

给书包减减肥日记(通用18篇)

个人简历是在一段时间内对个人成长和发展进行记录和总结的一份重要文件。接下来是一些关于意见建议的范文，大家可以参考借鉴。

给书包减减肥日记篇一

不知道从什么时候起，书包觉得自己越来越胖，越来越行动越笨拙。

终于有一天，书包伸手摸了摸自己的大肚子，说：唉……地长叹了一口气，受不了了，我的伙伴们，你们还是出去吧！

出去？那怎么行呢？语文数学等教材异口同声的说：我们可是主科啊！再说了，贝贝哪天上课不需要我们啊，我们可是重点保护对象呢！

书包只好说：文具盒，你出去溜达吧！文具盒听了，理直气壮的说：笑话，如果我出去了，主人上课用什么来写字？书包无奈的说：那好吧，你好生的在这呆着吧。

书包忍无可忍，只好大声嚷到：请没用的书籍出去吧！

美术、音乐、科学、思品等听到这样的话，几乎是一起蹦起来说：不行不行，我们全心全意的为主人服务，如果主人上课时缺少了我们的陪伴，可能会被老师罚站的啊，坚决不能把我们赶出去！字典公公也说话了，当主人不认识字的时候，得请教我呢，缺了我，怎么可以，我的重要性不因而喻！

大家吵了半天，也没有确定谁先出去，最后，书包只好无可奈何地说：我的减肥计划何时能成功啊！

给书包减减肥日记篇二

一天晚上，我听到一个小声音说：“我是一个书包，我是一个小书包，我是一个漂亮的书包。但是，由于我的主人在高三，书也很多，所以我不是那个漂亮的。”

我以前很苗条。我一进校门，无数双眼睛就敬佩地看着我！现在我一进校门就没人理我了。我心里真的很难过！”我说，“现在社会竞争激烈，每个家长都希望自己的孩子学得更好。所以学校老师把书填在书包里，怕学生掉队。每天发课外资料和练习册，书包越来越肿，变成了今天的样子。”书包拍了拍自己胖胖的肚子，难过的说：“以后怎么找婆家！”

一个白胡子的爷爷捋了捋胡子，笑着递给她一块手帕。临走的时候，他对她说：“如果你把它放在肚子里，你会变瘦的。”她照她爷爷说的做了。第二天，我又拿起书包，可是走着走着，书包突然变得很轻。于是我以更快的速度跑到学校，打开书包，看到里面有一盒七粒药丸。我正要回家拿东西，但一转身，我需要的东西都已经摆在桌子上了。

我高兴地说：“太好了！”我认真地听老师讲课，书包就在我眼前，仿佛在对我说：“顾，你要是好好学习，我就一直陪着你！”我开心的哭了。这时，一个声音想：“莎莎，你再不起床就要迟到了！”是我妈妈在叫我。那是一场梦！

给书包减减肥日记篇三

这几天，我的书包越来越重，都把我的背给压弯了。所以我想实施一个书包“减肥记”。

这天，我把书包里的东西统统倒出来。地板上立刻变得花花绿绿，我东找西找，找到了文具盒，恋恋不舍地说“文具盒，你太重了啊，请你出去好吗？”文具盒说：“什么？你说什么，要我出去。你忘啦，我可是你最重要的学习用品啊！”

这时，我才恍然大悟：“对呀，没有文具盒，怎么学习啊！”“那么你就呆在书包里吧！”我叹气地说。只好把文具盒再放进书包里。

我又找到了一本厚厚的字典，唉声叹气地说：“字典先生，你太胖啦！请你出去好吗？”

“不行！写作文时，如果有不会写的字，我可是你的好帮手啊！我很重要的”。字典着急地表白。“那好吧，你就呆在里面吧。”。我无奈地说。我又把字典放回书包里了。

“美术，语文，数学，英语，音乐，品社”你们谁可以发扬一下风格呀，从我书包里走出去啊！我的书包太重了。它们齐声回答：“不可以，我们是主科，你忘了上次你上英语课，没带英语书，被老师扣了50朵小红花啊”。“对啊，我光顾着减肥，却忘了你们的重要性了”。

哎！这“肥”可真难减呀，弄不好也是越减越肥。

给书包减减肥日记篇四

书包想：这些破本子在我身上逍遥自在地动来动去，让我真的真的过不了日子了，得让我想个办法。反正张蕙颖也不希望书包太重。

书包说：“有什么办法可以把本子拿出来呢？”书包左思右想，还是没能想出办法，最后，它突发奇想：用自己的“嘴巴”把书本吐出来。

第一个吐出来的是笔记本妹妹。笔记本妹妹虽然个子不太，但很重，书包费了九牛二虎之力，才把笔记本妹妹吐出来。

第二个吐出来是，可是强壮的语文、数学书的双胞胎——语文练习本和数学练习本。

第三个是又矮又小古里怪气的老头一笔盒先生。这小老头把书包惹怒了，就被吐出来了。

要拿出的不止这些，但需要的还是得要，书包很明确。

背着这轻巧的书包，张蕙颖开开心心地上学了！

给书包减减肥日记篇五

我的书包像一座大山，每次上学我背上心爱的书包都气喘吁吁，腰酸腿痛，不背书包又怕老师批评，怎么办呢？对了，必须给他减肥了。

星期五晚上，我像往常一样，背着重重的书包回到家，累的腿一拐一拐的。刚到家，只听扑通一声，书包就被我砸到了沙发上，沙发登时砸出了一个大坑。看见沙发的尴尬样子，他好像在对我说，小主人你太坏了，瞧你把我砸的。我赶快把书包里的东西都倒了出来，哇还不少，乱七八糟，堆成了一座小山。

好整理书包，现在开始。说干就干，我先找我的语文书，咦，我的语文书呢？我眉头一皱，不会是忘学校了，不可能，还是再找找吧。我一扒，啊！原来藏在最底下，嗯，语文老师挺严厉，可是语文书挺调皮，还会给我捉迷藏呢！我把他拉了出来，又找起数学和英语课本。我用火眼金睛找到了数学和英语课本，顿时洋洋得意。

突然，一道黑影出现了，他抢了我的数学课本，我定睛一看，原来是邻居家的小孩儿。我像一道光一样飞过去，只听咔嚓一声，数学书就撕破了，我只好拿起胶布，把数学书粘成了一个木乃伊，像一个伤兵，很抱歉，数学书，你不要生气就好。我小心翼翼的把数学书也装进了书包的里层。最后我找到了所有的学习资料和作业本。真不想把他们装到书包里，每天都得写，但是又无可奈何呀！就剩一些手工材料和用具，

怎么办？装还是不装，装了，书包又变得鼓鼓的。想了半天，还是把它们恋恋不舍地放到了书桌上。

哟，有用的东西装完了，沙发上最后还剩下一堆垃圾，有演草本、语文作业本、数学作业本和以前的卷子，我把卷子放进卷子袋里，其他的都请到垃圾桶。垃圾桶这下吃的饱饱的，好像对着我咪咪笑呢！

我背上书包试一试，感觉身轻如燕，神清气爽，看着扁扁的书包，心中美滋滋的。

整理书包挺简单的，我决定以后每星期给书包减肥一次，这样就不会那么沉，真好。

给书包减减肥日记篇六

早晨，我吃过早饭，又背起那沉重的书包上学去了。走了不一会儿，我觉得书包轻了。我活动了一下肩膀，书包好像又轻了许多。我挺了挺腰杆，我又蹦又跳的向学校走去，脚下轻飘飘的，好像要飞起来似的，不一会儿就道了教室门口。一进门，我觉得书包更轻了，打开一看，哎呀！里面什么东西都没有了，却有一瓶电视力作广告的七消丸。难道七消丸能使书包减肥吗？可是书包里的东西到哪去了呢？我赶紧跑到座位旁，把书包往抽屉里面一丢，奇怪！书和文具已整齐的放在抽屉里了。这是怎么回事？再看看其他同学，也似乎和往日不同，一个个都轻松的走进教室，脸上带着神秘的微笑。

这时，我忽然感到很冷。耳边传来了妈妈的叫声：陈星旭，该起床了。我睁开眼一看，哟！七点了。原来我是在做梦呀。唉真没劲！看着那放在沙发上的书包依然鼓鼓囊囊，我失望极了。

我盼望有一天我的书包能够真的轻点，小点。

给书包减减肥日记篇七

上课铃响了，老师微笑地对我们说：“请同学们把书包拿到课桌上。”同学们很费劲的从书洞里拿出书包，沉重的书包被大家放在了书桌上。

老师一声令下，原来安静的教室一下子热闹起来。只见有的同学直接把书本倒了出来；有的同学一本一本地往外拿；还有的同学把头伸进了书包去拿。我也开始行动起来，我先把书包打开，把书本很快的拿出来。不一会，原先又沉又胖的书包转眼间变得空荡荡的。现在放眼望去，教室里同学们课桌上的书本堆积如山。

接着，老师又说：“请同学们把今天上课用的课本、文具装进书包最后放进书洞。”听了要求后，我们开始行动起来，桌面上的书本渐渐减少。到了最后，有的同学桌面上留下很多用不到的书；有的同学桌面上留下很少的书；还有的同学桌面上很干净。

通过大家的努力，原先又沉又胖的书包终于变小了，能顺利地放进书洞了。书包减肥成功了！

通过这次活动，我明白了平时要养成整理书包的好习惯。也要感谢老师举办的这次有意义的活动。

给书包减减肥日记篇八

“秋思，还没写完呀！”爸爸妈妈又在催了，是呀都已经9点了，照我往常的速度，早就写完了，可我们今天的作业多呀！多得连一直陪伴着我，在我身边嗡嗡叫的苍蝇多飞走了。

刷刷的写字声一直陪我到了10点。

随着爸爸的打鼾声，不一会儿我便进入了梦乡……我来到了

一个陌生的书桌前，碰见了我的同学—赵雪滢。我们俩出于好奇心，把书桌翻了个遍，突然，我发现了一个小盒子，盒子里面有一个减肥剂，上面写着：书包减肥剂。旁边还有广告—想让你的书包变轻吗？想让你的作业变少吗？如果想，那么就请使用书包减肥剂吧！它可以让你的老师给你布置的作业很少，它可以让你的美梦成真！还等什么？心动不如行动，快动手吧！

我俩一看，广告词儿还是挺诱人的嘛，就是不知道真正的效果怎么样。于是我俩将书桌上所有的书都装进了一个大大的包里，从减肥剂里挤一点放在大包上，果然3秒钟后书包奇迹般地变轻了。“奇迹呀，这真是奇迹！”我们俩都不约而同的欢呼起来。

“啊！”我不禁惊叫了起来。我被我妈打了一巴掌，“好小子（注：我是女孩）你作业还没写完就先担当起猪的重任来了，快给我写！”唉，我被我妈无情的叫了起来。

哎，要是真的有书包减肥剂就好了，是在不知哪位天才能帮忙发明一下那？

给书包减减肥日记篇九

开学了，豆丁背着新买的书包去上学。书包刚开始肚子还扁扁的，随着发下来的书越来越多，书包就胖了起来。

书包想：不行啊，我太胖了。小主人背我会把腰压弯呀！我一定要减肥！

书包对文具盒说：“请你出去。我太胖，小主人背着我会很累的。”文具盒不高兴地回答：“我要是出去了，小主人哪有笔写作业呀？所以我不能出去。”书包想：小主人完不成作业会多着急呀！书包把文具盒留下了。

书包对水杯说：“请你出去。我要减肥，小主人背我太累了。”水杯委屈地说：“我可不能出去！如果我出去了，小主人会口渴的。”书包想：水杯得留下。书包又转向下一个目标。

书包看见玩具车和零食，生气地说：“你们俩必须走！小主人玩儿玩具车影响学习，吃零食不健康。”

平时多嘴的玩具车把嘴闭上，低着头离开了；总是嘟囔的零食也悻悻地走了。

下课时，豆丁掏掏书包，发现零食没有了。他只能预习下一课；上课了，豆丁又掏掏书包，看见玩具车消失了。他只好认真听课。

这一天，书包很开心，它既减了肥，又帮小主人改掉溜号的坏毛病。

给书包减减肥日记篇十

一想起每天上学时那疲惫不堪的情景，我就希望有什么办法让书包轻点。那天晚上，我躺在床上听着电视里无聊的广告，迷迷糊糊进入了梦乡……。

早晨，我又背起那沉重的书包上学去了，走了不一会儿，突然觉得轻了许多。一进校门，我觉得书包变得更轻了，打开一看，原来里面的东西全没了，只有一瓶天天出现在电视广告中的“七消丸”。难道“七消丸”也能使书包减肥吗？可那书包里的东西到哪儿去了呢？我害怕极了，赶紧往座位上跑，把书包往抽屉一塞，准备回去找书和文具盒。奇怪！书和文具盒已经整整齐齐的摆在里面了。这是怎么回事呢？再看看其他同学，也似乎和以往不同，都显得既轻松又愉快。我正高叫“奇怪”，“丁零零”的闹钟声把我惊醒了。

啊！原来在做梦。

给书包减减肥日记篇十一

最近，小主人升上了高年级，课程渐渐增多了，书本也越来越多，书包一天比一天胖了。

一次，书包见自己把小主人的背压弯了，非常难受。书包想：我也应该减减肥了，不能再让小主人受苦了。于是，书包踏上了它的减肥之旅：

一：书包常看见有许多人骑自行车来减肥，它马上搬来一辆自行车，跳上去模仿起别人来，但是它这才发现自己没手没脚，控制不好自行车，一下子从自行车上掉了下来，摔了个鼻青脸肿。

二：书包见那样不行，认为打滚可以减肥，就马上在草地上滚起来，因为书包过于肥胖，不但把书滚了出来，还和大树来了个亲密接触。

书包无计可施，只好去问太阳公公，太阳公公对它说：“你可以去叫小主人帮你把当天不用的书取出来，每周清洗你呀！”书包高兴极了，冲回家，把太阳公公的话对小主人说了，小主人照着它的话，取出不用的书，还把它清洗了一遍，没过多久，书包恢复了原来的“苗条”状了。

给书包减减肥日记篇十二

最近，小主人升上了高年级，课程渐渐增多了，书本也越来越多，书包一天比一天胖了。

一次，书包见自己把小主人的背压弯了，非常难受。书包想：我也应该减减肥了，不能再让小主人受苦了。于是，书包踏上了它的减肥之旅：

一：书包常看见有许多人骑自行车来减肥，它马上搬来一辆

自行车，跳上去模仿起别人来，但是它这才发现自己没手没脚，控制不好自行车，一下子从自行车上掉了下来，摔了个鼻青脸肿。

二：书包见那样不行，认为打滚可以减肥，就马上在草地上滚起来，因为书包过于肥胖，不但把书滚了出来，还和大树来了个亲密接触。

书包无计可施，只好去问太阳公公，太阳公公对它说：“你可以去叫小主人帮你把当天不用的书取出来，每周清洗你呀！”书包高兴极了，冲回家，把太阳公公的话对小主人说了，小主人照着它的话，取出不用的书，还把它清洗了一遍，没过多久，书包恢复了原来的“苗条”状了。

给书包减减肥日记篇十三

小红有个大大的红书包，里面装的鼓鼓囊囊。红书包觉得自己的肚子太大了，便想减减肥。

一天，书包对文具盒说：“文具盒，你看我的负担太重了，请你出去，行吗？”

“不行！”文具盒反驳到，“要是我出去了，小红要写字的时候，找不到铅笔，写错字的时候，找不到橡皮，怎么办？”

红书包被反驳的没办法，只好转过头，问语文、数学、英语书：“你们可以出去吗？”

“不能！因为小红的课程表上每天都有我们的课，要出去也要让品德、音乐、科学和美术出去，每周只有两节需要它们。”

话音未落，音乐书美术书等也叫了起来：“就算是两节课，

但课程表老是改，如果需要我们的话，小红找不到我们，那岂不是罚她挨站吗？”

大家七嘴八舌，互不相让。突然大家安静下来，过了一会儿，文具盒轻声地对字典公公说：“您总可以出去了吧。”

“你竟敢让我出去！”字典公公的胡子都气的翘了起来，“如果我出去的话，小红遇到不认识的字，找不到我，怎么半？”

红书包无奈地说：“唉！减肥失败！”

给书包减减肥日记篇十四

从一年级到现在，我已用了三个书包。不是我不爱护书包，实在是书包太沉了，坠坏了。想起每天上学放学时那疲惫不堪的情景，总希望有什么办法能让书包轻点。那天晚上，我躺在床上听着电视里无聊的广告，迷迷糊糊进入了梦乡。

早晨，我又背起那沉重的书包上学去了，走了不一会儿，肩膀被压得又酸又疼。我又活动了一下肩头，觉得轻了许多。一进校门，我觉得书包变得更轻了，打开一看，原来的东西全没有了，却有一瓶电视台天天做广告的“减肥丸”。难道“减肥丸”也能使书包减肥吗？可那书包里的东西减到哪儿去了呢？我害怕极了，赶紧跑到座位旁，把书包往抽屉里一塞，准备回去找书和文具盒。奇怪！书和文具盒已经整整齐齐地摆在里面了。这是怎么回事呢？再看看其他同学，也似乎和以往不同，一个个显得既轻松又愉快。我正高叫“奇怪”，“叮铃铃”的闹钟把我惊醒，啊！原来在做梦。看着依然鼓鼓囊囊的书包，我失望极了。

我盼望有一天，我的’书包能真的轻点、小点。

给书包减减肥日记篇十五

“哎……”这是谁在说话呢？噢，原来是一只小书包在说话。

它叹了一口气又说了下去：“哎，我们书包家族真可怜。你瞧瞧，垃圾桶里的那一只书包是怎么破的吗？那是因为它的小主人往里面放的东西太多太多了。那个小主人也真是，不管什么东西他都放进去，书呀，作业本子呀，铅笔盒，还有什么玩具绳子之类的东西，真是应有尽有。东西多，份量重，书包它承受不了，只有放开了一道口子。哗啦一下，东西都掉了出来。这个小主人不但不怪自己，反而埋怨书包不牢就随手把它扔到了垃圾桶里面去了。”“嗯，我的主人好，给我经常减肥，把一些不用的东西拿出放在家里，等到要用的时候再把它们放进去。我已经为主人服务了五年了，还是跟新买回来的一样！”“当然，你说的也对。只是我想学校里要是能够少发一点书，或者有一个专门放书的地方，那么书包里面的东西不也就可以减少了吗？我们也就不用被主人撑破了呀！”“是呀！你看垃圾桶里不是还有一些旧了的书包，破了的书包。其实我也是一只旧书包，虽然还没有破，但是，要是主人给我放更多的东西，那么我也一定承受不起，也就破了。这样，我就离地狱之门也就不远了。唉，我真想跟人们一样减一减肥。”“是呀，这是我们书包的共同的想

“嘘，别出声，我的小主人要起床了。我又要工作了。朋友，再见！”屋子里又恢复了宁静。

有一天，小猪在《森林日报》中看到狐狸小姐开了一家减肥点子公司，小猪兴致勃勃地去了公司。狐狸小姐了解了小猪的情况后，咧开嘴笑着说道：“小猪妹妹，我有一个好的办法，可是要十万元的点子费。”“灵吗？”小猪犹豫地摸了摸自己的口袋，拿出了十万元的支票。“灵！灵！”狐狸小姐的笑容更艳了，“小猪妹妹，你只要每天在太阳下走一、两个小时，第一餐只吃一个苹果或一只香蕉就可以了。三个

月后，一定很苗条！”狐狸小姐说着，接过了钱，小猪也开心地回家去了！

猪妈妈和猪爸爸一回来，就发现骨瘦如柴的小猪倒在地上，立即打电话叫救护车。

小猪进了医院。时间一年一年地过去了，小猪仍躺在病床上，不能吃饭，只能用营养液维持生命。过去了，小猪终于战胜了死神。后来小猪要去森林法院告狐狸诈骗她时，狐狸早就出国去了。

其实，小猪身材胖点不是美不是丑，因为那才能体现出小猪的可爱。小猪减肥了，可就不可爱了呀！

给书包减减肥日记篇十六

“怎么又只考了80分，你有没有把心思放在学习上？”房间里，传来女主人生气的声音。接着，又传来一个男孩的话音：“试卷那么难，当然考不好了。”话音刚落，女主人叹了口气，说：“先洗脸睡觉吧。”在“嗒”的关灯声后，整个房间安静了下来。

过了一会儿，书包拍了拍肥胖的身子自言自语地说：“小主人考不好，可能是我太胖、太重，影响了他。今天，我一定要减肥。”

它先看了看字典公公，说：“字典公公，您太重了，还是回到书架吧。”字典公公听了，摸了摸长胡子，慢吞吞地说：“小主人平时遇到不会读的生字、词，都要问我。我要是走了，小主人还怎么认识生字、词呀！”书包又看了看语文书、数学书和英语书，说：“你们合起来实在太重了，还是你们回书架去吧。”这下，语文书不开心了，它双手叉腰，大声地讲：“我可是主课，小主人绝对不能少了我！”“就是、就是。”数学书和英语书在一旁附和道。书包想了想，

又对美术、音乐等书说：“反正你们都是副课，上与不上都没事，你们就回书架去吧！”美术书鼓起腮帮子，不服气极了，说：“我可是小主人的开心果，小主人最喜欢我了，我可不能走！”

突然，有几个声音不好意思地说：“你们都别吵了，其实，我们才该走。”接着，弹弓、玩具手枪、游戏卡牌等接二连三地走了出来，说：“我们让小主人上课分心、分神，还让小主人马虎地写作业，我们确实该走。”玩具们一走，书包立刻瘦下来，书包高兴极了，兴奋得手舞足蹈。

在床上熟睡的小主人，怎么也想不到明天上课时，偷偷藏在书包里的玩具不见了吧！

给书包减减肥日记篇十七

第二天，我又背起那沉重的书包上学，心中有种把它扔了的欲望。我整理了一下书包，好像轻了一些，心理作用吧？我挺了挺腰杆，酸疼感似乎真得轻了。我笑了，并把这种状态保持到学校。

把书包放到课桌上，我觉得轻盈了许多。把书包掏出一看，文具变得袖珍了，书也都是袖珍书。惊讶。狂喜。

“你们怎么忽然就变得那么苗条了呢？”我问我的语文课本。它有些吃惊的看着我，说：“我们不是喝了减肥茶吗？不是主人您想让我们变小，让书包变轻的啊？”

我恍然大悟，我不是一直有这样的梦想吗？难道这些都变成了现实？

.....

“睡觉到床上睡去，着凉了怎么办？”妈妈推揉着我。我睁

开惺忪的睡眼。

书包还在沙发上，鼓囊囊的。

我看了，想流泪。

给书包减减肥日记篇十八

减肥这个词在我们生活中很常见，在电视、报刊、网络、地铁的广告牌上、随处可见，但你听说过书包“减肥”吗？我就经历过，下面我就给大家讲讲我的书包“减肥”记。

放学回家后，我把书包“大头向下”一股脑的把里面的东西全部都倒了出来，“哇！”我大叫了一声，还真是应有尽有啊！有课外读物、趣味数学、从未用过的本子，已经用过的各种课用道具（易拉罐瓶、口香糖盒……）“天哪！这哪儿是书包啊，简直就一百宝箱！”于是我开始给书包大减肥，把第二天要用的书本从小到大的排列整齐放进书包，不用的书放回书架，易拉罐瓶、口香糖盒扔进垃圾桶，把课用道具放进道具箱……我试着拉上拉链，“嘿！这回很轻松就拉上了，”“啊！可以松口气了！”我半信半疑地看着书包，心里想：“这回应该不会重得象山了吧！”第二天上学时我轻松的背起书包也跟同学们一样向学校“飞”去。

这，就是我的书包“减肥”记。