



一粒米的生命之旅

小记者 宋以深 指导老师 吴丽冬

春天，农民伯伯在田地里牵着一只老黄牛在耕地，只见它的两只眼睛像铜铃一样大，两只弯角青里透亮，特别是那一身黄毛，像绸子一样光亮，它后面还跟随着一个小跟班——犁。很快，杂乱的田地被修理得整整齐齐，农民伯伯为我挖了一所“小住宅”，把我送进了“小住宅”，就这样，我在“小住宅”里度过了漫长的时间。

一天，我被一阵柔和的声音叫醒了，“小苗儿，快起来，春天到了。”我赶忙从地里探出了头，原来是春姐姐在叫我呢！这时，一个喷水器哗哗地喷射着，让我们饱餐了一顿；过了一会儿，农民伯伯又为我们松土施肥，再看着他身上，汗水已经浸湿了衣裳。

日子一天一天地过去，我们终于要换新家了，只见农民伯伯小心翼翼地将我们放进了稻田里，让我们过上了安逸的生活。

夏天来了，突然间，稻田里长出了一簇簇野草来争夺我们的养分，于是农民伯伯与野草做起了斗争，只见他拼命地拔着野草，而野草也不甘示弱，疯狂地长着，但最后还是败给了农民伯伯。

终于到了秋天，我们长成了一串串金黄色的稻谷。经过收割，我们见到了金穗米业的工人们，他们把我们去壳、晾晒、筛选、通过了层层把关，我们中最优质的部分被运送到了人类的餐桌。我们的生命之旅虽然平凡，却为人类解决了基本的温饱问题。

金穗米业游记

小记者 黄奕绮 指导老师 吴丽冬

袁隆平——这是一个让人敬佩的名字。袁隆平爷爷是杂交水稻之父，



毒品是十恶不赦的魔鬼，它摧毁了人们的健康，使许许多多误入歧途的人家破人亡。为加强小记者的禁毒、防毒意识，近日，省新中心小学的小记者走进南安市禁毒教育基地开展禁毒防毒安全教育活动。

活动中，小记者们跟随着禁毒馆的讲解员深入展厅，通过禁毒宣传图片、仿真实物展品，讲解员为小记者们详细讲解了毒品来源、毒品种类、毒品的严重危害、党和政府的禁毒法律法规以及毒品防范等相关知识。一幅幅生动的禁毒教育照片、一个个活生生的例子、一个个被毒品所害的鲜活生命，让在场的小记者受到了深深的触动。

随后，讲解员还教会了小记者“拒毒、防毒”5招，并通过一系列互动游戏活动让小记者们学会珍爱生命，远离毒品。小记者们纷纷表示，要把学到的禁毒知识告诉更多的人，让大家一起加入禁毒队伍。

黄小红 文/图



禁毒有我，一起行动。

探寻一粒米的前世今生

大米作为一种民生产品，是小记者再熟悉不过的了。但大米是怎么种植、生产出来的？很多小记者可能就不而知了。近日，厚德小学45名小记者走进“福建省粮食安全宣传教育基地”金穗米业有限公司，在公司负责人吴继超经理的带领下，小记者走进包装车间、存储库、粮食教育基地，了解大米由来和生产、包装过程，探索一粒米的前世今生。

黄小红 文/图

他让我们每个人都吃得上饭，不再为填饱肚子而发愁。今天，我们怀着对袁隆平爷爷的崇敬与怀念之情，踏进了金穗米业。

车到了，我们迫不及待地下了车，快速排好队，出来迎接我们的是吴叔叔，只见他身穿蓝色工作服，一双眼睛炯炯有神，他微笑着说：“欢迎海丝商报的小记者们，今天我们要参观学习稻谷的相关知识。”

首先，吴叔叔带领我们参观文化墙，文化墙上画着春天的辛勤播种，夏天的茁壮发芽，秋天的丰收喜悦，这些粒粒饱满的稻谷，离不开农民伯伯的辛苦和汗水。旁边有一个用稻谷编制的稻草人，似乎在为稻谷的成长保驾护航呢！

看完文化墙，我们来到大米真空室，只见里面有好多半圆的金属桶，原来这些桶是用来装大米的，像一个机器人一样把大米运下来包装。随后，我们来到大米储存室，一进大门，一股冷气直涌我的心头，我打了个冷战说：“为什么储存室内要开冷气呢？”吴叔叔说：“因为有冷气大米才能保存更长的时间。”我听后，连连点头。最后，在吴叔叔的讲述中，我们了解了大米的各种品种，有糯米、籼米、粳米……活动接近尾声，我们还收到了金穗米业准备的精美礼物。

经过今天的参观，我更加明白了“粒粒皆辛苦”的含义，每粒米都离不开农民伯伯辛勤的汗水，我们一定要好好珍惜粮食，杜绝浪费。



▲小记者观察稻谷的外观。

◀小记者合影。

一粒米的旅程

小记者 洪毓莹 指导老师 卓娜璇

谁知盘中餐，粒粒皆辛苦！今天我们走进了金穗米业，了解大米的种植、加工过程。一进门一阵阵香味扑鼻而来！是

谁在煮米饭吗？

走近一瞧，哦，原来是一堆堆大米飘来的香味。我忍不住捧

起一把！哇，真的好香。我们往前走，看到很多阿姨他们在包装大米，为了节省空间，他们用的方法是真空包装。

来到二楼展厅，我们观看了一部影片，影片展示了米的加工过程。你们是不是也想知道大米是如何加工的？我来告诉你们吧。农民伯伯要先整地，然后育苗，等苗长大后再插秧。你别以为插秧完后就可以坐享其成了，这之后农民伯伯还得帮忙施肥，除草除草。等稻谷熟了还得收割，晒干去壳，这样子才有我们现在的“盘中餐”。真不容易呀！我们应该珍惜每一粒粮食。

今天是我第一次参加小记者活动，通过这次活动让我对“粒粒皆辛苦”这句诗有了更深刻的体会，我们应该珍惜每一粒米！

参观禁毒教育基地 做“禁毒小使者”



小记者观看毒品的种类。

参观禁毒馆

小记者 吴世昌 指导老师 郑巧云

以前每次小记者组织活动都赶上练球，让我错过了好多次学习的机会。这次听说小记者要前往南安市禁毒教育基地参观，这可是我期待已久的事，第一时间就报了名。

到了目的地，我们跟随着讲解员的脚步开始了参观。首先，讲解员带我们认识了鸦片、摇头丸、跳跳糖、开心果等毒品，有些毒品像糖果一样，所以陌生人给的东西一定不能吃哦！接着老师又带我们了解了吸食毒品要用到的工具和一些毒品的代号，如果听到身边有人说了这些代号要马上远离他们，因为他们很可能已经吸食了毒品。

我们还看了关于第一场鸦片战争的视频，了解到毒品对于呼吸系统、消化系统、生殖系统、心血管系统有严重的危害。最后我们还玩了小游戏，游戏内容也是对毒品危害的宣传。在回家之前，我们还进行了宣誓：不造毒、不吸毒、不贩毒，为国家禁毒事业做贡献。

今天真的收获满满，我们不仅知道了毒品对人的危害，还知道了吸食

毒品不仅是伤害自己也是在伤害家人。毒品对社会的危害真的很大，所以我们一定要做好准备，远离毒品。

参观禁毒馆有感

小记者 黄欣悦 指导老师 郑巧云

我们学校的小记者又开始出发啦！今天老师带我们来到南安市禁毒教育基地参观。

一进大厅，一眼就可以看到墙上贴的一块块牌子，上面写着一些关于咱们国家禁毒的资料，由此可见国家对禁毒工作的重视。跟随着讲解员的脚步我们了解到毒品有许多种类，如麻黄草、K3、古柯、六角、跳跳糖、开心果……

当我看见展览品中有一种叫“跳跳糖”的毒品时有些疑惑，我不明白跳跳糖怎么也是毒品，便举手问了讲解员：“为什么我们平时吃的跳跳糖也是毒品呢？”讲解员听了后，便对我们说：“小朋友们，这里的跳跳糖并非指我们日常吃的糖果零食，而是指一种新型毒品，里面加了一些化学毒品，口味与普通的跳跳糖一样，但吃下去后会造造成精神恍惚，大脑极度亢奋。所以我们在日常生活中要多加小心，以免被毒贩‘挖坑’哦！”



体验游戏抢答。

听到解释后我们恍然大悟。老师补充道：“开心果也是，它是近几年从泰国流进我国的，为粉红色，像药一样，是颗粒状的。”

毒品的危害之大，许多人尝试了第一口毒品后，一开始精神不好，后面不仅会杀自己的亲人、朋友，还可能会自杀。有很多明星、歌手因为吸毒，也变得一蹶不振，从此销声匿迹。

一日吸毒，终身戒毒，一旦被毒品控制，就难逃魔爪。我们要远离毒品，做一个身体健康的人。

小记者优秀习作选登

贴春联

第一实验小学 林谗宸 指导老师 林凤凰

大街小巷的年谣里唱着：“廿七，宰大吉；廿八，贴花花；廿九，贴倒酉……”在家门口贴年红，可就意味着春节正式拉开序幕了。在我们翘首以盼中，年将至了。为了赶走凶猛的年兽，避凶免难，也为了辞旧迎新，爸爸要带着我和两个弟弟一起贴春联了。

对联撕下来的时候，被镇压的年兽会不会就跑出来了呢？为了防患未然，弟弟们早早拿来了他们的奥特曼宝剑，准备随时与年兽一决高下。所以，爸爸撕对联时，我们都屏住呼吸，仔细感受周遭空气的异动。幸好，年兽没来。不过，弟弟们还是继续在周围警戒着。

撕下来容易，贴上去难。爸爸拿出事先准备好的春联和双面胶，让我们把双面胶黏到春联背面上下左右的边缘。与此同时，爸爸拿出卷尺和记号笔，站在椅子上，开始在门框的上面、左边和右边勾勾画画、又圈又点，标记着春联的准确位置。万事俱备后，爸爸小心翼翼地贴上了横幅。横幅稳稳地安了家，骄傲地睥睨着我们。两边的春联也相继上墙了。看着贴好的春联，左青龙右白虎的，弟弟们又着腰，得意地笑了，“年兽，看你还怎么进我们家！”霎时，弟弟们脸上的笑冻住了，咧开的嘴也停在半空下不来了。一阵风刮过，对联飘下来了。左右两边的对联在空中缠绵纠缠，绕在一起，再也不分离了。看着黏在一起，落到地上的春联，爸爸默默地叹了口气，重新站上了椅子，愁眉苦脸地把那横贴也撕了下来。

幸好，爸爸预备了备用的春联。于是，全体成员严阵以待，准备开始第二次贴春联行动。一切都很顺利，爸爸要贴右边的春联了。这时，外面突然传来了震耳欲聋的“噼哩啪啦”的鞭炮声，分散了爸爸的注意力。爸爸手一抖，右联贴歪了。虽然只歪了一点点，想要追求完美的爸爸依旧将它撕下来，想要重新再贴一次。“啪”的一声，右联被撕破了。手舞足蹈的弟弟们察言观色，立刻停止了吵闹。爸爸那悻悻离开的背影，更使空气凝结成冰。

半小时后，爸爸买了新的春联回来。爸爸说，快过年了，街上人山人海，买个春联都排了老长的队，可不容易了。我们鼓起勇气，踏上了第三次征途。我们如履薄冰，不敢再有半点闪失。“皇天不负有心人”，我们终于挑战成功了！好事多磨，我们都欢呼雀跃起来！

看着这来之不易的避凶神咒，我们都不禁感慨“生活无小事”，也不禁祈盼来年“所行皆坦途，所求皆如愿”。

一缕暖阳

莲华中心小学莲岛校区 袁梓晴
指导教师 苏孟惠

“明后两天早晨气温低，北部山区最低气温可达0—2摄氏度，有霜冻，局部乡镇雨雪……”天气预报主持人播报着。“明天可能会下雪，你要多穿衣服，戴手套去上课。”妈妈叮嘱着我。

“啊！真冷呀！天气预报可真神了。”打开大门，一股寒流直袭而来。“小晴，快来不及了，赶紧的。”妈妈急切地催促着。我赶紧背起书包，搭上妈妈的电动车，迎着刺骨的寒风向学校飞驰而去，我不由自主地打了个寒战，匆忙之中，手套和围巾也忘了戴。

上课了，老师在课堂上绘声绘色地讲解着例题，我伸出颤抖的小手书写着。突然，整个人抖动起来，牙齿直打仗，身体被可恶的寒气包围着，就像掉到冰窖里一样。“好后悔，今天怎么忘了戴手套、围围巾。”我心里嘀咕起来。这时，老师好像发现了什么，讲着讲着就朝我走来。“小晴，很冷吗？你今天怎么没有戴手套呢？”说着，就拉起我的手。“怎么这么冰？快，把手套戴上！”一副粉色的手套从老师的口袋里翻了出来。瞬间，一股暖流从手指间涌向心头。

伴随着下课铃声的响起，学校广播里传出了“学校食堂为大家提供了暖身的姜茶……”顾不上听完广播，我赶紧奔向食堂。“天气这么冷，以后要注意，多穿件衣服，特别是这几天，寒流天气，很容易引起感冒。来，喝杯姜茶暖暖身体，小心点，不要烫着了。”食堂阿姨递过一杯热气腾腾的姜茶，叮嘱着……

喝着点点姜辣和丝丝甜意的姜茶，捂暖了冰冷的手，滋润了心田，暖暖的，很舒服。

日出即景

山美小学 陈柒琛 指导老师 陈丽豪

清晨，我为了观看日出，起得早起的。

看着天边已经开始微微地泛红了，我便满怀期待地望着东边。过了一会儿，太阳那红彤彤的脸出现在天空的另一边，这个时候，光线还不是特别的亮，看起来像一块被平均分成了两份的大饼。

过了几分钟，东边越来越亮，犹如一团正在熊熊燃烧的烈火发出了闪烁的光芒。突然，太阳被一两片云朵给遮住了。过了一小会儿，太阳以刘翔奔跑的速度，快速地升上了天空。刹那间，似火球一样的太阳便发出了极其耀眼的光芒，这些光芒突然一下子射进了我的眼睛里，闪得我眼前一片白茫茫的，让我的眼睛一时之间难以张开。

大自然真是奇妙啊！希望每个人都能早起，一起欣赏这美丽而壮观的日出。