“走过的每一步都算数”

晋江二小小记者为运动员点赞

本报讯（记者 蔡红亮）12月11日至13日，晋江市体育中心田径场洋溢着激情与活力——晋江市第二实验小学第29届田径运动会在这里举行。学校一年一度的体育盛会，小记者们当然不会错过，他们用镜头和笔触记录下比赛的精彩瞬间，为运动员们坚韧不拔的精神点赞。

随着一声声发令枪响，各项比赛逐一展开。赛场上，运动员们奋勇拼搏，他们用汗水和毅力诠释着体育精神。小记者穿梭在赛场之间，用镜头捕捉每一个动人的瞬间。他们看到，有的运动员在比赛前紧张地做准备活动，有的运动员在比赛中摔倒后迅速爬起继续比赛，还有的运动员在比赛结束后相互搀扶、鼓励……这一幕幕都让小记者感受到了体育运动的魅力，以及同学们之间的友谊。

当天，小记者还采访了多名运动员，一问一答间，小记者了解到，许多运动员为了能在校运会上取得好成绩，提前一个月就开始训练。他们利用课余时间，反复练习技术动作，不断提升自己的体能和竞技水平。

值得一提的是，在采访中，有多名运动员都谈到了一句话——“走过的每一步都算数”，这让小记者们印象深刻且感触良多。“每一名运动员都是赛场上的英雄，他们的每一步都凝聚着汗水与梦想，都值得被尊重和点赞。”小记者蔡昊恩表示，今后，他要多多学习运动员坚韧不拔的精神，努力学习，锻炼身体，勇往直前，不断超越自我。

小记者感言

通过本次采访，我明白了校运会这个重大活动，离不开赛场上奋勇拼搏的运动员，也离不开默默奉献的志愿者。

小记者陈祎祎

每一名运动员都不是一个人在战斗，背后有很多人在支持着他们。胜利是荣耀，失败亦是成长，相信每个人都深刻体会到了“友谊第一、比赛第二”的真谛。

小记者赖子璇

为期三天的校运会，我从中学到了许多：在短跑运动员身上，我看到了他们面对挑战的勇气；在长跑运动员身上，我看到了他们永不言弃的毅力；在跳高运动员身上，我看到了他们不断向上的决心……这些都让我受益匪浅。愿我们都能将这股不服输的劲常驻心间，指引我们继续前行。

小记者曾梓睿

安海中心小学小记者趣做甜甜圈

本报小记者 黄子航 陈铭睿 李宇珊 张梓煊 黄书芊 曾域乾

近日，晋江市安海中心小学小记者走进长富国民营养社区公益体验馆（安海馆），与爸爸妈妈一起体验制作甜甜圈的乐趣，学习健康乳制品知识。

活动伊始，专业烘焙师先向小记者展示了制作甜甜圈的步骤，小记者们瞪大眼睛认真地学习着，个个跃跃欲试。最令人期待的DIY环节开始了，摊饼皮、放豆沙馅料、压馅料、卷饼皮……家长、小记者一同动手制作，活动现场不时传来小记者们兴奋的笑声。

小记者感言

制作甜甜圈的过程很有趣！吃着与妈妈一起做的甜甜圈，心里美滋滋的。这次的体验让我收获满满。 小记者林昕跃

甜甜圈出炉时，那香甜的气味仿佛在招引我来品尝呢！经过这次活动，我学会了做事要有耐心和细心，体会了生活的美好。 小记者张贻静

除了动手制作甜甜圈，我们还学习了许多关于牛奶的小知识，真是一次难忘的体验。 小记者林承杰

没有什么比自己亲手制作的甜品更让人幸福的了。我们一起度过了一段有趣的亲子时光，收获了美味与成长。

小记者陈柏豪

在老师的悉心指导下，我们一个个化身成小小烘焙师，用心制作出了形态各异的甜甜圈，有的圆润可爱，有的奇形怪状，十分有趣。 小记者黄筱桮

指导记者 刘泽宇 指导老师 洪小淇 黄英姿

柑市中心小学校园“嘉年华”精彩绽放

本报小记者 曾诗淇 陈夏菡 林俊恒 余疆川 林鼎杰 李思颖

近日，晋江内坑柑市中心小学校园体艺教育节举行。此次校园体艺教育节为期3天，共设置书画比赛、田径运动会、拔河比赛、合唱比赛等主题活动，全方位、多角度展示学校艺体风采。

活动期间，学校操场上人声鼎沸、热闹非凡，同学们脸上都洋溢着灿烂的笑容。另一边，合唱比赛将整场活动推向高潮，大家跟着音乐，一起挥动手臂。“参加这次体艺节，我收获了美好的回忆，欣赏了同学们充满激情和创造力的表演，感受到大家对艺术和体育的热爱和追求。”三年3班小记者林妍妍说。

柑市中心小学校长朱华北表示，校园体艺教育节不仅为同学们提供了展示自我的广阔平台，也将进一步丰富校园文化生活，促进学生综合素质的全面提升。

小记者感言

活动中，大家齐心协力，展现了集体的力量。赛场上的拼搏与汗水，舞台上的歌声与舞姿，都让人难以忘怀。

小记者黄承晓

让我们带着体艺教育节上的那份激情与活力，投入今后的学习生活中。

小记者林骏恒

参加接力赛时，我接过队友递来的接力棒，听着同学们震耳欲聋的加油声，我真切体会到集体凝聚力的强大。

小记者林洛暄

此次体艺教育节，不仅锻炼了我们的身体，也让我们在竞技与艺术中共同成长，收获了友谊和快乐。 小记者林义善

指导记者 刘泽宇 指导老师 林萍萍

西边小学小记者争当环保小卫士

本报小记者 林煊锜 刘宇桐 谢依晨

近日，晋江安海西边小学开展以“生态文明入我心，绿色环保携手行”为主题的系列教育活动，增强师生生态环境保护意识。

活动中，老师通过以“文明健康，绿色环保”为主题的队会课，从不同角度向学生讲解环保的重要性，积极宣传环保意识。

值得一提的是，学校还开展了以“旧物新生 变废为宝”为主题的手工活动。同学们发挥创新思维，将废弃物制作成太空空间站、农家小院、小台灯等好看实用的作品。

安海西边小学校长蔡光波表示，学校将继续加强生态文明教育，培养更多具有环保意识和责任感的优秀学生，为社会的可持续发展贡献力量。

小记者感言

环保不仅仅是一种口号，更是一种行动。通过这次活动，我更加了解了绿色环保的重要性。 小记者曾子灵

在这次活动中，我利用废旧物品制作了一个熊猫笔筒。让我们共同行动，一起“变废为宝”。 小记者蔡泉峰

这次活动让我明白了人类与自然的关系，我们要保护自然，生活中要做到爱绿护绿，学会与自然和谐相处。

小记者林诗恩

指导记者 刘泽宇 指导老师 张惠如 高燕瑜

小记者习作选登

时光深处的文化请柬

吕宜霖
（晋江安海西边小学四年2班）

晋江博物馆，犹如一张来自时光深处的请柬，让我怀揣着满心的期待与憧憬。在这阳光正好的日子里，踏入其中，就此拉开了一场探寻历史文化的精彩旅程。

一进入博物馆，抬眼望去，宽敞明亮的展厅在灯光的映照下，散发着迷人的光晕，我仿若能透过这光晕，真切地触摸到晋江那源远流长的历史脉络，感受到这座城市在岁月长河中奔腾不息的蓬勃发展活力，它犹如一部厚重的史书，在我面前缓缓翻开。

首先，我步入了“晋江历史展区”。这里丰富多样的文物与图片交相辉映，生动而细致地勾勒出晋江自远古以来的曲折发展轨迹。从古朴典雅的古代陶瓷，那细腻的纹理、独特的形制，无一不承载着先人的智慧与审美情趣；到近代充满烟火气的民俗风情展示，每一件展品都似一位位饱经沧桑的老者，用它们独有的方式，深情地诉说着晋江的往昔故事。我踱步其间，目光瞬间被那些精美绝伦、色彩斑斓的古代瓷器牢牢锁定。我不禁在心中暗自惊叹古代工匠的高超技艺：究竟是怎样的一双巧手、一颗慧心，方能创造出如此令人叹为观止的艺术珍品？我沉浸在这陶瓷的世界里，久久难以自拔。

沿着楼梯缓缓而上，我来到了三楼的“民俗文化展区”。这里琳琅满目地展示着晋江丰富多彩的民俗活动元素，以及古老而神秘的乐器。舞龙舞狮的道具栩栩如生，仿佛下一刻就要在锣鼓喧天中欢腾跳跃；二胡、琵琶静静地陈列在展柜中，琴弦似乎还在微微颤动，仿佛余音袅袅。在生动逼真的场景复原和讲解员绘声绘色的精彩解说下，我的眼前仿佛徐徐展开了一幅绚丽多彩的画卷：晋江人民身着盛装，在欢快的节日里，舞龙舞狮，锣鼓齐鸣，孩子们在街头巷尾追逐嬉戏，老人们则坐在一旁，悠闲地弹奏着二胡、琵琶，大家都沉浸在对生活的热爱与对传统文化的坚守传承之中。

在这场穿越历史与文化的参观之旅中，陶瓷与玉器宛如两颗璀璨的星辰，深深吸引着我的目光，令我心驰神往，脚步也变得愈发迟缓。而那古代木偶戏中的木偶人更是让我惊叹不已，它们表情丰富，或喜或怒，或哀或乐，仿佛被赋予了鲜活的生命。

不知不觉间，参观已近尾声。尽管心中满是意犹未尽的不舍，但此次行程无疑已让我收获了满满的知识与感动。我深知，这只是我与晋江博物馆缘分的开端，我满心期待着未来的某一天，能再次踏入这充满无尽魅力的文化殿堂，续写我与晋江历史文化的不解情缘，去探寻更多被岁月尘封的故事与宝藏。

指导老师 蔡心灵

破茧

苏钰霖
（晋江安海成功中心小学六年2班）

我静立公园幽径，阳光透过叶隙洒下，仿佛点点碎金，暖意融融。抬眼望去，一架无人机在空中穿梭，其流畅的线条与轻盈的姿态，勾起我初遇它的回忆。

初次踏入科技殿堂，一架无人机静立眼前，老师介绍这是即将开启的操控项目，我心中满是好奇与忧惧。初涉无人机领域，困难重重。它像顽皮的孩童，不听指令，原地打转，甚至险些撞墙。一次次的失败，让我内心满是茫然与失落。

但我内心那股倔强的火焰未灭，从晨曦微露到夜幕深沉，钻研空气动力原理与操控诀窍，在知识的海洋中不懈前行。每一个朝朝暮暮，我皆披星戴月，于知识的瀚海破浪前行；每一个夜色深沉，我皆不知疲倦，为心中那能翱翔天际的梦想奋力拼搏。

终于迎来无人机竞赛，我站在台上，目光锁定操控台，指尖轻触摇杆，无人机如惊醒的雄鹰，直破云霄，在空中划过优美弧线，于云海间穿梭、俯冲，引得观众欢呼。竞赛高潮，我操控无人机完成360度翻转。它似飞燕般灵动，尽显优雅姿态，观众惊叹声此起彼伏。最后，我驱使无人机扶摇直上，同窗们的喝彩声与掌声如浪潮般涌来。

当我站在领奖台，手捧奖杯，深知荣耀背后是无数次跌倒后的奋起，是坚韧不拔的毅力。突破之路虽艰难，但心怀坚毅便能登顶览胜。微风拂过，夕阳余晖洒在脸上，我望着天空中的无人机，心中满是感慨。“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。”正是无数次尝试与突破，照亮我逐梦蓝天之路，让我挣脱束缚，翱翔苍穹，追逐星辰大海。

指导老师 王碧花

丑橘的自述

翁瀚霖
（晋江市华泰实验小学五年5班）

“脱下红黄衣，兄弟七八个，紧紧抱一起，酸甜各有味，大家都喜欢。”你猜这是什么水果呢？没错，它就是我——富含维生素C的丑橘。虽然我其貌不扬，但味美无比。

我时常穿着一件黄大袍，圆嘟嘟的身体被高高地挂在枝头上，远远望去像一个黄灯笼，引来了许多路人。可路人细看，纷纷被我丑陋的样子吓退了。那粗糙的皮肤，凹凸不平，甚至有点扎人。我大概有250克。我的哥哥姐姐们比我大，它们的重量达到400克，和成人的拳头差不多。我顶端那个豆大的橘蒂，像一顶精致的帽子，盖在我的头顶，总算给其貌不扬的我增添几分生气。

剥开我的黄大袍，里面住着七八个兄弟姐妹，它们挤挤挨挨地抱成一团。它们就是我的果肉，一个个像小月牙一样，可爱极了。它们汁水饱满、清凉酸甜，不像西瓜那么甜，也不像杨梅那样酸。那浓郁的甜味在舌尖扩散，沁人心脾，仿佛在享受一场甜美的盛宴。

我不仅美味，而且有丰富的营养。例如，果肉中的果胶可以帮助减少胆固醇吸收，有利于肠道健康；丰富的维生素C和其他微量元素，不仅有助于预防感冒，还有美白护肤的效果。我还能辅助治疗胸闷、呕吐、口渴、肺热、咳嗽、饮酒过量等问题。最妙的是我有消食、去油腻的功效，适宜在饭后半小时食用。

我外表平平无奇，却拥有令人惊艳的内在美和营养价值。我不仅是一种水果，更是一位隐藏在粗糙外表下的甜蜜使者，等待着你去发现和品尝。听了我的介绍，你还会因为我的丑陋而不敢接近我吗？

指导老师 施颖群

吴贝萱（晋江灵源灵水中心小学五年5班） 指导老师 陈清涯

挖红薯

黄彦霖
（晋江市安海中心小学六年4班）

初冬时节，正是红薯丰收之时。外婆带着我和弟弟们兴高采烈地去田地里挖红薯。

田地里，只见一排排的农作物在夕阳下泛着金光，我四周找了一遍，并没有看到红薯地在哪里。我心里正纳闷：红薯在哪呢？就看到外婆麻利地把田地上的绿叶子扯下来，然后告诉我们可以挖了。哦！我想起来了，地瓜是生长在土地里的。于是，我拿着锄头使出九牛二虎之力朝地里铲了下去。只听“咔嚓”一声脆响，我又用尽吃奶的力气把锄头拔了出来。哈哈，我的锄头上挂着一个红薯。这时，外婆说：“挖红薯不能使劲挖，要把旁边的土轻轻扒开，找准红薯的位置，下锄头的时候要避开红薯，不然红薯被锄头弄伤就容易坏，不能保存。”

我按照外婆的方法继续挖，果然挖到了好多红薯。它们长得奇形怪状，有的像葫芦，有的像话筒，还有的像小老鼠。这时，表弟突然一声尖叫。我们看了过去，原来是一条肥大的蚯蚓，比表弟的手指还粗，好可怕呀！可是外婆却说：“因为这些蚯蚓，土才会变得松软，红薯才长得甜。”听了外婆的话，我赶紧把蚯蚓放回土里，希望明年的红薯可以更甜一点。再看看弟弟，他正老老实实地坐在地上，认认真真地剥掉红薯上的泥土，把红薯放进箩筐里呢！

夕阳下，我们提着一筐满满的红薯跟着外婆回家了。丰收的感觉真好！ 指导老师 蔡雪云

家乡的润饼菜

周国豪（晋江安海庄头小学六年2班）

落日的余晖染红窗棂，一轮明月不知何时已悄然爬上天空，隐没在太阳的光辉之后。故事里的家乡总是令人遐想万分，奶奶手中的那一捧润饼菜也让我深深铭记……

曙色微透，奶奶的身影在晨光中晃动，采摘下碧绿鲜嫩的荷兰豆，清洗干净，再将五花肉、豆干和萝卜等材料切丝备用。好奇的我总在一旁盯着。米粉、海蛎、炸花生、海苔丝，这些也是润饼菜的必备材料。奶奶手脚麻利地往锅里倒油，切好的五花肉下锅爆香，放进切成丝的食材，大铁勺在锅里不停翻炒着。明媚的阳光照在奶奶慈祥的脸上，照出奶奶脸上的岁月痕迹。锅气升起，裹着袅袅清香，如同沸水冲茶，将锅里的香气点染出来，那香味就像活了一般，在奶奶的手里，味道原来可以生长。

润饼菜的清香从锅的边缘溢出，氤氲在小巷里，我忍不住咽了下口水，瞬间感觉好饿。奶奶不紧不慢地继续翻炒着。“润饼菜的食材多样，虽然每一种食材只有一小碟，但全放在一起，就成了一大锅。吃润饼菜不能心急，必须不停翻炒，才能把每一种食材的美味都炒出来。”奶奶温柔的声音回荡在我童年的记忆里。

终于出锅了！我迫不及待地拿出一张润饼皮，摊在手心，舀一大勺润饼菜在其中，又往菜码上面撒了一勺白糖、一勺花生碎，还有一大勺浒苔丝——这可是润饼菜美味的秘诀。最后将饼皮一卷，往嘴里一送——“啊呜——”，所有馅料一同进入口中，咸的、甜的、脆的、酥的，味道非但不会奇怪，简直可以说是人间美味！奶奶的润饼菜，虽然在世人眼中算不上美味佳肴，却洋溢着家乡独特的味道，洋溢着闽南人独有的风味。

这一捧润饼菜，满载着奶奶的爱，让我深深铭记……

指导老师 王安妮

奶奶的爱

许沐杨（晋江安海西隅小学四年1班）

小时候，我总喜欢跟着奶奶去菜市场。那时候的我，个子还很小，每次走在奶奶身后，都能感受到她温暖的大手紧紧牵着我。她的手粗糙却有力，仿佛能给我无尽的安全感。

记得有一次，我因为贪玩走丢了。在熙熙攘攘的人群中，我四处张望，却怎么也找不到奶奶的身影。我害怕极了，眼泪不由自主地流了下来。就在我快要绝望的时候，一双手轻轻拍了拍我的肩膀，是奶奶！她紧紧抱住了我，用温柔的声音安慰我：“别怕，奶奶在这里。”那一刻，我感受到了前所未有的安心。

随着时间的流逝，我慢慢长大，奶奶也渐渐老了。但无论岁月如何变迁，那份爱始终没有改变。每当我放学回家，奶奶总是早早地准备好我喜欢的饭菜，等我回来。她的笑容依旧温暖，仿佛能驱散我一天的疲惫。

现在，我已经是一名四年级的小学生了。每天晚上，奶奶都会陪我一起做作业，耐心地解答我遇到的难题。我发现奶奶的头发已经花白，眼神也不再那么明亮。但我知道，那是因为她把所有的爱都给了我。

爱，就像时间缝隙里的一缕阳光，虽然不易察觉，却温暖着我们的心田。奶奶的爱，就是我生命中最宝贵的财富。

指导老师 颜秋冬