



晶晶回來了

自從晶晶從桃花源回來以後，已經過了一天，她的性格和待人處事的態度都有所轉變，她變得樂觀積極。

晶晶回來的翌日，她吃完早餐，穿好校服，背上書包上學去。她到了學校的時候，心想：還好沒有遲到，我還要跟老師和同學道歉。到了課室的時候，她的老師和同學都不理她。她首先向她兩個最好的同學道歉，綁辮子的小女孩叫小美，另一個叫小琳。晶晶對小美和小琳說：「對……對不起！我以前不應該把沙子灑向你們的蘋果。」小美和小琳說：「沒關係！我們重新做好朋友吧！」晶晶說：「好！」最後，她向老師和同學道歉。

在一個下午，晶晶在家裏做功課，她做着做着，不小心睡着了。忽然，她聽到了門鈴聲，她才想起爸爸出外買下午茶餐。她高興地跑到門前，把門打開，讓爸爸進來，爸爸對晶晶說：「我買了你最喜歡的草莓蛋糕和草莓可樂。」晶晶說：「哇！謝謝爸爸！」她心想：爸爸對我真好！然後，爸爸幫我倒飲料，可是，這時候，意外發生了！爸爸不小心把飲料倒在我的身上。爸爸說：「對不起！」晶晶竟然說：「沒關係！」

自從晶晶從桃花源回來以後，她變得更懂得珍惜友誼和重視親情了。





21-22

四愛 黃柏喬

晶晶回來了

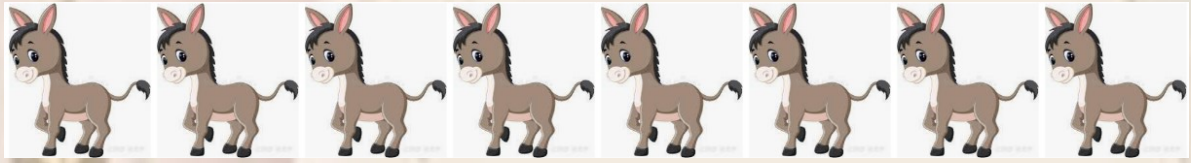
自從晶晶從「忘了村」回來以後，變得更懂得珍惜和朋友的關係，也增加與家人相處的機會，還變得樂觀積極。

這天的休息時間，晶晶主動去找她的朋友——小瑤和小琪道歉。
晶晶說：「對不起，上次我拿沙子撒你們的蘋果，是我不好，你們可以原諒我嗎？」小瑤和小琪異口同聲地說：「當然可以！」晶晶說：「謝謝你們！今天我帶了蘋果，我們一起吃吧！」小瑤和小琪說：「好！」她們便一起吃蘋果。

晶晶回到家後，乖乖地做功課，爸爸做好午餐後便說：「晶晶，別做功課了，出來吃飯吧！」晶晶回答：「好喔！」吃過午飯後，爸爸突然拿起一件衣服，對晶晶說：「晶晶，對不起！我不小心弄污了你最愛的衣服。」爸爸本以為晶晶會大發脾氣，但晶晶說：「沒關係，洗一洗就好了。」爸爸很驚訝，說：「晶晶，你從土地公廟回來後變乖了很多，我想你的媽媽應該很高興吧。」晶晶想：也許媽媽在天上真的很高興吧，我應該要更孝順爸爸，才行！

晶晶儘管還是很想念媽媽，但現在她卻要更孝順爸爸，更珍惜和朋友們相處。





21-22

四愛 黃柏喬

黑驢的結局——續寫篇

自從黑驢受到教訓之後，就變得樂於助人。

一天，黑驢和主人一起到森林探望主人的姐姐。在路上，他們見到一隻迷路的白驢，主人就收養了牠。黑驢到了主人姐姐的家，才知道她出外了，翌日才會回來，所以他們便回家了。

到達目的地後，主人找不到地方住，聰明的黑驢把自己帶的露營營幕拿出來，和主人一起住。黑驢心想：你這個主人怎樣養動物呢？竟然也照顧不到我。

第二天，主人再次帶著白驢和黑驢去他姐姐的家。主人還讓白驢背了一些水果去給他姐姐吃。突然，有一隻小兔子從樹後跳出來，在後面跟著的，是一隻兇猛的老虎。當老虎見到主人、白驢和黑驢，便立即撲向他們，他們嚇得拔腿就跑。白驢一個不小心，就跌倒了。眼看白驢被吃掉，黑驢就救了牠。

主人、白驢和黑驢都逃走了，他們到了姐姐的家，大家一起吃了一頓大餐。這個故事教訓我們要樂於助人，不可以自私。

海洋公園一天遊

一個月前，我和爸爸媽媽他一起到海洋公園，真是樂而忘返。

到達海洋公園，我們馬上乘坐海洋列車前往企鵝館。在那裏的氣溫很低，只有八度。原來是因為要給企鵝有一個在家鄉——南極的感覺。牠們有黑色的身體和白色的肚皮。那些企鵝一會兒在冰上「玩滑梯」，一會兒在水中游泳。最令我意想不到的，是牠們可以和海豚一樣在水裏高速游泳，真厲害！

離開企鵝館後，我們來到「水母萬花筒」。水母的外形令我想到牠們的手像會動的蛇，被固定在一把傘上。我還發現水母會「變色」！我問媽媽為甚麼水母會變色，後來才發現是燈光的效果，照射到水母身上，令水母有不同的顏色。水母一開一合的，有如在跳「開合舞」。真是美麗極了！

我們在海洋公園玩了大半天才回家。我希望可以再來玩吧！



21-22

四愛 鄺朗晴

我的朋友

你知道我的朋友是誰嗎？她就是廖心儒，她有一張圓圓的臉、一雙炯炯有神的大眼睛、一頭烏黑光亮的頭髮和一張櫻桃小嘴，笑起來很美、很甜，令人覺得她活潑可愛。

心儒是一個樂於助人的人，記得有一次，我和她在操場興高采烈地談天時，突然有一位小妹妹摔倒了，我嚇得驚慌失措，心儒毫不猶豫地跑到小妹妹面前，小心翼翼地扶起她，我們看見小妹妹的膝部鮮血直流，露出非常痛苦的臉容。心儒對小妹妹說：「小妹妹，你不要害怕，我會陪你到醫療室處理傷口。」儘管快要完結，她還是堅持帶小妹妹到醫療室，我很欣賞她。心儒是個善良、樂於助人的人，我真是佩服她啊！

她還是一個有耐性的人。有一次，有一位同學遇到一道難題，他絞盡腦汁都想不到答案，便向她請教。她有耐性地向對方提問，耐心地深入淺出解說，同學終於解答到這道難題，所以全班同學都喜愛與她做朋友。

我欣賞廖心儒，她樂於助人和有耐性，她真是我學習的好榜樣。



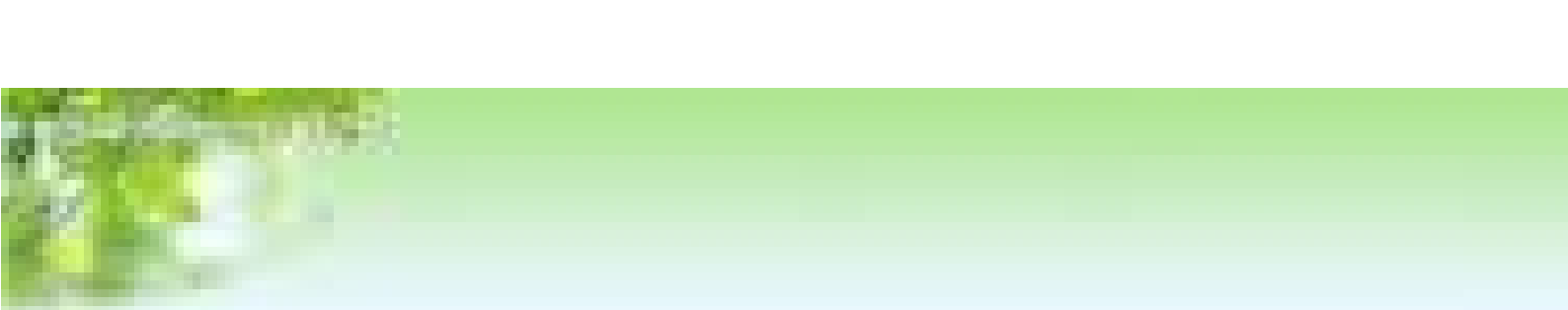
井底的居民大會

小青蛙自從聽到大青蛙描述井上的世界，便對井上的世界充滿好奇心，於是，他偷偷地往井外的世界看一看，看了之後他便愛上了井上的世界了。因此，他緊急召開「井底居民大會」。

小青蛙興高采烈地大聲叫道：「今天，我想跟大家討論一下——我們一起到井上生活好嗎？外面風和日麗，生機勃勃，紅紅的太陽緩緩地升起，照耀着那片綠油油的大地，還有很多不同的動物能跟我們做朋友，還有呢……」小青蛙還未說完，氣憤的大青蛙一邊瞪着小青蛙，一邊又大聲又激動地搶着說：「井上的世界根本不算得甚麼，你們不要被小青蛙的甜言蜜語影響，外面的世界有很多動物想吃我們，太陽的熱力差點兒把我溶掉了，還有小鳥在樹上不停發出又高又尖的聲音——「吱——吱——」，我的耳膜快要被他們震破了，外面的世界真是很恐怖。如果你們出去，就不是白白送死嗎？」

忽然傳來一道又慢又沉重的聲音，原來是老青蛙正在說話：「我……我反對，要是我們往……往上井外屋住，那些可愛的小……小蝌蚪怎麼辦？他們一定會……會不適應的。」些時，大青蛙附和老青蛙，他說：「對呀！我們也不忍心把那些小蝌蚪帶到井外受苦。」其他小青蛙也開始七嘴八舌地討論。

此時，我們井裏最聰明的青蛙博士從他們中間滿有自信地走了出來，神氣地說：「別再鬧啦！等我告訴你們，剛才大青蛙說的，全是錯的。雖然太陽的熱力很強，但經過大氣層後，熱力會降低，那些熱力根本就不足以溶掉我們。要是大青蛙不想聽到鳥兒那悅耳的聲音，可配帶我發明的神奇耳塞，那就可以不被滋擾啦！再說，我們會被動物踏傷或吃掉的機會十分微小，經過我精密的計算，大約只有百份之一的機率。而小蝌蚪方面，你們大可放心，我最近研發了一部可調溫度的恆溫暖水機系統，我們可以把小蝌蚪安置在有這系統的水池中，他們便可以快樂成長。」



大青蛙頓時呆了一呆，便說：「外面的空氣很渾濁，我上次只是
在上面逛了一會兒，已覺得呼吸困難，快要死了。」博士青蛙接着說：
「不用擔心，我為你們預備了一部空氣清新，有了它，你就會呼吸到清
新的空氣。」

經過一輪投票，結果發現大多數青蛙們也贊成到井外生活，小青蛙
說：「那麼我們快去預備行裝，明天早上出發吧！我已為你們找到了一
個合適的地方，那裏有很多蚊子和小昆蟲，每天我們可以大吃一餐，簡
直是天堂般的享受。」大青蛙聽到小青蛙這樣說，於是決定鼓起勇氣往
外面的世界闖一闖。

數天後，他們在小河邊享用美食，大青蛙心想：原來這裏沒有我想
像中那麼差呀！最後，青蛙們一直過着快快樂樂的日子。



井底的居民大會

聽過大青蛙對地上的描述，今天，小青蛙把所有井底的居民都召集在一起，討論是否搬到外面的世界生活。

小青蛙露出一副好奇的樣子說：「我認為外面的世界是非常美麗的，還有這裏的食物也不是很美味，可能外面有很多很多美味的食物！等着我們吃呢。還有外面有很多很大的地方可以讓我們玩！」

大青蛙插嘴氣憤地說：「才不是呢！你少年無知，不知道外面有多危險的！」

小青蛙說：「大青蛙，你讓我說完才發脾氣吧！我想外面一定有很多動物很友善能成為我們的好朋友。」

大青蛙聽到後感到很不滿，氣沖沖地說：「小青蛙，你這麼幼稚！我不是說過嗎？外面的世界是很危險的，有很多動物想吃掉我們，還有猛烈的太陽，陽光會曬傷我們的！我才不要讓我這麼白皙麗的皮膚變黑呢！」

老青蛙擔憂地說：「我年紀大，恐怕不能跳上去，因為實在太高了！所以我覺得留在這裏也挺好的，還有搬家很麻煩，我可不想啊！但是，正如小青蛙說的，我也想在那裏認識多些朋友，真是左右為難！」

聰明的青蛙博士一副很自信的樣子說：「我認為我們可以先到地面觀察一下，要是覺得危險，就返回井底來。這樣大家也可以大開眼界不用總待在這裏。我年輕時，也想過遊走，我覺得這上面不是大青蛙所說的那麼危險，外面的環境非常美麗，也有很多安全的地方居住。至於老青蛙的問題，



我可以背着老青蛙上去上面，然後再下來拿傢俬，這樣行了啦！大家不用擔心。」

小青蛙說：「既然大家都發表了的意見，其中大部分是贊成的，只有大青蛙反對。少數服從多數的關係，我們就……」

大青蛙生氣地插口說：「大家都不聽我的話，你們不要後悔啊！」

於是小青蛙、老青蛙和博士青蛙就搬到地面快樂地生活，只剩下大青蛙。牠們就找到了許多食物，而大青蛙就在井底孤獨地生活。



一次被讚賞的經歷

今天，我和爸爸一起去公園玩，我幫別人拾了一個皮球，結果被別人稱讚了。

今天萬里無雲，風和日麗，十分合適到公園玩，所以爸爸和我就去到公園去。那兒有很多遊人，有的人在玩皮球，有的人在跑步，有的人在跳繩，大家都十分寫意。

我和爸爸找到了一個較空曠的地方玩皮球，爸爸向我傳球，球速簡直快如閃電，我接不到，球直飛遠方，我馬上跑去拾球，忽然看見一個小孩子的皮球掉進了下水道中，「我要不要幫助他呢？」我心裏掙扎：還是算了吧！那兒又臭又骯髒呢。爸爸說：「你在看甚麼啊？」我說：「沒甚麼啊！」

然後，我和爸爸又再玩皮球，我心裏癢癢的，生怕那個小孩子拾球時會跌倒，我再回頭看看那個小孩。只見他伸手想拾回在下水道的球，但他不僅失敗了，還差點兒掉進下水道裏，看到這裏我忍不住了，我伸手幫那個小孩拾回了球，雖然我的手又臭又骯髒，但內心卻十分開心。這時，小孩子的家長對我說：「你真乖！你真是個樂於助人的好孩子！」我的臉兒都紅了，高興得一句話也說不出來。

經過這件事之後，我學會了要樂於助人，無論別人有沒有稱讚我，我們都要幫助他人。

記一次做家務的經歷和感受

上星期六，我第一次幫媽媽做家務，真是令我十分難忘。

那天，媽媽的公司打電話給媽媽，要媽媽回去公司工作，因此她不能幫我們打理家務，所以我決定幫她的忙。我、爸爸和姐姐經過一場討論後，決定分工合作，爸爸負責指導，姐姐負責做飯，而我就負責洗碗和拖地。姐姐做完飯後就到我和爸爸去完成任務了，我首先去洗碗，爸爸說：「用叉子或勺子把碗盤裡剩下的食物刮入垃圾桶，將水槽的一半注滿熱水，同時倒入洗碗液。水越熱越好。這樣有助於泡沫生成。當水槽的一半注滿水後，把水龍頭關掉。」按照油污程度由輕到重的順序清洗。先洗不那麼髒的餐具，比如叉子、勺子等。當這些器具洗乾淨後，再清洗碗盤。最後鍋子或其它廚具，因為這些器具會將泡泡水弄得最髒。用水把泡沫沖乾淨。碗和玻璃杯內部一定要多衝洗幾遍，把泡沫完全衝掉。」當我一開始做的時候，本以為整件事很簡單，但到後來，我發現那些碗碟身上有泡泡的時候變得很滑溜溜，差一點就捉不住了！我心想：這碗碟加泡泡組合是專門來和我作對的嗎！

我和碗碟們戰鬥了一大回合，終於成功到這項家務完成了，真是要累死我呀！然後，我就要去負責拖地。首先我要把不同的清潔劑和水混合起來，但是我連清潔劑和洗潔精的味道都分不清，哪裡能分辨得到不同的清潔劑呢！爸爸看見我這笨拙的樣子後，便像看出了我的心地說：「你要去拿藍色的那支和黃色的那支清潔劑，各倒一點。」我把拖地水弄好後，便開始拖地了，我發現拖地不但要九牛二虎之力去拖動拖把，還會把你弄到腰酸骨痛呢！我忍着自已心上的痛苦終於把地板拖乾淨了。我心想：這拖把重得跟一頭牛似的！

經過這件事情，我終於明白媽媽這些年做家務的辛苦，我希望我可以幫她減輕負擔，讓她不那麼疲累。

記一次做家務的經歷和感受

昨天，我煮了一道菜給媽媽——蛋餅。由於這是我第一次下廚，所以鬧出了不少笑話來。

因為昨天是媽媽的生日，所以我想給她一個驚喜。我決定親自下廚，煎蛋餅給媽媽吃。結果發生了一件這樣的事情……

我曾經看過媽媽做蛋餅，不過已經是五歲那時候的事了。幸好，還有一點點印象。我先開啟了電磁爐的開關，然後把油倒到鍋裏。我拿起中筋麵粉倒到一個碗裏。一不小心，把麵粉灑得到處都是。我心想：啊！完了！我急忙拿起掃把，把麵粉全都掃起來倒進垃圾桶裏。當我回到廚房的時候，已經累得個半死。我心想：咦？我剛才下了中筋麵粉沒有？好像還沒有吧。我又多下了一次麵粉。我心想：唔……現在輪到打蛋了。我把蛋殼打碎，蛋黃就像肥皂一樣溜了出來，掉到地上了。我伸手想去把它撿起來的時候，它馬上滑走了。不過，最後我還是把它捉住了。然後，我又打了一隻蛋放在碗子裏。我加了一點水後，就把蛋漿攪拌。最後，把它們都放進鍋裏煎一分鐘。我記得電視劇上的廚師，煎餅手法非常帥。我就學他們把餅拋上天空。結果把蛋餅拋到鍋外去了，幸好我接得快，否則餅就掉到地上了。我用筷子夾了一塊蛋餅來吃。結果……鳴嘔！「難吃極了！蛋餅淡而無味，外型像一些一團團的飯，又軟又黏，吃起來像鬼口水一樣。」我心想：我還是到餐廳買一些正宗的蛋餅回來給媽媽吃吧！想完，我就回自己的房間換衣服去了。

正當我換衣服的時候，媽媽走到廚房準備早餐給我吃。結果她發現了廚房裏的「蛋餅」，心想：啊！這一定是我的寶貝兒子做給我吃的

炒蛋，我一定要仔細品嚐。這時，我剛好從房間裏出來，看見這情形後，急忙阻止說：「危險！有毒食物！不要吃！」但已經太遲了，因為媽媽已經吃了。

現場突然鴉雀無聲，我打斷了安靜的氣氛說：「很難吃吧，下次不要再吃我煮的「毒藥」了。我現在去買一個正宗的蛋餅給你吃吧。」

「不需要，我最喜歡這個蛋餅，因為是我的寶貝兒子做給我的啊！」媽媽回答。「和……因為它好吃極了啊！」媽媽繼續說。「什麼？我以為它是全世界，不——全宇宙最難吃的蛋餅啊！」我說。「你做給我的食物怎麼會難吃呢？」媽媽說。我心想：好吧！要死一起死。所以我和媽媽一起把蛋餅吃光了。

從這次開始，我才發現媽媽多愛我，連全宇宙最難吃的「蛋餅」也照樣吃，真是不怕會「中毒」啊！

〈黑驢的結局〉

經過上兩次的教訓，黑驢決心成為一隻樂於助人的驢，去幫助別人。

一天，主人要黑驢和灰驢背着一大堆毛衣到市集去，途中灰驢已經累得筋疲力盡了，他一邊喘氣，一邊對黑驢說：「可不……可以幫我……背一些毛衣？」雖然黑驢也背得很累，但看見灰驢快要昏厥的樣子，牠馬上說：「好吧！」然後，把牠身上的一小部份的貨物卸下，背在自己的身上。灰驢便不覺得辛苦了，他非常感謝黑驢。

在經過山林的路上，突然傳來微弱的呼救聲，走近一看原來是一位腳受了傷的木匠。黑驢心想：這處是荒山野嶺，他的腳又受傷，遇到狼群豈不是要給牠們吃掉嗎？便趕緊走上前說：「伯伯，我背你回家吧！」「謝謝你！」木匠感激地說。到了木匠的家之後，牠才背着毛衣趕去市集。過了一個星期，木匠的傷口已經痊癒了，他為了答謝黑驢的救助，還給黑驢和灰驢量身訂做了兩架拖拉貨物的小車送給牠們，好讓牠們運送貨物時可以輕鬆一點。牠們見了非常高興。

從此以後，黑驢和灰驢都可以很輕鬆地幫主人運載貨物了。而此事不但讓黑驢深深體會到「助人為快樂之本」！而且明白到幫助別人的同時亦是幫助自己。



一次被讚賞的經歷

星期天，我和媽媽逛街的時候經過琴行，看見一部三角琴，令我想起去年的鋼琴考試。那是我在第一次的錄影鋼琴考試時，得到讚賞的經歷。

去年，我用了大半年的時間去準備鋼琴考試，我期待的大日子終於來臨了！我高興地跟媽媽出門去錄影鋼琴考試。我還記得當我踏進鋼琴室的時候，我的心情真的十分興奮，心怦怦地跳，如激蕩的湖水一樣不平靜。當我看到這部十分壯觀的三角琴時，我心想：我從未彈過音色這麼美妙絕倫的鋼琴。

回想起當天綵排的時候，我緊張的結結巴巴地說出一句話來，但當我正式錄影時，我竟然能較一字不漏把自我介紹熟讀出來。考試的樂譜也能夠流暢地彈奏出來。完成後，大姨說：「守意，你的表現十分出色。能夠準確地把所有樂譜彈出來，音色十分準確。」

當我聽到大家對我的讚美，我心裏像喝了蜜一樣，甜滋滋的。經過這一次錄影，我領會到只要盡力做到最好，就能得到讚賞。



21-22

四信 黃樂熹

我的朋友

我的朋友是卓盧，他身材苗條，有一頭金色的頭髮，瓜子臉上長着水汪汪的眼睛，臉上總是帶着笑容。給人一種可靠的感覺。卓盧是個堅強的人。

有一次，我們隊打冰球比賽輸給了國輝的隊伍。我雖然進了一球，但是我們只得亞軍，我垂頭喪氣地返回休息室。教練說：「最重要的是你們有沒有盡全力。」卓盧說：「不要灰心，我們只要下次擊敗他們，就行。」

教練細心地教我們不懂的技巧。我問卓盧：「為什麼我們很灰心的時候，你沒有灰心，反而很堅強？」他說：「媽媽教我，一個堅強的人，什麼事都能保持冷靜，而且不會有激動的情緒。」卓盧這種堅強的精神，讓我佩服得五體投地。

還有一次，他上樓梯的時候摔了一跤，腳的骨頭差點兒碎裂。我問：「你有沒有事。」他說：「雖然很痛，但是我不會哭。」我說：「你真是一個非常堅強的人啊！」他說：「其實沒有什麼事，今次如果腳骨碎裂了，去醫院檢查一下，應該就能很快康復了。」我心想：下一次打完冰球後，我要在教練和隊友面前誇贊他。他真是我的好榜樣。

卓盧真是一個堅強的人，我很佩服他，我希望能好像他一樣，成為一個堅強的人。

〈黑驢的結局〉

這次黑驢和灰驢會幫主人把貨物送到市場去。他們因橋塌了，只好繞路。現在黑驢和灰驢正在和主人一起包好貨物準備出發。在出發前主人叮嚀他們：「我們這次會把很貴重的貨物送到市場去，其中有珍珠頸鏈、黃金、名酒、化石等等，你們要小心點，不要把貨物弄丟了。」「好！」黑驢和灰驢異口同聲的回答。「那我們走吧！」主人說。

走着走着他們到了一條道瀑布，黑驢和灰驢都想停下來喝水。他們說：「我們想停下來喝水。」「好吧。」主人回答。「太好了！」黑驢和灰驢很高興地說。他們沒有發現在遠方有人在監視着他們的一舉一動。喝完水後他們繼續起程。當他們正在穿越草原時，忽然有一些人站到他們面前「要錢？要命？」其中一個人拿起大刀說。原來是強盜呢！他們嚇得毛骨悚然，主人心想：如果反抗的話，會被他們打得落花流水，皮開肉裂，生不如死的。灰驢說：「如果我們是你的話，我才不會給這些強盜一分一毫呢！」那些強盜聽了後，生氣得拿起大刀，斬向灰驢，嚇得牠大叫大哭。

黑驢見了，立刻用頭撞向強盜，強盜吃了一驚，他們一邊跑一邊說：「老子……今天還未吃午餐……本大爺就放過你吧！」大家發現黑驢流血了。黑驢心想：我做錯了嗎？幫助其他人真慘啊！他們又繼續行程。

他們終於到達了市場。有一個人看見黑驢流血了，就說：「我是一個獸醫，請問有甚麼可以幫忙的嗎？」「我的驢子有傷口。」獸醫看了一看傷口後，他問：「這隻黑驢的傷口好像是被刀刮到的，發生了什麼事嗎？」主人把事情經過一五一十地告訴獸醫。獸醫說：「這隻黑驢很勇敢，我建議你多給牠一點糧食，讓牠快點康復。」「可是，我的錢不夠買更多的糧食呢。」主人回答。「我可以分一點糧食給黑驢。」灰驢回應。從此以後，黑驢每一天就多了糧食。

現在黑驢覺得幫助別人是一件好事，因為別人也會幫助你。





晶晶回來了

自從晶晶從桃花源回來後，她變得不再亂發脾氣，懂得珍惜，還學懂與同學相處的態度。

回到學校，晶晶在小息時立刻去找她的朋友——守兒和小然並向他們送了一個自己親手做的蛋糕，守兒一臉驚訝地說：「你…你還是我們認識的晶晶嗎？」「你竟然會向我們送禮物！」晶晶內疚地說：「對不起，我以前因為自己心情差，而向你們發了脾氣，我也不應該向你們拋沙，拒絕了你們的心意。我以後會更加注意的。」守兒和小然聽見後，笑了笑，並說：「晶晶，我們很想念你呀！你是我們一輩子的好朋友！」之後，晶晶和她的兩個好朋友互相分享削了皮的蘋果呢！

晶晶回到家後，在她的玩具箱裏找到了媽媽生前送給她的最後一份禮物——刻着「晶晶」的玻璃杯。晶晶緊緊地抱在懷內，爸爸看見後，便對晶晶說：「晶晶，能給爸爸看一看嗎？」晶晶的心裏掙扎了一會兒，心想：這個玻璃杯是媽媽生前訂製給我的，獨一無二，可是爸爸也不會把它怎樣吧？」然後，晶晶就小心翼翼地提給爸爸。可是，在爸爸接手的那一刻，晶晶太快鬆手了。結果誰也沒接着，瓶子全摔碎了。晶晶的那一刻彷彿有一把刀子深深地插了進去，然後再拔出來，心痛極了。爸爸連忙說：「對不起，是我太笨了……」晶晶沒讓爸爸說下去，本想把爸爸罵得狗血淋頭，但是爸爸之前把「豆花」弄丟的那一幕湧上了心頭，晶晶心軟下來，對爸爸說：「爸爸，這不關你的事，只怪我太快鬆手了，你不要太內疚。」爸爸放下了心頭大石，他感到不可思議，說：「真的不要緊嗎？」爸爸詭異的呆若木雞，說不出話來，久久才說出心聲：晶晶你長大了，不再亂發脾氣，還懂得安慰爸爸，我就如同得回了之前乖巧的女兒一般嗎？」晶晶和爸爸笑了笑，他們兩父女就一起去把玻璃碎收拾乾淨。

晶晶從桃花源回來後，開始懂得安慰別人，和別人和睦相處，也不再自我中心，常常為別人着想。同學、老師和爸爸臉上也不再是討厭的表情了。

海洋公園一日遊

暑假的時候，爸爸帶我們到海洋公園遊玩，我們玩得很盡興。

到達海洋公園，我們急不及待地坐上纜車直奔位於山上中央的海洋劇場。在那裏，中央是一個巨大的水池，能容納四千名觀眾的劇場座無虛席，個個引頸以待的海豚表演開始了，只見兩條海豚慢慢游出，可愛的海豚全身像抹了油一樣，油亮油亮的。圓圓的腦袋上鑲嵌着一雙水汪汪的大眼睛，閃亮閃亮的。隨着音樂的起伏，牠們雙雙躍起，跳到半空中，然後消失在雪白的水花中，接着飼養員隨手畫了一個圈，小海豚便做了幾個後空翻，博得一陣熱烈的掌聲。牠們還懂得用尾巴站立，在水上滑來滑去的樣子活像在跳舞的少女。令人讚嘆的是牠們還表演了救起假裝遇溺的飼養員。表演在觀眾熱烈的掌聲和喝采聲中結束了。海豚的表演，真是十分精彩。

離開海洋劇場，我便興沖沖的來到飛天秋千，這個飛天秋千外型好像巨大的旋轉木馬，又像一隻隻小鳥被繩子捆綁在巨柱上，一個個座位像魚兒，像小鳥。我坐上去的時候，雙腳凌空，令我的心情既興奮又緊張。當它開始緩緩地升起，並且開始轉動。我覺得自己像一隻小鳥在空中飛翔，升上七米高空後，除了高高低低地擺動外，更會隨着節奏作波浪式迴旋，那興奮的感覺就像會飛的我正在和兄妹們在空中玩追逐遊戲。但升到最高時還可以三百六十度俯瞰園內外的美景，令人不禁驚嘆！但當它旋轉得越來越快的時候，我又感覺到自己的心臟都快要蹦出來了。終於，飛天秋千緩緩地下降。

最後，我們還玩了極地時速、海盜船等。海洋公園內的活動不但好玩、刺激，更令人增廣見聞。我期望下次可以再來遊玩。

回覆

井底的居民大會

當小青蛙聽到大青蛙的經歷，他想搬到地上住，所以他一個晚上偷偷到了地上，剛好遇見大鳥姐姐，她友善地帶小青蛙到處走，讓他到不同的地方看看。第二天，小青蛙召開了井底居民大會，討論搬到地上住的事情，小青蛙興致勃勃地說：「我這次召開居民大會，是因為我想提議我們搬到地上住，地面上有非常清新的空氣，又有既芬芳又色彩鮮艷的花朵，還有很多友善的動物，絕對不會攻擊我們……」

「胡說！」大青蛙氣憤地插嘴：「空氣是渾濁的！渾濁的空氣足足令我生病了兩個月！而……而且地面上的河會把我們沖走，十分危險！地上的食物也不是很多！我反對！」

這時，青蛙博士出來了，他對大青蛙滿有自信地說：「雖然我到過井，但我也沒有像你一樣病得足足兩個月，你上次只是普通的感冒，你的低抗力弱，才會病兩個月，還且河也不會沖走我們，啊，原來你不清楚我們的習性，我們游泳很強，就算在河裏也不會被沖走，我到井上時雖然差一點兒給蛇吃掉，但是井上的世界其實還是很安全的。」「是啊是啊！」

小青蛙也附和道，其他青蛙也點頭認同，青蛙博士打開了《森林大地圖》繼續說：「書上說我們井的外面有一個很潮濕的地方，又充滿了水氵的地方……」「潮濕又充滿了水氵的地方又怎樣？又不會沒有小動物來吃我們！獅子老虎也會到這裏吃我們，又不會沒有牛隻來踩扁我們！」青蛙博士冷靜地繼續說：「我們被牛隻踩死的機率很少，小的根本不會踩扁我們，根本不用擔心，你真是杞人憂天啊！而且獅子和老虎也不會吃我們。」青蛙博士打開了另一本書，名叫《蚊的習性》，他繼續說：「這本書上說蚊子很喜歡潮濕和水氵的地方，是因為他們是產卵，所以那裏應該有很多蚊子給我們吃」「這……」大青蛙頓時語塞。

突然有一把沙啞的聲音傳出「那我們的小蝌蚪呢？他們應該怎樣上去，而且我……我走得很慢，又一拐一拐的，我們應該怎樣上去呢？小蝌蚪們也會不適應地面上的濕度和溫度。」青蛙們轉頭看過去，原來是老青蛙。青蛙博士說：「你說得有道理，但我發明了一部機器叫「環境適應器」我們可以把小蝌蚪放進這個機器裏的水裏，慢慢調節溫度和濕度，小蝌蚪們可以逐漸適應井上的環境。」

「這次居民大會結束，我們一致贊成搬到……」突然傳

出一聲「等等！我還有意見！」正當小青蛙想結束這場居民大會時，大青蛙靈光一閃，忽然想出一個藉口來讓青蛙們都反對搬到井上居住。「我們下河游泳時會被一種叫做炸魚……不，是一種叫做鯊魚的東西吃掉，非常危險我們還是不要到井上住吧！而且你說的東西真的是真的嗎？」青蛙博士呵呵笑着地說：「呵呵呵，鯊魚是生活在大海的生物，他怎會到河裏吃我們呢？而且我說的東西是真的，你不信的話我們搬到井上去看看吧，好不好？」大青蛙再次語塞。「好吧我們搬到井上吧！」「現在，搬到井上住一事所有青蛙一致贊成！我們決定於明天早上七點到井上居住！」小青蛙宣布。

一個風和日麗的清晨，青蛙們在享受地面上的世界，清華博士邊看着書，邊捉身邊的蚊蟲來吃，老青蛙在照顧被放在「環境適應器」的小蝌蚪，看！大青蛙在附近清涼的石頭上懶洋洋地呼呼大睡！咦？小青蛙呢？原來，他成為了探險家，到處冒險。

日記一則——助人經歷

七月十日

星期五

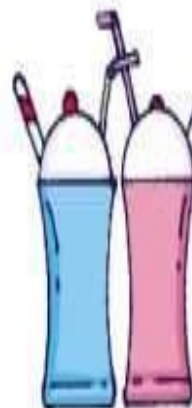
晴

因為今天我扶小明到醫療室，所以老師稱讚了我，我感到欣喜若狂。

今天是遊戲日，天空萬里無雲，學校熱鬧非凡。有的同學跳遠、有的同學跳高、有的同學擲豆袋……我和我的好朋友小明參加跑步比賽，但是因為參賽者人數太多，所以小明先跑第一輪比賽，我只能等下一輪比賽。隨著砰的一聲，所有參賽者像離弦的箭。嗖的一聲，所有參賽者都衝出起跑線，我為小明大聲地吶喊。小明好像一匹駿馬在跑道上飛奔。突然小明好像失去重心，他的膝蓋擦傷了，鮮紅的血好像泉水一樣湧了出來。

我心想：如果我扶他到醫療室，我就不能比賽了。下一場比賽就會到我了，我應不應該幫助他呢？但他是我的好朋友，怎能不幫助他呢？我下一年還能參加遊戲日。看著他痛苦的表情，我的心好像有一把刀子攪動似的，於是我趕緊扶他到醫療室。我坐在他的旁邊等待他包紮傷口並安慰他：你的傷口很快就會癒合的，不要擔心。老師稱讚我是個好學生，小明也多謝我幫忙，我感到很開心，我的心好像迎著海風的帆船。

經過這件事，令我明白到助人為快樂之本，原來幫助別人是一件快樂的是，以後我都早多些幫助別人。



今天，我緊張極了

今天，我要去才藝表演會，表演《魔術世界》這個節目……早上的時候，我正在坐的士到會場的時候，我的心怦怦地跳。我緊張極了，心想：待會兒就要表演《魔術世界》這套魔術了。我還沒有練熟呢！怎麼辦？怎麼辦？我的心開始急起來了。

到了會場後，我的心情越來越緊張。下一個就是我了，我心裏像一隻蹦蹦跳跳的小兔子一樣，心臟快從口腔裏跳出來似的。這時，我聽見有人在喊：「編號五六四！編號五六四，請你盡快到台上來。」我頓時停止動作，我的身體變得僵硬，就像結了冰一樣。我心想：我前面的人表演十分鐘呢！時間怎麼過得這麼快？我還是趕快到舞台上吧。想完，我便跑到舞台上。

我看着觀眾，有種像被一千隻看着我這一隻小羊的感覺。我的心彷彿停止了一樣，我全身發抖，我看着地板，我吞吞吐吐地說：「大家好……我……就是編號……五六四……我的名字叫……楊恩盛……」原本一口流利的廣東話，對着一千個人說，卻好像口吃的人一樣難說出口。我心想：如果動作快一點的話，我就可以快點回到後台了，我真聰明！

然後我拿出魔術道具盒，把它打開的時候，聽到工作人員對我喊：「編號五六四，你把魔術道具盒拿翻了！」但已經太遲了。當我發現的時候，道具已經滾到不知道哪裏去了，台下、桌子下和地板上。我呆呆的站在那裏，我的面好像軟糖一樣掉了下來。我陣腳大亂，毫不猶豫地跑下台，結果扭到了腰，真是雪上加霜。觀眾們捧腹大笑。我頓時面也紅了，一溜煙回到後台。我心想：我竟然會在這麼多人面前出醜，真是壞了我名聲！早知道就不要心急了。

經過這次教訓，我學會了不要太過心急，只要平復心情，就不致惹出甚麼醜事來。

我的朋友

名希是我的朋友。她有一雙炯炯有神的大眼睛，圓圓的臉和大大的嘴巴，給人一種友善的感覺。

她是一個樂於助人的孩子。有一次，我因為有數學功課要改正，所以不能放小息，正當我非常苦惱不知如何改正時，名希主動走來對我說：「我已完成改正了，可以教你啊！」那時，我非常感激她，因為她寧願犧牲小息的時間來幫助我完成改正。我很欣賞她這種性格，也希望跟她好好學習。

又有一次，因為有些突發事情，老師遲了下課，所以同學們都要多一些時間才可以收拾好書包，名希很快就收拾好了。老師快要排隊放學了，但有一些同學和我還未收拾好書包，名希就立刻幫助我收拾，又幫助其他同學，她等我們都收拾完，才一起跟着老師走，她真是很樂於助人呢！

名希真值得我學習，不論她遇到甚麼事，她都會幫助別人，所以我很喜歡和她做朋友，我希望我能學習她的優點，做一個樂於助人的好孩子。

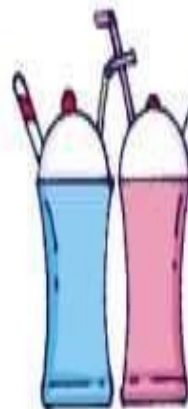
海洋公園一天遊

昨天，家人和我一起到海洋公園玩耍，真令人樂而忘返。

到達噴泉後，我們先在正門拍照作為紀念，然後向前走，不久後便到達「熊貓館」。在那裏，我們看見翠綠的樹木和植物，使我感到心曠神怡，我覺得自己好像正在擁抱着大自然呢！那裏住着三隻熊貓，牠們呆呆地坐在地上，真可愛呢！熊貓白白的臉上嵌着的大黑圈就像戴了一副墨鏡。牠們的眼珠烏溜溜的，頭上豎着一雙黑耳朵，脖子上還有墨黑的毛，看起來就像圍了一條圍巾呢！我們看見牠們有的坐在地上玩耍，有的四腳朝天，舒服地睡覺，有的抓住又粗又長的竹子，不停地咀嚼，牠們真可愛！這次遊覽「熊貓館」的經歷，真是令我難忘。

離開「熊貓館」，我們向前走，經過動感快車，向左拐，便到了「水母萬花筒」。到了「水母萬花筒」後，那裏柔和的音樂和漆黑的環境，再加上正在游泳的水母，令人覺得很夢幻。水母在一伸一縮地游泳時，好像一個個在色彩繽紛的燈光下翩翩起舞的仙女。水母有的呈紫色，有的呈黃色，有的是粉色的……水母的周圍還有一些形態不同的珊瑚呢！不同的玻璃柱體魚缸好像一個鏡子迷宮似的。這次觀賞「水母萬花筒」真是令我大開眼界。

傍晚時候，太陽回家了，天空變成了橘紅色。我們依依不捨地離去，在途中，我不停地回味着剛剛觀賞熊貓、水母玩樂的時刻。海洋公園真是一個令人流連忘返的好地方！



黑驢的結局-續寫篇

黑驢自從上次故意失足掉進河裏得到教訓後，十分後悔，所以牠決心改過。

自從牠得到教訓以後，牠變成一隻既有智慧又樂於助人的驢。

第二天，黑驢正在背着貨物到市場去。突然，牠遇見一隻既煩人又風騷的班點白驢。白驢說：「黑驢，你看看我的主人，既有金錢又有大屋，很富有吧！你看看你的主人多貧窮，家具又不齊全，哈哈！」白驢心想：這下你還能回答！黑驢說：「不管他有多貧窮，但他還是很愛我的。雖然我們沒有大屋，可是我們生活得非常開心。」白驢羞得說不出話來，牠心想：我一定會報復你！

第三天的晚上，黑驢和白驢一起在市場送貨物。怎料，有個小偷從後巷走出來偷其他店舖的貨物。黑驢立刻上前去捉小偷，但是白驢卻毫不理會。黑驢衝上前，撲向小偷。然後，用腳不停地踢他，直到他把貨物交出來。當黑驢把貨物背過來時，整條街的人都為牠而歡呼。主人還給牠豐富的食物呢！白驢稱讚說：「你真棒！原來幫別人可以很快樂和得到讚賞，我錯了，你可以原諒我嗎？」牠說：「當然可以！」白驢心裏想：我要和牠一樣樂於助人，我一定可以成為一隻好驢！

最後，牠們的主人因這次的事件成了好朋友，關係十分好。當然，白驢和黑驢也成了最好的朋友，一起背貨物、一起玩耍、一起吃乾草……

這個故事的教訓我們做人要知錯能改和樂於助人。



我的電子錶

今天是我的生日，我收到各式各樣的禮物，例如：拼圖、美麗的長裙、小白板……但我最喜歡的是爸爸送給我的禮物——一隻電子手錶。

這隻電子手錶的顏色是粉紅色、紫色和黑色的，大約重五十克。手錶的錶帶約長三十厘米。錶帶上還有一個很小的洞，錶帶可以調較長度，大概跟我一根頭髮差不多長。

這隻電子手錶有聊天功能，這個功能可以和同學或家人聊天。操作方式很簡單，只要在主畫面按聊天鍵，便可以聊天了，它還可以發送各式各樣的貼圖呢！操作方式是在聊天畫面掃一下，便可看到形形色色的功能，只要按「貼圖」這個按鈕，便能選擇所需的貼圖。

它還有防水功能。這個功能是當洗手的時候，如果弄濕了手錶，水不會進入內部，而是在手錶的外面流動。如果水真的進入了內部，就可以按排水功能。操作方法簡單，首先按設定，接着，按安排水功能，最後，在排水功能中按開始鍵，這些水就會從內部排出來，發出一聲「吱吱」的聲音，會讓人感覺到震動。

這隻手錶真是我的「好朋友」啊！

晶晶回來了

自從晶晶從桃花源回來後，她變得更體貼，會珍惜自己的家人和朋友，不再亂發脾氣。

回學校後，晶晶看到她的兩個好朋友，她停了下來，心想：我以前拿沙子灑向她們的蘋果，如果我現在向她們道歉，她們會原諒我嗎？還是她們會覺得我很討厭，不想原諒我？最後，晶晶還是決定鼓起勇氣向她們道歉。小息後，晶晶立刻跑到她的兩個好朋友面前，說：「對不起，我不該灑沙子在你們的蘋果上，請你們原諒我吧！」晶晶的好朋友說：「我們等這一刻很久了！我們原諒你了。」然後，晶晶和她的好朋友恢復了以前的關係。

回家後，爸爸煮了晶晶最喜歡吃的牛扒，晶晶問爸爸：「你不生我的氣了嗎？」爸爸說：「不了。」然後，爸爸拿出了一隻白色的小狗給晶晶看，晶晶看到小狗後，興奮地說：「哇！是一隻白色的吉娃娃。我們給她起一個名字吧！」爸爸說：「好！不如就叫呂女吧！」晶晶說：「好！」然後，晶晶就拿出她花了四小時織的玩偶「豆花」給爸爸看，爸爸說：「真漂亮啊！為什麼有線露了出來？讓我剪掉它吧。」可是，爸爸一不小心剪多了，整個玩偶都散了。爸爸立刻說：「對不起！對不起！爸爸不是故意的。」晶晶生氣地說：「爸爸！」她的腦海突然浮現出以前她踢了爸爸一腳的畫面。爸爸叫了一聲：「晶晶，你沒事吧？」晶晶回過神來說：「沒關係，我可以再編織。」爸爸心想：這是以前的晶晶嗎？以前的她應該會責罵我的。晶晶說：「不如我們一起織吧！」爸爸說：「好！」爸爸和晶晶都覺得現在的生活很幸福。

自從晶晶從桃花源回來後，她變得更體貼和不再自我中心，珍惜家人和朋友，為別人着想。

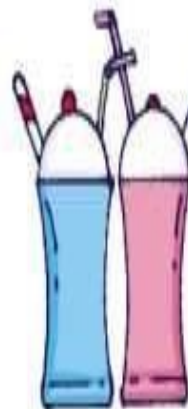
海洋公園一天遊

在一個風和日麗的早上，爸爸帶我到海洋公園遊玩，真是令人樂而忘返。

到達海洋公園的大門，我們先在正門的噴水池拍照留念，然後向前走幾步，便到達熊貓館。我看到碧綠鮮嫩的葉子，加上一棵棵竹樹，令人彷彿置身在大自然一樣。館內的熊貓都穿着黑白色的「毛衣」，戴着黑色的「墨鏡」，樣子可愛極了。其中一隻小熊貓想爬上樹上看風景，一不留神便倒掛在樹枝上，搖搖欲墜的，好不有趣。小熊貓並沒有放棄，他用爪子緊抓樹枝，竭力再爬到樹的最高點。當他將近爬到樹頂的時候，一時鬆懈便又骨碌碌地掉了下來，在地上翻了幾個筋斗，像個大冬瓜似的，令人哭笑不得。

離開熊貓館後，我們便乘搭海洋列車到達南極奇觀觀賞企鵝。到達後，首先映入眼簾的是不同種類的企鵝，我覺得南挑岩企鵝最可愛，因為他穿着燕尾服，頂着圓鼓鼓的白肚皮，樣子非常惹人喜愛，企鵝走路是搖搖晃晃，十分有趣。

今天的海洋公園之旅到此結束了。晚上，我把媽媽買給我的熊貓玩具抱在懷裏，進入甜美的夢鄉。



井底的居民大會

聽過大青蛙對地上的描述，今天，小青蛙把所有井底的居民都着急在一起，討論是否要搬到外面的世界生活。

小青蛙雙眼發光，以好奇的口吻說：「我認為我們要搬家，因為搬家後可以結識新朋友，又可以住在新的地方，還有機會品嚐美味的食物。當有空的時候，又可以到無邊無際的大海暢泳，難道你們不想呼吸新鮮的空氣嗎？所以我主張搬家。」

可是大青蛙反駁，還生氣地說：「地面的世界與小青蛙說的完全相反，難道你想給其他動物吃掉嗎？外面有一種凶猛的動物叫什麼名字呢？好像

叫……啊！叫獅子，據說獅子十分喜歡吃青蛙的。因此我非常反對搬家這個提議。」

老青蛙慢吞吞地坐下來說：「唉，我已經很老了，行動不太方便，還有，我不想被其他動物霸佔

了這個水井，所以，你們自己搬家吧，我是不會走的！即使聽說地上有大堆美食，我也不為所動。」

青蛙博士拿起一半關於外面世界的書，然後托一托眼鏡說：「地面各有好處和壞處，壞處是地面上變化莫測，但我認為我們終究都要搬家。地面上的動物大多沒有危險性，我們甚至可以成為好朋友呢！而且，獅子是不吃青蛙的，不要自己嚇壞自己。再者，我們這裏青蛙越來越多，井底的位置根本不夠，搬到外面去，不失是個解決問題的好方法。我們投票決定吧！」

青蛙博士和小青蛙異口同聲說：「我們支持搬家！」同時，大青蛙卻說：「堅決反對！堅決反對！」老青蛙也說：「我……中立。」

最後，由於少數服從多數的關係，所以大家都決定搬到地面上去。

21-22

四望 蔡雪盈

日記一則——助人經歷

七月十二日

星期五

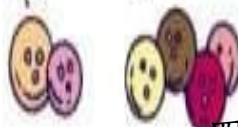
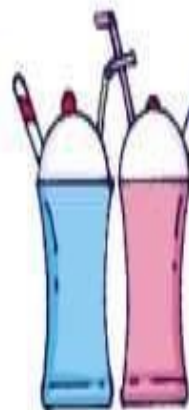
晴

今天，我在學校裏幫助了受傷的同學，我感到心裏比吃蜜糖還要甜呢！

今天，我在巴士上幫助了一個受傷的老公公，我感到十分高興。

我坐在巴士上看見一個腳上纏着繃帶的老公公在車廂內搖搖晃晃的，站也站不穩。我馬上走過去，扶他到我的座位上坐下來，我心想：為甚麼大家對老公公視若無睹？幫助別人不是舉手之勞嗎？我看到老公公舒舒服服地安坐在座位上，顯得一臉滿足，我也輕鬆起來，我心想：幫助到別人實在太好了！我看見老公公已完全沒有危險，我才放心地離開。我心想：小小一個舉動，既能幫助他人，自己又開心，何樂而不為呢？

經過這這件事後，我明白到「助人為快樂之本」的道理，當你幫助別人時，除了別人開心，自己也會感到滿足，希望大家以後都會互相幫助。



我的好朋友

我有很多朋友，但最要好的是——陳子皓。他是一個樂於助人和勤奮的人。他的頭髮烏黑濃密的，有一對炯炯有神的眼睛，給人一種正值的感覺。

有他是個樂於助人的人，因他經常幫助別人。有一次上學時，他看到一個老婆婆在馬路旁跌倒，連手上的東西也滾到地上。但路人卻視若無睹，袖手旁觀。他馬上扶起老婆婆說：「你沒事嗎？有受傷嗎？」老婆婆回答：「沒事啊！」他又馬上幫老婆婆拾起掉在地上的東西，有對老婆婆說：「你快回家好好休息，讓我替你拿東西吧！」老婆婆開心地說：「謝謝你！你真是個好孩子。」儘管他知道自己已經遲到了，但他仍然幫助別人。我要視他為好榜樣，變成一個樂於助人的好孩子。

陳子皓也是一個非常勤奮的人。有一次，我到他家裏一起溫習考試內容。我懶洋洋地說：「不如我們先玩耍，然後在溫習吧！」勤學好問的他就說：「不行！我們當然要先溫習考試內容，然後才去玩耍。」我再三提議去玩，但他仍然堅持先溫習，後玩耍，因他不喜歡做事時是主次分明的。即使在假期中，也會先完成功課。我要向他好好學習，做一個勤奮向學的好孩子。

他真值得我學習，因為他不僅樂於助人，還勤奮好學，是大家的模範。



海洋公園一天遊

去年夏天，我和家人一起到海洋公園遊玩，那裏令我特別難忘的是熊貓館和冰極世界，海洋公園真是個令人流連忘返的地方。

到達海洋公園，我們先在噴水池拍了一張照片，然後直接跑到熊貓館。在那裏環境寧靜優美，有着翠綠的竹林和樹木，讓人彷彿身處在竹林裏。熊貓圓滾滾、胖嘟嘟的身材，加上臉上十分突出的黑眼圈，牠彷彿在晚上沒有睡覺般。牠的臉上有烏黑的眼睛，頭上豎立一雙黑耳朵，身體是白色的，脖子上有一圈又粗又黑的毛，就像是圍着黑色的圍巾。接着，我看見熊貓在喝水，牠把頭伸進木桶裏，連眼睛都看不見了。牠喝完水後，就在草地上睡着了。雖然牠睡着了，但還常常滾來滾去和拍拍自己的肚子。熊貓真是可愛極了！

接着，我們到達冰極世界，我們經過很多冰極世界介紹的資訊板。終於到達企鵝館，那裏的溫度很低，十分寒冷，我們需要自備外套。溫度之低，讓我們感到彷彿置身在南極世界。那裏的企鵝品種十分多，據說有超過九十個品種，包括世界第二大的國王企鵝。企鵝長着又大又圓的腦袋、圓鼓鼓的大白肚皮、白白淨淨的胖臉上有一個黃黃的大扁嘴巴，眼珠漆黑的、圓溜溜的，腳掌很小，有一對可愛的小翅膀。我看着企鵝游泳、吃東西和睡覺，牠們游泳時，像箭一般高速地游動。牠們睡覺時，和熊貓一樣可愛，牠們會滾來滾去。企鵝真是十分可愛呢！

最後，我們還去了其他地方，我們玩得很開心，真的流連忘返，直到黃昏，我們才依依不捨地離開海洋公園。

記一次做家務的經歷和感受

看到廚房的洗衣機，令我想起上星期幫媽媽做家務的事，真是令我非常難忘。

那天，因為媽媽患感冒了，所以我決定幫媽媽做家務。

我跟爸爸和哥哥商量之後，我負責處理骯髒的衣物。因為天氣還是很涼，我們四人的衣物加起來還真是不少啊！

問題出現了！這次是我第一次用洗衣機，我完全摸不着頭腦。所以，我就去請教爸爸。我按着爸爸的指示，先將深色及淺色的衣物分開，然後把衣物逐一逐一地把它們放進洗衣機內。我倒入洗衣粉後，就按制啓動洗衣程序。洗衣過程大約要一小時，這些時間，我剛好可以吃一個茶點。

一小時後，衣物洗乾淨了。接着是要把衣物弄乾。我將衣物從洗衣機拿出來，再放進乾衣機。我再次請教爸爸如何使用乾衣機。乾衣大約需要一小時，我可以小睡片刻。衣物乾透後，我便要把它們逐一摺好。我心想：這次不需要請教爸爸了。完成所有過程大約需時三個小時，我真的累透了。

經過這件事後，我明白到做家務是十分辛苦的，我決定日後要為爸爸媽媽分擔一下。

一次被讚賞的經歷

昨天，我參加了「全港舞蹈比賽」，還在比賽後被舞蹈老師陳老師讚賞呢！

我在八月的時候獲老師邀請，她鼓勵我參加「全港舞蹈比賽」，比賽日期是十二月二十八日。我為這次比賽練習了很多次，希望可以取得獎項。

十二月二十八日的晚上，當我到達比賽場地的時候，我已經緊張得滿額大汗。我心想：對手會不會太強？我會不會落敗？忽然，陳老師對我說：「你快點練習吧！」我便立刻走到練習室練習。一個小時轉眼就過去，陳老師又對我說：「你是第二名參賽者上台的，但是，你不用害怕，加油！」

很快就到我上台了，開始的時候，我差點兒忘記了舞步，台下的陳老師說：「不用怕，你當作平日訓練的表現就可以了。」我才平靜下來，回想訓練時老師要求我完成的動作，盡力完成了比賽。我回到後台，陳老師讚賞我：「柏喬，你這次只是在開始的時候忘記了舞步，但是你已做得不錯，下次繼續努力！」我滿心歡喜，快樂極了！我想：陳老師沒有讚賞過我，這次我居然被她讚賞！我心裏高興得像吃了蜜糖一樣甜。到頒獎的時候，我還取得亞軍呢！

在這次經驗中，我知道了比賽一點也不難，只要用心練習，加上老師的鼓勵，便可以勇敢地在台上表演。我因為聽到別人讚賞，也十分開心呢！

記一次助人的經歷（日記）

五月二日 星期二 晴

今天，我因為幫助了一年級的同學，我感到開心不已。

今天小息的時候，因為我是關懷大使，所以我到二樓當值。這是我第一次幫助一年級的同學，所以我一開始有點緊張，但我的心情很快就放鬆了。因為同學們都很乖巧，儘管我還是要跑東跑西，一面教同學做功課，一面檢查同學有沒有寫家課冊，但我卻好像泡在蜜糖裏，渾身都甜滋滋的，一點也不覺得累，反倒覺得很高興。這時，我心想：如果我下一次還可以幫助一年級的同學，我一定會盡力做好，讓他們快些適應學校的生活。突然，我的同學拍一拍我說：「小息快完了，我們快點回課室吧！」我才跟着同學一起返回課室。

經過這次後，我明白到幫助別人，自己也會開心的道理，我希望以後還可以幫助一年級的同學。

我的浴室寶

我家有很多電器：電視機、空調……但我最喜歡的是在洗手間的電器，它就是浴室寶。

這個小小的浴室寶是一台電視的一半大小。它是正方形的，下方是一個長方形的出風口。

別看這浴室寶小小的，其實它有三個功能。第一個功能是提供暖氣，暖氣可在冬天洗澡時使用，最長可用三小時。第二個功能是換氣，換氣即把室內的廢氣抽出室外，可以連續運行（即二十四小時不停運作）。第三個功能是乾衣，乾衣可在春天潮濕時使用，最長可用六小時，備有無線遙控器。

它的操作方式十分容易，可以轉換時間。有：十五分鐘、半小時、一小時、三小時、六小時、和二十四小時，二十四小時只可用作換氣。開動時會有「嘟」的一聲，開動後紅燈會亮起來。如果綠燈亮起來，即要清洗過濾網。

我有了浴室寶，真方便啊！

一次被讚賞的經歷

每一次我看到那張硬筆書法比賽的獎狀，我就會想起被老師讚賞的經歷。

上星期，我在學校獲得硬筆書法比賽亞軍，我是經過努力練習的。

我記得剛開始練習的時候，我的書法表現未如理想，我真想打退堂鼓，但是媽媽說：「寫書法的技巧其實很簡單，只要心靜氣和及有端正的姿勢，就能成功。」我深深吸了一口氣，便在紙上練習，經過數星期的練習，我終於學會了硬筆書法。

老師突然給我一份小禮物，然後對我說：「我欣賞你堅持不懈，你做得很好，你是全班的明日之星。以後你要繼續努力。」我喜出望外，因為平日都只是家人讚賞我的，這次是我第一次被老師讚賞，我高興得像一隻跳來跳去的兔子。我對自己說：我以後會更加努力！

自從我被老師讚賞後，我學到無論做甚麼事，都必須有耐心和決心，要堅持不懈才能成功。

黑驢的結局-續寫篇

黑驢吸取了上兩次的教訓後，改變了待人處事的態度。

這次主人生病了，他吩咐黑驢明天早上帶着兩隻小驢把幾袋極重的白米運到遙遠的貨倉去。

一路上，牠們既要背着極重的白米，又要經過乾旱而炎熱的沙漠，才能到達遙遠的貨倉，辛苦極了！

突然，兩隻小驢有氣無力地對黑驢說：「我們既口渴又疲倦，不能繼續走下去。」不久，牠們更暈倒在地上。黑驢立刻拿出水壺把自己的水倒給牠們喝，但是水還是不足夠。黑驢安慰牠們，說：「不用害怕，我會帶你們走出這個沙漠。」其後，黑驢千辛萬苦地背着牠們和白米到處尋找水源。

結果，牠們走了很遠的路才找到水源。兩隻小驢喝過水後恢復體力，稱讚並感謝黑驢。黑驢心裏也感到十分喜悅。

經過這次經歷和上兩次的教訓，黑驢深深明白一個道理，那就是「助人為快樂之本」。



井底居民大會

小青蛙聽完大青蛙講述井外的見聞後，充滿好奇和勇於探索的他十分渴望搬到地面居住，於是，他召開了井底居民大會，討論移居地面居住的問題。

居民大會開始了，小青蛙興致勃勃地對大家講述自己的想法：「我認為井上的生活一定比這裏多姿多彩，因為我們不但能夠認識不同的新朋友，而且還有機會品嚐到其它美味的食物。想到這些美食，不禁令人垂涎欲滴。」

大青蛙聽後，強烈反對。他氣憤地說：「我不是說了嗎？外面的空氣混濁，陽光刺眼，嘈吵不堪……還有很多專門吞吃我們的動物，難道你還想居住在那個可怕的世界嗎？你只顧個人享樂，並沒有顧及其他年老或弱小居民的感受。」

學識淵博的青蛙博士按捺不住，發表他年輕時的所見所聞。他認真地說：「其實井上的世界並不可怕。我年輕時曾在一個清澈見底的河流暢泳，躺在廣闊的草地上享受溫暖的陽光，細聽小鳥們唧唧喳喳地歌唱，還認識了不少友善的新朋友……那裏有多不勝數的新事物等待我們去探索和研究。」

小青蛙聽到青蛙博士令人羨慕的經歷後，大得鼓舞，急不及待地對大青蛙說：「大青蛙先生，請相信博士的話吧！博士會帶領我們到安全舒適的環境居住。」

一向沒有主見的老青蛙也緩慢地走過來說：「井裏的食物我也吃厭了。既然井外的世界那麼美好，雖然我行動不便，但也希望你們能帶我出去見識一下，飽嘗其中的美食。」

其他青蛙細心聆聽後，都默默地點頭，認同小青蛙和青蛙博士的看法。最後，大青蛙也只好順從大家的決定，一起搬到地上生活。居民大會就此順利地圓滿結束，大家各自回家收拾行李。

幾天後，他們大伙兒浩浩蕩蕩地搬到舒適的地面生活了。

我的朋友

李元靖是我相識了三年的好朋友。雖然他身材瘦小，但他有一雙炯炯有神的雙眼睛，一張圓臉上架着一副黑框的眼鏡，給人一種平易近人的感覺。

他一向樂於助人。還記得在二年級的某一天，我因生病而缺課。平日坐在我旁邊的李元靖，不但替為寫家課冊，把老師派發給我的功課整理好交到校務處，而且還在放學後打電話來問候我，說：「你的病怎麼樣？如果在功課上有什麼問題，可隨時致電問我。」我十分感激他。

還有一次我們上體育課的時候，體育老師安排我們進行一場短跑比賽。我因太心急，起步時跌倒受傷，李元靖看到了，立刻跑過來把我扶起，並慰問我：「你擦傷了，痛嗎？」我點點頭。「我帶你去洗傷口吧。」說完，他小心翼翼地扶我到洗手間清洗傷口，還替我到急救室拿創傷貼。我感激地對他說：「謝謝你！」他也害羞地對我說：「不用謝！我們是朋友，應守望相助。」

經過這兩件事後，我們的友情邁進一大步，成為了要好的朋友。他是我的好榜樣，他樂於助人的性格改變了我待人處事的態度，學會關愛別人。



晶晶回來了

自從晶晶從桃花源回來後，她的態度大有改善，不再自我中心和亂發脾氣，還懂得珍惜親情和友誼。

晶晶一整晚睡得十分香甜，早上陽光照射到晶晶的額上。她睜開眼睛，便思索着回到學校要怎樣向她的兩個好朋友道歉。正想得入神，突然聽到爸爸大聲說：「晶晶，快遲到了！快點起牀梳洗，吃早餐！」晶晶急忙起來，走出睡房。此時，爸爸正把早餐端出來，但他不小心被一根電線絆倒，早餐散落一地。晶晶愣了一下，心想：爸爸真是笨手笨腳！正當她想發脾氣時，忽然想到爸爸多年來對她的關懷和照顧，她馬上冷靜下來，並對爸爸說：「爸爸，你沒事吧？你休息一下，這裏由我來清理吧。」「我的女兒長大了，不但學懂關心別人，還會協助他人解決問題。」爸爸稱讚她說。晶晶臉頰頓時紅得像蘋果一樣，不知如何回應。

回到學校，沒有同學理睬晶晶，還有些同學嘲笑她說：「她整天凶巴巴地對待別人，難怪一個朋友也沒有。」這個時候，晶晶的兩個好朋友——辮子女孩詩詩和安安聽到了，馬上維護晶晶說：「你們笑甚麼？你們了解過她嗎？她原本是一個溫柔可愛、乖巧孝順的女孩。你們只看到別人表面的缺點，便去挖苦人，卻不先了解別人背後是否遭遇到甚麼困難。」晶晶聽到她們的話，感動說：「謝謝你們的體恤和包容！我過去實在做得不對，別責怪他們。請你們原諒我過去的不是！」她們說：「我們知道你是因為失去

媽媽，太難過了，才會那樣。我們早已原諒你了。」晶晶感動地擁抱這兩個好朋友。

放學回到家裏，晶晶發現家中黑漆漆的空無一人。突然，燈亮起來，豆花一邊叫，一邊向晶晶撲過去。原來爸爸把豆花找回來了。晶晶興奮極了，一邊向爸爸道謝，一邊緊緊地抱着豆花。

晶晶不但尋回真正的自己，不再怕別人嘲笑，不再亂發脾氣，還找回了親情和友情。





六月二日 星期日 晴

今天，我因幫助了一位老伯伯而感到興奮異常。

今天放學後，我在回家的路上看見一羣一年級的學生在路上奔跑，其中一個將一位正在推紙皮的老伯伯撞倒了，他不但不道歉，還罵老伯伯防礙他的走路。這個學生這麼沒禮貌，但他的家長還是若無其事地走開了。我一邊扶起老伯伯，一邊皺着眉頭瞪着那個家長，好像一座快要爆發的火山。我心想：是你這個學生在街上跑，才把老伯伯撞倒，錯的是你，不是老伯伯，還惡人先告狀！更何況學生是不應該在街上奔跑的呢！我心裏憤憤不平。最後，我替老伯伯拾回散落在地上的紙皮，並且幫他把載着紙皮的手推車推到他的「家」，他感激地對我說：「小朋友，謝謝你！你真善良！」聽到這讚賞的話，我高興極了！

經過這件事後，我明白到一個道理：「助人為快樂之本」。幫助其他人，自己也會覺得高興。我希望那個沒有禮貌的學生可以改過自新，做個有禮貌的好學生。



今天，我緊張極了

今天早上，媽媽帶我到中環大會堂參加音樂節比賽，我緊張極了。

到達賽場後，我開始緊張起來，心裏打起了鼓，「咚咚咚……」的加速着。一瞬間，汗水在我額頭顯現，嘴巴亦在喃喃自語地安慰自己：「不要緊張，沒有甚麼好怕的。」可是即使這樣我的心臟仍像被猛烈敲擊的鼓一樣，跳得更劇烈。光是等待進場前的十分鐘裏我已經去了三次洗手間，心亂如麻地等候着，心想：希望不要彈錯。

比賽開始，坐在參賽席的我，看着其他參賽者出色的表現，令我感到更加緊張，雙手顫抖着在琴譜上蹭來蹭去。當司儀叫我出出場時，雙腿也不聽使喚，止不住顫抖、顫抖。我拖着沉重的腳步走上台，這時，我的心劇烈地亂跳，雙手也不自覺地發抖。這時，我看見坐在觀眾席為我打氣的媽媽，彷彿聽到她在跟我說：「加油！你可以的，努力去嘗試。」於是，我便把緊要的心情拋到腦後，很快把《給愛麗絲》這首歌曲彈完，觀眾們都熱烈地鼓掌，心依然狂跳不止，臉上火辣辣的。

當所有參賽者表演完畢後，評判叫我們逐一上台，準備頒獎。我心想：不知道我的成績會否令媽媽失望？當評判叫到我的名字時，我真的不敢相信，我居然取得亞軍，我高興得一蹦三尺高。

我拿着一面閃亮的獎牌，笑容可掬返回觀眾席，媽媽還幫我和評判一起拍照留念呢！

經過這次比賽，我明白積累經驗，才會讓我們的下一次變得更優秀。我也明白到只要有努力，就會成功。我會再接再厲，爭取更好的成績。

今天，我緊張極了

今天，我參加了校際歌唱比賽，那是要在學校即場表演的，我緊張極了！

今天，我要參加校際歌唱比賽。在比賽前，我準備充足，每天都會練十次呢！希望我的努力不會白費。

今天，比賽終於到了。在後台時，我緊張得渾身顫抖。我還看見對手竟然在唱一首難度很高的歌，還唱得非常悅耳呢。聽到這裏，我的心卜卜地跳，像要從胸膛湧出來似的。我心想：下一個就到我了！如果我一會兒緊張得結結巴巴唱不出一句歌詞，那我該怎麼辦呢？這時，評判說：「請陳小美出場！」當我站在台上時，心跳個不停，像有一隻小兔在蹦跳。我面向觀眾，手心全都是汗。我好像聽到同學們為我打氣。頓時，我覺得信心增加了，立即鼓起了勇氣開始唱歌。我想：希望我沒有唱錯歌詞吧！我不知不覺就唱完了！觀眾們都拍手叫好。

等待了大概二十分鐘，評判請參賽者們到台前聽主持人宣佈賽果。評判先頒發成績，我看看成績，有九十分呢！當評判宣佈誰是冠軍時，我緊張得腦海一片空白。我合上雙眼，評判舉起我的手說：「陳小美在這次的歌唱比賽拿了冠軍！」我開心得像一隻袋鼠蹦蹦跳跳，心想：這次的努力真的沒有白費呢！我感到欣喜若狂，心情激動得難以形容。我拿着一面閃閃發光的金牌，心花怒放地回到觀眾席。

經過這次比賽後，我學會要相信自己，努力練習，就能得到回報。希望下次有機會可以再參加比賽！

今天，我緊張極了

今天，我要參加聲樂獨唱比賽，令我感到非常緊張！

比賽前，我在後台看到對手的練習情況，心想：對手真強啊！我很害怕站在台上的時候，會忘記歌詞，唱不到出來！怎樣評判會不會扣分呢？一想到我就很緊張了！

我當評判叫我的名字時，我的心兒就卜卜亂跳。我便屏住呼吸，慢慢地走出去。然後，我就合起雙眼，便想起了和楊老師練習時的情景，接着，我便聽到鋼琴聲。雖然，我手心冒汗，但是我還是忍着，我便慢慢地跟着節奏唱歌，漸漸放鬆心情，唱完歌曲，當我聽到觀眾們都熱烈地拍手，我還看見楊老師和父母舉起勝利的手勢，我便回到後台，那刻，我的心還是跳個不停。

當所有參賽者都表演完畢後，評判終於宣佈最後那五位能進入總決賽。我的心臟怦怦跳，心想：我能進入總決賽嗎？評判審到最後的名字竟然是我！我的腦海一片空白，我心想：我真的進入了總決賽！我興奮得流淚！我頓時感到欣喜若狂！我心想：楊老師這一次又要辛苦你了！

經過這次的比賽，我學到了怎樣不被別人影響心情是很重要的，只要將學的盡力發揮出來，不要與人比較，就可以勝利！

今天，我緊張極了！

今天下午，社區舉辦了青少年歌唱比賽，我也是參賽選手之一，心情緊張極了！

爸爸媽媽帶我到比賽場地。到達後，他們到觀眾席就坐，我和其他參賽者則在後台等候出場比賽。他們有的站在角落裏小聲唱歌，有的拿着寫了歌詞的紙皺起眉頭背誦着，還有的表情很輕鬆，完全不把比賽當一回事。我開始有點緊張了，心想：自己待會會忘記歌詞嗎？於是，我便小聲地把歌哼了幾遍。

等了很久，突然，我聽到主持人唸出我的名字，我心跳加速，緊張得手心全是汗。我深呼吸一下，慢慢走上台。我看到台下黑壓壓的一片坐滿了人，小腿開始發抖，爸爸媽媽在台下為我打氣，還大喊了句：「加油！」我心想：爸爸媽媽這麼支持我，我一定要好好努力比賽。我再深呼吸了一下，就隨着音樂唱了起來。唱完後，台下觀眾為我熱烈地鼓掌，我鬆了一口氣，歡喜地走下台。

雖然最後我沒有獲得任何獎項，但收獲了觀眾熱情的掌聲，已經很足夠了。我也相信我以後會更有信心參加其它歌唱比賽了。

今天，我緊張極了！

今天，我到大環山游泳池參加游泳比賽，我緊張極了！

熱身時，我看見對手竟然不用四十秒就能游完五十米，心想：怎麼辦？她們游得那麼快，我不會連第八名也拿不到吧？

當我聽到「第四十九項至五十二項比賽的參賽者，請到召集處報到」的時候，我的心跳個不停，像有一隻兔子跳來跳去似的。我戰戰兢兢地走到池邊，聽到「砰」的一聲，便立即跳下水。我努力地游，心兒卻仍然卜卜亂跳。我太緊張，不能放鬆向前游。這時我彷彿聽到同學說：「加油呀！」又彷彿聽到教練說：「盡力就行了，不要太大壓力。」於是，我放下緊張的心情，盡力向前游。游完後，我覺得好像比練習時游快了一點。

當所有參賽者都完成比賽項目時，頒獎嘉賓便宣佈成績。我的心咚咚亂跳，心想：希望這次能取得獎牌。但結果我的盼望落空了。我走到召集處旁邊的白板前看成績，心想：哇，我竟然比以前游快了四秒！我感到很開心，原本失落的心情瞬間消失得無影無踪。

經過這次比賽後，我不但獲得了比賽經驗，同時也明白盡力就會取得好成績。下次比賽我會再接再勵，爭取更好成績。