



東華三院洗次雲小學

T.W.G.Hs Sin Chu Wan Primary School

2021-2022 年度 中文科 青苗集



目錄

頁數	題目	作者
P. 1	《跑步比賽》	1A 冼逸雅
P. 2	《聖誕節派對》	1A 梁珮瑜
P. 3	《短文寫作》 學校運動會	1B 程佩僑
P. 4-5	《看圖造句》	1B 蔡政男
P. 6	《一次難忘的活動》	1C 詹竣涵
P. 7	《一次難忘的活動》	1C 楊鋸嵐
P. 8	《跑步比賽》	1D 葉子葳
P. 9	《聖誕節派對》	1D 楊昕琳
P. 10	《快樂的生日會》	2A 溫可峯
P. 11	《一件意外》	2A 韓卓縈
P. 12	《一件意外》	2B 馬淳一
P. 13	《可惡的老鼠》	2B 陳霈逸
P. 14	《快樂的生日會》	2C 林千皓
P. 15	《母雞與大花貓》	2C 曾倩庭
P. 16	《母雞與大花貓》	2D 畢一喬
P. 17	《頑皮的弟弟》	2D 鄭家嵐
P. 18	《皇蜂，皇蜂！》	2D 潘志爽

目錄

頁數	題目	作者
P. 19	《蛇，蛇！》	2D 梁熠丹
P. 20	《鬼，鬼！》	2D 歐宛儒
P. 21	《螞蟻，螞蟻！》	2D 鄭賢鋆
P. 22	《老鼠，老鼠！》	2D 丁朗喬
P. 23	《獵人，獵人！》	2D 林筱俞
P. 24	《短文寫作》一次到郊外放風箏的小意外	3A 馮栢森
P. 25-26	《我的生日》	3A 葉承希
P. 27-28	《故事續寫——狐狸孵蛋》	3B 余芷琪
P. 29	《故事續寫——狐狸孵蛋》	3B 梁芷晴
P. 30	《一件令我後悔的事》	3C 林凱晴
P. 31	《一份珍貴的禮物》	3C 謝俊豪
P. 32	《一次令我後悔的事》	3D 麥雅嵐
P. 33	《一次令我後悔的事》	3D 蔡祉瑩
P. 34	《一件迎難而上的事》	4A 林煒庭
P. 35	《一件迎難而上的事》	4A 楊珈禮
P. 36	《一位值得感謝的人》	4B 梁盈安
P. 37	《收到夢寐以求的禮物》	4B 姜博然

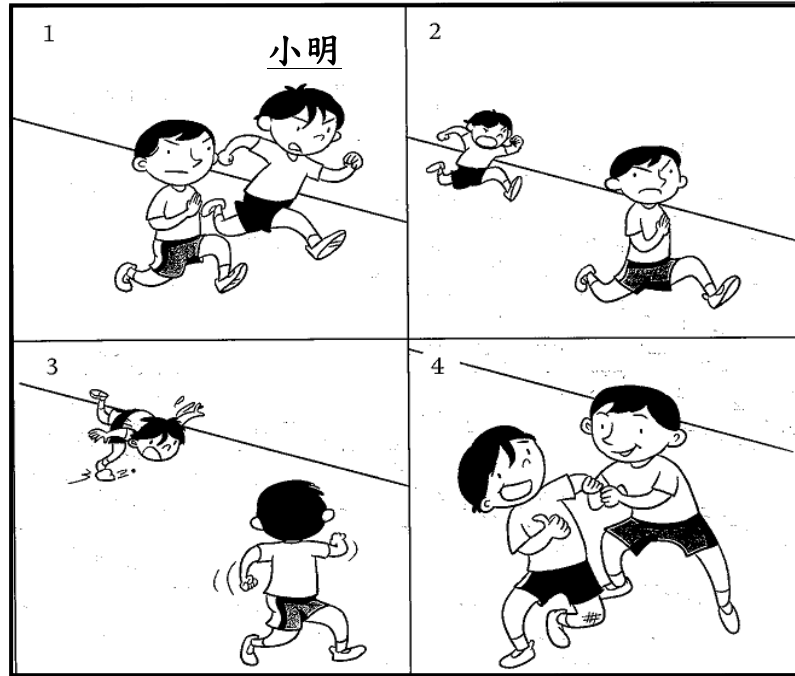
目錄

頁數	題目	作者
P. 38	《一位值得感謝的人》	4B 錢鈺皓
P. 39	《一似觸怒別人的經歷》	4C 周子涵
P. 40	《一件迎難而上的事》	4C 孫穎阡
P. 41	《一位值得感謝的人》	4D 陳曉東
P. 42	《記一件意想不到的事》	4D 黎日楠
P. 43	《香港常見的街頭小吃》	5A 陳漫晴
P. 44	《一次令我尷尬的經歷》	5A 彭琳
P. 45-46	《夏日》	5B 梁凱淇
P. 47-48	《魔法便利貼》	5B 鄒凱琳
P. 49-50	《寶貴的人生》	5B 羅欣
P. 51	《香港常見的街頭小吃》	5C 李彥怡
P. 52	《我終於踏出了第一步》	5C 李珈妮
P. 53-54	《倒霉的星期一》	5C 許攸攸
P. 55	《倒霉的星期一》	5C 郭珈熙
P. 56-57	《香港常見的街頭小吃》	5C 鍾呈晞
P. 58	《香港常見的街頭小吃》	5D 郭芯兒
P. 59	《香港常見的街頭小吃》	5D 李旭耀

目錄

頁數	題目	作者
P. 60	《令人又愛又恨的魚》	6A 戴文靜
P. 61	《記一次有趣的課堂》	6A 葉明琛
P. 62-63	《一次失而復得的經歷》	6B 姚昕彤
P. 64-65	《一次失而復得的經歷》	6B 曾熙雯
P. 66	《令人又愛又恨的芒果》	6C 林穎彤
P. 67-68	《令人又愛又恨的榴槿》	6C 羅芷淇
P. 69	《記一次說謊而自食其果的經歷》	6D 莫小婷
P. 70	《記一次生病的經歷》	6D 梁瑋恩
P. 71-72	《一次做家務的經歷》	6E 林曉盈
P. 73	《記一次生病的經歷》	6E 鍾穎孜

《跑步比賽》



今天是學校運動會，我和小明在運動場參加跑步比賽。

比賽開始的時候，我聽到槍聲一響，便拼命地向前跑。忽然，我聽到「啊！」的一聲，原來是小明摔倒了。於是，我快速地跑上前扶起他。

最後，小明稱讚我樂於助人，我感到很高興。

《聖誕節派對》



今天是聖誕節，動物們到小熊的家慶祝。小熊、小狗和小豬高興地碰杯祝賀。

小象在觀賞漂亮的煙花。小猴子在吃美味的水果。小兔在彈奏美妙的樂曲。小羊聽到輕快的音樂，便跳起舞來。小花貓收到聖誕禮物，感到十分愉快。

《短文寫作》學校運動會

1B 程佩僑

今天是學校運動會，我和小明到運動場參加跑步比賽。

比賽開始的時候，身體強壯的我跑得比小明快。

忽然，可憐的小明不小心摔倒在地上。

於是，我立即扶起受傷的小明。

最後，小明稱讚我樂於助人，我感到很開心。



《看圖造句》

1B 蔡政男

1. 一大清早，漂亮的媽媽凝望着窗外紅彤彤的太陽。



2. 生日那天，爸爸給我一份精美的小禮物，我感到很開心。



3. 上課時，受人愛戴的老師在課室裏用心

地教導同學們讀書和寫字。



4. 活潑開朗的姐姐一面聽美妙的音樂，一面跳優美的舞步，十分高興。



星期天，媽媽帶我和姐姐到海洋公園遊玩。

到了海洋公園，我們先到水族館，我看到了很多海洋生物，如鯊魚、海豚、水母和小丑魚，牠們的樣子都很可愛。接着，我們去玩攤位遊戲，我贏得了一個巨大的毛玩偶和筆袋，真令我感到意外。

這天，我真的感到十分開心和難忘。

《一次難忘的活動》 1C 楊鋸嵐

星期六，我們一家人到郊野公園燒烤。

當日天氣很好，我們一早便到超級市場買燒烤食物及用品。我們買了香腸、魚丸、牛扒和番薯。

到了郊野公園，我們便馬上開始燒烤。我最愛香腸和魚丸，因為烤完的香腸和魚丸外皮都很香脆，十分美味。吃飽後，我和表姐一起玩耍。到了晚上，我們才回家。

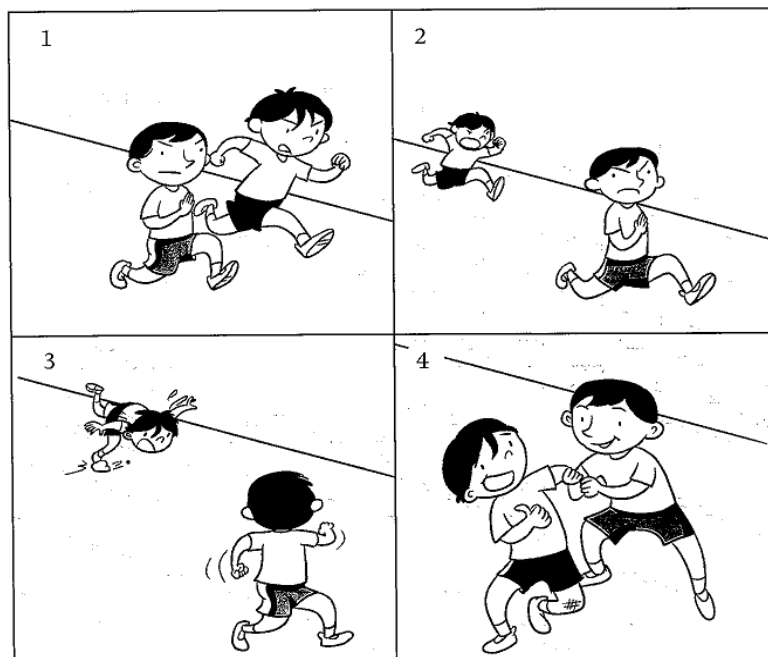
這天，我玩得很高興，真令我十分難忘呢！

《跑步比賽》

今天是學校運動會，我和小明在運動場上參加跑步比賽。

比賽開始的時候，我飛快地跑，更超越了小明。忽然，我聽到小明「啊！」的一聲，便看見他摔倒了。於是，我就扶起小明了。

最後，小明稱讚我樂於助人，我感到十分高興。



《聖誕節派對》

今天是聖誕節，動物們到小熊的家快樂地慶祝。

小熊、小狗和小豬高興地碰杯祝賀。小象高興地觀賞漂亮的煙花。小猴子快樂地吃美味的香蕉。小兔愉快地彈奏鋼琴。小羊聽到輕快的音樂，便跳起舞來。小花貓收到聖誕禮物，感到很開心。



《快樂的生日會》

2A 溫可峯

今天是媽媽的生日，我和姐姐商量如何製作禮物給媽媽。

姐姐說：「我們分工合作製作禮物給媽媽。」我畫生日卡，姐姐製作頸鍊。然後，我去廚房製作早餐，早餐有心形三文治和牛奶。我想：媽媽一定會喜歡的。

我和姐姐送了媽媽禮物，媽媽興奮得大笑起來，爸爸也稱讚我們是乖孩子。



《一件意外》

2A 韓卓縈

今天，我在學校裏拿功課給老師。

我忽然跌倒，還哭了，功課也散落一地。文杰和家欣聽到了我的哭聲，他們立刻幫我撿拾功課，還扶我起來。楊老師看見了，立刻走來。

最後，楊老師稱讚文杰和家欣，他們很開心。



《一件意外》

2B 馬淳一

昨天上數學課時，老師叫我把作業拿去教員室。我到達教員室門外，看到門已經打開了，當我想進去時，我不小心跌倒了，作業全部掉在地上。我覺得膝蓋很痛，我希望快些有人來幫我。就在這時候，樂於助人的文傑和嘉欣經過，看見我跌倒在地上，他們就走過來，嘉欣立刻扶起我，文傑就幫忙把作業收拾整齊。

陳老師看見了，先問我有沒有受傷，然後稱讚文傑和嘉欣樂於助人。我對他們說：「謝謝你們，我以後走路會小心。」



《可惡的老鼠》

2B 陳霈逸

星期六早上，爸爸媽媽上班去了，只有我一個人留在家裏，我悠閒地躺在沙發上看書。

忽然，我聽到「吱吱」的叫聲，然後看到一隻可惡的老鼠正在桌子上偷吃食物。我飛快地拿起一塊球拍，猛力地向老鼠打下去，老鼠嚇得驚慌地逃走。

怎料，我發現我把桌子上的雞蛋打破了。

我感到很害怕，心想：爸爸媽媽回家後一定會很生氣。怎料，爸爸媽媽回家後，他們沒有怪責我，反而稱讚我把老鼠趕走了。



《快樂的生日會》

今天，我看到掛在客廳牆上的日曆，發現媽媽的生日快到了。

於是，我和妹妹一起討論怎樣替媽媽慶祝生日。妹妹說：「我在手工班學會了用膠珠製作飾物，我會親手串一條五顏六色的項鍊送給媽媽。」聽過妹妹的話後，我心想：我畫一張漂亮的生日卡送給媽媽吧。到了媽媽生日那天，我和妹妹一大早就為媽媽準備愛心早餐，我們把麩包和雞蛋都切成心形，表達我們對媽媽的愛意。媽媽收到我和妹妹送給她的禮物，感到十分開心，爸爸也稱讚我和妹妹是乖孩子。

今天，我們過了一個愉快的生日。

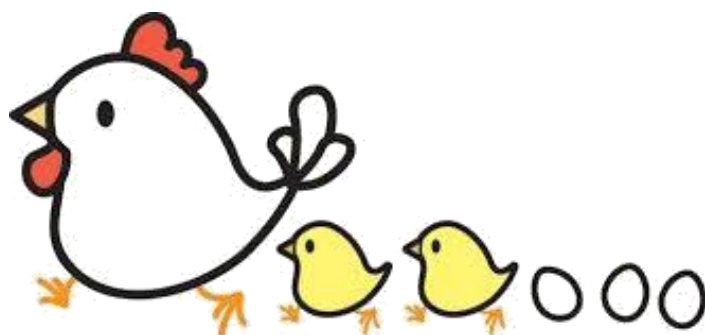


《母雞與大花貓》

今天，天氣晴朗，母雞帶着幾隻小雞到綠油油的草地上散步。

雞媽媽提醒小雞們：「兒子，你們別離開我。」雞媽媽說完後，小雞古古被一隻七彩繽紛的蝴蝶吸引住了，不知不覺就離開雞媽媽很遠了。大花貓一看見小雞古古，肚子就餓了，於是，大花貓就撲向小雞古古，小雞古古嚇了一跳。古古一面逃走，一面說：「媽媽，快來救我！」雞媽媽聽到了呼叫聲，馬上去救小雞古古。雞媽媽來到了古古的跟前，立即保護小雞古古。雞媽媽說：「你不要欺負我的兒子！」大花貓給雞媽媽嚇走了。

小雞古古知錯了，以後也不敢離開媽媽了。



今天，天氣晴朗，母雞帶着幾隻小雞到綠油油的草地上散步。

其中一隻貪玩的小雞離開了媽媽的身邊，跑去了捉一隻美麗的蝴蝶。這個時候，大花貓悄悄地躲在大樹後面，牠在想：如果可以捉到小雞就好了。

大花貓突然從大樹後面跳出來追着小雞，小雞感到十分害怕。牠立刻跑到媽媽的身邊，媽媽看見大花貓就馬上趕走大花貓。

雞媽媽生氣地責罵小雞，並教訓小雞以後不可以再貪玩了，小雞也知錯了。

星期天下午，弟弟到公園玩耍。他在樹下聽到悅耳的叫聲，原來是一隻美麗的小鳥在唱動聽的歌。弟弟看見那隻美麗的鳥兒就想：我一定要把牠捉回家去。

於是弟弟想也不想飛快地爬上樹去。正當弟弟伸手去捉小鳥時，牠迅速地飛走了。看到小鳥飛走，弟弟感到十分失望。接着他想回到地上，這時才發覺自己掛在高高的樹，十分危險呢！由於弟弟想不到方法爬下來，他害怕得高聲呼叫「救命呀！救命呀！」哥哥聽到弟弟的呼叫聲，便跑過來，哥哥協助他爬下來。

回到草地上，哥哥斥責弟弟不該如此頑皮，不顧自己的安全。弟弟答應哥哥會改過，以後做事不再得意忘形了，凡事必須要注意安全。

《皇蜂，皇蜂！》

2D 潘志爽

告訴你一個祕密：

我最怕皇蜂。

中午的時候，

我先要看看家中有沒有大皇蜂。

我最怕皇蜂。

晚上的時候，

我先要看看浴缸裏有沒有小皇蜂。

我最怕皇蜂。

早上的時候，

我先要看看花盆裏有沒有一隻很小很小的皇蜂。



告訴你一個祕密：

我最怕蛇。

早上的時候，

我先要看看街上有沒有大蛇。

我最怕蛇。

下午的時候，

我先要看看房間裏有沒有小蛇。

我最怕皇蜂。

夜晚的時候，

我先要看看文具盒裏有沒有一隻很小很小的蛇。



告訴你一個祕密：

我最怕鬼。

中午的時候，

我先要看看公園裏有沒有大鬼。

我最怕鬼。

下午的時候，

我先要看看房間裏有沒有小鬼。

我最怕皇蜂。

晚上的時候，

我先要看看文具盒裏有沒有一隻很小很小的鬼。



告訴你一個祕密：

我最怕螞蟻。

上課的時候，

我先要看看課室裏有沒有大螞蟻。

我最怕螞蟻。

下午的時候，

我先要看看書包裏有沒有小螞蟻。

我最怕螞蟻。

數學課的時候，

我先要看看文具袋裏有沒有一隻很小很小的螞蟻。



告訴你一個祕密：

我最怕老鼠。

早上的時候，

我先要看看街上有沒有大老鼠。

我最怕老鼠。

下午的時候，

我先要看看家裏有沒有小老鼠。

我最怕老鼠。

夜晚的時候，

我先要看看房間裏有沒有一隻很小很小的老鼠。



告訴你一個祕密：

我最怕獵人。

凌晨的時候，

我先要看看富士山有沒有大獵人。

我最怕獵人。

夜晚的時候，

我先要看看夢裏有沒有小獵人。

我最怕獵人。

黑夜的時候，

我先要看看衣櫃裏有沒有有一個很小很小的獵人。



《短文寫作》一次到郊外放風箏的小意外

3A 馮栢森

星期天，卓賢到郊外放風箏。

突然，一陣強風吹過，把卓賢的風箏吹在樹上了！他想：我應該在這裏等着，還是爬上樹呢？接着，他便爬上樹了。但是無論他爬了多少次，他都是沒法成功取回風箏。他想：我是不是不理它呢？他再爬上去時，「啊！」卓賢的風箏突然被風吹走了！那陣風說：「我來幫你吧！」

然後，風箏就掉下來了。他說：「今天真難忘呢！」



《我的生日》

3A 葉承希

回想八歲的時候，媽媽為我準備了一個生日會。

於是我邀請了親人和朋友來我家慶祝。而媽媽準備了一些既美味又豐富的食物，例如：可樂雞翼、汽水、蛋糕、巧克力、壽司、薯條……首先，大家玩了一些小遊戲，接著親人和朋友送了各式各樣的禮物給我。然後媽媽在冰箱裏拿出一個親手製作的蛋糕，之後大家為我一起唱生日歌，然後我深深吸了一口氣把蠟燭吹熄了。我向着蛋糕閉上眼睛

許願，大家為我送上祝福。

最後，我度過了一個既幸福又快樂的生日。



《故事續寫——狐狸孵蛋》

3B 余芷琪

狐狸肚子餓了，便到處找東西吃。他在河邊的草叢裏東翻翻，西找找，竟然看到一個大鴨蛋！狐狸一個箭步跳上去，把蛋抱住，迫不及待在地把蛋放到嘴裏。這時狐狸的腦袋裏突然閃出一個主意，試猜猜他在想甚麼？狐狸的腦袋裏有個聲音說：「你想吃鴨蛋，還是胖嘟嘟的鴨子呢？」最後，狐狸決定把鴨子孵出來，再大吃一頓。

這時，狐狸突然想到一個好主意：把鴨蛋偷偷地放在正在睡覺的鴨媽媽肚子下。狐狸等了好久，才終於等到鴨子寶寶終於孵化出來。他很興奮，迫不及待就要把鴨子放進嘴裏。忽然，鴨子喊了一聲：「爸爸。」狐狸一下子就感動了。

突然，一隻老虎從草叢中跳出來，向着他們撲過去。老虎伸出利爪，把狐狸抓傷了，狐

狸便跟老虎打了起來。鴨子看見狐狸受傷了，擔心地問：「爸爸，你怎麼了？」狐狸感動地說：「別怕，爸爸沒事。」老虎對鴨子說：「他不是你的爸爸，他是壞人！」鴨子並沒有理會老虎說的話，他只相信狐狸。

最後，狐狸憑着機智取勝。鴨子看見狐狸受了傷，便採了一些草藥敷在狐狸的傷口上，再用水替他消毒。狐狸既開心又感動，就這樣，他倆從此以後過着愉快的生活了。

《故事續寫----狐狸孵蛋》

3B 梁芷晴

狐狸肚子餓了，便到處找東西吃。他在河邊的草叢裏東翻翻，西找找，竟然看到一個大鴨蛋！狐狸一個箭步跳上去，把蛋抱住，迫不及待在地把蛋放到嘴裏。這時狐狸的腦袋裏突然閃出一個主意，試猜猜他在想甚麼？狐狸的腦袋裏有個聲音說：「你想吃鴨蛋，還是胖嘟嘟的鴨子呢？」最後，狐狸決定把鴨子孵出來，再大吃一頓。

狐狸把大鴨蛋帶回家，找了些乾草，堆砌了一個像母雞孵蛋的窩子，把大鴨蛋放在裏面。然後狐狸輕輕地坐在大鴨蛋上，希望能把小鴨孵出來。可是狐狸坐了沒多久，全身都感到酸痛，實在受不了！狐狸放棄了。

接着，狐狸心想：要不試試把大鴨蛋放在母雞孵蛋的窩子裏，不是更好嗎？果然，過了幾天，小鴨孵出來了。狐狸很高興，他把小鴨帶在身邊，沒有把他吃掉。為甚麼呢？原來小鴨把狐狸當成爸爸了！狐狸也很喜歡小鴨，把他當作兒子般悉心照顧。最後，狐狸和小鴨一起愉快地在森林裏生活。



《一件令我後悔的事》

3C 林凱晴

當我每一次玩我的玩具時，我都會想起那一件令我後悔的事情。那就是我偷了我的好朋友的小玩具。

我還記得小時候，我非常喜歡玩扮家家酒。媽媽在假日仍需上班，於是把我帶到朋友家。

我和我的好朋友一起看電視和玩玩具。玩玩具時，我看到一個可愛的小茶壺，我打算把它偷回家玩扮家家酒。當媽媽下班，接我回家時，我便偷了小茶壺。

現今我仍十分後悔，因為我知道偷東西是不對的。我的朋友願意分享最喜歡的玩具給我，我卻把它偷走了。現在她要搬家了，我沒辦法向她說對不起，我非常後悔。

《一份珍貴的禮物》

3C 謝俊豪

雖然只是一套普通的蔬菜玩具，卻是我最珍貴的禮物。

還記得放暑假的時候，媽媽帶着我回婆婆家。一天傍晚，我、媽媽和婆婆一起到菜田裏種菜苗。我拿着小鏟子幫媽媽挖小洞種菜，不一會兒，我便汗如雨下。我擦了一把汗，心裏不禁想：做農民真辛苦啊！雖然我覺得很累，但是我仍然繼續幫忙。婆婆看見我這麼賣力，便送了一套蔬菜玩具給我。

這套蔬菜玩具是婆婆送我的第一份禮物，也是我努力勞動的成果。



《一次令我後悔的事》

3D 麥雅嵐

今天天氣炎熱，媽媽和我到商場買日常用品。

我去到商場就看見一間玩具店，接着我便自己一個人走進這間玩具店，當我想問媽媽一些問題的時候，我才發現媽媽不在我身邊，我立即感到很害怕。

我立即去找店員幫忙打電話給媽媽。媽媽接到電話，便立即過來找我。

因為我這次只顧自己一個去做其他事情，所以與媽媽失散了，這次教訓我要常常跟着媽媽，不要隨處走。



《一次令我後悔的事》

3D 蔡社瑩

星期六，我約了朋友到操場打籃球，回想起星期六發生的事，我便會很後悔。

星期六那天，我正想到操場打籃球，媽媽對我說：「外面的天空那麼污雲密佈，你出外時要帶一把傘。」但我拒絕了媽媽的提議。

我剛到達操場，突然下起大雨，我的朋友都急急忙忙跑回家，但我還繼續打籃球。回到家，我覺得很冷，還不停流鼻水。媽媽知道後立即帶我去看醫生，醫生說我染上重感冒。回到家後，媽媽用心照顧我，我則躺在床上休息。我感到十分後悔，因為我的任性而浪費了媽媽的金錢，又令媽媽非常擔心。



今天是我的生日，我的爸爸、媽媽、朋友和親戚都從外地來到香港慶祝我的生日。他們來到香港後便來我的家裏慶祝我的生日，大家一進門便問侯我過得怎樣和送禮物給我。

我的親戚有的送玩具車，有的送書和文具，他們都很好，我的朋友送零食給我，因為他們欠了我很多零食。

而爸爸媽媽送了我夢寐以求的禮物，那就是爸爸媽媽一起畫的一幅畫，裏面畫了哥斯拉和金剛打架的畫面，看起來栩栩如生，好像真的一樣。

這是最喜歡的圖畫，爸爸媽媽真的懂我的心，我要好好珍惜它。我感到很高興，因為我收到爸爸媽媽對我的愛，這份禮物對我很有意義。



在人生道路上，我們一定會遇上不少困難，但是我們絕對不能退縮，反而應該勇敢地面對它。

從小我就喜歡打籃球，可是年幼時常因無法把球投入籃中而慢慢把打籃球的興致丟在一旁。

事隔多年後，爸爸為了令我重拾對打籃球的興趣，每晚都抽一點時間來教我控球的技術，教我走籃和射籃的技術。起初，我覺得很辛苦和困難。從此之後，我便漸漸愛上籃球這項運動。

我真的非常感謝爸爸給與我無限的鼓勵和支持，並陪我克服這個困難。



正所謂「慈母手中線，遊子身上衣」，我最想感謝的人就是我的媽媽。

我的母親有一張瓜子臉和一雙炯炯有神的眼睛。她是一位它心仁厚、心胸寬大、樂觀的媽媽。

其實我成績優異，不只是因為我努力地學習，還有媽媽的悉心指導，才能創佳績。每當我遇疑難時，媽媽就會馬上走過來，為我解說，就算我仍有不明白，但是她沒有責怪我，只會耐心地教導我；每當我學習上遇上挫折時，媽媽總會陪伴在我身旁，不斷鼓勵我，讓我有動力迎難而上。

親愛的媽媽，謝謝您，我定會努力學習，以優異的成績來報答您。



你夢寐以求的禮物是甚麼？我夢寐以求的禮物是一盒樂高玩具。

有一天，爸爸帶我到玩具店看玩具，我看到了一盒很漂亮的樂高玩具，便不禁對爸爸說：「爸爸，請你買給我吧！」爸爸說：「不行，這盒樂高實在太貴了。」我一看，原來價錢是五百元！我只好把心愛的樂高玩具放回原位，依依不捨地向它道別。

從此以後，我不知道為甚麼爸爸要經常加班，很晚才回家。我心想：他有甚麼事呢？直到聖誕節的那一天，爸爸拿出一盒禮物，我接過禮物後，便把包裝拆開，發現是我最想要的樂高玩具，我開心得欣喜若狂，眼淚不禁奪眶而出，激動得哭了起來。

原來爸爸經常加班，多賺點錢，是因為他要買玩具給我。這份樂高玩具真的得來不易，我一定會好好珍惜！



你想感謝的人是誰呢？我最想感謝的人是我的母親。

母親有一雙清澈明亮的眼睛，她那雙眼睛可以看到透我的心，知道我是開心，還是不開心；她那張櫻桃小嘴，說出的一句句溫暖的話語，讓我解開了心裏的憂愁；她那張瓜子臉，露出的笑容，讓我開心又自在。

如果我遇上難題，她就會教導我，若我仍不明白，她絕不會放棄我，只會耐心地逐一再講清楚。當我不開心時，她會裝可愛，逗我開心。我一生病，她會帶我去看醫生，還會餵我吃藥，無微不至地照顧我。

媽媽，你耐心地教導我，花心思討好我，無微不至地照顧我，我真的很感謝你。媽媽，我愛你！





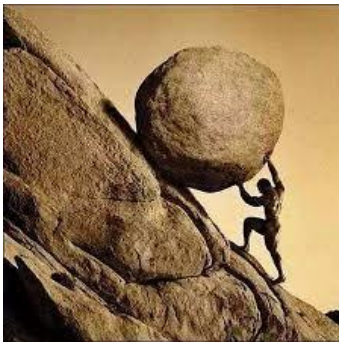
《一似觸怒別人的經歷》 4C 周子涵

你知道我什麼時候觸怒了別人嗎？那是在前天晚上玩玩具的時候。

前天晚上，我在家裏玩玩具，玩具撒滿一地，把家中的通道及擋住了，正好媽媽經過，於是她輕聲對我說：「子涵，你讓一條路出來，好讓給大家一個方便，好嗎？」我回應道：「我不！」媽媽又說：「那我怎麼過去？」「用飛的方法？」我開玩笑。媽媽的臉一下子拉了下來，像刷了層漿糊般地緊繃着，她憤怒的喊：「你真自私！我又不是超人，怎麼飛？而且，你只顧着自己玩，沒有想到別人的感受……」她發火的樣子十分可怕，簡直像頭受傷的狼。

我仔細想了想，覺得自己很不應該，所以我對媽媽輕聲道歉。然後，我清出一條路來。

經過這次經歷，我明白了得為別人着想，所以我每次玩恐龍玩具，都會清出一條路，方便別人走過。這就是我觸怒別人的經歷了。



《一件迎難而上的事》

4C 孫穎阡

誰說失敗不能製造成功？我就是一個例子。

那時我正坐在沙發上看電視節目，媽媽問：「你溫習明天的中文小測了嗎？」我回答：「簡直是小菜一碟啊！」媽媽說：「你別太驕傲！」我敷衍地回答：「知道了，知道了。」

第二天，老師派小測卷時，我滿心以為會拿滿分，誰知卻不合格。我的心情一下子掉進了谷底，彷彿身邊的人都在笑我似的，在我的世界裏全部顏色都消失了，我傷心極了。回到家，媽媽發現我小測不合格，不但沒有責備我，反而說要跟我一起努力。我想：無論怎樣努力，我都追不上失去了的時間和不明白的內容。

於是，我只好跟着媽媽，一起編了一個作息時間表。每天早上六時起床溫習，八時吃早餐；九時做中文練習，十時閱讀電子書。起初，我覺得苦不堪言，更嚷著要放棄。後來，媽媽說了一句很有哲理性的話：「作家冰心說過『如果遭遇挫折，我們應以奮鬥的英姿與之對抗，這樣才是人生最輝煌的。』」經過一番努力後，我終於在小測中拿到滿分。

這期間，媽媽給了我很大的動力，提醒我迎難而上，不是沒有可能，她更讓我從跌倒中站起來。在這裏，我想說一句「謝謝你！」。

《一位值得感謝的人》

我最想感謝人有很多，當中我最想感謝的人是我的外婆。

我的外婆身材矮小，但力量很大，她滿頭白髮，大大的眼睛炯炯有神，臉上總是笑呵呵的表情，平易近人，和藹可親。

外婆是除了爸爸媽媽之外，最疼愛的人。每次外婆都會準備很多很美味的食物給我們吃，每一次都會吃很飽很飽。

記得有一次，我很想吃紅燒肉，那天天氣很寒冷，但是外婆為了我很早便出門買紅燒肉給我吃。回家之後，她就不停地打噴嚏，好像感冒了，我心裏覺得很對不起她。如果不是我貪吃說，想要吃紅燒肉，外婆就不會冒着寒冷的天氣出門。

外婆，謝謝妳一直都那麼疼愛我。



《記一件意想不到的事》

每當我看到這份禮物，我都會想起我九歲的生日會，當時真令我既高興又難忘。

八月十七日——我的生日，每年我都會很期待這天的到來，因為生日時爸爸媽媽都會和我慶祝生日。可是，九歲那年的生日，爸爸媽媽沒有為我辦生日會，和平日一樣。快到睡覺時間了，出乎意料地爸爸、媽媽仍然沒有任何表示，大概他們忘記了今天是我的生日吧。

我一個人在黑漆漆的房間裏，突然我聽到房門外有腳步聲，「咔嚓」一聲，房門被打開了，然後有幾個人影悄悄地走進來。「啪」一聲，燈突然被打開，「祝你生日快樂！祝你生日快樂！……」歌聲響起，我睜開眼睛，我看到爸爸拿着大大的蛋糕，慢慢地走過來，跟我說：「生日快樂！」媽媽把藏在背後的生日禮物拿出來並說：「生日快樂。」最後，爸爸媽媽和我高興地吃美味的蛋糕。

這個生日真的讓我難以忘記且意想不到！



燒賣是香港特色美食，也是不少人喜歡吃的街頭小吃之一。

燒賣的歷史悠久，傳說起源於元代北京，另一說是呼和浩特。

燒賣十分好吃，熱騰騰的燒賣味道絕佳。燒賣在不同地域有很多不同口味，如塞北燒賣，有羊肉味、糯米味……真是多不勝數！

燒賣的外表很特別。它的外皮是金黃色的，形狀呈四四方方的，從上向下看，活像一朵小花。

燒賣的製作過程不算複雜。首先用溫水和麪粉來攪拌一會兒，其後，士加入冷水攪拌，以增加成型能力。麵團用棗擀開，擀出的皮薄而不平，四邊如同花邊。中間放餡，並不用手包，由下向上一提即可成型。蒸熟即可食用了。

燒賣是百吃不厭的街頭小吃，它永遠都是香港人最愛的特色美食。

每當我看見這雙拖鞋和運動鞋，我就想起一次令我尷尬的經歷。

學校運動會前一天晚上，我決定早點睡覺，不幸的是我失眠了，我躺在床上翻來覆去，還是沒法入睡。當時已經是凌晨兩點了。

第二天早上，就是運動會。是的，我遲到了！我快速地換衣服和鞋子就飛奔出門。我到達運動會場，便坐在橈子上等候。到我比賽時，發現有一隻腳穿的是拖鞋，另一隻竟然是運動鞋！那時候，我滿臉通紅地說：「這是現在的新穿搭！」觀眾們都開始哈哈大笑，他們可不知道我已經尷尬得連腳趾都縮起來，面也漲紅起來。

回家後，我還是想着早上發生的那件事，現在想起已經不覺尷尬了，因為那只是一樁小事。

《夏日》

我快要升中學了！暑假的一天，手機忽然「叮！」一聲，我看一下。

三葉問：「陽菜，我們一起到海灘玩吧！」

「好啊！甚麼時候去？」我道。

三葉說：「明天十時左右，在南丫島 溶樹灣集合，再一起走到洪聖爺灣跟陽光玩遊戲！」

「好的！要不要約鈴芽和凧凧？」

「好呀！」

翌日，我六時四十五分就起床，梳洗後收拾好，七時半準時出門。到了碼頭，我看見三葉、鈴芽和凧凧三人在等我，我連忙躬着身子帶笑說：「對不起！我晚了！」

到達南丫島 溶樹灣，我們就出發到洪聖爺灣了。走了一小時，終於到了！我們立即跑到沙灘去，三葉把一張沙灘蓆打開，我把太陽傘打開，鈴芽把食物拿出來，凧凧去了買飲料。我們四個女孩躺在沙灘蓆上曬太陽。

過了不久，三葉提議：「不如我們一起到海邊玩沙灘球吧！誰輸了，就要請吃冰淇淋。好不好？」「好！」我們一致贊成。三葉把沙灘球充滿氣後，大家就往海邊衝去。

比賽開始了，大家互不相讓。三葉開始發球，球往我的方向飛來。我立即把球接住，再往鈴芽的方向扔。鈴芽往凧凧方向扔……

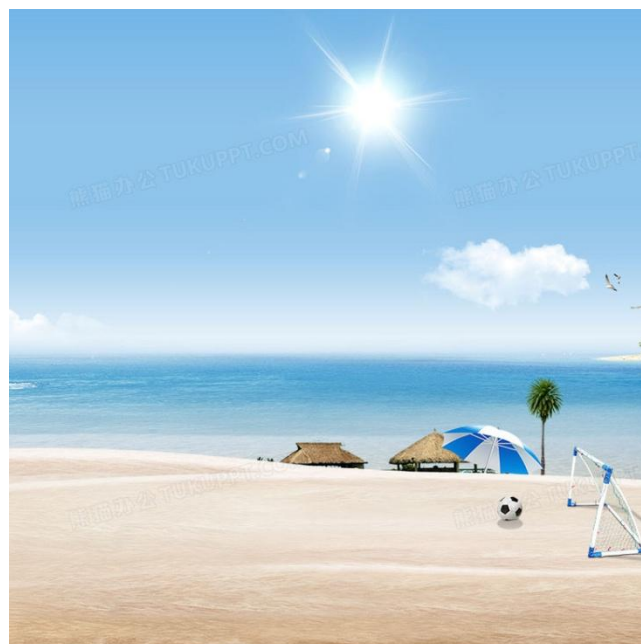
突然，「啪」一聲，我喝了一口海水。我禁不住大叫：「哇！好鹹啊！」哦！原來是三葉做的好事。我作勢把球向她的方向扔，但她身手敏捷地躲開了，球往鈴芽的方向飛去……

比賽結束，鈴芽輸了。她去了買冰淇淋。我們就乖乖坐在沙灘上等待。鈴芽回來了，我們愉快地享受着美味的冰淇淋。

吃完後，我看見雪條棒上竟然出現「中獎」兩字，我開心得尖叫起來，感覺自己非常幸運。

傍晚，我們四人買了一些手信後一起乘船回家，這個難忘的「夏日」，我們永不會忘記。

在這次旅程中，我們明白到「只要能再聚，離別就不會那麼痛苦」，希望我們能夠再次相遇—我的摯友。



《魔法便利貼》

每當我看到便利貼，都會想起那一段在我心中最黑暗的日子……

快要公佈英文評估成績了，我在心中默念着：求求老天，給我一個好成績吧！老師十分嚴肅地說道：「這次大家都考得好，但是鈴芽同學，你是唯一一個不合格的！」對於老師突然點我的名字，我十分震驚和害怕。

回家後，我一直在抽泣。看着桌子上的便利貼，模糊間我發現便利貼上寫着幾隻大字：「把你的願望寫上吧！」我拿起筆，在便利貼上寫上「我這次考試的英文成績是全班第一！」

第二天，我一回到學校，同學們就誇我道：「你好厲害！英文成績是全班第一！」聽到他們這樣說，我心想：全班第一？難道便利貼真的有魔法？

放學後，我走過一條小巷時，我無意間聽到同班同學墨燃和青玄的對話。墨燃說道：「鈴芽還不知道自己被騙了，哈哈！」接着，青玄說道：「對啊！就她這智商，難怪她考試不合格！哈哈！」我頓時覺得像是被一把最鋒利的刀狠狠地刺進我的心臟，我帶着哭腔說道：「為甚麼？為甚麼……」

回到家後，我抱着狐狸布娃娃抽泣，過了好一會兒才停止下來。

又過了一天，整個城市籠罩在陰濕的雨裏，灰濛濛的天空，遲遲見不着陽光，讓人感到莫名的沮喪，打不起精神。回到課室，我靜靜地走回自己的

座位，所有人都停下手頭上的工作，看着我，竊竊私語，說道：「鈴芽怎麼了？你看起來十分沮喪。」我並沒有理會。我走向青玄，冷冷地向他說道：「你不用裝了，我都知道了。」他問道：「知道了甚麼？」我回答道：「我聽到了你和墨燃的對話了！」過了一會兒，他帶了墨燃和幾個騙了我的同學向我道歉，我也不想和他們說太多，直接原諒了他們。

原來被人欺騙的感覺是那麼難受的，希望我不要再被人欺騙了，更不會迷信甚麼魔法了。



《寶貴的人生》

5B 羅欣

這天，我坐在沙發，突然想到了甚麼。我連忙走進房間，拿起一張我和一個小女孩的合照，沉思了良久……

上星期六，媽媽吩咐我去超級市場買些蔬果。我走到河邊看到一個小女孩，旁人也紛紛注視着她。很多人都在議論着，我懷着好奇心擠入人群。看到小女孩坐在河邊的大石上，雙腳就快碰到河水。看到這一幕，我已經估計到她要幹甚麼了。

我還記得上星期五，我在學校上了一節「人生正向課」的課堂，是關於如何抑制自己負面的思想。我鼓起勇氣上前問：「你怎麼了？是遇到甚麼事了嗎？」小女孩忐忑不安地跟我說道：「我有重度抑鬱，希望你別靠近我。」我愣住了。沒等我開口，她接着說：「人總有一天會離開，活著又有甚麼意義？」我被反問到不知所措。我想了想回答：「人活著就是要尋找自己人生的意義，讓自己發揮出自己最大的優點，甚至因為自己的存在，會令某些事發生了變化。倒不如嘗試在你寶貴的人生上加上一個小小的逗號，發掘自己的另一面。」小女

孩靜默了一下，「謝謝你！」她說道。小女孩轉過身，把雙腳放回地面。看到這，我會心一笑。

接着，我和這個小女孩拍了一張照，她在照片上寫了幾個字，「大家也為自己的人生奮鬥吧。」

幫助陌生人也會幫助到自己，我相信得到的回報會更多。



相信不少人也吃過砵仔糕，尤其是上一代的香港人。砵仔糕是很多人喜歡吃的街頭小食之一，以下就會作出介紹。

砵仔糕的歷史悠久，已有數百年歷史。清代咸豐間成書的《台山縣志》曾記載：「在華豐迂橋旁，河旁有石，泌出清泉，其家適設石上，取以洗糖，澄清去濁，以鉢盛而蒸之，非他人所用，」由此可見砵仔糕在清代已有記載，歷史悠久。

砵仔糕的外型十分特別。砵仔糕的形狀是圓形，會放在一個小碗裏。它小巧玲瓏，兩三口就可以吃完。它的外表晶瑩剔透，顏色通常是黃色或咖啡色，表面還會有一些紅豆。蒸好的時候，中間會稍微往下凹陷，好像一個小肚臍。砵仔糕的觸感軟軟的，軟得像一塊棉花糖。

砵仔糕的味道可口。吃的時候，用竹籤沿着「鉢仔」的邊緣轉一圈，就能取出砵仔糕。新鮮出爐的砵仔糕口感比較軟糯，帶有濃郁的米香味；放涼後的砵仔糕會彈牙一點，帶有魚香。加上清香的紅豆味，令砵仔糕的味道更上一層樓，使人回味無窮。其實砵仔糕的口味非常多，例如：草莓味、巧克力味、香芋味、玉米味……而它們的口感都是冰涼清甜，吃後齒有餘香。砵仔糕的味道甜而不膩，沒有莎翁的糖分高，比較健康。

砵仔糕的味道清甜可口，加上價格便宜，難怪是香港人喜歡的街頭小食之一。有機會的話，大家也要嘗一嘗啊！

每當我看見這一張合照時，心裏那份喜悅就會湧上心頭。

還記得那天是姐姐的十一歲生日，她興高采烈地邀請了她的朋友來我家慶祝。「叮噹……」門鈴響了，一群大姐姐、大哥哥進了我家。姐姐穿了一身漂亮的衣裳出來迎接他們。他們正聊得投契、火熱，大家也有共同的話題。而害羞的我卻只坐在一旁的椅子上遠遠地聽着他們的對話，一點也不起眼，顯得格格不入。我十分羨慕別人跟同伴一起，而我卻只能形單隻影。我害怕寂寞，縱使身邊再多人再多歡笑聲，感覺還是只剩我一個人，我的心裏依舊感到孤單、惆悵與空虛。想到這裏，我低下了頭，眼淚再也忍不住掉下來。心裏早已亂成一團，想跟大家搭上一句話，卻又不知該說些什麼。

突然，媽媽拍了拍我的肩膀，以溫柔的聲線安慰我、鼓勵我。聽了媽媽的話後，我終於踏出了第一步，鼓起勇氣向他們的方向走去，用細小的聲音向大家打了一聲招呼，心跳得一下比一下快，臉蛋早已紅得像一個蘋果。媽媽讓我、姐姐和她的朋友們一起合照，我莫名感到興奮。我拿起照片，讓大姐姐、大哥哥在照片背面簽名。原來不同年紀的人也能成為好朋友，只要你有足夠的勇氣，你也可以融入別人的圈子裏。我看着合照，承諾一定會好好珍惜它。

看見腿上的瘀傷，我又想起了上星期一的事。

每逢星期一，我都要回學校當值，因此我必須在七時二十分前回到學校。怎料，那天的鬧鐘卻沒有像平常一樣「叮叮」地響個不停，反而安靜得很。房裏太安靜了，安靜得連我均勻的呼吸聲都聽得一清二楚，我也還在昏昏欲睡，就像一頭豬一樣。突然，一陣巨大的聲音傳來。我迷迷糊糊地睜開眼，揉了揉眼睛。這時候，我看見媽媽衝進房間，我突然想到什麼，這才意識到我該上學了。我急忙看了一眼牆上的鐘，嘴裏喊着：「七時四十分……糟了！我要遲到了！」我衝出房間，打開衣櫃，把掛在衣櫃裏的校服拿出來，趕緊換上。「叮！」麵包機像提醒我一樣，叫了一聲。說時遲，那時快，我的嘴裡已經咬着一塊麵包，衝出家門。媽媽緊隨我，大喊一句：「哎呀，你忘記帶飯盒了！」可是，我已經跑到了街上。

看到了前方學校時，我滿頭大汗，上氣不接下氣地喃喃自語：「終於……終於到學校了！」我鬆了一口氣。不過，當我正準備要踏進校門時，「叮噹叮噹……」上課鈴聲響起了。我只好硬著頭皮，讓老師在我那本手冊的「遲到紀錄表」上印下紅紅的蓋章。要知道，下一節課可是堪稱怪獸教師——吳老師的課。想到這裏，我的全身上下開始產生一種不寒而慄的感覺。我急忙跑回教室，但我卻沒有注意到地上的一灘水。我猝不及防滑倒在地上，身上沾滿了污水。那時候，世界彷彿靜止了，所有人的目光都落在我身上。我的臉一下子就紅得像蘋果，開始不停地冒汗，那時候我恨不得找

個地縫鑽進去。我趕緊到洗手間裏清理，接著我便回到教室了，心裡默念着：千萬不要再有任何倒霉的事情發生在我身上啊……怎料，當我打算打開功課袋，準備交功課的時候，我卻發現裡面是空的！我捂着嘴，自言自語道：「完了，我這個學期已經欠交了十次作業，要記『小過』了……」我只好慚愧地告訴老師。

到了體育課，我本來還高興得亂蹦亂跳，可沒想到，還會有更倒霉的事情落在我身上……打籃球時，同學把籃球傳給我，誰知道，我不但沒能接住，更不小心地扭到手指。上一秒，我還在樂翻天，下一秒，我就跪在地上，看着手指，眼淚瞬間奪眶而出。女班長把我帶回課室，讓我休息。我心裡不滿地吶喊着：今天真是個倒霉的星期一！都怪上天……

終於放學了，我回到家，累得直癱在牀上。我開始反思：其實，這些事是可以避免的，只是取決於我是否能謹慎做事。我不應該這麼粗心大意，亦不應該埋怨上天。雖然上星期一確實很倒霉，但那一天卻意義重大，讓我領悟到許多。

我一邊寫日記，一邊回想起今日的事情。

放學後，我的肚子餓得快凹進去了，我立即跑到餐廳吃飯，卻在匆忙中弄丟了八達通和學生證，但我當時沒有注意。吃過午飯後，我便回校參加興趣班。

回到學校後，我才發現八達通不見了，我以為我在餐廳時交給了媽媽，便沒有多加注意。回家後，我叫媽媽把八達通還給我，但她說八達通不在她那裏。我心想：糟糕了！八達通一定遺留在餐廳那兒！不過，我沒有時間去找了，我還要到託管中心。

因為心裏一直惦念着八達通的事，我完全沒有做功課的心情，但在導師的催促下，還是在電影時間前完成了。我看着電影，心裏的擔憂一下子被抹去了，渾然不知書包裏發生了一場「水災」。回家後，我把功課拿出來時，發現水壺的水全都漏出來了，工作紙都濕透了，於是我把工作紙掛在晾衣架上，希望盡快晾乾。媽媽不停地罵我，我看見工作紙在風中搖曳，但在我的眼中，它們好像伴隨着媽媽罵我的節奏跳舞，不停嘲笑着我的大意。我不禁慨嘆：「今天真是倒霉的星期一啊！」

臭豆腐是一種深受香港民眾喜愛的常見的街頭小吃，雖然它有一陣臭味，但為什麼那麼受人歡迎呢？以下我就會向大家介紹臭豆腐。

臭豆腐歷史悠久，而且起源非常有趣。美味的臭豆腐原來是幾百年前被人碰巧發現的，當時有一個艱難謀生的豆腐商人，打開了一瓶裝着幾天沒有賣掉的豆腐容器，並發現瓶子內的豆腐和豆漿混合物已經開始發酵了。後來，他鼓起勇氣，嘗了一口這臭氣熏天的綠色混合物，味道居然不錯！後來，他開始銷售這種發酵食品，竟然大受歡迎！連慈禧太后也把臭豆腐列入了供品清單！

臭豆腐的外型雖然很平凡，但味道卻很吸引。它是一個長方體。如果是油炸的話，它的外皮是金色的，裏面是綠色的。咬下去時，就會發覺外面很脆，裏面很嫩。只要能忍受着像腐爛垃圾的臭味，就會發現其實它很香脆可口。如果加上一些配料，例如：蘑菇、胡椒、辣椒，甚至冰淇淋，味道便會更上一層樓！

臭豆腐的製作方法非常複雜。它跟所有發酵食品一樣，需要一段長時間才能做好。首先要將壓制好的豆腐塊放進一個罐子裏，每個罐子裏必須裝滿了不同的純天然蔬菜和鹵水，這些鹽水也要在正常溫度中發酵兩年。這些豆腐放進瓶子裏後，它們就會慢慢地變成深綠色的混合物，時間最少放兩周，放的時間越久，汁液就越多，也會越軟越臭，發酵後就可以上鍋煮食。臭豆腐的製作方法有很多種。例如油炸、火鍋、炭烤，甚至腐乳！臭豆腐的製法比魚蛋的製法要複雜得多呢！

臭豆腐真是一個誘人的街頭小吃。下次大家經過售賣臭豆腐的店時，不妨也來嘗一嘗吧！

《香港常見的街頭小吃》

5D 郭芯兒

香港有很多種類的地道街道小食，如格仔餅、雞蛋仔、砵仔糕等。在眾多的街頭小食當中，我最喜歡的街頭小食是格仔餅。

格仔餅起源於 1970 年代，歷史悠久，是其中一款最受香港人喜歡及喜愛的食物。相較食肆及其他餐廳的食品，街頭小食的最大特點就是便宜，隨時也可以當作飯後甜品。

格仔餅擁有獨特的味道，它的外形一凹一凸，它的形狀是圓形的。格仔餅有很多不同的口味，朱古力、紅豆、芋泥、芝麻……也有雪糕格仔餅等不同的口味及食法，滿足人們不同的口味需求。

那麼格仔餅是如何製作的呢？格仔餅主要的用料是蛋漿和麵糊，以雞蛋、砂糖、麵粉及淡奶混合而成，烤焗約四分鐘便要拿出來，避免變得硬繃繃。

品嚐過多款的地道食物，格仔餅至今仍然是我最喜愛的香港地道街頭小食，也是眾多香港人喜愛的特色美食。



《香港常見的街頭小吃》

5D 李旭耀

香港有很多常見的街頭小吃，但我最喜歡的還是格仔餅。

格仔餅又名華夫、鬆餅、夾餅或窩夫，來自比利時的小食，將雞蛋、砂糖、麵粉、淡奶混合起來。在香港，格仔餅的傳統吃法是配牛油、花生醬、煉奶及砂糖。

格仔餅一般呈圓形，分成四等份，人們通常會把格仔餅對摺，夾起來成半圓形狀來吃。烤好的格仔餅吃起來有點鬆軟，而且味甜。傳統上的格仔餅都是金黃色的。

近年來，格仔餅出現了不同的口味，例如巧克力口味、蜜瓜口味等，不斷變化出不同的口味。

格仔餅這種街頭小吃真的是太美味了！



《令人又愛又恨的魚》

6A 戴文靜

在日常生活中，有很多令人又愛又恨的食物。但是我覺得令我
又愛又恨的食物是魚。

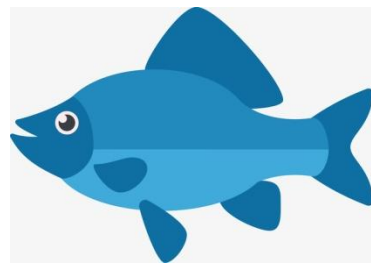
我愛吃魚的原因是魚的肉質細嫩鮮美，還有很多功效。第一，
魚含有不飽和脂肪酸，對血液循環有利，是心血管病人的良好食物。

第二，魚含有豐富的硒元素，經常食用有抗衰老、養顏的功效，
而且對腫瘤也有一定的防治作用。

第三，對於身體瘦弱，食慾不振的人來說，魚肉嫩而不膩，可
以開胃、滋補，尤其適宜虛勞、風虛頭痛、高血壓等人食用。

至於魚令我恨的原因是魚太多骨，如果不仔細啃魚骨，會被鯁
着，而我就是這樣子鯁了四次魚骨，其中一次還因此住進了醫院，
所以經過那幾次經歷，我都很少吃魚。即使吃魚，我也會特別小心。

雖然魚真的有很多魚骨，但是不能制止我對吃魚的熱愛。



《記一次有趣的課堂》

6A 葉明琛

在一個炎熱的日子裏，我們在課室等候着我們最喜歡的中文課。突然，一陣高跟鞋的聲音向我們傳過來，我知道那是我們最喜歡的中文老師。

中文老師一進門，看見我們滿懷期待的樣子就害羞地笑了，然後她開始了那天的課堂。中文老師說：「我們今天的課堂內容是角色扮演。」我們全班同學都興奮得拍手大叫。

接着，我們開始了角色扮演，有三個角色可以讓我們選擇，有一個男同學竟然選擇扮演女主角，也有兩個女同學選擇扮演男主角，引得我們哈哈大笑，那位男同學頓時尷尬萬分，臉紅得像個猴子屁股。然後，他們開始扮演了，那個男同學模仿女孩子的聲音來說話，旁邊有兩個女同學捂着嘴巴忍笑，那個男同學彷彿聽到了，臉更加紅了，最後扮演活動結束了，大家都在誇那個男同學扮演得很認真，讓我們更加了解課文中人物角色的性格。

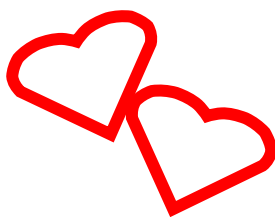
最後，我們以歡聲笑語結束了這節中文課，大家都很开心。



《一次失而復得的經歷》

6B 姚昕彤

每當我看到這張失而復得的八達通時，心裏總會湧上一股暖意，不是因為那張八達通的性能有多好，而是因為它當中包含了奶奶對我無限的愛。



有一天的晚上，當我打算把我今早放在桌子上的八達通放進書包時，我竟然發現我的八達通從桌子上消失了，一開始，我還沒有太在意，但當我把整間房子都找了一遍，但仍然找不到時，我的心情開始焦急了，心裏喃喃自語：我該怎麼辦？第二天上學還要用八達通，如果被媽媽發現我弄掉了八達通的話，她一定會罵我一大頓。我越想越焦急，我就像熱鍋上的螞蟻一樣。過了一會兒，我還哭了起來！我的哭聲很快傳到奶奶的耳邊。

奶奶聽到我傳來的哭聲，很是心痛。她馬

上從她的睡房走了出來，並向我問道：「你怎樣了？是不是有甚麼不開心的事？」於是，我便把事情一五一十地告訴了她，接着奶奶就請我先回睡房休息，她答應會幫助我找回的。

我回到睡房後，一直都睡不着，心情仍然忐忑不安，一直都在想着八達通的事，這時，我聽到客廳傳來「砰！砰！砰！」的聲音，於是我便從睡房看出客廳，原來是奶奶在努力地幫助我找回八達通，本來我以為奶奶只是安慰我，不會幫忙我尋找，沒想到她竟然願意為了我這個粗心大意的行為而徹夜幫助我尋找八達通，我頓時感到十分溫暖和感動，也充份地感受了奶奶對我無限的愛與包容。

最後，奶奶幫助我找回了八達通，經過這次失而復得的經歷，我明白到了粗心大意的後果，也吸收了不少的教訓。除此之外，也令我感受到奶奶對我無微不至的愛和照顧。

《一次失而復得的經歷》

6B 曾熙雯

看着床邊有一點破舊的羊毛針織做的洋娃娃，令我回想起上個月發生的一件失而復得的事。

當天天氣很差，下着暴風雨。那天是假期，我坐在沙發上抱着那個洋娃娃的小腿一晃一晃，百無聊賴的看着窗外，聽着雨水一滴一滴的聲音。突然，媽媽讓我去廚房幫忙，我便隨便把洋娃娃放在一旁，離開了。不久，我回到沙發，我發現洋娃娃卻不見了。我心急如焚，東番西找，也找不到。窗外的雨也越下越大，風「啪啪」聲的打在窗子上，彷彿伴隨着我的心跳。這時，媽媽來到了客廳，指着電視一旁問：「咦？小雯，你的羊毛娃娃怎會在這裏？」我回頭一看，原來我當時把它放在這裏了！它被電視機擋住了，我的心一下子放鬆了，真是謝天謝地呀！我心裏暗暗想。

這個用羊毛針織的洋娃娃沒有甚麼特別，並沒有玩具店的精美，但卻蘊含着我和小迪的友誼。

小迪是我最好的朋友，在她移民之前，我們每天形影不離，她十分幽默，每當我和她在一起時，我從不會覺得無聊。這個洋娃娃，是她親手一針針的織出來，當時她在機場送給我的，還讓我在不開心的時候可以抱一下它，讓它把溫暖送給我。

我看着窗外，雨已經停了，夕陽映照在我臉上，我抱着洋娃娃，閉上了眼睛，享受着這一刻的平靜。





《令人又愛又恨的芒果》

生活中，我們會吃一些水果來提取營養，例如芒果。可是，它常被說是「濕熱」，那麼，我們應該吃嗎？

芒果又稱「土芒果」，它原產於印度東北部與緬甸交界處，先後傳至世界各地。它是卵圓形的，果肉是淡黃色，果皮有黃艷紅或紫紅色的一種水果。芒果口感有點特別，有較多的粗纖維，果肉多汁，味道香甜、酸甜，肉質有點粗糙。芒果有很多品種，例如：愛文芒，金煌芒，玉文芒一號……無論是那一種，都很好吃。芒果的生長條件很高，它需要在二十至三十五度的環境下生長。若溫度低於十五度，便會停止生長，最好在向陽背風，結果較多，品質也更好。

芒果營養甚多，它的營養價值很高。它含有幫助維持夜間視力，預防夜盲症，乾眼症等的維生素A，有抗氧化功能，促進傷口遇合的維生素C，令人有飽足感的蛋白質，當中的粗纖維更有助於腸胃蠕動，抑制腸癌發生。雖然芒果營養豐富，但有些人吃芒果會過敏，會出現流鼻水、腹瀉，嚴重的會引起敏感性休克。

芒果可做的菜式很多，例如：芒果布甸、芒果糯米糍等。他們都會給很好吃，可是芒果性質帶「濕毒」，可能會導致濕疹、水腫、瘡瘍流膿……雖然芒果很美味，可是它卻悄悄隱藏了自己的快點，所以還是少吃為妙。你好，它是不是令人又愛又恨呢？





《令人又愛又恨的榴槤》

說起榴槤，相信大家並不陌生。許多人對榴槤的第一印象就是「臭」和多吃榴槤容易令人上火。但是它卻深受人們的喜愛，因為幼滑的口感。那麼，我們應不應該吃榴槤？就讓我們先來了解一下榴槤吧！

榴槤，又名「麝香貓果」，屬植物。原產於泰國、馬來西亞、印度尼西亞、汶萊，目前泰國、越南、中國等都在栽培。榴槤外型有趣，結構簡單。它的形狀多是長橢圓形，渾身上下長滿了扎人的尖刺，顏色為綠色大棕色。它的果實大小如足球，果皮堅實，果肉是由假種皮的肉包組成，肉色淡黃，黏性多汁，酥軟微甜。

榴槤的營養價值很高，含有各種不同的營養成分。它的碳水化合物成份很高，容易產生飽足感。此外，一瓣約一百四十三克的榴槤，其膳食纖維可達九克，等同於人一天攝取量的百分之三十六，對消化系統大有幫助，能刺激消化液的分泌和腸胃蠕動。榴槤還含有葉酸和蛋白質，體質陰寒的人可多吃。它既改善陰寒的體質，又增強人的免疫力。俗語說：「一個榴槤三隻雞」可見榴槤的營養價值十分高。

雖然榴槤的營養豐富，但過量食用會給身體造成傷害。過量食用榴槤，會導致體內胰島素分泌敏感度降低，令身體無法徹底吸收攝入的糖分，使血糖值升高，更有可能造成消化不良或腹瀉。

除此之外，吃榴槿時，千萬不可與「可樂」汽水或奶類製品同時食用，因為可樂含有咖啡因，令心臟和腦袋加速運行，再加上高糖分的榴槿，便會增加血管阻塞的風險。

總括而言，東西雖好，過尤不及，食用榴槿也是如此，一定要適量，切不可貪多。



每當我游泳的時候，我就會想起那一次我說謊而自食其果的經歷。

記得有一次，媽媽給我報了朗誦比賽，但是我卻完全不想參加，因為朗誦的內容又深奧又難背誦，每次我背的時候，都頭痛不已。唉！今天又要回學校練習了，突然，我靈光一閃，心想：反正不去練習又不會被罵，老師也不在，只是回校對着鏡子練習，那倒不如抽一天時間去做我最喜歡的事情——游泳。我笑得合不攏嘴，決定跟媽媽說謊。

我故作鎮定說：「媽……媽……我……我就先回學校…練習了。」媽媽的嘴角微笑着說：「好啊！記得帶……」媽媽的話還沒說完，我早就飛奔去游泳了。我迅速地換上泳衣，「撲通」一聲，我愜意地四處暢泳，時間過得飛快，不知不覺就到六時了，我頓感晴天霹靂，衣服都不換了，只披着一條大浴巾，就衝出門口。可是我一打開泳池的門，就看見正下着狂風暴雨，我沒有時間理會了，只管向前跑，幸好泳池就在家附近，所以我很快便跑回家了。

到了！到了！我的心默念着。一開門，我看到媽媽站在門口，她看見我穿着泳衣的狼狽模樣，眼裏的怒火直視着我，她咬牙切齒地說：「你為甚麼不去練習？就算不想去，也不能說謊吧！」她說完後，便用力地關上房門，沒再理會我了，那「呼！」的一下關門聲，讓我的心臟也隨之而停了跳動一樣。

最後，因為冒雨回家，所以第二天我就患上感冒了，我睡在牀上，深深地明白了自己的錯誤，但令我更自責的是在我生病時，媽媽一直細心地照顧我、陪着我，這讓我愧疚不堪，並心裏默默地承諾：我再也不會說謊了。



生病是每個人都不想經歷的事，但當我看見街上的醫院時，就會想起那次生病的經歷……

那天是星期一，我起牀時就感到頭昏目眩的，我用手摸了摸額頭，那隻手反射性地馬上彈開了，額頭熱得像剛燒滾的開水一樣滾燙，我頂着暈眩而疼痛的頭到了客廳，在吃早餐時，我用手托着自己的頭，一點食欲也沒有，媽媽發現我臉上掛着無精打采的表情，就問：「你是不是不舒服？要不要致電學校幫你請假？」我回答：「頭又暈又痛，今天不想上學了。」媽媽見狀，馬上幫我請了假，然後帶我到醫院。

到達醫院，媽媽跟醫生簡單說了我的狀況，醫生便幫我量體溫，結果……竟然是三十八度七！此時，我兩邊的臉像火燒雲似的又紅又燙，腦袋像吸滿了水的棉花那般重，後來醫生跟我們說去掛鹽水和取藥，掛完鹽水就可以離開了。當針刺入我的手背時，我的淚水終於流下來了，不是因為手背痛，而是發燒使得頭疼痛不已才流淚的。

回到家後，媽媽就叫我到牀上休息，她也坐在牀邊伴我入睡。第二天早上，我睜開眼睛的時候，映入眼簾的是媽媽伏在牀邊的身影，看着她疲倦的樣子，我心想：她昨天一定是徹夜未眠，悉心地照料我了……我不禁感嘆道：母親真是偉大！同時我也感到十分愧疚和感動，因為自己的病而讓身邊的人擔憂，幸好媽媽不辭勞苦地照料我。

那次生病是我第一次掛鹽水的經歷，過程中的痛苦讓我非常難忘，也讓我感到生命是寶貴的，也是脆弱的，我們應該多愛護自己的身體。



《一次做家務的經歷》

六月十八日

星期四

晴

今天，我放學回家，看到媽媽一臉悠閒的樣子坐在沙發上看電視，我心想：媽媽只會在家裏看電視，我卻每天都要上學和補習，不行！我一定要讓媽媽明白當學生的煩惱。於是，我便跟媽媽說：「媽媽，不如我們交換身分吧，你來當孩子，我來當媽媽，這個主意如何？」媽媽馬上答應說：「好啊，好啊，就這麼辦！」我便當起了「一天媽媽」……

我本以為能看一整天電視，但原來我的想法錯了。首先，媽媽叫我做家務，我便馬上抹地板，但我弄了半天，也弄不乾淨地面，我突然想起媽媽的話：「抹地板時要右手向下，左手向上拿着拖把，要不然，地板就抹不乾淨。」我跟着媽媽的方法抹了幾個來回，終於把地板抹乾淨了！此時，我已經累得氣喘吁吁，手臂酸，腰又痛。

然後，我去看看媽媽做功課的情況。我打開房門，看到媽媽一臉疑惑地看着作業本上的題目，她跟我說：

「原來六年級的功課那麼艱深，怪不得你平時做功課要花幾個小時。」我也跟媽媽說：「原來做家務是那麼辛苦的，對不起，之前我一直認為你只會在家裏看電視，甚麼都不會做，我體會到你的勞累了。我以後會替你分擔一些家務。」轉眼間，已經到晚上了，我見媽媽那麼累，便自告奮勇去做飯，媽媽也過來幫我。最後，我跟媽媽一起做了一桌美味的晚餐。

通過這次交換身分的經歷，我明白媽媽的辛勞，媽媽也學會了體諒我。



《記一次生病的經歷》

今天我看新聞時，報導員說：「昨晚十時一名四歲的小童因發高燒而死亡。」我頓時想起五年前的一次生病的經歷。

在我七歲的時候，當時父母都上班去了，家裏只有我一個人。當我起床時，我感覺身體像是被抽空了一樣，胸口好像被無數的大石壓住了，而且全身彷彿被火焰燃燒着。我在床上躺了半小時後，便一拐一拐地走進洗手間，我看見一個陌生的面孔，大吃一驚，仔細看原來是我自己，看着面色蒼白，脣色發紫的我，我有點不知所措，頓時愣住了。我馬上回房間打電話給媽媽，心驚膽戰地說：

「媽……媽，我好像發高……熱了。」媽媽大吃一驚，毫不猶豫從公司跑回家，還說：「你現在躺在床上休息，我馬上回來。」

半小時後，滿頭大汗的媽媽跑回家了，立刻說：「媽回來了，媽替你量體溫。」媽媽看到體溫儀上顯示四十度，便馬上抱我去醫院。

到了醫院，我排了十五分鐘，我聽到「叮咚!鍾穎孜，請到三二四號室。」我忐忑不安地進入急救室，一股刺鼻的藥水味嗆得我喘不過氣，我的眼淚漸漸流下來，媽媽在我身邊安慰道：「乖，媽在，不用怕!打完針，吃過藥，就沒事了。」我的心便安穩了。

這次患病的經歷，令我感受到媽媽有多疼愛我，那份愛給我動力驅走了病魔。媽媽，我愛你!