



高二（8）班
假日北郊之行



七彩夏日

健康成长

卷首语	1
小调查	2
营员报道	3
好好练习，狠狠吃饭	3
挥洒汗水、舞动青春	4
拓展训练	5
感悟收获	5
消防演练	6
野外拉练	6
篝火晚会	7
乾坤挪移	8
做个小记者	8

CONTENTS



卷首语

烈日烘烤着大地，树梢上的蝉有这样一群人，一群怀揣着坚定信念在常州市北郊中学，开始了完全陌生的生活。在这里，同学们少了一份嬉戏打闹，多了一份积极主动；少了一份娇气蛮横，多了一份坚韧不拔。汗水，固然有汗水，但隐藏在汗水背后的，是一份承诺。

夏令营中有许多集体性的小游戏……一个个小小的游戏，却给了我们共同努力，一起拼搏，所有的艰难与努力。在游戏中，我们长大了。

夏令营中最令人想而生畏的非拉练莫属。同学们稚嫩的双脚一深一浅地走过崎岖的石子小路，手电发出的微弱光芒一步步指引着同学们前往目的地。坚定的眼神，坚毅的信心，促使每个人忘却苦难，向着心中的目标奋勇拼搏。汗水浸润了上衣，无所谓，双腿麻木了，无所谓，脚底起泡了，无所谓。或许，这就是对长征精神的最好诠释。

青春是一首永不言败的歌，青春是一条永不停息的河流，青春是一本读不厌的书，青春是一杯品不尽的茶，青春气贯长虹，勇锐盖过怯弱，进取压倒苟安。让我们在这个炎炎夏日放飞憧憬，放飞激情，放飞沉思，放飞渴望，放飞梦想；放飞欢乐，放飞忧伤，放飞潇洒，放飞美丽。在汗水中舞动青春，在汗水中绽放光彩，在汗水中收获成功！

第一天

2014年7月15日

星期天 Sunday



天气：晴

今天，对于大多数同学来说，是暑假中幸福的一天，在家享受空调的凉爽，冰淇淋的甘甜，父母家人的关爱……而对于我们在座的20个人来说，今天是挑战的开始；是独立的开始；是成败的开始……我们在未来的7天中将要告别依赖；告别幼稚；告别浮躁……用自己的行动去战胜下一秒的困难！

坐在公交车上，望着窗外的风景一点一点从窗口掠过，我思绪万千。对于夏令营来说，我们大多还是初出茅庐，对接下来的生活也一无所知。从自己学校到北郊中学要1个小时左右，坐在车上的我们当然是闲不住的，于是，我就称这段时间，对我在车上的新认识的好朋友（也是我的室友）进行一个采访。

我：潘万仪，你在你以前的生活中有没有独自生活过？

叶炎炎：无论如何都没有离开过父母家人，这还是第一次。

我：那在你的脑海中，你对于夏令营的概念是什么呢？

看看她们的心是否也与我一样激动。

潘万仪：在我的脑海里，夏令营充满了神秘感，在几天中不知道会发生什么有趣或怎样的事。总之，对于这次夏令营，我充满期待，离开了父母庇护，我想看看我到底能飞多远！

NO.1

我：李霁雯，你在以前的生活中有没有独自生活过？李霁雯：父母从小教育我要学会独立，而我从小到大从来没有亲身经历过，这次终于可以好好体验一番了！

我：那在你的脑海中，对于夏令营的概念是什么呢？

李霁雯：夏令营在我们的生活中或多或少都听说过，但总没有尝试过，这次我充满期待！希望好好锻炼一下自己。

NO.2

我：潘万仪，你在你以前的生活中有没有独自生活过？

费倩茹：没有，再怎么样，一天总是会有人人为我准备好一切。

我：那在你的脑海中，你对于夏令营的概念是什么呢？

NO.3

梦想的道路，七彩的夏天，我们怀揣着欣喜激动的心情踏上了前往北郊中学的征程，为期一周的夏令营生活即将开始。

车子徐徐地开动了，坐在车上的我望着窗外一闪而过的景象思绪万千：从今天起，一直到接下来的七天中，我必须学会独立生活；必须远离父母，告别衣来伸手，饭来张口的日子，与室友一起生活，必须具备自己解决问题的能力……

车子停了，我们下了车，只见北郊中学门口人山人海，许多其它学校的同学正等待进入学校。不一会儿，老师就带领我们走进了学校，北郊中学十分大，十分美丽：欧式的建筑风格，红墙相互映衬，人工修建的映秀湖倒映岸的画面，静中有动，一切都那么恬静。一棵棵挺拔的大树，一朵朵鲜艳的花朵，一块块碧绿的草坪，还有我们一张张高兴的脸……

迎着七彩阳光，我们来到了北郊中学，背着满天云彩我们开始了夏令营生活。

夏天的炎热伴随着我们也来到了北郊中学，可惜它刚一露脸，就被我们的兴奋给盖上了。瞧，同学们多带劲啊！

跳长绳可是我们的长项哎，看，那个甩绳的小胖子，那灿烂的笑容足以配上今天的阳光，跳绳的人也不简单，听，“1.2.3……18.19.20耶！”我说他们不简单吧，一下子坚持跳了20个，呵呵，看来第一非我们莫属了！**好好练习，狠狠吃饭**是我们的原则，那食堂里狼吞虎咽的我们，像饿狼好不容易逮到了一只兔子，美味的饭菜足够喂饱我们，立对接下来的挑战，总——我们有信心！

这么好的条件加这么好的环境加这么多的努力，这么多的信心，叫我们怎么不拿第一呢？

天不知不觉地黑了，我们一起来到了北星剧场参加七彩夏令营的开幕式。随后，我们一起欣赏了精彩纷呈的节目表演。小学的小弟弟小妹妹给我们带来了欢快活泼的歌声；中学生带来的美妙绝伦的舞蹈；领导们的讲话给我们带来鼓舞。



天慢慢地黑了，我们夏令营第一天的生活也将要结束，坐在宿舍里，大家一起回味着这一天的经历，第一次和这么多同学住在一起，自然有讲不完的话。但为了准备第二天一大早的升旗仪式，还得早点睡觉。“好好休息，准备明天的挑战吧！”

第二天

年7月16日

星期一 Monday



眼睛，看了看身边的闹钟。啊，6:00了！我连忙叫醒室友。

大家连忙起了床，刷牙洗脸，整理内务。正当我们做完这一切的时候，门外传来了催促声：“快点，要去升旗了！”跑到楼下，整好队，随着运动员进行曲，我们昂首挺胸，迈着矫健的步伐走向了操场。

升旗仪式开始了，望着五星红旗冉冉升起，我们默默立志，一定要为校争光。听着学生代表的发言，我们顿时心潮澎湃，跃跃欲试，我相信，在

我们共同努力下，一定会创造出更美好的明天。



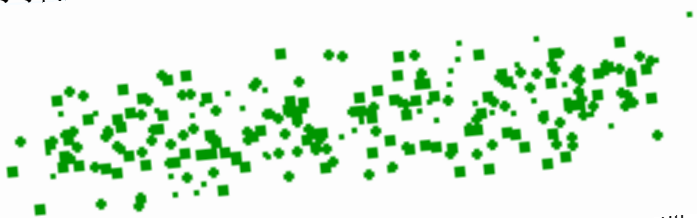
梦想；放飞理想，放飞激情，放飞决心，放飞渴望，放飞梦想；放飞欢乐，放飞忧伤，放飞潇洒，放飞美丽。

同学们的身体英姿勃勃，洋溢着亮丽朝气和活力健与美的和谐统一，汇成了青春蕴含的主旋律。

在这个炎炎夏日，我们虽然已是大汗淋漓，但依旧踏着欢快、轻松的步伐，渐渐融入到了整个集体中去，在汗水中在汗水中绽放光彩，在汗水中收获。（◇陈妍霏）

大家充满期待地走进室内体育馆，找到队伍的位置后，我们分成了四队，面向老师。“集体舞是一种……”老师耐心地给我们介绍集体舞，同学们在下面全神贯注地听着老师的话。接着，主讲老师开始讲起了动作，他们的举手投足间都散发着青春的活力。我们在台下也目不转睛大家看老师示范的动作。轮到我们的了，我们学着老师的样子，拍手、抬腿、伸手、踢腿……我们用心做好着每一个动作。可是，还没跳几次，汗水就浸透了自己的衣服，不停地从脸上往下淌。音乐开始了，我顾不上汗水往下掉，跟着音乐跳起来。不过，第一次尝试我们都跳得手忙脚乱，看来还是基本功不扎实。接下来，跳了几次后，我们终于能够完整得一直跳到音乐结束。

一眨眼，我们的一个半小时社会这样度过了。我的告别了挥洒汗水的体育馆。



集体舞训练，我感受到了前所未有的快乐和成就感，我能够完整地跳完了这支舞。同时我感受到无论做什么事，基础十分重要。

快乐是有感而发的，它出自于诚挚的内心，让我学到了宝贵的东西，那就是坚持不懈的精神和勇往直前的毅力。（◇巢佳怡）

结束了上午的集体舞，下午，我们即将参加的是拓展训练。拓展训练，顾名思义，就是拓展自己的体能，让我们从中懂得更多的道理，体验到平时所没有的感受。

“同学们，下午好！”穿着一身军绿色衣服的教练高声说到。我们像平时上课一样对教练说：“老师好！”虽然声音嘹亮整齐，但教练并不满意，对我们说：“拓展训练不同于平时，你们要打破常规，应该这样回答：‘好！很好！非常好！Yeah！’”

训

可是我们越到中间的绳子就越陡。最终，我和那位同学也为陡，站不稳，从绳上摔了下来。虽然我们没有成功，但是在我们队里还是有人成功地完成了这次游戏。

拓展活动——相依为命。让我们体验到了一种新的感受，它是在平生活中所不曾有过的。一种新鲜和快乐。“相依为命”也让我明白一个人合作只有彼此并且认真做好自己的事，才会取得成功！



拓

活动开始了，教练首先宣布了活动规则：两个人两手握在一起，在一根大约宽一厘米的绳子上一起走到头。这看似简单的游戏真正实施起来并不那么容易，如果不小心，自己不小心，那个人都将摔下绳索。这个游戏叫做“相依为命”。果然不出我所料，刚开始的几组都在大约三分之一处摔了下来。轮到我上场了，我和另一名同学手握着手走上了绳索。我们先小心翼翼地跨出了右脚，待站稳后，又小心翼翼地跨出了左脚，向右脚靠近。与此同时，我们的手也握得紧紧的，就这样，我们一步步向终点靠

练

吾收获

展

一天的辛苦训练，换来的是满头大汗，但辛苦之余，也收获了很多，拓展训练与果大不相同。拓展训练生动有趣，充满挑战，让我们在快乐的同时学到更多的知识，一些知识甚至比老师平时的讲课还要让我深有感触。

拓展活动让我开拓思维的模式，增强了团队精神，深刻明白了团结就是力量这句话的重要，一个集体，一个团队，甚至一个国家，都要通过大家的努力、才能创造出更加和谐美好的新世界，所以力量是源自于团结，而想要成功更需要团结！

消防演练

清晨第一缕阳光洒在我们的脸上，一天又开始了。我翻开在桌上的营员消防演练出现在了今天上午的日程表

一辆辆红色的车，一位位穿着迷彩服的战士站在了我们的面前。首先，一位消防战士介绍起了红色的消防车，供水器、

泡沫枪的作用，这些器材对火灾来说怎样的火灾用怎样的器材，连分类都没想到，红色的消防车里竟然有这么大的

奥妙。接着，我们又参观了消防战士的房间，干净

的房间，所有东西摆放的都那么整齐，战士们叠的被子太有学问了，整齐的象块绿色的砖，看来我们的内务工作和消防战士们一比，就差太多了。出了战士

的房间，门口有三根银色的杆子，每一层都有，一直通到底楼。从消防战士口中得知，这是遇到紧急状况时用的，它能使人很快到达底楼。消防战士给我们做了演示，战士用几秒钟即滑下了楼，随后又用了不到一分钟的时间穿好了消防服。轮到我们的了，只见一位同学抱着杆子，滑一点停一下，终于下到了底楼。随后拿起消防服往身上穿，东找找，西翻翻，似乎都有点分不清哪个是衣服，哪个

是裤子了。最终用了十分钟才搞定这一切。接下来，还体验了钻铁笼、过独木桥、翻墙……每个项目我们大的力气才完成，而消防战士却可以轻松、从容地完成项目。望着消防战士矫健、迅速的身影，我思绪万千：在火场上，时间就是生命，不容一点浪费，因此，消防战士必须拥有惊人的毅力，过人的胆识，矫健的身姿。可想而知，他们是付出了多少汗水才会有今天的神速啊！

野外拉练

潭清泉，城中一方热土；放飞翅膀，空，yeah！”同学们慷慨激昂的喊，沉重的背包却压不垮我们的热情，在教官的帮助，同伴的协作下，我们

了一条条泥泞的小道，克服了一个个困难，爬过一个个土坡。走过狭小的田埂小径。一个同学摔倒了，旁边的同学立刻会来搀扶，没人喊苦，没人喊累。在这时候，我们体会到了团结的力量，体会到了友情的珍贵。

迈着沉重的步伐，拖着疲惫的身躯，载着不同的收获，我们经过3公里的野外拉练，回到了学校。（◇巢佳怡）



篝火晚会

今天是我们三营野外拉练的日子了，听说要在外面露营，大家显得分外兴奋。

来到操场，天色已暗了下来，小小的蚊子也开始嚣张起来，坐在席子上学习打背包，由于没看清其怎么打的，我一直打不起来。老师似乎发现了我的难处，走过来帮助了我。在老师的帮助下，我很快掌握了要领。打

“我宣布，野外拉练正式开始！”在教官的口令下，我们喊着嘹亮的口号，迈着整齐的步伐，从学校的南大门出发了。一开

终于，长达一个小时的篝火晚会结束了。“今天晚上还有一个紧急集合，希望大家抓紧时间！”这句话让我心有余悸地回到了帐篷。”

可是，到了帐篷里。一阵睡意又一直对自己说：“不要睡，不要睡。”很快就睡着了……

“嘟嘟嘟——”“嘟嘟嘟——”一阵刺耳的哨声从我的耳边传过，我马上反应过来，这是紧急集合的哨声。“要集合了。”我连忙叫起身旁的同伴，拉开拉链，穿好鞋子，爬出了帐篷。站了起来，赶紧排到队伍里去。不一会儿，人都到齐了，我们排着整齐的队伍，喊着响亮的口号，小跑步向前进。“发现敌情，敌人在跑道上投放了十枚炸弹，需要你们去解除这个危机。行动现在开始！”营长郑重其事地宣布道。于是我们打起手电筒，张开自己的火眼金睛，围着跑道搜寻着。我先把手电筒的光束对准了左边，两只眼睛努力地搜寻着，没有。我又将光束对着右边，还是没有。再往前走几步，左边，右边，我不停地寻找着。在跑道的四处都有手电筒的光闪烁着，好像是在巡逻，又好像是一只只萤火虫在飞舞，还好像是群星跑到大地上来玩耍……总之，这幅景象美丽极了。“十颗炸弹几经全部找到，请同学们快速归队！”一无所获的我失落地向队伍跑去……

白油路，道路宽敞平坦，还有警察叔叔为我们保驾护航。

可是，没过多久，我们就走进了树林，两边长满了杂草，还有一棵棵树，道路坑坑洼洼，只够一个人行走，手中小小的手电筒成了我们唯一的灯光来源。一束束光形成了一道美丽的风景线，仿佛是一只只萤火虫飞舞在我们的周围。“前面有坑，大家小心！”“前面有坑，大家小心！”在这里，见证了同学们之间的友

谊。前方的路途不知还有多远，但是我并没有半点退缩，有一股力量始终支撑着我。这种力量是勇气、是冲劲、是青春的力量。同学们互相帮助，互相鼓励，终于，我们登上了山顶。



好睡一觉的我又听到教官宣布：“紧急集合，大家抓紧时间，以最快的速度排好队，赶往司令台。这

我尽自己最大的努力睁开眼睛，但是抵挡不住睡觉的“诱惑”，很

第四天

2014年7月18日

星期三Wednesday

乾坤挪移

乾坤挪移，这个名字听起来好像是哪个武侠片里的招式，然而今天我们也尝试了这个“乾坤挪移”。

游戏规则是：16个人站在一条毯子上，2个人保护，2个人监督，共20人，把这条毯子翻转过来，计时半小时。我们互相支了鼓气，对胜利充满信心。

我们16个人站到了毯子上，炎热的天气，狭小的空间，使我们感到非常难受。首先，我们先把毯子的一个角翻了过来，毯子上的人在翻的那一刻可谓是千姿百态，有的个子大的背着个有的手拉手，互相帮助，不让对方掉出去；有的脚贴着脚，减面积……“当心，有人脚着地了。”保护的同学连忙跑过来，用手

推住那位同学。在大家齐心协力下，完美的完成了任务。每个人都累得满头大汗，但却格外开心。

经过乾坤挪移的“修炼”我们都已筋疲力尽，现在就跟随我们的脚步来个跟踪采访吧！

陈珂：这次活动的体验就是累！很累！非常累！最大的收获只有一句话：宿舍好舒服呀！现在我真想回家，宿舍和家比，家是天堂，营地和宿舍比，宿舍是天堂。我要变成天使，飞向天堂。

汪栋：体验很多，感觉就是六个字：团结就是

薛嘉敏：野外生存让我学会了尊重自然，珍惜的能力。

如果我是一名盲人，我会一片漆黑，茫然若失；如果一名盲人，我的世界会失去光彩……今天的拓展训练把这些事实，我当了半个多小时的盲人。

20个人在一个大区域内，蒙上双眼寻找6根绳，把它们系在一起围成一个正方形，并且在正方形的每边人数要相同。

戴上口罩（在眼睛上）的我们眼前一片漆黑，为了不走丢，我们手牵手，不知方向、小心翼翼地匍匐前进。“哎呀，谁踩我的脚？”“哎呀，谁撞我？”质问的声音此起彼伏，真是热闹非凡啊。

终于经过一波三折，6根绳子找齐了。我们慢慢把绳子系在了一起。随后，由一位同学把绳子对折，再对折，有了四个角，其余3个人每人抓住一个角，再慢慢拉开。在我们认为，一个正方形已经成形后，于是，我们开始报数。1、2、3、4，1、2、3、4，每四人为一组，然后，四个人手牵手，慢慢摸索到四条边，有时还有人伸出手拉一把，示意一下。当时我恨不得把眼罩拿下来，可是为了不犯规，我还是忍住了，继续在黑暗中摸索。功夫不负有心人，我们心中的正方形完成了。我迫不及待地摘下了眼罩。“耶！成功了！”整个大厅里，弥漫着我们欢呼雀跃的声音，弥漫着成功的喜悦，弥漫着同学之间的友情。（◇陈妍霏）

小记者



信任背摔

今天的天

格外晴朗，太阳公公依然勤快地工作着，连地上是小草都开了花儿耷拉着脑袋。今天的第一个项目是信任背摔。

信任背摔的规则是在1.5米台上，双手绑住，背对着往后倒下，在下面有许多同学用双手接着你。1.5米，这个有我这么高，从上面倒下

更是从来没有想过，可是今天这样做了，心里不免有一丝

教官先教我们做了一些基础动作，我们一边看也一边

准备活动做完后，活动男生做了我们的榜样，一个个鼓起勇气，从1.5米的台上往下倒，丝毫没有一丝害怕，台下的同学也接住了他们。轮到我上场了，我小心翼翼地踏上台阶，站到台上后，



教官用一根绳子把我的双手绑住，使我的手动弹不得。经过下面同学们的鼓励，我不再害怕。经过一段自我介绍后，我倒了下去。我知道，这种力量是信任。是对同学，对朋友的信任。这种信任让我好好享受了一次飞一般的感觉。

活动结束后，教官问我们“绑住双手是为了谁？”我们异口同声地回答“是为了不伤害伙伴。”教官显得有些失望：“你们只说对了一半，绑住双手在为了保护同伴的同时也保护保护了自己，只有同伴安全你们才能安全。所有当你们为别人付出时，你也会有所收获。”

在结束信任背摔活动前，教官让我们用手做人字给他看，许多同学都做成了入字；这个游戏更体现了这个深刻的道理：人不能自私，人是做给别人看的，人要懂得付出才能做得到回报。



第五天

2014年7月19日 星期四 Thursday 天气：晴

天了吧，什么国防竞赛

目彩排都与我们失之

呆坐在宿舍里回想

飞的点点滴滴，

下了自己这

飞的心情历

让我

们一起来看看

时间匆匆地流逝，在这过去的

几天里，相信我们每天的心情都是不一样的，

有过痛苦，有过快乐，有过依恋……

来校的第一天是快乐的。望着美丽的房子，高大的树，绿色的草坪，蓝色的天空，曾不止一次把这当仙境，也曾不止一次对这里充满了期待。

但也有痛苦的日子，那就是跳长绳时，我们总是不间断地练着，撑着笨拙的身子，把脚震得倍儿疼，好难过，好难过。就因如此，我有恨过，也有痛过……

一想到还有2天就要离开了，心里不免感到依依不舍。我依恋着这里的每一样东西，它们曾陪我度过了许多日子。（◇巢佳怡）

最

心

始

雨

程



我们在阳光下满头大汗地跳绳，每个人都筋疲力尽，可是在一次次的成功后我们又兴高采烈，精神振奋，有笑脸，也有眼泪。每天的宿舍生活给了我们休息的时间，我们欢声笑语总充满着宿舍，写稿件在一起讨论，闲余时在一起聊天，快乐度过了每一天。

在这些日子里，虽然我们经历了艰苦的前熬，体力极限的考验，脑子飞快的思考，但这也许是奋斗带来的；也许是成功心深处自发感觉到的。

还有几天，我们将告别，不知怎么就

顶着清晨第一缕阳光，干净的路面，我们清潭单位同学排着整齐的队伍，同学们一起迎接国旗升起。

在6:30左右，国旗在朝阳徐徐升起散发着红色的光芒，标志着一天的开始了。它标志着新的一天将从现在开始。

接下来一位同学的发言，更让我们体验到了无限，并彻底打消了“来夏令营是度假”的念头，让我们的心头燃烧起了熊熊的火焰，放射着光芒，让我们全身都充满了激情，活



咱拿辛苦当饭吃

初来乍到之时，是欣喜；过了一晚之后，是享受；再过一天，是叫苦！没关系，咱拿辛苦当饭吃！

过惯了“衣来伸手，饭来张口”的日子，现在要适应这种有规律有纪律的生活，还真是一件难事。

第二天下午，我们竭尽全力练习长绳齐跳。尽管每个人都大汗淋漓，但是却让节拍更加有力地回响在上空。

消防演练是一项重要的活动，它提高了我们的防火意识，开阔了我们的视野，增强了我们的求生技能。

再苦再累，我们不怕，我们也不退缩，回想起临别时父母依依不舍的样子，我们知：过这次活动，我们会成长很多，我们在父爱的羽翼下成长，现在是时候让我们振翅了！

所以，在汗水模糊了双眼时，我们没有退缩；在汗水充斥着身体时，我们没有胆怯；在烈日刺痛了我们没有放弃；在双脚磨出了水泡时，我们没有烦恼……不管今后的挑战有多严峻；不管明天的活动有多困难；不管下一秒的事情有多棘手，我们都会正视所要经历的种种，绝不退缩，因为我们心中始终鉴定着一个信念——咱拿辛苦当饭吃！“阳光总在风雨后”“不经历风雨怎能见彩虹”再苦再累我们总得面对，既然我们无法逃避，那还不如勇敢面对。

我想说，同学们，让我们打起精神，迎接挑战。我们应该对自己说：“困难没问题，咱拿辛苦当饭吃！”



野外训练

野外生存训练，同学们期盼着能早一些开始。带着被子、席条、枕头、出发！

谁知，野外训练并非我们想象中那么美好，一路上没有平坦的大道，只有凹凸不平的石子路。同学们只好拿着手电筒，靠着那闪烁的光芒，走过坎坷之路，前面的队员为后面的开路，一旦有坑，就会互相提醒，以免受伤。过马路时，敬业的交警也为我们开路，并在一边给予我们保护，让我们心中充满了安全感。在大家的努力下，一同走过树林，走过田野，走过草坪，来到了营地。虽然很辛苦，可每个人脸上都洋溢着幸福的笑容。（◇）



第六天

7月20日

星期五Friday

焰火晚会

在充满期盼中踏进了学校，今天，是最后第二天的晚上，在今天晚上即将举行五彩缤纷的焰火晚会。

我们兴高采烈地来到了北星剧场，里面已是座无虚席，同学们都相互交流着，不时露出甜美的笑容。

忽然，眼前一下子一片漆黑，在一束白色光的照射下，两名主持人出场了，他们步矫健，昂首挺胸，可面带笑容地走了出来，台下掌声震耳欲聋，热烈欢迎他们的到来。当主持人宣布焰火晚会现在开始那一刻，下再次响起了雷鸣般的掌声。灯光又暗了下来，不一会又亮了，不过台上多了几名摆好造型的同学，随着音乐声响起，他们跟单节奏跳起舞来，每一个动作都是那样得认真，那样得动人，处处散发着青春的活力。这就是第一个节目，由常州市市北实验初级中学表演的《青春热舞》。接下来，我们仿佛骑着马，置身于马场，聆听了杨琴、二胡合奏《赛马》；我们仿佛抬着头，置身于月下，欣赏了舞蹈表演《弯弯的月亮》；我们仿佛来到社会置身于居民楼，观看短剧《安全感》……总之，今天的表演精彩绝伦。可想而知，小演员们为此付出了多少努力啊！台上一分钟，台下十年功……

精彩纷呈的焰火晚会结束后，我们在老师的带领下，来到北星剧场外观看焰火。“啪”“啪”“啪”……一天，在天空中绽放出了它的美丽，顿时，天空上五彩缤纷，闹非凡。那焰火就仿佛像我们在本次夏令营中，做了充足准备后，在展现自己的那一秒，绽放出自己最耀眼的光芒，让在旁驻足观看的人大吃一惊。我们要让所有人都见到我们所发的光芒，自己努力已久发出是光芒。

一眨眼，已经过去六天了，漫步在校园里，每一个角落都不禁让我回想起前几天发生的事情。

来到运动馆，看着里面空荡荡的篮球场，眼前出现了一幕幕同学们跳集体舞的认真、执着，顿时，整个体育馆都弥漫这青春的活力。

来到草坪上，看着一望无际的绿草，搭帐篷，露营的一幕幕又浮现在我的眼前，当时，我们是多么坚持，快乐，好奇。

来到操场上，看着红白相间的跑道，精彩的拓展活动的一幕幕有展现在我的眼前，相依为命的团结，盲人方阵的智慧，乾坤挪移的配合，无不展现出同学们惊人的毅力，强大的凝聚力，丰富的想象力。（◇陈妍霏）

回忆

精彩瞬间



今天是在北郊中学夏令营的最后一个完整的一天，与同学们同住一个屋檐下的生活即将结束，和大家一起训练，一起分享快乐、分享悲伤的日子结束明天下午，我们就要离开了，离开美丽的北郊，流过汗水的北郊，体验过生活的北郊。我不愿离开，我愿与同学们在一起，让快乐、欢喜、笑声充满。让这件事永远留在我们心中。

别了，北郊中学；
别了，我的好伙伴们
别了，我的独立生活
别了，七彩夏令营；



第一次搭帐篷：搭帐篷充满了乐趣。一开始，我们看着教官熟练地搭起了帐篷，但轮到自已，却搞得手忙脚乱，这边刚搞好，那边又有问题了，最后在教官的帮助以及我们的不懈努力下，营地上的帐篷终于一个又一个地竖了起来。

第一次拉练：拉练充满了汗水和艰辛。在拉练的路上，没有平坦的大路、宽阔的大道、干净的地面，只有崎岖的小路、羊肠小道，泥泞的地面……在这种恶劣的环境下，只有手电微弱的光指引我们前进。一路上，我们互相提醒，互相帮助，这时候，我们真正体会到了友情的重要。



第一次



营的每个项目，以优异的成绩展示在父母的面前。



奇水，显但会令



我成长，我快乐！

我真的感到很累，但是，我知道：既然来了，就要尽自己所能做好每一件事。所以再苦再累我都不怕！

王园：通过这几天的“魔鬼”训练，我深深地体会到了团结合作的重要性，我们要把这种精神延续到日后的学习和生活中，为要让每个人都懂得“众人拾柴火焰高”的道理。也只有这样，我们每个人才会更有合作意识，整个班级、整个学校、整个社会才会更有凝聚力！

度过了七彩、快乐的七天。虽然我们每天都会遇到各种各样的困难，有时还会碰到难以解决的问题，但是我依然快乐，因为我享受着整个解决困难的过程，是这一个个过程让我得到成长。

吴孟霖：七彩夏令营锻炼了我的身体，磨练了我的意志，使我学会不轻易向困难低头。还增强了我的自主管理和生活能力，让我理解了父母的苦口婆心。夏令营中所经历的种种，使我成长了不少，我将永远不会忘记它。

钱如月：身为通讯员的我身上肩负着重大的责任。责任，不是一时的认真，而是一生的追求。通过七彩夏令营，我将永远承担好我所应尽的职责。