

班主任寄语

天赋好比一朵火花，若用勤勉、辛劳去助燃，它定会变成熊熊烈火。孩子们，愿你们将每一次的努力都视为种子，静等花开终有时。

班主任：茅建女

班级介绍

在四小这片充满希望与活力的土地上，有一支队伍如同初升的太阳——温暖而光明，他们就是三（7）班向阳中队！向阳中队，一个汇聚了智慧与勇气的集体。我们每一位成员都是一颗璀璨的星辰，虽各放异彩，却紧密相连，共同照亮前行的道路。我们乐观向上、勤勉刻苦、勇敢坚强，以积极的态度面对挑战，用不懈的努力追寻梦想。我们相信：知识的力量能够引领我们走向更加广阔的天地！



粽叶飘香过端午

“一串穿成粽，名传角黍通。豚蒸和粳米，白膩透纤红……”边读诗，我边咽口水，对妈妈说：“妈妈，端午节到了，我们来包粽子吧。”

妈妈一边笑呵呵地回答，一边去厨房道：“早就准备好了，瞧！”只见厨房里放着浸泡好的糯米，莹白圆润，像一粒粒小珍珠。今天主要包甜粽，有蜜枣、红枣、葡萄干等馅料。碧绿泡软的粽叶清香，充满了整个厨房。

说干就干。妈妈拿起一片粽叶，手指翻飞间，一个漏斗状的粽壳就成形了，放入雪白的糯米压结实，绑上绳子，胖乎乎的粽子娃娃就做好了。我看不禁暗自嘀咕：“原来包粽子这么简单啊。”学着妈妈的样子，我也拿起一片叶子，可是在妈妈手中乖顺服贴的粽叶，在我手上就像是被施了魔法的调皮鬼，总也无法做成漏斗状，眼看着妈妈手下已经站了一排精神饱满的棕娃娃，我着急地喊道：“妈妈呀，快教教我吧！”妈妈拿起一片叶子，手把手地教我叶子怎么拿，旋成漏斗状几圈才是最合适的……在妈妈的耐心讲解下，我逐渐掌握了要领，从刚开始的营养不良粽娃娃，到最后圆润可爱胖墩墩，我的内心激动不已。原来看起来简单的事情，做起来是那么不容易。

包好了一锅，我就催促妈妈赶紧先煮。随着咕噜咕噜的水声，一阵阵粽香扑鼻而来，站在厨房里，我觉得自己仿佛变成了粽子，浑身都是粽叶香。一出锅，我就迫不及待地拿起一个，打开，晶莹剔透的糯米好像晶亮的宝石，在粽叶上随着热气翻滚着，咬一口，软糯香甜，真是美味极了。

吃着粽子，我内心充满了成就感，这是我用自己的劳动创造的美食！

陈义 证号：0181229

每到端午节前后，家家户户都会在门上挂上艾草，包粽子。我们家也不例外，每年的端午节，我都会早早到外婆家，和她一起包粽子。

外婆手法娴熟，把碧绿的粽叶一卷就成了一个小漏斗，放上糯米一盖封口后缠上棉线，就包好一个粽子。看着外婆熟练的包了一个又一个粽子，我跃跃欲试。外婆看出了我的心思，拿出粽叶让我试试。

我学着外婆的样子卷粽叶，但是卷了好几次没成功，我想要放弃了。“要让粽叶平均的贴在双手上，然后双手交叉，粽叶也就交叉重叠在一起了。”外婆语重心长地说。

听了外婆的话，我终于成功卷成了漏斗，左手捏着小漏斗，右手去舀糯米。放好糯米，却怎么都无法盖上周叶，糯米还洒了出来。在我苦恼时，外婆又如及时雨一样出现，告诉我糯米放多了，要拿上一点。我按她的方式做，终于封上了口。但是缠线太松散了，粽子歪歪扭扭且没有尖角，第一个粽子以失败告终。

我决定再试试，第二次比第一次明显熟练了一些，线也绑得紧了许多，只是上面的角还是很奇怪。我连续包了好几个之后，发现粽子越来越好看了，到了最后一个，外婆说已经很好了。我开心地跳起来，忘记了一个上午的疲惫，只剩下满足。

端午节是中国的传统节日，是中华民族文化的重要载体，凝聚着民族精神和情感，体现了爱国主义精神和对健康平安幸福生活的追求。

赵锦绵 证号：0001069

一大早，妈妈和外婆就从市场采购所需食材。有碧绿的粽叶，有雪白的糯米，有红火的枣子，有圆润的咸蛋黄，还有香喷喷的肉。满篮子的食材，真是令人期待。

开始包粽子了。外婆手法娴熟，拿起两片粽叶轻轻一卷，一个精巧的小漏斗便出现了。我赶忙跟着学，可粽叶在我手中却不听使唤，费了好大劲，才勉强卷出一个模样。外婆却一声不响，放颗红枣，再覆上一层糯米，动作行云流水，最后用棉线一绑，一个粽子就包好了。我包出的粽子却像个歪扭的“小胖墩”。在我反复调整，加上外婆的耐心指导下，一个像样的粽子终于诞生。

粽子下锅了，不一会儿，厨房里便弥漫着浓郁的香气。出锅后的粽子，咬上一口，糯米的软糯、红枣的香甜瞬间在舌尖绽放，美味极了！这次包粽子，让我深深明白，只要有耐心，再难的事也能做好。

陈星诺 证号：0185611

端午节就快要到啦，我和外婆决定包粽子吃。外婆准备好了所有的材料。只见粽子在她手里就像听话的小扇子，她熟练地把箬叶折成一个小漏斗状。接着，用勺子把糯米放进漏斗里，再用一根筷子戳几下，让糯米充满整个箬叶，然后把箬叶卷下来折好，绑上绳子，一个大粽子就诞生了。

我搓搓小手，早就跃跃欲试。于是，我学着外婆的样子去做。可箬叶在我手里怎么都不听话，不是漏米，就是包不起来，急得我直跺脚。但我没有放弃，在外婆手把手的耐心指导下，终于包出了一个歪歪扭扭的粽子。我心极了！

看着自己包的粽子冒着热气被端上了桌，我迫不及待地咬上一口，软软的糯米含在嘴里，那味道简直美极了！

包粽子虽然不容易，却充满了乐趣，让我感受到了传统节日的独特魅力。

姚定町 证号：0182702

“端午节，包粽子，家家户户粽叶香。”端午佳节将至，粽香也仿佛在空气中悄然弥漫开来，家家户户都开始着手准备包粽子。

我们早早备齐了包粽子的材料：翠绿的粽叶、晶莹的糯米、红润的红枣，还有细长的棉线。准备妥当后，我站在一旁，仔细观察阿姨包粽子的手法。只见她动作娴熟，先将粽叶轻轻一卷，粽叶便乖巧地在她手中变成了一个精致的“小漏斗”。紧接着，她舀起适量的糯米倒入其中，最后灵巧地把粽叶折起封口，再用棉线迅速扎紧，一个饱满圆润的粽子就诞生了。我瞧着，心里暗自想着：这看起来挺简单的，我肯定一学就会。

心动不如行动，我迫不及待地动手尝试。学着阿姨的样子，先卷粽叶，再舀糯米，最后封口。可结果却不尽人意，我包出的粽子歪歪扭扭、惨不忍睹，和阿姨包的那些饱满的粽子放在一起，简直是天壤之别。于是，我虚心向阿姨请教“秘诀”。阿姨耐心地给我传授了许多实用技巧：怎样让粽叶在手中乖顺听话，如何精准控制糯米的量，还有封口和扎绳的窍门等等。掌握了这些技巧后，我信心大增，再次动手。这一次，我包出的粽子有模有样，和阿姨包的不相上下。大家见了，纷纷对我竖起大拇指，称赞道：“哇！太棒了！”“这粽子包得真漂亮！”听到这些夸奖，我的心里乐开了花。

包好的粽子被整整齐齐地放进锅里，加入清水，让水完全没过粽子，随后盖上锅盖。在漫长的等待后，粽子终于出锅了。热气腾腾的粽子香气四溢，剥开粽叶，轻轻咬上一口，软糯的糯米裹挟着红枣的香甜，瞬间在舌尖上散开，那美妙的滋味令人回味无穷。

端午包粽子，包进去的是满满的美味，传承的是悠久的历史习俗，更是家人们之间深厚浓浓的亲情。这份温暖又美好的记忆，就像那粽香，深深地烙印在我的心底，无论时光如何流转，都历久弥香。

岑昕恬 证号：0188431

“门前艾蒲青翠，天淡纸鸢舞。粽叶香飘十里，对酒携樽俎。”端午节又到了，我家开始包粽子。

爷爷备齐了材料，奶奶开始大显身手。只见她把箬叶卷成漏斗状，把糯米、肉放进箬叶里，将箬叶折好封口，用棉线扎紧，一眨眼的工夫，粽子就包好了。

我迫不及待地拿起箬叶开始包粽子，可是我卷好的漏斗米一放进去就像调皮的孩子一样跑了出来，我急得直跺脚。奶奶告诉我漏斗的边缘要贴合紧密，不能有缝隙，糯米的高度也不要超过三分之二，要留出足够的空间，用棉线绑扎的时候要用手交叉往棉线一端，方便扎牢。最后在奶奶的帮助下，我成功地包出了第一个不太像样的粽子。之后，我不断练习，终于独立包出了一个漂亮的粽子。我欢呼雀跃，满满的成就感。

奶奶端出煮好的粽子，肉粽的香气直往我的鼻子里钻，像一只无形的手，一下子把我肚子里的馋虫勾了出来。咬上一口，软糯的口感，让人瞬间被幸福包围。

包粽子不只是将糯米和馅料包裹成型，更是将千年来的端午文化传承和延续。

张伊一 证号：0182048

包粽子前，得先把材料准备好。奶奶拿出了一大盆糯米，又拿出一大碗肉和一包箬叶，还有棉线。开始包粽子了，只见奶奶手法娴熟，她拿起两片箬叶，卷成一个漩涡状，然后舀起一勺糯米放进去，再放上一块肉，最后再舀上一勺糯米，把箬叶一卷，用棉线一绑，一个漂亮的粽子就包好了。

看着奶奶包得那么容易，我也想试试。于是，我学着奶奶的样子，拿起两片箬叶，卷成一个漩涡状，舀起一勺糯米放进去。可是，糯米却像调皮的孩子，从箬叶的缝隙里漏了出来。我忙用手去堵，结果越堵越多，最后弄得我手忙脚乱。奶奶见状，笑着说：“别急，慢慢来。”在奶奶的耐心指导下，我终于包好了一个粽子。

粽子包好了，奶奶把它们放进锅里煮。不一会儿，厨房里就飘出了阵阵香味。煮熟后，我迫不及待地拿起一个自己包的粽子，剥开箬叶，咬上一口，啊，真香！

通过这次包粽子，我明白了：无论做什么事，都要有耐心，不能急于求成。

杨钰涵 证号：0181209

端午前夕，奶奶就开始忙碌起来。她准备好粽叶、糯米、红枣和棉线，每一种食材都饱含着对节日的重视。我站在一旁静静看着奶奶包粽子，只见她手法娴熟，粽叶在她手中翻转、折叠，不一会儿，一个精致的粽子就诞生了。

我跃跃欲试，学着奶奶的样子拿起粽叶，可粽叶在我手里却不听使唤，怎么都折不好。奶奶在一旁耐心指导，我逐渐找到了窍门，终于包出了一个歪歪扭扭的粽子，虽然模样不太好看，但心里却格外满足，满是成就感。

经过漫长的等待，粽子出锅了。热气腾腾的粽子散发着诱人的香气，咬上一口，软糯香甜，那是家的味道，也是节日的味道。

这个端午节，因为包粽子的经历变得格外难忘。它让我明白，传统节日的意义不仅在于品尝美食，更在于家人的陪伴和文化的传承。

房盈贝 证号：0187259

周末，老师布置了一个特别的作业——包粽子。我可高兴了，一回家就拉着外婆准备食材，有糯米、红枣、箬叶、棉线。看着这些食材，我满心期待，仿佛已经闻到了粽子的香气。

开始包粽子了，只见外婆手法娴熟，先把粽叶折成一个小漏斗状，然后装上适量的糯米，再放入一颗红枣，接着把粽叶折好封口，最后用棉线扎紧，一个漂亮的粽子就包好啦。我在一旁看得跃跃欲试。

我学着外婆的样子，拿起一片粽叶，想把它折成小漏斗。可是粽叶在我的手里就像个调皮的小娃娃，怎么也不听话，我费了好大的劲才折好。装糯米的时候，不是装多了就是装少了，糯米还不停地往外漏。我心里有点着急，嘴里嘟囔着：“这粽子怎么这么难包呀。”我又试了几次，可还是包不好，不是封口时粽叶散开，就是系绳子的时候粽子散架。我像个泄了气的气球，一屁股坐在椅子上。

外婆看到我垂头丧气的样子，笑着说：“孩子，包粽子要有耐心，多试几次就会了。”听了外婆的话，我又鼓起了勇气。我仔细观察外婆的动作，又试了一次。这次，我小心地控制着糯米的量，慢慢地把粽叶折好，再紧紧地系上棉线。终于，一个不太好看但总算包成功的粽子诞生了。

当一个个包好的粽子摆在桌上时，就像一个个绿色的小士兵。粽子煮熟后，满屋子都是粽叶的香气。我迫不及待地咬了一口，糯米软软糯糯的，红枣甜甜的，味道好极了。我心里充满了成就感，也更加感受到了端午的乐趣。

房瀚詰 证号：0181507

午后，奶奶把泡好的糯米端上了桌，绿油油的箬叶像小船似的泡在水中。只见奶奶熟练地把两片箬叶叠在一起，折成漏斗状，舀一勺糯米放入“漏斗”中，把箬叶放在左手的手掌上抖动两下，塞进去一块鲜肉和一个咸蛋黄，然后加盖了一层糯米，将“漏斗”填满，接着将箬叶裹紧，最后咬住绳子的一头，手拿着绳子的另一头缠绕粽子，打上一个结实的结。这样一个粽子完成了。

包粽子看起来并不难，我照着奶奶的样子一步一步学着，可是箬叶在我手中就像一个顽皮的小朋友，跳来跳去，有时滑下我的手，有时包着包着突然散开……奶奶鼓励我说：“没事，慢慢来。”在奶奶手把手的指导下，我的粽子终于包好了。虽然这个粽子又小又瘦，但这是我包的第一个完整的粽子。

我迫不及待地让奶奶煮粽子吃，很快热气腾腾的粽子出锅了。我把抓起来我包的粽子，撕开箬叶，一股粽子特有的清香飘起来。我一边吸气，一边咬了一大口，吃着自己包的粽子，我不禁感叹道：“这是我吃过最好吃的粽子。”

我爱吃粽子，我爱过端午，我更爱这传统节日的美好气氛。

丁士涵 证号：0188345

端午节有许多习俗，我们会纪念诗人屈原，也会亲手做一些传统美食，其中就有我喜欢吃的粽子。

趁着周末假期，我和妈妈赶忙提前实践一番。妈妈把准备好的材料端上桌，有箬叶、糯米、红豆、蜜枣和豆沙，看着眼前的美味食材，我开始兴奋又期待地想着粽子那清香的甜味。

妈妈动手先尝试了一个，她看着手上的粽子忍俊不禁地说道：“这哪叫粽子啊？这根本是一个被包扎得很惨的伤员！”听着妈妈爽朗的笑声，我也乐开了怀，挽了挽袖子，开始包我的粽子。我选了一个最简单的包法：先把箬叶折出一个小漏斗状，接着把食材依次放入其中，正当我要用棉线封口之时，糯米就像一个调皮的孩子似的，从箬叶口中撒腿开跑。我毫不气馁，使出九牛二虎之力，把它们一个个紧紧地压回去。

终于，我包出了一个完整的粽子，紧接着，我把所有粽子放进电压力锅，等待着那香甜的味道。

不一会，清香弥漫开来，我被这香味馋得垂涎三尺，拿了一个尝尝，哇！美味无比，比预期的还要好吃！这真是一个收获满满的“端午节”，既吃到了美味的粽子，也体会到了亲身劳动的成就感。

陆曦桐 证号：0189727

一大早，妈妈就忙着准备材料，有绿色的箬叶、白色的糯米、鲜红的猪肉、黄色的咸鸭蛋黄，妈妈把糯米和猪肉都浸泡在酱油里入味。

食材准备好后，我们就开始包了。我学着妈妈的样子，首先，把箬叶卷成漏斗状，然后放一勺米，压一压，再放一块猪肉和一个蛋黄，再放一大勺米，压紧。这时，我发现糯米太满了，就拔掉了一些米。然后我又听到“滴答，滴答”的声音，原来是粽子底部有一个洞，水都漏出来了，我只能把箬叶往里里面再卷了一卷。接下来到了我最“不熟悉”的环节了，我把上面的口子捏成一个三角形，然后把多余的箬叶像盖子一样折下来盖住，最后用绳子把它五花大绑，粽子就完成了。我一瞧，我的粽子奇形怪状的，引得妈妈哈哈大笑。我包的不是漏米，就是松垮垮的包不起来，或者歪七歪八，不过我还是为我的劳动成果感到欣喜。

粽子包好了，妈妈把它们放在锅里煮，不一会儿，粽叶的香味弥漫在家里。可以开吃了，我兴奋地剥了一个塞到嘴里，嗯，虽然样子是丑了一点，但是味道还挺不错呢！

胡思烨 证号：0189768

端午节快到了，我和妈妈决定包几个粽子。

开始包粽子了，妈妈双手灵巧地运作，先将两三片箬叶重叠卷成漏斗状，然后轻轻放入一层糯米，中间嵌入馅料，再盖上一层糯米，最后巧妙地折叠箬叶，用棉线捆扎好，就成了一个个紧实而饱满的粽子。

妈妈说：“我示范完了，现在该你包粽子了。”我应声回答。

我拿起一片箬叶折成了漏斗状，然后又用勺子舀了一勺糯米灌入漏斗，但是这些调皮的糯米们不是从下面“溜”走，就是从旁边“跑”走，就这样反反复复了许多次，但是我并没有灰心，不断鼓励自己：“不要灰心，一定能成功的！”这一次，我拿起一片箬叶折成漏斗状，下一步，也是最紧张的一步，我先确保漏斗有没有紧实，然后，又把糯米灌了进去，果然这次成功了，糯米灌满了，就可以把多余的箬叶封起来了，我又拿起了一根棉线扎好蝴蝶结。

“终于做完了一个粽子！”我的心里笑开了花。

妈妈把包好的粽子放入锅里煮，大概过了三十分种，粽子就可以吃了。咬一口，糯米的柔软和红枣的甜美在口中交织，真是美味极了。

通过这次包粽子，我不仅学会了一项新技能，也更加了解端午节的意义。这个传统节日不仅是为了纪念屈原，更是让我们在忙碌的生活中，停下来与家人一起分享快乐。

岑乔 证号：0184999

“端午临中夏，时清日复长。”端午节快到了，怎么能缺少粽子呢？今天我要和外婆一起包粽子。

首先，我们需要准备食材。有切成小块的五花肉、喝饱水的糯米、被洗得干干净净的粽叶，还有一团鲜艳的红色棉线球。我帮着外婆一起把这些食材摆上了桌子上，就迫不及待地想开始了。

外婆瞧着我着急的样子，笑着说先给我做示范。只见外婆将粽叶一卷，包成上宽下尖的“漏斗”，这个就是粽子的外衣了。之后“喇喇”两下，把糯米和五花肉放入“漏斗”，用筷子压实，封上口，缠上棉线，一眨眼的功夫，一只品相好看的粽子就完成了。

外婆包粽子的水平可真是炉火纯青啊，我摩拳擦掌地也想试一试。我挑了一张最好看的粽叶，学着外婆的样子包了起来。包着包着，粽壳里的米竟然越来越少了。我心里一惊，仔细一看，原来粽壳不知何时真的成了漏斗，小米粒如同顽皮的小孩，正在争先恐后地往外逃呢。外婆看到了，慈祥地说：“要把粽叶捏牢哦！”我认真地点点头，尝试了好几次后，终于在外婆的指导下，完成了我人生中第一个粽子。就这样，我和外婆包了满满一大锅。

煮粽子的时候，香气飘满了整个屋子，我深深地吸了一口粽香，想象吃粽子时口齿留香的情景，心中无比期待。这时我似乎也明白了个道理：一份耕耘一份收获，任何美好都是靠劳动所创造的。

张晨钰 证号：0184048

端午节快到了，妈妈说要教我包粽子！一大早，我们就去市场买来了绿油油的粽叶，粽叶像小船似的泡在清水里。糯米像一颗颗小珍珠，红豆沙飘着甜甜的香味，还有我最爱的咸蛋黄，像小太阳一样亮晶晶的。

妈妈先把两片粽叶叠成漏斗形状，我可总是捏不好，粽叶像调皮的小鱼从指缝溜走。妈妈握着我的手说：“慢慢来，手指要像小桥一样弯起来。”我试了好几次，终于兜住了一勺糯米。学着妈妈的样子塞进红豆沙和蛋黄，可是捆绳子时粽子突然“咧嘴笑”了，米粒偷偷跑出来好几颗。

爸爸在旁边哈哈大笑：“咱们给小粽子系个蝴蝶结吧！”奶奶赶紧来帮忙，教我用牙齿咬住绳子一头，两手绕着粽子转圈圈。最后我们把胖乎乎的粽子们排好队放进锅里，咕嘟咕嘟煮了好久，满屋子都是竹叶的清香。

咬开热乎乎的粽子，黏黏的糯米裹着流油的蛋黄，我的嘴角都沾上了红豆沙。妈妈告诉我，端午节包粽子是为了纪念古代爱国诗人屈原，把粽子扔进河里，小鱼就不会去吃他的身体了。原来小小的粽子里藏着这么了不起的故事！看着全家一起包的粽子，我忽然觉得，我们不仅是在过节，更像是在用手心的温度，把祖先的智慧和爱一年一年地传下去。明年，我还要和奶奶学包更多花样的粽子！

马瑞加 证号：0181021

“良辰当五日，偕老祝千年。”端午节是中国的传统节日，在每年的农历五月初五，人们会通过包粽子、赛龙舟等活动，纪念伟大的诗人屈原。

一大早，奶奶就准备好了粽叶、糯米和腌制好的鲜肉。我站在奶奶身边，看着她灵巧的双手把粽叶折成漏斗状，放入糯米和肉，再用绳子绑好，一个漂亮的粽子就包好了。轮到我家大显身手了，可是粽叶总是不听使唤，米粒从缝隙中漏出来。奶奶笑着说：“慢慢来，多试几次，要学会用巧劲。”在奶奶的指导和帮助下，我终于包出了一个歪歪扭扭的粽子，虽然不太好看，但是我特别开心！

煮粽子的时候，整个厨房都弥漫着粽叶的清香，我迫不及待地剥开粽子，咬上一口，软糯的米粒和美味的鲜肉在嘴里化开，真是美味极了！通过学习包粽子，我不仅感受到了传统文化的魅力，还懂得了只有通过实践才能明白其中所蕴含的道理！

范溢航 证号：0182979