

## 《我學會了溜冰》 4A 呂卓琳

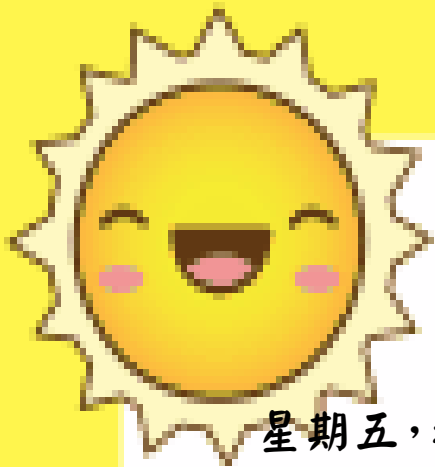
八月十三日（星期日），我們一家人第一次去溜冰場學溜冰。

到達溜冰場後，我看見溜冰場上的人在冰上滑來滑去，心情很興奮。由於我們是初學者，換上溜冰鞋後便小心翼翼地進場。我一進場便站不穩，摔了個四腳朝天，然後扶著圍欄滑了幾下，只有爸爸輕鬆地滑行，弟弟更摔了好幾次，痛得呼呼大叫。教練連忙拿了輔助椅給我和弟弟，媽媽也沿著牆邊慢慢地向前行。

教練教我們模仿他的動作滑行，最重要的是學懂跌倒後如何自己站起來，還要大膽向前行。最後我學會了溜冰，還飛快地溜來溜去，雖然有時摔倒很痛，不過我們也過了開心的一天。

在這次溜冰堂裡，我學會要勇於面對困難，像學溜冰一樣，學會跌倒也要站起來。





## 《夏令營》

4A 麥芷瑤

星期五，我參加了烏溪沙青年會舉辦的三日兩夜夏令營。

夏令營的第一天，導師先為我們分組及講解一些規矩，然後分派宿舍。接著，我們互相認識，還玩了很多小遊戲。吃過晚飯後，我們玩了野外定向遊戲，大家也玩得很投入和很興奮。

第二天晚上，我睡得不太好，因為同房的一位妹妹哭著說掛念家人，導師安慰她，她才安靜下來。雖然我還是一臉倦容，但是我一想起今天會游泳，便立刻醒來，趕去梳洗。首先，我們吃早餐，然後玩了很多小遊戲。到了游泳的時間，大家換好泳衣後，便跳進水裡。我們分組進行了各式各樣的水上比賽，大家也感到開心和刺激。吃過晚飯後，我們便到音樂室進行「卡拉OK」。平常害羞的我也被歡樂的氣氛感染了，愉快地唱起歌來。

第三天，我們玩了射擊遊戲和撕名牌遊戲。不知不覺已到黃昏，大家都帶著依依不捨的心情離開。

這次是我第一次離開父母，由緊張變成興奮，媽媽也說我真的長大了，希望下次可以繼續參加夏令營活動。



## 《風災後感》

5A 譚慶一

最近颱風吹襲香港和澳門，導致兩地的居民飽受風雨的吹襲。

颱風天鴿吹襲香港當日，香港杏花邨的地庫停車場被雨水浸至頂部，導致停車場內的汽車都被浸壞，令居民損失慘重。至於住在低窪地區的居民，因為海水倒灌令他們的家園被摧毀，看見他們的家園被毀，我真是萬分同情他們。

同一時間，澳門也受天鴿的吹襲，導致一幢樓房多個單位的窗戶被吹破，這次風災更導致十名澳門居民喪失生命。

我衷心希望澳門政府可以盡快幫居民更換一些品質比較好的玻璃窗，以便可抵抗強風和暴雨的吹襲，我亦希望澳門政府可以協助居民盡快回復正常的生活。

最後，我覺得自己身在香港這個安全的城市，感到十分幸福。而現今科技愈來愈發達，即使在香港，我們也可以透過互聯網知道世界各地的資訊和天氣狀況，可以掌握更多風暴的消息。我期望香港天文台台長可以好好利用電子科技去及早發放風暴的消息，以便市民盡早做好防風措施，以減少財物的損失。



九月三日至九月九日

輕鬆快樂的暑假像流水一樣飛瀉而去，新學年的學習生活正式開始了，而忙碌的一週令我感到無比的充實。

星期五是我期待已久的領袖生訓練日。那天放學後，我們先在二樓操場集合和點名，然後進食午飯。接著，我們到禮堂玩了許多遊戲，例如「名字心臟病」、「三項鐵人賽」和「網中人」，而我覺得「網中人」這個遊戲是最刺激的，因它不但可訓練我們的手腳協調力，也可考考我們的應變能力，而上述幾項活動都能培養我們的合作精神。

星期六，媽媽教我自製月餅。我們先買了做月餅的材料，然後便開始製作月餅。媽媽先教我製作月餅皮，我們把麵粉、糖漿和油放在一起搓成月餅皮，然後搓蓮蓉和放上咸蛋黃。最後，我們再把餡料放進月餅皮裡，並把它放進月餅模裡，輕輕一按，一個月餅便完成了。

看著自己做的月餅，我感到非常開心和滿足，雖然做月餅看似十分容易，但實際上，做月餅卻要花上很多時間和心思，才能製作出美味可口的月餅，所以我們應該要珍惜食物，千萬不可浪費及棄掉食材，因為世界上有很多人是不能吃到這麼香甜味美的月餅。





## 《颱風後感》

5B 鄭愛琳

漫長的暑假終於過去了，在這個暑假中令我印象最深刻的是超強颱風「天鴿」襲港。這個颱風不但帶來人命傷亡，還令本港多棟的建築物受到嚴重的破壞。

八月二十三日，這天爸爸很早就起床看新聞報道，我也被「滴滴答答」的雨水吵醒了。我起來就看見爸爸坐在沙發上，心裡非常奇怪：為甚麼爸爸仍在家？爸爸不是應該上班去了嗎？我擦擦眼睛再看了一下電視，原來現在正懸掛八號風球。

大約在上午九時半，天文台發出十號烈風或暴風信號，我望著窗外的景象，簡直嚇了一跳。對面工地的鐵皮和竹棚被吹得滿天飛，很多大樹在暴風下被吹得東歪西倒，招牌被吹得搖搖欲墜，似乎每件東西都有倒塌的機會，令人看了膽顫心驚。

風暴狂掃過後，我才知道風暴令到澳門有九人死亡二百人受傷。更為嚴重的是，澳門多處地方更停電，人民在無電無水之下仍要生活，十分難受。海陸空交通也癱瘓，全城滿目瘡痍，政府已無力救援，需要請求中央批准解放軍出動協助救災。這一切不禁令人慨嘆大自然的威力是何其之大！

回頭看看香港這片福地，「天鴿」呼嘯了一天，翌日香港的一切幾乎已回復正常，因此我們不要整天唉聲嘆氣，大家應該明白甚麼叫「身在福中不知福」的道理。今後我們應齊心合力，建設更美好的香港。





## 《日記——難忘的生日》

5B 譚仰容

七月二十日 星期六 晴

今天是七月二十日，也是我的生日的日子。在清晨時，我一大早便起床。梳洗後，爸媽對我說：「祝你生日快樂！我們有一個驚喜給你。」我聽到後，真的興奮得快要瘋了。接著姐姐又對我說：「那還不趕快收拾東西，然後準備出發？」「好的！」我回答說。

首先，我們要乘搭港鐵到目的地。一路上，我興奮地唱着歌兒，心中想道：不知爸媽會帶我到哪裡去？

等著，等著，終於到達目的地了。我焦急地跑出港鐵。就在這時，有一座七彩繽紛的城堡漸漸映入我的眼簾，悅耳動聽的音樂更在我耳邊回響。啊！原來是我一直夢寐以求想去的地方——香港迪士尼樂園。我懷著感激的心跟爸爸媽媽道謝後，便迫不及待地拉著姐姐的手向「灰熊山谷」的方向跑過去。聽說那裡的過山車非常刺激，真的很想體驗一下呢！

當我坐在過山車內，它不停地俯衝下去，我和姐姐害怕得大聲地尖叫，聲音震耳欲聾，響徹雲霄。

迪士尼樂園裡還有各式各樣的機動遊戲，有多姿多彩的花車巡遊和精彩絕倫的表演，還有令人垂涎三尺的美食，它真是一個老少咸宜的地方。

最後，爸爸、媽媽、姐姐和我一起坐在城堡的一旁看煙花。煙花的顏色七彩繽紛，燦爛奪目，令我們目不暇給，還有不同的圖案呢！真令人嘆為觀止。

就在我看煙花看得入神的時候，爸爸送給我一隻米奇玩具。接著爸媽和姐姐異口同聲地說：「祝你生日快樂！」他們又在一個大大的袋子裡拿出了一個卡通造型的生日蛋糕來，更對我唱生日歌，我感動得流下眼淚，然後撲進媽媽和爸爸的懷裡，那時候我也不知該說甚麼好呢！

今天，我真開心，也可以算是我最開心的生日吧！希望來年有同樣難忘的生日，因為這是我首次在迪士尼樂園過生日，我感受到家人對我滿滿的愛，我是多麼幸福啊！



北京是我嚮往已久的城市。這個暑假，媽媽帶我去北京遊玩，了解當地的風土人情。

到達北京後，我認識了兩個伙伴——軒軒和阿菲。當晚，我們品嚐了美味的烤鴨，我很喜歡吃。

第二天，我們前往天安門廣場參觀。我們買了些紀念品，又餵了鴿子。我們看到四處有許多雕塑，它們在陽光下金光閃閃，彷彿在吸引我們與它們合照。我找到一尊描述抗戰的雕像後，拍下了一張我們假裝「抗戰」的模樣，好像鏡頭後藏著一批殺氣騰騰的敵軍，我們則在與銅像一起保護家園。

第三天，我們去了故宮博物館。我們在那兒認識到許多書中找不到的知識，使我們獲益良多。

翌日，我們打起十二分精神，因為我們要去長城遊玩。那兒有一棵樹極有「個性」，頑強地站在路中央，遊人若要往前走，就必須小心地繞過它。那天霧很大，我乘搭纜車前往長城時，只見白茫茫一片，但空氣倒十分清新。

到達長城後，往遠方看去，霧把長城擋住了一段，為長城增添了一絲神祕的色彩。長城很長，延綿不絕，在朋友的鼓勵下，我才鼓氣幹勁往前走。無法想像先人是如何築出長城的，雖然課本上有許多描述，但也不及親眼看見那般震撼。長城的路起起伏伏，後來更是四十五度角向上延伸，最後我更要手腳並用才能攀上高峰。到了最高處的休息站，我已是氣喘呼呼。這時，霧散了，我們看着我們走過的路，像一條金光閃閃的龍作起飛狀。下山時，我源源不絕地跟友人聊過不停着，一不小心撞上了那棵站在路中央的樹，真是悲劇！

最後一天，我們去了參觀坦克展覽。雖然我不是坦克迷，但我對看到的坦克甚感興趣，覺得它們很威武。

北京是一個多姿多彩的城市，我不會忘記這個獨特的地方。



《汪汪博士歷險記》讀後感

6A 黎霽淇

九月八日

今天，我看畢了前天從圖書館借來的《汪汪博士歷險記》。

《汪汪博士歷險記》中的主角——小勇從小由爺爺嫲嫲帶大。有一天，他的爺爺嫲嫲失足跌下山，去世了，所以小勇被送去他的媽媽家裏。小勇的老狗——博士也跟他一起去。媽媽雖然是小勇的親生母親，但媽媽只愛她的小兒子，所以小勇在她的家裏十分孤單，只有博士陪伴他。

有一天，媽媽因為失去了工作，養不起兩個小孩，便把小勇送進孤兒院，但他不適應那兒的生活，便悄悄地逃走了。跑累了，小勇便無助地坐在椅子上，這時，老狗博士竟開口對牠說話，說牠是來自狗國，牠願意充當小勇的爸爸，帶他回狗國去。可是狗國的科學家為了利益，竟想抽取小勇的腦電波，博士得知後，不顧自身死活，把小勇救了出來，並把他送回人類世界，但喪心病狂的科學家們竟把傳送地點弄偏一點，把小勇傳送到大馬路上。當小勇就快被車撞到時，就在這千鈞一髮之際，博士奮不顧身地推開他，但博士卻被汽車撞死了。

我看完這本書後，十分感動，小狗竟能捨己為人，救了小勇一命。小狗是人類最好的朋友，不管你如何虐待牠們，傷害牠們，甚至遺棄牠們，牠們仍然忠心耿耿，盼望你能回心轉意。我曾看過一篇報章，說有一隻唐狗的主人去世了，牠每天守在主人的墓上，直至牠生命完結為止。

反觀我們人類，一開始看到小狗十分可愛，便草率地買牠們回家，但過了一會兒，就嫌牠們麻煩，或是家人不喜歡而遺棄牠們。其實，當我們成為了狗兒們的主人後，我們就是牠們的全部。別看牠們不懂得說話，就以為牠們沒有感情，其實牠們和人一樣，也有七情六慾的。



九月三日至九月九日

星期一是開學的第二天，我仍懷着緊張的心情上學。因為這一年是我在小學生涯中的最後一年，所以我要珍惜這一年的每一天。

此外，老師還推選我做風紀隊長，協助老師和幫助同學。我一定會竭盡所能，盡力做好本份，不會辜負老師對我的期望。

星期五早上，我從新聞中得知教育局副局長——蔡若蓮的兒子因為抑鬱症而墜樓身亡。我看完這個消息後感到十分惋惜，他如此俊朗，如此年輕有為，竟然……

抑鬱症是一種常見的情緒病。由於香港人面對龐大的都市壓力，導致恐怖和絕望，因而出現抑鬱症。我覺得只要有正向的思維方式，無論處境怎樣困苦，壓力有多沉重，都能迎刃而解。

另外，我認為任何人都<sup>不</sup>應該有自殺的念頭，因為自殺是不正確的行為。自殺的人死前也許會幻想死後會沒有憂慮，但是他們卻不知道自己死後，會令家人極之傷痛，這種難以言喻的痛，更長達一生之久。

我認為家長應該教導小朋友正確的人生價值觀念，培養他們勇敢、堅毅不屈的精神，擁有面對逆境的能力；還要教導他們有憂慮時，應向他人傾訴，而不應該把鬱結埋藏心中。

總括而言，父母應對子女們循循善誘並多加關心，以免令他們患上抑鬱症或精神病。人的一生很短暫，生命很寶貴，我們要好好珍惜，不要輕言放棄。



暑假的一天，萱萱打電話給我：「依晴，我已經準備好明天去大阪的東西了，你呢？」我回答：「我也準備好啦！明天機場見！」

出發那天，我獨自一人乘坐的士到機場與萱萱和她的表哥匯合。到達大阪後，我們先取行李，然後乘車到酒店。萱萱和我住一個房間，而萱萱的表哥就住在另一個房間。放下行李後，由於天色已晚，我們便匆匆忙忙地到心齋橋的章魚燒店吃晚餐，然後回酒店睡覺。

第二天早上，我們在酒店享用自助餐後，就去大阪城。表哥說：「萱萱、依晴，大阪城有一塊巨石從古時到現在還保存得很好，仍很大塊呢！我們一起去觀賞吧！」觀賞完後，我們又排了很長的隊，再乘升降機到觀景樓最高的樓層欣賞遠處的景色。那天晚上，我們又到心齋橋去瘋狂購物了。

第三天早上，我們八時就乘地鐵到日本環球影城去玩機動遊戲。我們先買票，接著直衝到侏羅紀公園玩「飛天翼龍」，萱萱的表哥問我們：「萱萱，你們是女孩子，竟然喜歡恐龍？」我們憤怒地回答：「我們又不是膽小鬼！當然可以喜歡啦！」不過玩這個遊戲時，我感覺自己好像就快要死亡似的，因為坐在空中飛來飛去，真有一種被飛龍抓住的感覺。接著我們又去了哈利波特世界，玩了過山車，又玩了「太空幻想列車」，然後就回酒店了。一次精彩好玩的旅程就此結束。

大阪有很多美食很適合我，而日本環球影城的機動遊戲也很好玩，真希望下次可以與表姐一同去玩呢！

九月十日，這天和媽媽一起到商場逛街，但是我意外走失了。在走失的路途中，我看見兩個奇形怪物在黑漆漆的小屋裡，我趕緊跟蹤他們，只見他們登上一艘飛船，我心想：這不就是傳說中的「UFO」嗎？正當我仍沉迷其中時，不慎被一道強光吸進去這艘飛船裡。

飛船停頓後，我也醒了過來。這時，兩個頭大身小的外星人對我說：「國王，你好嗎？」「國王？」我驚訝地問。「是的，因為你十分勇敢，竟然有膽量乘坐我們的飛船，換轉普通人看見飛船，他們都只敢提起手機拍攝，絕不會像你夠膽量登上飛船呢！我們的星球需要勇者，因此我們經過討論後，決定由你做我們的國王。」外星人解釋說。

國王！那我不就可以為所欲為嗎？我心想。於是我馬上命人把那裡最先進的物品拿來。哇！這是長生不老的注射劑。不過，我曾看過太多有關長生不老的故事，因為結局都是悲劇，所以我絕不會注射的。

接著，我又命令他人，把我帶到一個我從未到過的地方，於是他們就把我帶到了水星。我獨自一人在水星玩了七天七夜也不肯走，所以外星人就生氣地對我說：「你太懶惰了，還是不適合做我們的國王，我們決定送你回地球啦！」

正當我想令他們改變主意時，一道強光向我射過來，我馬上失去知覺，醒來後才發覺淘氣的妹妹正坐在我的床邊唸故事書，而四周卻不見外星人的蹤影。這次我與外星人相遇的情境真特別，疑幻又似真呢！

