

细品“小暑”之韵

红山根小学这场家政劳动实践活动意义非凡

我国古人将小暑分为三候：“一候温风至；二候蟋蟀居宇；三候鹰始鸷。”这三候生动地描述了小暑时节自然界的变化。7月6日迎来小暑节气，作为二十四节气中的第十一个节气，标志着我国大部分地区正式进入盛夏时节。为了让学生们在感受传统节气魅力的同时，也能学会如何在炎炎夏日中寻找一丝清凉，兰州市城关区红山根小学近日开展了“小暑”节气家政实践课活动，老师和孩子们一起在轻松愉快的氛围中制作柠檬薄荷浆水饮和酸奶水果捞。



酸奶水果捞。

浆水齐百珍，布衣傲王侯。本次活动中先让同学们了解我们日常食用的消暑佳品——浆水。浆水是由蔬菜以及粟米等谷物发酵而成，味甘、酸，具有调中和胃、化滞止渴的功效。孩子们在老师的带领下采摘学校中草药种植园中的新鲜薄荷叶，接着在老师的讲解指导下动手清洗薄荷、柠檬，并将柠檬切片，在浆水中加入适量白糖装杯，最后孩子们争先恐后在杯中加入薄荷作点缀。

制作完成后，同学们围坐在一起，迫不及待地品尝起自己亲手制作的柠檬浆水饮料。他们纷纷表示，这款饮料既酸爽又解渴，非常适合夏天饮用。在品尝的过程中，他们还互相分享了自己在制作过程中的小技巧 and 心得体会，增进了彼此之间的友谊和合作精神。

小暑水果香，解暑一夏凉。夏日炎炎，来一碗冰爽水果捞，降温又解馋。孩子们提前准备了适

量的新鲜水果和酸奶。老师先向同学们展示如何清洗水果、去皮去核、切块等步骤，并讲解如何搭配水果和酸奶。在老师的指导下，孩子们开始动手制作水果捞。他们自由选择喜欢的水果进行搭配，并尝试加入不同的酸奶口味。

制作完成后，同学们积极展示自己的作品，并和其他小朋友或老师进行分享和品尝。在分享过程中，孩子们学会去欣赏他人的作品，并表达自己的感受和想法。

本次活动的开展，不仅让同学们在轻松愉快的氛围中学习了传统文化知识，还锻炼了他们的动手能力和团队协作能力。更重要的是，通过亲手制作消暑美食，孩子们更加深刻地体会到了劳动的乐趣和成果的来之不易，同时也学会了如何在炎炎夏日中通过饮食来调节身体，保持健康，为同学们的夏日生活增添了一抹亮丽的色彩。

奔跑新闻·兰州晨报记者 裴强

今年暑假，跟着我们去精彩一夏

甘肃小记者推出“行走的思政课”系列四个长线采风营

快来报名

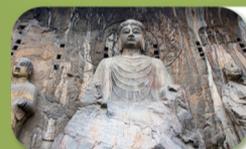


敦煌

重走丝路 寻梦敦煌
多地小记者联动丝绸之路文化传播使者采访采风6日营



扫码了解详情



河南

中原文化探索5日营
大语文老师+文博专家+资深文化学者、不可多得的精品课程



扫码了解详情



山东

泉韵四海、圣人孔子、立德立言、淄博烧烤、沉浸式体验帆船皮划艇（5日营/7日营）



扫码了解详情



日本

国际交流研学天花板
结交国际友谊、开拓国际视野、增强民族文化自信11日营



扫码了解详情

奔跑 奔跑新闻
——奔跑时代 记录生活——

GANSU
甘肃小记者

畅家巷小学：积分币兑换“成长与进步”



积分兑换活动。

“每次参与积分币兑换活动我都很激动。”“我很喜欢学校的积分币兑换活动，我也会为了得到积分币去努力。”为培养学生良好的品行，提高同学们行为管理的有效性、持续性，激发学生向上、向善、向好发展的自觉性，7月8日，兰州市城关区畅家巷小学举行了2024年春季学期一、二年级积分银行兑换活动。

瞧，积分兑换活动一拉开帷幕，校园里就一片沸腾，热闹的场景中弥漫着成长的喜悦。同学们紧紧握着自己的积分币，因为这是自己课堂上的精彩表现、助人为乐的善举、文明礼貌举止的见

证。孩子们一个个迫不及待地来到摊位前找自己喜欢的礼品并兑换，生怕错过机会。奖品的设置更是琳琅满目，有备受欢迎的乐高，有好玩的卡通玩具，有实用的学习用品，有益智的围棋……“老师，我兑换到一盒水彩笔”，同学们对自己兑换到的礼品爱不释手，兴奋、喜悦、期待都溢于言表。

“一分耕耘，一分收获”。每一份礼物都是同学们通过自己的努力获得，所有的幸运与惊喜都来自于同学们自己的坚持！大家积的是“币”，赚的却是“成长和进步”，这就是积分币兑换的魅力所在。

文/图 奔跑新闻·兰州晨报记者 纪敏

童心执笔，美术馆变“课堂”

——兰州市少年宫小小书画院师生作品展举行

兰州市少年宫与兰州画院（兰州美术馆）强强联手，携手打造兼具开放性、多元性、互动性的社会美育大课堂。7月6日，“童心执笔 筑梦艺术——兰州市少年宫小小书画院师生作品展”暨美育实践基地挂牌仪式在兰州美术馆举行。

仪式现场，兰州市少年宫为兰州画院各位艺术家颁发了“兰州市少年宫特聘辅导教师”聘书。随后，到场的嘉宾、师生、书画爱好者共同参观了本次师生

创作书画展。

“美术馆”变“课堂”，兰州美术馆有着独特的优势，画院的每一位专业画家就是孩子们的辅导教师。此次活动不仅为孩子们提供了一个学习艺术的平台，进一步拓展了美术馆和少年宫的社会公益职能，同时也为兰州市的学生美育教育注入了新的活力。

兰州市少年宫“美育教育实践基地”的挂牌和“小小书画院”师生作品展

的成功举办是兰州美术馆与兰州市少年宫合作的一次新探索、新起点，为推动书画艺术发展、激发当代艺术创新活力、促进书画艺术创作、展示与交流、培养优秀艺术人才、进一步促进少儿艺术教育发展而实施的一项全新展览项目，旨在展示全市少儿美术教育的成果，搭建师生高水平作品的观摩交流平台，探讨新时期美术教育改革与方法创新。

文/图 奔跑新闻·兰州晨报记者 裴强



师生作品展。