

河北省儿童医院·燕赵晚报  
“闪光少年·美好生活”征文选登

## 学包饺子

石家庄市东风西路小学四(8)班 杨清淇(小记者)

我喜欢中秋节的月饼,也喜欢端午节的粽子,但我更喜欢每个节日都可以吃的饺子。这天,我准备跟妈妈学包饺子。

妈妈把食材准备好后,我凑上前跟着学。妈妈俨然一位心灵手巧的“面点大师傅”,她一边示范一边讲解,首先准备好一个面剂子,先擀成圆圆的面皮,再用勺子挖一些馅料,放在面皮中间。馅料要放适量,不然饺子包起来时会“开肠破肚”。最后把面皮对折,捏起边缘,一个可爱的饺子就包好了。

看妈妈包饺子很简单,但我做起来就难了。有时漏出馅儿,有时饺子会站不稳。随着妈妈的耐心指导,我做得一次比一次好,不一会儿,盖帘上就放满了小巧可爱的饺子,我也有了满满的成就感。

包完饺子,妈妈开始煮饺子。我跑进厨房,眼巴巴等着,盼着,终于香喷喷的饺子出锅了。我挑了个馅儿最大的,如愿以偿吃到了最爱的韭黄馅饺子。

这天,我不仅学会了包饺子,还吃到了自己亲手包的饺子,真是太开心了。 指导老师:郭雪妙

## 让座

石家庄市五里庄小学二(4)班 刘泓焯(小记者)

一个周六的早晨,我去上课。我在公交车站等了一会儿车到了,上车后看到一个空位我就坐下了。

公交车刚走一站地,上来一位白发苍苍、拄着拐杖的老奶奶,走路颤颤巍巍。看到老奶奶,我赶紧起身,指着自己的座位说:“奶奶您快坐。”老奶奶的脸上露出和蔼的笑容,说:“谢谢小朋友,你真是个

懂事的好孩子。”我连忙说,这是我应该做的。这时,车上的乘客也纷纷给我竖起大拇指,我开心极了,能够帮助到别人是一件很幸福的事。

尊老敬老是中华民族的传统美德。我暗下决心,作为一名少先队员,以后一定会尽力去帮助更多需要帮助的人。 指导老师:苗文秀

## 一日之计在于晨

石家庄市栗胜路小学三(1)班 徐梓桐(小记者)

那一天,我的“起床困难症”犯了,在床上滚来滚去,就是不想起床。

妈妈喊我:“快起床,都快到中午了你还没写作业呢。”我听着妈妈的唠叨,还是躺在床上无动于衷。妈妈生气了,脸红得像个小苹果,她猛地掀起我的被子,温暖的被窝瞬间变得冰凉,我赌气又把被子盖上了。

妈妈说:“你再不起就没有早饭吃了。”我不以为然继续躺在床上。可没过多久,我的肚子就开始

跟我“唱反调”,“咕噜咕噜”叫我起床。我迫不得已起床去洗漱,洗漱完后,发现早餐果然被收走了……就这样饿到中午,因为没吃早饭,我一天都没精神,好像这一天被偷走了一样。

《增广贤文》里说“一日之计在于晨”。我觉得这句话很对,要从早晨开始安排一整天的计划,如果像我一样错过了早晨,没有计划,这一天就会过得浑浑噩噩。

通过赖床这件事,我明白了,我们要养成早起的习惯,有计划地开始一天的生活。 指导老师:王君花

## 游漫山花溪谷

石家庄市平山县南贾壁小学四(4)班 李靖瑶(小记者)

今天,我要给大家介绍一个壮观而美丽的地方,它就是位于石家庄市灵寿县县的“漫山花溪谷”。

一进漫山花溪谷大门,就能看见连绵起伏的山峰,山上花草鲜艳茂盛。一朵朵可爱的小花散发出迷人的香气,一片片花海之中蝴蝶翩翩起舞。绿油油的小草布满山岗,一阵微风吹来,好似一片波涛汹涌的绿色海洋,一派生机盎然。

在雄伟的山峰下,一个圆形的出水孔正源源不断地流淌着清凉解渴的泉水,出水孔的孔壁也被这股涌向小河的泉水冲刷得光滑照人。

继续往里走去,山势变得越加险峻,这时湖水

就显得越发温柔。湖面平静,像一面镜子,湖水呈碧绿色,像一块晶莹剔透的绿宝石。平静的水面上,几只白鹅正带着一群可爱的鹅宝宝在水中开心觅食。

而这湖水里还藏着许多神出鬼没的小鱼呢!这些婀娜多姿的小鱼在水中活泼地嬉戏玩耍,颜色五花八门,有金色、银色、黄色、白色、红色、黑色等等。它们的样子也各不相同,有的瘦骨嶙峋,有的圆头圆脑,有的小巧玲珑,还有的身体跟碗口一样粗……

这就是美丽且壮观的漫山花溪谷。

指导老师:卢四杰

## 我是小小讲解员

石家庄市东风小学四(3)班 刘若琳(小记者)

“大家好,我是小小讲解员刘若琳,欢迎大家来参观‘时空旅行者——全球琥珀珍品展’。”去年暑假,我有幸参加了河北博物院“讲解明星梦工坊”活动。经过网络报名、现场面试、培训和考核等层层选拔,我正式成为一名小小讲解员。

我负责讲解的展区并不是最大的,但讲解词却非常长,还有好多专有名词和不认识的字。老师要求我们在第二天把讲解词全部背完,当我第一眼看到讲解词时,脑子里只有两个字“完了”。

但这都是培训时的事了。当我正式上岗服务时,讲解词早就背得滚瓜烂熟。每次上岗服务时,我们不仅讲解词要熟练,临场发挥要稳定,还需要现场答疑解惑。这不仅需要丰富的知识储备,还要结合老师教我们的讲解技巧、站位、手势,还有最重要的一点——微笑服务。每场讲解之后的阵阵掌声和点赞鼓励,都是我们辛苦付出的最好回报。

时光飞逝,历时一个多月的活动画上了完美句号,但这次经历却会让我终生难忘。 指导老师:李红凡

## 后悔的事

石家庄市中山西路小学六(3)班 杜浩宇(小记者)

每每看到“悔”这个字,我就会想到一件事。

去年秋天,我正在上课,突然发现弟弟借给我的笔丢了。我十分着急,把课桌翻了个底朝天也没找到,还因为做小动作被老师罚站。我一边罚站一边想:肯定是有人想看我出丑,把笔藏起来捉弄我,顿时怒从心头起。

刚一下课,我就开始问别人有没有看到我的笔,他们纷纷摇头。等我问到前桌的同学时,发现他行为古怪,不仅说话结结巴巴,不回答我的问题,脸还红红的,眼睛也不敢直视我。我心想:肯定是他。

前桌同学站起来想走,我立刻挡在他面前,想带他去找老师,他非常抗拒,这加重了我的疑心。我一咬牙、一用力,把他拉出了教室。这时,笔从我的衣服中滑了出来,我一看,脑中顿时一片空白,脸像火烧。我刚想对前桌同学说对不起,却见他捂着肚子朝厕所方向跑去。原来,他只是想上厕所。

我对这次冒失的行为一直感到十分后悔,后悔自己在没有十足证据时就怀疑别人。直到现在,我还一直对前桌同学抱有歉意。

世上没有后悔药,遇到事情时,我们要多思考、少冲动,别做让自己后悔的事情。 指导老师:庞思雨

## 校园简讯

## 留村小学:红领巾讲解员展风采

为引导少先队员用“小镜头”和“小视角”展现近年来石家庄城市建设的“大成果”和“大舞台”,近日,留村小学举行了“红领巾讲解员”风采展示活动。活动中,队员们纷纷走进爱国主义教育基地和家乡的名胜古迹、博物馆、陈列馆,在聆听与表达等实践中了解家乡的历史文化,拥抱石家庄这片神奇而美丽的热土。 本报记者 安迪

## 西雅小学:参观红色教育基地收获多

8月1日上午,西雅小学的少先队员们自发组织参观了红色教育基地石家庄解放纪念馆。他们认真观看了图片、资料和实物展示,通过参观学习,队员们进一步树立了正确的历史观、国家观和民族观。 本报记者 安迪

## 育英小学:缅怀先烈 振奋精神

八一建军节之际,育英小学一(1)班的学生们在家长陪伴下,怀着崇敬之情来到华北军区烈士陵园,开展了一次德育活动。活动中,同学们缅怀先烈,不仅提升了自身信仰,更振奋了精神。此次实践激励着同学们继承和发扬革命先烈的光荣传统与崇高精神,脚踏实地,为长大后好好建设祖国而努力。 本报记者 安迪

## 石外:公益捐赠山区行

近日,石家庄外国语教育集团七(12)班瑾瑜小组的同学们来到赞皇县嶂石岩镇苏家台小学,为这里的孩子们捐赠了部分书籍和学习、体育用品。两校学生还一起交流学习经验,分享身边趣事,畅想属于他们的七彩梦想,活动增进了双方的友谊。 本报记者 安迪

## 南马路小学:铭记红色历史

近日,南马路小学四二中队的少先队员们走进石家庄解放纪念馆,开展了以“铭记红色历史 强国复兴有我”为主题的“双争”系列教育活动。参观过程中,队员们被石家庄那段波澜壮阔的解放历程所震撼,深深感受到了历史之重,更加坚定了“强国有我”的理想和信念。 本报记者 安迪 通讯员 王谦



同学们在参观石家庄地图沙盘。(学校供图)