

《動物小檔案》

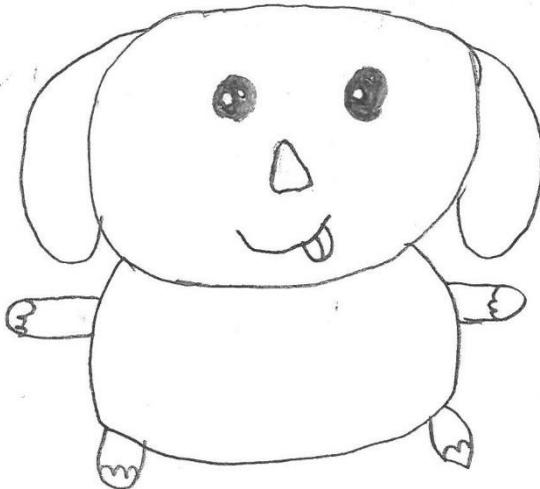
我的生日快到了，爸爸和媽媽帶我到寵物店買了一隻可愛的小狗送給我。

其實，我最喜歡的動物是倉鼠，不過，寵物店裏沒有倉鼠，所以我就選擇了小狗。牠的臉像小熊貓般可愛，身軀是圓滾滾的。

牠的性格活潑好動，不過，當牠玩得很累的時候，牠就會乖乖地躺在地上睡覺，無憂無慮的，所以我給牠改了一個名字叫小可愛。

牠每天早上、下午和晚上都會各吃一次東西，還經常躺在我的床上陪我睡覺，可愛極了！

我很高興能擁有這隻既可愛又活潑的小狗！



《運動的好處》

很多家長都認為運動只是浪費寶貴的學習時間，並沒有任何好處，那是大錯特錯的。

首先，運動能增強心肺功能，因為當我們做帶氧運動時，可以促進血液循環，加強心肺功能等。

其次，運動可以讓身體流汗，流汗可以使皮膚毛孔擴張，使經絡暢通，體內的鉛、鋁、苯、硫和酚等毒素和一些致病物質隨着汗液排出體外。

根據醫學研究，我們運動時，關節之間的筋腱會拉長。一手抓住另一手的手肘，向着頭部方向緩緩地往內拉，動作中配合呼吸，停留十五至二十分鐘，再換邊，並重複相同的動作。這樣不但能增加關節的柔軟度，還可以防止筋腱僵硬。增加柔軟度的運動有很多，例如瑜伽、拉韌帶和引體向上等運動。

另外，在我們運動期間，免疫細胞在身體內加快循環，能夠更有效地殺死病毒和細菌。還有，長期進行運動能夠刺激神經系統，能夠增加人們的身體機能和抵抗力。

總的來說，就算學習再重要，我們也不能忘記做運動。



《短文一則》

校慶快到了，有三位嘉賓將會在當天來校參觀，我希望帶他們到教室和城市發展中心參觀。

首先，我想讓他們看看教室裏的教學設備，並了解我們的教學方式，讓他們給我校評分。

其次，我希望帶他們到城市發展中心參觀，因為我想在那裏播放一些影片給三位嘉賓觀看，影片裏提及我們的教學方式、我們在禮堂集隊的表現、我校的學生領過的獎項等。

因此，我希望帶嘉賓們到教室和城市發展中心參觀。



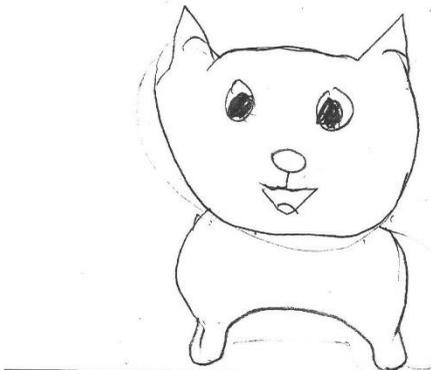
《動物小檔案》

星期日，我和爸爸到寵物店買了一隻小狗。

我最喜歡的動物是小狗，牠的體型中等，毛是白色的，渾身圓滾滾的，看上去像一個小球兒。牠有一雙黑色的眼睛，可以看得見四周的景物，但是不能看得遠。牠的耳朵呈三角形，細小的鼻子好像一顆棕色的栗子掛在臉上，十分靈敏，我給牠改了一個名字叫小雪。

每次小雪吃飽後，牠最喜歡用身子蹭我的腿，我會用手替牠抓癢。一會兒，牠又往沙發上蹦蹦跳跳，非常活潑靈巧。小雪最愛吃雞肉味的狗糧，有時也喜歡叮牛肉味的狗零食。每天晚上，我和爸爸都會帶小雪到公園散步，牠會十分興奮，並大聲吠叫。

我覺得小狗很可愛。雖然牠的生命只有短短的數十年，但我會珍惜跟牠相處的每一天，並會用心照顧牠。



《動物小檔案》

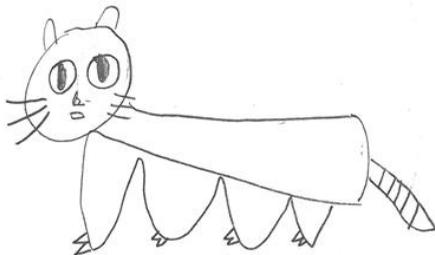
去年我生日的時候，我和爸爸到寵物店買了一隻可愛的小花貓。

小花貓的牙齒尖尖的，身體很胖，全身長滿灰色和白色的毛，還有一條長長的尾巴。小花貓的嘴巴兩旁有長長的鬍子。牠的爪子很尖，頭是圓圓的。

每天放學後，我都會趕快回家做功課，然後和花貓玩耍。首先，我會搖晃玩具棒，讓它發出聲響來吸引花貓的注意。這時，牠便會躡手躡足地從房間走出來，然後伏在地上，全神貫注地盯着玩具棒，隨後腳一蹬，便衝向玩具棒。每次，我和牠都玩得不亦樂乎。

小花貓最喜歡吃貓用罐頭和乾糧，總是吃得津津有味的。牠也喜歡睡覺，經常在和煦的陽光下呼呼大睡。

看着牠那可愛的樣子，我不禁下定決心，要用心照顧這隻小花貓，和牠創造更多美好的回憶。



《記一件幫助奶奶的事》

今天放學的時候，我和弟弟在一條小路上，看見奶奶在那裏等我們，還提着一袋梨子呢！

我們走上前去抱抱她，走着走着，奶奶手上的袋子突然破了，梨子像一個個頑皮的小孩從袋子裏跑了出來玩滑梯一樣。

那一瞬，我馬上接住了一個梨子，不過其他的梨子還是溜出來了。我和弟弟一直追着梨子跑，快要追到家門了。最後，我和弟弟用了九牛二虎之力，終於拾回所有的梨子，我們都熱得滿身大汗。奶奶一步一步地從後趕上來，稱讚我們很乖，我們的臉上都掛上了快樂的笑容。

由於袋子破了，於是我和弟弟只能幫奶奶抱着梨子回家去。

雖然我們要幫奶奶拿梨子，不過幫助了奶奶，我的心情還是很愉快呢！



《我喜歡的家庭活動》

爸爸正打算在星期天進行一次家庭活動，我會建議到迪士尼樂園遊玩一天。因為我想玩那些刺激的機動遊戲，考驗我的膽量。另外，我想觀看那裏的電影，因為那些電影很有趣。我相信我的家人一定會喜歡我這個建議。



《短文一則》

我同意「為了滿足學習需要，學校應為每個學生配置一部電腦」的看法。

首先，每個學生配置一部電腦可以增加老師和學生互動的機會，令課堂變得更有趣。

其次，當學生不明白一些字詞的意思時，便可以拿出電腦來上網查字典，解決學習上的困難。

因此，我贊成「學校應為每個學生配置一部電腦」的觀點。



《教室記事》

我愛上數學課。

今天上數學課的時候，老師問了我們一道數學難題。

這道數學題很艱深，老師說看看誰能解答出來。有些同學躍躍欲試，連聲喊——老師我一定會；有些同學直接搖頭說——那麼難的題目，我肯定不會；我坐在座位上默不作聲，靜靜地等待老師出題。接着，老師把題目寫在白板上，教室裏頓時鴉雀無聲，大家都在苦思，有的在抓頭皮，有的在撓耳朵，同學們都沒有解答出來，我也想了很久。突然，我記得上數學補習班的時候，老師曾經教導我解答類似題型的方法。於是，我引用了老師的方法，把這道題目解答出來了。我把答案交給老師，他仔細地看了一遍，便誇讚我做對了。

我能夠成功解答這道數學難題，感到很開心。



《我喜歡的家庭活動》

爸爸正打算在星期天進行一次家庭活動，我會建議到郊野公園燒烤，因為我們平日在市區難以呼吸清新空氣，到郊野公園便可以呼吸到清新空氣。此外，我還可以吃自己親手烤的食物，享受下廚的樂趣。因此，我會建議到郊外公園燒烤。



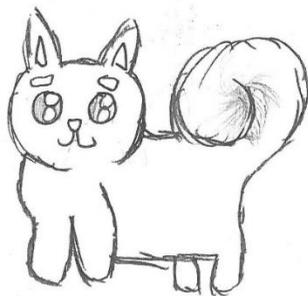
《動物小檔案》

我姐姐家有兩隻狗，一隻叫芒果，另一隻叫冰冰。今天我要介紹的是冰冰，牠現在已經兩歲了。冰冰是一隻小乳狗，牠的眼睛烏黑烏黑的，耳朵尖尖的，尾巴蓬鬆，牠還有一身白茸茸的毛及一口尖利的牙齒。

每當我帶牠到公園散步時，牠都會非常興奮，然後跳來跳去，想咬牠的頸圈。有時候，牠還會衝出外面，連姐姐都拉不住牠。有一次，姐姐帶牠去參加小狗比賽，牠可靈活了，不是跳躍，就是攀爬，一下子就走到了終點，牠真是個跑步小高手啊！

每當我為牠準備狗糧時，牠都會飛快地跑過來，吃得津津有味的。牠有時還會發出「卡巴卡巴」的聲音，一下子就把狗糧吃光了。喝水的時候，牠會用那長長的舌頭來喝水，還會「撲哧撲哧」地響。

牠是我最好的朋友，每當我傷心的時候，牠都會陪着我。牠有時古靈精怪，有時活蹦亂跳，有時生龍活虎……可愛極了！這是我見過最有趣的小狗！



《教室記事》

這天，我們全班同學和林老師都很開心，還拍照記念難忘的一刻。

為甚麼呢？原來這天是十二月二十日，大家在四丙班的教室內進行了聖誕聯歡會。大家都很期待一年一度的聯歡會來臨。

每位同學都參與籌備聖誕聯歡會的工作，有的佈置教室，有的準備食物，有的準備遊戲節目。同學們把教室佈置得充滿聖誕氣氛，還放置了聖誕樹。每位同學都期待聚餐的時間，食物琳瑯滿目，有啫喱糖、水果撻、雞翅膀等等，都是大家喜歡的小食，大家還一起高聲地唱了多首聖誕歌，以慶祝聖誕節即將來臨。

這天，我們一起度過了歡樂的一天，笑聲滿載四丙班的教室！



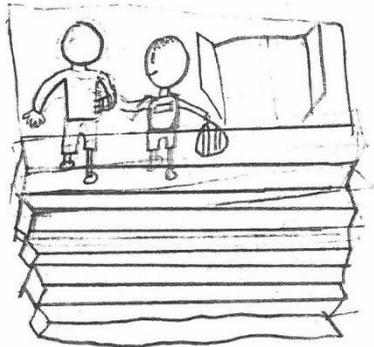
《記一件幫助大哥哥的事》

今天放學時，我拿出口袋裏的餅乾，微笑了一下。

今天上午，當我爬樓梯上課室時，看見一位受傷的大哥哥在辛苦地爬樓梯。我連忙走過去，一隻手扶着他，一隻手幫他提書包。雖然書包很重，但我心裏只有同情心——受傷了還要背這麼重的大書包？想到這裏，我便咬着牙，繼續拿着書包。大哥哥看着我，說：「你累了吧，還是我背書包吧。」我連忙說：「沒事，我不累。」大哥哥聽了，沒有說話，只是用關心的目光看着我。

過了一會兒，我們終於走到大哥哥所屬課室的樓層了。為了感激我，他便把他的餅乾送了給我。我正想拒絕他的時候，我突然覺得：這是我應該要接受的禮物，因為我幫助了人嘛！我便收下了。接着，我們揮手道別後，我便回到了自己所屬的課室。

今天，我體會到「助人為快樂之本」的感受，我很想繼續幫助別人。



《教室記事》

今天，我做錯了事，感到非常後悔。

早上，當老師不在課室的時候，全班都非常吵鬧，像是在開會似的。老師回到課室後，看見同學們一直在吵鬧，便非常生氣地說：「剛才吵吵鬧鬧的同學，給我站起來！」全班瞬間變得鴉雀無聲，就連時鐘秒針轉動的聲音都可以清清楚楚地聽到。

當老師說完了之後，我非常害怕，心裏一片恐懼，就像有一個黑影慢慢地從我後面靠近，我一直在糾結：到底該不該站起來呢？我繼續沉思了一會兒，越想越害怕。經過思量後，我最後還是選擇了保持坐着，可是我發現旁邊的同學一直默默地看着我。我似乎看懂了他們的話，心裏一直在回想剛才的一舉一動，可是並沒有發現到自己犯的錯誤。我的內心變得忐忑不安，老師也開始察覺到這一點，我更是冒了冷汗。

過了一會兒，老師再說：「剛才在吵鬧的同學，站起來。」但是我並沒有理會老師的話，更害怕得伏在桌子上。下課後，老師把我叫到課室門外，說：「你知道剛才做錯了甚麼嗎？」「不……不誠實。」我結結巴巴地說。「知錯就好，以後可不能再犯錯了。」老師對着我說。我從這件事學到了一個道理，那就是犯了錯，要勇於承認。



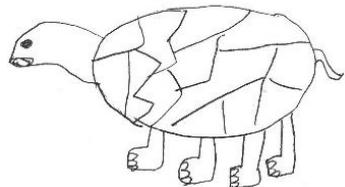
《動物小檔案》

星期六，媽媽和爸爸帶我到寵物店買了一隻烏龜。
我最喜歡的動物是烏龜，牠通常是深綠色或深棕色的。烏龜的眼睛生長在臉頰上方，卻看不見兩邊的事物，是不是很奇怪呢？其實，這應該問問烏龜為甚麼會這樣的呢！

起初，我養的烏龜體型細小，所以我就給牠取了個名字叫小小。為了讓小小生活得舒服一點，我每天都為牠洗澡、給牠吃飯……啊！給牠吃飯！怎麼給？告訴你，小小最愛吃紅蟲、豬肉和魚肉。每次吃飯，牠都會大口大口地吃，不消五分鐘，就只吃剩了一些食物渣滓，胃口真大！

等小小吃飽後，我就從籠子裏放牠出來，讓牠散步。如果我有空的話，就蹲着看小小爬行，可有趣了！啊！忘了跟你說，小小是金錢龜。有一次，爸爸放牠出來，說：「如果小小爬到家門口去，我們就會招財進寶！」於是，我們便開始嘗試讓牠在地上爬行了。結果小小真的爬到了家門，我開心得拿起小小歡呼呢！

小小也挺膽小的，一有人來，牠就以迅雷不及掩耳的速度縮回殼中。總的來說，養金錢龜的人都是很幸福的，呵呵！



《教室記事》

我們都改變了對志明的看法，原來他是一個十分勇敢的小朋友。

今天，我們教室裏來了一個「不速之客」。早上，老師吩咐我們交功課，小志一打開書包，我們全班就被嚇了一大跳，因為一隻蟑螂從小志的書包裏飛了出來。

當時，全班同學都陷於混亂之中，就連陳老師都有一點兒害怕呢！我亦被嚇得在課室裏跑來跑去，其他同學更加誇張，有的爬到桌子上，有的躲入櫃子裏，有的想直接衝出課室。

就在這時，全班最膽小的志明竟然一下子就踩死了那隻蟑螂。

這件事告訴了我們兩個道理，就是當我們遇到了突發的事情時，要冷靜下來處理。此外，我們不能以貌取人。



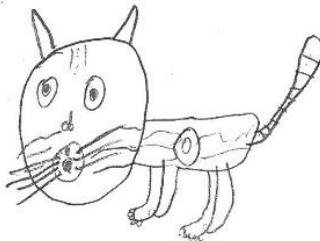
《動物小檔案》

在這個世界上，我最喜歡的動物是小貓。為甚麼我最喜歡貓呢？因為自從我第一次看到貓，就被牠們可愛的樣子迷倒了。

我家有一隻活潑的小貓，牠全身毛茸茸的，毛是灰黑色的，而且很有光澤。牠還有兩顆金黃色的大眼睛和一條長長的尾巴，尾巴上有灰色和黑色相間的環紋，肚子上的毛是非常雪白的。

每次我叫牠的名字時，牠就會頓時停下來，然後飛快地衝到我前面，乖乖地坐下來。只要我一打開金魚缸，牠那對靈敏的耳朵就會蠢蠢欲動，牠一聽到，就會像飛劍一般飛快地跑到魚缸前面，並去捉弄那些可憐的小金魚。每當牠吃小魚乾前，都習慣玩很久才吃。牠經常在便盆上擺出一副正正經經的樣子，好讓媽媽幫牠清理糞便，也為牠爭取出外玩耍的機會。

我最喜歡我的小貓，因為牠既可愛又善解人意，所以我希望牠能夠永遠陪伴着我！



《記一件幫助小貓的事》

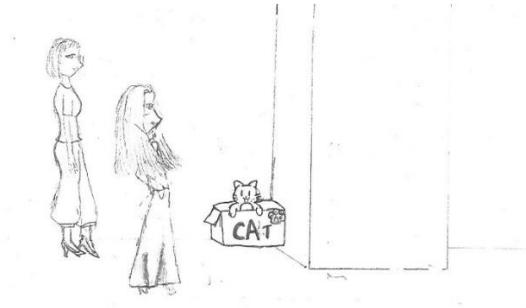
上星期一，我幫助了一隻流浪貓。想起來，我心裏還是感覺暖暖的……

那天，我在路上看見一隻流浪貓，我覺得牠很可憐。我很想收養牠，但是媽媽對貓毛過敏，所以我只好放棄這個想法。

當時，我覺得很無助。我向周圍看了一眼，所有人都只是看牠一眼，看來並不打算伸出援手。我不幫牠，誰幫牠呢？我問媽媽：「媽媽，我可以到附近的寵物用品店買些貓糧給牠吃嗎？」媽媽很感動，給了我一百二十元。

買到貓糧後，我倒了一些在我手中，可能牠聞到香味了吧！牠立刻就跳到了我的懷中，我撫摸了牠一下，就把牠帶回家洗澡。之後，我又把牠放回原位。每天上學時和散步時，我都會經過那兒，給牠吃一些貓糧。

經過這件事後，我經常幫助別人。我體會到「助人為快樂之本」的道理了。



《記一件幫助老婆婆的事》

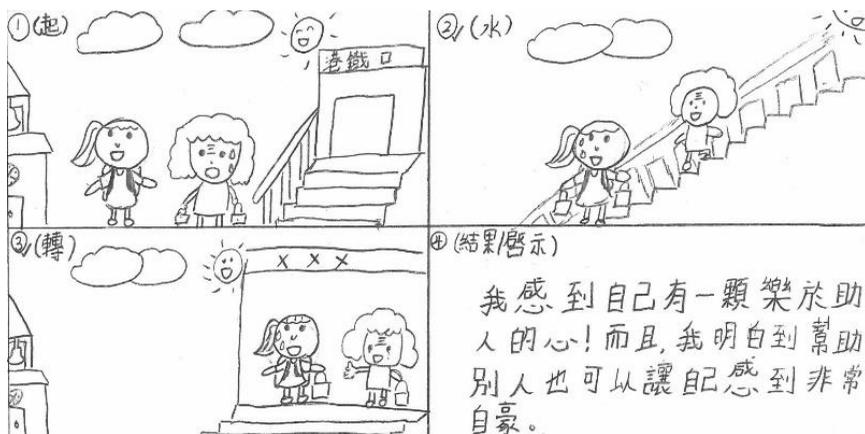
上星期五，我在放學途中做了一件令自己感到自豪的事——幫助老婆婆拿東西。

記得那天，我正準備走樓梯的時候，一位陌生的老婆婆跟我一起走着走着。老婆婆提着很多水果、蔬菜……她還一直說：「很——重——啊——」

這時候，我馬上跑上前扶着那位老婆婆。我問：「婆婆，需要我幫助您把這些大包小袋都提上樓梯嗎？」她說：「噢！多謝你，你真是一個乖孩子！」

後來，我就幫助老婆婆把那些袋子提上樓梯。那些袋子真的很重，不過為了不讓她太累，我繼續走上樓梯。老婆婆叫道：「你真的太棒了！謝謝你的幫忙，再見！」我說：「不用客氣，再見！」

我感到自己有一顆樂於助人的心！而且，我明白到幫助別人也可以讓自己感到非常自豪。



《教室記事》

有一天，我們班最擅長唱歌的同學黃悅怡在歌唱比賽中獲得了冠軍，班主任說：「悅怡，恭喜你啊！繼續努力！」悅怡說：「謝謝你，老師！」

「叮叮叮！」下課的鐘聲響起了，全班同學對班主任說：「老師，再見！」悅怡和妍妍在教室裏聊天的時候，一位男同學小希走了過來。

小希是一個愛妒忌同學的人，每當同學獲獎的時候，他都會很妒忌。樂希對悅怡說：「悅怡，你是不是在唱歌前跟評判說一定要讓你獲得冠軍？」悅怡立刻回答：「我沒有這樣做！我不是一個會作弊的同學！」悅怡邊說邊哭了起來，妍妍輕輕把手放在悅怡的肩膀上，安慰悅怡。妍妍說：「小希，你太過分了！每次只要你看別人得獎的時候，你就會妒忌別人！你為甚麼不用自己的實力獲得冠軍呢？」

過了一會兒，小希對悅怡說：「對不起，我不應該妒忌你，我一定會改掉這個壞習慣，你可以原諒我嗎？」悅怡回答：「可以！」

在這件事中，我學會了不可以妒忌別人，要用自己的實力得到想獲得的東西。



《記一件幫助老婆婆的事》

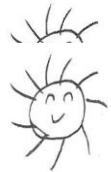
星期六，我和弟弟想媽媽帶我們到公園玩耍。媽媽說：「好吧！」

我們在前往公園的路上，看到了一位老婆婆，她一手持着拐杖，一手提着袋子，手腳也不靈活。

這時候，我們決定不到公園玩耍了，主動上前幫婆婆拿東西，原來她的袋子很重呢！

我們把老婆婆送回了她的家裏，她還請我們到她家裏坐坐呢！

我們回家時，老婆婆還謝謝我們呢！我感到很開心，因為我幫助了老婆婆，這比到遊樂場玩耍更高興。這次的經歷後，我學會了要樂於助人。



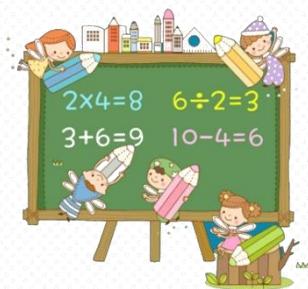
《教室記事》

這件事令全班同學羨慕我，我很開心。

今天上課的時候，韋老師向我們講解數學科評估。派完試卷後，韋老師說：「這次評估最高分的是——徐業晟！他不單是全班最高分，而且是全班進步得最多分數的同學。他上次在評估中只獲得二十二分，今次竟然取得四十六分。」他向全班說：「這是給徐業晟的禮物，大家也要繼續努力，下次得獎的可能是你。」接着，我們就開始核對答案。核對答案後，我們便要收拾書包，因為要放學了。

在回家的路上，我跟媽媽和姐姐分享了這件事，她們不約而同地說：「這份禮物真可愛啊！」我們的臉上都掛着燦爛的笑容。

得到韋老師的鼓勵後，我們班上每個同學都在測考、默寫和評估前加緊溫習，因為大家都希望獲得老師的讚賞和禮物。而我這個本來成績不太好的學生，也自此成了一個努力學習和成績優異的學生。



《運動的好處》

你們喜歡做運動嗎？蔡元培認為「人的健全，不但靠飲食，尤靠運動。」你們想知道運動的好處嗎？

首先，運動可以強身健體，例如當我們做帶氧運動時，可以促進血液循環，加強心肺功能。

其次，運動可以幫助我們認識朋友，我們可以在比賽中跟隊員聊天，還可以在訓練中跟隊員們合作，發揮團隊精神。

另外，運動可以有助增強抵抗力，多做運動讓我們就像吃了一些保健食品一樣，像有一層保護膜保護着身體呢！

此外，多做一些伸展運動可以幫助我們伸展肌肉，加快新陳代謝，例如撐竿跳、跳高和跳遠等等。

總的來說，運動對我們的好處有很多，只要我們下定決心去做運動，身體就會變得健康。

