

“厉行节约”主题征文(二)

爱粮节粮新“食”尚

“田家少闲月，五月人倍忙。夜来南风起，小麦覆陇黄。”辛勤的劳作才换来丰收的喜悦，所以我们要倍加珍惜。现在，越来越多的人开始践行“光盘行动”，吃多少拿多少，不挑食不剩饭，吃不完的要打包……节约虽有限，万合是十石，滴水汇成河，粒米攒成筐。让我们从身边的点滴做起，珍惜粮食，厉行节约。

秋收的乐趣

停下来休息，中午的时候即使已经筋疲力尽也顾不得吃口饭，他们把收下的麦子赶紧拉回家，我看到爷爷慌慌张张的样子，便觉得丈二和尚摸不着头脑。我追问道：“爷爷，田里的活那么多，你早晚都得干，为什么那么着急把麦子收回家呢？”爷爷擦了把汗对我说：“麦收时节停一停，风吹雨打一场空。”听了爷爷的话我恍然大悟，原来麦收时节天气多变，如果错过了好天气，一场雨下来，麦子全都霉在地里，这一季算白忙活了！

一粒粮食，从播种到收割，再经过加工，到我们餐桌上，不知道要经过多少工序，浸透着多少辛勤农民的汗水。同学们，如果你能亲身了解一下过程，就会知道其中的辛苦，才能真正明白：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦！”作为小学生，我们要养成吃饭时不挑拣，吃多少盛多少的好习惯。厉行节约，杜绝浪费！让我们每个人，从每顿饭开始“光盘行动”吧！

道其中的辛苦，才能真正明白：“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦！”作为小学生，我们要养成吃饭时不挑拣，吃多少盛多少的好习惯。厉行节约，杜绝浪费！让我们每个人，从每顿饭开始“光盘行动”吧！

金水区文化路第二小学 张曦月
辅导老师 芦艺

“点评：小作者通过具体的事例侧面烘托了在田间劳作的辛苦，从而深刻认识到了珍惜粮食不浪费的重要性。呼吁我们从现在做起，节约粮食，从我做起，从大家做起！”

粒粒皆不易 顿顿应珍惜

“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首耳熟能详的《悯农》，意在警示后人粮食的来之不易，可是我们滚瓜烂熟地背着这首诗，却不明白它的意义。

前几天，学校进行午餐光盘评比活动，我们班得了“第一名”，却是令人羞愧的“第一名”。翻开老师在微信群里发的评比照片，我们班泔水桶的剩饭菜快要冒尖了。看到这一幕，我不禁羞愧起来……

农民伯伯面朝黄土背朝天，日复一日地播种、除草、浇水、施肥，像呵护孩童一样细心地呵护着田里的庄稼，直到颗粒归仓，才把满眼的希望化成守望的幸福。

一粒粒麦子，一捧捧稻米，一车车蔬果，源源不断地运到全国各地，变成了我们餐桌上的馒头、面条、蔬菜或米饭。

可是，有些人又是怎么对待农民伯伯的辛苦付出呢？饭菜不合口，倒掉；食物买多了过期了，扔掉。在我们像扔垃圾一样倒掉这些食物的同时，从来没有想过“一粥一饭，当思来之不易”的古训。

我们是新时代的青少年，更应该以身作则，用实际行动诠释“节约粮食”的中华美德。和父母外出就餐时，应该适量点餐，养成打包剩饭剩菜的好习惯。在学校就餐时，更应根据自己的饭量合理取餐，不挑食，不剩饭。

让我们从今天起，从当下起，做一个珍惜粮食、合理取餐、践行“光盘行动”的好少年！

管城回族区星火路小学 刘迦睦

“点评：文章语言精准到位，结构严谨，一气呵成。能从文中看出小作者对于餐饮浪费的羞愧和厉行节约的巨大决心。”



织梦空间

特别的成人礼

“出发吧，小子。”父亲的手重重地拍在张阳稚嫩的肩上。“好的。”张阳快速地回复了父亲。张阳要去完成成人礼的最后一项任务——猎几只上好的野山鸡。

天蒙蒙亮，父子二人背着枪在原始森林中穿行，一小时后，他们来到了清澈见底的中心湖边上，那里挖着一个隐蔽点，三人爬进去也绰绰有余。“每一个小时来一群野鸭。给你枪，装上子弹！”父亲耳语，递给张阳一把猎枪。张阳兴奋地举起枪，心中有种异样的感觉。

“嘎——”一声叫，一群野鸭抖着翅膀欢快地飞来，灿烂的羽毛，在夕阳的余晖下，像浮着一簇簇的花环，亮晶晶的眼睛，珍珠般的明亮，它们在空中上下翻飞，画着一道道美丽的弧线，偶尔，轻轻掠过湖面。

“好美！”张阳情不自禁赞叹道。“打！开枪！”父亲低吼着。张阳横下心，头贴近瞄准镜，手扣住了扳机。突然，他心软了，八倍镜的瞄准镜中定格了这样的画面——几只幼小的雏鸭跟在鸭妈妈身后笨拙地学着划水。雏鸭的脚蹼在水下拼命地摆动，瘦小的翅膀也在吃力地维持着平衡。张阳不禁想到自己跟在父亲身后学

习打猎的场景……“咋”，张阳目光坚定起来，他关上保险，收起枪。

“为什么？”父亲大声吼着。“因为它也有生命，它也有选择生存的权利。我无法结果它，它有尊严！”张阳以成人的口气说。

“这里！”父亲不顾张阳言语，递去一个东西。冰冷的金属贴在张阳脸上，他似乎能感到子弹在枪膛中一触即发……扭回头，张阳刚要理论一番，却发现父亲满怀爱意的笑着，递给他一架相机。

张阳举起相机，父亲重重地一拍手，野鸭惊飞而起……

“好了吗？”“好了！我再拍几张，好吗？”父亲的声音在林中回荡……

张嘉阳

“点评：作者以一场特别的成人礼，向我们编织了一幅充满温情的‘风景画’，有清澈的湖水、有稚嫩的野鸭、有共同成长的父与子。”

一粒米的疑惑

“啊！我好好的，也干干净净的，怎么被倒掉了？！我还能吃呢！”我作为一粒小小的米粒只能无奈地躺在学校餐厅的垃圾桶里，唉！回想着我历经千辛万苦，九九八十一难才变成你们碗里的一粒米饭，怎么就这样白白倒掉了？让我安静地哭一会儿吧……另一个世界的我脏又臭的气味，自己也变得又臭又黑，快要发霉了。突然我被一个衣衫褴褛的人捡了出来，正要把我吃掉。“快放下我，不可以吃，我快坏了。”但我还是被那人吞进了肚子里。天啊！同一个世界，为什么差别这么大？我很震惊也很无奈！我想知道这是为什么？

每当我路过一些餐馆的垃圾桶，看到里面装着没有吃过或没有吃完的馒头饭菜，就觉得心痛，不由想起爷爷奶奶讲过的上世纪因为自然灾害闹饥荒，树皮、草根等能

吃的不能吃的他们都吃过。“四海无闲田，农夫犹饿死。”我深感浪费可耻。

当我们在食用享受这些美食时，不能铺张浪费，吃多少拿多少，不挑食，不随意倒掉剩菜剩饭。外出用餐时提醒爸爸妈妈适量点餐，吃不完打包带走，不浪费。学校用餐时尽量吃完，大家可以少拿一点，吃完再拿，现在提倡吃八分饱还有助于身体健康呢。

一粒米愿在你的胃里被消化，也不愿在垃圾桶里腐烂。让我们一起努力，杜绝浪费，实施“光盘行动”！

节约粮食，杜绝浪费，从点滴做起，坚持不懈，争做光盘一族！让我们一起携手将我们的节约美德传承下去。

管城回族区外国语牧歌小学 胡诗佳
辅导老师 宋建云

“点评：文章视角新颖，很容易抓住人的眼球。相同的一粒米，不同的生活群体对待它的态度是不一样的，小作者对比之后进行了深刻的思考，也让我们每一个人在读完作文后去思考如何在生活中践行节约。”

粮食种子的白白

我是一粒粮食种子，农民伯伯把我种在农田里，他们每天帮我灌溉、锄草、施肥、除虫，让我慢慢能在土壤中生根、发芽、成长。我们热切希望到了收获季节，一定要让农民伯伯有满满的丰收。

终于到了收获的季节，看着满仓的粮食，农民伯伯满心欢喜，露出了笑容。可是他们没有把这些自己辛辛苦苦种来的粮食只留给自己吃，而是给了千千万万的人民大众一起分享。“锄禾日当午，汗滴禾下土。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这首《悯农》很多人都知道，可是有人却不懂得珍惜农民伯伯辛苦耕种出来的粮食。

可见吃不完被随便丢掉的我的伙伴。我国是一个人口大国，每天需要的粮食很多很多。粮食来之不易，农民伯伯辛辛苦苦把我们种子种下，又经过辛勤劳动，才换来了粮食的大丰收。所以，要倡导“厉行节约，反对浪费”。越来越多的人响应杜绝餐饮浪费行为，要养成勤俭节约的好习惯。尤其是中小學生，他们开展了“厉行节约，从我做起”的活动，做到每一顿饭都实现“光盘行动”。作为小精灵的我们也不用再体会被丢弃的滋味了。同时，我们也会转变成无限的能量，去帮助祖国的未来茁壮成长。

当前，有许许多多的浪费现象。在许多的餐厅、小吃摊点随处

中原区桐淮小学 王梓鑫
辅导老师 秦琳

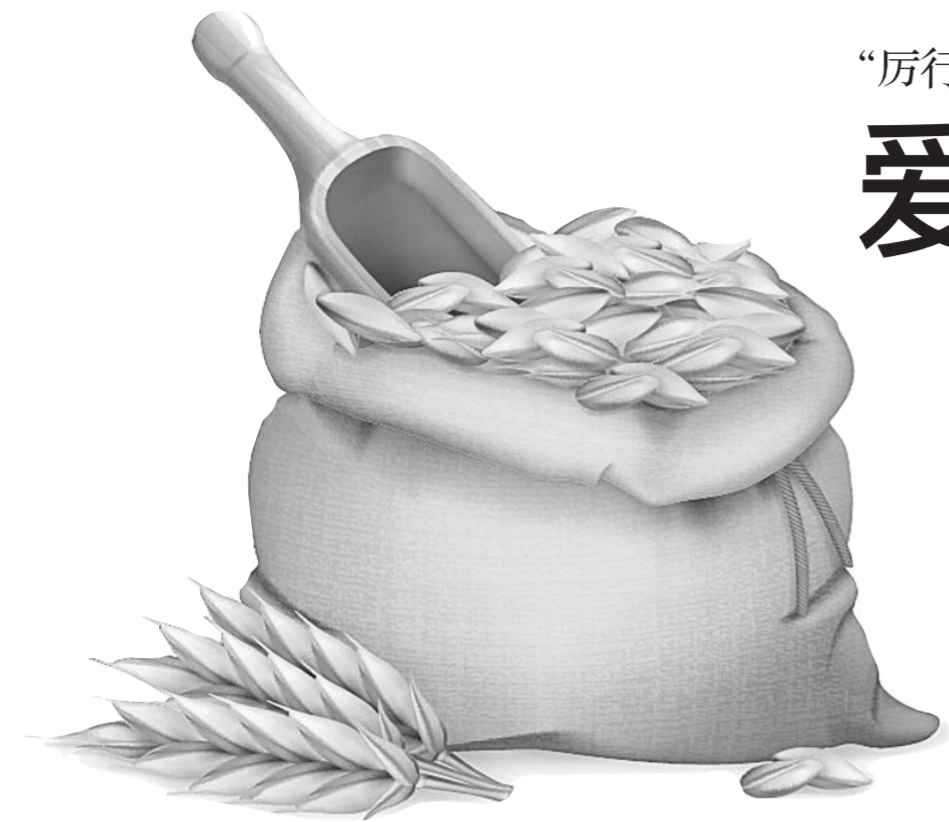
“点评：文章角度新颖，以一粒粮食种子的介绍为主线，讲述了农民伯伯耕种的艰辛，餐饮浪费现象严重，继而呼吁大家杜绝浪费，厉行节约。”

“厉行节约”主题征文

“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这句诗我们早已倒背如流，“静以修身，俭以养德”，节约虽有限，万合是十石，滴水汇成河，粒米攒成筐，人人行动、处处节约，争做“光盘行动”的倡导者、志愿者、践行者，为社会贡献自己的一份力量。

作为正在践行“光盘行动”师生中一员的你，有什么好的想法和建议？在参与过程中，有怎样的感受和理解？欢迎来稿畅谈。

要求：内容丰富，主题鲜明；文字、图片，形式多样，字数在500—800字之间，请注明学校、姓名，发送至《郑州教育》信箱：zzjyjk2016@163.com。



奇梦之旅

周末，我和家人一起去自助餐厅享用晚餐，扔垃圾时发现垃圾桶里有许多未吃完的食物，直到晚上睡觉，我还在为被浪费掉的蛋糕叹息。

一觉醒来，周围一片黑乎乎，石子、土块躺在我的身边。这是哪儿？眼前一片绿油油的，脚下是松软的黑土地，我全身是充满生机的绿——我变成了一株田间的小麦！忽然，大地震颤，一个头戴草帽的“巨人”走了过来，原来是一位农民伯伯。他弯下腰，眯起眼，一株株地仔细检查小麦的生长情况。

在我作为小麦的一生里接触到的最可爱的人就是那位农民伯伯。不论风吹日晒他都起早贪黑地为田间的小麦浇水施肥。在别人眼里，他的汗水不算什么，而在我眼里他的汗水比珍珠还要美丽珍贵。我的身子一天天地慢慢地变黄，农民伯伯笑得也一天比一天甜。终于有一天，小麦丰收了，农民伯伯一边收割麦子一边开怀大笑！

这时，我睁开了眼，天已经大亮。原来这是一个梦，可是它坚定了我珍惜粮食的决心。我们碗里的粮食都是农民伯伯用汗水换来的，我们要学会点餐适量，不浪费每一粒粮食。让我们一起行动起来，节约粮食，从我做起！

金水区纬一路小学 李林泽

“点评：文章结构严谨，语言流畅自然。小作者以一场化身小麦的梦境，向我们展示了农民伯伯耕作的艰辛，进而发出珍惜粮食的心声。”

节约是美德

同学们，你们是否注意到，在我们的身边每时每刻都在发生着许多这样的事：人们围着一张大大的圆桌子吃饭，一边吃一边说说笑笑，不一会儿就离开了，但是桌子上却还堆满了好多没有吃完的饭菜。每当我看到这样的情景就会很生气、惋惜，因为他们不但浪费了血汗钱，还不懂珍惜粮食的道理。

勤俭节约是我们中华民族的传统美德，我们应该传承，应该发扬。我想向大家提出几条小小的建议：第一，在饭店吃饭时，少点多加，少了可以再加，但多了可是要浪费了，如果实在是吃不完，打包带走；第二，在家做饭时，也不要多做，剩饭剩菜既没有营养又容易造成浪费；第三，我们不只要节约粮食，还要在生活中的各个方面、点点滴滴中节约，比如节约用电、用水、用纸等；第四，为了让更多人养成勤俭节约的好习惯，我们应多做宣传，让更多人了解节约的重要性。

虽然一个人的节约是有限的，但是如果人人都行动，处处都节约，就能为社会贡献自己的一份力量。

同学们，让我们一起努力，让节约从我做起吧！

金水区黄河路第三小学 方雨萱
辅导老师 常青树

“点评：小作者从餐桌浪费讲起，告诫人们要珍惜粮食，勤俭节约，同时将自己的建议一一罗列，思路清晰，观点明确。”

今天，我“光盘”了！

周末，爸爸妈妈带我去自助餐厅吃饭。走进自助餐厅，满眼都是各色各样、新鲜诱人的美食。哇塞！都是我喜欢吃的啊，看看这个很喜欢，闻闻那个也很香甜。我迫不及待地跑去挑选，好满足我肚子里那按捺不住的小馋虫。

端起盘子，看到色泽亮丽的芒果布丁——拿几个；张牙舞爪的大闸蟹——拿几只；还有琳琅满目的糕点、香喷喷的炒面……只怪盘子太小，我真恨不得把所有的美食都装进盘子里。

“大宝，不要浪费啊，吃多少拿多少。”爸爸在边上微笑着提醒我。于是，我赶紧“收手”，这时，我又想起在学校正开展的“厉行节约 光盘行动”活动，想到班会上同学们分享的粮食生产过程，伸出去要再夹一个蛋挞的手不自觉地缩了回来。是呀，我不能浪费，于是我每样都少选一些。经过一番精心挑选，我的盘子里有水果、点心、海鲜、牛奶……都是我爱吃的，而且搭配合理。我津津有味地品尝着这些美味，不一会儿盘子里的食物都被我消灭了。

“吃饱了吗？”爸爸问。“饱啦！”我拍拍肚子高兴地说道。爸爸赞许地点点头：“这样多好啊，一点也不浪费，节约是一种美德，更是一种责任和品质，我们要养成这个好习惯！”就这样，我和爸爸妈妈愉快地离开了餐厅，今天的午餐我吃得真高兴，因为我也成为“光盘行动”的践行者啦！

郑东新区艺术小学 谢豫
辅导老师 赵颖琦

“点评：欢快活泼的文字让我们跟随小作者也来了一次愉快的自助餐之旅，不仅品尝到了各种诱人的美味，还学到了珍惜粮食，杜绝浪费的好习惯。”