



仁濟醫院蔡衍濤小學

24-25 年度

中文科 作文佳作 (五至六年級)






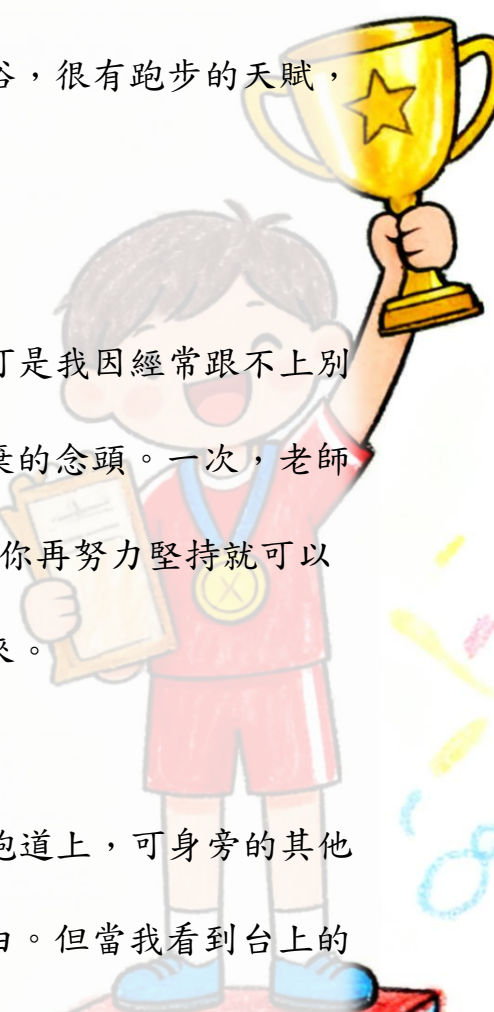
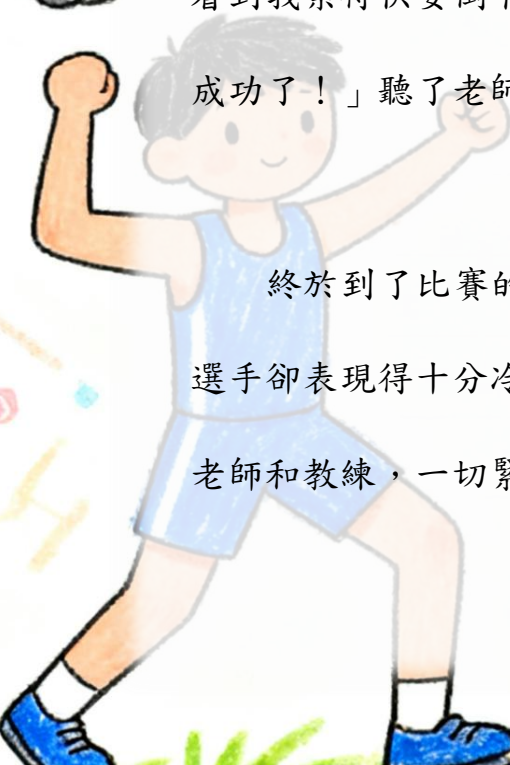
《一件成功的事》

5D 洪卓穎

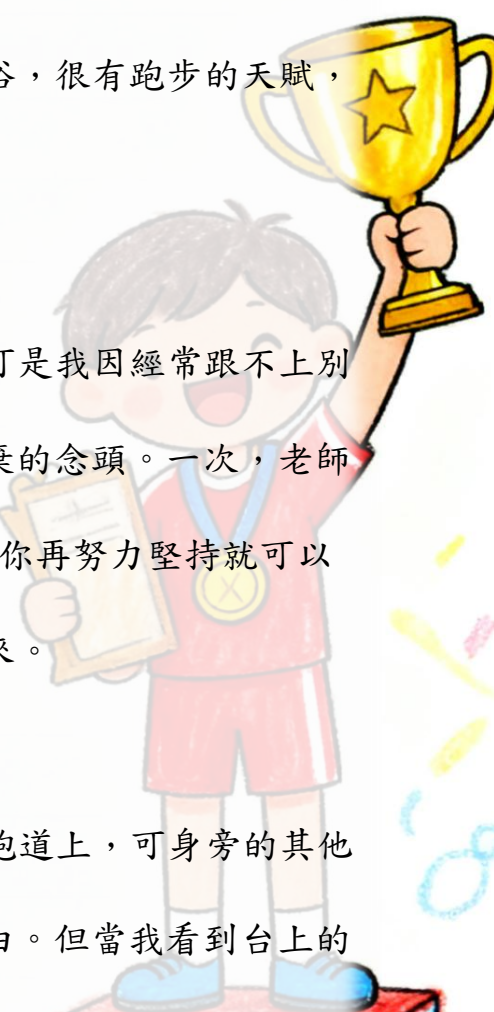
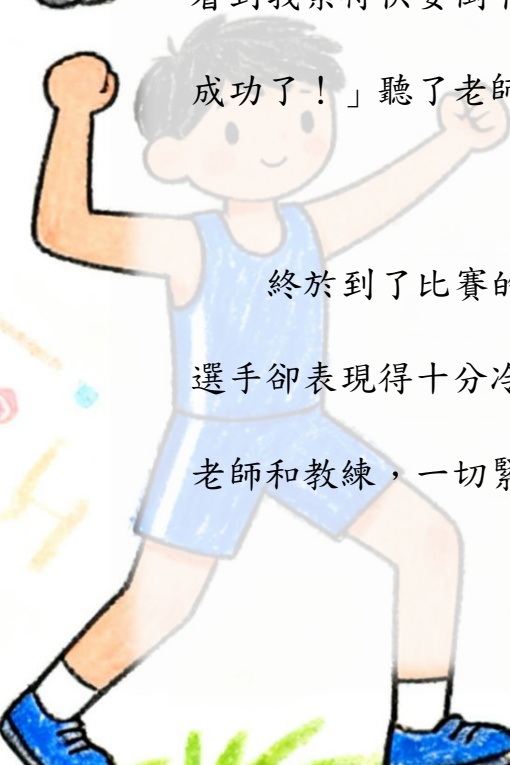
今天在整理書櫃的時候，一枚金燦燦的獎牌映入眼簾，那次參加田徑比賽獲得冠軍的情景，不禁浮現在我的腦海裏……



去年，我參加了田徑校隊。老師看見我表現不俗，很有跑步的天賦，就邀請我參加一個月後舉行的田徑比賽。



自那天起，我每天放學後都會進行加時訓練。可是我因經常跟不上別人的體力和速度而感到氣餒，更讓我多次萌生起放棄的念頭。一次，老師看到我累得快要倒下的樣子，便上前鼓勵我，說：「你再努力堅持就可以成功了！」聽了老師的話，我也硬着頭皮堅持了下來。



終於到了比賽的日子，我懷着沉重的步伐走到跑道上，可身旁的其他選手卻表現得十分冷靜，而我則緊張得腦海一片空白。但當我看到台上的老師和教練，一切緊張都拋諸腦後，我深深地吸了一口氣，冷靜了下來。



一聲哨聲響起，比賽開始了，我像一顆子彈一樣向終點奔去。我一直保持着領先的速度，最後獲得了冠軍。看着那金光閃閃的金牌，我心裏美滋滋的，喜悅的眼淚頃刻溢出我的眼眶，一切辛苦都是值得的。

正所謂「一分耕耘，一分收穫」，這句話是指有付出就有機會成功，這枚冠軍獎牌，將會是我今後奮鬥的動力。



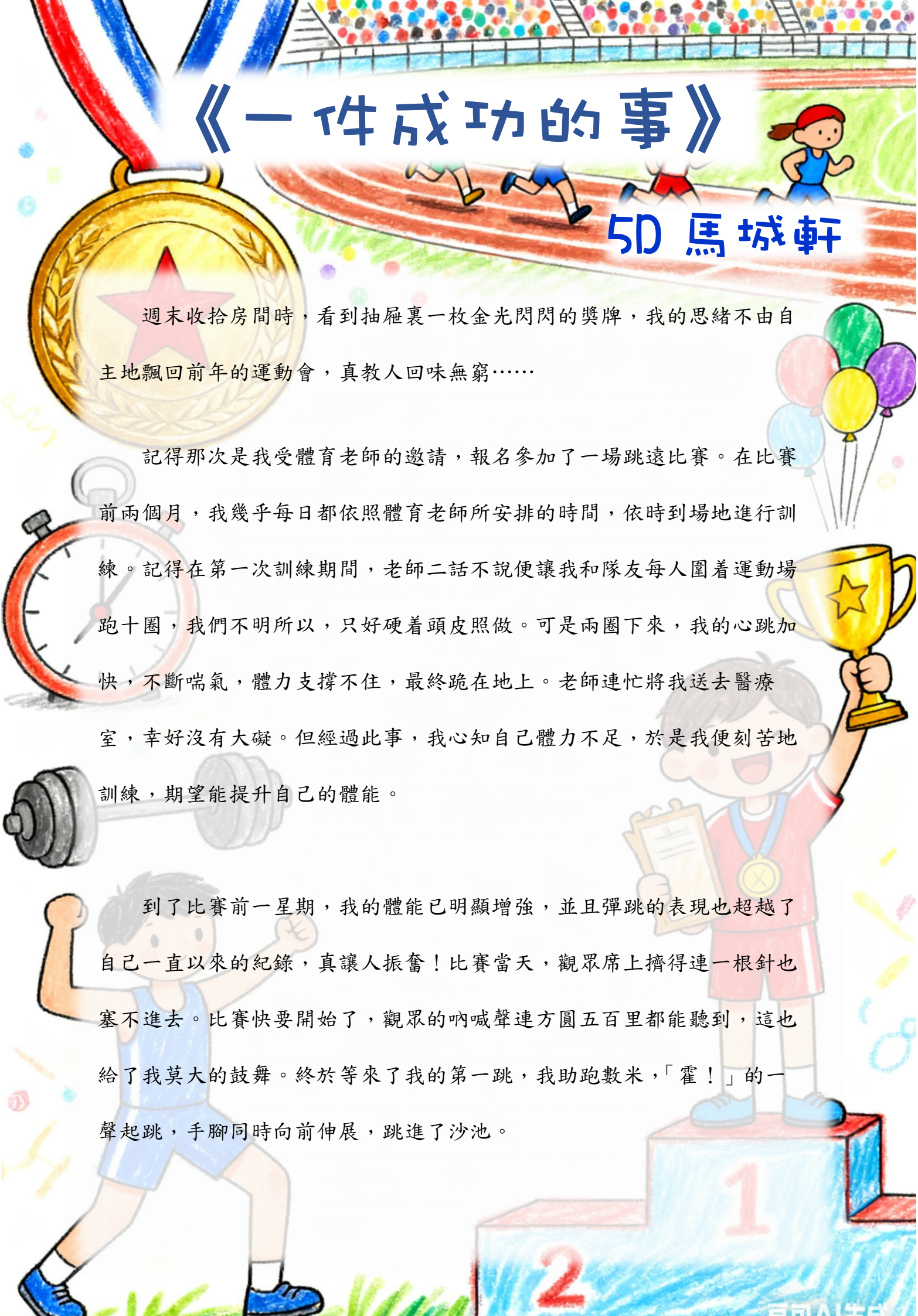
《一件成功的事》

5D 馬城軒

週末收拾房間時，看到抽屜裏一枚金光閃閃的獎牌，我的思緒不由自主地飄回前年的運動會，真教人回味無窮……

記得那次是我受體育老師的邀請，報名參加了一場跳遠比賽。在比賽前兩個月，我幾乎每日都依照體育老師所安排的時間，依時到場地進行訓練。記得在第一次訓練期間，老師二話不說便讓我和隊友每人圍着運動場跑十圈，我們不明所以，只好硬着頭皮照做。可是兩圈下來，我的心跳加快，不斷喘氣，體力支撐不住，最終跪在地上。老師連忙將我送去醫療室，幸好沒有大礙。但經過此事，我心知自己體力不足，於是我便刻苦地訓練，期望能提升自己的體能。

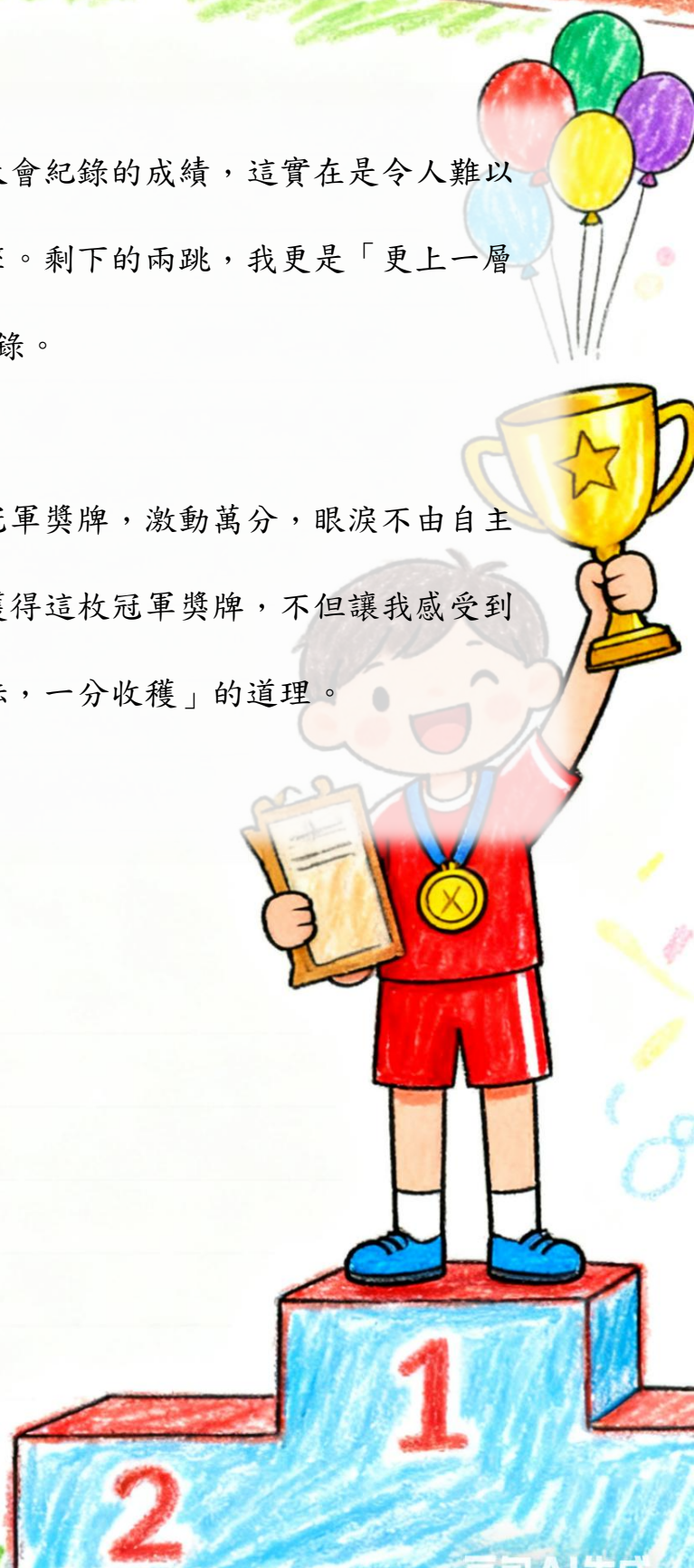
到了比賽前一星期，我的體能已明顯增強，並且彈跳的表現也超越了自己一直以來的紀錄，真讓人振奮！比賽當天，觀眾席上擠得連一根針也塞不進去。比賽快要開始了，觀眾的吶喊聲連方圓五百里都能聽到，這也給了我莫大的鼓舞。終於等來了我的第一跳，我助跑數米，「霍！」的一聲起跳，手腳同時向前伸展，跳進了沙池。





經過裁判量度，我已跳出了打破大會紀錄的成績，這實在是令人難以置信，觀眾席上響起了排山倒海的掌聲。剩下的兩跳，我更是「更上一層樓」，打破了自己方才所打破的大會紀錄。

踏上頒獎台，我歡欣雀躍地拿着冠軍獎牌，激動萬分，眼淚不由自主地掉了下來，一切辛苦都是值得的！獲得這枚冠軍獎牌，不但讓我感受到了成功的喜悅，也讓我明白「一分耕耘，一分收穫」的道理。



《遊天壇大佛》


5A 馬雋

復活節假期間，在英國的表姐來港旅行，我想了想，就決定先帶她去著名的天壇大佛吧！

我們乘坐巴士到了天壇大佛的山腳下。從山下仰望，大佛很高，加上神聖的蓮花台和基座，令人由衷地敬畏。人們想要登上木魚風，便要走上二百六十八級石階，它們層層疊疊的，像是一條朝聖之路。兩旁的石柱，就像士兵般守護着這條神聖通道。

我和表姐終於爬上山頂，視野頓時變得豁然開朗。在遠處南海那遼闊、波光粼粼的海面上，時不時有船駛過，一陣陣白色的波紋從船邊散開，與被陽光影射成金色的浪花碰撞，水花濺起，和幾隻銀鷗互相映襯，盡顯靈動。





大嶼山公園環繞着天壇大佛，山林間的水氣與鬱鬱蔥蔥的樹木揉合在一起，從這裏也能看見寶蓮寺上方的煙霧，縷縷炊煙在天空上畫出一條條弧線，恰似一幅美麗的畫卷。

我們走到佛像的內部，光線從幾處小孔流出，照在經文上，把斑駁的經文照成金色，於水中游動的金色蝌蚪散發出柔和的光澤，盡顯神聖。

當我們走出大佛，一望無際的山巒延伸至遠方，他們相互依靠在一起，為這幅畫添上龍墨重彩的一筆。

參觀完大佛，我們還去了昂坪市集、寶蓮寺等，最後用紀念品為旅行添上句號。回到家後，我仍感受到佛像慈祥莊嚴的魅力！



《遊天壇大佛》

5B 張皓翔

今天是星期六，天氣晴朗，耀眼的陽光灑滿大地。我和表姐一同乘搭纜車前往天壇大佛參觀，準備好好認識這個佛教聖地。

我們乘坐纜車緩緩上山，透過腳下透明的玻璃車廂，壯麗的山海景致一覽無遺，美不勝收。湛藍的天幕上默綴着幾朵白雲，海水藍得讓人驚歎，翡翠的顏色顯得太淺，藍寶石的颜色又太深，令人目眩神迷。放眼望去，數座山峰連為一體，宛如一條蜿蜒盤旋的巨龍，環繞着漸漸清晰的天壇大佛，它在陽光的照耀下閃爍生光。不知不覺，我們已經到達了覽車的終點站。

下車後，我們沿着廣闊而平坦的道路前行，穿過昂坪市集，走着走着，便來到了天壇大佛的腳下。我抬頭仰望，兄見金佛巍然倚天，慈目低垂，靜觀塵世眾生。當我們拾級而上，這些石梯彷彿會說故事，帶我們走進時光的長廊。兩側紅牆內傳來輕輕的誦經聲，回音縈繞在山峯中。



陽光穿過搖曳的竹林，在地上畫出跳動的光影，就像在跟我們玩捉迷藏。不知不覺間，城市喧囂隔絕於峭壁之外。我忍不住深吸一口氣，感覺整個人都變得輕快起來。

走着走着，我們終於到達了天壇大佛跟前。只見數十米高的坐佛雙目微闔，嘴角含着千年不變的微笑。眉間宛如月光凝結，青苔在膝蓋上蔓延，它以永恆的沉靜回應世間紛擾。陽光掠過佛身，在青銅紋理間跳躍，彷彿觸摸到歲月沉澱的溫度。我將目光從大佛身上移開，兄見古色古香的寶蓮寺靜靜矗立，遠處的羣山連綿起伏如慵懶的卧佛，與天壇大佛相依相守。海裏的微鹹氣息拂過面龐，帶着佛光的餘溫，令人神往。

天色漸晚，夕陽將天壇大佛鍍成赤金剪影，將慈悲撒向城市的每個角落。這趟旅程，彷彿穿越時空與我對話，在山海間聆聽慈悲的回響。



《遊天壇大佛》

5B 蔡煜宜

每當我看見這張照片，就想到上星期六風和日麗，我、媽媽和表姐去天壇大佛遊覽。

我們先乘坐昂坪 360 纜車。從纜車的玻璃窗上外望去，連綿起伏的山峰聳入雲霄，蒼綠的羣山彷彿連成一體，宛若一條蜿蜒盤旋的青色巨龍，靜靜地守護着這片土地。仰望長空，遼闊的天空彷彿被一隻巨鳥的羽翼覆蓋，全是羽毛般的浮雲。我再向下俯視，陽光照在波光粼粼的海面上，為水面鋪上了一層閃閃發光的碎銀。湛藍的海面與天空連成一片，構成一幅天然的畫卷。纜車緩緩上升，天壇大佛的身影漸漸出現在我們眼中，陽光潑灑在它身上，顯得格外威嚴，令人心生敬畏。

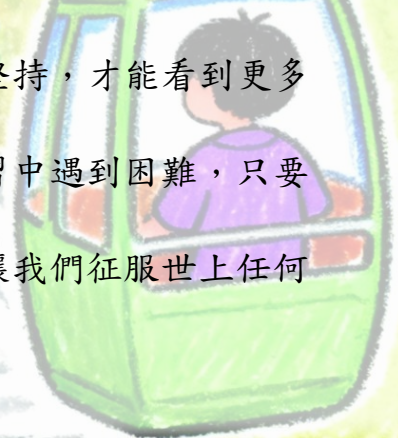
穿過昂坪市集，我們沿着平坦的小路一直走，便來到了天壇大佛的腳下。抬頭仰望，只見大佛慈祥的面容像掛着一抹微笑，他右手舉起，像在守護着人們。他的雙眼垂下，如慈母般俯視着蒼生。



隨後，我們開始攀登面前這道長長的階梯，聽媽媽說，這段樓梯足足有二百六十八級呢！還剛走沒多久，我便氣喘吁吁，兩腿發軟。抬頭一看，前方的樓梯依然漫長。不過一想到一會兒能欣賞到壯麗的景色，疲憊便都煙消雲散了。

歷經艱辛，我終於成功登頂了！登頂的一瞬間，感覺之前的所有疲憊都值得了，只有堅持，才能看到不一樣的風光。在觀景台周圍俯視底下的寶蓮寺，紫色紙箱的寶蓮寺周圍有翠綠的枝葉點綴，映襯得別有一番詩情畫意。我環繞着觀景台一周，欣賞山下如畫的風光。此刻所有的煩惱都隨風而去，心裏格外輕鬆。夕陽緩緩落下，我們的身影在餘暉中漸行漸遠。

回顧這一天的旅程，我深刻領悟到：只有堅持，才能看到更多遼闊的風景。人生亦如此，當我們在生活或學習中遇到困難，只要堅持不懈，就一定會有回報的。頑強的意志能讓我們征服世上任何一座高峰。





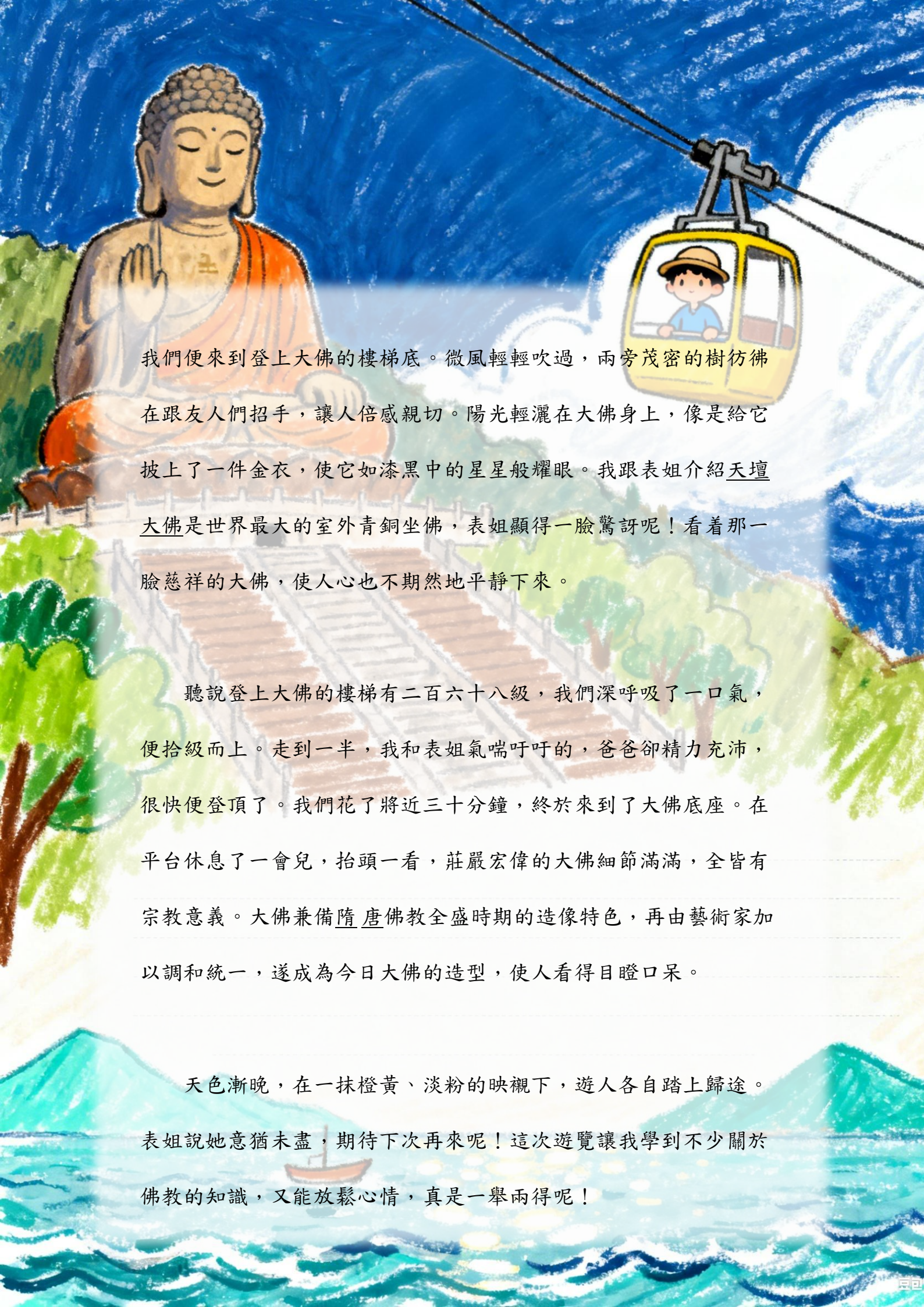
《遊天壇大佛》

5D 洪卓穎

今天風和日麗，萬里無雲，我們一家和從英國來港的表姐一起到天壇大佛遊玩。

我們先乘巴士來到了東涌，之後轉乘昂坪 360 纜車。我們在車站裏等了半個小時，終於等到了我期待已久的「水晶車廂」。坐在「水晶車廂」裏，令有點恐高的表姐嚇得冒出了冷汗。過了一會兒，表姐習慣了，便可以放鬆心情欣賞風景了。無論是遠處市區密密麻麻的房子，還是一片蔚藍的海洋，全都盡收眼底。海浪輕輕地拍打岸邊，好像在跟我們打招呼。太陽把耀眼的陽光鋪灑在海面上，與金子般閃爍生光。過了十分鐘，我已看不見市區的高樓大廈，只見前方重重疊疊的山巒向大佛的方向慢慢地延伸過去。快到站了！只見遠處的大佛靜靜地坐在連綿不斷的山峰之間，大家都不禁拿出手機把它拍下來。

下車後，我們先來到昂坪市集。市集裏有的人在購物，有的人在拍照，有的人在吃東西，十分熱鬧。穿過昂坪市集和昂坪廣場，



我們便來到登上大佛的樓梯底。微風輕輕吹過，兩旁茂密的樹彷彿在跟友人們招手，讓人倍感親切。陽光輕灑在大佛身上，像是給它披上了一件金衣，使它如漆黑中的星星般耀眼。我跟表姐介紹天壇大佛是世界最大的室外青銅坐佛，表姐顯得一臉驚訝呢！看着那一臉慈祥的大佛，使人心也不期然地平靜下來。

聽說登上大佛的樓梯有二百六十八級，我們深呼吸了一口氣，便拾級而上。走到一半，我和表姐氣喘吁吁的，爸爸卻精力充沛，很快便登頂了。我們花了將近三十分鐘，終於來到了大佛底座。在平台休息了一會兒，抬頭一看，莊嚴宏偉的大佛細節滿滿，全皆有宗教意義。大佛兼備隋唐佛教全盛時期的造像特色，再由藝術家加以調和統一，遂成為今日大佛的造型，使人看得目瞪口呆。

天色漸晚，在一抹橙黃、淡粉的映襯下，遊人各自踏上歸途。表姐說她意猶未盡，期待下次再來呢！這次遊覽讓我學到不少關於佛教的知識，又能放鬆心情，真是一舉兩得呢！

《遊天壇大佛》


5D 黃天妍

今天是一個風和日麗、陽光普照的日子，我們便決定帶從英國來港度假的表姐到香港著名的景點——天壇大佛遊覽。

一大清早，我們便來到東涌乘搭昂坪 360 纜車。我們在車站等了三十分鐘，終於等到了期待已久的「水晶車廂」。「水晶車廂」剛離開車站，媽媽便迫不及待拿起相機瘋狂地拍照。一向恐高的妹妹一望見腳踏的那塊玻璃，便嚇得雙腳顫抖。經過我們的安慰後，她的心情才慢慢平靜下來。窗外一座座高樓大廈拔地而起，氣勢磅礴，雄偉壯觀。隨着纜車向山邊移動，一座座大廈逐漸消失，只見重重疊疊的山次第向天邊延伸過去。一片湛藍的大海在陽光的折射下，顯得波光粼粼、閃閃發光，就像一顆顆水晶一樣。準備到站了，我們已經能隱隱約約地看到大佛正坐在群山之間呢！

我們下車後，便來到昂坪市集。表姐已經迫不及待買了很多紀念品，雙手還拿着冰糖葫蘆和各種香港的特色美食呢！最後我們只





好拉着表姐離開，再穿過昂坪廣場，終於來到了我們最期待的天壇大佛！

登上大佛的樓梯兩側滿是翠綠的樹，就像一排排士兵一樣，迎接每位遊客。微風輕輕撥動青枝綠葉，發出沙沙的聲音，猶如梵音般洗滌人的心靈。抬頭仰望，眼前那麼長的樓梯，實在使人不禁冒出冷汗。大佛端坐在樓梯頂端，莊嚴宏偉，讓人不禁肅然起敬。

我們深深吸了一口氣便踏上梯級，沿途走着停着，我們都累得氣喘吁吁。最後我們花了二十分鐘，終於來到大佛的底座了！我在平台上休息了一會兒，這才留意到原來大佛的每一個細節造型，皆有宗教象徵意義。陽光輕柔地灑在大佛身上，鑲上一層耀眼的光芒。抬頭仰望，一片蔚藍的天空上點綴着幾片白雲，白雲隨風緩緩浮游着。山下的遊人絡繹不絕，宛如一條遊戲人間的龍，場面十分熱鬧。

夕陽西下，落日的餘暉點綴着橙黃的天空，遠處一幢幢大廈的燈開始亮了起來。遊人們各自踏上歸途，我們也依依不捨地準備回家去。這次的旅程讓我大開眼界，也洗滌了心靈呢！



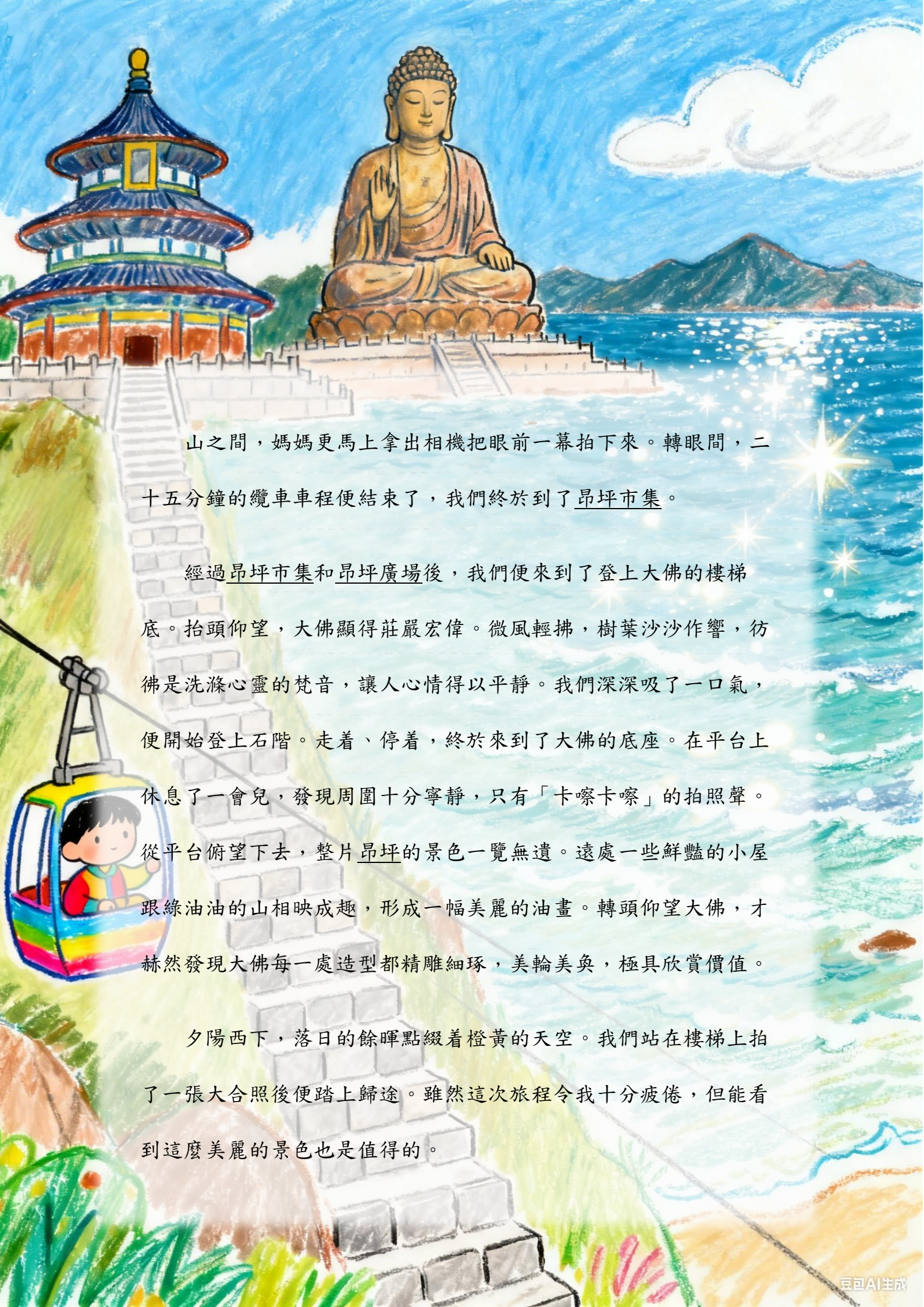
《遊天壇大佛》

5D 袁苡晴

今天我在打掃房間的時候，一張佈滿灰塵的相片映入眼簾，那是我們一家和表姐在天壇大佛樓梯底所拍的照片，讓我不禁回想起那次經歷……

記得上一年暑假，表姐從英國來港旅遊，而我則在其中一天當表姐的小導遊。那一天，我們大清早便乘搭巴士到昂坪 360 車站。我們選擇了乘搭「水晶車廂」，因為這種車廂是由全玻璃製作而成，能更全面欣賞各方位的景致呢！

我們坐上纜車後便出發了！妹妹一向下望，便害怕得哭了起來。經爸爸一輪安慰後，她的心情才得以平復，而其他人在細細欣賞車外的風景。耀眼的陽光映照在海面上，好像在水面鋪上了一層閃閃發光的碎銀，顯得格外耀眼。隨着纜車一直往山上走，我們逐漸離開了鬧市。窗外的景色是一片翠綠秀麗的山巒，每一座山都高聳入雲，十分壯觀。正當我們享受着眼前美景，表姐突然指着遠方大喊：「快看！快看！」我們隱隱約約看到天壇大佛靜靜地坐在群



山之間，媽媽更馬上拿出相機把眼前一幕拍下來。轉眼間，二十五分鐘的纜車車程便結束了，我們終於到了昂坪市集。


經過昂坪市集和昂坪廣場後，我們便來到了登上大佛的樓梯底。抬頭仰望，大佛顯得莊嚴宏偉。微風輕拂，樹葉沙沙作響，彷彿是洗滌心靈的梵音，讓人心情得以平靜。我們深深吸了一口氣，便開始登上石階。走着、停着，終於來到了大佛的底座。在平台上休息了一會兒，發現周圍十分寧靜，只有「卡嚓卡嚓」的拍照聲。從平台俯望下去，整片昂坪的景色一覽無遺。遠處一些鮮豔的小屋跟綠油油的山相映成趣，形成一幅美麗的油畫。轉頭仰望大佛，才赫然發現大佛每一處造型都精雕細琢，美輪美奐，極具欣賞價值。

夕陽西下，落日的餘暉點綴着橙黃的天空。我們站在樓梯上拍了一張大合照後便踏上歸途。雖然這次旅程令我十分疲倦，但能看到這麼美麗的景色也是值得的。



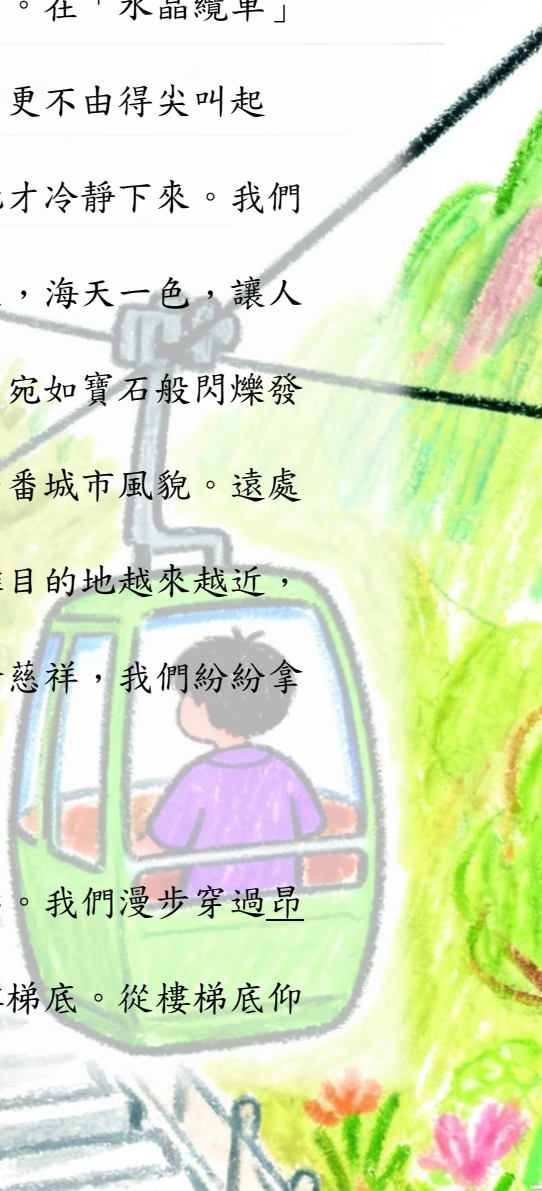
《遊天壇大佛》

5D 池忠祐

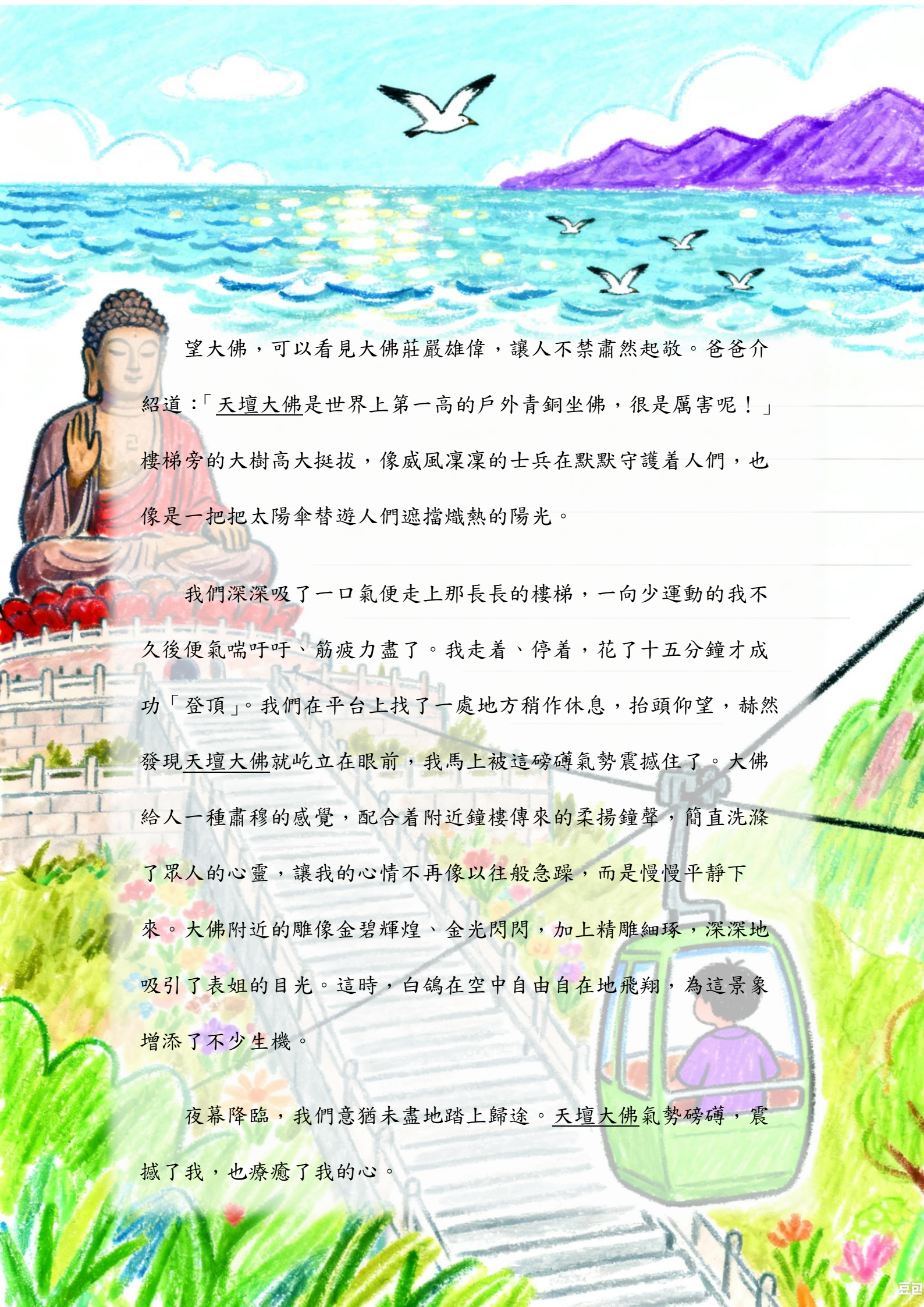


復活節假期的其中一天風和日麗，萬里無雲，我們一家帶着表姐起程前往天壇大佛遊覽。

我們先乘搭巴士前往東涌纜車站，再轉乘纜車。等了大概五分鐘後，終於等來了我期待已久的「水晶車廂」了。在「水晶纜車」上，表姐一看腳下全是玻璃，便嚇得瑟瑟發抖，更不由得尖叫起來。媽媽立馬把她緊緊抱住，溫柔地安慰她，她才冷靜下來。我們從窗外鳥瞰下去，蔚藍的大海連接着湛藍的天空，海天一色，讓人心曠神怡。大海在太陽的照耀下顯得波光粼粼，宛如寶石般閃爍發光，美得讓人目眩。遠處市區高樓林立，別有一番城市風貌。遠處山巒重疊，像波浪似的次第向天邊延伸過去。離目的地越來越近，我們在纜車上看到天壇大佛坐在群山之間，一臉慈祥，我們紛紛拿出手機記錄這美好時刻。



三十五分鐘過後，我們便到達了昂坪纜車站。我們漫步穿過昂坪市集和昂坪廣場，便到達了登上天壇大佛的樓梯底。從樓梯底仰



望大佛，可以看見大佛莊嚴雄偉，讓人不禁肅然起敬。爸爸介紹道：「天壇大佛是世界上第一高的戶外青銅坐佛，很是厲害呢！」樓梯旁的大樹高大挺拔，像威風凜凜的士兵在默默守護着人們，也像是一把把太陽傘替遊人們遮擋熾熱的陽光。

我們深深吸了一口氣便走上那長長的樓梯，一向少運動的我不久後便氣喘吁吁、筋疲力盡了。我走着、停着，花了十五分鐘才成功「登頂」。我們在平台上找了一處地方稍作休息，抬頭仰望，赫然發現天壇大佛就屹立在眼前，我馬上被這磅礴氣勢震撼住了。大佛給人一種肅穆的感覺，配合着附近鐘樓傳來的柔揚鐘聲，簡直洗滌了眾人的心靈，讓我的心情不再像以往般急躁，而是慢慢平靜下來。大佛附近的雕像金碧輝煌、金光閃閃，加上精雕細琢，深深地吸引了表姐的目光。這時，白鴿在空中自由自在地飛翔，為這景象增添了不少生機。

夜幕降臨，我們意猶未盡地踏上歸途。天壇大佛氣勢磅礴，震撼了我，也療癒了我的心。

《一件令我印象難忘的事》

5D 洪卓穎

今天，我在整理房間時，看到一張佈滿灰塵的照片，那件讓人難以忘懷的事便又浮現在我的眼前……

去年，我報名參加了學校舉辦的舞蹈班。第一次跳舞時，我满怀期待地走進舞室。開始後不久，我表現得笨手笨腳，跟不上拍子，又記不住舞步。這一切都讓我很灰心，使我非常想放棄。

在中途休息時，我躲在角落大哭了起來，因為我對自己的表現很失望。這時，老師走了過來，溫柔地說：「卓穎，你不要灰心，只要你繼續努力，多下點苦功，就一定能學會！我第一次上跳舞班也是這樣子的！」聽了老師的鼓勵後，我又有了點信心，決定再給自己

一點時間慢慢調整。之後，老師更耐心地教我數拍子，下課後又陪我練熟舞步。慢慢地、慢慢地，我便逐漸變得熟練了，拍子和舞步也逐漸配合了。半個月過後，我只要聽音樂，就已經可以輕鬆跟上別人的節奏。我終於克服了自己！

這件讓我印象難忘的事，令我深深感受到做任何事只要堅持不懈，便一定能成功的道理。

《一件令我印象難忘的事》

5D 袁苡晴

當我看到這張和同學們站在頒獎台上的合照，便回想起那件令

2 我印象難忘的事……

記得去年暑假，由於我有太多空閒時間，於是便請媽媽替我報名參加游泳班。只要想到能在炎炎夏日裏於冰涼的泳池中暢泳，那可是一件舒適不過的事呢！

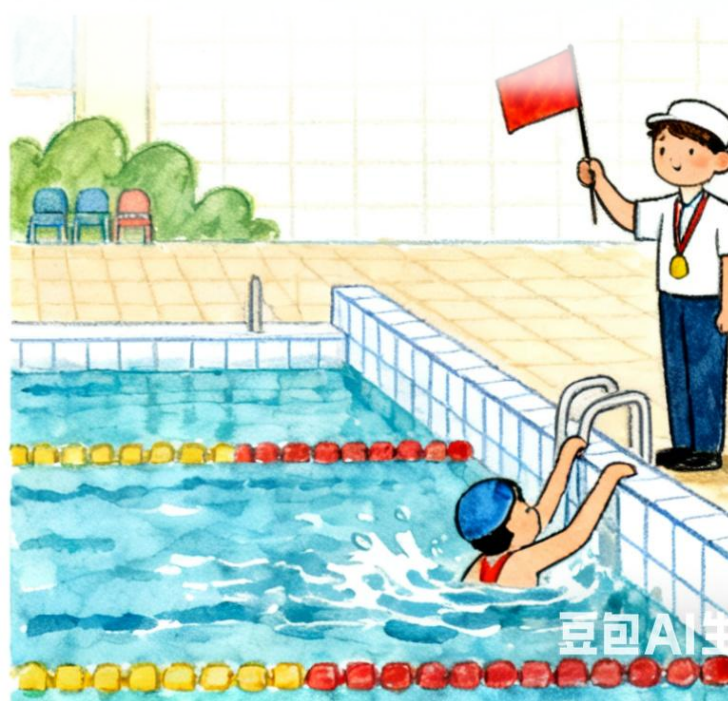
到了正式開始上游泳班的那天，我有點緊張，因為這是我第一次游泳。直到看到教練友善的笑臉，我才放鬆下來。開始的時候，教練先讓我們習慣一下池水的溫度，但急性子的我很想快點開始游泳，於是便急於把頭放進水中，想像自己是一隻小鴨子，但一不小心便喝了幾口池水。教練看到後便馬上過來跟我說：「學游泳是要循序漸進的，慢慢來。」被水嚇怕了的我便決定乖乖跟隨教練的節奏，一步一步地學，逐步逐步做好。最後我用了一個暑假，便掌握了游泳的技巧，更學會了自由式和蛙式呢！





在學會游泳後的六個月，我參加了一場游泳比賽。比賽的日子漸漸迫近，我一點也不敢鬆懈。到了比賽那天，雖然我很緊張，但我也能發揮出平日練習的水準。隨着哨子聲一響，我便躍進水中，不停地向前游，最後竟得了冠軍！

這件事一直影響着我，令我難以忘懷，因為它讓我學會了做事不能一蹴而就，要循序漸進，踏實地一步一步地走向成功。





《一件令我印象難忘的事》

5D 池忠祐

今天我在整理房間時，翻到了一本珍藏着很多寶貴回憶的日記本。當中讓我印象深刻的是我在三年前寫的日記——第一次學烹飪的經歷，實在是令我難以忘懷……

在三年前的某個星期五，媽媽見我長這麼大了，也不會基本的生存技能，於是便說要教我烹飪。我從未學過烹飪，所以對此十分好奇。

首先，我根據媽媽的指示準備了一個碗，之後便把蛋黃和蛋清倒進碗裏。過程中我一不小心，蛋殼竟掉進了碗裏。我只好小心翼翼把蛋殼從蛋液中取出來，再扔進垃圾桶裏。接着，我便打開煮食爐，待平底鍋加熱後再把蛋液倒進去。等到蛋的邊緣微翹時，便把雞蛋翻面。可我一時沒控制好時間，竟然把蛋煎糊了，不能吃了！

這麼簡單的事我也做不好，實在讓人沮喪。





正當我想放棄時，媽媽拍拍我的肩膀，鼓勵我：「凡事在第一次嘗試時都不一定會成功。但俗語說得好：『失敗乃成功之母』，失敗

是成功的必經階段，所以你不能輕易放棄！」在媽媽溫柔的鼓勵

下，我鼓起勇氣再作嘗試，不一會兒便順利煎好了雞蛋。我興高采烈地跟媽媽擊掌，並感謝她教導我「失敗乃成功之母」這個道理。

這一件讓我難以忘懷的事使我學到了一個道理：即使我們遇到挫折，也要保持勇於再次的心態，因為只有不放棄，才有享受到成功帶來的喜悅。



An illustration of a classroom scene. A female teacher with grey hair and glasses, wearing a yellow shirt, stands behind a desk. A young boy in a white shirt and blue bow tie is bowing to her. To the right, a boy in a red shirt is reaching for a book on a shelf, and a girl in a purple dress is looking at the books. The title '《他的真面目》' is written in large blue characters across the middle of the scene.

《他的真面目》

5A 馬雋

他有著一頭烏黑的頭髮，架着一副黑色的眼鏡，一雙炯炯有神的眼睛。他是誰？他說是我的同學——張風寧。他平時在家人的面前是個懶惰的人，上課時愛睡覺。但是在我看來他並不是這樣，他是個認真和有禮貌的男孩。

他的真實性格是個樂於助人的人，做事也認真，就拿學校新舉辦的棋藝活動為例吧！活動開始的前一天，班主任走來和我們說：「明天的棋藝活動，誰自願幫忙？」因為我要當風紀，所以沒有舉手。放眼望去，全班就只有他舉起了手。他名正言順地當上了文化大使。小息時，我看到他坐在一角為同學登記，下課的時候也會第一時間去當值，為每位同學登記。





此外，他還是有禮貌的人。雖然在老師眼中，他並不是一位有禮貌的人，因為在之前一節的課堂上，一位同學看不清楚白板，原來的是因為他沒有清洗眼鏡，張風寧隨口就說：「活該！」不過我想說的是，這是我第一次聽到他這樣說話。但這也並不代表他沒有禮貌呀？當然，我說他禮貌自然是有原因的。有一次在火車上，他不小心撞到人了，他便立刻向人家道歉。而他見到朋友和老師，也會熱情地招手打招呼，可見他其實是一個有禮貌的人。。

在大家眼裏，他是一位上課愛睡覺，說話很多的人，但是在我眼中他是個樂於助人，文明有禮的人。每個人都有自己獨特的一面，因此我們凡事不能只看表面。



An illustration at the top of the page shows a boy in a blue shirt and brown shorts on the left, a girl in a pink dress in the middle, and a doctor in a white coat and blue mask on the right. The doctor is holding a syringe and appears to be giving the girl a vaccine. The title '《我的真面目》' is written in large blue characters across the middle of the illustration.

《我的真面目》

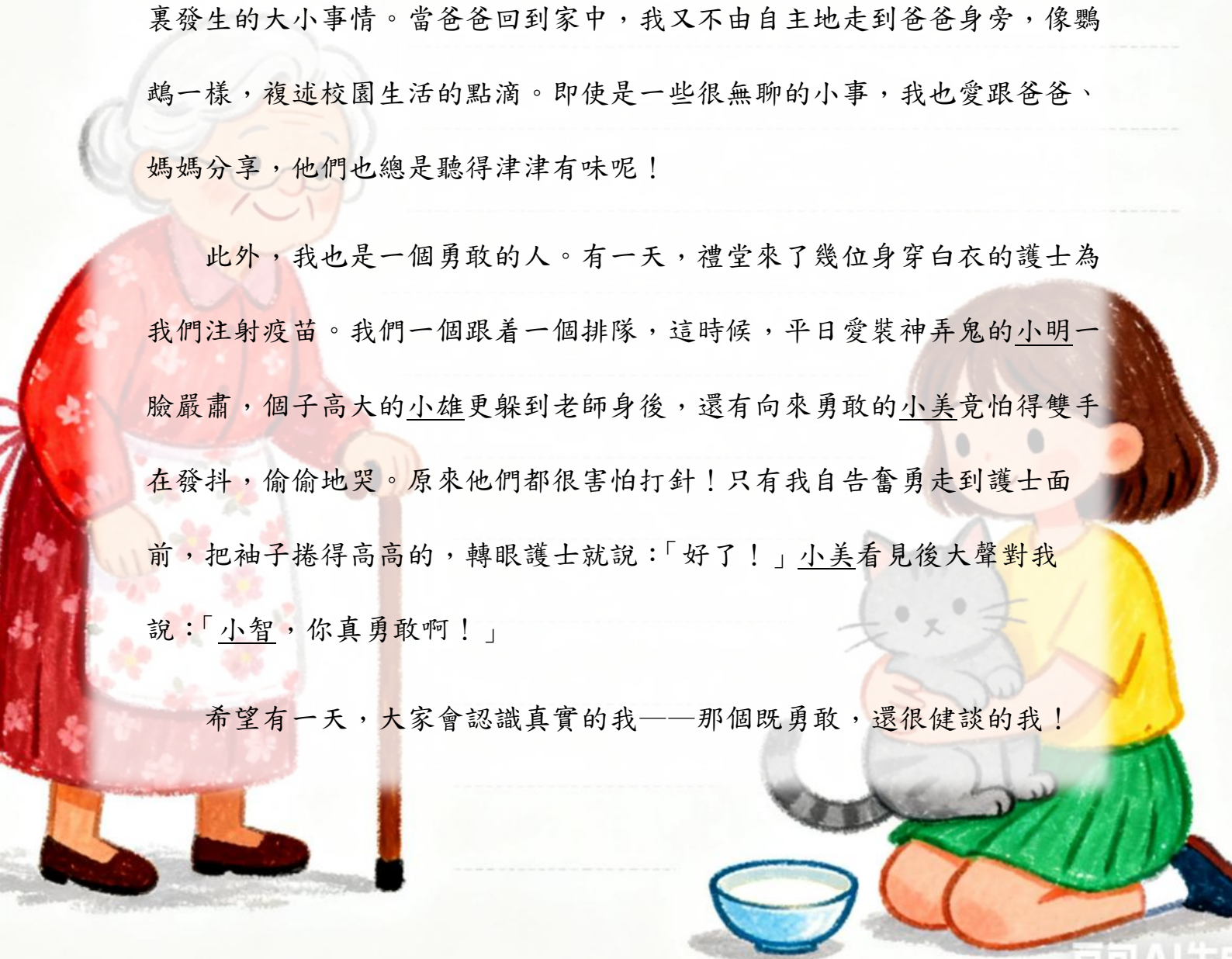
5D 黃志恩

我身形瘦小，有一雙大眼睛和一張瓜子臉。平日我在學校很內向，大家都認為我是一個文靜和膽小的男孩，但真正的我卻是健談、勇敢的人。

我是個十分健談的人。每天放學後，我都會滔滔不絕地和媽媽分享學校裏發生的大小事情。當爸爸回到家中，我又不由自主地走到爸爸身旁，像鸚鵡一樣，複述校園生活的點滴。即使是一些很無聊的小事，我也愛跟爸爸、媽媽分享，他們也總是聽得津津有味呢！

此外，我也是一個勇敢的人。有一天，禮堂來了幾位身穿白衣的護士為我們注射疫苗。我們一個跟着一個排隊，這時候，平日愛裝神弄鬼的小明一臉嚴肅，個子高大的小雄更躲到老師身後，還有向來勇敢的小美竟怕得雙手在發抖，偷偷地哭。原來他們都很害怕打針！只有我自告奮勇走到護士面前，把袖子捲得高高的，轉眼護士就說：「好了！」小美看見後大聲對我說：「小智，你真勇敢啊！」

希望有一天，大家會認識真實的我——那個既勇敢，還很健談的我！

An illustration at the bottom of the page shows an elderly woman in a red floral dress on the left, leaning on a cane. On the right, a girl in a yellow shirt and green skirt is kneeling and holding a grey cat. A blue bowl is on the floor in front of her.



《她的真面目》

5D 袁苡晴



妹妹有一頭順滑的頭髮，平日總是紮着兩條辮子，一張瓜子臉上有一雙水汪汪的眼睛，顯得特別可愛。平日她總是很頑皮，但真實的她卻是一個樂於助人和誠實的人。

妹妹是一個樂於助人的人。記得有一次我們走在買菜的路上，看見一位老婆婆彎着腰，雙手提着一袋袋東西，蹣跚地走着。忽然間，婆婆手上的其中一個袋子穿了個洞，裏面的東西全都滾出來了，可是一旁的路人竟視而不見。於是妹妹便立即跑上前幫忙，她把掉在地上的東西全都撿起來，然後把它們放進一個新的袋子裏。婆婆不停地感謝妹妹，媽媽也稱讚她是一個乖巧的孩子呢！





妹妹還是一個誠實的人。有一次，妹妹回到家後拿出試卷給我們看，媽媽看到試卷後，馬上問：「為甚麼寫分數的位置上多減了一分？」於是妹妹便跟我們說起她在檢查試卷的時候，發現老師不小心把錯的題目改成對的，於是她便主動找老師改過來，所以才會減了一分。媽媽聽後十分安慰，還送了一份小禮物給她作為獎勵呢！

總括而言，妹妹是一個既樂於助人又誠實的人，是值得我好好學習和欣賞的人。





《媽媽的真面目》

5D 洪卓穎

媽媽有一頭烏黑的秀髮，一張瓜子臉，鼻樑上架着一副黑色的方形眼鏡。平日她總是一副「傻大姐」的形象，做事粗心大意的，但真實的她卻是一個有愛心和有耐心的人。

媽媽是一個有愛心的人。記得有一次，我們去公園的路上，突然聽到了一陣陣「喵喵」聲，我們在路上來回找了一回，發現原來有一隻受了重傷的流浪貓躲在街角。路人大多看一眼就走開了，而媽媽則馬上上前檢查牠的傷勢，之後把牠帶到寵物醫院治療。在治療的日子裏，媽媽每天都去寵物醫院探望小貓。一個月後，小貓終於康復了，媽媽還幫她找到新主人，讓小貓過上幸福的生活。

媽媽也是一個有耐心的人。有一次，媽媽陪我做功課，看見我愁眉緊鎖的表情就知道我不會。於是她耐心地教導我，但是我怎麼教也不太會。不過她沒有煩躁，反而繼續用不同方法耐心地主動我。最後我終於學會了！

我的媽媽是一個有愛心和有耐心的人，真值得我學習，更是我人生的楷模。

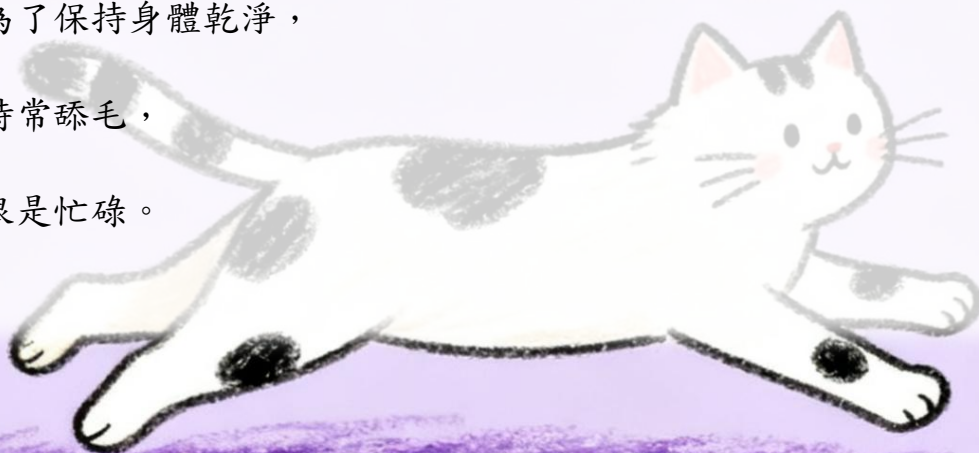


《假如我是一隻小貓》

5D 池忠祐

假如我是一隻慵懶的小貓，
我會找一個不受外界影響的地方，
以最舒適的姿勢躺下來，
睡着懶覺，
十分愜意。

假如我是一隻特別愛乾淨的小貓，
我會把自己的住所打掃得一塵不染，
為了保持身體乾淨，
時常舔毛，
很是忙碌。





假如我是一隻調皮的小貓，
我會到處找獵物，
即使跑到天涯海角，
也絕不放棄，
非常貪玩。

假如我是一隻勇敢的小貓，
我要成為朋友的後盾，
遇上敵人時挺身而出，
頑強地抵禦，
相當勇猛。



《假如我是一隻小狗》

50 洪卓穎

假如

我是一隻小狗，

主人帶我去公園散步時，

我會在綠油油的草地上打滾，

給路人們傳遞一些快樂。

假如

我是一隻小狗，

主人帶我去海邊走走時，

我會和陽光賽跑，

聞聞路邊一朵朵不起眼的花。



假如

我是一隻小狗，
主人出外上班時，
我會乖乖扒在沙發上。
一聽到熟悉的腳步聲，
便叼起拖鞋往門走。

假如

我是一隻小狗，
主人在家悶悶不樂時，
我會牢牢地黏在他身上，
尾巴搖得像風車，
陪伴他、安慰他。

假如

我是一隻小狗，
我會在有限的生命裏，
為主人留下
美好的、美麗的
回憶
在回憶裏
那是永遠





《假如我是一匹馬》

5D 馬城軒

假如我是一匹勤勞的馬，
我就是一輛貨車，
不管多重的人或物，
我都能安全運送到目的地。

假如我是一匹好勝的馬，
我要跟獵豹一決高下，
看看誰才是陸地上最快的動物，
贏得其他動物的仰慕。





假如我是一匹自由的馬，
我要在廣闊無垠的草原上奔跑，
盡情釋放心中的喜悅，
藉此感染別人。

假如我是一匹馬，
我還能找到一片
綠油油的
一望無盡的草原
盡情地奔跑
享受大自然的饋贈嗎？



《假如我是一隻狗》

5D 黃志恩

假如我是一隻狗，
我要做一隻導盲犬，
帶視障人士走出黑暗。

假如我是一隻狗，
我要做一隻治療犬，
給病人送上歡樂和溫暖。





假如我是一隻狗，
我要做一隻搜救犬，
救出在山區、叢林、大雪中的受困者。

假如我是一隻狗，
我要肩負服務人類的重任，
成為人類最忠誠的夥伴。

假如我是一隻狗……



《一場激烈的跑步比賽》

5D 馬城軒

「男子一百米的冠軍得主是——小明！」全場頓時沸騰了起來，歡呼聲、拍掌聲震天動地。猶記得在二月的時候，學校在運動場舉行了一年一度的陸運會。那天的賽事十分豐富，當中一場激烈的跑步比賽使我難以忘懷……

在比賽開始前，選手們為了在比賽時不會受傷，無不忙着在召集處做伸展動作，好讓自己能進入比賽狀態。看台上的觀眾則費盡全力跟選手們打氣，人聲鼎沸，場內一片熱火朝天。

選手們站在起跑線上摩拳擦掌，等待號令。「各就位……預備……『嘩！』」各班選手如離弦之箭，飛也似的向前奔去。選手們在前段壓低重心，好讓自己能跑得更快，觀眾席上喝采聲、掌聲響徹雲霄，希望自己班的選手能奪得這場比賽的冠軍。



離終點愈來愈近，選手們的競爭愈發激烈，觀眾們也替選手們緊張。當中小明和小志卻有着非同凡響的身體質素，到了後段仍能發力，你追我趕，現場氣氛緊張極了！最終，小明以幾毫秒的優勢拿下了這場比賽的冠軍。觀眾席上沸騰了！小明站在頒獎台上振臂歡呼，更高興得流下了感動的淚水呢！

到了黃昏時份，全日的賽事終於結束了！伴着落日的餘暉，觀眾、選手們都懷着興奮的心情各自踏上歸途，無不在回味着這場激烈的跑步比賽呢！

《一場激烈的跑步比賽》

5D 洪卓穎

今天，我走在回家的路上，無意間經過了大埔運動場。頃刻間，上個月好友穎兒獲得跑步比賽冠軍的情景如走馬燈一樣浮現在我的腦海裏……

記得上個月，學校在大埔運動場舉行了一年一度的運動會。那天的賽事十分豐富，當中一場激烈的女子一百米短跑比賽使我難以忘懷。比賽開始前，觀眾席上已經人聲鼎沸、熱鬧非凡。參賽者們在跑道邊上做着熱身運動，大家忙着小跑幾步，伸展手腳。他們摩拳擦掌，準備迎接一場激烈的比賽。

「砰！」隨着一聲號令，比賽開始了！各位選手如離弦之箭，飛也似的向終點跑去。觀眾席上掌聲、喝采聲響成一片。我拼命地叫着：「穎兒加油！穎兒加油！」嗓子都快喊啞了。穎兒跑呀跑呀，猛地向前奔去。這時，她可是領先其他對手呢！



隨着穎兒首先衝過終點，全場沸騰了！歡呼聲、掌聲和吶喊聲震天動地！在頒獎禮上，穎兒掛着燦爛的笑容，一臉自信地站在頒獎台上。頒獎禮結束後，穎兒的支持者全都跑到跑道上給穎兒送上真摯的祝福，無不為她感到高興。

雖然不是我在這次運動會上得獎，但是能見證穎兒由不擅長跑步，經過日復日的艱辛訓練，終於走到頒獎台上，實在是讓我難以忘懷。同時，我也從她身上學會了「滴水穿石」的道理呢！



《一場激烈的跑步比賽》

5D 黃天妍

今天我在打掃房間時，看到一張鋪滿塵的照片，那次在運動會觀看一場激烈的跑步比賽的畫面與走馬燈一樣浮現在眼前……

記得在上學年，學校在運動場舉行了一年一度的運動會。那天的賽事十分豐富，當中一場女子二百米短跑比賽使我難以忘懷……離比賽還有一段時間，參賽者已經到了跑道上作準備。她們有的在拉筋，有的在原地跑，有的在摩拳擦掌，準備迎接一場激烈的跑步比賽。看台上的觀眾們則拿着打氣用品，大叫着：「紫社加油！」他們各自為自己所屬的社健兒打氣。

「各就位，預備，嘩！」比賽開始了，各位參賽者如離弦之箭衝向終點。台上的觀眾則為自己支持的運動員打氣、吶喊，各社啦啦隊的叫喊聲更是震天動地，全場氣氛很是熾熱。



離終點越來越近，選手們拚命地向前衝，觀眾們則一邊拼命地吶喊，一邊津津有味地觀賞着比賽，期待着結果的誕生。隨着紫社的一位參賽者衝過終點，全場沸騰了，歡呼聲響徹雲霄。這位勝出者喜上眉梢，感動的淚水奪眶而出。

這場緊張、激烈的跑步比賽令我意猶未盡。離開運動場後，很多同學還興奮地討論着剛才的那場跑步比賽呢！




《一場激烈的跑步比賽》

5D 池忠祐

今天，我在打掃房間的時候，一張具有紀念價值的照片映入眼簾，一場激烈的跑步比賽的情景，不禁浮現在腦海裏……

記得在上星期四，學校舉行一年一度的運動會。那天的賽事十分豐富，當中一場激烈的跑步比賽使我難以忘懷。在比賽開始前，參賽選手被通知去召集處報到。不一會兒，他們便齊集在跑道上，有的在原地踏步，有的在拉筋，有的則十分緊張，不斷地深呼吸，嘗試讓自己冷靜下來。他們又不約而同地摩拳擦掌，準備迎接一場激烈的跑步比賽。看台上人聲鼎沸，熱鬧非凡，部份觀眾興致勃勃地討論着誰會奪冠，有些觀眾則安坐下來，內心等待比賽開始，有些更熱烈地為選手打氣呢！

「各就位，預備，嗶！」老師把哨子吹響後，每個選手便如離弦之箭，飛也似的向前奔去。他們誰也不甘示弱，展現出自己最佳的一面。看台上喝采聲、吶喊聲此起彼伏，每位觀眾都為自己所屬班別的選手打氣。當然我也



不例外，忘形地與其他觀眾一起吶喊助威，大聲喊着：「加油、努力！」嗓子都快喊啞了。

選手們離終點越來越近，速度越來越快，觀眾的情緒越來越高漲，現場的氣氛也越來越緊張。隨着紫社選手馬城軒首先抵達終點，全場沸騰了！掌聲、歡呼聲響徹雲霄，紫社的選手和其他同學更是欣喜若狂，高興得手舞足蹈。

最後來到了頒獎環節，馬城軒走上頒獎台，臉上流露出喜悅的表情，其他站在頒獎台上的參賽者也表現出一副神氣的模樣，拍了一張具紀念價值的大合照。

運動會圓滿地結束了，選手、觀眾都懷着興奮的心情踏上歸途，我仍然意猶未盡，還跟其他同學討論着那場激烈的賽事呢！這場激烈的跑步比賽真讓我難以忘懷，我定會好好記住馬城軒衝線後那張自信的臉，成為我日後奮鬥的動力。

《人類的好幫手——洗衣機》

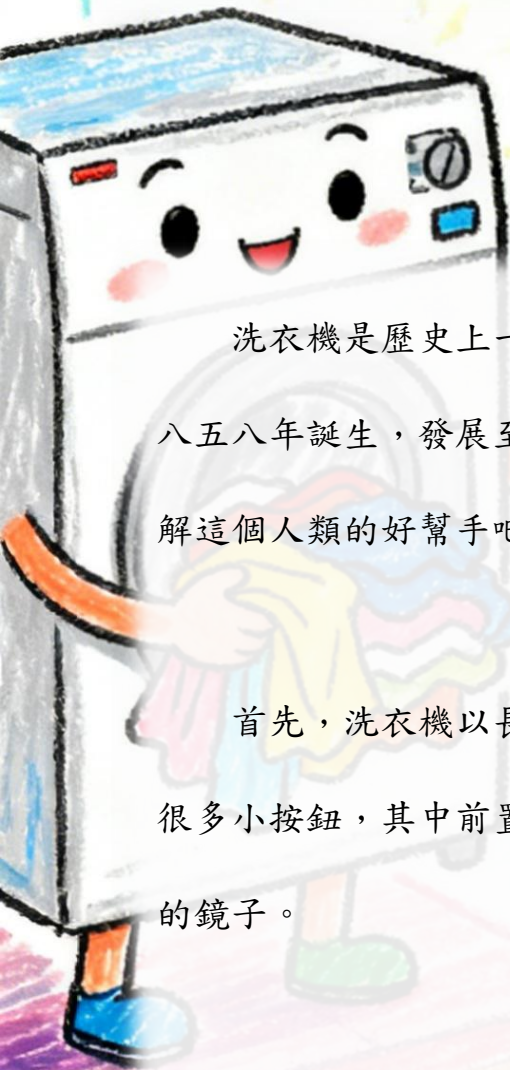
5D 袁苡晴


洗衣機是歷史上一百個最偉大發明之一。世界上第一台手動洗衣機在一八五八年誕生，發展至今，洗衣機的功能已變得十分齊全。就讓我們一起了解這個人類的好幫手吧！

首先，洗衣機以長方形為主，好像一個站立在街道旁的郵箱。機身上有很多小按鈕，其中前置式洗衣機的正前方更有一塊圓形的玻璃，好像潛望鏡的鏡子。

其次，洗衣機的功能多元化，使人們的生活更方便。除了基本洗衣、脫水功能外，隨着近年科技突飛猛進，部份洗衣機還有乾衣、除菌等功能，大大提升了人們的生活品質。

再者，洗衣機的好處多不勝數。洗衣機可以一次清洗大量衣物，相比起傳統的洗衣過程，能做到更省時、省力，提高整體效率。此外，洗衣機還能溫和地清洗衣物，提高衣物的存活率。





雖然洗衣機有不少好處，但我們在使用時仍有不少注意事項。第一，使用時不可使用易燃物品，以免引起火災；第二，使用時不可開啟機門，以免衣服全部「飛出來」；第三，不可放置過多衣物，以免洗衣機超出負荷，不能運作。

總括而言，洗衣機不但省時，而且功能齊備，是人類的好幫手，因此我們要好好愛惜它。





《人類的好幫手——洗衣機》

5D 池忠祐

洗衣機是歷史上一百個最偉大的發明之一。世界上第一台手動洗衣機在一八五八年誕生，發展至今，洗衣機的功能變得十分齊全。就讓我們一起了解這個人類的好幫手吧！

首先，洗衣機的外型以長方形為主，好像一個站立在街道旁的郵箱。機身上有很多小按鈕，其中前置式洗衣機的正前方更有一塊圓形的玻璃，好像一個無限的黑洞。

其次，洗衣機的功能多元化，使人們的生活更方便。除了基本的洗衣、脫水功能外，隨着近年科技突飛猛進，部份洗衣機還有乾衣、除菌等功能，大大提高了人們的生活品質。

再者，洗衣機的好處多不勝數。洗衣機可以一次清洗大量衣物，相比起傳統的洗衣過程能做到更省時、省力，提高整體效率。此外，洗衣機能溫和清洗衣物，提高衣物的「存活率」。



可是，雖然洗衣機有不少好處，但我們在使用時仍有不少注意事項：例如使用前要檢查衣物口袋是否有異物、不可放置過多衣物洗滌，以免影響洗滌效果；使用時不可用易燃物品，以免釀成火災等。

綜上所說，洗衣機不但省時，而且功能齊備，是人類的好幫手，因此我們要好好愛惜它。



《人類的好幫手——冰箱》

5A 馬雋

我是一個可以增長食物「生命」的電器產品，我可以讓食物更好地保鮮，是每個家庭必不可少的一樣電器。沒錯！我就是每個家庭的必要成員——冰箱。

我外表是一個可以儲存物品的箱子，但我還有一個可以為食物續命的功能。人們可以放心把食物交給我，大家都說我像一個正在保護孩子的母親，可以讓我的「孩子」不受傷害。

我的外形與普通櫃子相似，呈長方形。我除了有保鮮區，還有一個急凍區，急凍區有甚麼功用呢？顧名思義，它可以將魚、肉等食物冷凍起來，還可以把一些將水、牛奶或果汁等放在特定的模型內，然後等上幾個小時，就可以製成冰塊或冰淇淋等。

我之所以有這麼多的功能，都是製冷劑和壓縮機的功勞，使我能輕鬆地保存一些需要低溫儲存的食物。我會先用壓縮機把製冷劑壓縮成氣體，再把



氣體放進冷空氣中散熱，然後通過毛細管變成武裝，最後用蒸氣機吸收熱量，再壓縮全身的循環，保持體內清涼舒適，使食物保持新鮮。

冰箱是人類生活中不可或缺的一份子，深信在不久的將來，我會在人類的科技中變得更新穎、更神奇。我是人類的最佳戰友，能使大家的生活更方便，請你們好好愛惜我。

《小息時的校園》

6A 方思博

「叮噹叮噹……」萬眾期待的小息鐘聲響起來了，大家都迫不及待地去小息了。

我走到三樓的自然生態室，一走進去，映入眼簾的是三個魚缸，魚缸前面有幾個天真無邪的一年級同學在小聲地討論着。魚缸的旁邊，有幾個放着豹紋守宮和盾臂龜的盒子。自然生態室裏，有些人在觀賞豹紋守宮，有些人在觀賞小丑魚，有些人在觀賞水母不停地變換着自己身體的顏色，十分熱鬧。

接着，我漫步到地下的操場。我看到有些人在談天，有些人在玩「跳飛機」，有些人在吃零食，有些人在安靜地度過愜意的時間。

操場的旁邊是一個浩大的籃球場，那裏不僅能打籃球，還能踢足球。我看見我們班的同學正在跟六乙班的同學進行籃球比賽，我來到的時候，比賽也快結束了。隨着我們班李小熙投出一個三分球，比賽結束了，我們班領先一分，終於贏了。

「叮噹叮噹……」小息結束了，我們懷着依依不捨的心情回課室上課了，我的心裏也期待着下次小息的到來。

《小息時的校園》

6D 田婉煜

「叮噹叮噹……」隨着鐘聲響起，小息開始了，同學們高聲歡呼起來，隨後便如離弦之箭般衝出教室，剛剛安靜的教室也瞬間變得吵鬧起來。

我跟着人流，沿着樓梯往下走，便來到了學校的花園。映入眼簾的是一棵大樹，微風吹過，樹葉輕輕地搖曳着，高大挺拔的大樹綠樹成蔭，為同學們遮風擋雨。這棵大樹從我入學時便矗立在這裏，現在仍充滿生命力，想到它每天都為同學服務，陪伴在我們身邊，我心裏十分感激它。在大樹周圍環繞着一簇簇五顏六色的花朵，它們或是盛放着，或是害羞地含苞待放，但都擁有沁人心脾的美麗。走近細看，花兒輕輕地搖着花瓣，散發出幽幽的清香，不禁令我陶醉其中。

接着，我沿着樓梯拾級而上，便走到了熱鬧得如同菜市場般的操場，只見操場的兩端矗立着兩個高大的籃球架，就像兩名士兵一樣，風雨無阻地保衛操場。同學們在操場上肆意玩耍，放鬆着心情，短暫舒緩



課堂上的疲勞，他們有些人在三五成羣地聊天，有些人在跳繩，有些人在打籃球。在炎炎的烈日下，他們熱得汗流浹背。縱然汗如雨下，但他們臉上卻洋溢着歡樂的笑容。聽着他們的歡笑聲和聊天聲，我情不自禁地加入了他們。

「叮噹叮噹……」上課的鐘聲毫不留情地響起，同學們才心不情願地走回課室，校園又恢復了原來的寧靜。



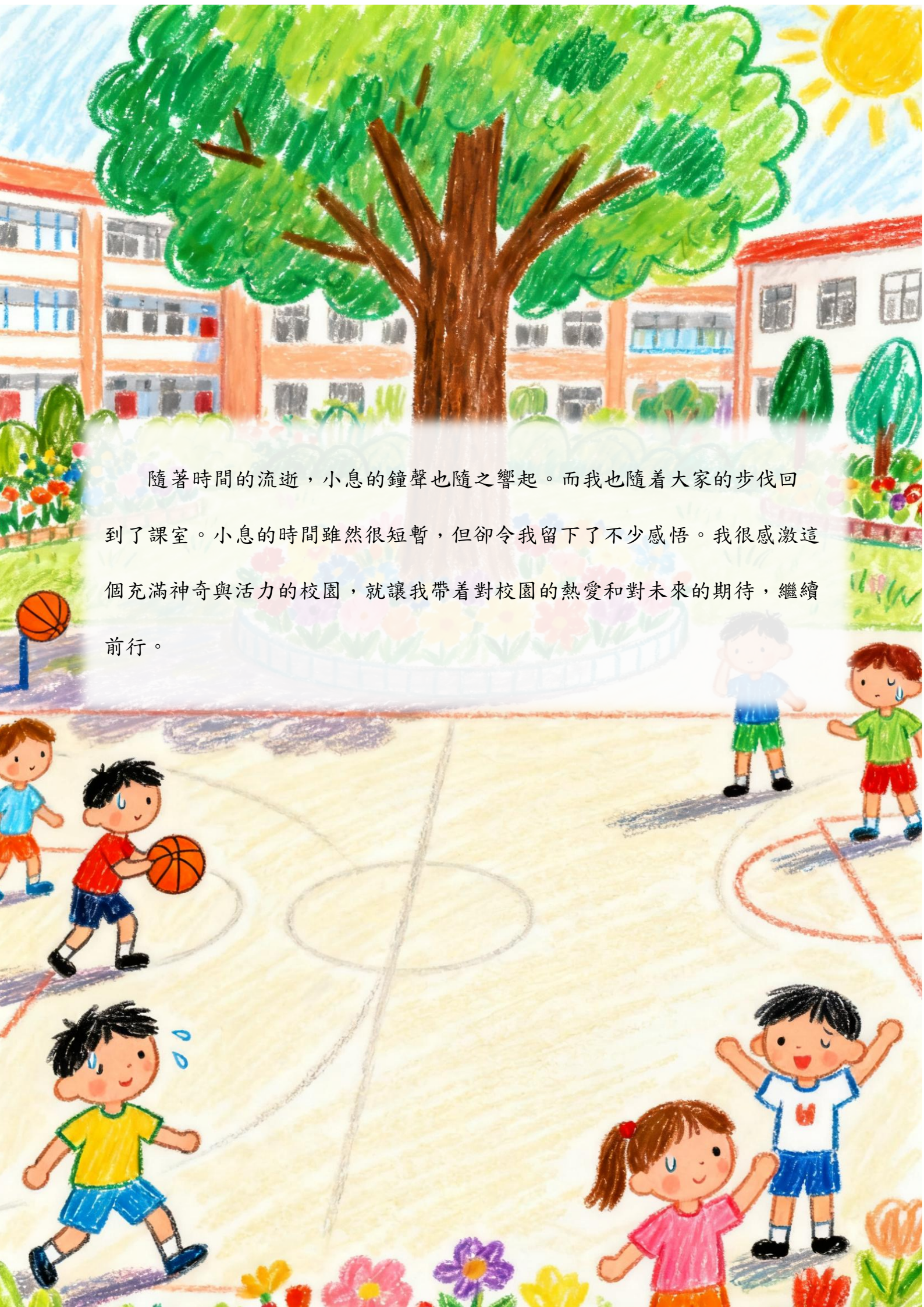
《小息時的校園》

6D 曾怡晴

溫暖的陽光透過玻璃灑在寧靜的課室裏，小息的鐘聲也如同解放的號角隨之響起，同學們立刻像潮水般湧出教室。

我獨自漫步在校園的小徑上，感受着這片刻的寧靜。走着走着，我便來到了學校的小花園。這裏是一個被綠意包圍的角落，各種各樣的植物，枝繁葉茂，有的花朵含苞待放，有的萬紫千紅，散發出淡淡的花香。我駐足在一朵朵盛開的花朵前，看着五彩繽紛的蝴蝶在花叢中愉快地舞動着。這裏的每一朵花都各具特色，她們隨着微風搖頭晃腦地擺動着，互相爭奇鬥豔，好似在不斷地向我展示着她們婀娜多姿的體態，令我不禁心花怒放。

接着，我穿過小花園，來到了操場。這裏有一羣同學正在盡情地奔跑和嬉戲。他們的笑聲和歡呼聲交織在一起，形成了一首美妙的樂曲。我突然注意到角落一個正在全力以赴跳繩的同學。他的頭上佈滿了豆大的汗珠，但眼神卻充滿了堅定。他的每一次跳躍都充斥着力量與活力，彷彿在向世界宣告他的存在。



隨著時間的流逝，小息的鐘聲也隨之響起。而我也隨着大家的步伐回到了課室。小息的時間雖然很短暫，但卻令我留下了不少感悟。我很感激這個充滿神奇與活力的校園，就讓我帶着對校園的熱愛和對未來的期待，繼續前行。

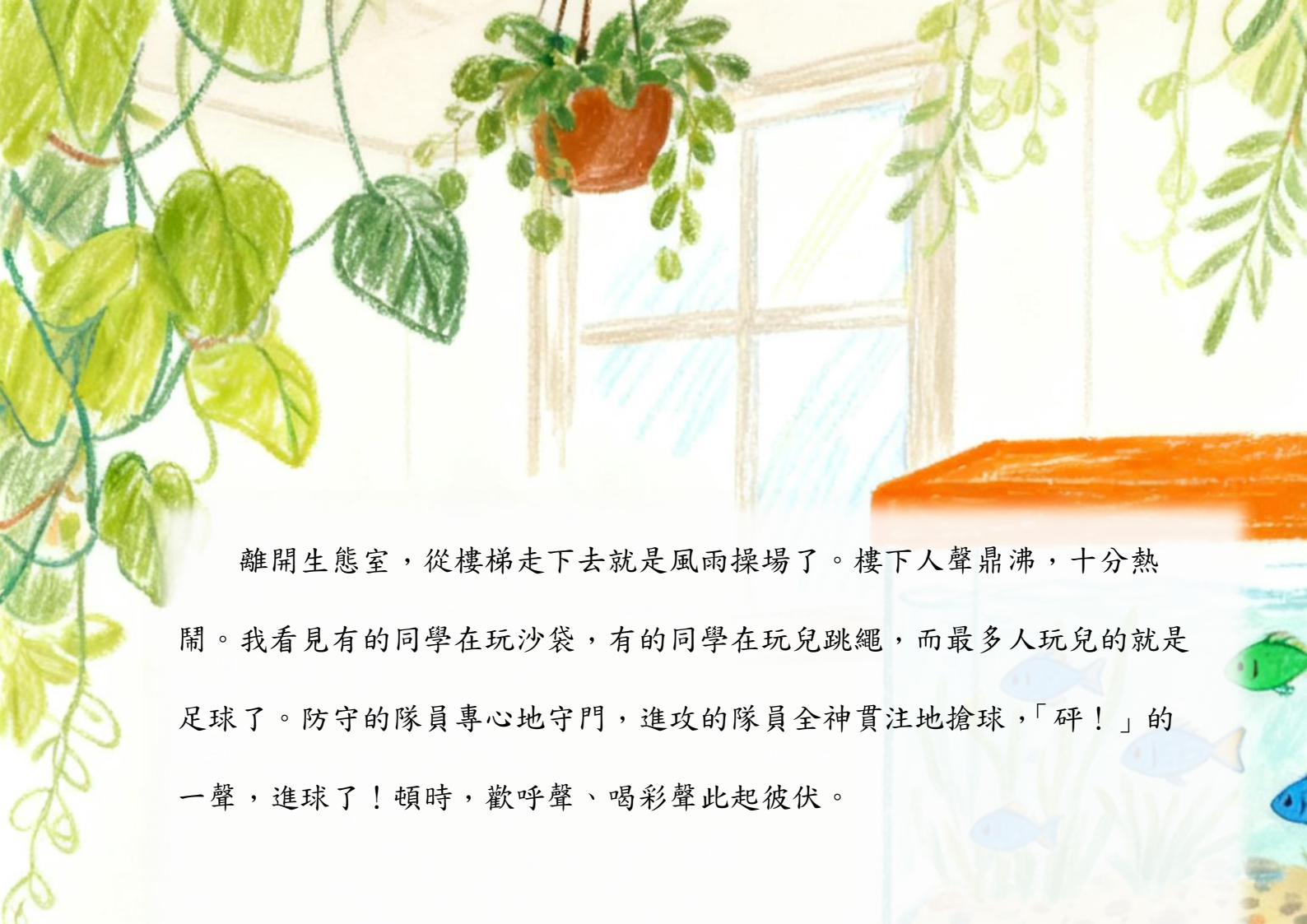
《小息時的校園》

GE 余子淳

「叮噠！叮噠！」小息的鈴聲響起了。本來冷冷清清的校園，一瞬間便熱鬧起來了。

我和同學們紛紛跑到生態室觀賞小動物。一走進生態室，就看見了小醜魚。它的臉上有兩條白色的條紋，眼睛圓圓的，就像兩顆珍珠。可愛的小醜魚一邊活靈活現地擺着尾巴，一邊和它的同伴玩捉迷藏，真有趣！之後，我來到守宮的「家」探望牠們。我看到了自己喜歡守宮——炮仗，它的身體呈黃色，並帶着黑色的斑點，類似豹紋。當炮仗看見我時，便立即移動身體向我爬來，還用充滿好奇的眼神看着我，好像在和我打招呼。我又迫不及待地走去水母面前，它們像一把把大大小小的透明雨傘，在水中自由的遨遊，也像穿着婚紗裙的公主在翩翩起舞。看！水母觸手，隨着燈光的變換，顏色也跟着變換，令我如夢如幻，真奇妙啊！





離開生態室，從樓梯走下去就是風雨操場了。樓下人聲鼎沸，十分熱鬧。我看見有的同學在玩沙袋，有的同學在玩兒跳繩，而最多人玩兒的就是足球了。防守的隊員專心地守門，進攻的隊員全神貫注地搶球，「砰！」的一聲，進球了！頓時，歡呼聲、喝彩聲此起彼伏。

「叮噹！叮噹！」上課的鈴聲響起了，同學們都回到了各自的教室，期待下個小息快點到來。





你知道地球正面對着很多的污染問題嗎？原來地球的污染問題，與我們息息相關。那麼我們在生活中可以怎樣做，才能保護環境呢？

首先，在個人與家庭方面，我們可以減少堆填需要。根據香港環境保護署的資料，香港每天運往堆填區的廢物已超過一萬五千公噸。我們要減少製造垃圾，更要學會把垃圾分類棄置。此外，我們還可以把舊衣物捐贈給有需要的人。如果我們能這樣做，便能減少堆填的需要了。

其次，在學校方面，老師可以向同學灌輸環保意識，培養同學珍惜資源的習慣。學校還可以多舉辦環保活動及比賽，例如：「環保講座」、「節約用水標語創作比賽」等，還可以使用再生紙印刷工作紙和試卷，以傳遞環保意識。

再者，在社會方面，政府可以多撥經費，加強宣傳環保訊息，舉辦環保工作坊、展覽等活動。此外，可以於社區提倡「綠在社區、環保生活」，設置園景或空中花園，讓市民也參與其中。

總括而言，只要我們在個人與家庭、學校和社會方面都出一分力，我們便能拯救地球了。從今天起，我們一起肩負環境保護的使命吧！

《怎樣保護環境》

6D 方肇朗

地球的環境污染問題已經愈來愈嚴重，所以我們應坐言起行，一同保護環境。可是，我們怎樣才能有效地保護環境呢？

首先，在個人和家庭方面，我們可以做到從源頭減廢。根據香港環境保護署的資料顯示，香港每天運往堆填區的廢物超過一萬五千公噸。因此，我們應把垃圾分類棄置、將不需要用的物品捐贈給有需要的人或使用可重用的物品等。如果我們能持之以恆地使用這些方法，便能輕易地從源頭減廢。

其次，在學校方面，學校可以多向學生灌輸環保意識，培養他們珍惜資源的習慣。學校可以定期舉辦不同的活動，如：「廢紙回收活動」、「廢物利用小手工設計比賽」、「節約用水標語設計比賽」等，提高同學對環保的重視。除此之外，學校也能以電子通告取代紙本通告，減少用紙量，並在校園不同的地方設置分類回收箱，以及委任不同的學生為環保大使。相信這樣能有效地教育下一代注重環保，提升他們的環保意識。



最後，在社會方面，政府可以在不同的地方呼籲市民為環保出一份力。政府可以設置不同的設施，如：鋁罐及膠樽環保回收機、在市區增設園景或空中花園等。此外，政府還能提倡「綠在社區、環保生活」、建設綠化街道、運用不同媒體加強宣傳等。這樣能從不同途徑向市民宣傳環保的訊息，引起大眾對環保的關注。

總括而言，「團結就是力量」，只要從個人、學校和社會方面，每個人都為環保踏出一小步，積小成多，齊心協力，相信一定可以令環境變得更加美好。希望你從今天起，也能培養環保的習慣，為環保出一份力！



《大埔海濱公園的所見所感》

6B 溫嘉納

春天到來，萬物復蘇，在這秋高氣爽的上午，我和朋友一起去大埔海濱公園遊玩。

一走進公園入口的石階，我們再向右拐，就來到了棕櫚園。第一眼就看見了行人道旁的棕櫚樹，枝繁葉茂，綠樹成蔭，它們宛如一列英挺的士兵齊整地佇立在路邊，守衛着來往的人們。「沙……沙……」甚麼聲音？原來是枝葉隨風搖曳，奏出優美的樂曲。我深深地吸了一口氣，清草味混合着花香味的獨有氣味在我的鼻腔中迴旋，令我頓感神清氣爽。我忍不住伸手輕撫樹葉，感覺軟綿綿、毛茸茸的，十分舒服！

不知不覺間，我和朋友走向了香港回歸紀念塔。遠遠看去，塔身的造型像一隻大田螺般，眼前的回歸塔是用木材和鐵枝以螺旋式建成的，上面有一個白色的塔尖，四周的大樹包裹着它。走近一看，它巍然聳立，氣勢宏偉。走上塔頂俯瞰四周，景象盡收眼底。大海無邊無際，波光粼粼，海面好像撒了層閃閃的碎銀，顯得格外耀眼。



最後，我們到昆蟲館參觀，進入館內，一眼望去就看到昆蟲館的外牆上掛着一隻大昆蟲呢！我和朋友都嚇了一跳！一進去，便能看到大小不一的展板和栩栩如生的標本，它們有蜈蚣、蜘蛛、螞蟻等，令我目不暇給、獲益良多呢！

夕陽西下，落日的餘輝點綴着湛藍的天空，我和朋友都依依不捨地離開了，希望下次有機會能再一次來大埔海濱公園遊玩。



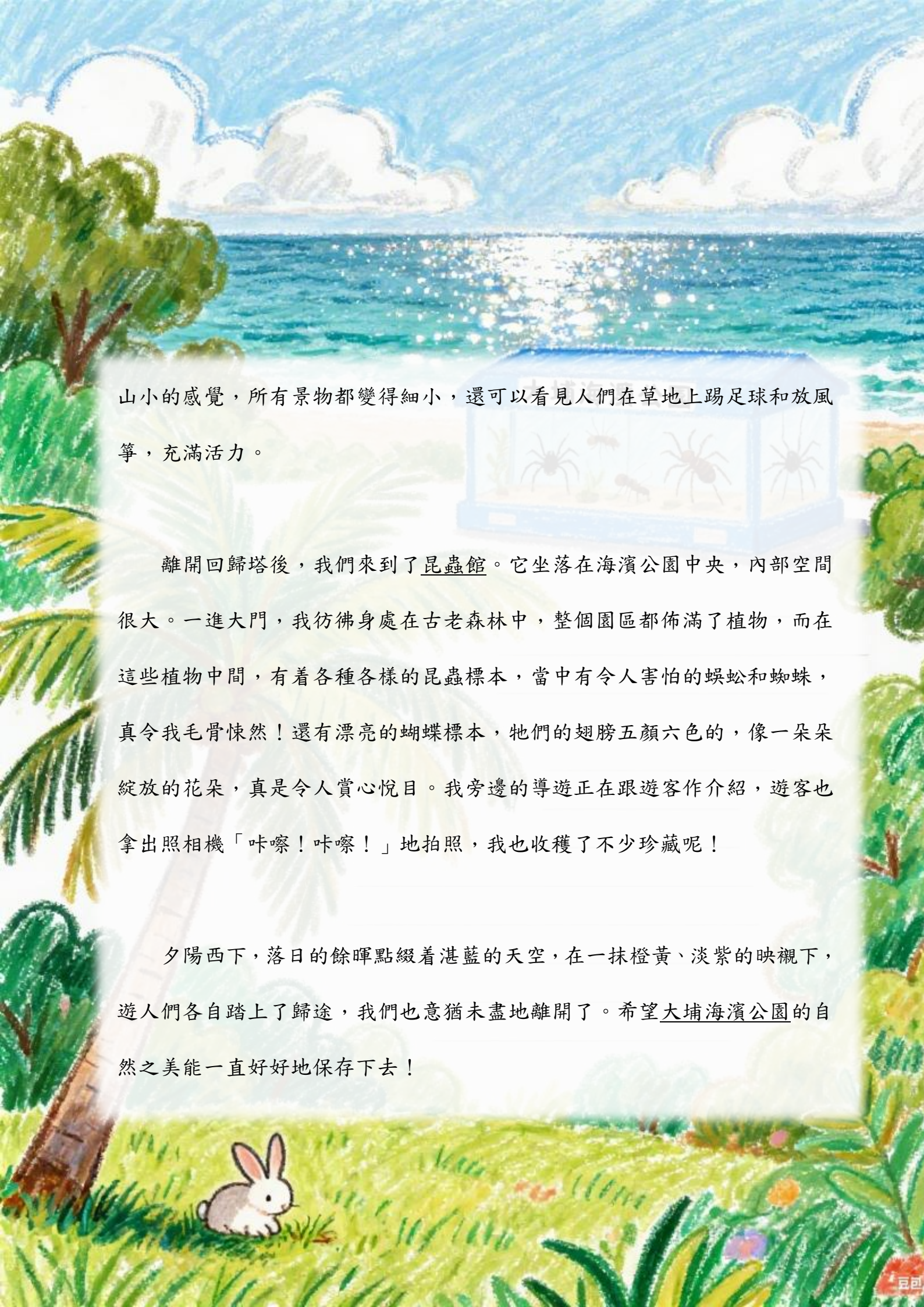
《大埔海濱公園的所見所感》

GD 田婉煜

在一個陽光明媚、風和日麗的日子裏，我和父母到了大埔海濱公園遊覽，度過了愉快的一天。

當我們一走進大門，就看見行人道兩旁筆直挺拔的棕櫚樹，它們整齊地佇立在路邊，從遠處看去就像一把把撐開的傘，為路人遮風擋雨。再走近了看，兩旁的棕櫚樹，樹幹粗壯，我輕輕地撫摸它們表面深褐色的樹皮，那粗糙的紋理像極了一位經歷了無數風雨的老人，令人充滿了憐惜。一束束陽光穿過濃密的枝葉，在地上映出斑駁的影子，閃閃發光，彷彿鋪了一層金色的地毯，讓人感到無比溫暖。

我們穿過棕櫚園，來到了一片開闊的地方，旁邊一片一片綠油油的草坪上長滿了五彩繽紛的花朵，她們爭奇鬥艷地盛開着，美不勝收。我們遠遠看着香港回歸紀念塔，整座塔就像一座巨大的火炬，氣勢宏偉。走近回歸塔，可以看見塔身由金屬製成的欄杆和木板圍繞着，揉合了古代與現代的建築風格，別樹一格。我們沿着小路走到了塔頂，四周景物盡收眼底，有種一覽眾



山小的感覺，所有景物都變得細小，還可以看到人們在草地上踢足球和放風箏，充滿活力。

離開回歸塔後，我們來到了昆蟲館。它坐落在海濱公園中央，內部空間很大。一進大門，我彷彿身處在古老森林中，整個園區都佈滿了植物，而在這些植物中間，有着各種各樣的昆蟲標本，當中有令人害怕的蜈蚣和蜘蛛，真令我毛骨悚然！還有漂亮的蝴蝶標本，牠們的翅膀五顏六色的，像一朵朵綻放的花朵，真是令人賞心悅目。我旁邊的導遊正在跟遊客作介紹，遊客也拿出照相機「咔嚓！咔嚓！」地拍照，我也收穫了不少珍藏呢！

夕陽西下，落日的餘暉點綴着湛藍的天空，在一抹橙黃、淡紫的映襯下，遊人們各自踏上了歸途，我們也意猶未盡地離開了。希望大埔海濱公園的自然之美能一直好好地保存下去！




《大埔海濱公園的所見所感》

GE 江芷琳


在風和日麗的下午，我獨自一人去大埔海濱公園遊玩。

沿着小路往前走，一邊的堤岸下是一條海水引流的河流，陽光灑下，顯出一塊塊大小不一的碎銀。海水還算清澈，偶爾有魚羣經過，一條條反射着忽明忽暗的金光的小魚顯得格外有趣。海風輕拂我的臉頰，涼爽中帶着一絲魚腥味。


不知不覺中，我便漫步到了香港回歸紀念塔，映入眼簾的是一個棕紅色的貝殼狀高塔，台階由木制成，最上方有一個白色的台柱，裏面好似還有一條樓梯，看着很特別。我興奮地跑到了塔頂，向下俯視，人們變成了一個個小黑點，有野餐的，有放風箏的，還有釣魚的、賞景的……一邊的大草坪上還有許多種類的鮮花，花香四溢，連塔上的人都能聞得到。由於正值冬天，天黑得很快，對岸很快就沉浸在夕陽暈染的天空中。一隻隻海鷗在海面上低飛，給橙紅色的海面增添了幾抹白色的裝飾。此時，海天一色，沁人心脾。




離開香港回歸紀念塔，沿着兩邊有如士兵般筆直樹木的小路行走，很快就來到了昆蟲館。昆蟲館的門口有着清澈的湖水，其中一條條雜色的錦鯉懸浮在水草間休憩。湖面上，碧綠的荷葉鋪展開來，荷花低垂着粉紅的花瓣，若隱若現，給人靜謐之感。走進昆蟲館，可以看到各式各樣的昆蟲模型和琥珀，旁邊還有詳細的介紹牌，使我大開眼界。



最後，我來到了棕櫚園，裏面種有不同種類的棕櫚樹。向上看，細長有序的葉子半遮掩着天空，隱約看見夕陽餘暉照射過來，一道道光斑落在枯葉的小路上，忽明忽暗的。不時有鳥兒飛落在枝頭鳴叫，劃破長空的寧靜。走進看這些樹幹，魚鱗一般的木片貼附在樹幹上，形狀像個倒着的雪糕桶。走在小路上，踩到枯葉時還會發出沙沙的聲音，讓人身心舒緩，逐漸沉溺。



夕陽西下，歡聲笑語伴着落日遠去，一切又恢復了平靜。大埔海濱公園真是一個適合遊玩的風水寶地，不僅使我身心放鬆，還讓我學會了更加珍惜大自然，享受這不可多得的美麗風光。





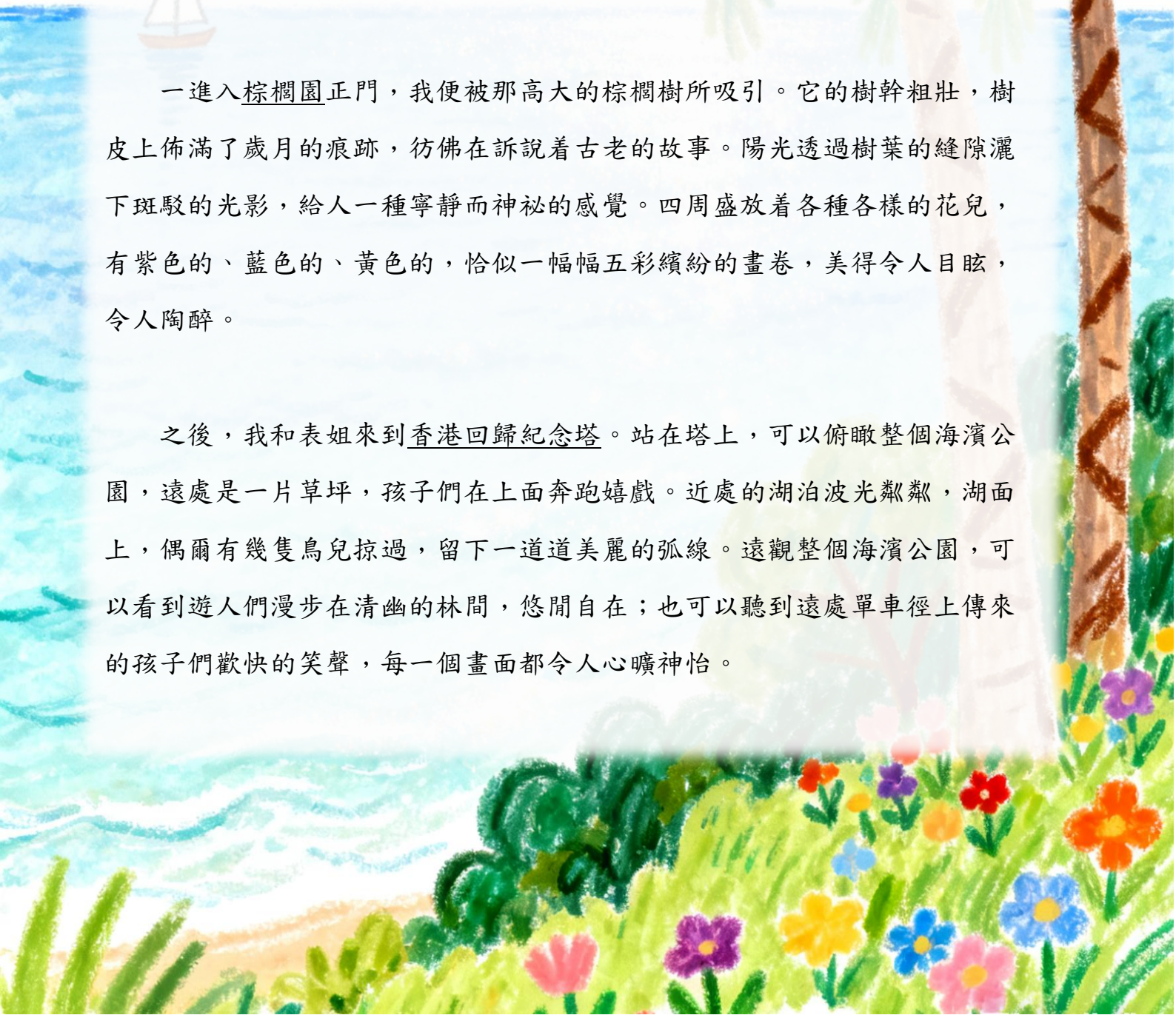
《大埔海濱公園的所見所感》

GE 鄧諾涵

今天是星期六是個陽光明媚、微風輕拂的日子，我和表姐一起到大埔海濱公園遊玩。

一進入棕櫚園正門，我便被那高大的棕櫚樹所吸引。它的樹幹粗壯，樹皮上佈滿了歲月的痕跡，彷彿在訴說着古老的故事。陽光透過樹葉的縫隙灑下斑駁的光影，給人一種寧靜而神祕的感覺。四周盛放着各種各樣的花兒，有紫色的、藍色的、黃色的，恰似一幅幅五彩繽紛的畫卷，美得令人目眩，令人陶醉。

之後，我和表姐來到香港回歸紀念塔。站在塔上，可以俯瞰整個海濱公園，遠處是一片草坪，孩子們在上面奔跑嬉戲。近處的湖泊波光粼粼，湖面上，偶爾有幾隻鳥兒掠過，留下一道道美麗的弧線。遠觀整個海濱公園，可以看到遊人們漫步在清幽的林間，悠閒自在；也可以聽到遠處單車徑上傳來的孩子們歡快的笑聲，每一個畫面都令人心曠神怡。





最後，我們來到了昆蟲館，昆蟲館裏有蝴蝶、蚱蜢、獨角仙等生物品種繁多。人們仔細欣賞着每一個形態各異的昆蟲，它們的表情有的驚恐，有的好奇，有的開心，我也被一隻掛在牆上的巨型甲蟲標本嚇了一跳。那裏還有電子遊戲來增進人們對昆蟲的認識呢，真是一個昆蟲知識寶庫！

夕陽西下，我們依依不捨地踏上了歸途。大埔海濱公園景色宜人，不僅是一個休閒的好去處，也是一個讓人放鬆心情、親近自然的好地方，更是讓我心靈得到淨化的好地方啊！

An illustration of a young girl with short black hair, wearing a light blue traditional Chinese top, sitting at a wooden desk. She is holding a brush and writing the Chinese characters '堅持' (perseverance) on a piece of paper. On the desk, there is an inkstone and a brush. In the background, there are colorful brushstrokes in blue, orange, and yellow, and a scroll of paper hanging from the wall. The title '《我的自傳》' is written in large, blue, stylized characters across the top of the illustration.

《我的自傳》

6A 方韻惟

我叫方韻惟，是一個熱愛生活、充滿活力的女孩。我有一頭黑黑的秀髮，一雙炯炯有神的眼睛，帶着一副眼鏡，顯得十分文靜。轉眼間，我已經十二歲了。在我身上發生過許多事，給了我許多不同的教導。

我最引以為傲的性格，就是樂於助人。還記得那次小息的時候，我和同學在操場上玩耍，看到一個低年級的小妹妹被同學撞倒，在她四周圍了一圈同學，卻都只是袖手旁觀。我毫不猶豫地快跑過去，只見她滿是驚恐和疼痛，膝蓋還擦破了皮，流出鮮血，眼淚在眼眶裏打轉。我小心翼翼地把她扶起，輕聲安慰，將她帶到醫療室。處理好傷口後，小妹妹滿臉感激地對我道謝，並綻放出甜甜的笑容。





除了樂於助人之外，我也是個堅毅的人。在學習書法的過程中，我遇到了許多困難。一開始，我的字寫得歪歪曲曲的，怎麼也達不到自己想要的效果。畫筆的粗幼和字形的結構，都令我難以把握。為了寫好書法，我常常臨摹字帖，觀察字形。經過了日復一日的練習，我最終寫得一手好字，還在書法比賽中取得了好成績呢！

長路漫漫，如今我回首自己走過的路，那些風吹雨打成就了這個樂於助人和堅毅的我。我欣喜地發現自己已經長大了，我可以飛得更高，變得更強！





《我的自傳》

6C 袁芷柔

我是一位與眾不同的女孩，皮膚白皙，擁有一頭黑色的長髮，還有一雙如黑曜石般的眼睛，閃爍著光芒。在父母的教導下，我從一個天真自大的孩子，逐漸成長為一個勤奮好學的學生。

媽媽常說：「勤奮是成功的關鍵」。升上四年級後，我開始更加重視學業。有一次，因為一次考試成績不如預期，我感到非常沮喪。於是，我決定在小息時努力完成作業，回到家後則立刻開始復習，直到晚上十一點才肯上牀睡覺。努力終於有了回報，我在下一次考試中取得了理想的成績。

在老師的鼓勵下，我變得更加堅強。有一次，老師邀請我參加朗誦比賽。起初，我因為緊張而不敢參加，但在老師的指導下，我每天對着鏡子練習，最終順利地在比賽中獲得了季軍。



轉眼間，我已經在這裡度過了十一年。我非常感謝父母的悉心教導和老師們的栽培。如今，我即將告別母校，展開新的旅程。我希望母校能繼續培育更多的人才，桃李滿天下！



《我的自傳》

6D 李佩嘉

光陰似箭，轉眼間，我已經十一歲了。從出生到現在，在我身上發生過許多大大小小的事情，每一件事都令我有不同的領悟，滋養着我，使我茁壯成長。

我叫李佩嘉，我的的身型矮小，有一雙明亮靈動的眼睛，像清澈的泉水。我笑起來眉眼彎彎，恰似天邊月牙，親和力十足。利落的長髮如黑色綢緞般，顯得十分精神，雙眼皮更襯得雙眸明亮動人。我誕生於溫馨有愛的家庭，家中各類藝術收藏與表演影像隨處可見，從小我就對表演和舞台滿懷嚮往。

我是一個堅毅不屈的人。有一次，我在練習舞蹈動作時，一些高難度動作總是做不好，但我從不輕言放棄。每天都會抽出額外時間對着鏡子反複地練習，哪怕身體酸痛也堅持下去。即使腿部受傷，我也不會放棄在任何一個在舞台上演出的機會，我會咬緊牙關，為了將一個舞蹈動作完美呈現，連續一周每天加練三小時，最終在舞台上展現出了令觀眾滿意的效果。



此外，我也是一個善解人意的人。剛加入學校的舞蹈校隊時，面對陌生的伙伴，我主動和大家交流，組織一些活動讓大家一起練習不同的才藝。有一次，我的好朋友因為訓練壓力大而情緒低落，我在電話裏陪她聊天至深夜，向她分享了自己的經歷，假日時還帶她去戶外散心，幫她重新找回自信。

過去的經歷讓我在成長中不停蛻變，從熱愛舞台的女孩到努力追夢，堅毅與善解人意一直與我同行。未來，我希望能不斷提升自己的才藝，做出更多優雅的舞蹈動作，用舞蹈傳遞力量，也期待能和我的好友一起走向更大的舞台，實現我們共同的夢想，飛向更廣闊的天空。



《社交媒體與青少年的關係》

6A 麥俊傑

二十一世紀是資訊爆炸的時代，大部份青少年都有使用社交媒體的習慣，其中「網上交友」更成為了他們生活中不可或缺的一部份。我認為過度使用社交媒體會令青少年陷入危機。

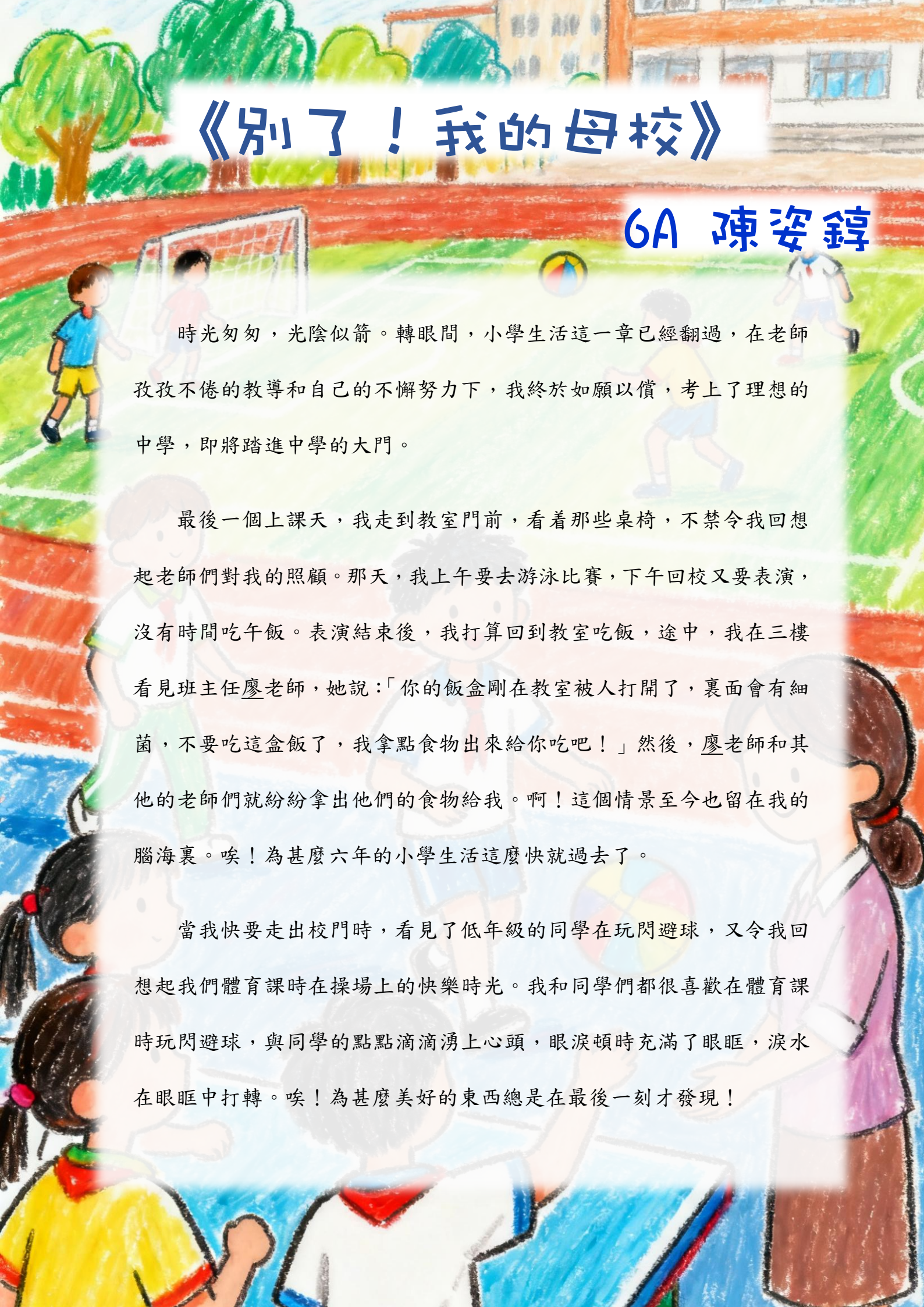
首先，過度使用社交媒體對青少年的日常社交及人際關係會帶來負面影響。青少年花了很多時間在不同的社交媒體上，忽略與朋友和家人交流。美國德州貝勒大學商學院教授詹姆斯·羅勃茲指出過於倚賴社交媒體，可能會對現實生活中的人際關係帶來傷害。

其次，過度使用社交媒體對青少年的心理健康有負面影響。美國兒科學會的一份研究報告發現，在社交媒體上花越多時間的青少年，出現抑鬱症的機率較高。如青少年使用的社群媒體平台越多，無論花費的時間長或短，他們出現抑鬱和焦慮症狀的機會越高。

總括而言，過度使用社交媒體會令青少年陷入危機，因此我們要取得平衡，希望人們都能放下電子產品，不做「低頭族」，多去看看外面的世界。

《別了！我的母校》

6A 陳姿錚



時光匆匆，光陰似箭。轉眼間，小學生活這一章已經翻過，在老師孜孜不倦的教導和自己的不懈努力下，我終於如願以償，考上了理想的中學，即將踏進中學的大門。

最後一個上課天，我走到教室門前，看着那些桌椅，不禁令我想起老師們對我的照顧。那天，我上午要去游泳比賽，下午回校又要表演，沒有時間吃午飯。表演結束後，我打算回到教室吃飯，途中，我在三樓看見班主任廖老師，她說：「你的飯盒剛在教室被人打開了，裏面會有細菌，不要吃這盒飯了，我拿點食物出來給你吃吧！」然後，廖老師和其他的老師們就紛紛拿出他們的食物給我。啊！這個情景至今也留在我的腦海裏。唉！為甚麼六年的小學生活這麼快就過去了。

當我快要走出校門時，看見了低年級的同學在玩閃避球，又令我想起我們體育課時在操場上的快樂時光。我和同學們都很喜歡在體育課時玩閃避球，與同學的點點滴滴湧上心頭，眼淚頓時充滿了眼眶，淚水在眼眶中打轉。唉！為甚麼美好的東西總是在最後一刻才發現！

《別了！我的母校》

6B 陳依昕

時光就像一匹脫韁的野馬，一去不回頭。轉眼間，我即將離開母校了，心中的酸楚簡直是無法用語言表達。在學校生活了六年，校園的一花一草、一樹一木、教室裏的桌椅，都伴着我成長，學校的每一樣東西都使我難以忘懷！

最後一天上課，就像風一樣一吹而過。很快就放學了，看着教室裏的桌椅，令我遲遲難以回過神來。想起每個小息和同學一起打鬧，一起分享零食，可是現在全都變成了奢望……想到了以後很久才可以見一面，令我十分悲傷。

在快要離開校門時，我的腳好像被甚麼東西控制了一樣，推着我往籃球場的方向走去。籃球訓練雖然很累，但一想起和同學們的點點滴滴，我的眼睛泛起了淚光，不知不覺，同學們都離開了，就我一個人孤零零地站在籃球場中央。我又想了許久……直到有個校工叔叔來問我：「同學，你沒事吧？」我哽咽地回道：「沒事，我能有甚麼事，就再看看。」後來，我便依依不捨地離開了。

這六年發生的事情簡直不計其數，許多忘不了的事，忘不了的同學們和老師……大家一言一行，校園一花一草、一樹一木、一桌一椅，都永留在我的心中……




《別了！我的母校》

6B 陳依昕

我緊閉的心幕慢慢被拉開了，腦海中掠過六年前的一個影像……轉眼間，小學生活這一章已經翻過，我即將離開母校了，心中的酸楚簡直是無法用語言表達。

看到我們相處六年的教室，不禁讓我想起老師在課室上耐心教導、循循善誘的溫暖時光。看着講台上老師用過的粉筆，那一道道深淺不一的痕跡，記錄着知識的代代傳承。記得有一次，老師在講解難題時，講得口乾舌燥，卻依然耐心地解答同學們的疑問，直到每個人都點頭為止。而此刻，講台上空無一人，那些生動的講解聲彷彿也戛然而止，可回憶卻如同電影般不繼播放。



沿着校園走廊一直走，看到我和林老師的合照還在呢！看到合照上的獎牌，我又不禁想起了那天。比賽當天，我十分緊張，我的雙手不住地冒汗，就連老師對我說的話都差點忘記了。老師走上前對我說：「不要緊張，就跟平常練習時一樣。」我的同學對我說：「深呼吸，不要緊張。」最後，我在比賽中取得了優異的成績，老師和同學都為我歡呼雀躍呢！


在六年的苦、樂、甘、甜中，師長和同學對我的恩情，在不知不覺間填滿了我的心靈。母校，謝謝你！



我的母校


《別了！我的母校》

6D 曾銘沁




回憶是一道洩洪的閘門，一旦打開，奔騰的水勢便慢不下來，往事如縷縷炊煙般從枯葉中裊裊升起，昔日種種回憶此刻在我腦海中不斷重演。

轉眼間，我在這所學校已經生活了六年，校園的一草一木，教室裏的一桌一椅都陪伴着我成長。在這裏遇到的人和事都是我難以忘懷。



今天是最後一個上課天，我看着熟悉的操場，映入眼簾的是學弟和學妹們正在努力地練習跑步，不禁令我回想起以前自己和好友在這裏奮力奔跑的身影，汗水滴落在跑道上，耳邊迴蕩着同學們的加油聲，那時的陽光總是那麼燦爛，那麼耀眼。昔日我們為了跑步比賽奮力練習的時光，現在回想起來，真的百般滋味在心頭。





我的母校

不知不覺，我已經走到了教室，看着教室的桌椅，不禁想起當年與好友打打鬧鬧的日子，但現在我們快要分離了，心裏不禁湧起一股酸楚，打濕了我的眼眶和臉頰。到現在我才發現，六年的時光真的過得太快了！那些年我們一起玩鬧、一起認真學習、一起奮鬥的時光，當中的甜酸苦辣，宛如走馬燈般，在我的腦海中一一浮現。以前老師在講台上寫字的背影；同學們偷偷地傳紙條時互相擠眉弄眼的樣子；每次大掃除時，總會揚起課室的點點灰塵，飄落在同學的身上，像撒了層巧克力糖霜一樣，那些時光真是美好啊！

母校，你就像一位慈祥的母親，默默見證了我的成長。今天，我帶着你的祝福離開，我深信這些珍貴的時光將永遠留在我的記憶裏。

《別了！我的母校》

6D 曾怡晴

我坐在教室裏，輕輕撫摸着那剛發下來的全體班照，不禁令我陷入了回憶的深淵，久久不能自拔。

今天是最後一個上課天了，我在學校漫無目的地走着，不知不覺間，便來到了校園的操場。望着那熟悉的跑道和綠草如茵的草地，令我不禁回想起一次校運會的接力賽。我們班的同學原本落後，當接力棒交到我的手中，看到隊友充滿期待和鼓勵的眼神後，我便奮力地奔跑。耳邊傳來同學們震耳欲聾的加油打氣聲。那一刻，我感受到了團結的力量！最終我們反敗為勝，奪得了冠軍！我們歡呼雀躍，緊緊相擁。那不僅是團結的力量，更是母校的老師和同學給予我勇氣和拼搏的動力。

不知不覺間，我便回到了教室，比起書香氣息，這裏更多的是溫暖。還記得每當我遇到困難時，老師總是耐心地幫助和開解我，還鼓勵我參與不同的比賽，教會我很多人生的道理。比起學校和老師，這裏更像是我的第二個家和媽媽，用「愛」指引着我。

在小學經歷的每一件事，都在滋養着我的生命，彷彿陽光在我的心裏，令我感覺暖洋洋的。縱使日後遇到任何挑戰，我都不會懼怕！別了！我的母校！

《別了！我的母校》

6E 鄧諾涵

時光匆匆，轉眼間我已經在母校度過了六個春秋。如今，我站在學校門口，心中充滿了對母校的不捨與感激。我想，您不僅是學習的地方，也是我的第二個家。如今，我站在教室的門口，看見桌子和椅子，就忍不住想起了那些年的快樂時光。

記得上一年級的時候，我剛入學，對陌生的環境充滿了好奇與不安。我小心翼翼地踏入教室，老師慈祥地問我叫甚麼名字，然後安排我的座位。小息時，同學們歡聲笑語，三五成羣地聊天和互動，我也很快的加入其中，大家開心地在一起玩耍。如今，看着那些桌子和椅子，才發現我們已經長大了，時光也回不去了。



在不知不覺中，我來到了禮堂。禮堂有一個舞台，讓我不禁想起了跳舞的時光。記得在四至六年級的時候，我參加了舞蹈校隊，每天放學之後都要練習跳舞。雖然練習很辛苦，但有老師和好朋友在身邊不斷鼓勵我，我心裏也感到很高興。每一次的比賽，我都會拼盡全力，只為得到獎項，為學校爭光。回想起這些點點滴滴，心裏就十分留戀。

親愛的母校，感謝您給予我的一切，我會永遠懷念在這裏度過的每一個日子，懷念這裏的一花一草，一樹一木，也懷念每一位老師和同學。我會帶着您的希望，勇敢地走向未來。別了，親愛的母校！

