

学苑创造

xueyuan chuangzao

素质技能大操练

● 综合素质训练

品德操行篇

创新技能篇

安全知识篇

● 文化素质训练

语文知识篇

数学知识篇

三年级寒假行动方案



广西民族出版社

学苑创造 素质技能大操练

三年级寒假行动方案

编者：罗永模 庞锡兰 陆惠兰

主编单位：广西教育杂志社

南宁市教科所

玉林市教科所

广西民族出版社



图书在版编目(CIP)数据

学苑创造 素质技能大操练. 三年级寒假行动方案/
广西教育杂志社, 南宁市教科所, 玉林市教科所主编;
罗永模, 庞锡兰, 陆惠兰编写. —南宁: 广西民族出版社,
2008.12

ISBN 978-7-5363-5583-5

I. 学… II. ①广…②南…③玉…④罗…⑤庞…⑥陆…
III. 课程—小学—习题 IV. G624

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第176535号

xué yuànchuàng zào sù zhì jì néng dà cāo liàn
学苑创造 素质技能大操练

sān nián jī hán jià xíng dòng fāng àn
三年级寒假行动方案

编 者: 罗永模 庞锡兰 陆惠兰

主编单位: 广西教育杂志社 南宁市教科所 玉林市教科所

出版发行	广西民族出版社(地址: 南宁市桂春路3号 邮政编码: 530028)
发行电话	(0771)5523216 5523226 传真: (0771)5523246
E-mail	CR@gxmzbook.cn
责任编辑	张惠琼 宾伟贤 黄玉莲
封面设计	梁 雪
版式设计	苏 捷
责任校对	罗永模
责任印制	黄绍红
印 刷	南宁大板彩印有限责任公司
规 格	890毫米×1240毫米 1/32
印 张	4
字 数	100千
版 次	2008年12月第1版
印 次	2008年12月第1次印刷

ISBN 978-7-5363-5583-5/G·2312

定价: 6.00元

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与出版社联系调换。 电话: (0771)5523216

素质技能大操练

素质技能大操练 导言

彭玲英学

全面贯彻教育方针,全面推进素质教育是中小学教育教学改革的核心内容。学校培养一个素质全面的合格人才,应该包括思想品德、文化知识、创新技能、体质健康等几种最基本的素质。只有坚持这样的素质目标,各级各类学校才能培养出一大批具有高尚道德、丰富知识、敢于创新、体魄强健,并能够融入社会、贡献社会的新型社会主义接班人。

基于这样的人才理念和对素质教育的全面理解,我们组织了一批长期从事中小学教育教学工作的专家编辑了这套“素质技能大操练”丛书。“大操练”突出人才素质的全面性,特设有综合素质训练和文化素质训练两大部分,旨在通过课内课外不同内容的学习、不同故事的演说和不同活动的操练,将各种版本的“九义”教材知识融会贯通,充分体现新课程改革大纲的基本目标,体现素质教育的质量要求,达到人才培养的全面性、灵活性和创造性。

亲爱的同学们,在这辑“素质技能大操练”中,一个个不同时空、不同事物、不同经历、不同结果所组合的美好故事,像一阵阵清风吹过,不经意间触动同学们的心弦,让智慧和真理在眨眼间变成一个个小精灵,让知识和技能在操练和实践中转化为一个个大创意,只要你认真随着书中的故事去思考、按照书后的提示去演练,既动脑又动手,对提升思想境界、智力、技能或多或少会有所帮助,从中得到莫大的受益。

本套丛书是南宁市、玉林市教科所的专家、教师负责编写。多年来,两市教科所一直负责指导课程改革实验,积累了丰富经验。因而,这套丛书对指导教学改革具有积极意义,将有助于中小学生学习良好的道德品质、开拓学生智力、开发学生潜质,全面提升学生的创新意识和创造能力,促进中小素质质的全面发展。





快乐的寒假到了,我要利用
寒假的时间掌握一些本领。

◎寒假从()月()日开始,到()月()日结束,
共()天。假期里,我要按照《素质技能大操练》的要求,每天
坚持做()道语文题、()道数学题,一共做()道语文
题、()道数学题。

◎我要和爸爸妈妈(或小伙伴)运用学过的数学知识解决
一个生活的问题。

◎我想和爸爸妈妈商量,安排一下假期的社会实践活动:

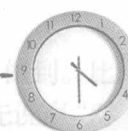
◎我每天的学习时间是这样安排的:

(1)









(2)我每天的学习时间共()分,合()时。

◎我要让自己度过一个有趣的寒假,我和爸
妈妈商量,把每天作息时
间安排如下:

语文(一)

_____年____月____日

星期____天气____

综合素质训练



小朋友，我们都知道，在学校里不仅要学习文化知识，还要学习如何做人，做个品德高尚的人，做个有理想、有抱负的人，做个热爱祖国、热爱人民的人……在中华民族五千年的历史中，就有许许多多这样的人。千百年来他们一直成为我们学习的榜样。在当代，同样也有道德高尚的人，他们是我们学习的榜样。而榜样的力量是无穷的。那么，就让我们走进他们的故事吧，相信能从中汲取我们成长的营养和力量！

一、品德操行篇

社会公德是社会生活中最简单、最起码、最普通的行为准则，是维持社会公共生活正常、有序、健康进行，营造社会和谐气氛的最基本条件。因此，社会公德是全体公民在社会交往中应该遵守的行为准则，也是作为公民应有的操守。根据我国现阶段的具体情况，作为公共生活领域中一般行为准则的社会主义公德，主要有文明礼貌、助人为乐、爱护公物、保护环境等方面的内容：

（一）文明礼貌

文明礼貌“三字歌”

小鹏是一个心直口快的同学，看到不顺眼的事，他张嘴就说，因此得罪了不少同学，在“文明礼貌和艰苦奋斗”标兵的评选中，得票很少。

小鹏看了票数结果，很伤心，决定让自己来个“美丽大变身”。于是，小鹏认真地学习了文明礼貌的有关内容。为了做一个讲文明礼貌的社会小标兵，小鹏还把讲文明礼貌编成了“三字歌”：

小学生 要做到 孝父母 遵教导

会使用 文明语 遇外宾 要知礼

帮残疾 乐助人 不打架 不骂人

要诚实 不说谎 损公物 要赔偿

捡东西 要上交 借东西 要归还

不挑吃 不挑穿 惜粮食 节水电

爱整洁 常洗澡 勤刷牙 习惯好

不旷课 不迟到 对老师 有礼貌

好习惯 要养成 人人夸我顶呱呱

小鹏不仅把“三字歌”背得滚瓜烂熟，而且还努力要求自己做到。比如说，他在公共汽车上不小心踩了别人的脚，马上真诚地跟对方先说声“对不起”；别人帮他做了事，就心怀感激地道一声“谢谢”；在校内外，见到老师则热情打招呼问好；吃饭时，把最舒适的座位让给长者，等等。这些讲文明礼貌的起码要求，小鹏都一点一点地做到了。

小鹏的“美丽大变身”都被老师、同学看在了眼里。在第二学期的“文明礼貌和艰苦奋斗”标兵评选中，小鹏获得了最多的票数。小鹏高兴地笑了。

好习惯从我做起

今天，学校组织全校师生看“电影”。小松一听说有电影看，可兴奋了！但是，没想到在多媒体教室里播放的却是学校个别的同学随地乱扔垃圾、随地吐痰的不良卫生习惯的视频。这些不文明的现象和学校整个大环境显得是那么不协调。

看完录像后，校长说话了：“同学们，这些有乱扔行为的同学既没有良

好的卫生习惯，更没有良好的道德素质，当他扔垃圾的时候根本没考虑这一行为是否影响我们校园环境！我们不仅自己要讲究卫生，还要人人争当卫生监督员，要共同来把学校的卫生抓上去，人人养成良好的卫生习惯。因为学校的卫生环境，是学校精神文明建设的窗口，也是学校师生素质高低的综合反映。”

小松想到自己平时也有随手扔垃圾的坏习惯，就勇敢地站起来说：“看完了录像，我为自己以前的不文明行为感到羞愧，因此，我决定努力做到以下几点：

1. 要努力克服随手乱丢垃圾的坏习惯。要把废纸、果皮、包装袋扔进垃圾桶中，特别要杜绝从楼上往楼下扔东西的不道德行为。

2. 捡拾地面上的废弃物。要有随手捡拾地面上废弃物的意识和习惯，共同维护学校环境的整洁。

3. 不把包装袋带进校园。保证做到不把包装袋带进校园，从根本上杜绝乱扔乱丢现象。

4. 要养成不随地吐痰的习惯。确因感冒克服不了的，应该准备卫生纸，吐在纸上，再扔进垃圾桶。”

校长听了小松的发言，赞许地点头说：“这位同学说得好！好的习惯是从小养成的，卫生习惯尤为重要，会影响一个人一生的健康。当一个人养成了良好的习惯，他的人格魅力便会自然得到提升。而良好的习惯会让我们受益一生。相信这次‘事件’后，我们校园的地面上不再出现垃圾袋、塑料瓶，甚至塑料袋从楼上飞下来的情况……习惯就是在我们不知不觉的成长过程中形成的。只要我们养成良好的习惯，我们的校园就会变得更加整洁漂亮！”

思考与实践：

你知道文明礼貌包括哪些内容吗？文明礼貌的尺度是什么？文明礼貌的衡量标准又是什么？

当你到人家家里做客时，应怎样做才算有礼貌？去郊游时应怎样做才算讲卫生？

温馨提示：

文明不是要刻意做给别人看的一件事情。它应该首先成为使自己愉快

____年____月____日
星期____天气____

并且自然而然的一件事情。不以恶小而为之，不以善小而不为。文明的一切是由一个个细节构成的。唯有从小事做起，才能养成良好的习惯。

(二) 助人为乐

有点力量就要帮助别人

抗战期间，一年割麦子时，一队八路军从一个村边开过，营长骑马走在前面。一位老太太很吃劲地背着一大捆麦子，从对面走过来。这时，路边有一个穿军装的人把营长拦住：“你担任什么职务？”“我是营长！”那人又问：“任务是不是要紧？”营长跳下马来说：“不十分要紧。”那人用手指着老太太说：“那么，让队伍前头走，用你的马到村里去套一辆车，替她把麦子拉回去。”

营长按照吩咐把老太太的麦子拉到家里。那个吩咐营长的人就是朱德总司令。总司令还和蔼地告诉他：“革命干部的优良品质，首先就是群众观念。你骑在马上，看见老太太那样吃力地背着麦子，不体恤她，不帮助她，这是不对的，因为你的任务并不是十分紧迫。以后要好好记着，只要有一点时间，一点力量，就不要忘记帮助群众。”

助人为乐的夫妇俩

“我们出去买菜，你需要点什么，我们帮你捎。”4月3日，韩炳竺夫妇和往常一样，来到蒋嫂家，把蒋嫂所需的东西一一记好之后离开了。

蒋嫂住在格尔木市铁路东区，老伴去世早，儿女又不在身边。住在她家附近的韩炳竺夫妇，把这一切看在眼里，记在心上。为了不让蒋嫂觉得很孤单，韩炳竺退



休后，总会抽出时间和老伴去蒋嫂家拉家常，帮蒋嫂干一些力所能及的事。出于信任，蒋嫂要有什么困难，也就会自然而然地想到韩炳竺夫妇。日子久了，每次韩炳竺夫妇去买菜，都会先来到蒋嫂家，问她需要什么，然后顺便带回。

对于韩炳竺夫妇来说，帮助蒋嫂只是他们每天生活中很小的一部分。每当在小区看到路边或草坪上的垃圾，他们都会自觉地捡起来放到垃圾箱里。当别人还在梦乡的时候，韩炳竺夫妇已经开始清扫楼道了……

只要一说起韩炳竺夫妇，附近的住户都会表现出敬重之情，当韩炳竺夫妇听到大家赞扬时，总是说：“这没什么，我是他们的邻居，就要想到他们的难处。”

思考与实践：

你在平时的生活当中有助人为乐的想法吗？你做过哪些助人为乐的事情？除了自己助人为乐之外，你是否也鼓励身边的人一起加入到助人为乐的行列中来呢？

当你的小伙伴在学习上、生活上遇到困难时，你帮助一下他们，结果怎样？你心里是不是有一种甜滋滋的感觉？请试试看！

温馨提示：

当别人有困难时，要热情帮助，当别人受到挫折时，不能讥讽嘲笑，而要伸出温暖的手帮助他。彼此相处，都应该谦虚、谨慎、热情、礼让、团结、友爱。八路军叔叔在积极抗战的同时，还时刻牢记助人为乐的宗旨，他们不愧是我们学习的好榜样。

（三）爱护公物

一只烟灰缸

毛泽东同志吸烟很厉害，特别是在运筹帷幄和聚精会神处理一些重大事务的时候，常常是不停地吸烟，就是平时与客人在一起时，也是一支接

年__月__日
星期__天气__

一支地抽。

一次，毛泽东同志在一次会议上，不小心把一只烟灰缸打碎了，服务员忙过来收拾碎玻璃片，毛泽东同志问她：“小同志，这只烟灰缸多少钱？”服务员回答说：“主席，烟灰缸是公家的，大概是三元五角一只。”毛泽东听了，便从口袋里掏出一张五元的人民币说：“小同志，这五元钱拿去买回一只新烟灰缸来，算是我对损坏公物的赔偿。”

服务员说什么也不接受这五元钱，毛泽东语重心长地说：“会议室的每一样东西都是公共财产，任何人包括我在内都得爱护它，损坏了就要赔偿，这是纪律。”服务员只好把钱收起。

草原英雄小姐妹

在我们美丽的校园里，你有没有注意到教室里的电视上落满灰尘；黑板擦被摔得“体无完肤”；桌面变成了草稿纸和图画板等等。如果每一位同学都不重视保护学校的公共财物，那会造成多大的损失呢？如果我们每位同学都增强爱护公共财物的意识，这些损失是可以减少甚至避免的。下面我为同学们讲一个保护公共财产的感人故事：

1964年2月的一天，蒙古族11岁的小姑娘龙梅和9岁的玉荣，帮助阿爸放牧集体的384只羊。她俩见住家附近的牧草稀疏，便赶着羊群翻过雪坡，向牧草茂盛的草原走去。草原上的天气变化无常，早上好好的，到了中午，天气突变，狂风卷着大雪呼啸而来，羊群吓得叫着顺着风向前跑，怎么也赶不回去。为了集体的财产不受损失，她俩决定跟着羊群走。

到了晚上，风暴越来越大，气温急速下降，两人都成了小雪人。她俩踩着积雪，跌跌撞撞地向前走，一路上不知摔了多少跤，但无论如何也不让羊群走失。



渐渐地夜深了，她俩又冷又饿，但仍然坚持和羊群在一起。在风雪中，她俩赶着羊群走了一天一夜，行程30多千米。

龙梅和玉荣深夜未归，乡亲们立刻四处寻找，第二天清晨，终于在离家很远的地方找到了她们。她俩的脚冻伤了，可羊群仍在她们周围，除了三只羊被冻死外，其余381只羊都安全保住了。她们爱护公共财产的行为得到人们的称赞，被授予“草原英雄小姐妹”的称号。

再看看我们，每天在花园般的学校里学习、玩耍，享受着一流的教育，却缺乏保护公共财物的意识。同学们，让我们携起手来，杜绝损坏公物的行为。爱护公物，从我做起，从小事做起，从身边做起，让我们的校园变得更加美丽吧！

爱护公物是一种美德

一天，小纺在一个街心花园散步，看到一位老人在修理花园中的一张木长椅。小纺就好奇地跑过去问老爷爷在干什么。老爷爷说，他经常在此休息，看到长椅少了一颗铆钉，有些摇晃了，就想着修理一下。老人说得很平淡，然而事情虽小，却折射出爱护公物的美德。

小纺暗暗地想：我也要像这位老爷爷学习，把爱护公物当成自觉行动。

思考与实践：

爱护公物需要我们从哪些细节做起？作为一名少先队员，假如看到不爱护公物的行为或现象发生，是否敢于提醒别人爱护公物呢？

假设你看见学校的一些桌椅在外面被雨淋了，你该怎样做？

温馨提示：

对待公共财物是爱护、保护，还是浪费、破坏，是一个公民有没有社会主义道德的反映。只要我们细心观察，就会发现很多人在这方面给我们做了榜样。我们每个公民都应该自觉遵守社会公德，爱护公共财物。如保护森林资源，禁止乱砍滥伐；爱护农民劳动果实，不损坏庄稼；保护国家文物古迹；保护公路、桥梁和水利设施；不损坏学校的校舍、桌凳；等等。

_____年_____月_____日

星期_____天气_____

(四) 保护环境

保护环境、保护动物

从前，有一座美丽的大森林，森林里住着许多动物。

一天，小猴和好朋友们到城里的动物园走亲戚，打算住一晚上。谁知动物们刚走，森林里就来了一大群人，把树全部砍光了。

第二天，动物们回来了，看到一棵树也没有了，到处光秃秃的，都非常惊讶。小猴说：“天呀！是谁毁坏了我们的大家园？”

小动物们没有了家：小鸟没了树就不能垒巢，不能休息；小猴没了树，就不能玩耍；长颈鹿没了树，就不能吃饭……树是他们生存的梁柱，没有了树，小动物们就不能生存。

“肯定都是那些贪图钱财的可恶的人干的！”小猴气愤地说。长颈鹿含着痛苦的泪水说：“知道又有什么用呢？我们又斗不过他们。”动物们号啕大哭，他们无家可归了！

过了一段日子，风沙铺天盖地而来，这里的动物没有了栖息地，没有了食物，渐渐地灭绝了。

请保护环境！请爱护动物！

地球生病了

同学们，我们居住在地球上，地球像妈妈一样，精心养育着我们。可是，你们知道吗？我们的地球妈妈病了，满身伤痛，原本绿色的土地被黄沙吞没，原本清澈的河流被污水染黑，原本蔚蓝的天空不再蓝，原本清新的空气不再清新……是什么原因使我们的母亲得这么重的病？是环境污染！

让我们来听听“地球”与“医生”的对话吧：

地球：环境污染对我的伤害实在是太严重了。现在我全身是病，再不给我治病，我快没命了。医生！医生！



医生：你怎么啦？

地球：我觉得难受极了。皮肤发痒，透不过气，海湾一带稳稳作痛，请你帮我检查一下吧！

医生：咦，怎么是你！过去你不是这个样子的。那时你的肌肤不是蓝色，就是绿色，充满了生命的活力。可如今……

地球：（哭丧着脸）我到底得了什么病？

医生：你的绿色的皮肤——森林，受到了沙漠的进攻，得了“脱落症”；你的蓝色血液——海洋，有些地方不再是鱼儿的家了；你的身体保护膜——大气层已开始变得浑浊，渐渐失去了保护功能，这将使你的肌肉大片坏死……

地球：那可怎么办呢？请救救我吧！

医生：你的病是由于人类不注意环境保护，过多采伐树木，随意排放废气造成的。对这样的病，医生是无能为力的，唯一的办法，只能请人类不再加重你的病症，并努力保护环境，逐步恢复你的抗病能力。

地球：（面对大家，做哀求状）人类啊，请你们保护环境，救救我吧！

同学们，保护环境对于人类来说太重要了。作为地球上的少年儿童，有义务让地球妈妈更健康、更美丽。

爱护环境 从我做起

“小区是我家，清洁靠大家。请不要乱扔垃圾！”当这熟悉的声音在小鸣的耳边再次响起时，小鸣决定到小区里去看一下，到底有多少人乱丢垃圾。说干就干，小鸣来到了小区里暗暗观察。这时，一位年轻的小伙子进入了小鸣的视线，他身穿一套笔挺的西装，手里还拿着一瓶可乐。他一边喝着可乐，一边大摇大摆地走着。小鸣心里想着，看这位大哥哥穿得那么整齐，他该不会随手把空的可乐瓶扔掉吧。可事实出乎小鸣的意料，那个小伙子把可乐喝完后，随手就把可乐瓶扔在了小区的过道上。小鸣心想：“这人真懒，离他没多远的地方就有一个垃圾桶，他居然像没看见一样。”

小鸣本来想走上前去，叫那个小伙子把可乐瓶捡起来的，可转念又想：我就再耐心地看看，有谁会把这个瓶子捡起来。

过了一会儿，走过来一个小伙子，他轻轻瞄了一眼可乐瓶，就若无其事地走开了。一位老伯伯看见了，就跑了过去，对穿西装的小伙子说：“请

年 月 日
星期 天气

你站住！请问这是你扔的可乐瓶吗？你难道没有看到附近就有个垃圾桶吗？”小鸣本以为那位小伙子会很不好意思地把可乐瓶捡起来，扔到垃圾桶里。没想到，那小伙子居然大声地朝老人喊道：“是我扔的可乐瓶又怎么了？”“什么怎么了！看见地上有垃圾，还视而不见？”那小伙子不但不捡，还对着老伯伯发起火来：“我不捡关你什么事？这又不是你家，管那么多干什么？”见此情景，小鸣来到那个小伙子面前说：“你乱扔垃圾的举止我也看在了眼里，请你把可乐瓶捡起来放到垃圾桶里。”那小伙子看了看老伯伯，再看看小鸣，说了一句：“一个老疯子、一个小疯子！”就拂袖而去了。

老伯伯见小伙子这种态度，只好摇摇头，自己把可乐瓶丢进垃圾桶。

小鸣暗暗地想：看来我们改变不了这些人，我们只能从自己做起，保证不乱扔垃圾。希望每个人都能做到这样，使小区的环境更加整洁。

思考与实践：

你在日常的生活中有随便吐痰、乱丢果皮纸屑、随地大小便等习惯吗？你知道该怎么做才能养成有利于环境保护的生活习惯和行为方式吗？当你到公园玩时，吃甘蔗或瓜子，你应该怎样做才算爱护环境？

温馨提示：

整洁美观的环境可以振奋人的精神，陶冶人的情操，提高工作和学习效率，促进文明习惯的养成。讲究卫生，保持环境整洁，是公共道德风貌的具体表现。注意个人卫生，也是对别人的尊重，对共同生活环境的维护哦。

小朋友，读完这些故事后，你知道应该怎样做人了吧？其实呀，做人是一生的事，需要不断地学习，不仅要学习书本的知识，还要学习社会的知识，要了解社会、了解世界，明确人生的意义是什么，从大处说要爱祖国、爱人民，从小处说要爱父母、爱老师、爱同学，尊敬师长、团结同学，做一个守德、守法的人，做一个对社会有用的人。那么，好吧，我们一起努力吧！



_____年____月____日

星期____天气_____

二、创新技能篇

在小学的素质教育中，提高动手能力是重要的一环。

因此，在学好书本知识的基础上，应多锻炼自己的动手能力。只要有机会，条件又允许的话，应多参加“动脑动手”的活动，以提高自己的再

动手技能，进而提高创新能力，为将来的发明创造奠定扎实的基础。努力吧！说不准将来你也能成为中国的爱迪生！心灵

手巧的你，一定会发明或创造出意想

不到的东西来！

多彩西瓜盅

一、制作材料：

西瓜、菠萝、梨、桃、橘子、枇杷、白糖、桂花。

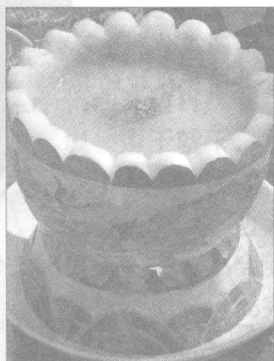
二、制作方法：

1. 将西瓜洗净，在西瓜的五分之四处切开，挖出瓢，把西瓜边切成锯齿形，然后将西瓜的五分之一放在底部当托盘。

2. 将挖出的西瓜瓢挑出籽后切成小块放到盆里，菠萝、梨、桃、橘子、枇杷都切成丁放在另一

个盆里。

3. 把火点着，将锅放在上面，放入清水，加入白糖、桂花，水开后放入水果，撇去水上面的浮沫，然后盛入盆中晾凉。



4. 将西瓜盅倒入晾凉的盆中，然后将盆中的水果倒入西瓜盅内放入冰箱冷却，大约 20~30 分钟后即可食用。

创造性思考：你能用菠萝制作出多彩的菠萝盅吗？

温馨提示：夏天很热，亲手做些消暑的食物，一定很爽哦！

蔬菜盆景

一、制作材料：

胡萝卜、生姜、葱头水仙、萝卜等，小刀、瓷盆。

二、制作方法：

胡萝卜雪松

将胡萝卜的头部（1 厘米左右）用刀切下，置于浅瓷盆中，常浇水，保持湿润。一周后，胡萝卜缨长出，青翠欲滴，形似雪松。

生姜翠竹

取鲜生姜若干块，芽头朝上置于浅盆中，然后盖上 1 厘米厚的细土，浇透水后放在向阳的窗台上。不久，鲜姜便萌出嫩芽并逐渐抽出绿叶，犹如一丛翠竹。

葱头水仙

将葱头置于瓷盆中，用小的鹅卵石压住，注入清水，每隔 3~5 天换一次水。2 周后，就能长出葱郁的新叶，酷似水仙。

萝卜花篮

将一只较大的萝卜底部挖空，使之呈水杯状，然后塞入一团棉花，再在上面均匀地撒一层麦种，再洒些水，将其挂在向阳的窗前。一周后，麦种变成了绿油油的麦苗，萝卜也长出了嫩绿色的叶片，状如一只花篮。

