

走在晚风习习的小路上，我听见路边房子里传出一个练习演讲的稚嫩童声。这晚风中的一声清籁，让那一帧破防瞬间又闪过脑海……

我的破防瞬间

那次，我接到一个演讲的任务，题目是“做事的准则”。乍一听没什么难的，但对于我这个口音重、记性不好的学生，这就成了一道坎。犹记得我的第一次演讲，我背着稿，应和着幻灯片吞吞吐吐地讲完了。台下是热烈的掌声，老师挤出一丝笑容。虽然满教室都是掌声，但这一句句鼓励，更像是

一击捶胸，痛击了我——我深知自己讲得十分差劲。而这次，我依旧还是那个我，口音重，表情僵硬，一段文字总是背不下来，一激动就连舌头都打结的男孩。这些困难像大石一样压倒了我，而我就是那个西西弗斯，无法逃避也不能抵抗。但在那瞬间，周围突然响起了一段熟悉的旋律——“命运被他坚持，不知道有几

次”。这是我喜欢的《未了》，讲述的是西西弗斯勇于对抗命运，最终改写推巨石命运的神话续写。连西西弗斯都能打败命运，那我为何不能拼一把，也成为一个“改写人生的西西弗斯”？蓦地，心弦荡漾，我下定决心，攻克这个难关！窗外乌云已散，得权的太阳再次甩下温暖的火袖，滑过整个世界，履足地放射出热量。我心中的乌云也

已散去——真的破防了。瘫在沙发上有气无力念稿的那个面带茫然的男孩不见了，换成了一个站在窗前面带微笑的男孩！那一瞬间，我做出了决定：继续练习！读着这些原本把我的信心揉得七零八落的文字，我竟渐入佳境：“每个人做事，都必须有一个原则……”“他午睡他狂欢，他教大地拾穗”，我多么渴望像打困境

后的西西弗斯一样兴奋，成就感啊！那一破防的瞬间，让我坚持下去了。一天后，演讲很成功。教室里再次响起热烈的掌声，大家脸上浮现出由衷的支持。我感谢那个破防的时刻，没有那个时刻，我的脸还会被悲伤和后悔扭曲成一幅抽象画。人生大起大落，但不变的还是追梦的路。尽管有时孑然一身，尽管可能一路孤勇，但路的尽头，定是繁华！（石狮市第一中学 李奕铭 指导老师：黄焯扬）

小蒜蒜成长记

“奶奶，蒜要搬去晒太阳吗？”“奶奶，一天要加几次水？”……打从种蒜那一刻起，我就有问不完的问题。我像妈妈照顾妹妹一样，细心照料着我的小蒜蒜。那天，太阳公公伸伸懒腰，从地平线上缓缓升起。半黄半绿的芽儿也跟着悄悄探出呆萌可爱的小脑袋，眨巴眨巴眼睛，好奇地打量着这个新奇的世界。我轻轻走近，细细一瞧，呀！它们就像可爱的花园鳗，时刻警惕着，好像只要我一伸手摸，它们就会立马缩回土里。真有意思！过了两天，小蒜蒜变戏法似的，给自己披上了一件淡绿色的薄外衣，

里头还包裹着一个小芽儿，嫩嫩的，绿绿的，就像襁褓中的小婴儿。真可爱！一天又一天……我发现小蒜蒜各有千秋。它们有的弯弯的，像锋利的镰刀；有的直挺挺的，像自信的高个子模特儿；有的柔软有劲，像优雅的芭蕾舞。真好看！在我的悉心照料下，小蒜蒜一天比一天绿了，一天比一天高了，它好似乘着“天梯”不停地长——长——小蒜蒜的成长可真有趣！（石狮市第五实验小学二年3班 阮昕 指导老师：蔡亚璇）

爷爷的牛

爷爷养了一头牛，我刚见到它时，因为它身上的恶臭总让跑得远远的，以致后来我长大后还是十分讨厌它。在我印象中，这头牛不仅懦弱而且愚笨。看吧，那些鸡鸭在它粗糙的皮肤上啄东啄西，它竟然一声不哼，只是绷紧了身子任它们啄咬，偶尔用尾巴不轻不重地扫一下。可怜的牛啊！它本可以一脚让那些弱小的动物吓得四处逃窜，为何要忍受它们的欺侮呢？“对牛弹琴”这四个字完美地诠释了这家伙不懂变通的愚蠢。后来见过几次它工作，我便彻底改变了对它的看法。夏天的午后，毒辣的阳光照射

着大地，地面热得像一个大烤炉，仿佛要把人烤熟似的。爷爷和老牛却顶着烈日在田里忙活着，汗水从爷爷的脸上不断滴落，老牛喘着气，在爷爷的喝令中，他们从田的这头犁到那头，又从那头犁到这头。老牛一点脾气也没有，只是默默地走着走着……当落日余晖洒满整个田野，干完活的爷爷总是把我抱上牛背，我们一起去在田埂上。那时我却闻到了曾经的恶臭，反而闻到了爷爷和牛身上那阵泥土的清芬。如今，爷爷已经不在在了，只有老牛还一直陪着我……（石狮市中英文实验学校四年7班 包晨钟 指导老师：黄亚燕）



未来的家 石狮市中英文实验学校三年1班 林铭涵 指导老师 陈居权

元宵吃汤圆

一年一度的元宵节，大家一定要吃汤圆吧！节日里，我就在外婆家包汤圆。我走进厨房就看见桌上满满当当的食材，有一大袋糯米粉，芝麻馅和花生馅。材料都备齐了，那就开始包汤圆吧！由于这是我第一次包汤圆，就在外婆的带领下开始。第一步就是和面，先把白而透亮的糯米粉倒入盆中，再加入水一直和，直到它成团为止。外婆的手法比我熟练多了，不到10分钟就和好了，然后把糯米团分成大小相同的小粉团，再把小粉团放在手中挤压成圆形的薄片，最后把各种味道的馅放在皮中包裹着，再合上双手把带馅的小糯米团搓成圆形，汤圆就做好了。锅里的水已经开了，汤圆下锅。开始它们在锅底里一动不动像睡着了一样，随着水温的升高，它们也慢慢地露出了圆圆的小脑袋，再过一会儿它们都争先恐后地漂浮到水面上，还跳着不规则的舞蹈，他们在水面上翻滚着，穿梭着很是繁忙。它们忙得不亦乐乎时，身体也渐渐地长胖了一大圈，外婆说汤圆身体长胖了就熟了。我迫不及待地一口咬下去，糯滋滋的很美味。吃完了美味的汤圆，外婆还给我讲了元宵节的传说和汤圆的意义，原来在古时候，有一位宫女名叫“元宵”，因常年思念父母又不能出宫，伤

心得泪流满面，有一天东方朔知道了，就决定帮她，于是东方朔对帝王谎称说：正月十五这天要火烧长安，必须让元宵姑娘做汤圆并让百姓和自己的家人团聚一起吃汤圆，因此元宵姑娘终于见到了自己的家人。于是就有了元宵节，元宵吃汤圆的习俗也渐渐传开了。汤圆的意思呢？那就是一家人团团圆圆，和和美美。元宵节，大家记得和家人人们一起团聚吃汤圆哦。（石狮市福民中心小学四年4班 罗雅兰 指导老师：陈明端）



菁菁校园
mail:xxx7508@163.com
这是校园的芳草
来稿请寄：(石狮日报) 许小敏 收
协办：石狮市中英文实验学校

跟着课本去旅行

上的竹筏，我有些害怕：不知道竹子是否坚固，不知道这么多多人坐着是否平稳。扶着船公的手，我小心翼翼地坐在竹筏椅子上，随着筏动风起，内心的害怕渐渐被好奇取代了。随着竹筏顺流而下，船公的声音也响起了，听着船公娓娓道来，我知道了九曲就是九道大弯口，因为省力原理，竹筏要顺水

而下，所以将从九曲划向一曲。微风徐徐，青山盈动，武夷36峰，各有不同。一路上，我看到了戴着帽子的“骆驼”，看到了下水的“石龟”，看到了如双狮戏石球的怪石，看到了三仰峰，看到了被称“武夷山第一胜地”的天游峰，看到了36峰中最迷人的玉女峰，更看到了36峰皆朝拱的大王峰，还有些叫不出

名字的怪石，真如课文中所说“武夷山造型奇特，山势险峻”。在清澈见底的溪水中，一群小鱼总是追随在我们竹筏两侧，我和妹妹也拿出早已准备好的鱼食投喂，看着它们争食，看着它们跃出水面抢食，也是一道别样的景。在喂鱼时还发生了一件有趣的事：妹妹在投喂时，不小心把几粒鱼食落在了竹筏上，

一条笨头笨脑的小鱼不知死活地跳上竹筏觅食，结果被困。这条小鱼全身呈梭子状，头尖尖的，身上的鳞片好似用银子打磨而成，在阳光的照射下闪闪发光，爸爸说这就是浪里小白条，是九曲溪里的宝贝，我们应该放了它，于是我和妹妹合力把它放回溪里，希望它以后不要这么贪吃了。回头望去，真是泛舟碧波上，人在画中游。（石狮市中英文实验学校四年4班 文程勋 指导老师：赵春梅）

实习大学生学以致用 赋能锦尚景点数字化建设

本报讯 青春正能量，奋斗正当时。近日，自锦尚镇启动2022年“扬帆计划”大学生暑期实习实践活动后，实习大学生马上进入角色，利用知识赋能为锦尚镇数字化讲解添彩。据悉，在锦尚商会的支持下，有3名大学生参加实习实践便是从石狮市红色革命教育基地“数字化讲解”入手，让数字化红色景点迈向现实。“一直以来，石狮市红色革命教育基地是石狮的热门景点，但除了现场讲解外，无法提供线上讲解此次大学生加入，为基地拓展线上讲解功能的实现提供了可能性。”锦尚商会党支部书记蔡双双表示，在锦尚商会的牵头下，镇村干部与学生

进行深入交流，针对石狮市红色革命教育基地的“痛点”，实习大学生准备潜心研发，依托自身知识，结合本地现有讲解内容，拓展线上讲解功能，致力于提升基地的服务功能，从而满足基地的数字化需求。作为石狮市红色革命教育基地志愿讲解员的实习大学生洪培瑜表示，“扬帆计划”为其施展才华、服务社会、提升自己提供了广阔的舞台，推进基地数字化建设，不仅能让他们学以致用，也让他们能够换个角度参与到家乡的建设中，更加热爱家乡。据悉，此次锦尚镇招募了12名大学生，他们的真情投入，为乡村事业的发展增添了一抹亮丽的青春色彩。（记者 邱育钦）

宝盖组织大学生到革命历史纪念馆参观学习



本报讯 在参加暑期社会实践的大学生提供锻炼平台的同时，宝盖镇团委还不忘加强爱国主义教育。7月25日下午，该镇团委组织“扬帆计划”暑期社会实践大学生到杆头革命历史纪念馆参观学习，了解杆头及周边一带的革命斗争历史，增强学生的爱国热情。在杆头革命历史纪念馆里，讲解员黄礼爱给同学们详细介绍杆头及周边一带的革命斗争历史，并着重介绍了当年杆头平民支部、平民支部儿童团以及热心群众的革命斗争故事。得知大学生到纪念馆参

观，宝盖镇老促会会长施文体特地放下手中的事，赶回杆头革命历史纪念馆，并给同学们送来了珍贵的革命斗争相关的书籍与史料，希望同学们能够认真学习，今后为国家、为社会做贡献。据悉，正值共青团建团百年之际，宝盖镇团委积极开展“强国复兴有我”系列活动，此次组织大学生到革命历史纪念馆参观学习就是系列活动之一，旨在引领青年继承和发扬“五四”精神，增强广大青年的责任感和使命感，努力成长为一名有用之才。（记者 林智杰 通讯员 纪金吉）

后花解决“关键小事” 合民意接地气

创城进行时
本报讯 群众事无小事。连日来，凤里街道后花社区积极推进排水改造、路灯亮化等民生项目，使群众的获得感、幸福感、安全感不断提升。据了解，今年后花社区获批排水改造、路灯亮化两个创城奖补项目，目前两个项目均在实施中，预计在本周内完成。据悉，对社区（村）创城项目给予奖补支持，是我市今年推出的又一项常态创城有力举措，奖补对象范围为市区社区、各镇政府所在地的社区（村）、省级及以上文明村，社区（村）可根据实际，策划实施着眼于解决具体问题的“基础项目”和提高创建水平的“示范项目”，经申报批准后实施，市、镇（街道）两级各出资50%给



予支持。“当得知这个政策之后，我们立即申请了一批项目，积极为群众解决难题。”据后花社区党支部书记许奕

家介绍，创城奖补政策出台之后，社区方面先后申报了一批合民意、接地气的民生项目，最终社区排水改造、社区亮化工程两个项目获批。据介绍，后花新村排水设施建于2000年左右，已有20多年历史，因管道老旧，排水排污能力不足及管道杂物堆积，今年以来，已发生多起排水管道堵塞事件，污水横流于路面，严重影响居民生产生活。而该社区后花街、延平路等主要路段，因照明设施年久失修，有近30盏路灯损坏，部分巷道无照明，居民夜间出行存有一定安全隐患。两个项目获批后，后花社区立即组织施工，预计在本周内完成工程量。（记者 陈嫣兰）

关注未成年人健康成长 这群学生有爱心 进老人院送关怀



本报讯 7月24日，宝盖镇不康长者照护中心里比往常热闹，有孩子们的陪伴，住在这里的老年朋友们度过了开心的一天。这是怎么回事呢？原来，到长者照护中心陪伴老年朋友的是石狮市第五实验小学2016级1班的学生。“我们一起去老人院，陪陪老年人吧。”暑假生活如何才能过得更有意义一些，有同学与家长商议着。没想，这个想法得到了大家的响应，家长们更是大力支持。于是，大家相约7月24日到长者照护中心献爱心。“给长者们送来了许多水果、糕点。”宝盖镇不康照护中心一工作人员介绍说，在家长们的陪伴下，同学们走进了照护中心。让老年朋友最为开心的是，孩子们不仅带来了爱心物资、精彩节目，还带来了彩笔，陪老人画画，有的还给老人按摩捶背。有孩子们的陪伴，这一天，中心里的老年朋友无不开心不已，一位位高兴得乐开了花。（记者 林智杰 通讯员 刘芳）

仁里社区“党建”+邻里中心设立有声图书馆

本报讯 一面墙+二维码，就可以打造一座图书馆，用手机扫一扫二维码即可进入线上有声图书馆。7月26日，记者在凤里街道仁里社区“党建”+邻里中心看到，凤里街道总工会打造的首批“有声图书馆”正式启用。采用“扫码听书”的阅读方式，创新打造“可以听的职工书屋”，为员工搭建了一个全新便捷的学习平台。据了解，该平台是与“喜马

拉雅”合作的线上图书频道，内容涵盖了“新思想”“名著经典”“法律”等多个类别，职工只要通过微信扫码，用手指点播，就可以通过聆听的方式博览群书，既增添了员工业余生活的趣味性，又满足了党员个性化学习需求，能够源源不断地把优质党建学习内容送到员工身边，随时随地学。除了这些之外，还设置了“音乐电台”“童话世界”等轻松娱乐内容，满足员工休闲娱

乐的需求，是一项惠及员工精神食粮的好福利。“只需要打开微信扫一扫，就可以听到各种内容的书籍。这样既能打发业余时间，也能给自己‘充电’，一举多得。”凤里街道的职工纷纷为有声图书馆点赞。值得一提的是，凤里街道总工会还将在鸳鸯池公园开辟一个“有声图书馆”阵地，全方位方便全体职工利用碎片时间学习。（记者 陈嫣兰）

鸿山举行“法”护未来普法教育活动

本报讯 日前，鸿山镇司法所携手鸿山镇新时代文明实践所、鸿山司法所、鸿山镇共享职工之家在鸿山镇五彩街区“党建+”邻里中心开展“法”护未来，关爱未成年人普法教育活动。活动中，鸿山镇司法所邀请了石狮市工会法律援助律师吉莹为鸿山镇辖区的困境儿童、留守儿童普及法律知识。讲座中，吉莹结合实际案例，播放视频及未成年人生活实际，从家庭保护、学校保护、社会保护、网络保护、政府保护、司法保护等六个方面向未成年人深入浅出地讲解了法律、儿童福利政策等内容，不断增强小朋友们的法治观念。同时，吉莹以讲故事的形式，把枯燥的法律条文形象地呈现在小朋友面前。此外，吉莹还通过现场问答的形式与小朋友互动，进行有奖问答环节。（记者 杨德华 通讯员 王萍萍）