

这个暑假，你学会什么劳动技能了？有什么收获和变化？看看我们能干的小记者——

下厨记

张浩珑(杏花岭小学 四年二班
小记者证号:H201040):

伴随着炎炎夏日，暑假悄然来临，我也有了自己的时间，做自己喜欢的事情。

最近利用空闲时间，我跟妈妈学做菜：西红柿炒鸡蛋、清炒西兰花、蛋炒饭、三明治、煮方便面……这让我体会到自食其力的快乐。同时，我也闹出了不少小插曲：炒西兰花放了两次盐，咸得咽不下去；炒鸡蛋火太大糊锅了；印象最深的是那次蛋炒饭，当我端起锅将炒好的饭倒进盘子里时，右手中指不小心碰到了滚烫的锅沿，一股麻疼的痛感传来，虽然立刻用冷水冲洗，依旧疼了一晚上。

这让我深深地体会到了做饭的不容易。想起以前，我超级挑食，如果饭桌上没有爱吃的菜，就不吃菜只吃米饭。现在回想起来，深感惭愧。通过自己体验后，我才发现做饭真的不简单：要关注火候大小和调味品放多少，要不然，不是把菜烧糊，就是盐放多了咸得不能吃；还需要考虑大家的口味咸淡。

我的暑假目标，就是改掉挑食的坏毛病，多练习做菜，从“厨房小白”变成一个合格的小厨师，亲手为爸爸妈妈做一桌饭菜。

炒米饭

赵博胜(杏花岭小学 四年二班
小记者证号:H201039):

一日三餐中，最重要的就是早餐，因为早餐吃得好，我们一天的生活都会感到元气满满。这天早上，我“大显身手”，给家人做了一份炒大米。

我先用电饭锅取适量大米，淘洗干净后加入没过大米一厘米左右的清水。等待米饭蒸熟的时间，我开始准备炒大米所用的食材。首先将洗好的黄瓜、胡萝卜切成小丁状，然后开始打鸡蛋液。打鸡蛋时，我紧闭双眼，皱起眉头使劲儿掰开鸡蛋壳，结果，鸡蛋像火山爆发一样突然猛地爆开，流了一手。在妈妈的指导下，我用巧劲把第二个鸡蛋轻轻打开，这次，蛋黄轻巧地落入碗中，我用筷子将鸡蛋液搅拌均匀。

米饭熟了，发出香甜的味儿，我开始炒大米。开火，倒油，挖了一勺大米放入锅中，不料，溅起的油花像一个个淘气的孩子，跳上了我的手背。我一惊，情不自禁地收回手来，妈妈说：“刚蒸熟的米饭水分比较多，你把火调小一点，将所有的食材都倒进去，炒一会儿就好啦！”果然，调小火之后再翻炒，香喷喷的炒饭很快出锅了。

看着色香味俱全的炒大米，我的心里美滋滋的，听到家人们的认可和赞美，我感到很自豪。

擦拭油烟机

刘晓瑶(杏花岭小学 五年五班
小记者证号:H201034):

放暑假了，我经常帮妈妈做家务，我会干的活可多了，比如洗碗、炒菜、清理灶台、擦拭灶具。我最拿手的，还是把油腻的油烟机擦拭得锃亮，干完很有成就感。

油烟机最油的地方莫过于接废油的盒子了。当我小心翼翼地取下油盒时，不禁惊讶：原来炒菜做饭时产生的油烟这么多呀！看来油烟机帮了我们很大的忙呢！

擦拭油烟机的第一步，是需要慢慢将废油沿着盒子的一角倒出，并收集起来。因为姥姥告诉我，这些油可以给植物当肥料，让植物长得又好又快，也算是废物利用了。

第二步，要用专用的厨房湿巾擦拭接油盒。这个厨房湿巾可是个神器，它所到之处，油腻全部消失，灶具变得光洁亮丽！除了厨房湿巾，清理油烟机的神器还有油烟机棉。在盒子里铺上一张油烟机棉，一个月后拿出，丢到垃圾桶就可以了，清理效果也是杠杠的。

最后，要把油烟机的外壳仔细地擦拭一遍，再用干布擦净。这样，你可以得到一个锃亮如新的油烟机了。

今后，我还要学习更多的家务技巧，为爸爸妈妈减轻负担，为我们家贡献自己的一份力量！



绘图 王斌礼

我是劳动小能手

劳动最光荣

我是80后，记得上小学时，和同学们一起大扫除、整理书柜、在队会上学习包饺子、缝扣子打补丁、下雪天清理积雪、联欢会一起布置会场、到敬老院帮忙干活……那些热火朝天、挽起袖子加油干的情景记忆犹新。

学习之余，劳动给予了我许多快乐和技能常识，让我受益终身。当前的德智体美劳“五育”中，劳动是短板，将劳动教育纳入全面培养的教育体系，如何落地加强，显得尤为重要。

小孩子能够独立劳动，是一件非常快乐又光荣的事。但作为一线带班老师，我发现一个令人无奈的现象：随着年龄增长，一些学生的劳动意识反而变得淡薄了。

低年级的孩子虽然年龄小，劳动能力比较弱，但劳动的积极性颇高，在老师的引导下，个个都积极参与，摆桌椅、清理地面、擦拭窗台、黑板……做得很认真。他们真的在用实际劳动证明“我正在长大，我能行”。但让人无语的是，不少家长固执地用他们的方式宠爱孩子，使一些孩子逐渐失去了劳动的动力和成就感。经常能看到许多孩子一走出校门，家长就赶忙上前，不顾孩子反对，抢过书包自己背上；劳动中难免弄脏衣服，家长会莫名紧张，告诫孩子以后少干活；还有不止一位家长要求来学校代替孩子值日。在家长的影响下，孩子对值日的积极性和认真度也慢慢减弱了。这样，一些孩子年龄增长了，体力和劳动能力都提高了，劳动意识反而变得淡薄，甚至觉得劳动很卑微，会被人嘲笑。于是，有些孩子只顾学习，觉得劳动浪费时间；有些孩子劳动时自找“窍门”，投机取巧；更有孩子轮值时，以各种理由迟到；还有孩子在家里受宠，理所当然地依靠他人，觉得自己的劳动时也无从下手。

生活中处处离不开劳动。烹饪、清洁、整理收纳……据我的观察，劳动让孩子更加自信，也更有责任感。孩子在劳动中得到历练，爱劳动的孩子思维会更加活跃，更愿意主动思考，想办法探索创造。

很多名言警句也提到了劳动的必要性。比如“自己的事情自己做”，提醒孩子把自己的事情做好，不给别人添麻烦；“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”，让我们懂得每一粒粮食的来之不易。自己劳动过，才深知所有的劳动者都是最值得尊重的，要懂得珍惜他人的劳动成果。

世界上没有不劳而获的幸福。幸福的生活从哪里来？要靠劳动来创造！

新建路小学羊市街分校 郝老师

学会墩地

白欣冉(杏花岭小学 四年二班
小记者证号:H201038):

前不久我家来了一个新成员——金丝熊团团，因为它，我的生活发生了不小的变化。

团团全身雪白，只有耳朵黑黑的，不仔细看真像一个小汤圆，别提有多可爱了。可是，妈妈却不同意我在家里养小动物，虽然最终勉强答应留下团团，可我却不得不自己“赚钱”养活它。爸爸是个“大机灵鬼”，见此情形，马上给我和姐姐制订了一系列的赚钱计划，其中最稳定的收入手段就是干家务了，包括叠被子、洗碗、擦桌子、墩地。每完成一项劳动，我们就能获得一元钱的报酬。

我和姐姐分工的时候，选择了墩地。可你觉得墩地有那么简单吗？肯定不是的。一开始学的时候，看着妈妈轻松的样子，我心想：原来墩地这么简单呀，看来我真的占便宜了！可我刚拿起墩布却发现不对劲，那墩布抓在手里沉甸甸的，还没墩完一半，我就累得瘫倒在床上。这时，我看到团团正在笼子里又蹦又跳，好像在对我说：“小主人，快起来呀！快起来呀！你可不要放弃，我可不想饿肚子。”想到这里，我马上坐起来，也顾不上疲倦了，一口气把家里全部墩完。妈妈一回到家，就看到整齐干净的房间，脸上露出了欣慰的笑容，说：“我的宝宝终于长大了！”我不好意思地挠着头，偷偷向团团眨了眨眼睛，团团好像也懂我的暗示，偷偷地，也向我眨了眨眼。

我终于“被迫”学会墩地了。通过我和姐姐的努力，团团吃得好睡得香，更可爱了。与此同时，我们也可以分担爸爸妈妈的家务负担，可以让他们多休息一会儿。我觉得自己还挺能干的。

洗衣服

白欣雨(杏花岭小学 四年二班
小记者证号:H201037):

在妈妈的帮助下，我已经学会了洗碗、拖地、叠被子等家务。最近我又准备学习洗衣服，于是就去向妈妈请教。

妈妈先教我学会用洗衣机洗衣服，然后详细告诉我手洗衣服的步骤和注意事项，技巧是洗衣服时一定要细心，先挑污渍比较重的局部重点洗，再整体洗，不能放过任何一个部位。

说干就干。我先接了一盆清水，在里面加入洗衣液，接着将比较脏的领口袖口处打上肥皂揉搓了几遍，再把衣服放入清水中浸泡20分钟，然后双手各抓住衣服的一角，在搓板上用力揉搓。其间，我的手好几次蹭到了搓板上，疼得直咧嘴，后来便慢慢地掌握了技巧：用手掌压住衣服推而不是抓着衣服搓。果然，衣服上的泡泡多了起来，污渍跟着都被洗净了。我又接了一盆清水，把衣服上的泡泡冲洗干净，反复几个来回，衣服变得焕然一新。虽然我把卫生间弄得到处都是泡泡和污水，但看着洁白的衣服，我还是挺骄傲的。

通过洗衣服，我明白了一个道理：遇到不会的事，就要认真请教，坚持不懈努力学习，多总结经验，终究会有收获。

征稿启事

转眼间，暑假已经过半。在这大约一个月的时间里，你是怎么过的呢？和你理想中的暑假有什么不同吗？有没有为即将到来的新学期做了什么准备？和大家一起分享吧！

投稿邮箱:tywbxxzk@163.com
截稿时间:8月4日