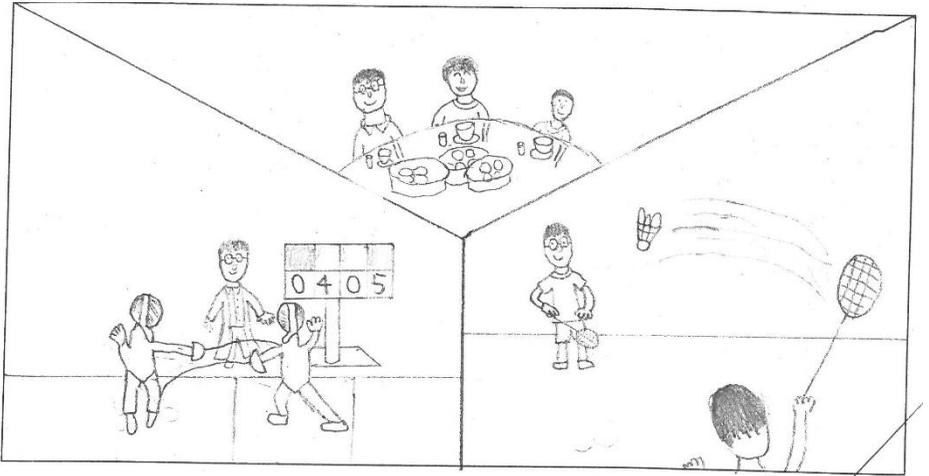


《週記一則》



十月十三至十月十九日

這週真是愉快的一週。

星期六是媽媽的生日，我們為媽媽慶祝生日，便一早到茶樓吃早點。到達後，我急忙地點了媽媽喜歡吃的點心，我希望她今天能好好享受一頓豐盛的早餐，因為她每天照顧我們的起居生活已很勞累，我以後也要當媽媽的好幫手，為她分擔家務。我為媽媽夾點心，媽媽開心得笑咪咪的。

星期日，我要到九龍灣會展參加一場亞太區劍擊比賽。到達會場後，我被賽場上的氣氛所感染，覺得自己精神飽滿、幹勁十足，希望自己能打好這場比賽。終於輪到我上場了，我充滿着信心，一上場時表現得很好，

但由於我的經驗不足，同組的選手都很強，結果我輸掉第一場比賽。因為失分，所以我的情緒也低落了，無論媽媽怎樣鼓勵我，也振作不起來，最終輸掉了比賽。我難過得當場落淚，媽媽教導我：輸掉了比賽，也不能輸掉精神，振作起來，努力學習，讓自己變得強大。從媽媽的安慰中，我還明白到每一個人都是從失敗中學習，慢慢地成長起來的。

星期三晚上，因為當晚是爸爸休息的日子，我一早做完了功課，吃完晚飯便和爸爸到公園玩耍了，我帶了一個球和羽毛球拍和爸爸一起玩。我很珍惜與爸爸玩樂的時間，因為有爸爸的陪伴，我會更加開心。這晚我們玩得不亦樂乎！

這週真是一個「快樂週」，過得很愉快且有意義！

《動物小檔案》

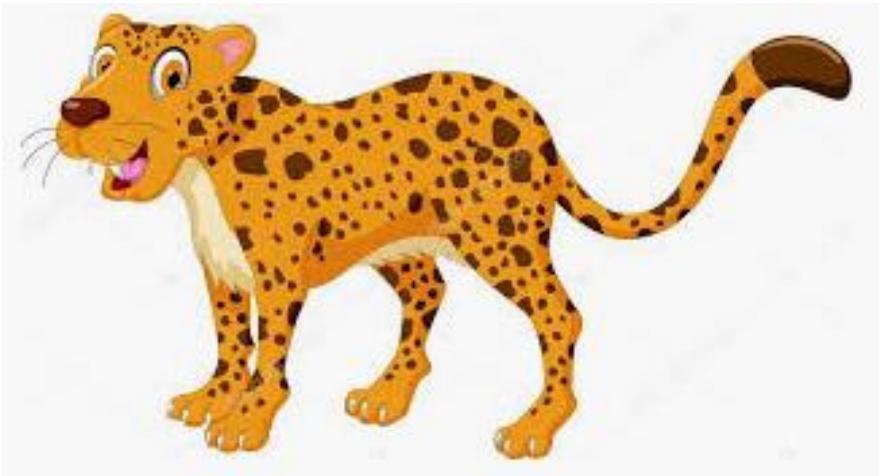
我喜歡的動物是獵豹。

牠的身體是黃色的，上面還有黑色的斑點。牠有長長的尾巴，眼睛黑得像黑珍珠般，牠的耳朵小小的，樣子十分神氣。

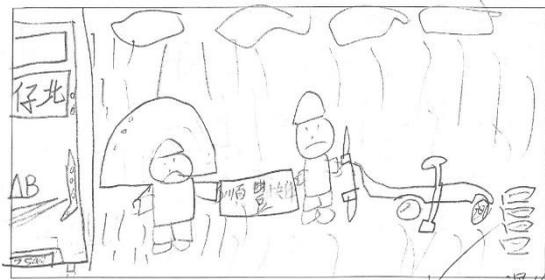
牠的跑步速度非常快，是世界上跑得最快的動物呢！有些豹還會像猴子一樣靈活地爬到樹上休息和跳來跳去。

牠們愛單獨行動，會利用快速的跑步技能捕食，抓到獵物後，牠只會單獨享用，不會分給其他豹子享用。遇到「天敵」的時候，如獅子、老虎、大象……牠們會以飛快的速度逃走，躲開牠們。

我真想見到真的獵豹啊！如果能見到牠，我便會開心極了！



《記一件幫助陌生人的事》



每年網上購物節，俗稱「雙十一」過後，媽媽整天都在收快件，對我來說，快遞員東奔西跑送貨物，真是辛苦呢！

有一天放學，我剛出關口，就下大雨，幸好，我帶了雨傘，否則我就會濕透了。我走了一會兒，看到前面的電單車後座放滿如小山般高的貨物，我正好奇，這輛電單車能載多少件貨物的時候，突然，「砰！」的一聲，就見到前面如山的貨物全部散落到地面。

這時，我看到快遞員頭戴運動帽，身穿印有「順豐快遞」字樣的外套，他沒有穿雨衣，所以他的外套已經淋濕了，雖然天氣惡劣，但是他還是小心地從地上撿起貨物放到車上，我看到這個情況後，馬上跑上前幫他撿起紙箱，我嘗試搬起大紙箱，可是太重了！我只能幫忙抬起小紙箱，輕輕放在車旁邊。這時，他對我點頭致謝，我笑着繼續幫忙……

雖然淋了雨，但我很開心，因為助人為快樂之本！

《我尊敬的陳老師》



當同學們問我，你最敬愛的老師是誰？我都會重複同一個答案——我的數學老師陳老師。

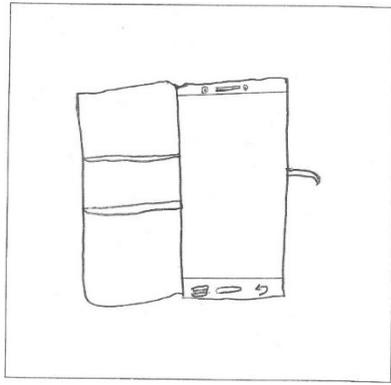
陳老師慈祥的面容夾雜了一些皺紋，明亮的眼睛散發着健康的氣息，他還有直直的眉毛，高高的鼻子，薄薄的嘴唇，體型中等，大方得體的陳老師衣着入時，十分親切。

每一次我們回答錯誤時，陳老師不會罵我們，而是對我們說：「不要緊，老師現在就講解給你們聽。」老師的這句話，讓我們不怕回答問題，反而令我們勇於嘗試。

有一次，陳老師觀察到我的英文成績不是很好，就特意在考英文科的前幾天給我補習英文，讓我對那次考試更有信心。

啊！陳老師永遠都是我敬愛的老師！

《我最喜愛的一份禮物》



我最喜愛的禮物是媽媽送給我的生日禮物，究竟它是甚麼呢？大家一起來猜猜吧。

它有米白色的身體，正面有三個按鍵，側面也同樣有三個按鍵，背面有攝像頭和閃光燈。它的外殼是綠色的，裏面還有兩個放記憶卡的卡槽。你猜出來了嗎？對了，它就是一部智能電話。

晚上，我會為它充電，它髒了的時候，我會細心地擦拭、清潔它，它的機身發熱的時候，我會把手機殼拆開，讓它散熱。

如果你問我為甚麼這樣喜愛這部電話，我會回答你，因為這是我的第一部電話。

收到這件禮物的時候，我感到很滿足，因為我終於有一部只屬於我的智能電話，一部我日盼夜盼只屬於我的智能電話。

《一張舊照片》



星期六上午，我正在房間裏匆匆忙忙地收拾東西，因為我們要搬家了。正當我想從抽屜裏把書本拿出來時，一張照片掉了下來。我不慌不忙地把它拿上來仔細翻看，原來這是一張我和幼稚園的同學一起表演時拍下的照片。我頓時回想起當時的情形……

那天，我照常地回到幼稚園裏，我看見每一位老師都在替同學們精心打扮，因為我們要到一間小學去參加幼兒英文歌唱比賽。到達目的地後，我們便在一間課室裏等候。不一會兒，就到我們上台表演了。

我和同學們穿着老師給我們的衣服，帶着沉重的步伐一個跟着一個走上舞台。老師看到我們那麼緊張，便在台下輕聲地說：「不用緊張，記得微笑啊！」我們聽到老師的鼓勵後便放鬆了許多，臉上也流露出自信而又不失自然的笑容。因為大家出色的表現，所以我們取得了亞軍！就在這個時候，媽媽便拍下了這張照片。

這張照片能讓我想起小時候的快樂時光。因此，我要好好保護它，不讓它丟失。

《動物小檔案》

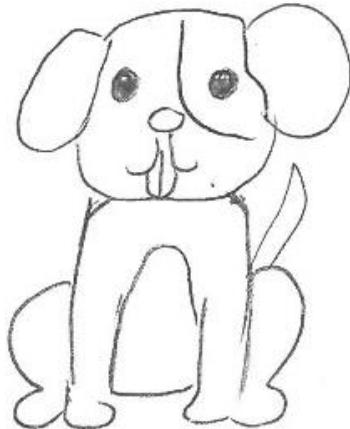
星期五，我和爸爸媽媽到寵物店選了一隻小狗，並暫時領養了牠，讓牠在我們家住兩天。

我非常喜愛這隻小狗，特別是牠那一對水汪汪的大眼睛，長長的舌頭，毛茸茸的尾巴，和那可愛的臉。最厲害的就是牠的鼻子了，牠的嗅覺比我們強十幾倍，牠可以嗅出我們聞不到的氣味。

牠天生活潑貪玩，每次玩球的時候，牠都會搶着玩，活蹦亂跳，可愛極了。有時，牠還會跑去曬太陽，躺在陽台上，像在說牠很舒服。

每天，倒食物在牠的盤子裏時，牠就會飛快地跑過來吃食物，牠扭動着自己的身軀，津津有味地吃着。

過了兩天，我們把牠送回去了。小狗們那麼忠誠，怪不得獲得了「人類最忠誠的朋友」的稱號呢！



《運動的好處》

人們都說：「多做運動有很多的好處。」可是很多人都不喜歡做運動，其實多做運動有多不勝數的好處。

當我們做帶氧運動時，既可以促進血液循環，還可以加強心肺功能，因此可以增強抵抗力。

做運動除了可以令我們增強抵抗力，還可以改善體形和姿態，使身形變得更加健美。多做運動會產生熱量，我們熱的時候就會出汗，出汗的時候就會帶走脂肪，這就是多做運動可以使身形變得更加健美的原因了。

多做一些跳高、打籃球、跳遠以及其他的田徑運動，可以促進身體的生長。不但如此，透過做運動還可以舒緩自己的壓力。因為當我們做運動時，就會把自己的集中力放到做運動上，所以能把壓力先放在一旁。這就是運動的好處。

做運動有很多好處，例如：增強抵抗力，改善體形和姿態，促進身體的生長，舒緩壓力……我們要多做運動，才會身體健康。



《假如我有超能力》

在香港，這個冬天比往常都來得晚，新聞也報道這是全球氣候變暖所導致的現象。我們居住的地球，它怎麼啦？我打算走出去了解一下。

我打開門，抬頭一看，我沒有見到平時的藍天，也沒有見到雪白的雲朵。我走進花園，可是我聽不到悅耳的鳥語，也聞不到芬芳的花香，只有滿地的垃圾和令人掩鼻的氣味。我到海灘去，看見不少死去的海洋生物，甚至還有一條巨大的鯨魚因為海面垃圾太多，以致看不清方向而擱淺了。這其實都是拜人類所賜，生活垃圾和工業垃圾污染了海洋。回到城市裏，馬路上不同種類的汽車所排出的廢氣將整個天空籠罩在霧霾之中。氣候變暖使得南極和北極的冰山也融化成一大片汪洋，眾多國家與城市都面臨着被海水淹沒的重大危機。

因為人類破壞了生態環境，我們賴以生存的地球生病了。假如我有超能力，我便可以阻止這一切的發生。如果我有超能力，我就能把不可回收或分解的物品轉為可以回收和分解的物品，這樣就不存在垃圾污染了。

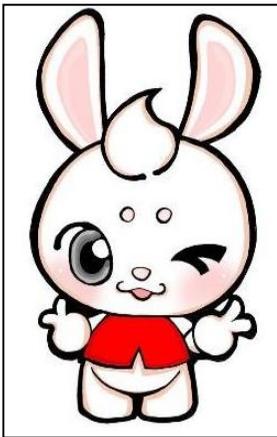
如果我有超能力，我會將工廠和汽產生的廢氣變成清新的空氣，用超能力讓全球的氣候恢復正常。如果我有超能力，我就能將冰山所融化成的汪洋變回本來的樣子，讓那些沿海的國家和城市不會被海水淹沒，讓南極

的企鵝和北極熊能在冰雪的家園裏快樂的生活。

地球是我們的家園，我想用超能力把大家居住的地球變回一顆美麗的星球，讓人類擁有一個美好的居住環境。雖然這只是一個關於超能力的夢想，可是我會努力學習，獲得知識，用科學的方法去節約資源和保護環境。相信不久的未來，這個夢想一定會成真的！

(18-19) 4B 張雨晴

《我最喜愛的一份禮物》



我最珍愛的禮物——是一個玩具小白兔。這是我的好朋友——小月在旅行時親自挑選給我的。

它有短短的身體，它是雪白色的，身上還穿着粉色的衣服。雖然這個小白兔平平無奇，但這是我的好朋友花了很多時間挑選給我的，我怎能不珍愛呢！

每天收拾書包時，我都偷偷地把它放在書包裏。等到放學後，我再把它拿出來，用手輕輕地摸摸它的頭，它彷彿很享受的樣子，可愛極了。

由於它代表了我和小月的友誼，所以我會無時無刻地保護着它，不讓它受到傷害。

《閱讀的好處》

名人莎士比亞說：「生活中沒有書籍，就像沒有太陽；智慧裏沒有書籍，就像鳥兒沒有翅膀。」書籍是生活中不可或缺的東西，它能給人帶來樂趣、帶來光彩，帶來才幹。閱讀是我們知識的來源，使我們受益良多。

首先，閱讀就好像可以打開一扇通往古今中外的門，讓你在知識的海洋中漫遊，使我們廣見洽聞。書籍的類別亦可以提高我們各方面的發展，令我們更加全面，例如：人物傳記可以讓我們了解一些名人曾發生的事或成就；小說可以提高我們的寫作能力；成語故事書可以讓我們更理解某些成語的意思……如果閱讀關於日常生活的書，我們也可以活學活用，適當用在生活中。

其次，閱讀能令人的思想正面、提升文化觸覺。寧靜地閱讀一本書能帶來平靜的心境，減少壓力。有研究指出，每週閱讀至少三十分鐘的人心境開朗，更有百分之五十七的參與者認為自己有更優秀的文化覺知能力。多閱讀的人較才華橫溢、學識淵博。

再者，閱讀可以讓我們學到課本以外的知識，更可以學到以前從未涉獵的知識，達致溫故知新的學習效果，所謂：「書中自有黃金屋」

此外，閱讀還能令我們增加詞彙。我們看書，看着看着就能不知不覺中把書中的詞彙成為自己生活中的

詞彙。

閱讀就像種植一棵樹，閱讀就是為樹苗施肥澆水。有朝一日，樹苗茁壯成樹，我們便能運用樹上的果實解決難題，所以在你無聊時，不妨閱讀一本書？

(18-19) 4B 歐惠心

《閱讀的好處》

書的種類有很多，我們一定可以找到自己喜歡的。無論你是喜歡雜誌、漫畫書、人物傳記、小說等不同種類的書籍。

首先，閱讀可以培養我們的品行或人格。書本就像一位老師，教導我們要有良好的品行。因此，我們多閱讀好書，我們的人格就會變好。

其次，閱讀可以增加我們的知識。英國著名哲學家法蘭西斯·培根曾說過：「讀書可以怡情悅性，增加文采及培養才幹。」我們將來要在社會中工作，我們憑甚麼？就憑知識才幹。透過閱讀，就能增加我們的知識才幹。

最後，閱讀可以減少壓力。有研究指出，每週閱讀至少三十分鐘能令人心境開朗。由此可見，閱讀能令人思想正面，減少壓力。

閱讀真的有很多益處，大家多閱讀，就會成為優秀的人。

《動物小檔案》

上星期，媽媽從動物領養處領養了一隻小狗回家。

那是一隻純種泰迪狗。牠是一隻小型犬。牠的體重約 4-5 公斤。牠的壽命大概有 13-19 年。牠有一身棕色的皮毛和一雙又大又圓的眼睛，牠還有一條短短的尾巴。牠的頭有一點大。

有時候，牠會爬到我的腿上，在我的腿上撒嬌。牠偶爾會蹭我的腿，把脖子伸出來讓我給牠抓癢。

吃飯的時候，牠比較挑食，牠只喜歡吃狗糧。每當牠看見狗糧的時候，牠都會高興得蹦蹦跳跳。

牠加入我們的家庭已一年多了，我們不知不覺地已經成為了好朋友。我一定會好好地珍惜牠！



《記一件幫助護士的事》

去年，我做了一件有意義的事情，心裏感到十分高興呢！

在二零一七年四月某一個星期天，我和哥哥、媽媽一起參加了由北區醫院舉辦的步行籌款活動。該籌款的目的是為了資助骨科病人醫療費而舉辦的。當天天氣暖和，天朗氣清，非常適宜步行。早上八時，我們已到達北區醫院，參加了開幕儀式後，便出發到高爾夫球場去。

當天，我和哥哥協助護士照顧及扶持康復者一起步行。我和哥哥負責推輪椅，更帶備急救藥包及氧氣瓶等用品。

到了步行地點，那裏有不少小山丘，多位病人都需要我們協助，甚至要氧氣機協助呼吸，我和哥哥忙個不停，幸好我們和護士通力合作。雖然當中有點兒手忙腳亂，但最後我們都能夠完成當天的工作。護士們還稱讚我們是好幫手呢！

參與步行籌款活動，除了金錢上可以幫助別人之外，我們更身體力行，與病人攜手合作，我認為在幫助別人的意義上更增添了色彩。

《運動的好處》

你有沒有經常做運動呢？你知道運動的好處有多少嗎？其實運動的好處有很多，就讓我把它的好處告訴你吧！

首先，運動能促進血液循環。當我們做帶氧運動時，就能促進血液循環，加強心肺功能。

其次，運動能增加我們的抵抗力。只要我們每天做運動，就能使身體增加抵抗力，不會經常生病。

再者，運動能讓我們減肥，維持適當體重，如果你的肚子大得像一個大西瓜的話，那麼運動就是最好的減肥方法。因為運動可以消耗大量熱量，使體重下降。

最後，運動能使人容易入睡。每當我們做完運動後，因為身體會疲累，所以很快便能入睡了。

既然運動對我們的好處有那麼多，我們就要下定決心，堅持每天運動三十分鐘。那麼，我們的身體就會強壯起來。



《我尊敬的張老師》



當有人問我，我最尊敬的老師是誰？我會回答他們，我最尊敬的老師是我們的班主任——張老師。

張老師有一張圓圓的臉，她的眼睛裏常常透着聰明伶俐的神情。她笑起來嘴角旁有兩個小酒窩。她有一個扁扁的鼻子、一雙紅潤的嘴唇、一副雪白的牙齒。張老師每天都束着一條長辮子回校。

當同學很害怕舉手回答問題時，張老師會鼓勵他們，對他們說：「即使你答錯了，同學不會嘲笑你，老師也不會責罵你，你為甚麼害怕呢？」

張老師很樂於助人，每當同學有不明白的地方，她都會耐心地教導他們。

除此以外，她也很和藹可親，如果有同學做錯了，她不但不會責怪他們，還會耐心地幫他們糾正過來。

張老師是我們的榜樣，我很尊敬她。

《一張舊照片》

有一天，我在打掃書架，有一張夾在一本小說內的舊照片掉到地上。我很好奇，所以就彎着腰把它撿起來，原來是一張我們一家人到台灣遊玩時拍下的照片，令我回想到那天的事情。

那天上午，爸爸、媽媽、姐姐和我到台灣玩耍，當時我的心裏十分興奮。

我們參加工作坊，首先參觀製造鳳梨酥的機器，然後我們就開始動手做鳳梨酥。我覺得十分有趣。

職員先叫我們洗手，然後擦乾，再教我們怎樣做。我們先把皮搓成圓的，再加上鳳梨醬，然後把它放入模具，最後放入烤箱內烤焗。

之後，我們就買了一些牛肉乾、太陽餅和糖果。購物後，香噴噴的鳳梨酥就出烤箱了。我們吃了一口，覺得十分美味。

這張照片讓我想起那次去旅遊的美好時光，我會好好保存它，不會讓它弄髒的。

《假如我是水》

如果我是水，我會把我的生命奉獻給人類。

我是住在河裏的水，我非常乾淨，我有解渴的功能。

我與其他小水滴生活在一起，我養活過淡水魚、花、草和樹木。我在這裏過着幸福的生活。

直到夏天來了，我要來一次長途旅行，我被蒸發變成了雲。我在天空一直飄，直至我的身體越來越重，最後我變成了雨，到了一個叫香港的水塘內。後來有人把我收集起來，我到了濾水廠，後來我變得很乾淨。我經過很長的水管，到達了小明的家，他的媽媽用我來洗菜，然後又用我來澆花，我進入了花的身體，變成了它的一部分，我的生命就結束了。



《週記一則》

十月二日至十月八日

今週，我真是既難過又傷心呢！

星期一，在班主任課時，曾老師派發了成績表。在考試前，我很努力地溫習，我以為取得全班前十名是十拿九穩的事。可是萬萬沒想到，我竟然是最後一名！

星期二收功課時，我發現我的功課袋不見了。原來，我在昨晚收拾書包時，忘記把功課袋放進去，連筆袋也不例外呢！我不但被老師大罵一頓，還要在小息時罰站啊！

到了星期六，我帶我的小狗——小白去散步。突然，一隻野狗朝我跑來，「啪」——我的褲子被那隻狗咬破了。路人們紛紛取笑我，我面紅耳赤地跑回家。

星期日，我在吃早餐時，為了透透氣，所以我把窗戶打開了。突然，我看到我的倉鼠——咪咪，從窗戶跳了下去，就死了。

這個星期，不幸的事情接二連三地發生在我的身上。我不但成績不理想，而且忘記帶功課袋、連褲子也破了，甚至我心愛的寵物也死了呢！我真的既傷心又難過，我真想這些倒霉的事情從來都沒有發生過呢！

《動物小檔案》

我非常喜歡小兔子，所以在一年前，媽媽給我買了一隻，我非常喜歡牠。

牠的品種是澤西長毛兔，牠的體型十分嬌小，頭既寬又圓，耳朵不超過三吋，而毛則不短於一點五吋。牠有一雙小小的眼睛和灰色的毛髮，牠的外貌看起來十分溫柔可親，讓人老是想把牠抱在懷裏。

牠時而淘氣，時而乖巧。牠一淘氣起來，就會跑來跑去，誰都抓不住牠。可是，一旦牠變得乖巧，即使剛才牠十分頑皮，你也會立刻被牠的外貌給融化。牠會用天真無邪的眼神看着你，可愛得令你想抱住牠，永遠不想放開。牠睡覺的時候更可愛。牠用身體捲着自己，看起來非常暖和。晚上，我總會小心翼翼地給牠蓋上被子，讓牠睡得好一點。

牠愛吃的食物有胡蘿蔔和高麗菜。到了吃飯時間，牠會猛撲到我身上，像是在跟我說「我餓了！我要吃飯！」我不給牠吃，牠就會擺出一副生氣的表情，十分好笑。

這就是我的寵物——一隻情感變化多端的兔子。我喜歡牠，因為我已經把牠當成一家人了。



《記一件幫助老婆婆的事》

半年前的一個早上，我陪媽媽到威爾斯親王醫院檢查身體。

在醫院的附近，忽然傳來一些既細微又零碎的「叮叮」聲。我很好奇這些聲音是從哪裏發出來的，便到處東張西望。原來，一個老婆婆正在推着一架載滿沉甸甸的紙皮箱的手推車，手推車上還有一些螺絲釘。紙皮箱破了，所有螺絲都掉在地上。我想到老婆婆腰骨不好，我怎麼能不幫助她呢？於是，我連忙跑上前，幫老婆婆撿起地上一顆顆細小的螺絲釘。

老婆婆滿帶笑容，豎起大拇指，和藹可親地說：「謝謝你！你是個乖孩子，不會袖手旁觀。」聽到後，我不禁得意忘形地像兔子一樣跳到媽媽身邊，跟她分享我的喜悅。

雖然至今我仍未明白那一顆小螺絲、一口小釘子對老婆婆有多大的幫助，但是從她當時甜甜的笑臉可知，這些小鐵器對她來說並非「微不足道」呢！我把這件事牢牢地記在心裏，時刻提醒自己不論大小事情，都不要視若無睹，總要守望相助。

(18-19) 4D 歐承熹

《給外婆的信》

親愛的外婆：

您好嗎？最近天氣轉涼了，記得多穿點衣服啊！

聽說您需要做手術並在醫院休養，但您不用擔心您家裏的金魚，因為我每天都會到您家幫您餵金魚和掃地，您康復回家後看到胖胖的金魚和整潔的家居，一定很開心。

在學校裏，我在中文考試中取得了一百分！老師也稱讚我呢！

告訴您一個消息，我和家人將會到醫院探望您，我也會帶些健康的食物給您吃。

祝

早日康復！

外孫兒

承熹敬上

三月二十九日



《一張舊照片》

上星期天，我和媽媽收拾書桌時，發現一張已經發黃的紙。我們懷着好奇心把這張紙翻開，看見一個胖乎乎的寶寶坐在沙發上。媽媽指着照片，說：「你知道他是誰嗎？」我不敢確定，於是小聲地說：「這應該是弟弟吧！」媽媽像嘲笑我似的說：「當然不是！這隻『小豬』是你啊！」

雖然我感到很意外，但還是記起一些事情……那時，我還是一個「好奇寶寶」，整天在家裏到處爬來爬去。有一次，我在家裏玩耍時不小心碰倒了媽媽最心愛的花瓶，被媽媽責罵了一頓，嚇得我大哭起來。哭了一會，我突然哭不出來了，原來是媽媽為了安慰我，把一塊「磨牙餅乾」塞到我的嘴裏，貪吃的我便破涕為笑，津津有味地吃起來了。

以前的我竟然那麼容易滿足，我覺得我真是個幸運兒，因為我的媽媽那麼溫柔地安慰我，看來我真的要多多孝順她！



《週記一則》

十二月二十四日至十二月三十日

這一週我過得很開心，因為我們一家到洛陽遊玩。

星期一，我們乘坐第一班飛機到洛陽遊玩。到達洛陽後，由於已經天晚了，所以我們先到一家酒店休息。

星期二早上，我們便到中國國花園欣賞牡丹。那裏有很多牡丹花，有紅色的、黃色的、紫紅色的、白色的和粉紅色的，它們都很漂亮。

星期三，我們到麗景門看古代名人的歷史。不過，內容大多數是關於古代的皇帝，當然也有像詩仙李白這些名人的事跡。

星期四，我們到了龍門海洋館欣賞海洋生物，那裏有章魚、水母、海龜等海洋生物。我最喜歡水母，因為牠們很美麗。

星期五，我們到西泰山遠足。西泰山真的很高，所以我們到達山頂後已經是中午了。吃過午飯後，媽媽便拿出相機來，讓我們拍一張合照。

星期六，我們到重渡溝風景區欣賞風景。到達後，我們聽到隆隆的聲音。我不用看也知道了，那是瀑布。於是，我就在瀑布旁邊拍照。

星期日，我們到洛陽博物館觀看文物，聽說有些文物是在中國國花園發現的。之後，我們便回酒店收拾行李。

第二天，我們到機場乘坐飛機回家去。我很喜歡到洛陽遊玩，因為可以令我增長見識。我期待下次的旅程呢！

《教室記事》

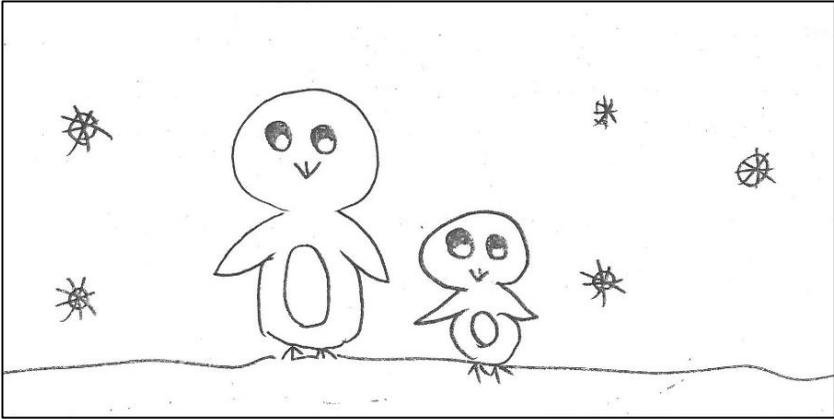
今天，學校為我們安排流感疫苗注射。老師昨天一早叫我們在手冊裏寫上「穿夏季運動服和吃早餐」，可是，我們班的郭錦飛同學竟然穿冬季運動服呢！班主任張老師看見了，便對他說：「你竟然穿了冬季運動服！」
「我穿錯了！」郭錦飛同學說。

常識課的時候，戴老師跟我們核對考卷，我取得一個理想的成績，我很開心。可是，我也答錯了一些不該錯的題目，如果我能小心一點答題的話，我就可以和黃湛宇同分。

突然，廣播室的老師宣佈說：「請四年級同學現在到禮堂注射流感疫苗。」那時，有幾位女同學說：「我不想去啊！」戴老師叫了幾次安靜，她們才安靜下來。老師說：「要打針的同學順學號排隊，不用打針的排在後面。」因為我不用打針，所以我就排在後面。

在禮堂裏，同學們輪流等候打針，我和兩位女同學就在玩遊戲。輪到王苾苾打針的時候，我看見她和護士姐姐聊天，可是當護士姐姐把針筒對着她的手一按，她就哭了。同學們打完針後，我問王苾苾有沒有事，她沒有回答我。我問其他同學痛不痛，他們都說痛，其中一位同學說：「不要看着針筒就好了。」我也很同意。

《動物小檔案》



我最喜歡的動物是企鵝，牠是鳥類，但牠不能飛。企鵝生活在南極，牠長得胖胖的，所以才可以在寒冷的南極生活啊！企鵝的身體是黑白色的，不過企鵝寶寶的身體有些部分卻是灰色的。

企鵝走路的姿態很可愛，一搖一擺的，但我不知道為甚麼牠會一搖一擺的，可能是牠們太胖了吧！

企鵝最喜歡吃的食物是魚，魚就是牠們的糧食。企鵝媽媽剛生完蛋，就會去捕魚一段時間，所以蛋都是企鵝爸爸孵的。企鵝媽媽和爸爸會輪流捕魚，直到企鵝寶寶可以獨自生活，而企鵝的壽命一般只有約十年。

我覺得企鵝是我見過最胖和最可愛的鳥類。

《我最尊敬的張嘉寶老師》

記得讀四年級的時候，我校來了一位新老師，他是我的班主任張嘉寶老師，也是我最尊敬的老師。

雖然張老師的個子胖胖的，但是我覺得他看起來十分帥呢！他有一雙明亮的大眼睛，高高的鼻子上架着一副眼鏡，嘴唇厚厚的。

張老師上課時十分嚴肅，對我們要求很高，不過他也有和藹可親的一面。記得上一次考試，我們全班的成績都不理想，同學們都認為他會對我們大發雷霆；沒想到最後他不但沒有責罵我們，還鼓勵我們下一次考試要繼續努力，令我們非常感動。

張老師有時候也很幽默，記得有一次上中文課的時候，他正在給我們解釋「肥胖」這個詞語的意思；想不到他居然指着他自己的肚子，說：「看我的大肚子就知道是甚麼意思呢！」我們聽了都哈哈大笑起來！

張老師常常提醒我們要有正確和良好的態度，有一次，我要代表學校參加校際足球比賽，比賽前他對我說：「勝不驕，敗不餒！」這句話深深印在我的腦海中。

雖然我的志願並不是當老師，但我會好好記住張老師給我的話：永不放棄，努力向前！

《我最喜愛的一份禮物》

我最喜愛的一份禮物是一塊橡皮，它是媽媽在去年的生日會時送給我的。

這塊橡皮外面是紅色的，外型小小的，只是一塊普通的、長方形的橡皮。

雖然它看起來很平凡，但是能幫助我擦掉錯字，可以把錯別字擦得一乾二淨。而且，它是媽媽送給我的生日禮物，所以對我來說十分珍貴，我特別喜歡它。

每天上學時，我都會把它好好放在我的文具袋子裏。當我要用上它的時候，我會小心翼翼地把它從我的文具袋子裏拿出來，用完後再把它放回去。放學回家後，我就會把它放在書桌上的箱子裏好好保存。

雖然這塊橡皮很有用，但是它也會有用完的一天，媽媽也安慰我說：「別擔心，用完了我再買一塊新的給你。」但是，我還是捨不得它。因此，從現在開始，我會好好保護它，絕不會損壞它的。



(18-19) 4E 黃巧欣

《給外婆的信》

親愛的外婆：

您好嗎？我知道您最近身體不適，要好好保重身體呢！天氣轉冷，您要多穿衣服和多喝開水呢！

回想收到您要進院的消息，我至今仍感到很不安。那天，媽媽接到醫院的電話，說您身體不適需要做手術，並要在醫院休養。那時，我既焦急又擔心，生怕您的身體出了甚麼毛病呢！現在，聽到您的情況還好，我們總算可以放下心頭大石。

外婆您也不用擔心我們，爸媽說待您康復後，便帶您和我到好快活餐廳大吃一頓，還要到迪士尼樂園遊玩一下呢！另外，我還參加了英語朗誦比賽，希望您能來觀看。

復活節快到了，到時候我一定會多點來您家探望您，您要好好保重身體呢！

祝

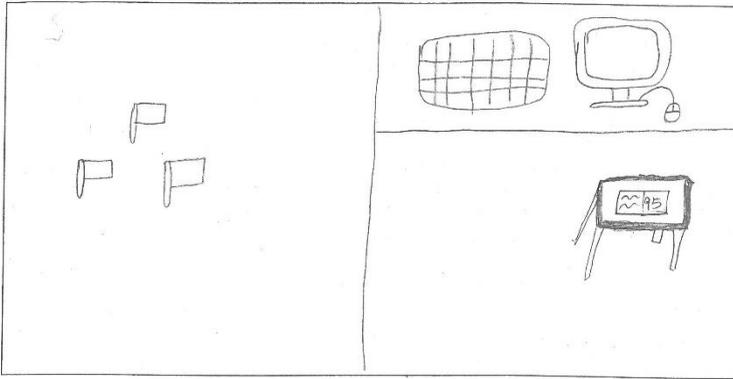
早日康復！

外孫女

志美敬上

四月三日

《週記一則》



十月一日至十月七日

這週我過得非常幸福和快樂！

星期日是國慶節，媽媽說：「我們去買紅旗吧！」我說：「好啊！好啊！快點走吧！」到達紅旗店後，我們買了三面不同顏色的紅旗。然後，我們到玩具反斗城玩耍，我玩得非常開心！

週一是英文科默書的日子，我在默書前努力温習，心想會考到八十分或以上。結果，我在今次默書中真的取得理想的成績，但是我會繼續努力，希望下次考得比這次好！我這次有這麼好的成績，我很開心！

週四上午，上電腦課的時候，我先聽老師講解，然後再用心做練習。在做的時候，老師突然走過來，說：「做得好！繼續加油！」那一瞬，我非常高興！

這週我的心情像吃蜜糖一樣甜！

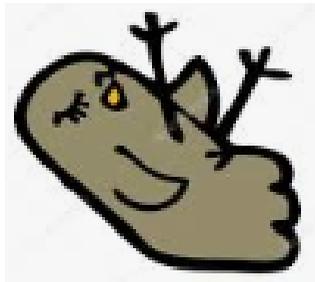
《教室記事》

星期三，我們正在上數學課的時候，突然，一隻小鳥飛了進來，牠飛來飛去，好像在找甚麼東西。

當牠看到地上的餅乾碎時，便飛到那裏吃掉它。然後，牠又再飛來飛去，想找掉在地上的食物。牠找到的食物有奧利奧餅碎、牛肉乾……牠用牠的腳把食物掃在一起，然後用牠的嘴巴把食物丟到空中，張開嘴巴吃了那些食物。吃飽了，牠又到處大小便，有一些大小便還拉在同學的頭上，同學們立即嚇得哇哇大叫。

當牠飛走的時候，不小心撞到了窗戶，死了。老師便叫工友叔叔上來把這隻死去的小鳥給掃掉，便讓我們繼續上課。

當我看到這個結局的時候，我覺得那隻小鳥很可憐，因為牠飛翔時沒有看清周圍的環境，結果給窗戶撞死了。這令我想到我們過馬路的時候，也要左右看清楚才過，不要闖紅燈，否則會被車撞倒，這隻小鳥就是一個好例子了。我們千萬不要模仿這隻小鳥啊！我們要做一個遵守交通規則的好市民。



《動物小檔案》

很多人都看過熊貓、北極熊、小熊貓等，但你們看過樹熊嗎？今天讓我介紹一下樹熊吧……

樹熊又叫「考拉」，因為牠從來不喝水，「考拉」在澳大利亞土著語中的意思就是「不喝水」。樹熊長着一身又厚又密的灰色皮毛，有一個又黑又大的鼻子，眼睛圓，耳朵短，真的很可愛！

樹熊身手敏捷，可以從一根樹枝跳到幾米高的另一根樹枝上。樹熊是爬樹高手，長期在樹上生活。

樹熊以桉樹為食物，從中獲取足夠的水分，因此牠一生都不用喝水。牠從不到樹下樹尋找食物，因為牠怕見陌生人，所以都在樹上生活。

我喜歡樹熊，因為牠很可愛。澳大利亞人經常把牠當禮物來送人。我也想要一隻樹熊！



《我尊敬的李老師》



如果有人問：「你最尊敬的老師是哪一位？」我會毫不猶豫地說：「當然是我的中文及視藝科老師——李老師。」李老師有一張長長的瓜子臉、一雙炯炯有神的眼睛、戴着一副又圓又大的黑色眼鏡、高高的鼻樑，加上那紅潤的嘴唇，配上雪白的牙齒，還有一頭烏黑發亮而捲曲的頭髮，身材嬌小，衣着樸素。

李老師也特別會鼓勵人，有一次，李老師請我們輪流回答問題。當時，我的膽子很小，所以站起來回答問題的聲音也很小，我覺得自己每讀一個字，心就會抖一下。說完後，我自己也覺得不滿意，心想：「這回李老師肯定會狠狠地批評我。」可是，李老師卻和藹地對我說：「沒事，下次多多努力，你一定會比這次有進步的。」當時，我感動極了。從此以後，一上語文課，我就把手舉得高高的，生怕老師不叫我回答問題。

還有一次，我生病了，在課堂上，我很難受，老師看出來了，連忙問我：「你怎麼了，不舒服嗎？」老師這句話，引來了同學們的目光，同學們都擔心極了。就在這時，我吐了，嘔吐物吐到李老師雪白的裙子上，我害怕極了，連忙道歉，話還沒說出口，我就感覺到滿天星斗……我暈了過去。等我醒來，便發現自己躺在醫療室的床上。後來，同學告訴我，我暈倒時，是老師一步一步背着我乘電梯。可那時，電梯已滿人，且沒有人看到老師身後背着我，所以她就只好背着我走樓梯來到醫療室。頓時，我的眼睛像開了閘的水龍頭，眼淚奪眶而出。

李老師這種鼓勵同學和關心他人的性格，十分令人佩服。這就是我尊敬她的原因，這就是我的老師，更是我的恩師。

《我最喜愛的一份禮物》



我最喜愛的一份禮物是甚麼？是一個洋娃娃。那是在去年的生日會上，我的媽媽送給我的。

它有一雙長長的腿，一張圓圓的臉和一雙大大的眼睛。它的頭上有一頂像菠蘿的帽，穿着有菠蘿圖案的裙子，所以我叫它「菠蘿」。

我每天放學回家後，都會把它放到沙發上陪我做作業、看電視、吃飯、看書、溫習……睡覺前，我會把它放到我的床上陪我睡覺。

這個洋娃娃代表了媽媽對我的愛，所以我會好好珍惜、愛護它。

《閱讀的好處》

俄羅斯著名革命家、政治家、理論家和思想家列寧曾說過：「書籍是巨大的力量。」你有沒有養成閱讀這個好習慣呢？其實書對我們有很多益處。

首先，不同類別的書可以提供各方面的知識，使我們可以汲取全方面的知識，例如：歷史書可以令我們學習到過去發生的事件，讓我們能借古鑒今，同時亦令我們的見識更深廣。

其次，書是人類的精神食糧、心理醫生、知識源泉等。名人莎士比亞曾說過：「生活裏沒有書籍就好像沒有陽光；智慧沒有書籍就好像鳥兒沒有翅膀。」讀書可以昇華精神，一個人的精神發育史往往就是他的閱讀史。

再者，讀書可以改變氣質，一個人讀不讀書，還是讀了幾本書，雖然一時看不出來，而長期不讀書、不看報紙，那麼，這個人一定像古人所說：「一日不讀書，便覺面目可憎。」而讀一本好書，就像交了一個益友，和一位智者對話，對人的言行舉止，處世方式都有益處。久而久之，人的氣質自然就會提升。

總括而言，我們今天所處的時代，的確是一個具有多重身份、性格的時代。如果說人們喜歡追求時尚的話，讀書也應該成為今天的一種時尚。