人竞赛中，学校的学生们每年也都取得了名列前茅的好成绩。

SAT 数学和 SAT 专业数学考试辅导班：

自从 2001 年，我校的 SAT I 数学

和 SAT II 数学考试辅导班一直受到学生和家长的的好评。许多学生经过我们辅导班的培训取得了满分或者 750 以上的好成绩，为很多学生申请到名牌大学提供了不可缺少的帮助。

牛顿中文学校的数学教学经过十几年的发展，已经成为中文学校发展不可缺少的一大教学项目。虽然在过去的几年中，我们的数学教学取得了很大的发展，但仍有许多工作需要去做，许多地方还需要不断完善。比如，我们仍然面

临着教师队伍后备军不足的问题；教材供应保障的问题；我们的数学教学是否能满足广大学生们的需求；如何进一步提高课堂教学的质量；如何提高学生们对数学学习的兴趣，等等。这一切的一切都离不开学校、教师、家长和学生们的方方面面的支持。总之，套用过去的一句话：前途是光明的，道路是曲折的。让我们以此为共勉，为把中文学校建立一个优质的数学教学基地而共同努力！





牛顿中文学校支教活动简介

陈卉

牛顿中文学校支教活动起源于2003年，由当年的周琼林董事根据学校一位老师带领师生团队回自己的家乡支教而受启发，在2005年与几位有共识的同仁讨论了支教活动在牛顿中文学校开展的可行性后，向学校董事会提交了议案。经过了一年多的董事会的讨论和完善后，2006年批准支教活动在牛顿中文学校实施，2007年纳入学校项目。2006年秋季开始了支教团队的计划和准备工作，2007年4月，第一支牛顿中文学校的支教中国之旅成行。2009年支教工作小组成

立，2010年6月，支教章程设立。2013年4月，支教六年总结专刊发行 <http://www.newtonchineseschool.org/journal/current/2013-4.pdf>。2016年6月，支教十年庆典，2016年11月，支教十年特刊发行 http://www.newtonchineseschool.org/journal/NCLS_2016-2017/SEP10_20161110.pdf。自2007年到2019年，支教团队去了八所高中，共资助贫困优秀学生286人，捐赠了二十几万美元的款项，通过以直接替受资助的学生交付学费的方式，专款专用，帮助这些在经济上有困难但有

志向爱学习的学生完成高中学业。与此同时，团队还捐赠新旧英文书籍，让受资助学校全校师生共享资源，提高英文阅读能力。支教活动也为我们身在美国的高中同学提供了一个感恩社会、传承爱心、助人为乐的平台，建立了一个与同龄人相互交流，学习中美两国文化，弘扬正能量的渠道。十三年来共有138位同学参加了此项活动，它的呼声在校内和校外越来越有影响力。

此活动最初的形式是只是几个月的运作，后来根据项目的需要，逐渐形成了Year Around Program，每年自九月到次年的六月，按计划进行一系列的募捐活动，包括：

1. 每周日的捐款箱
2. 每周日点心义卖，旧货义卖
3. 每周日课外作业辅导
4. 网球比赛
5. 才艺表演
6. 募捐舞会
7. 书展

中国行团队的学生通过申请、面试及综合因素的考察，择优录取形成。入队学生必须参加行前的学生培训，提

交和练习演讲报告，作好四月春假到受资助学校进行为期一周的支教助学及文化交流活动的准备。

支教的管理模式是以支教家长及学生为主力，支教工作小组为主导，调动积极性，在运作上实行系统化和细分化，利用 Google form 设计了团队报名表，才艺表演报名表。利用 SEP 微信群，为历届团队和新队员及家庭提供信息。每一年的团队设有 Google Group Email，中国行团队微信群，并根据学生志愿者的有效时间进行分配和安排值日，并及时给予义工时间记录。团队设有：

1. 点心义卖组：货源除了定期批量订购，各家庭亲手制作精美点心，或捐献成品。
2. 票务组：负责督促检查团队成员的护照签证期，订购机票，以及中国境内的交通行程安排。
3. 财务组：负责每项募捐活动的财务出入。
4. 义工管理组：负责分配和安排志愿者工作，记录义工时间。



SEP 10 Years Celebration (2016 年 6 月)

牛顿中文学校 2006-2019 支教活动成果一览表

年份	资助学校名称	资助学生人数	Group Leader	带队老师	参加学生人数
2006-2007	四川南部县大桥中学	24	周琼林	何瑞萍, 李家祺	6
2007-2008	江西省景德镇市昌江一中	21	周琼林	朱伟忆、周琼林	6
2008-2009	云南省永胜县第四中学	21	郭红	夏耘、武亚明	8
2009-2010	江西省景德镇市昌江一中	20	周琼林	王泽养, 任基安	8
2010-2011	云南省永胜县第四中学	20	周琼林	章鑫明、何瑞萍	12
2011-2012	四川南部县大桥中学	20	周琼林	王卫东, 何瑞萍	12
2012-2013	安徽省肥东县撮镇中学	21	周琼林	梁楠, 姚洁莹	12
2013-2014	江西省抚州地区崇仁县一中	22	陈卉	周津平, 张志武	12
2014-2015	安徽省肥东县撮镇中学	21	陈卉	梁楠, 李卫东	12
2015-2016	江西省抚州地区崇仁县一中	22	陈卉	蔡洁, Fred Zhang	12
2016-2017	山西省榆次县第二中学	30	姚晋珍 郑凌	姚晋珍, 程文洁, 郎力	12
2017-2018	河南省新安县第一高中	20	姚晋珍 郑凌	王泱, 陈卉	13
2018-2019	江西省分宜县分宜中学	24	郑凌 高红 丁一虹	陈卉, 王炳煌, 方华	13
Total		286			138

欢迎查看支教博客: <http://blog.newtonchineseschool.org/supportchinaeducation/>



中文学校成人国标舞班

牛顿中文学校于 2000 年正式开设成人交谊国标舞班，至今已有 19 年的历史。19 年来经初步统计，从第一学期的三对学员开始，先后约有 800 多成年人（大多数为牛顿中文学校学生家长）不同程度在此受过国标舞培训。

国标舞是目前国际上最为流行的舞蹈，它把体育训练、音乐修养和舞蹈艺术融为一体，是一项高价值多功能的体育运动项目。国标舞那翩翩的绅士风度和高贵的气质及典雅的风采会给人们带来健与美的结晶，对每个学习者的影响和收益将是终身的。

国标舞的普及和发展实质上是代表一个地区的文化素养与经济水平，它是社会文明生活组成的一个方面。无论是参与

者或观赏者都能得到精神享受，愉悦身心及陶冶情操。

牛顿中文学校成人交谊国标舞课在各届校长和校行政的支持和管理下，通过师生们不断的探索、努力和实践，已基本上形成了一套独特及有效的教学系统。该系统基于成年人的特点，本着以启蒙与普及国际标准舞为目标，强调基本功训练，并运用由浅入深、循序渐进、反复练习、逐步提高的方法进行教学，收到了很好的效果。本课程以牛顿中文学校家长为服务对象，为广大国标舞爱好者提供普及学习机会为目的，自课程开设以来，已有十届学员完成了整个九个学期的教学计划课程，毕业生们活跃在波士顿地区，并服务于社区。



教学目的：

1. 强身健体：通过基本功和舞步的训练和练习达到从大脑到全身的锻炼；
2. 提高舞技，打好基础：从头开始，以基本功为主线，通过国际标准舞和美式交谊舞舞步的学习与基本功训练，使全部学员基本掌握国际标准舞基本要领和技巧，并为部分学员进一步提高和深造，以及参加将来的国际标准舞比赛打下良好的基础。
3. 提高自信，丰富生活：通过国际标准舞舞步及基本功水平不断的提高，以及学习期间的集体表演增强自信，丰富生活，通过国际标准舞和美式交谊舞的学习与训练交流增进夫妻、朋友亲情和友情。

教学对象：

成人交谊舞班主要面向牛顿中文学校学生家长， 并欢迎其它国际标准舞爱好者报名参加。此课程从基本步和基本功开始，适合无交谊舞基础的家长。成人交谊舞课程分为三个大班：初级班，中级班，高级班。每三个学期招生一批新学员， 每九个学期（大约四年半的时间）毕业一批高级班学员。

教学内容：

国际标准舞共分为两大类：

1. 国际标准摩登舞 [华尔兹 (Waltz)，探戈 (Tango)，快四步 (Quick Step)，狐步 (Foxtrot) 和 快三步 (Viennese Waltz)]。

2. 国际标准拉丁舞 [伦巴 (Rumba) , 恰恰 (Cha Cha) , 桑巴 (Samba) , 捷舞 (Jive 类似水兵舞) , 斗牛舞 (Paso Doubly)] 。

具体教学计划和内容为：

学校一个学年分为两个学期。因此，教学计划以学期为教学单位。

课程开始的第一学期（以培养兴趣入门为教学目的）：美国式华尔兹，美国式探戈，伦巴，恰恰，水兵舞。

第二至第九学期（国际标准伦巴，恰恰，华尔兹，探戈，快四步，狐步，快三步和桑巴）。全部课程基本以 Bronze 水平为启蒙教学舞步。教学进度视班级平均水平而调整。最后两学

期的教学内容可适当加入 Silver 和 Gold 水平的舞步以及增加美式交谊舞（Swing, Bolero, Hustle, Merengue, Salsa, Mambo ...）等。学习期间还将安排学员若干集体表演。

19 年来，牛顿中文学校交谊国标舞班多次被邀请参加美国国标舞锦标赛的集体国标舞演出。经过 19 年发展，组织与教学系统日渐成熟，建立了一套系统的教学方法。目前已经成为波士顿地区规模最大和参与人数最多的华人国标舞培训班。除了参加校内的活动外，还经常支持社区文化活动和社区义演，为繁荣文化，支教慈善做出了显著的贡献。我们将继续努力，认真培养教师团队，使我们的教学体系得到更进一步完善。





我的老师们

孙华航

牛顿中文学校今年建校 60 周年，一系列庆祝活动办得丰富而有意义。记得 10 年前刚来牛中时，看到一本建校 50 周年的纪念校刊，当时想牛中有这么长的历史了。一转眼，我也陪牛中走过近 10 年。这 10 年中，儿子从小学一年级读到毕业，并开始了他的助教工作。而我也光荣地加入到教师队伍中。我在牛中的另一个身份是学生，今天想写一写我这个资深留级生在牛中遇到的老师们。

朱福蓉老师的声乐班是我在牛中报的第一门课，这门课一修就是 5 年。对朱老师印象最深的就是她灿烂的笑容和帅气的身影。每次走进她教室的门就感到一股强大的正能量。朱老师声乐造诣很深，给我们发声示范，声震屋宇。而我最喜欢在我们练声上气不接下气时，听朱老师侃侃而谈。从她去纽约大剧院听歌剧，音乐剧，对各种名家、音乐的点评，到她以前学声乐时的经历及各

种时事，大事小事评论都让我们大开眼界。课堂中最“欢乐”的部分是每位同学到讲台前试唱。虽然轮到自己时很紧张但看朱老师点评别的同学却很有趣。她能立刻抓住学生的优点和特点又总会很诙谐地指出学生的不足，经常让我们捧腹，而大家也毫不介怀。每次课都是一堂精品大师课，几年下来，我发现我学到的不只是唱歌发声，更多的是对音乐的理解。提到声乐班也不能不提钢琴家赵小婴老师。任何曲子、伴奏到赵老师那里都是信手拈来。我们年终音乐会，一场下来3个小时，赵老师一刻不停的弹，非常认真。我们的歌声在她琴声的引导下也有模有样了。一晃朱老师搬去加州已有好几年了，每当看到她微信朋友圈，加州明媚的阳光捎带着那段快乐的时光又会照到我的眼前。

后来曾燕琴老师开始教声乐班。曾老师能歌善舞，喜欢编曲。每年声乐班的汇报演出都有歌伴舞，还有重声合唱，很新颖。很喜欢曾老师和我们分享国内90年代初，她们去各个地方演出的故事。曾老师高兴时，会即兴为我们唱上

一曲，歌声婉转动听。我因为后来去做学校的助教和老师，没能再选声乐班的课。但每每都要驻足他们的汇报演出，喜见歌友们在歌唱中的进步和快乐。

杜伟老师是牛中的大才子。他的单口相声很精彩，如果还没听过一定要去YouTube上找来看。不动声色带给大家热闹的他是位成功的外科医生，在中文学校则是安静的书法老师。因家学渊源，从小习字，杜老师各种字体都写的得心应手。我上课的时候，他正在教张迁碑隶书。碑文有残缺的部分他会精心地在字帖上补上。张迁碑字体遒劲有力，而杜老师写此碑又多了份灵动飘逸。他也是位独树一帜的画家。他想把中国书法，诗歌，水墨画等多种元素糅合在画里。还记得为准备书画展，他带领大家写李叔同的《送别》那个紧张而开心的时刻。我们“穷学生”只有一大张宣纸，每人上面写一句。在小片宣纸上试好墨，大张的作品纸上就不能再犯错误了。不过大家战战兢兢写好后，整体效果还真不错。贴在牛中展览的大板报上很抢眼。

杜老师离开牛中后，方正厚老师开始教授欧楷。方老师的字如其名，稳重浑厚，很有功力。方老师的教案，字帖都是他自己编辑的，他会花一整学期讲笔画结构，非常有耐心。学生良好的书法基础就这样打下来了。很感谢两位书法老师，让我这个几十年没提笔的人能再次开始，并且起点很高。我绘画“师从”过林浩宗老师和谭嘉陵老师。但时间太短，不好意思说是他们的学生。谭老师画风细腻，山川花鸟都秀丽多姿，一堂课不知不觉中，一幅美丽的国画就完成了。林老师“画随心欲”，颇有大家范儿，帮我们改画更是点石成金。

张馨梅老师跳拉丁舞优美，奔放又有力量，霸气侧漏。我加入她的拉丁舞班之前就是她的铁杆粉丝了，如今已在她的拉丁舞班学习了快四年。去年以前来牛中的都会注意到第三节课在学校礼堂前大厅的一群热闹的姑娘们，那就是我们拉丁舞班。如今我们偏居学校一角的一个教室，但打开教室门，你仍会被课上的欢声笑语震撼。我经常练舞练

的腰酸腿疼，外加笑得肚子疼。就在这样轻松愉快的气氛中，张老师把她精心编排的舞蹈组合教给我们，舞团的姐妹们学得饶有兴味，每年牛中的春晚都会有一部耳目一新的作品呈现。我最喜欢的舞蹈演出活动是张老师的年度汇演。每年六月里的一个傍晚，张老师的各个舞团汇集一堂，表演年度所学。看到学员们沉浸在音乐中，努力做好每个动作，我有种同为学舞者的欣慰。张老师在汇演中的压轴舞是我们最期待的。舞蹈开始前，大家都是屏息静待。音乐响起，随着老师满场飞的优雅身影，欢呼声此起彼伏。那是种舞者用每个动作，眼神把音乐拨开给大家看，音乐把舞者的每个舞蹈细节送入人心的完美结合，而又有最懂舞者的观众们的互动，真的是赏心悦目。

很幸运在牛顿中文学校遇到这么多志同道合的好老师。他们的精彩谱写着辉煌的牛中历史，也照亮着我的人生旅程。







改写《西游记》（续）

前言

郁晓梅

五年级马立平教材是学习《西游记》故事，这不是文言文的原版《西游记》，是马立平老师用学生在一到四年中学的词汇改编的白话文《西游记》故事，进入五年级学习的学生，有可能忘记已经学过的字词，那么五年级就要巩固一下

已经学到的词汇，通过长篇幅的文章，让学过的字高频出现，使学生对学过的生字一再认知，加强记忆。多年教学经验证明这是有效的，学生加强了认字，提高了阅读速度，增强了语言能力。学生不仅会读字认字，理解其含义，还学会怎么用学过的字，缩写故事就是学生语言能力的综合体现。经过五年级一年的学习，有大量语言知识和技能的输入，学生记住了字，字的用法，阅读了

故事，理解了内容，在体内消化并发酵，然后用写的方式输出自己的语言能力。这里我们看到的学生缩写的《西游记》故事就是学生的输出和反馈。

降伏小白龙

孙浩博

唐僧和悟空往西天又走了几天。有一天，他们到了一个涧边。那涧是叫鹰愁涧。忽然，从水里跳出了一条大白龙，把唐僧的白马一口吃了，又钻进水里了。唐僧一听悟空说没有马了，知道自己走不到西天，就哭了起来。正在这时，六丁神到了，保护这唐僧，悟空就去找龙去，要把他们的白马要回来。悟空叫了一声：“妖龙，把马还给我！”龙一听有人在叫他，就钻出来了。悟空一看龙出来了，就拿出金箍棒，打龙去了。龙一看到悟空打来了，就钻回水里不出来了。悟空一看龙不出来了，就用金箍棒捣了几下，清清的涧水，成了黄河一样。悟空后来去问土地神，这妖龙是哪里来的。土地神说这是观音菩萨救的一只小龙。要捉拿他，去找菩萨就是了。悟空

一听，就去南海找菩萨。菩萨一听，就说这个龙是当唐僧的坐骑。菩萨也对悟空说，对小白龙说菩萨在等他，小白龙就会出来的。悟空听了，就照着菩萨的话，对小白龙叫。小白龙听到菩萨在，就出了水。菩萨叫小白龙变，小白龙就变成了一匹小白马。师徒二人到了一个老人家里拿到了马鞭、马鞍和缰绳，又上了西天的路。

计收猪八戒

李保利

唐僧和悟空继续往西天走，有一天，唐僧和悟空来到了一个村庄。他们刚到街上就看见一个年轻人，急急忙忙地走过来。悟空问道：“你到哪里去？”那年轻人说：“三年前，我家来了一个妖怪，现在我要去请一个捉妖怪的人。”悟空听了说：“你走运了，我就是个捉妖怪的人。”那人听了，就请唐僧师徒到高太公的家里去。他们来到了高太公的家，高太公就讲了妖怪的故事，然后悟空就决定帮高太公。悟空变成高小姐的模样等妖怪，等了一会儿妖怪就来了。

悟空要那个妖怪领他去他家。妖怪同意了，就背着悟空去他家。走着走着妖怪觉得悟空越来越重，悟空忽然变成了他自己的模样，就打了那妖怪。那妖怪看见他是孙悟空就跑到他的洞里去了。悟空追他，就拿出金箍棒打了那妖怪的洞门，还往洞里吹了火。那妖怪就放弃了，就说：“我是观音菩萨派来帮去西天取经的人。”悟空说：“我也是帮去西天取经的人。”然后悟空就领着那妖怪回到高太公的家。悟空对唐僧说：“这也是菩萨派来帮你去取经的人。”唐僧很高兴，就给他起了一个名字叫八戒。然后唐僧、孙悟空和猪八戒师徒三人就离开高老庄继续去西天取经了。

大战流沙河

张春满

唐僧师徒三人一路西行，有一天，他们遇到了一条大河挡住了去路。河边有个石碑，上面写着流沙河。师徒们正看着石碑，忽然从河里钻出来了一个妖怪。八戒和妖怪打了起来，他们打得不分胜败。悟空去帮八戒打妖

怪。妖怪打不过他们，就钻进河里去了。悟空让八戒把妖怪骗上岸来。八戒和妖怪又打了起来，打到了水面。妖怪不敢和悟空迎战，又钻进河里了。第二天，八戒和悟空还是没有抓住那妖怪。悟空去南海找菩萨帮忙，菩萨说只要告诉那妖怪他们是去西天取经的，那妖怪会保护唐僧去西天。菩萨给了木吒一个红葫芦，让他带着妖怪去见唐僧和变出一条船来。木吒告诉妖怪取经人来了。妖怪去见了唐僧，求师父原谅。唐僧十分高兴，给妖怪起了别名沙和尚。木吒和沙和尚变出来了一条船，沙和尚、八戒、悟空和唐僧一起过了河，又西行而去。

观音救宝树

陶梓漩

第二天早上，镇元大仙回到了五庄观，听说了悟空等人偷果毁树的事，大仙听了，就驾起了云追到唐僧师徒，把他们捉回了五庄观。大仙叫徒弟打悟空的腿三十鞭，悟空就变出了两条铁腿。那个徒弟累得满头大汗，悟空却一点儿

也不知道疼痛。到了半夜，悟空把四棵柳树变成了唐僧师徒的模样，然后，师徒四人就逃离了五庄观。

第二天，见被绑在柱子上的唐僧师徒突然变成了四棵柳树，大仙很生气，又把唐僧师徒捉回了五庄观。大仙要把孙悟空扔进油锅里炸，悟空就把石狮子变成了他的模样。大仙的徒弟把假悟空往油锅里一扔，锅漏了！大家一看，锅里放着的原来是石狮子。大仙一见，心中发怒就要把唐僧炸了，给人参果树报仇。悟空一听，大声说：“你放了我的师父，老孙一定还你一棵活着的人参果树。”大仙答应了。

悟空先到了蓬莱仙境，找到了三个神仙，但是他们没有医治人参果树的办法。悟空走遍四海，最后来到南海，找到了观音菩萨。菩萨说：“我这玉净瓶里的甘露水，能救治仙树。”菩萨和悟空来到五庄观，把玉净瓶中的甘露，仔细地洒在树上，只见那树枝变青了，树叶变绿了，上面还挂了二十三个人参果。镇元大仙十分高兴，请大家吃了人参果，

又和悟空结拜为兄弟。唐僧师徒在五庄观住了四五天，这才上路西行。

三打白骨精

崔译文

唐僧师徒向西天走去，走了几个月他们来到一座山。唐僧对悟空说：“悟空，我有点儿饿了，你去找些食物吧。”悟空跳到空中，用火眼金睛看了看，可是没有看到一家人家。他再看了看，看到了一些桃树，就对师父说：“那座山上有桃树，我去摘一些桃子回来。”可是悟空又担心有妖怪，就把金箍棒在地上画了一圈。这样，妖怪就不能碰到唐僧了。然后，悟空就架起云头走了。

谁知道，还真是有一个女妖精。那个妖精，嘻嘻笑笑地说：“看起来我的运气还不错，如果我今天能吃一块唐僧肉，就能长生不老了。”那女妖精就变成一股青烟，向唐僧漂过去。可是，怎么也碰不到唐僧。那妖怪想了想，就摇身一变，变成了一个美丽的女子。那女子一手提着一个篮子，另一个手提着一个水壶，悄悄的向唐僧师徒走去。八戒

看到了，就马上站起来，对唐僧说：“师父，你看，那边有一个女子来给我们送饭来了。”那女子取出来一个馒头，八戒想吃。那女子就说：“长老们，小女子给你们送饭来了。”唐僧说：“谢谢，可是我的徒弟已经去化斋了。”这时，悟空回来了，他用火眼金睛看那女子是妖精，就举棒把她打死了。那妖精看到悟空要打她，就变成一股青烟，逃走了。唐僧说：“你这个猴子，这么能胡乱杀人呢？”说完就念起了紧箍咒。悟空痛着叫道：“别念了，别念了！”唐僧不念了说：“那你回去吧。回花果山去吧。”悟空跪在唐僧的面前说：“可是师父，没有我，你怎么能去西天？”唐僧说：“好吧，我留下你，可是你如果再胡乱杀人，我就会念紧箍咒。”那妖精逃走後，又变成一个老太太，来找唐僧师徒。她边走边叫：“女儿呀，女儿呀，你在哪儿呀？”八戒听到了对唐僧说：“师父，不好了，那老奶奶来找女儿了。”悟空说：“不要胡说。”说完悟空又打死了那老奶奶。那妖精又变成青烟逃走了。唐僧看到了，气呼呼的低头念起紧箍咒说：“我说不要胡乱

打死人了，你又把这老太太打死了。”悟空说：“可是她是一个妖精！”唐僧说：“你胡说，如果你再打死人我就不要你了。”悟空说：“好。”

那妖怪还是想吃唐僧肉，她又变成一个老头，拄着一个拐杖，去找唐僧。那妖怪在一个小房子找到唐僧师徒。悟空看到了，又把那老头打死了。唐僧这一次，就真不要悟空了。悟空只好架起云头回花果山了。

真假美猴王

米柳

唐僧往西天走的路上，一伙强盗来抢唐僧的行李。悟空一下就打死了强盗。唐僧看到悟空打死人，就急着念起咒语，把悟空赶走了。

悟空想，我如去花果山，孩子们会笑话我。我还是去观音菩萨那吧。悟空去找观音菩萨，暂时留在那里了。唐僧很渴和饿，他叫八戒去化斋。他等了一会儿，八戒来了。他说：“师父，我们只好饿着肚子，附近没有人家可以化

斋。”八戒于是去找水解渴，但很长时间没有回来。沙僧又架起云雾去找八戒。唐僧独自等待着，忽然看到悟空捧着水让喝。唐僧因为生悟空的气，不要悟空送的水。悟空生气了，打晕了唐僧，抢走了行李逃走了。当八戒和沙僧找到水回来，发现唐僧躺在地上。当唐僧醒来告诉所发生的事。唐僧叫沙僧去找悟空要回行李。

沙僧来到了花果山，看到了悟空坐在一个大石头上。沙僧让悟空回去一起去西天取经，悟空不肯。悟空说他自己要去西天取经。沙僧说真经不是随便谁都能取得的。悟空便请唐僧出来。沙僧看到了唐僧、八戒和沙僧都走来了。知道都是猴子变的。沙僧生气了，就去找观音菩萨。

沙僧看见了悟空站在观音菩萨的旁边。沙僧以为是假的悟空。他举起降妖宝杖就朝悟空打去，悟空躲过。沙僧把假悟空抢行李的是告诉了观音菩萨。菩萨就让悟空和沙僧一同去水帘洞弄清楚。到了花果山，悟空果然看见也有个

悟空，这两个悟空模样，声音完全一样。两个悟空打了很久，打到了南方。他们让观音念紧箍咒，可是念紧箍咒也没有用。菩萨让他们到天上去分个真假。可是天神和玉帝也分不出真假。两个悟空又打到了如来那里。如来用慧眼看出来假悟空是一只六耳猕猴。如来用金钵扣住假悟空。悟空忍不住怒气把现出原形的假悟空劈头打死。



七年级作文选

指导老师 孙华航

秋季学期刚开学的两个单元，为了更好地了解学生，也为了配合学到的课文内容，课堂演讲及作文以学生生活和暑假见闻为主题。听学生们娓娓道来他们忙碌而充实的生活，读学生们描写的暑假和兴趣爱好是我最享受的时候。依依同学的文章工整漂亮。生动清晰的文字，寥寥数语就把她丰富的暑期生活呈现在读者眼前。无论是叙事还是发表感想都恰到好处。昊昊同学的文章从开篇到故事发展到结尾都连接得自然质朴不着痕迹，却引人入胜，绝对是讲故事高手。很喜欢邓潇同学的细节描写，随着邓同学的镜头，从她的视角，不急不缓地游了一趟加拿大。随着学期的进展，期待看到更多优秀的作品。

我的暑假

展依依

暑假是我很喜欢的一个假期，因为每年我们都会会有很多活动，到世界各地去旅游。今年的暑假也不例外。我认为是最充实最有趣的一个。我也认识了更多新朋友。

刚放暑假，我去了一个音乐夏令营，叫 Apple Hill。夏令的营地在一个叫 Keene 的小镇上。我是第一次离开

爸爸妈妈在那里住了十天。夏令营的生活很丰富多彩。我们每天有两堂课，因为我们每个人都有两个乐曲要练习。剩余的时间大家一起玩球、游泳、爬山，最好玩的是晚上的篝火晚会。围在篝火旁聊天、做游戏是一天中最放松的时刻。虽然是第一次独立生活，我认为我做得还不错。当然大哥哥大姐姐们也都愿意帮忙。最令我爸妈吃惊的是我每天练琴有六个小时。我也有点小吃惊，专心练琴不知不觉时间过得太快。最后的演出我也弹得不错。在这里我认识了很多有

相同爱好的朋友。而我的钢琴水平也提高了很多。Apple Hill 是一个神奇的音乐营地，是我还会回去的地方。

当然像往年一样，我们全家去了中国。我们先后到了上海，青岛，云南和北京。我们看望了爷爷奶奶，见了老朋友，也去了很多没去过的地方。随后我们又去了德国。柏林墙很令我们震撼。那段厚重的历史我虽然一知半解，但现场的视觉感受也是很强烈的，希望我们的地球再无战争。

2019 的夏天非常难忘，我想每个夏天和这个一样，很好玩，也很有意义。

我的爱好

张昊昊

我四年级的时候，我的好朋友送给我了一套魔方。从那时起，我就迷上了魔方。

我先自己学解二阶魔方。把一个面拼成同一个颜色很容易，但是把六个

面都拼好并不简单。我的朋友手把手教我，终于拼好一次，一打乱，又不知怎么办了。于是我就到 YouTube 里学习，记住了很多步骤，总算可以独立解二阶魔方了。

有了前面的经验，我开始学习三阶魔方就容易多了。虽然更复杂，但是我反复练习，越做越快。自己可以在一分钟以内完成。

看到我每天手里拿着魔方练习，我的同学们也很好奇。他们也让父母买来魔方练习。不会的时候就来找我帮助，那时，只要一有时间，我身边就围满了手里拿着魔方的同学。没过多久，我很多同学会解三阶魔方了。我的老师 Mr. Evans 看到这种情况非常高兴，专门组织了一个魔方队，报名参加了魔方比赛。我们四年级战胜了很多中学队，赢得了团体第一名的好成绩。我也因此结交了很多好朋友。

今年暑假，我和我的朋友参加了在波士顿大学举办的麻州魔方冠军赛。我和我

的朋友都刷新了个人最好成绩，我们都很开心。

在我的房间里，有一个架子上摆满了各种各样的魔方，还有我参加比赛得到的奖牌。我一有时间总会拿出来练习一会儿。

我的暑假

邓潇

今年暑假我们全家去了很多地方旅游。

我们先开车到了纽约的尼亚加拉大瀑布，在我妈妈朋友的家里住了两个晚上。每天，我们都去看尼亚加拉大瀑布。尼亚加拉瀑布很美，十分迷人。河水从高处降下来，非常美丽，令人印象深刻。我们在尼亚加拉瀑布边上船，在下面抬头来看好多水落下来。然后，我们去了尼亚加拉大瀑布水族馆。在水族馆里，我看到了海狮，各种各样的鱼、青蛙、海蜇和其他的动物。那些动物十分可爱，它们看起来都很高兴。之后，我们还看了一场海狮表演。在纪念品店里，我买

了一个很漂亮的企鹅项链。

接下来，我们从大瀑布开车到了加拿大的多伦多，去看我爸爸的两个朋友。我们在爸爸朋友家里住了几个晚上。白天，我们坐船在一条很明净的河上游玩。这条河的风景如画。河边有一些岛屿，岛屿长满绿树和美丽的鲜花。有一些鹅和天鹅在河上走着，河面上漂着很多鹅毛。回到岛岸边时，我买了一个很可爱的钥匙扣。在那枚钥匙扣上，有一个很可爱的熊。第二天，爸爸的朋友，一位爷爷，给我们做了很好吃的早餐。吃完了早餐，我们和那位爷爷和他的妻子道别。然后，就上了车，踏上回程。回波士顿的路很长，所以我们在位朋友家住了一个晚上。那位朋友有两个女儿，我们第二天早上一起去了一个玻璃博物馆。那里有各种各样的玻璃，还教你怎么自己做玻璃。我们在玻璃博物馆买了很多玻璃带回家。

全家出门旅游很开心，见识了很多。我盼着明年暑假和家人去更多的地方。

我和小提琴的故事

陈恩熙（指导老师：蔚健）



我的故事要从小学三年级说起。那时候我妈妈让我像我两个哥哥一样拉小提琴。虽然我不是特别愿意，但是我觉得试一试也行。

我刚开始拉小提琴的时候，因为那个小提琴对我太大，所以我没办法把我的手伸到那些正确的弦上面。我当时觉得拉小提琴非常困难。还有，我当时拉小提琴的声音非常难听，所以我不太喜欢拉。一年一年我长大之后，我觉得拉小提琴也挺好玩儿的。

我拉小提琴直到中学七年级，我就渐渐的放下了我的小提琴。每天拉半个小时的小提琴，其实并不是非常困难，也不是因为我不喜欢音乐，而是因为，我的作业数量增加了不少。另外，我也迷上了手机，而且迷的很深。但那时候，

我还是我们中学乐队的队员，还有我去年每个星期六都去小提琴班。

今年的一月一号，我的小提琴老师搬走了，所以我必须找一位新的老师。但是我有些忙，所以还没找到新的老师。在乐队里我慢慢地察觉到，我拉小提琴已经没有我往前拉得那么好了。我现在非常后悔为什么我当时放弃了小提琴。后来，我们的中文老师要我们在春节晚会上，演奏《我和我的祖国》和《一条大河》。因为这件事，对小提琴的热爱重新在我心里升起了。那些中国音乐对我有一些难，但是我觉得如果我努力，我一定会拉得很好。

现在，我每天都听音乐。音乐是我生活中的一大部分。重新拉小提琴会把我的生活变得更加有趣更加丰富。

牛顿中文学校写作班作文选

指导老师 杨宜芳

我和我的家

王亚迪

我家有四口人和一只小猫。妈妈和爸爸是在中国认识的。他们俩都很爱我和我的哥哥。他们挣钱让我们上学，他们给我们做饭带我们去旅行，花很多时间陪我们。

我的妈妈很聪明，很努力。她每天在家工作，早上早起，晚上晚睡。她晚上还要给我准备明天的午饭。每一次，我把一个东西忘在家里，她就把那一个东西送来给我。妈妈很有耐心，也很爱我和哥哥。妈妈为我们付出了很多。妈妈还是我最好的朋友之一。

我的爸爸也为我们付出很多。他每天去上班，有的时候会上到九点多钟才回来，他希望我学习好，希望我高兴，想让我有一个好的生活。他带哥哥去打

球，带我去书店。他工作忙，回家晚，都是为了我们开心。

我的哥哥很有爱心，从来不打我，不跟我吵架拌嘴。他像妈妈，很有耐心，很平静。他是很好的哥哥。

我家的小猫喵喵，它很可爱，毛茸茸的，很粘人，尤其是粘我和妈妈。它像我的弟弟。

我有我的哥哥和小猫，其实他们是我生活中最好的朋友。

我以前浑然不觉，现在我才知道我是多么地幸运。

我的爱好（一）

赵源铎

我的爱好是音乐，比如黑管和钢琴，我觉得音乐给我带来了许多乐趣，我每次吹黑管感到很愉快，也很有成就感。

每个星期三，我和我的朋友会去牛顿乐队。这个乐队不是随便就能参加的，每个成员要经过选拔才能参加。为了通过选拔，我要每天练习我的黑管才能把曲子吹得好，虽然有的时候我的嘴会有点疼，可是要练好了才会好听。表演的时候才能演的好。

牛顿乐队有三十多个人。乐队里有黑管，长笛，中音萨克斯，中音萨克斯管，短笛，低音单簧管，长号，男中音号角，喇叭，圆号，大号和打击乐器。

我们一年会练习五个曲子。年底的时候，牛顿乐队会在牛顿地区各个学校巡回演出。我非常喜欢表演。因为我可以和更多的人分享那美妙的音乐。去年我跟 Geoffry 老师学习，他教了我很多东西，我很喜欢他，因为他很有耐心也很有趣，我希望能和 Geoffry 老师一直学下去。也把我的爱好一直保持下去。

我的爱好（二）

侯文月

我的爱好就是写作文。用文字来表达一个人的想法和感觉是多么美好的事情啊。每一个字都可以改变一个人的一生。每一个字都有你意想不到的力量。我喜欢写作文，是因为每篇作文里都会充满了温暖或悲伤，有时会让你泪如雨下，可是有的时候又让你充满力量。作文，可以表现一切。有的作文，它的影响可以比一个人还要强大。

无论是中文还是英文写作，我都很喜欢。可是，有的时候，我想说写作文好难啊！比如说，我第一次上杨老师的作文课，我就呆呆地坐在我的座位上，眼睛紧盯着我面前的白纸。可是，杨老师不断地鼓励我，细心地教我。老师教我写作文的时候，要按着从远到近或从近到远的空间和时间顺序来写。老师又教我每天坚持写日记。渐渐地，我就学会了作文。我从作文中还学到了：只要努力，就会离成功更近一步，更近一步……

我的爱好（三）

侯文阳

世界上有成千上万的人，而他们每个人都有自己的爱好。我是那些人其中的一个，而我的爱好就是写作文。

以前我写作文，每一次写到一半就会放声大哭，恨不得跟我的作文一刀两断。但是，我不断地鼓励我自己，你永远不要把你的第一篇作文和别人的最后一篇相比。

我喜欢写作文，不是因为我写得好，而是因为每一次我写作文，我就仿佛到了另一个世界。写作文就像一个很久没用的水龙头，一开始出来的水会带着铁锈和泥土，但是那水会渐渐地越流越清。很多大作家和大诗人，一开始可能就跟一样，绞尽脑汁地想我要写什么。但是，他们后来都成功了，因为他们都努力过。他们都是因为日积月累地努力才有了现在的成功。我相信只要我努力，再过五年，十年，二十年，我会是他们其中的一个。







唐诗里的冬天：从《问刘十九》到《塞上听吹笛》

文 / 翟越 图片来源于网络

《问刘十九》

白居易

绿蚁新醅酒，红泥小火炉。

晚来天欲雪，能饮一杯无？

盛唐之际，孟浩然、李白、杜甫、王维、王之涣、王昌龄、高适、岑参闪亮登场，天地人生的诸般景象、各种感情好像都被写尽，他们把山水诗、田园诗、送别诗、边塞诗一齐推到顶峰，似乎后来者

只能慨叹生不逢时，但公元 772 年，天降白居易，又一座高峰拔地而起。

论诗，有名篇：16 岁写出“野火烧不尽，春风吹又生”；35 岁写出《长恨歌》；9 年后写出《琵琶行》；论做官，三品省部级，病逝后皇帝亲写悼辞：“文章已满行人耳，一度思卿一怆然。”功名俱得外，人家还高寿 75，在那时绝对“古来稀”。后人评价本诗：“岂非天下第

一快活人？”我觉得也是对白居易一生的总结。

题目《问刘十九》，那时好友之间常以其在兄弟中的排行昵称。《别董大》、《送元二使安西》都是这样。刘十九，白居易的诗友、酒友兼棋友。

“绿蚁新醅酒，红泥小火炉。”醅，指酿好没过滤的酒。新酒飘浮酒渣，颜色微绿，细小如蚁。还没完工就急着呼朋唤友，可见感情之深。而那酒香也仿佛透诗而出，未饮已微醉。冬日围炉对酒长谈，自古文人赏心快事。红泥对绿蚁，比桃红对柳绿，更有无限田园之美。当年我和朋友调侃，本句可改成“红泥小火锅”，连下酒菜都预备好了。

“晚来天欲雪，能饮一杯无？”酒新酿，炉正暖，雪欲来，约不？收到这样的邀请，谁不会欣然前往呢？三四句里还藏有色彩：晚之黑与雪之白。屋外将是黑白世界，屋内依旧红绿人间；屋外风雪欲来，屋内温暖如春。温暖你的不只

是新酒、火炉，还有那如酒般浓厚、如火般热烈的友情啊。“能饮一杯无？”细语轻问，却像王维的“劝君更进一杯酒，西出阳关无故人”，堪称古今最佳劝酒词。

全诗明快、轻松，如叙家常。语言朴素亲切，信手拈来，但却有声有色，有情有意，韵味无穷。末句只问不答，不由得让人想知道——后来呢？是“花到半开，酒到微醺”还是“酒逢知己千杯少”？像国画的留白，像名曲的余音，留给各位去想象吧。



《江雪》

柳宗元

千山鸟飞绝，万径人踪灭。
孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪。

柳宗元和韩愈齐名，诗歌与散文俱佳，唐朝就他俩入选了“唐宋八大家”。他早年官运顺达，后参与政治革新，被贬为湖南永州司马。还记得“江州司马”白居易吧？司马，有职无权，比较适合降职的京官。那地方什么最出名？“永州之野产异蛇，黑质而白章，触草木尽死；以啮人，无御之者……”

被贬，肯定不是好事。不过，好诗多自贬中来。如果没有唐玄宗“赐金放还”，估计李白的人生下半场只能继续“云想衣裳花想容”、“一枝红艳露凝香”之类的“马屁”诗，断然不会成为唐诗的“No. 1”。白居易被贬江西，写出《琵琶行》，“同是天涯沦落人，相逢何必曾相识”。刘禹锡发配“巴山楚水凄凉地”23年，留下“沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春”。苏东坡更典型，一贬黄州，“大江东去，浪淘尽，千古风流人物。”；二贬惠州，“日啖荔枝三百颗，不辞长作岭南人。”三贬海南，“九死南荒吾不恨，兹游奇绝冠平生。”柳宗元也如此，一生杰作《江雪》、《捕蛇者说》、《小石潭记》尽在永州十年。

《江雪》没有太多难点。蓑笠指用草或麻编织的斗篷和帽子，樵夫和渔夫穿来遮风挡雨。这首诗不只是“寒江独钓图”，诗中有画，更有电影镜头感，很像一部大片的序幕。

“千山鸟飞绝，万径人踪灭。”前两句是长镜头，大全景，慢慢推远，千山万径，一片茫茫。“绝”和“灭”两字用得冷酷，鸟与人，仿佛一时间从天地中从视野中全部消失，辽阔感顿时生成。金庸《倚天屠龙记》里有个狠角儿——“灭绝师太”，不知是不是从这来的？“孤舟蓑笠翁，独钓寒江雪。”这两句是近景，逐渐拉成特写镜头。寂静、沉默的画面突然动起来，全景中出现活的影像。伴随着生命、生机而来的是一位孤独英雄。披蓑戴笠，谁在风雪中独钓？是武林高手还是风雅隐士？清高、孤傲的是渔翁还是诗人？或者都是？天地不仁，贬谪更苦，但我自风情万种。达则高居庙堂，兼济天下；穷则独善其身，寄情山水。

动中之静，静中之动；音中之寂，寂中

之音。短短 20 字，真是大手笔。



《逢雪宿芙蓉山主人》

刘长卿

日暮苍山远，天寒白屋贫。

柴门闻犬吠，风雪夜归人。

刘长卿生卒年没有确论，有说和杜甫同时代，可是他成名却是在杜甫去世后的大历年间，为“大历十才子”之一，可能是大器晚成吧。致力于五言，自称“五言长城”，估计是“论五言，别人难以跨越我”的意思吧。

如果说《江雪》是“风雪独钓图”，这首诗描绘的是风雪夜归图。芙蓉山在何处，后人没考证出确切位置，叫这名字的山太多。

“日暮苍山远，天寒白屋贫。”五绝的标准“套路”是前两句写景或写因，后两句写情或写果。这诗也不例外。“日暮”点明时间为傍晚；“苍山远”，是风雪途中所见，无边暮霭笼罩远处山岭，暗示跋涉的艰辛。“天寒白屋贫”，说明投宿的地点是简陋的茅舍，在寒冬中更显得贫瘠。“暮”、“苍”、“远”、“寒”、“白”、“贫”，这六字互相映衬，渲染气氛，也非常有苍凉的画面感。

“柴门闻犬吠，风雪夜归人。”“柴门闻犬吠”，这好理解。“风雪夜归人”，后来赏析者、解读者出现巨大分歧，这夜归人到底是谁？主流观点说是芙蓉山主人。解释是：诗人已经夜宿于芙蓉山某农户家，夜闻农家主人雪夜归来，犬吠人答，“这些声音交织成一片，尽管

借宿之人不在院内，未曾目睹，但从嘈杂的声音足以构想出一幅风雪人归的画面。”（《唐诗鉴赏辞典》）。

也有另一种说法，认为这夜归人就是诗人。我倾向这一派。那么这两句的意思就是：夜晚才到投宿地，诗人轻叩柴门，院内的狗大叫不已，主人出来把他这个风雪远行客迎进家门，热情得宾至如归。我觉得这也紧扣题目。会有人问，第一句明明说“日暮苍山远”，应该是傍晚诗人就找到住的地方了吧？有句俗语叫“望山跑死马”，你看到远处的山了，但要走到那里还需要不少时间。而且古人的概念也和现在不一样，讲究“日出而作，日落而息”，并不像现在晚上十一点、十二点才算“夜”。我的第二个证据是“犬吠”，从小家里就养狗，狗非常有灵气，主人回来离家门还很远，它就会飞奔上去和你亲热。从没听说过主人回家，自己家的狗还狂吠不已的情况。

一路上奔波劳顿，风雪之夜得到芙蓉山主人的热情接待，也许没有白居易的“绿

蚁新醅酒，红泥小火炉”，但诗人内心的温暖已经可想而知。



《从军行》

杨炯

烽火照西京，心中自不平。
牙璋辞凤阙，铁骑绕龙城。
雪暗凋旗画，风多杂鼓声。
宁为百夫长，胜作一书生。

初唐是唐诗大繁荣的开端，就像地球的进化史，到某个时候，突然物种数量猛增，一片生机勃勃。为什么诗歌进入唐朝迎来黄金时代？文学史上讲，这是经过几百年的探索尝试进入成熟期的历史必然。其实也还另有原因，那就是唐朝从上到下，从皇帝到平民，社会风气重视诗歌创作，同时科举制也成为指挥棒，指挥着想改变命运的学子们用心学诗写

诗，寻找出人头地的机会。杨炯的经历也证明这一点。

据说杨炯十岁就被誉为“神童”，能诗能文，早早就被列为重点培养对象，“待制崇文馆”，有点像上世纪八九十年代中国科大的少年班，后来则成为崇文馆学士。崇文馆是唐太宗亲建并管理，原称“文学馆”，李世民甚至提出了文艺改革的“小目标”：“去兹郑卫声，雅音方可悦”，要摈弃那些浮华艳丽，鼓励大家写打动人心的文章。

杨炯这首《从军行》，用乐府旧题，抒发豪情壮志和青春梦想，在内容和艺术风格上开后世边塞军旅诗先河。

“烽火照西京，心中自不平。”烽火狼烟是中国古代的军事报警系统，意思是有敌军来犯，消息传到京城，诗人心潮澎湃，热血沸腾。西京指长安，当时有东西两京，东京在洛阳。

“牙璋辞凤阙，铁骑绕龙城。”牙璋，

也称牙牌，古代发兵用的兵符，一块留朝廷，一块给主帅。凤阙，泛指皇宫。将军领了用来调动军队的牙牌，告别首都，率领大军将敌人的军事重地包围。龙城，为匈奴祭天之地，这里是虚指。

“雪暗凋旗画，风多杂鼓声。”以军旗和战鼓入手，描绘出一幅极宏大、极壮丽、极惨烈的战斗画面。大雪弥漫，狂风尽吹，军旗失色，战鼓冲天。先写色彩，后写声音，有声有色，各具其妙。盛唐岑参《白雪歌送武判官归京》里有“纷纷暮雪下辕门，风掣红旗冻不翻。”可以看作是在向这两句诗致敬。

“宁为百夫长，胜作一书生。”百夫长来源于周朝的军队建制，以一百人为一队，队长叫百夫长。按现代兵制，百夫长相当于连长吧。人总愿意成为别人，尤其是中国文人，常常有换种职业、从军出战的冲动，杨炯也不例外。后世每当国家有难时，这两句诗也激励着一批又一批的热血男儿投笔从戎，走向沙场，保家卫国。

《塞上听吹笛》

高适

雪净胡天牧马还，月明羌笛戍楼间。

借问梅花何处落？风吹一夜满关山。

适，这是个多音字。《现代汉语字典》的解释是：读 kuo（四声）时用于人名，表示“疾速”。古人的名与字，多有关联，比如岳飞字鹏举，关羽字云长。高适，字达夫。看来家人希望他又高又快，成为栋梁。中年后他投笔从戎，官封节度使，也算功成名就。

边塞诗，大多雄壮悲凉，这首难得写出了田园诗感觉。中学时曾把三四句理解成“风吹一夜，梅花落满关山”，多美的景色啊。后来才知道是“误解”。

“雪净胡天牧马还，月明羌笛戍楼间。”胡，北方。牧马还，指游牧民族退兵北还。为什么退兵？冰雪消融，草原也恢复生机。其实大家都厌战，只要有吃的，生活好些，谁不愿意享受和平呢？戍，防守，守卫。一轮明月升起，只听关城里响起悠扬的羌笛声。唐诗中笛子出现得非常多，李白、杜甫、王之涣、王昌龄

都写过名篇，估计是这种乐器比较简单、易做也便于携带，所以流行。总不能扛着古琴、琵琶到处跑是不是？

“借问梅花何处落？风吹一夜满关山。”

梅花，喜温暖湿润气候，主要分布在我国长江流域和西南地区，能耐零下10度左右的低温。换句话说，严寒的西北是不可能野生梅花的。梅花，其实在这里是指《梅花曲》，此梅不是彼梅啊，风吹送的不是梅花而是《梅花曲》，“满关山”的也自然是笛声。知道误读时，开始有些沮丧，后来反复重读，我确信这是诗人有意的。让读者感受“实”景的同时，去想象梅花落满关山的“虚景”。所以他要用“何处落”设问，要用“一夜”这样的时间量词。这在文学上，叫“通感”，又称“移觉”，就是不同的感觉进行沟通转移。颜色可能有温度，声音可能有形象，冷暖可能有重量。比如《荷塘月色》里的名句：“微风过处，送来缕缕清香，仿佛远处高楼上渺茫的歌声。”

后来忽然读到现代诗人张枣的一篇，结尾这样写道：“望着窗外，只要想起一生中后悔的事，梅花便落满了南山。”真是和本诗有异曲同工之妙啊。



白山骑游赏叶记

文 / 圣旗

十月中旬正值赏枫叶之季，在新英格兰地区，白山是整个东海岸最佳赏叶地。白山坐落在新罕布什州的北端，开车从波士顿出发向北需要用三个小时才能到达。说起白山大多数人最有印象的就是华盛顿峰的爬山蒸汽小火车了，他是美国乃至世界的第一辆蒸汽爬山火车。

我们10月11日从波士顿出发，一路上天气阴沉，感觉随时就要下雨。晚上十点终于到达了度假村，它位于林肯小镇，112公路的西侧。刚躺到床上就听到外面狂风怒吼，雷声轰响，秋雨落下。第二天清晨我们就早早起床，骑上自行车，向山顶进发。

一路上的叶子真是好看，天气则应了那句诗“秋风萧瑟天气凉，草木摇落露为霜，群燕辞归鹄南翔”。清晨的秋

天还是有点冷，但是也帮助我们降暑消温。深秋时节，蔚蓝的天空，一尘不染，晶莹透明。朵朵霞云照映在清澈的小溪上。鱼鳞的微波，碧绿的溪水，增添了浮云的彩色，分外绚丽。在此美景下我们迎来了第一个热身坡度，大概10度左右，对于我来说当然没问题了，慢慢悠悠的就攻上了山坡。但我的两个骑友却是因为第一次挑战这样的长路段大上坡，不久就下车推行前进。就这样我们走走停停，转了一个弯还是上坡，又转了一个弯，望见的却还是一望无际的上坡。因为昨晚我们在做攻略时就知道这条路没有岔路口，所以我就放心的一马当先超前冲去，没过一会我后面就没人了。就这样，我在一路的上坡的山林里驰骋着，两侧有黄叶为伴也算的上一种享受了。这一路途经了很多露营地和房车，看着别人悠闲地躺在帐篷里和床上，而我却成为了一名孤独的追叶少年，心里就有一种莫名其妙的失落。但是老天是公平的，骑车给我带来的不仅是强健的体魄和美丽的风景，同样带给我的是坚韧的毅力。我就这样在无数人羡慕嫉妒和惊讶的眼光中飞速骑行着，在通过

了一个砂石路段的上坡后，一望无际的上坡终于到头了。

附近正好有个露营公园停车场，我心想就在这里等上一会吧，这一路下来我还没有细细品尝秋天的味道呢。金色的秋天来了，天空像一块覆盖大地的蓝宝石，它已经被秋风抹拭得非常洁净而美丽。看着如此美景，听着一片片枯叶盘旋着落了下来。如一只只蝴蝶，盘旋飞舞；如一个个气泡，在空中飘扬；如一颗颗黄宝石，滴洒而下。这就是秋天啊。在这里有一望无际的森林，它们安静的在这片土地孕育着。而在中国，人山人海成为了香山赏叶的一道壮丽的风景线，虽然热闹，但却少了属于秋天的宁静。就这样，时间慢慢的过去了，后面的人也追了上来。

有上坡就会下坡。集结过后我换上了山地车，前方一路下坡的石子路成为了释放心情最好的选择。刹车一松，只见两只轮子飞快的转了起来，人烟稀少，所以我可以勇往直前的往下冲去。虽然之前在骑公路车的时候也有这样的

快感，但感觉缺少了一些激情。这样的石子路不同于铺装道，随着道路的起伏骑手也会做相应的一些调整，听着轮胎摩擦着地面，感觉着随时要起飞，我迷恋、喜欢、陶醉这样的感觉，这样的路也才是发挥山地车最好的路况，这才是山地车的精神所在吧。在某一段，因为速度过快而且地面有个大角度，所以双轮离地，但落地时很好的减震装置甚至让我没有多大的感觉。就这样一路下坡到了小镇中。正值午时，我们找了一个地方吃过饭就开始了下午的行程。午后，烈日当头，早上凉爽的感觉全部消散。而我们的双腿也因为长时间的运动疲惫了。哎，看着面前的 20 多度的坡我们

愁眉苦脸，是骑还是不骑呢？那无止境上坡和红叶已经让我们疲惫。是挑战自我还是中途放弃，我们在此要做个选择了。我选择了继续骑。前面那么多的上坡都上来了，我还怕这个吗？！就这样我开始了攻坡之旅。转弯上坡，转弯上坡，还是这个套路，但是我都习惯了。下午的景色固然好看，但是却少了早晨那红日初升时，露水和红叶并存的感觉。就这样从下午一点骑到了六点半多，随着红日西下，我终于看到了路的尽头。我到顶了，我战胜了自己。大道三千，而我却选择了最艰苦的一条，值得吗？伴随着太阳消失在了山的尽头，我也找到了属于我的答案。





写作文就像一个很久没用的水龙头，一开始出来的水会带着铁锈和泥土，但是那水会渐渐地越流越清。很多大作家和大诗人，一开始可能就跟我不一样，绞尽脑汁地想我要写什么。但是，他们后来都成功了，因为他们都努力过。他们都是因为日积月累地努力才有了现在的成功。我相信只要我努力，再过五年，十年，二十年，我会是他们其中的一个。-- 侯文阳



牛顿中文学校校刊
NCLS JOURNAL