# 帮爷爷奶奶捶背作文(推荐21篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2025-06-18

*帮爷爷奶奶捶背作文1年级大了，还整天忙里忙外，不觉得累。有一天，她干完所有的活，便坐在椅子上，想休息一会。忽然觉得腰疼，便在腰部使劲地捶着。我看见了，便忙跑过去说：“奶奶，我来给你捶捶背。”奶奶开心的笑着，摸着我的头说：“好，好，我终于可以...*

**帮爷爷奶奶捶背作文1**

年级大了，还整天忙里忙外，不觉得累。

有一天，她干完所有的活，便坐在椅子上，想休息一会。忽然觉得腰疼，便在腰部使劲地捶着。我看见了，便忙跑过去说：“奶奶，我来给你捶捶背。”奶奶开心的笑着，摸着我的头说：“好，好，我终于可以享乖孙女的福了。”奶奶刚说完，我便卷起袖子，握起小拳头，一下一下轻轻地给奶奶捶起背来。我认真的捶着，心想不能捶重了，奶奶年级大了，捶重了她会吃不消的。也不能捶轻了，这样还不等于挠痒痒，没有效果。我问奶奶：“奶奶，这样捶行吗?是轻了还是重了?”奶奶一副满足的样子，说道：“正好，正好，我乖孙女的手劲正好，力气也比以前大多了。捶得还真舒服。”听了奶奶的夸奖，我捶得更起劲了。两个小拳头像啄米似的此起彼伏。渐渐地我的两只手开始酸软起来，速度慢了下来。奶奶扭过头，拉着我的手关切的问道：“累了吧？行了，我舒服多了。你歇歇吧。”我摇摇头连忙说：“不累，不累，我是怕你受不住。”我又打起精神捶起来。想到奶奶平时对我无微不至的关心，我就又有了干劲。

虽然，这只是一件小事，但是它却让我懂得一个道理：被爱是幸福的，爱别人的感觉也是如此。

**帮爷爷奶奶捶背作文2**

今天，奶奶被洗衣、做饭、拖地等一系列的家务事折磨得上气不接下气。于是我就帮奶奶捶背。

我问：“是一档还是二档还是三档？”奶奶说：“还是每档都试试吧。”我又问：“是手刀还是拳头？”奶奶说：“拳头吧！”我启动拳头一档，轻轻地捶，奶奶说：“太轻了，来重一点的。”我又启动拳头二档重一点捶，奶奶说：“还行，试试三档。”我憋足了劲，连脸都憋红了，开始启动三档非常重的打。还没敲两下，就听奶奶连忙说：“小家伙、轻点轻点，二档二档。”我又调到了二档，在这左调右调的情况下，已经不知不觉地过了半个小时。我觉得手有一点酸，可是一想，奶奶做了那么多，我只是帮奶奶捶一下背，比起来显得太微不足道了。想到这里，我更努力地敲了起来。又过了一会儿，觉得自己真的坚持不住太累了。就顽皮地说：“嘟嘟，机器爆炸，请稍后使用。”奶奶点着我的鼻子慈祥地笑了。

看着奶奶慈祥、欣慰的笑容我决定以后要多帮奶奶捶背，长大了还要多帮奶奶做力所能及的事！

**帮爷爷奶奶捶背作文3**

重阳节到了，老师给我们布置了一个特殊的作业——给老人做一件事。

吃完中饭，我看见奶奶忙了半天，我想：奶奶年纪大了，一定累得腰酸背疼，我就给奶奶捶捶背吧！于是，我走到奶奶跟前，笑眯眯地对奶奶说：“奶奶，你干了半天活，一定累坏了，我给你捶捶背吧！”奶奶乐呵呵地说：“好啊！好啊！还是我的\'乖孙女最关心奶奶了。”于是，我先搬来一张小凳子，再叫奶奶坐下，然后就迫不及待地给奶奶捶起背来。我握紧小拳头，在奶奶背上上敲敲、下敲敲，觉得好玩极了。这时，妈妈走过来，看见了说：“捶背也要讲究方法。”于是，妈妈一边讲解，一边给我做示范，我看了，说：“哦，原来捶背也是一门学问呀！”接着，我学着妈妈的样子，握紧拳头，在奶奶背上有节奏地敲打着，奶奶喜笑颜开，乐滋滋地说：“不愧是我的小宝贝呀！”我听了，心里别提有多高兴了。

捶完背，我又认真地给奶奶做了按摩，奶奶对我竖起了大拇指，说：“现在，我腰不酸，背不疼了，多亏我的宝贝孙女呀！”我听了，脸上乐开了花。

**帮爷爷奶奶捶背作文4**

我的奶奶已经60多岁了，满头银发、饱经沧桑的脸上布满了刀刻似的皱纹，一双眼睛是那么亲切，使人感到慈祥。 我是奶奶唯一的孙子，她最疼爱我啦！记得我小时候，妈妈在遥远的吉林当兵，爸爸上班又很远，要坐两个多小时的汽车，有时值班还回不了家，全靠奶奶把我拉扯大。她整天抱着我，逗我玩，给我吃最可口的饭菜，把我养得白白胖胖的。 如今我已经上二年级了，奶奶还整日为我操劳，腰都累弯了。她积劳成疾得了腰疼病，有时病得下不了床。于是，每天我放学的第一件事就是给奶奶捶背。 这天，我放学回家，看见奶奶又在做针线活，便放下书包，快步走到奶奶背后，两手左右开弓，轻轻地给奶奶捶起背来。奶奶笑眯眯地说：“真是个乖孩子！”说完，就闭上眼睛舒服地哼起小调来。我按从上到下的顺序，逐节给她捶脊椎骨，使后背的血脉通畅了，然后再捶坐骨与脊椎骨连接处，使骨节得到松弛。一会儿，奶奶睁开眼睛说：“行了，腰一点也不疼了。XX真像个按摩师！”我听了，高兴地笑了。

**帮爷爷奶奶捶背作文5**

九九重阳节到了，重阳节又是老人节。这天妈妈为奶奶买了一件羊毛背心，奶奶穿上了显得格外精神。我思考着，我要送奶奶什么样的礼物呢？忽然，我脑子里想到了帮奶奶捶背。

吃完晚饭后，我叫爸爸去洗碗，让奶奶坐到沙发上，我把选好的轻音乐碟片放进ＶＣＤ里，轻柔舒缓的乐曲飘了出来。我对奶奶说：“我帮你捶背好吗？”奶奶说：“好哇！”

我卷起袖子，握起拳头，一下一下地轻轻捶在奶奶肩上。我认真地捶着，心想：不能使劲捶，奶奶年龄大了，她会吃不消得，也不能捶轻了，捶轻了还不等于在挠痒痒，没有效果。我问奶奶：“奶奶，这样捶行吗？嫌重还是嫌轻？”奶奶一脸满足的样子，说道：“正好！正好！俺孙女的手劲可不小啊，力气也比以前大多了。两个小拳头像小鸡啄米似的此起彼伏。”渐渐的我两只手开始酸软起来，速度慢了下来，奶奶关心地问道：“累了吧，行了，奶奶舒服多了！你歇歇吧。”我说：“我不累。”想到奶奶平时对我无微不至的关心，我又有了劲，卖力地捶了起来，听着优美的乐曲，享受着儿孙的敬爱，奶奶脸上的皱纹舒展了，慈爱的脸上写满了幸福

**帮爷爷奶奶捶背作文6**

我的奶奶是一个勤劳能干的人，她为了我们的生活一直不停地劳累着。随着时间的变迁，奶奶的背渐渐不再挺直，她的腰也因为疾病开始不住地疼痛。

有一天，奶奶正在干活，忽然她停止了动作，弯着腰慢慢坐在一边，吃力地按着疼痛的部位。我看着心里发酸，立刻跑过去，说：“奶奶，我来给您捶吧。”奶奶忙说：“好，好，太好了！”

我卷起袖子，握着拳头，轻轻地给奶奶捶了起来，我真想让奶奶好好儿休息一会儿。我认真地捶着，心想：不能给奶奶捶重了，奶奶年纪大了，吃不消；也不能捶轻了，捶了等于白捶，没有效果。我边捶边问奶奶：“这样的力度可以吗？”奶奶一副满足的样子，说道：“正好，正好，力气比以前大多了，捶得真舒服！”听了奶奶的夸奖，我捶得更起劲了，两个拳头像啄木鸟啄虫子一样，此起彼伏。

我爱奶奶，就像奶奶爱我，我喜欢给奶奶捶背。

渐渐地，我的两只手开始酸软起来，速度慢了下来。

我当时真的很想停下来休息一下，可想到奶奶平时做的那么多工作，和这个相比，真的不值得一提呀。奶奶发觉我的力道减小了，便关切地问：“累了吧？

行了，我好多了，你歇歇吧。”我听了，赶紧说：“不累，不累，帮奶奶是不会累的！”于是，我又重新打起精神来，想到奶奶对我无微不至的关心，我又干劲十足。

随着拳头的一起一落，我感受到：被爱是幸福的，爱别人也是如此。

**帮爷爷奶奶捶背作文7**

一天中午，天气阳光明媚，小明做完家庭作业，来到屋前，跟坐下休息的奶奶观赏风景，悠闲晒着太阳。

忽然，小明想起奶奶早起晚睡地照顾着家，涮洗衣服、买菜做饭、打扫卫生。他时常看见奶奶弯着腰，低着头，累得满头大汗，这么辛苦会累坏的，我去帮帮忙吧！

于是，小明便走过去，轻轻碰了碰奶奶的背，说：“奶奶，我来帮您捶捶背吧。”看着孙子这么关心自己，奶奶高兴极了，说：“行，你真是长大了，而且也是一个非常懂事、会孝顺老人的好孩子呀！”小明说：“奶奶，这是我应该做的！”小明先让奶奶在小凳上坐好，就握紧拳头在奶奶背上轻轻地捶了起来，咚、咚……一边捶，一边说：“奶奶，您感觉舒服了吗？”奶奶笑眯眯地说：“嗯，好孙子知道心疼奶奶喽，给我捶得很舒服，你真是一个有爱心的孩子啊！”

小明也笑着说：“谢谢奶奶夸奖！老师教育我们要孝敬老人，这是中华民族的传统美德。我以后就多给奶奶捶捶背，长大了一定要帮奶奶做家务事，让奶奶好好休息。”奶奶脸上的皱纹都舒展开了，她慈爱的脸上写满了幸福。

我们要向小明同学学习，养成自主学习的好习惯，多帮爸妈做力所能及的家务，做个孝敬长辈的好孩子。

**帮爷爷奶奶捶背作文8**

奶奶年纪大了，还整天忙里忙外，不觉得累。

有一天，她干完所有的活，便坐在椅子上，想休息一会儿，忽然觉得腰痛，便坐到椅子上，想休息一会儿，忽然觉得腰疼，便在腰那个部分吃力地捶好吗？奶奶忙去说：“好，好，我终于可以享乖孙女的福了！”奶奶刚说完，我便卷起袖子，握起小拳头，一下一下轻轻地给奶奶捶重了，奶奶年纪大了，这样，她可吃不消；也不能捶轻了，这样，还不等于挠痒痒，没有效果。我问奶奶：“这样捶行吗？轻了还是重了？”奶奶一副满足的样子，说道：“正好！正好！我乖孙女的手劲可不小，力气也比以前大多了。捶得还真舒服！”听了奶奶的夸奖，我捶得更起劲了，两个小拳头像小鸡啄米似的此起彼伏。渐渐地，我的两只手开始酸软起来，速度慢了下来。奶奶关切地问道：“累了吧，行了，我舒服多了！你歇歇吧。”我赶紧说：“不累，不累，我是怕您受不住。”我又打起精神捶起来。想到奶奶平时对我无微不至的关心，我就又有了干劲。

虽然这只是件小事，但是它却让我懂得了一个道理：被爱是幸福的，爱别人的感觉也是如此。

**帮爷爷奶奶捶背作文9**

我的奶奶已经60多岁了，满头银发，也有几根黑发，饱经沧桑的脸上布满了刀刻似的皱纹，一双眼睛是那么慈祥，使人感到亲切。

我是奶奶唯一的孙女，她最疼我了！奶奶整日为我操劳 ，腰都累弯了。她积劳成疾得了腰疼病，有时疼得下不了床，所以，我每天放学第一件事就是给奶奶捶背。

礼拜五我放学回家，看见奶奶又在做针线活 ，便放下书包，快步走到奶奶背后，两手打开，轻轻地给奶奶捶起背来。

奶奶笑眯眯的说：“真是个乖孩子！”说完，就闭上眼睛舒服的哼起小调。我按着从上到下的顺序，给奶奶捶背，奶奶也认真的享受这块美好时光，奶奶也哼上了小曲，显得奶奶很年轻、活泼的 样子。

过了一会儿，奶奶睁开眼睛说：“行了，腰一点也不疼了。我的小孙女真像个按摩师！”我听了，高兴极了。

以后，我要坚持每天给奶奶捶背半小时，这样，奶奶的腰很快很快就好了，也不怎么疼了。

**帮爷爷奶奶捶背作文10**

“香九龄，能温席；孝于亲，所当执……”小时候读的三字经，一句句朗朗上口，而这句，则触发了我对家人长辈的孝敬之心。

冬天，寒风凛冽，让人直哆嗦。冰凉凉的水使人望而却步。奶奶因为过于劳累，再加上天气的恶劣而感冒了，整天就是咳嗽，一说话就有一种完全不属于自己的声音冒出来。我看在眼里疼在心里，以往的一幕幕场景仿佛放电影似的出现在我的脑海里：我感冒了，无力地躺在床上，“哈嚏——”我忍不住打了个喷嚏，奶奶很着急，连忙帮我把被子盖严实了。我生病吃药是奶奶在悉心地照顾我，给我喝水让我吃药。我放学回家肚子饿了，饭桌上奶奶早已为我准备好了可口的饭菜……顿时，我心中萌生了一个念头，就像土地上长出了一根小草。小草在风中摇摆着，一个劲地在长，在长。那个念头占满了我的心：我要给奶奶捶捶背！

一天早上，我又从奶奶控制不住的咳嗽声中醒来，“咳——咳——”我看见奶奶正在厨房里烧开水，见她那副模样：脸色苍白，眉头紧锁，一手撑着后腰，还不时咳了几声。我想：心动不如行动，就趁现在，我要把握好时机，过了这个村可就没那个店了呀！我快速走进厨房，把奶奶拉到椅子上，“奶奶，您别动，让我当一回小小按摩师，给您捶捶背，让你舒服舒服！”说着，我便给奶奶拿上靠垫，让她坐得舒服些。奶奶笑着说：“好吧！你可要……”

我转转身，扭扭腰，做足了按摩准备，就开始了！我按着上下左右中这几个方位依次捶，每一次捶，都轻重有加，我知道，奶奶腰不好，所以在腰部我就加大力度捶。渐渐地，我熟能生巧，用手掌轻轻去拍打奶奶的背，从上由下，由左往右，我越来越有节奏。可时间一分一秒流逝，力气却一点一点流失。我感到我的手由肩到手指，酸溜溜的，非常沉重，完全不像刚开始那样力气十足。我咬着牙，鼓着小嘴，皱着眉头，我心想：啊，好累啊！真想放弃呀！然而，古往今来大孝子们一幕幕孝亲敬老的画面仿佛又出现在我的眼前：九岁的黄香在为父温席；孟宗在哭竹生笋；还有薛馥华在照顾与她毫无血缘关系的父亲与奶奶……我醒悟过来，大孝子们都无怨无悔，我这点小酸痛算得了什么？终于，我又使出了吃奶的劲儿，开始捶了起来。

咦？全程奶奶一句话都没有说，是我捶得不舒服吗？我偷瞄了一眼：奶奶闭目养着神，笑容如同阳光般灿烂，两个酒窝荡漾在嘴角，刚才还紧锁的眉头一下子舒展开来，轻轻点着头，嘴里还喃喃地说道：“舒服，真舒服！”听着这话，我的心里甜滋滋的，比吃了蜜还甜！“呼哧——呼哧——”水开了，奶奶走进厨房忙活起来，整个人都显得精神十足！

虽然给奶奶捶背只有烧一壶水那么长时间，虽然最终我也累得腰酸背痛，但我真的很开心。望着奶奶在厨房里忙活的身影，孝道歌那优美的旋律，动人的歌词在我心中久久回荡着……“听一听二十四孝，问一问父母可好，五千年的大中华，讲的是孝道……”

**帮爷爷奶奶捶背作文11**

我的奶奶年纪已经很大了，她有一双小小的眼睛，笑起来眯成一条缝，头发早已花白，还有一张布满皱纹慈祥的脸。

奶奶每天要做很多家务，非常辛苦。常停下来用手捶自己的背，有时露出愁容。我看在眼里，心想：“奶奶年纪这么大了，还这么辛劳，肯定身体会吃不消。不如我去帮她捶捶背吧。”

我来到奶奶的卧室，亲切地说：“奶奶，我来帮您捶背吧？”奶奶一听可开心了。我连忙跪在床上，抡起小拳头开始慢慢地捶起背来。我一边捶一边问：“奶奶，这个力度可以吗？要轻一点还是重一点？”奶奶笑着答道：“可以，可以，这个力度刚刚好，好舒服啊，我都感觉不大酸痛了。”听完奶奶的话，我开心极了。

我们边捶边聊天，奶奶说：“小红你长大了，真是个好孩子，又孝顺又懂事。”我回答：“奶奶，这可是我应该做的啊！”

**帮爷爷奶奶捶背作文12**

今天是三八妇女节，我给妈妈和奶奶做了一个服务表，上面写的为他们干什么？我把表拿给他们看，奶奶一看便说，哟，真不错，我定在明天晚上6点钟给我捶背，是大人。我应声答应，我跑回房间，心里乐呵呵的，因为我的第一笔订单来了！

我在房间里盘算着明天的奶奶住坐在哪儿？我该怎么说话呢？又该怎样吹呢？我想了好久，终于我想出了办法，我想好了，一看时钟，都8：53了。我该睡觉了，今天下午放学时，一看钟，都点半了，我用了15分钟吃完了饭，又回房间做/了一会儿作业，就走出去，将奶奶拉到沙发上说奶奶大人，您爸爸捶背时间已到，请奶奶坐了下来，我用两只手轻轻地随着奶奶的背一下一下又一下，奶奶闭起双眼，看上去很享受，奶奶突然睁开了双眼，问妞妞，如果这张用完了怎么办，奶奶以后打三八妇女节，我都会开一张，你放心。我边捶边说，我又吹了一段时间，便对奶奶说，时间已到，我先退下了。等下我还要订个明天晚上8点钟的洗脚，本来叫了起来，是奶奶大人，我答道，我又回了房间，开始想明天洗脚该怎么办，该怎么弄。

**帮爷爷奶奶捶背作文13**

今天，是重阳佳节，我们腰鼓队去了敬老院。在那里，我们先演了节目，然后给敬老院的爷爷奶奶捶背。

我来到一位头发雪白、满脸笑容的老奶奶身后，轻轻地捶了起来。老奶奶乐呵呵的，时不时地扭过来对我笑笑，脸上的皱纹条条清晰，像菊花绽开的花瓣那样，眼睛眯成了月牙，看上去十分慈祥。她笑着问我：“小姑娘，你多大了，上几年级了?”颤微微的声音里充满着对我的喜爱。我捶得更用心了，一会儿轻一点，一会儿重一点，一会儿单手捶，一会儿双手捶，并时不时地捏一捏，使老奶奶更舒服。老奶奶更高兴了，还表扬我“真是一个心灵手巧的好孩子!”

在给老奶奶捶背的时候，我的手偏偏爱撞在老奶奶的骨头上，手被震得生疼生疼。但看着老奶奶满脸红光，极舒服的样子，这点疼痛就被赶跑了。此时，我心中不禁生出了这样的疑问，老奶奶的脸看起来胖乎乎的，但脊背为什么这么瘦呢?答案马上就找到了，捶完背后，老奶奶慢慢停止了笑，脸就马上变得像瓜子一样瘦了。我希望老奶奶以后多吃点好的，把身体养得壮壮的。

捶完背后，我们来到了老人的房间，给老爷爷老奶奶了整理屋子。

时间过得真快，我们该走了，但和老爷爷老奶奶相处的美好时光却深深地印在了我的心里。

**帮爷爷奶奶捶背作文14**

重阳节到了，重阳节又是老人节。这天妈妈为奶奶买了一件羊毛背心，奶奶穿上了显得格外精神。我思考着，我要送奶奶什么样的礼物呢？忽然，我脑子里想到了帮奶奶捶背。

晚饭后，我叫爸爸去洗碗，让奶奶坐到沙发上，我把选好的轻音乐碟片放进ＶＣＤ里，轻柔舒缓的乐曲飘了出来。我对奶奶说：“我帮你捶背好吗？”奶奶说：“好哇！”

我卷起袖子，握起拳头，一下一下地轻轻捶在奶奶肩上。我认真地捶着，心想：不能使劲捶，奶奶年龄大了，她会吃不消得，也不能捶轻了，捶轻了还不等于在挠痒痒，没效果。我问奶奶：“奶奶，这样捶行吗？嫌重还是嫌轻？”奶奶一脸满足的样子，说道：“正好！正好！俺孙女的手劲可不小啊，力气也比以前大多了。两个小拳头像小鸡啄米似的此起彼伏。”渐渐的我两只手开始酸软起来，速度慢了下来，奶奶关心地问道：“累了吧，行了，奶奶舒服多了！你歇歇吧。”我说：“我不累。”想到奶奶平时对我无微不至的关心，我又有了劲，卖力地捶了起来，听着优美的乐曲，享受着儿孙的敬爱，奶奶脸上的皱纹舒展了，慈爱的脸上写满了幸福。

**帮爷爷奶奶捶背作文15**

老人节快到了，我和妈妈到商场去买衣服送给徐奶奶和婆婆。

“这件不错！”我大声地对妈妈说。“不行，太花哨了！这件怎么样？”

妈妈回答到。“不，就这件好！奶奶带我那么多年，她喜欢什么衣服我知道！”

我和妈妈争论不休，最后，妈妈还是按我的主意给奶奶买了件花衣服。这是妈妈送奶奶的礼物，我送什么呢？对了，我跟大舅母学过按摩和捶背，就发挥挥我的“特长”，帮奶奶捶背吧！

老人节那天到了，我早早起了床，让正在忙碌的奶奶到我的卧室里来。我先对奶奶说：“奶奶，先祝您老人节快乐！

同时也谢谢您这10年的辛勤照顾。今天该我伺候您老人家了，让我给您捶捶背吧，不要小瞧我，我可是专门学过的。如果我捶得让您感觉舒服，那么从今以后，我就是您的私人按摩师！”

奶奶一边抚摸着我的头说：“好！”

一边乐得合不拢嘴。我让奶奶坐在我的床上，我双腿跪在床上，卷起了衣袖，回想着大舅母教我的方法，把两只手交叉相握成开枪状，然后用中指、无名指与小指相握部分给奶奶捶起了背。因为这样的手法，既能使人感到舒服，又能起到柔和全身血液的作用。我先从奶奶的肩开始捶起，然后慢慢捶到奶奶的背上。我一会儿对奶奶说：“轻吗？要不要重一点？”一会儿又说：“重了吗？奶奶，舒不舒服？”奶奶笑着说：“正好！

没想到你还有这种本事啊？比专业按摩师还要棒！”

明知道奶奶是故意夸我，我心里却是甜滋滋的。捶着捶着，我便感觉累了，由此放慢了速度和力度，奶奶发觉了，心疼地说：“累了吗？累了就不用捶了！”

“不要，我一点也不累！”我推辞地说，我一想起奶奶每天帮我烧饭、洗衣服、刷鞋子……那么辛苦，我的劲就又来了，又卖力地捶了起来。奶奶脸上的皱纹舒展多了，她慈爱的脸上写满了幸福。不知不觉过了很长时间，奶奶坚决不让我再给她捶了，转过身来亲切地对我说：“谢谢你，乖孙女，看你满头大汗，一定是又累又渴，歇歇吧！

奶奶倒水给你喝。”我一口气喝完了奶奶倒来的冷开水，笑着问奶奶：“舒服吗，我可以当您的按摩师了吗？”“舒服、舒服极了！

你是一个合格的按摩师。”尽管有点累，手臂也有点酸痛，但我心里却很高兴。被爱是幸福的，爱别人的感觉也同样很幸福，虽然奶奶不是我的亲奶奶，但奶奶对我的照顾和培育，在我小小的心灵中永远不会忘怀。

**帮爷爷奶奶捶背作文16**

从小我就有一个疼爱我的好奶奶，她对我百依百顺，现在我已经长大了可是奶奶却已经老了。我现在能为奶奶做的就只有给奶奶捶背。

奶奶已经70多岁了，满头银发，皮肤粗糙，满脸的皱纹好像核桃壳。奶奶不仅料理全部家务，还经常送我上学，放学接我回家，一路上来回跑六趟。

由于过度劳累，奶奶得了腰椎病，有时疼得直不起腰。看着奶奶难受的样子，我的心里非常伤心，通过各种方式了解了一些按摩知识，经常给奶奶捶背。

每次捶背前，我都会搬一把凳子让奶奶坐下。然后走到奶奶背后，两手握成空心拳左右开弓，轻轻地给奶奶锤起背来。

我按照从上到下的顺序，先给奶奶捶肩膀，来回地捶十几次后，再给奶奶捶脊椎骨，逐节逐节地捶着，让背后的血脉通畅。最后我再捶坐骨与脊椎骨连接处，使骨节得到松弛。捶着捶着，我就感觉膀子有点酸。但一想到奶奶为我操劳的情景，就又来劲了。奶奶每次也都笑着夸奖我：“奇奇，你手一按，我腰就不疼了。真是个按摩师呀！快休息吧，别累坏了。”可每次我都会推辞说：“不累。”因为我为给奶奶带来了快乐而感到幸福！

以后我要每天给奶奶捶背，就像以前奶奶每天接送我上学一样。希望这样奶奶的腰椎病能够快点好起来。

**帮爷爷奶奶捶背作文17**

这个星期四晚上，奶奶刚从理发店回来，就往沙发上坐。很显然，奶奶今天有多么累。

我看了看奶奶，又看了看自己的双手，心想：“奶奶一天要洗衣服、扫地、做饭，是那么辛苦，我应该帮帮奶奶，可我能做一些什么事呢？”

“对了，”我想起以前我帮妈妈捶过背，“不如我帮奶奶捶背吧。”就这么办。

我从沙发上站起来，用布娃娃画了个圆圈，然后对奶奶说：“请您坐圈里，背朝着我，我要给您捶背了。”

我一下一下重重地捶在奶奶的背上，犹如正在砸碎一块巨石，以为这样可以让奶奶感到舒服，但却让奶奶痛得直叫。

“轻一点！”奶奶已经快受不了了。

我只好只使出百分之六十九的力气。这时，奶奶用享受里带一点表扬的语气说：“真舒服啊！佑佑真乖！”

听了这句话，我立刻掉进了“夸奖的海洋”，沉没在幸福之中。

当我正在这快乐的时光中兴奋的时候，奶奶突然说：“够了。”

面对这突如其来的一句话，我不知所措。

“可以结束捶背了，你应该睡了。”奶奶再说了一遍意思。

“好吧。”我只好向睡房走去。

这样一件普通的捶背，就能让奶奶感到开心。所以，不只重阳节，我们天天都要敬老！

**帮爷爷奶奶捶背作文18**

题记：7月2日，一个我难以忘记的日子。

那天早上，我们集合在画室门口，老师带我们去给敬老院做公益活动。当时别提我心里有多高兴了，我可是第一次去敬老院哩!

我们一路驱车来到敬老院，我下了车好奇地向四处探望，做点什么才好呢？老人们有的在树阴下乘凉，有的在屋里聊天……看到他们那不再宽厚的肩膀，我突发奇想：老人们体弱多病，不如我来给这位年纪稍大一点的老奶奶揉揉肩、捶捶背吧！我悄悄地走到老奶奶的身边，用着妈妈教我的方法：小手轻轻放在两只肩膀上，手指慢慢用力开始揉起来……给老奶奶做了一次舒舒服服的按摩。老奶奶惊讶地转过头，热泪盈眶地说:“谢谢你宝贝,自打我到了敬老院就从来没有人替我捶背，你真是个孝顺又懂事的好孩子，行了，你也歇歇吧！别累着喽，你还小。”看着老人笑开的脸庞，我忙回到道:“更该歇歇的,是您啊!”听了这话，老人红光满面，仿佛一下子年轻了几岁。脸上的皱纹也少了许多。

接着，我们一起又陪伴老爷爷奶奶们过了一个集体生日，让他们看我们带去的节目。总而言之，我们这群叽叽喳喳的小鸟，给参天古木带来了许多欢笑。

和谐敬老院，7月2日，我永远难以忘记的日子。

**帮爷爷奶奶捶背作文19**

好久没有去奶奶家了，我和爸爸都非常想她，晚饭后，我缠着爸爸开车去探望，坐在车上，而我的心早已飞到了奶奶家。

推开奶奶的家门，只见她闭着眼睛，拖着疲惫的身体，坐在沙发上。她惊喜地睁开眼睛，把我搂在怀里。我想：奶奶退休后，一点儿也没闲着，每天起早贪黑地干活，有时还要加班，非常劳累，我给她捶捶背吧。“奶奶，你坐好，我想给你捶背，可以吗？”“好哇！”奶奶笑着答道。我走到奶奶身旁，双手握拳，轻轻地拍在她的背上，生怕弄疼了她。我一边轻轻地捶着，一边问道：“奶奶，力量够不够？舒服吗？”奶奶笑呵呵地说道：“乖孙子，你的力量不大也不小，拍的位置正好，太舒服啦！”听了奶奶的夸赞，尽管我有些累，但立即来了精神，继续捶着她的肩膀，从左边到右边，从上边到下边，一丁点儿的地方都不放过。

大约过了十分钟，奶奶开口了，“毛旭，经过你的一番按摩，我的疲劳全消了，你歇会儿吧，不然你就太累啦！”我说道：“给奶奶捶背，我永远不累。”奶奶轻轻地抚摸着我的头，连连夸我长大了，更懂事了，我的心里顿时美滋滋的。

**帮爷爷奶奶捶背作文20**

今天是感恩节，我准备给奶奶一个惊喜——捶背！

我一吃完晚饭，就对奶奶说：“奶奶，您累了吧！我给你捶背！”“怎么今天的太阳从西边升起来了？怎么今天想到给奶奶捶背了？”奶奶不解地望着我说着。“奶奶！您孙女长大了，懂事了，所以今天想到想给您捶背了！”我撒娇地说道。“好吧！”奶奶点点头。我听了奶奶奶的话，立马抬起我的小拳头捶了起来。一会儿奶奶说：“太重了，你想捶死奶奶呀！轻一点！”我听了连忙减轻了很多。后背捶完了，应该捶肩膀了，于是我慢慢地把手移到了肩膀那儿了，又捶了起来。这时能能又说：“太轻了，重一点。”“一会儿重，一会儿轻！奶奶你真难侍候呀！不捶了！”我嘟着小嘴自言自语道。“哈，我就知道你没有耐性，还说给我捶背呢！”奶奶笑着说。“我没耐性，奶奶你耍我？”我反驳着，“今天我就做个有耐性的孩子了！”于是我又继续给奶奶捶了起来。这儿轻、那儿重我很有节奏给捶着，不知觉中我的脸上已经有了汗珠……再看看奶奶，她已经眯着眼睛睡着了！看到奶奶睡着了，于是我到卧室里拿了一张毛毯给奶奶披上……

看到奶奶幸福地睡着，我感慨万分，原来我给奶奶做了这么一点小事，奶奶就感觉到很幸福，从今以后，我一定多为奶奶做点事！

**帮爷爷奶奶捶背作文21**

二（1）班 陈颖欣 星期天的上午，小明正在家里玩，奶奶从外面买菜回来。小明看见奶奶不停地捶捶腰拍拍腿。小明看奶奶这么累，小明心想：奶奶这么累，我帮奶奶捶捶背，奶奶一定会好些的。 小明来到奶奶跟前说：“奶奶，您坐下，我帮您捶捶背吧！”小明就拉着奶奶坐下来，小明举起小拳头就帮奶奶捶起背，还不停的问奶奶：“奶奶，这样行吗？力度够不够？”奶奶一边择菜，一边笑着说：“我的明明真孝顺！”

我们都要做一个有爱心，孝顺的孩子呀！

虚惊一场

二（1）班 陈颖欣 小兔正在路上散步，小松鼠急急忙忙地向他走来，一边走一边喊：“不好啦，不好啦，森林那边好像着火啦！”小白兔一听，马上拉着小松鼠向着火的地方跑去。当他们越来越靠近森林时，看到一股股黑烟，还有一阵难闻的烟味。走近一看，原来是牛伯伯家里冒烟啦。他们连忙顺喊：“牛伯伯，你们家为什么冒烟呀？”牛伯伯不好意思地说：“我正准备早餐呢``````”小松鼠和小白兔立刻松了一口气，原来是虚惊一场。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找