

那一刻，我战胜了胆怯

安康市第一小学五年级(11)班 江昱明

成长，可以是漫长的岁月。成长，也可以是一个瞬间。

那是一个深秋的傍晚，我上完古筝课，和一个同学有说有笑地走在回家的路上，道路两边堆着一堆又一堆的枯黄树叶，夕阳的余晖把我俩的影子拉得长长的。一切都是那么美好。

我和同学边走边玩，到了岔路口，相互道了别，向家走去。不知不觉，天色已暗，周围的景物突然变得影影绰绰。我的脚步变得迟疑，心跳也加快了速度，因为我从小怕黑，从不敢一个人走夜路。

我站在路上左右为难，不走，打电话让妈妈来接，可妈妈上班一天了也很辛苦。走，又害怕。想了一会儿，心一横，决定战胜自己，自己回家。

踌躇间，天色更暗。我左顾右盼，慌慌张张，走几步，再往身后看几眼，总觉得有什么东西会从暗处窜出来。明知道前方不远，就是平时看惯了的那棵桂花树，可现在怎么看，都像吃人的怪兽。更要命的是，脑子里一下子又涌出平时看的那些鬼怪故事，让我更怕了。

十分钟左右的路程，我好像走了一个世纪那样漫长。平时熟悉的小路也变得十分陌生。不知怎么回事，路上也没遇到一个人，天又黑得可怕，没有一丝光亮。好不容易到了离家不远的一个大长坡下。路两旁一边是树和几盏路灯，一边停的是一排车。昏黄的灯光

把树拉得老长，倒映在车上，远看像极了张牙舞爪的魔鬼。刚提心吊胆走到树下，路灯突然闪了几下，灭了！这时，又不知从哪里吹来了一股“妖风”，更增加了几分诡异的气氛，吓得我起了一身鸡皮疙瘩。

我赶紧打开手电筒，微弱的光只能照亮脚下的一小片地面。远处各家窗户的光照在路边的绿植上，又似一个个蹲着的魔鬼，全都不怀好意地盯着我。我紧紧地攥着手表，手心全是汗。我在心中不断地安慰自己：“别怕，别怕，很快就到家了！”突然，不知何处又传来“沙沙沙”的声音，像极了故事书里讲的鬼怪。我吓得加快脚步跑起来。等经过一个蹲着的“魔鬼”，才发现“原凶”是这堆枯叶被风吹起来发出的声音，心里稍微松了一口气。

虽然如此，总觉得后面有什么东西追着似的。我用平生最快的速度跑到家楼下，一口气冲上五楼，用颤抖的手掏出钥匙，试了好几下才把门打开。

开门的刹那，暖黄的灯光洒在客厅的每个角落，妈妈正在厨房炒菜，充满了温馨。我紧绷的神经一下松弛下来，瘫坐在沙发上，大口大口地喘着气，有一种劫后重生的感觉。但内心又暗暗高兴：我终于战胜了内心的恐惧！

自那天起，我终于敢一个人走夜路了。那一天，我战胜了胆怯！

(指导老师：刘从芳)

我的绿色梦

安康市一小高新校区五年级(8)班 马熙妍

远的地方，这一片热土，又一次彰显出了它的无限魅力。

紫阳的土地，富含了微量元素硒，这得天独厚的自然资源赋予紫阳富硒茶新的使命，成了茶中珍品。每一年的清明节前，沸腾的紫阳茶山，不光本地人在茶山上忙碌，采茶，更有来自全国各地茶爱好者纷纷慕名前来，只为感受“自昔关南春独早，清明已煮紫阳茶”的诗意。

如今，紫阳富硒茶搭载着网络销售平台，随着高铁、飞机、高速公路，已经走出了紫阳，走向了陕西，走向了全国，甚至走出了国门。这是多么让人感到骄傲和自豪啊。

回想起我幼年时代，跟着妈妈曾无数次登过的紫阳茶山，再看看眼前安康学院的老师给我们讲的茶文化。那一刻，一颗绿色的种子埋进了我的心里，那颗种子就是我的绿色梦。

我想，我现在要努力学好文化知识，等我长大了，我要为家乡的茶山贡献一份自己的力量，把家乡的紫阳茶做成像“大红袍”“西湖龙井”那样的世界名茶，让世界了解紫阳茶，让紫阳茶走向全世界。

我的紫阳它就是一座宝库，这座宝库承载着我的绿色梦，承载着我的强国梦。(指导老师：郑宇卿)

撷英

大同初中的樱花树

王娅莉

从树下经过，我仰头看着花，才来的那天，花苞还是紧闭的，褐色的花蕾经历了严冬，像被一把锁锁住了。花不开的时候，你无法知道它想说什么。那一天的校园，还有点清冷，春寒未落，我有些忐忑，来到这里，我能做些什么？

第十天了，没想到这几棵树一开，整个院子就亮堂起来，我第一次知道，樱花原来是极热情的，雪白的花束直逼蓝天，就好像春天的焰火，纯净和热烈。当你看着这花，就会觉得心被融化了，白色，原来也是如此丰富的颜色。

我喜欢在树下驻足，喜欢这安静的老院子，那些银白杨，长了几十年了，那些树下的蒲公英，也开了几十年了。

学校的张翔书记和我坐在操场上，她看着天空，若有所思地说：“这学校，我待了20多年，来的时候才26岁，如今都快退休了。”但她依然每天忙忙碌碌，开会，上课，改作业，中午都没时间午休。我才来的那天，收拾完办公室，只出去了一下，回来发现多了一瓶绿叶舒展的吊兰，那是细心的张书记放在桌子上的。她教我开饮水机，告诉我开会的时间，说有什么需要就去找她。

我浮躁的心，逐渐安静下来。后一排，都是老校区，院子极干净。刘祥军校长是个坚毅的中年人，他边走边捡地上的垃圾。才来的时候，他和我谈了很多学校的管理理念。也和我谈古文字学，谈《易经》。他说，教育不能急于求成，要一步步走稳。教育的核心是善，要老百姓一个交代。

每天早晨，他第一个站在院子里，看着每一层教学楼的学生。这个在乡镇中学当了20多年校长的男人，曾经创造了好几个乡村学校的辉煌业绩。

和他们聊天，我就忍不住去看院子里的树，那些粗壮的树干，无论是在水泥地上，还是在草坪中，都稳稳地抓着地面。才来的第一周，刘校长没有交代我任何任务，让我跟着开会，跟着了解学校情况。而比我年轻的陈夏校长，干练聪慧，美丽的眼睛总是能够读懂人心。

风风火火的前半生，就这样稳定下来，我感受到了沉稳步伐带来的安全感。

学校大部分老师，都在这里工作了一辈子，他们看着这所学校逐步发展变化。我在他们面前，常常觉得要弯下腰去，一个守候了乡村一辈子的人，经历了多少教育改革，见过了多少学生成长。从大同走出去很多优秀人才，都得益于这些老师的培养。几天时间，我看到老师们上早读，班主任跟操，学校组织家长会长会，井然有序。每一个部门，都是大机器上的螺丝钉，在自己的位置运转。

第二周，我带了初一的课。想着讲一节公开课，但又觉得不好意思邀请老师们听课。教室发了通知以后，没想到，来的老师很多，他们坐在小凳子上，听得非常认真，教室王军主任也把每个老师的名字做了记录。下课后，初三的陈老师，大概有50多岁了，微笑着鼓励我，说我讲得好。我之前就认识的李永恩老师，还写了一篇热情洋溢的文章。他对我的赞誉，是

一个老教师对后辈的爱护和鼓励。和他们在一起，那种人生阅历感和通透感，让人觉得放松、舒心。所以，操场上孩子们的笑容，也是明朗的。

我居然也就不怕犯错，不管谁来听课，就在讲台上自在发挥。和我带一个班的长得很美的英语老师说，学生见了新老师，作业交得更积极了。这些孩子，并不像我想象的那样不好管理，他们听讲认真，在校园里会远远给我打招呼，还跑过来说我穿的西服好看。

有时候，站在教室窗口，看见远远的稻田，高大的椿树，远处的黛色山峰，忽然有一种回到故乡的感觉。原来，生命所有的样态，都渴望回到广阔，回到舒展。教室南北通透，阳光洒落整个空间，我拿着语文课本，仿佛一只白鸟展开了翅膀。

十几年前在农村带的学生，现在在梅子铺九年制学校教语文。她说要来听课。从平利到恒口，我们居然又在同一个区域。她来找我，我们在教室外面紧紧拥抱，当年的小姑娘，已经成为成熟稳重的教师。我站在讲台上，这一节课，讲得格外带劲。我们似乎都回到了从前，那个年轻的毫不惧怕的自己。

带着当年的学生，走过樱花树下，满树雪白，风一吹，花似乎笑得打颤。我带她到我办公室，让她找一本教育学的书看。静悄悄的院子，像极了当年，让我和她，和他们，共同迎来一个校园的春天。

爷爷我想对您说

汉阴县蒲溪镇小学教育集团四年级(3)班 廖诗雨

尊敬的爷爷：

您好！爷爷，您知道吗？我心里一直有很多话想对您说，可是我却一直没有勇气，很多时候话到嘴边却不知道说些什么。今天，我积攒了好久的勇气，终于决定向您说一说话！

爷爷，自从姑姑家的孩子来我家之后，您对我的关注就少了很多，看到您的怀里经常不是我，我心里很不是滋味。以前只要一有空，您都会和我说话，还会抱抱我，那让我感到非常温暖。可现在您却经常把我放在一旁置之不理，很久都不和我说话，甚至都不看我一眼。

有一次，我写完作业看电视，那是我特别喜欢看的节目，当时我看得津津有味。而您来了后，严厉地批评我不好好学习，还说我将来大学都考不上。

我当时心里非常难受，我在想您以前对我不是那样啊？您对我说话总是很温柔啊？

就算是批评我也不是现在严厉的语气啊？这让我瞬间不认识您了，感觉您好陌生，和我相距好远。

爷爷您还记得吗？有一次，表弟本来要喊我姐姐，可他却喊成了妹妹，听了表弟的话，我笑着对表弟说你可没有什么妹妹。可您一听到我的话，立刻反驳道：要女孩子有什么用？还不如男孩子！爷爷您知道我当时心里有多委屈吗？您知道这对我是多大的伤害吗？

爷爷您还记得吗？您那次生病住院的时候，爸爸因为工作忙，没时间去医院照顾您，而您总说妈妈和姑姑她们比爸爸更会照顾人，这不就说明女儿不比儿子差吗？

爷爷，女孩和男孩一样，都是您的后代，都是您的亲人，您别再坚持女儿不如儿子这个错误的观点好吗？我也会一直爱着您的，您还能和以前一样爱我疼我吗？

(指导教师：邓永新)



3月15日下午，安康市第一小学开展“家长上讲台”宣讲活动，活动邀请了安康市首届“见义勇为模范”、安康市汉滨区汉江志愿者救生队队员郭时根进行防溺水安全知识宣讲，亲身为学生讲述如何预防溺水并演示如何在溺水后进行自救。通过此次宣讲，同学们增强了对防溺水的安全防范意识，了解和掌握了基本的防溺水常识和技能，进一步提高了自护自救能力。 熊竹 摄

安康高新区开展春季校园食品安全专项整治

本报讯(通讯员 彭国祥 汪仁杨)近日，安康高新区市场监管局会同区教体局、卫健局、公安局等部门对辖区48所中小学、幼儿园全面开展春季校园食品安全综合大检查。各检查组采取边检查、边指导的方式，对学校落实食品安全主体责任情况进行重点督查。对食堂环境卫生、进货查验、采购贮存、清洗消毒、加工制作、食品留样、人员管理以及“日管控、周排查、月调度”工作机制落实等重点环节逐一进行检查。针对发现的问题，深入挖掘可能存在的安全漏洞和

盲点，并提出相应的整改意见。现场指导改正和限期整改“双管齐下”，确保风险隐患动态清零。下一步，高新区市场监管局将持续加大校园食品安全联合督查力度，对专项整治发现的问题开展“回头看”，对问题整改不力的，依法从严查处，确保学校食品安全问题排查整治到位、长效机制建立到位，不断提升学校食品安全整体水平，切实守护在校师生饮食安全。

旬阳构元初中全力改善办学环境

本报讯(通讯员 鲁延海 鲁绪尊)新春伊始，旬阳市构元初级中学积极争取主管局支持，投入50余万元采购空气能热水器淋浴设备2台，在男生、女生宿舍楼每层分别增设了卫生间、淋浴房共5间，现已正式投入使用，为该校寄宿生的淋浴、生活洗漱、洗碗筷等提供了方便，进一步打造一流的公寓式住宿条件。该校属基础设施薄弱学校，在办公经费异常紧缺的情况

下，从办公经费中挤出资金，为全校学生添置公筷公筷300余套，该校的学习、生活环境进一步得到了改善。据了解，构元初级中学自建校以来，始终围绕提高教学质量和改善办学条件不放松。目前，总投资750万元的操场软化、学生餐饮中心和综合楼等一期工程已全部交付使用，二期工程正在积极争取立项中，全力为改善办学环境创造条件。

舌尖上的安分温度

走进安康中学高新分校学生食堂，无论是食堂环境还是各项服务，都让人感到暖心。

安康中学高新分校学生食堂共5500平方米，功能区分上下两层，共可容纳2700人同时就餐。为了保障高中生的一日三餐和初中生的“无忧午托”，餐厅采取错峰就餐，为全校4200多名学生和300多名教师提供用餐服务。为了让师生体验更加优质的服务和健康营养可口的饭菜，餐厅全体员工深入推进“暖心”工程。无论是食材采购、营养搭配还是环境卫生，努力做到让师生吃得放心、舒心。

为了能让学生们安心备战高考，食堂特意延迟体育生晚餐就餐时间，给高三学生增加夜宵活动；餐厅和学校超市紧密相连在一起，为提高日常服务质量、服务标准，学校加强食堂和超市员工培训教育，提升服务质量，提高了学生满意度和体验感；在学校组织的运动会和春季高一、初一1700名学生会远足活动中，餐厅全体员工多方筹划，为活动保驾护航，得到领导一致好评；在家校沟通、协同育人活动中，餐厅安排专人第一时间掌握了解学校、教职工及学生动态，根据学校通知事宜及老师、家长提出的意见快速做出反馈，合理有效制定措施计划；在师生就餐时，餐厅服务人员走进餐桌了解师生

喜好，为师生调剂饭菜口味，每周召开班组骨干研讨会，落实早餐、午餐产品口味类搭配，制定周食谱；组织员工厨艺技能培训，培训员工服务及打餐速度，增设自助面条台及自助打汤台；推行“数字化管理”，每天现场督导加工流程，对每一个产品要做到精细化；将档口每个产品价格进行公示，让师生消费得明明白白，推出新品提前在一楼入口处荧光板广告并做好宣传引导；保障食品安全，严格把关验收环节，验收原材料最少三人到场，验收时做到开箱、解捆、倒框检查，对于不合格产品当场退货销毁，预包装食品随货证明文件齐全；在餐厅设置失物招领服务台，方便师生找回丢失物品；在传统佳节，餐厅安排代表走进班级教室为学生发放小礼物，鼓励学生努力学习。新年年会上，为300多名老师提供自助火锅，得到全体师生好评。

学校餐厅始终围绕“确保质量，注意卫生，让同学们吃得放心舒心”，落实“温度安分”服务保障，牢固树立“以学生为中心”的服务意识，用心做好每一餐，确保食品安全、科学、健康，尽全力守护师生“舌尖上的安全”，为“温度安分，温暖育人”的安分品牌助力。(安康中学高新分校供稿)



安康高新区河西九年制学校近日组织少先队员走进富家河社区开展“学雷锋 文明实践我行动”生态环保主题活动。

在社区工作人员带领下，“红领巾”志愿者们手持夹子、环保袋，对社区所辖主要路段常态环境卫生进一步细化优化，以实际行动参与到活动中。河西九年制学校校长及带队教师、“红领巾”志愿者们与社区工作人员一起分工协作，将路边绿化带中的塑料袋、花坛中的杂草、纸屑以及富家河河道路进行了彻底清理，大家以劳动为荣，乐在其中。

河西小力量 河水更清亮 洪溢 文图