



**東華三院高可寧紀念小學**

**TWGHs Ko Ho Ning Memorial Primary School**

**童 訊**

**2021-2022**



顧問：李木清主任

編輯小組：吳志豪老師、何麗兒老師、區凱甯老師、  
劉劍如老師、黎慶維老師、Mr Gavin Sandhu

學校：東華三院高可寧紀念小學

地址：新界葵涌麗瑤邨小學校舍第一座

電話：2745 2005

傳真：2786 3085

網址：[www.twghkhnmp.edu.hk](http://www.twghkhnmp.edu.hk)

電郵：[mail@twghkhnmp.edu.hk](mailto:mail@twghkhnmp.edu.hk)

# 目錄

目錄.....	1-2
編者的話.....	3

## 中文科

家.....	1A 麥琬婧、1A 林日朗、1A 黃文富.....	4
	1B 鄧睿慈、1B 梁燁彤、1B 梁文蔚.....	
夏日雨景.....	2B 黎逸朗、2B 廖芷柔、2B 廖芷恩、2B 李祉晞.....	4
	2A 陳永熙、2A 鄭子陽、2C 劉欣晴.....	5
日記一則.....	3A 劉浩軒、3A 吳芷倩.....	5
	3A 張愷諒.....	6
尺子的自述.....	3B 李鎮杰.....	6
我最欣賞的同學.....	3B 林日希.....	6
	3B 羅卓嫣.....	7
圓珠筆的自述.....	3B 吳嘉恩.....	7
橡皮的自述.....	3B 葉靖祺.....	7
一件難忘的事情.....	4A 蔣佳怡.....	8
我與朋友／同學的一次爭吵.....	4A 林冠兆.....	8
我從香港奧運運動員身上學習到.....	4B 梁樂天、4B 趙天佑.....	9
一次幫助別人的經過.....	4B 葉恩滌、4B 黃瑞璋.....	10
	4B 黃瑞琳、4B 梁詩皓.....	11
日記一則（記一件令我感到失望的事）.....	4C 伍穎欣.....	12
我從香港奧運運動員身上學習到.....	4C 鄧耀天.....	12
日記一則（記一件令我感到失望的事）.....	4D 黃梓嫣.....	13
日記一則（記一件令我感到失望的事）.....	4D 謝嘉仁.....	13
一件難忘的事情——去日本旅行.....	4D 葉雅芝.....	14
好人好事.....	5A 陳祉霖.....	14
	5A 周浩楠.....	15
良好的飲食習慣.....	5B 農蔣嘉譽.....	15
好人好事.....	5B 文卓珈.....	16
良好的飲食習慣.....	5B 伍泳霖.....	17
保持校園清潔.....	5C 李耀成.....	18
	5C 沈卓妍.....	19
我從香港奧運運動員身上學習到.....	6A 何寶滢.....	19
如何保持樂觀的心情.....	6A 謝皓賢.....	20
我從香港奧運運動員身上學習到.....	6A 王嘉敏.....	20
	6A 王樂怡.....	21
一張忘不了的相片.....	6B 陳祐琳.....	21
	6B 鍾心善、6B 陳祐琳.....	22
我們應該怎樣保持樂觀的心情.....	6B 趙天朗.....	23
我從香港奧運運動員身上學習到.....	6C 何芷珊.....	23
	6C 黎栢圖、6C 鄭浩俊.....	24
如何保持樂觀的心情.....	6C 鄭子健.....	25

## 非華語小天使

使用互聯網對青少年的影響.....	6A Aadi I.....	26
一次克服困難的經驗.....	6C Sehr ish.....	26
感謝卡.....	2C 布梓佑、2A 勞芯雅、2C 璐愛美.....	
	2C KIANNA、2A 洛妃.....	27

## 英文科

My teachers and my classmates .....	1A Entena Georgina Madrona .....	28
My Classroom.....	1A Thapa Hardik .....	28
Myself .....	1B Li Lok Lam, Liam .....	28
My pencil case .....	1B Luo Zhuojun, Hulk .....	28
David's Day .....	2A Thapa Ruby .....	28
My school .....	2B Liu Tsz Yan, Coco .....	28
In the park.....	2B Ng Hon San, Andrew .....	29
In the Park .....	2C Wong Sin Hang, Osker .....	29
A Letter to Martin .....	3A Tam Hau Yat, Eno .....	29
Let's Go Shopping .....	3A Ng Tsz Sin, Jade .....	29
Buying a Present .....	3B Lai Wing Tsam, Miru .....	29
Let's Go shopping .....	3B Chan Chun Kit, Jack .....	30
My Best Friend .....	4A Wong Wai Kin, Hollman .....	30
The Twins .....	4A Yu Pak Hei, Alvin .....	30
A Bad Day.....	4B Chen ZiYe, Aaron .....	31
A Surprise.....	4B Li Pak Lam, Drago .....	31
An Interesting Trip .....	4C Yeung Pui Wing, Wing .....	32
At the Cake Shop .....	4D Chan Tsz Tung, Grace .....	32
Be Patient.....	5A Chan Tsz Lam, Chloe .....	33
A birthday movie .....	5A Fung Cheuk Lam, Angela .....	33
In the Cinema .....	5B Nung Tseung Ka Yu, Mars .....	34
A Bad Day.....	5B Luo Zheng Yi, Grace .....	34
In the Cinema .....	5D Li Lok Man, Matt .....	35
Be Kind to the Elderly .....	6A Mohammad Zahir .....	35
Tom's Football Dream.....	6B Chiu Tin Long, Collin .....	36
A trip to Yunnan .....	6A Yeung Yui Ting, Bruce .....	36
A Visit to Yunnan .....	6B Wang Xinyan, Jenny .....	37
Visiting an Elderly Home .....	6B Yuen Ho Yan, Holly .....	37
A Trip to Yunnan .....	6C Chan Yui Man, Desmond .....	38
A Visit to an Elderly Home .....	6D Leung Sin Kiu, Bridge .....	38

## 數學科

一年級.....	立體模型製作 .....	39
二年級.....	紙幣設計 .....	40
三年級.....	三角形拼砌 .....	41
四年級.....	圖形拼砌 .....	42
五年級.....	圓的設計 .....	45
六年級.....	立體圖形的摺紙圖樣 .....	47

## 常識科

一年級.....	三種不同物料製作的物品 .....	48
二年級.....	自製玩具 .....	49
三年級.....	自製紙飛機 .....	50
四年級.....	廢物重用 .....	51
五年級.....	創意工作紙 .....	52
六年級.....	自學冊 .....	52

## 音樂科

一年級.....	節奏頻現句創作.....	53
二年級.....	創作節奏句.....	53
三年級.....	我的動人旋律.....	54
四年級.....	八小節旋律創.....	55
	四小節旋律創作.....	55
五年級.....	迴旋曲創作.....	56
六年級.....	聆聽圖設計.....	57

## 電腦科

一年級.....	小畫家——聖誕卡.....	58
二年級.....	小畫家——合成圖.....	58
三年級.....	英文輸入法——故事文章或交通生字表.....	58
	中文輸入法——倉頡碼書籤.....	59
四年級.....	Powerpoint——我最喜愛的動物.....	59
五年級.....	Excel——我的「乘法表」.....	60
	Excel——我的「上課時間表」.....	60
六年級.....	短片製作——我的校園.....	60
	短片製作——疫情下的暑假.....	60

# 編者的話

新一期的「童訊」又和大家見面了！出版一本學生作品集並不是一件容易的事，但能夠藉着這個園地，展示學生的作品，從而提升他們的自信心，這是我們的初心。

「童訊」中輯錄的作品是學生努力學習的成果和心血結晶，同學們以豐富的想像力和創意創作出生動有趣的作品，以天真活潑的語言表達自己的情感和思想。

最後，「童訊」能利出版，要感謝各位老師為作品集所花的心思和時間，細心挑選同學的優秀作品。這些作品背後都蘊含着師長對同學耐心的指導、欣賞和鼓勵。期盼大家在翻閱這本「童訊」時，都能倘佯在學生作品中，感受他們的喜悅。

# 家

## 1A 麥琬晴

藍天是白雲的家，  
森林是昆蟲的家，  
小河是魚蝦的家，  
泥土是毛蟲的家，  
美麗的地球是大家的家。

## 1A 林日朗

馬槽是馬的家，  
天空是鳥兒的家，  
泥土是螞蟻的家，  
花朵是蝴蝶的家，  
香港是我們的家。

## 1A 黃文富

藍天是白雲的家，  
竹林是熊貓的家，  
田園是兔子的家，  
泥土是蝸牛的家，  
美麗的香港是我們的家。

## 1B 鄧睿慈

藍天是彩虹的家，  
池塘是荷花的家，  
樹林是松鼠的家，  
泥土是蚯蚓的家，  
大海是魚的家，  
香港是我們的家。

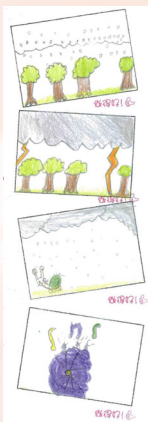
## 1B 梁燦彤

藍天是白雲的家，  
樹林是小鳥的家，  
江河是魚蝦的家，  
泥土是花草的家，  
美麗的香港是我的家。

## 1B 梁文蔚

泥土是種子的家，  
花兒是蝴蝶的家，  
大海是河流的家，  
夜空是星星和月亮的家，  
祖國是我們的家。

# 夏日雨景



## 2B 黎逸朗

雷公公開着夏天的灑水車，  
轟隆隆地從天空駛過……  
洗亮了森林裏的所有大樹，  
還有蝸牛伯伯身上的泥土。  
牽牛花在吹着美妙的音樂，  
小雨點在花瓣上翩翩起舞。



## 2B 李祉晞

雷公公開着夏天的灑水車，  
轟隆隆地從天空駛過……  
洗亮了山林裏所有的瀑布，  
還有桃樹上的每一顆桃子。  
野百合穿上白色的小禮服，  
水珠兒在狗尾巴草上滑過。



## 2B 廖芷恩

雷公公開着夏天的灑水車，  
轟隆隆地從天空駛過……  
洗亮了小屋頂上的煙囪，  
還有一大片青蔥的草地。  
向日葵綻開黃色的笑臉，  
點點雨水在花瓣上溜走。



## 2B 廖芷柔

雷公公開着夏天的灑水車，  
轟隆隆地從天空駛過……  
洗亮了屋頂上的瓦片，  
還有一片翠綠的草地。  
小黃菊展開燦爛的笑臉，  
點點雨水在花瓣上跳舞。



2A 陳永熙

雷公公開着夏天的灑水車，  
轟隆隆地從天空駛過  
洗亮了行駛在公路上的汽車，  
還有一幢幢大廈。  
雨滴落在車窗，  
濺起了一朵朵水花。



2A 鄭子陽

雷公公開着夏天的灑水車，  
轟隆隆地從天空駛過  
洗亮了花草樹木，  
還有大地和房屋。  
令到大自然充滿水份，  
孕育大地生命。



2C 劉欣晴

雷公公開着夏天的灑水車，  
轟隆隆地從天空駛過……  
洗亮了忙碌的街道，  
還有樹林裏的大樹。  
天空中一隻小鳥，  
牠在開心地飛翔。



1B 鄧睿慈  
有趣的拼圖

## 日記一則

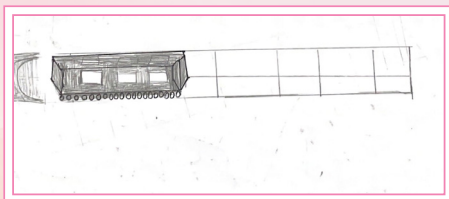
3A 劉浩軒

十二月十二日 星期日 晴

今天是學校假期，爸爸帶我到海洋公園遊玩。

我們在那裏先乘搭「海洋列車」，再玩碰碰車、電動馬……再去「海洋劇場」看表演。最後，我和爸爸玩過山車。

黃昏的時候，我和家人一起，帶着愉快的心情，乘坐港鐵回家去。



## 日記一則

3A 吳芷倩

十二月十日 星期日 晴

今天是學校假期，父母帶我到海洋公園遊玩。

我們在那裏先乘坐「海洋列車」。裏面竟然有整個海洋世界，有鯊魚、魔鬼魚……列車還會震動。我們玩了很多機動遊戲，非常刺激！

黃昏的時候，我們帶着愉快的心情回家去。



## 日記一則

3A 張惜諒

十二月十日 星期日 晴  
 今天是學校假期，我們一家到大埔踏單車。這是我第一次自己騎一輛單車，由大埔至沙田，踏了四個半小時，很刺激。  
 我學會踏兩輪單車了。下一次到大埔踏單車，不用踏扶助輪單車，一定會很暢快。



## 尺子的自述

3B 李鎮杰

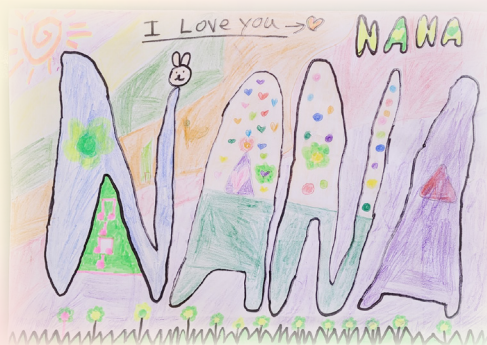
我是一把尺子，我是學生學習的好幫手。在數學課上特別有用。我原來住在文具店裏，後來被一個男孩買回家了。

我的身體是一個透明的長方形，身高十五厘米，穿着一件上面印有紅色的、一到十五的數字，每個數字相隔一厘米。

我每天都陪着主人上學。當他要畫直線、量度物體的長度或量直角時，我就會派上用場。

我和小主人的關係密切，已經相處一年多了。他平日用完我都會小心翼翼地把我放進文具袋。

我很喜歡我的主人，我希望他會一直好好珍惜我，讓我們相處更久。我的夢想就是陪伴着主人升上大學。



1A 麥琬婧  
名字設計



1A 吳梓俊  
名字設計

## 我最欣賞的同學

3B 林日希

我最欣賞的人是張丸悠，她是我的好同學。她是一個樂於助人的女孩子。

她的身型纖瘦，長了一頭長長的頭髮。她的臉兒圓圓的，眼睛圓圓的，樣子十分可愛。

平日，我的同班同學有時會取笑或欺負我，令我很不開心，但是丸悠每次都會幫助我解圍，令我感到十分窩心。

丸悠讓我學會了要樂於助人。她不但是我的好同學，還是我學習的榜樣，我也要像她一樣經常幫助有需要的人。

## 我最欣賞的同學

3B 羅卓嫻

我最欣賞的人是湯舜熙，她是我的同班同學。她是一個熱心助人的女孩子。

她的個子高大，長了一頭烏黑的頭髮。她的樣子清秀，眼睛雖然細小，但十分明亮，看起來十分可愛。

舜熙熱心助人。有一次，我因為考試成績不好而不開心，她就想辦法安慰我，她還答應以後和我一起溫習呢！我覺得和她成為好朋友，我很開心。

舜熙讓我學會了要熱心助人。她不但是我的好同學，還是我學習的榜樣呢！



2A 劉采琳  
香港回歸25周年



2B 黃心怡  
心意卡

## 圓珠筆的自述

3B 吳嘉恩

我是一枝圓珠筆，和朋友們住在一家文具店裏。昨天，嘉恩來到文具店，她在店裏挑了很久，最後她把我買回家了。

我的身體香噴噴的，全身粉色。我的身材瘦削，就像我的主人一樣。瞧！我的衣服上印有桃子的圖案，其他文具身上卻沒有。

我每天都陪着小主人。早上，她會帶着我和別的文具上學。小息時，她會用我來畫畫。晚上，她不喜歡看電視，只喜歡用我來寫字。深夜，主人要睡覺了，我只能和別的文具靜靜地玩耍。

我覺得我和小主人的關係並不普通，因為我們是朋友。我真的很愛她！

我希望我可以一直陪着她，直至她六年級畢業。

## 橡皮的自述

3B 葉靖祺

大家好！我是一塊橡皮，我是學生學習的好幫手。我本來住在文具店裏，後來被祺祺買回家了。

我的身體是紫色的，穿着一件印有花朵圖案的衣服，十分好看。

我每天都陪着小主人做作業。當她需要我幫她打掃東歪西倒的文字時，我就會幫她把打掃得一乾二淨。

我和小主人的關係很好。她在空閒時，還會替我換上不同款式的衣服，這些衣服都是她用心設計的。

我很喜歡我的小主人，我希望我可以一直陪着她，直至她小學畢業。



2A Hussain  
Samrah Noor  
扇子





1B 孔穎熙  
名字設計



2B 黎逸朗  
我的學校

## 一件難忘的事情

4A 蔣佳怡

今天，我參加乒乓球比賽，並獲得亞軍，這件事情令我很難忘。

事情是這樣的……那天，我去參加此賽，心情十分緊張，甚至忘記了老師教過的技巧。就快要上場比賽的時候，我既緊張又害怕，老師看到我這樣，就告訴我：「如果緊張的時候就深呼吸，保持冷靜。」我慢慢地嘗試老師的方法，後來，老師看到我的神情沒有那麼緊張了，就再提醒我一次那些技巧。在最後的一分鐘，我屏住呼吸，目不轉睛地盯着對方發球，千鈞一髮間，我想起老師提醒我的話，這次我輕輕地把球打回去，對方沒想到我有這一着，我終於成功取得最後一分，勝出了比賽。

這件事情真的令我很難忘，我真的沒有想過自己會獲得亞軍。我感到很高興，不但因為這是我第一次參加乒乓球比賽，而且我從沒想過自己有這麼好的成績。



1B CASTILLO  
KRISTEL ANN  
有趣的拼圖

## 我與朋友／同學的一次爭吵

4A 林冠兆

今天，我和李智健吵架了。

昨天，我和李智健約好到籃球場打籃球。第二天早上，我來到籃球場看不到他，我坐在椅子上，等了二十分鐘。我打電話給他，他沒有接，因為很悶，於是我回家。在回家的路上，我看到他在和其他朋友打籃球，我生氣地跑過去問他原因，我問：「你怎麼在這裏打籃球？我們不是約好了在下葵涌籃球場打籃球的嗎？」李智健說：「對不起，林冠兆！我忘記了，請你原諒我！」我生氣地說：「那你為甚麼要和我的朋友玩呢？」李智健說：「是他們約我去玩的！」我們之間有了「火藥味」，開始吵了起來。

然後，我想回家，他拉着我的手，我把他的手甩開，便跑了回家。回家後，我十分寂寞，也十分生氣。第二天，我回到課室，我看到抽屜裏有一封信，我拿起來看了看，呀！是李智健給我的！於是，我立刻打開信封，信裏記下了我們的點點滴滴，看到這裏，我的眼淚不由自主地流了下來，我十分感動。我立刻走到他的面前說：「智健，我們和好如初吧！」他說：「好啊，冠兆！」我們都笑了。

通過這件事，我明白了友誼是十分寶貴的，我們遇到爭執時，應該互相體諒。

## 我從香港奧運運動員身上學習到……

4B 梁樂天

我想介紹的人物是我最喜愛的香港運動員——張家朗。

他是在1997年6月10日出生的。他曾經在2016年4月首奪亞洲鈍劍冠軍。2012年，他在東京奧運會更取得男子鈍劍個人賽金牌，所以他有「少年劍神」之稱。

雖然他很厲害，但是他的成功之路並非一帆風順。全運會比賽前，他參與訓練時膝蓋受傷，結果要退出全運會的比賽。但是意志堅定的張家朗並沒有因此氣餒，他還是堅持繼續練習。經過三個月的休養後，他終於康復了。

從張家朗的身上，我學習到堅毅不屈的精神，體會到努力和付出是會得到回報的。不論做任何事情，我們總會遇到困難，但是只要堅持，我相信總會有辦法可以解決困難的。



1B 鄧睿慈  
名字設計



6B 王心妍  
聖誕卡



2B 梁麗思  
扇子

## 我從香港奧運運動員身上學習到……

4B 趙天佑

相信大家認識多項香港、亞洲游泳紀錄保持者——何詩蓓——獲得「香港女飛魚」稱號的香港游泳選手。

她獲得十八面獎牌，有三金六銀九銅的紀錄，其中包括今屆東京奧運會女子100公尺和200公尺捷泳銀牌。

何詩蓓的左腳踝曾經出現過嚴重的問題，因此暫停了九個星期的訓練，連醫生也解決不到她的傷患問題。然而，她抱着不屈的信念，不斷尋求方法讓自己的身體復原，最終戰勝了傷患。她曾經說過：「人也許會犯錯，但最重要是不放棄、不斷嘗試，你就能夠游向前！」由此可見，她是一個堅毅不屈、遇到困難依然會勇往直前的人。

何詩蓓每晚十一時休息，早上五時起牀練習游泳，練習3小時後就如常上課，下課後繼續參與訓練。除了游泳外，她利用餘下時間溫習功課及練習鋼琴，最終考上密之根西大學及鋼琴八級。她能夠好好地規劃和管理自己的時間，是個自我規範能力很高的人。

何詩蓓是一個堅強不屈，遇到困難也會勇往直前和自我規範能力很高的人。從她的身上，我學習到自律的重要。我十分欣賞她對自己有嚴格的要求。我也會為自己定下目標，建立時間表，定立每天的作息、做功課、用膳和玩耍的時間，每天努力按時完成。

## 一次幫助別人的經過

4B 葉恩滌

今天上英文課的時候，我和同學在課室裏做堂課。我在課堂上做了一件有意義的事，得到老師的讚賞，我頓時眉開眼笑。

今天的課堂內容是教授「英語時態」，蘇老師詢問同學們：「誰不懂得做這道題目？」梓軒同學快速地舉手說自己不懂得怎樣做。由於我的英文成績一向很優異，所以蘇老師委派我做「小老師」，教導梓軒完成課業。

接着，我走到梓軒的座位，看見他非常苦惱，沮喪地低下頭來。我拍拍他的肩膀，溫柔地安慰他：「梓軒，你不用害怕，讓我來教你吧！」他有禮貌地回答：「恩滌，多謝你的幫忙。」於是，我詳細地給梓軒解釋那道題目的答案。他最終恍然大悟，臉上再次展露出燦爛的笑容，我心裏也變得樂滋滋的。

看見梓軒臉上的笑容，我的心中充滿了快樂，我亦學懂了一個道理——助人為快樂之本。



2B 黎逸朗  
心意卡

## 一次幫助別人的經過

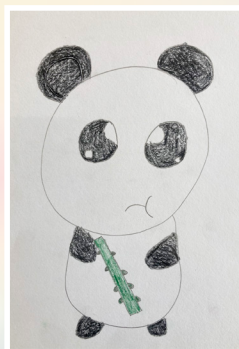
4B 黃瑞璋

上星期天，我和媽媽在公園散步的時候，偶然看見一位在撿紙皮的老伯伯，那位老伯伯駝着背，彎下身子的辛苦情景，引起了我的注意。

我心裏充滿疑問地走上前問：「老伯伯，您為什麼在這裏撿紙皮？」老伯伯垂頭喪氣地回答：「因為我退休了，沒有收入。因此我想靠撿紙皮來賺取一些生活費。」聽後，我立刻說：「我可以幫您一起撿紙皮嗎？我不想你這麼辛苦。」接着，老伯伯帶我到處找紙皮，有時紙皮已被人撿收了，有時老伯伯還會被商店內的職員驅趕及呼喝，有時要和其他人爭紙皮。在這個過程裏，我體會到老伯伯的辛苦，眼淚也忍不住流下來了。

為了減輕老伯伯的辛苦，我一看見紙皮，便飛奔過去，把紙皮摺好，放進老伯伯的推車裏。過了一會兒，我已感到筋疲力盡，全身也感到無力了。原來撿紙皮是這麼辛苦的！我心想：老伯伯年紀大，又行動不便，一定比我更辛苦。

看到老伯伯這麼辛苦，我決定帶他到社區中心去找社工幫助。幸運地，社工非常樂意幫助他。老伯伯笑着感謝我和社工，看到他的笑容，我也感到心裏暖暖的。我一定會繼續盡我的能力去幫助別人。



2C Cayambas  
Kianna Marie  
動物



2C Manj  
Mahnoor  
動物



2B 黎逸朗  
兒童節

## 一次幫助別人的經過

4B 黃瑞琳

從小時候開始，我就認為富有的人才可以幫助別人，自己只能長大成人後才可以幫助別人。後來發生了一件事，這才令我明白原來小朋友也可以幫助別人。

有一次，我和媽媽在街上看見一位拿着拐杖、滿頭白髮的老婆婆。她拿着幾袋東西，一不小心失去平衡，整個人倒在地上。看到這情形後，我立刻跑上前把老婆婆扶起來，問：「老婆婆，您沒事嗎？」老婆婆笑着說「謝謝您！我休息一會兒就可以了。」我擔心老婆婆再次跌倒，便向媽媽提議陪伴老婆婆回家。媽媽便笑着點頭。在這過程中，我們一邊談天，一邊說笑，很快便把老婆婆送回家了，老婆婆還送了一袋水果給我們。

在回家的途中，媽媽問我這次幫助老婆婆後有什麼感受。我想了想，說：「能夠幫助別人，我感到很快樂！」媽媽提醒了我：「你之前還說沒有能力幫助他人，因此感到悶悶不樂。其實只要有心，你也可以用自己的能力提供幫助，不一定只靠金錢哦！」

嗯！我終於明白了：雖然我的能力和別人不一樣。只要有心，我也可以用自己小小的能力幫助別人！



2B 廖芷柔  
扇子



2B 梁詩婷  
聖誕卡



2B 鍾瑜  
扇子



3A 吳芷倩  
美麗的花瓶

## 一次幫助別人的經過

4B 梁詩皓

你們曾經幫助別人嗎？我今天幫助了我的好朋友，心裏甜絲絲的。

早上，我約了朋友到公園跳繩。到達公園後，我們便開始跳繩。跳了一會兒，他對我說：「不如我們比賽跳繩吧！誰贏了，就是跳繩大王！」我同意了。「你一定贏不了我的！」他驕傲地對我說。跳着跳着，他說完不久便被繩子絆倒了，膝蓋給擦傷了，流出了鮮紅色的血，他痛得哭了起來。我看見他的樣子很難受，便馬上走過去幫助他。

忽然，我想起上個月媽媽幫我處理傷口的情景，而我沒有處理傷口的經驗。於是，我立刻跑去請媽媽過來幫忙。媽媽立刻幫我的朋友清理傷口，而我小心翼翼地為他貼上膠布。處理完傷口之後，我還是擔心他，就輕聲地慰問他：「你的傷口還痛嗎？我看見媽媽幫你清理傷口的時候，你把牙齒咬得緊一緊。」他微笑地回答：「雖然消毒時傷口有點痛，但現在已好多了，謝謝你的關心！謝謝你們幫我處理傷口！」聽到這句話，我心裏好像吃了蜜糖一樣甜。

幫助別人真是一件充滿意義的事情，所以我日後要多些幫助別人，這樣我的心情也會變得更加快樂了。

## 日記一則 記一件令我感到失望的事

4C 伍穎欣

九月六日 星期一 晴

今天，一百米賽跑比賽終於到了，我深信定能獲得冠軍。

近月以來，我為了參加一百米跑步比賽付出了一百二十分的汗水和精力。每逢假日的清晨，我都會獨自在運動場上反覆練習。有人問我努力的原因是甚麼？我堅決地回答：「為了奪得冠軍！」

我滿懷信心地站在起跑線上，看着旁邊的對手在做熱身動作，我卻認為不做也可以取勝。接着，老師大叫：「預備！」隨着槍聲一響，大家就用盡全身力氣向前跑。

一開始領先的是我，可是跑至中途時，我的小腿突然抽筋，疼得我完全動不了，像冰凝固了般，無法動彈。

躺在地上的我，看着曾被我看輕的對手已遙遙領先，甚至到達終點，我的心仿佛被千萬根針刺過，失望極了。難道我之前的努力全都白費了嗎？

這時，我才想到是自己過於自大，看輕了熱身的重要性，也自視過高，看輕別人。一開始時的失望是對比賽結果，現在是對自己的驕傲而失望。



3A 謝曉婷  
美麗的花瓶



3B 湯舜熙  
時裝設計

## 我從香港奧運運動員身上學習到……

4C 鄧耀天

在奧運會上，單車選手李慧詩創造了「一金兩銀三銅」的歷史性佳績。

從她身上，我學到堅毅和不輕易放棄。她自小喜愛運動，因出眾的爆發力被體育老師發掘加入田徑隊。

她天生貧血，仍然堅持進行高強度訓練。她在一次訓練中意外翻車，導致手腕骨裂，但是她仍堅持訓練。她堅毅的精神真值得我學習。

二零一二年，她在比賽中與澳洲選手碰撞，導致落敗。不久後，恩師普林俊也去世了，使她想放棄。於是，在二零一七年的亞洲室內運動會完結後，她宣佈暫時不參與任何比賽。

她重返校園，成為香港浸會大學創意及專業寫作系學生。她看見身邊的同學努力為自己的夢想堅持下去，就振作起來。在二零一八年，她重新參加比賽。她遇到很多困難，仍然沒有放棄，真是值得我學習。

李慧詩的堅毅和不輕易放棄的精神，讓我明白到在學習上遇到困難也不能放棄。我以前在寫作的時候，要寫很多文字，令我感到很困難。現在，我會努力嘗試完成它。希望我像李慧詩一樣繼續堅持下去吧！



3A 張愷諒  
美麗的花瓶

## 日記一則

### (記一件令我感到失望的事)

4D 黃梓嫻

九月二十一日 星期二 雨

今天是中秋節，我和朋友相約晚飯後到公園玩燈籠。我懷着興奮的心情去準備食物和燈籠，與朋友一起分享。

終於等到吃晚飯的時候，我一邊懷着興奮的心情，一邊吃飯。忽然聽到嘩啦啦的聲音，我立刻跑到窗前一看，原來下雨了。我興奮的心情變得十分焦急心情，我心裏呼喚着不要再下雨吧！但是雨水不理會我的焦急心情，仍然嘩啦啦地地下着……

天色已晚，看着窗外的雨水，媽媽說：「去公園的活動要取消！」我感到非常失望。我只好期待明年的中秋節可以和朋友一起玩燈籠。



3B 羅卓嫻  
時裝設計

## 日記一則

### (記一件令我感到失望的事)

4D 謝嘉仁

九月二十二日 星期二 晴

我今天的心情真的像坐過山車一樣——高低起伏。

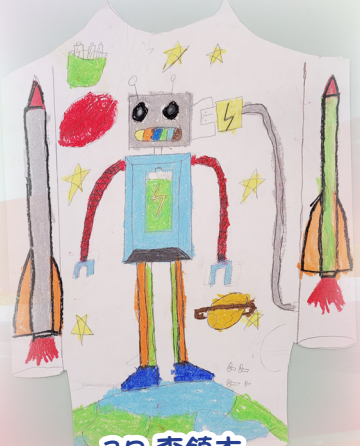
★今天的體育課是學校田徑隊的選拔賽。昨晚，我刻意到公園練習跑步，並且晚餐也吃得飽飽的。因為平日我晚飯會吃得較少，還有的是我較喜歡踏單車，很少練習跑步。但今次我真的很想成為田徑隊成員，所以我不怕辛苦的訓練了自己一天。

首先，老師說：「請女同學圍着操場跑三圈。」有些人聽到後立即面色一變，有些人感到很失望，有人感到十分興奮。其後，老師挑選了幾位能在最短時間內完成訓練的女同學。終於輪到我們男同學，當我聽到哨子聲，我便立即向前跑。「衝呀！」我大叫着。可惜我卻是最後三名到達終點。

我真的很失望，因為我落選了。但我會努力練習跑步，期待下年的選拔！



3B 蔡梓軒  
色彩樹



3B 李鎮杰  
時裝設計

## 一件難忘的事情——去日本旅行

4D 葉雅芝

前年的聖誕假期，我們全家去日本旅行，渡過了愉快又難忘的一週。

我們參加了日本七天團，下了飛機後，我們坐了三個小時的車程才到達富士山的酒店。酒店為我們準備了美味的自助餐，有蟹、蝦、牛肉、水果沙拉等，還有我最喜歡的雪糕。吃完晚飯後，我和家人去泡溫泉。溫泉有分男和女，媽媽、我、姑婆、孀孀和表姐妹去了泡女湯池。原來日本泡溫泉是不可穿泳衣的。我有一點兒害羞，臉兒紅了，不過泡完很舒服。

第二天清晨，我們便坐車去滑雪的地方。首先，爸爸去租滑雪用具。準備完之後，我們開始學習滑雪。老師教我們一步一步地躲過障礙，然後到山頂上再滑下來。剛剛開始，我摔了很多次，後來我漸漸地適應了。經過一次又一次的練習，我終於學會滑雪了，我開心極了。

時間過得很快，好像一瞬間便天黑了，我們回到酒店。外面忽然下雪，我第一次看到真雪。我興奮到了極點，更和小伙伴衝入雪堆玩起了打雪仗的遊戲。雪打到了我的臉上，有一點兒痛，但是十分快樂。

快樂的時光總是過得很快，我們就要離開富士山去下一站了。

這就是我在旅程中最難忘的片段。



4D 黃幸喬  
火山爆發

## 好人好事

5A 陳祉霖

一星期前，我突然需要協助媽媽在家照顧弟弟。當時的情景，至今仍在我的腦海中浮現。能幫助別人的那一刻，我感到十分滿足。

那天，媽媽突然接到外婆的來電通知，她與外公都確診新冠肺炎。當時媽媽被嚇得目瞪口呆。媽媽即時向外婆查詢當時的身體狀況及需要物資。由於他們已接種疫苗，只需在家隔離便可。記得當時媽媽緊張得不知所措，我在旁亦加以安慰，並說：「你放心到街上購買物資給他們，我會幫忙在家照顧弟弟的。」

媽媽聽到後沒有回應，只在我肩膀拍了一拍，便轉身出門了。我明白媽媽當下的心情，逆地而處，我亦會擔心的。

經過這次後，媽媽對我另眼相看，感覺我已不再是小朋友了。我會懂得照顧別人的感受及協助她解決問題。我除了幫助媽媽，同時亦幫助了外公和外婆，我感到非常喜悅。從這件事，我明白到無私的協助，勝過千言萬語，我希望往後亦能做到。



5A 梁浚滄  
名畫仿作——激潑二

## 好人好事

### 5A 周浩楠

兩年前，我曾經在山上幫助了一位小孩。當時的情景，至今仍在我的腦海中浮現。能幫助別人的那一刻，我感到十分滿足。

兩年前，一個陽光明媚的上午，當我和家人在行山時，我看見一位小孩迷路了，我看他很焦急。我馬上拿出手提電話致電給他的家長，更成功地找到了他的家長。

最後，在我的幫助下，小孩也找到了家長。幸好他遇到了我，如果他遇到了壞人，後果肯定不堪設想。

我幫助了小孩，我感到很有成就感。從這件事中，我體會到幫助人的快樂。



4A 陳家晴  
人物面譜



3B 莫鈞  
時裝設計



3B 劉曦文  
美麗的花瓶

## 良好的飲食習慣

### 5B 農蔣嘉譽

香港——這個豐衣足食的城市，孩子們每天都喜歡吃快餐，高熱量的食物，甚至是不同口味的「垃圾食物」，它們都是高脂肪、高鈉、高糖一族，對孩子的健康造成極大的傷害。衛生署每年發表學童健康報告，當中指出香港小學適齡學童的體重有明顯上升的趨勢，情況令人擔憂。

首先，我們應參照「健康飲食金字塔」落實我們的飲食習慣。每天應該進食最少三碗穀物，以保持身體機能，及從穀物裏獲取我們的能量。同時，我們亦要多吃蔬菜，它們含有大量的維生素，維生素主要可以維持毛髮和皮膚等健康。此外，我們應該進食適量的肉類和豆製品來補充蛋白質，還可以幫助我們的骨骼發展。而油、鹽、糖——是危害我們健康的罪魁禍首，所以需要避免進食過量。

其次，我們還得注意「五大營養素」的攝取，包括：礦物質，它是維持血液的主要元素；維生素，它可以為我們的新陳代謝起調節作用；蛋白質則幫助我們製造和維持健康的的身體組織。

最後，運動和睡眠也很重要。我每天都做至少三十分鐘中強度的運動，並享受八小時或以上的睡眠。因為只有足夠的睡眠，方能讓孩子藉着睡眠而發展骨骼，而且，有充足的睡眠和休息也對我們應付每天的學習和活動非常重要。至於運動則可以幫助我們肌肉生長及增強抵抗力，預防疾病。

香港的適齡學童正處於發育時期，我們必須要關注他們的健康。只要我們由今天起，多鼓勵他們按照「健康飲食金字塔」的建議比例進食，教會他們注重飲食均衡及定時適量的飲食習慣，相信定能為這群未來的社會棟樑奠下健康的基礎。



## 好人好事

5B 文卓珈

去年五月，我還是四年級學生，曾經在學校裏發生了一件難忘的事情，令我感到既傷心，又無助。幸好得到了幾位同學主動的幫忙，很快便解決了問題，當時的我很感動，還非常感激他們的幫助呢。

記得那天早上，我滿心歡喜地帶着一份親手製作的視藝勞作回校。那是一個陶瓷盒子，等待視藝科老師評分後便可以送給媽媽作為母親節的禮物。到了教室，我從書包取出了盒子來看，一不小心便把盒子摔在地上，盒子碎了。那一刻，我害怕極了，不知如何是好，淚水忍不住就要奪眶而出。

就在這時，坐在我附近的幾個同學紛紛上前了解。她們看到我正在哭，便主動過來幫忙。她們撿起地上的陶瓷碎片，嘗試用漿糊把它們黏上；她們一起安慰我，還為我送上紙手帕，讓我可以擦拭淚水。頓時，我沒有再哭了，而且不再感到害怕，還把她們替我修補好的盒子放回書包裏。

視藝課到了，我把「作品」放在桌子上給老師打分。雖然盒子曾支離破碎，滿佈黏合的痕跡，但仍取得不俗的成績。最後，我衷心感謝同學們幫助，逐一向祉霖、楚詠和煒晴道謝。

回家後，我將陶瓷盒子送給媽媽，並告訴媽媽在學校發生的事情，媽媽替我感到高興，還着我要學習同學那樂於助人的心。遇上別人有需要的時候，在自己力所能及的範圍伸出援手，不是希望得到任何回報，只是本於「助人為快樂之本」。

當我遇到困難感到無助的時候，便希望得到別人的幫助。同樣，無論是小事或大事，我都會盡心盡力地主動關心和幫助別人。



4B 梁詩皓  
四格漫畫



4A 黃偉健  
飾物盒

## 良好的飲食習慣

5B 伍泳霖

在香港，人人都豐衣足食，但是孩子們喜歡的只有肉、快餐和「垃圾食品」。這些都是「三高」的食物。那麼，怎樣才可以培養良好的飲食習慣呢？

首先，我們要跟着「健康飲食金字塔」去吃午、晚餐，就可以從日常飲食中攝取均衡的營養。如果單一吃的食物的話，不利於身體健康，還有可能出現營養不良，或相關營養缺乏的症狀，如果多吃了，可能增加肥胖的機會。我們每天跟「健康飲食金字塔」建議的比例吃午、晚餐，所以我才會有好身形，對要減體重的人也有好處。

其次，我們也要攝取適量的營養素，它可以促進生長發育，保持健康和修補體內組織，好像各種所需的維生素，攝取均衡的營養素，可以令我們身體更健康，我們按營養素去預備飯菜，色香味美，相信一點也不比快餐差。

然後，家長們面對孩子的另一困擾就是「挑食」。孩子不喜歡吃的有的是牛羊肉，或許覺得有腥羶的氣味；不喜歡香菜，因為氣味難聞；不喜歡涼瓜，怕它苦澀……這些都是時有聽聞的。但為什麼孩子會挑食呢？有些說是因為學爸媽，他們不喜吃，孩子也跟着不喜吃，何不考慮孩子的健康，嘗試把這些食物混進孩子的食物裏，讓他們尝尝，或許會從而改觀。就像我的親身經歷，從小我都不喜歡吃蘿蔔，媽媽便在我的菜裏下「毒手」，久而久之，我便慢慢把蘿蔔適應了。

最後，孩子吃零食是無可避免的。那麼我們該怎麼辦呢？我們可以自己動手，好像孩子像吃薯片，我們可以加一些有營養的菜，放在飯桌櫃也很不錯。我想吃薯片的時候，媽媽會用它來做厚蛋燒吃，味道非常美味。

我們其實可以避免進食沒營養的食物，如果你做到這幾點的話，我也為你感到高興，因為你已懂得關注自己的健康，並培養了良好飲食習慣；倘若未盡完善，或是有少許壞習慣，只要狠下決心，相信你也能獲得健康的身體的。



5A 陳祉霖  
森林



5C 黎卓盈  
聖誕卡



5A 陳祉霖  
聖誕卡

## 保持校園清潔

5C 李權成

近幾年，新冠肺炎疫情的爆發令人們更加注重環境衛生。無論在家庭、學校，甚至社區，這項工作都是刻不容緩的事情。作為小學生，在校園內應如何保持環境衛生清潔呢？

首先，保護環境清潔人人有責。我們作為校園的一分子，有責任令每一處地方保持清潔，例如：我們要把垃圾丟進垃圾箱，要把廢紙放進廢紙回收箱，進食後要把桌子和地上的食物碎屑清理好。這樣，在人人愛護環境的大前提下，我們才能在舒適清潔的校園中愉快地學習。

其次，我們應同心協力美化及綠化校園環境。例如：學校可以成立綠化大使，讓他們在學校的小花園裏種植樹木，令空氣變得更加清新，也可以在室內操場裏種植小盆栽，美化校園環境。此外，我們可以在課室裏增設一個綠化角種植水養植物，不但可以提升學生的環保意識，更令課室的環境變得更美麗。

再者，良好的衛生監察制度是不可或缺的。學校應設立清潔小隊，於小息時在課室裏當值，負責清潔桌子及消毒殺菌的工作，以減少細菌及病菌滋生。

還有，學校亦有很大責任推動校園清潔。學校可以定時舉辦課室清潔比賽，提高學生的環境衛生意識，也能推動學生養成環境清潔的習慣。學校也應添置更多空氣清新機或把現時的空氣淨化設備升級，讓學生能在無菌的環境下學習。

總括而言，校園環境清潔人人有責，良好的環境對我們十分重要。因此，學校、老師及學生三方應共同努力保持校園清潔，共同創造美麗的校園環境。

## 保持校園清潔

5C 沈卓妍

縱使新冠肺炎疫情近幾年在本港肆虐，也未能提高人們環境衛生的意識。在學校裏，環境衛生問題也未有改善，情況更是一日不如一日，所以保持校園環境清潔這個課題成為刻不容緩的事情，誰會想在髒兮兮的校園裏學習呢？

首先，學校應設立一套清潔環境獎懲制度。如果學生能做到保護環境的美德，教師應作出獎勵；相反，如果學生違反環境衛生規則，如隨意塗鴉、亂拋垃圾等行為，老師應作出相應的懲罰。

其次，學校可以舉辦活動提升學生環境保護意識。學校可以定期舉辦清潔比賽、植樹活動、清潔垃圾活動等，培養學生養成清潔校園的良好習慣，也可以定時製作及播放關於環境衛生的影片，或舉辦清潔標語創作比賽，甚至成立清潔大使宣揚環境清潔衛生信息，讓學生明白保持校園環境清潔的重要，讓校園衛生不再惡化下去，甚至得到改善。

最後，校園清潔不單單是學校的責任，學生也要承擔責任。我們每一個學生也應該保持環境清潔，不亂拋垃圾，不隨意塗鴉，不弄污地方，校園環境才能時刻保持乾淨清潔。

總括而言，學生應在學校的領導及監督下保持校園環境清潔，這樣才是保持校園清潔的不二法門！

## 我從香港奧運運動員身上學習到

6A 何寶濶

在東京奧運會中，香港運動員創造了「一金兩銀三銅」優秀的歷史佳績。在眾多的運動員中，我最欣賞獲得了金牌，有「少年劍神」之稱的運動員——張家朗，我在他身上學習到永不放棄的精神。

張家朗是一個劍擊運動員。他出身籃球世家，父母都是出色的籃球運動員，但他們卻沒有強迫自己的兒子跟隨他們的路，反而鼓勵兒子改習喜愛的劍擊，並支持他在中四退學當上全職運動員，可見張家朗成功的背後，少不了家人的全力支持。

並不是所有人在成功路上都是一帆風順的。張家朗在運動員生涯中也遇過失意的時候，他的世界排名曾經跌落第十九位，當時他感到十分迷惘，但他沒有自暴自棄，反而調整好心態，重新踏上比賽的道路。

張家朗不輕易放棄的精神很值得我學習。記得我小學四年級的時候，曾經參加過一場乒乓球比賽，可惜的是，當時我敗給了對手。這件事一直深深刻在我的心中，從此我也再沒有碰過這項運動了。後來當我透過新聞、雜誌的訪問中，了解到張家朗的經歷後，才明白到我應該像張家朗一樣，無論遇到任何困難也不可以退縮。

張家朗，謝謝您改變了我的人生觀。你是我最敬佩的人，我會好好向你學習，希望他日和你一樣，成為一個有成就的人。我也衷心祝福你，日後能繼續為香港爭光。



4B 葉恩濶  
三原色——紅黃藍



3B 賴泳沁  
時裝設計

## 如何保持樂觀的心情

6A 謝皓賢

在日常生活中，我們經常會遇上一些不順心的事，例如：比賽失利、考試成績不理想……這些事情會令我沮喪，但我認為我們應盡量保持樂觀的心情，以正面的心態去面對問題。

首先，凡事應向好的方面想。美國有心理學家的研究發現：樂觀和悲觀的人同時做一件事，樂觀的人比悲觀的人成功機率高百分之八十。如果我們被心中浮現的負面想法影響，就會比較容易失敗。所以若我們凡事多向好的方面想，即使遇到煩惱，問題也自然可以迎刃而解。

其次，古語有云「近朱者赤，近墨者黑。」如果多跟樂觀的人交朋友，你就會不自覺被他們樂觀的思想感染，所以多跟樂觀的人交朋友，自己也會變得快樂。

最後，我鼓勵大家多做運動，因為做運動不但可以強身健體，而且可以釋放快樂的物質——多巴胺，多巴胺不但可以在做運動時分泌，巧克力也含有這種物質，但巧克力吃多了會傷害牙齒，所以不建議多吃。我建議大家每天做半小時至一小時運動，令自己的心情變得愉快。

總的來說，失敗和挫折在人生中是不可避免的，為什麼不用正面的心態去迎接美好的每一天呢？最後，希望大家都能擁有一個美滿幸福的未來。

## 我從香港奧運運動員身上學習到……

6A 王嘉敏

今次東京奧運會中，四十六位香港運動員創造了「一金兩銀三銅」優秀的歷史佳績。而其中最令我欣賞的是有「香港女飛魚」之稱的運動員——何詩蓓，我在她身上學習到百折不回的精神。

何詩蓓是一個游泳運動員。她自小學習游泳，擁有八級鋼琴資格，曾在香港文憑試中考獲三十五分，現正於美國修讀心理學。她在今次的東京奧運會中包攬了兩個銀牌，並成功打破香港紀錄。

何詩蓓的訓練十分艱苦。她每天凌晨四、五時就去練習游泳，然後才上學去，放學後又馬上到游泳館練習。每天不停的訓練既艱苦又枯燥，並不是一般的年青人能做得到。疫情期間，游泳池關閉，但她沒因此而停止訓練，據她的隊友所指，當時身處外地的何詩蓓冒着嚴寒到湖裏練習，即使冷得連頭髮也結冰了，她的意志也沒有一點動搖。

我從何詩蓓身上學習永不放棄的精神。記得我小學五年級的時候，常識科考試不合格，一向成績不錯的我感到十分失落，更想過以後要放棄這個科目。但我認識了何詩蓓的奮鬥故事後，我才明白到我應該像何詩蓓一樣，無論遇到多大的困難，都不可以放棄。只要堅持，最後一定能夠成功。

何詩蓓，謝謝您影響了我的人生。我會永遠以您為我的學習榜樣，希望他日能夠像你一樣，成為一個令父母、師長引以為榮的人。



6A 姚紫旋  
相架



6C 黎栢圖  
相架

## 我從香港奧運運動員身上學習到……

6A 王樂怡

在剛剛結束的東京奧運會中，我們香港四十六位運動員皆全力以赴，結果創造了「一金兩銀三銅」的歷史佳績。其中，最令我敬佩的是有「牛下女車神」之稱的運動員——李慧詩，我在她身上學習到做事一定要堅持。

李慧詩是一個場地單車運動員，有「最强大腿」的稱號。人們都稱她為她為「牛下女車神」，因為她自小在牛頭角下村長大，出身清貧。在她多年的運動員生涯中，曾取得四件「彩虹戰衣」，另外她在今次的東京奧運會中取得一面銅牌。

李慧詩有着「打不死」的精神，是很多香港人的學習榜樣。她自幼就患有貧血，本來並不適合當運動員，在每次進行高強度訓練或比賽後，皆需要比其他人更長的體力恢復時間，但她並沒有把先天的不足視為阻礙。

2006年，她在意外中翻車導致手腕骨裂，曾三度手術失敗。因此，教練曾勸她退役。可是李慧詩沒有因此放棄，在養傷期間仍堅持訓練。其努力令她在2010年亞洲運動會中的500米計時賽打破了亞洲紀錄，贏得首面亞運金牌。

李慧詩曾經說過一番話：「我覺得我可以贏過任何人。」記得我小學五年級的英文考試成績並不理想，令我曾經想過放棄學習英文，但李慧詩的說話影響了我。她曾經遇過這麼多困難，但也沒有退縮，而我只是在學習上遇到那小小的挫折又算得上甚麼呢！

李慧詩，謝謝您影響了我的人生觀。我會永遠牢記您鼓勵過大家的說話，希望將來和您一樣，成為一個堅毅的人。

## 一張忘不了的相片

6B 陳祐琳

在我們的生活中，一定拍過許多珍貴的照片。照片中記載着我們許多歡樂或難忘的瞬間。我在整理我的房間時，無意中看到媽媽自製的小本子裏貼滿了許多我兒時的照片。我翻着每一頁，看到一張令我忘不了的照片。

那張照片是幼兒園老師拍的。學校舉辦了一個活動名為「畢業營」，就是在距離畢業的前兩天，高班的同學們要在學校開一個小型派對，並在學校留宿，全程無家長陪同。

早上，我們還是一如既往地上課、吃午飯、睡午覺和玩桌面遊戲等。直到放學，我興致勃勃地回家洗澡，接着背上事先準備好的小書包去學校。

到了學校已經是下午五時半了，我和同學們在老師的指導下，幫忙校工燒飯和洗菜。大家都對這些家務事很陌生，所以弄得到處都是水。最後，我們還得在老師和校工的幫助下，才勉強吃上晚飯。

晚飯後，我們分成四個小組，一起上天台找老師藏在花盆裏的拼圖，哪一組最先找到，並拼好的，會得到一包軟糖。作為組長的我，拿着手電筒，帶領同學們在黑漆漆的環境下尋找拼圖，有趣極了，最後我們當然獲獎呢。

經過一系列的小遊戲後，我們便洗漱和換睡衣，然後就把自己的帳篷拿出來和同學一起組裝，接着就在安眠曲下入睡了。

第二天早上，我們在老師的柔聲叫喚下醒過來。我們收拾衣服，然後把帳篷拆下來放回背包裏，等着媽媽接我回家。看到媽媽的時候，我迫不及待地昨天發生的事情告訴她，她不但誇讚我能自律，還會領導同學，令我開心不已呢！

我們生活中拍過的照片記載着我們歡樂或難忘的瞬間，長大後才知道媽媽為甚麼會經常給我們拍照，現在回看這張忘不了的相片，不禁令我想起以往多麼美好的童年時光。

## 一張忘不了的相片

6B 王心妍

昨晚，我借用媽媽的智能電話上傳相片，無意中發現手機相冊裏全是記錄我們一家生活中點點滴滴的相片，我停止手上的工作，興致勃勃地翻起相冊來。每張照片的情景都湧入我的腦海中，讓我不自覺地嘴角上揚。突然出現一張讓我忘不了的相片，把我的回憶瞬間拉回那年那天。

相片裏，四五歲的我流露出天真燦爛的笑容，對大部分事物還處於懵懵懂懂的状态。正在喜笑顏開地和我兒時的好玩伴玩着桌上骰子的我，全然不知那一刻已被媽媽用相機拍了下來。不知我這個兒時好玩伴現在的生活是否過得如意呢？那也是個春節期間的一個晚上，媽媽和她已有兩三年未見的好姐妹、好同事們相約聚會。隱約記得在路途上，媽媽笑容滿面，吩咐我說：「等會兒你去跟幾個小朋友一塊兒玩，媽媽要跟阿姨們聊天啊！」我聽後似懂非懂地點了點頭。到達後，媽媽看見阿姨們就立刻鬆開我的手，向她們飛奔過去。

房間裏，媽媽還是那個媽媽，但她不再像是那個在家中忙前忙後，總是累得喘不過氣來的她。媽媽和阿姨們聊天時竟然流眼淚了，我偷偷坐到她們旁邊，偷聽媽媽跟她的姐妹訴說着這些年來生活中的不順、家庭的不愉快和我給媽媽帶來的「負擔」，雖然那時的我還小，但是也能明白到媽媽的不易。

想到這裏，心裏很不是滋味。媽媽生下我後，卸下了那光彩照人的「衣裳」，全心全意地照顧家庭，這就是母親的偉大吧。「誰言寸草心，報得三春暉」，我暗下決心，要盡全力讓自己成為媽媽的驕傲。

## 一張忘不了的相片

6B 鍾心善

在我的相冊中，有許多令我記憶猶新、難以忘記的照片。每當我翻開相冊時，有一張令我最難忘的相片經常映入眼簾。

照片裏有一隻像老鼠般小的貓在一個牠不認識的環境裏玩得不亦樂乎！看着這張照片，我的思緒被帶回兩年前的晚上。

在兩年前的一個晚上，當時我和家人吃完晚飯後在看電視，忽然，門鈴響起了，我心想：已經晚上了，誰會來找我們？一定是別人的惡作劇！不過當我打開門時，我的眼淚竟然情不自禁地流下！你們猜這是為什麼？是因為爸爸出現了，就是我日思夜念的爸爸！我更注意到他的手裏有一隻看起來毛茸茸的小動物，牠像隻玩偶，不過因為我看不到牠的樣貌，而且牠的體型非常小，所以我以為他是老鼠，嚇得不敢靠近牠，臉上刻着害怕這兩字似的。爸爸看見我的反應後，跟我說那是一隻小貓。我一聽到小貓，立即兩眼發光，急不及待地想和牠玩。這一個晚上，我就只跟這隻小貓玩了，爸爸也把這一幕美好的畫面拍了下來！

這張照片是我最喜歡也是最難忘的照片，一看到照片，就馬上想起當時的情景，雖然爸爸因為工作，不能跟我們經常見面，但是他沒有忘記我，為我帶來這隻令我歡樂的小貓，正所謂「誰言寸草心，報得三春暉」，既然爸爸為我帶來了貓咪，那麼我就應該盡我的所能照顧牠，來報答爸爸，而且我長大後也會孝順他的！

# 我們應該怎樣保持樂觀的心情

6B 趙天朗

在日常生活中，我們會遇到一些事情，影響我們的情緒。因此，保持樂觀的心情是很重要的。

近日，香港亞太研究所發表了一份報告，內容為「香港人的生活滿意度」，結果顯示大部份上班族因經常要加班而導致作息不定時，從而感到心情煩躁，無法專注於工作上。由此可見，我們應好好控制情緒。然而，怎樣才能保持樂觀心情呢？以下是我認為可行的方法：

首先，我們要學會放鬆心情。讓人放鬆心情的方法有很多，例如：做運動、聽音樂、閱讀、繪畫……其實，只要是你感興趣的活動，就能讓你放鬆情緒。然而，有人可能會認為做運動不會令人放鬆，所以我們不應選擇太劇烈的運動，可選慢跑、跳繩等不會讓人過於疲勞的運動項目。再者，做運動時腦內會分泌安多酚，這是一種「快樂物質」，能有助驅散壓力；除了做運動，聽古典音樂也可以達致相同效果。此外，有人認為通過睡覺來忘卻煩惱也是有效的方法。

其次，我們應學會正向思維。甚麼是正向思維呢？我們凡事以積極主動、樂觀向上的態度去面對的思維方式就是正向思維。我們可以多讚美自己。因為這可以認識自己的優點、長處，使我們更有自信。當遇到挫折時，我們千萬不要責怪自己，反而要覺得這是一個認清自我的好機會。因此，我們應多認同自己，並保持正向的思維。

此外，我們可以尋求別人的幫助。當遇到讓人灰心的事情時，找朋友或長輩傾訴是一種好辦法。他們或許會對事情有另一方面的看法，能影響你的想法，令事情有更好的解決方法。不過，我們需要選擇一個好的傾訴對象，才能得到恰當的建議。

你或許會認為，不保持樂觀的心情其實沒有什麼大不了的，只是想法會比較負面而已。然而，長期保持負面的情緒的話，後果可能不堪設想。香港大學發表的研究指出，在二零一八年間，因心情煩躁而發生的自殘、自殺案佔全部案件的百分之六十。因此，保持樂觀的心情對我們而言是不可忽視的。

正所謂「人生不如意事十常八九」，我們應保持樂觀的心情，並正面地想方法解決。

## 我從香港奧運運動員身上學習到……

6C 何芷珊

在剛剛結束的東京奧運會中，香港奪得了「一金兩銀三銅」的歷史佳績，但香港運動員有這麼多，我最欣賞和敬佩就是有「女飛魚」之稱的何詩蓓，因為我在她身上學習到堅毅的精神。

何詩蓓是亞洲游泳紀錄的保持者，在二零一三年東亞運動會取得兩銀五銅的成績。在訓練的運動中並沒有放棄學業，她堅毅讓她成功取得「兩銀」的佳績。

何詩蓓在次訪問中曾說：「多年來兼顧學業與游泳，有時候的確很累，亦曾想過放棄，但慶幸身邊有很多支持自己的家人及朋友，他們對我的信任也給了我很大的信心。」還有她對自己的要求也很高，為了兼顧各方面，她規劃出一套生活節奏，她晚上十一時便上牀睡覺，清晨五時便起牀練習游泳。有時候更在三時起牀，因為她要完成家課再到游池「練水」，之後回校上課，放學後再「練水」，這樣的生活維持了一段很長的時間。因為努力不懈的練習，最終在各類型的比賽及文憑試考試得到好成績，更考上心儀的大學，實現自己的夢想。

即使東京奧運會結束了，但體育精神是不會完結的。我們要尊重和欣賞為香港爭光的運動員。我更會以她作為榜樣，在日常生活中運用這種性格，例如當我在數學科遇到不明白的題目或計算題時，我不會輕易放棄，要用心鑽研，這樣才會有理想的前程。



## 我從香港奧運運動員身上學習到……

6C 黎栢圖

今年暑假，相信大家都曾為在東京奧運會的香港運動員打氣。劍擊的張家朗、游泳的何詩蓓、乒乓球的李皓晴、杜凱傑和蘇慧音等四十六位香港運動員，他們都得到驕人的成績。在這眾多的運動員中，我最欣賞何詩蓓，我從她身上學到飲水思源及做任何事都要堅毅不屈。

擁有一張外國人面孔的她原來是一名混血兒，父親為愛爾蘭人，母親為中國人，故愛爾蘭曾向她招手，希望何詩蓓能成為愛爾蘭的選手。但她一口拒絕，她曾在一次訪問中這樣說：「雖然我擁有代表愛爾蘭及香港出賽的資格，但我在香港出生，在香港長大，能代表香港參賽感到驕傲，因此選擇代表香港。」這番說話令我感受到做人不應忘本，要感謝培育自己的人。所以我將來也會好好回饋社會，幫助別人。

另外，何詩蓓也教懂我做事要堅持。她從小開始練習游泳，每天都要練習數小時，而且每次練習都極為辛苦、沉悶，腦中無限次出現放棄的念頭。後來，她開始在游泳中找到樂趣，認識了很多朋友，並且得到好成績。她發現游泳將自己帶到另一個層次，成就出一個刻苦與堅持的自己。她在報道中曾說：「為了兼顧游泳及學業，多年來每天清晨五時便起牀游泳，有時候更提前到三時起牀完成學校的功課，之後便立即到游池「練水」，再回校上課。下課後，她會繼續練習，也因為自己有着寄望，所以無論再辛苦，也能克服。」就是這份毅力與堅持深深地打動了我。

她的游泳歷程改變了我，令我明白到只要堅持便可以成功的道理，我在未來的學習和生活中遇到甚麼困難也不輕易放棄，因為只有克服才難邁進理想生活，日後的生活才會更充實。

## 我從香港奧運運動員身上學習到……

6C 鄭浩俊

今年暑假，相信大家都留在家中為香港的運動員打氣，而本屆的東京奧運會中香港運動員為我們創造了「一金兩銀三銅」的佳績。在這眾多的運動員中，最值得我學習的人就是有「少年劍神」稱號的張家朗，我在他身上學到永不放棄的精神。

張家朗出生於運動世家，他的父母曾經是籃球運動員，所以他有着得天獨厚的條件，充滿了運動細胞的他從小就很喜歡籃球，但他最後並沒有選擇成為籃球員，而是喜歡上了「一試難忘」的劍擊，最後還為我們在東京奧運中奪取冠軍，但他劍擊生涯並非一帆風順，過程中克服了不少困難。

年紀輕輕的他在十七歲就摘下亞錦賽銅牌，之後在亞錦賽中摘得金牌、世青賽冠軍、擁有里約奧運資格、世界盃和大獎賽分站季軍，從此他的世界排名「殺入」十六強，最後在世界排名第五名。沒想到上天此時竟和他開了個玩笑，他慢慢跌至世界排名第十九位，他當時十分質疑自己的能力，還一度想放棄退出，但熱愛劍擊的他調整心態，重新振作，慢慢從低谷爬回來。最後在東京奧運會勝出後，他受訪時曾說：「大家一定要堅持，不要輕易放棄，如果只是躲在後面，再退下去也不是辦法，要上前盡全力打好每一劍。」就是這樣的信念，最後為我們奪取冠軍。

張家朗永不放棄的精神對我有着很大的影響，從少我的英文科成績都不太理想，昔日我會輕易放棄，但現在的我為了理想、前途，我會努力學習，這樣才能像「少年劍神」一樣有美好的將來。

## 如何保持樂觀的心情

6C 鄭子健

樂觀的心情是非常重要的，假如沒有樂觀的心情來面對事情，就會容易患上情緒病，嚴重甚至會患上癌症，為了避免這些事情發生，我們要怎樣培養樂觀的心情呢？現在就讓我來跟大家說說吧！

第一，保持樂觀的心情可以做運動。根據中文大學分析，運動時會分泌一種名叫「胺多酚」的物質，俗稱「快樂荷爾濛」，可以讓人們暫時忘記煩惱，心情變得輕鬆。

第二，保持樂觀的心情要有充足的休息。根據香港大學研究報告指出有百分之七十的受訪者當遇到煩惱時會選擇休息一會兒，之後心情會變得輕鬆，而且受訪者表示在休息後因心情變得輕鬆而想到解決煩惱的方法，由此可見休息是十分重要。

第三，可以聽舒緩的音樂來保持樂觀的心情。根據香港理大學研究指出有百分之八十的受訪者表示聽音樂可以令「大腦」變得十分輕鬆，心情開朗。就像我的爸爸，他每次遇到煩惱時都會聽輕快的音樂，他說：「每次有煩惱，聽到輕快的音樂，心情也立即好起來。」

但沒有保持樂觀的心情，每當遇到壓力時便容易失控，甚至患上情緒病，如果長期情緒受困擾或低落，更有可能患上癌症，所以保持樂觀的心情是十分重要的。

總括而言，保持樂觀的心情是十分重要的，我們可以嘗試以上的方法來減少負面情緒，這樣無論對自己的身體還是事情都會有正面的好處。



3A 黃俊豪  
美麗的花瓶



4D 郭栢辰  
郵票設計

# 使用互聯網對青少年的影響

6A Aadil

根據香港大學民意研究計劃的調查顯示，十二至二十三歲的青少年每星期平均上網約二十小時。可見，現在青少年的生活離不開互聯網。那麼，上網對青少年有哪些影響呢？

首先，上網能夠舒緩壓力。例如：青少年要面對功課和考試壓力，上網看一些輕鬆的影片或者聽一些柔和的音樂能夠舒緩壓力。

其次，上網能拉近人與人之間的距離。例如：使用社交網絡服務和電郵可以讓我們與身處世界各地的朋友暢所欲言，知道大家的近況。

互聯網既有好的影響也有壞的影響。例如：青少年長時間上網會使眼睛受損，令我們的近視加深，如果情況嚴重，還會導致失明。除此之外，沉迷上網也會影響學業。

總括而言，正所謂「水能載舟，亦能覆舟」，青少年適當地上網能夠舒緩壓力與生活在世界不同地方的朋友溝通。但是，沉迷上網就會帶來很多壞影響，例如：影響視力和荒廢學業。因此，我們要正確使用互聯網。

非華語小天使

## 一次克服困難的經驗

6C Sehrish

「天下無難事，只怕有心人。」上個學期，中文老師鄧老師幫我報名參加了校際朗誦節的粵語詩詞獨誦比賽。

在準備比賽的過程中，我遇到了很多困難。首先，詩歌篇幅長，記憶量大；其次，除了要背誦內容，我還要牢記一些不常用字詞的發音；最後，我還要記得感情和動作。中文不是我的第一語言，要同時牢記那麼多項在心中，實在很吃力。

當我遇上這些困難的時候，感到很沮喪，甚至流下眼淚。有一次，老師看到我流眼淚，安慰我說：「不要沮喪，不要急，老師相信你可以做到的，老師會幫你的。」之後，老師教了我一些背誦技巧，我按照那些技巧去背誦這首詩歌。我也隨之調整心態，並且每天在家反復練習二十次，有時候甚至三十次。經過兩個月的努力，我終於背熟了這首詩，並且順利完成比賽。

經過這一次，我深深地體會到「天下無難事，只怕有心人。」這個道理。



散步



13 Kristel

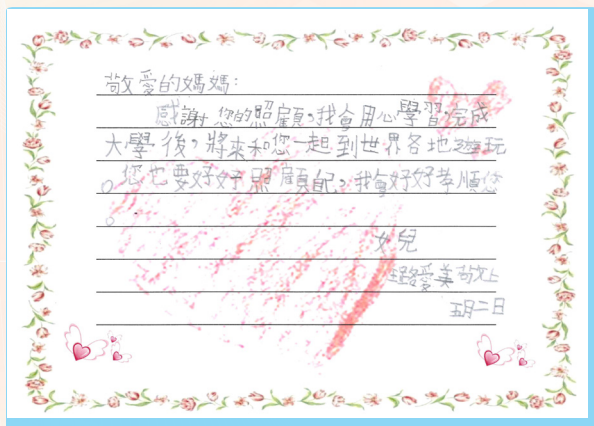


風景

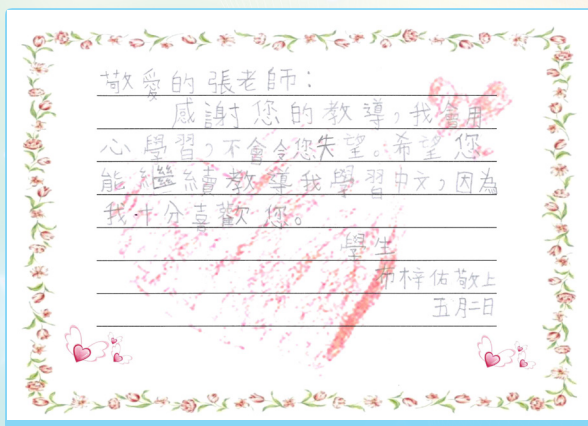


1A Hardik

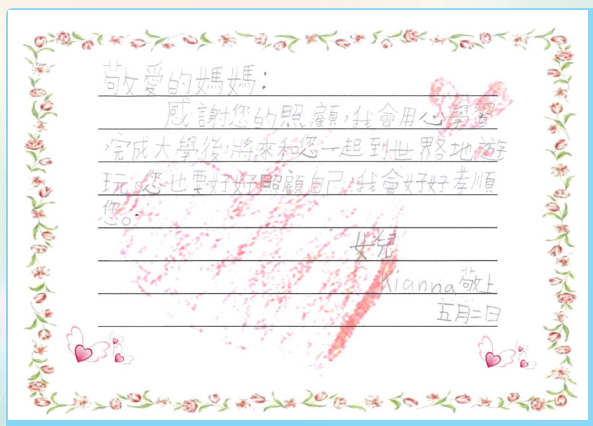
# 感謝卡



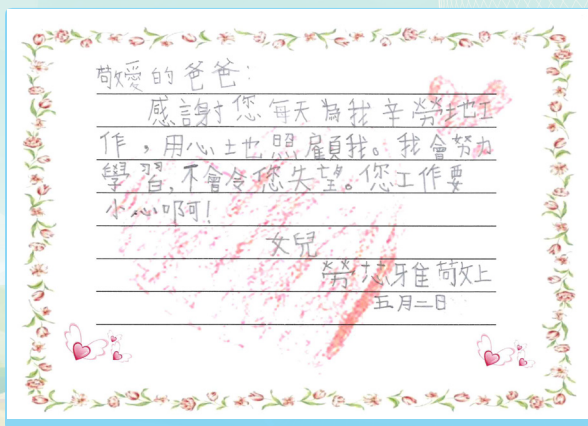
2C 路愛美



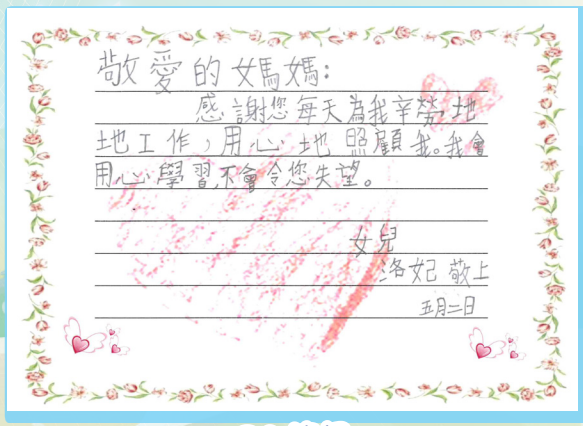
2C 布梓佑



2C KIANNA



2A 蔡芯雅



2A 洛妃

## My teachers and my classmates

### 1A Entena Georgina Madrona

My name is Georgina.  
I am six years old.  
I go to Ko Ho Ning Memorial Primary School.  
I am in Class 1A.  
My classmate is Na Na.  
My class teacher is Miss Ma.  
My English teacher is Miss Lau.

## My Classroom

### 1A Thapa Hardik

This is my classroom.  
We have twenty-eight green desks.  
We have five silver windows.  
We have two pink doors.  
We have three white air-conditioners.  
We have one black computer.

## Myself

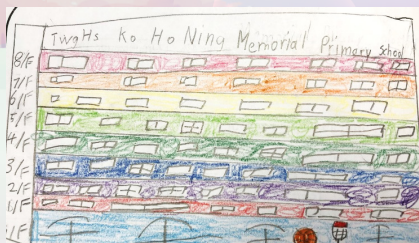
### 1B Li Lok Lam, Liam

My name is Li Lok Lam.  
I am a boy.  
I am six years old.  
I am in Class 1B.  
I like my toys.  
They are trains and dolls.  
I like orange and green colours.  
I like pandas and dogs.

## My pencil case

### 1B Luo Zhuojun, Hulk

My pencil case is green.  
I have six pencils.  
I have one eraser.  
The pencils are white.  
The eraser is white, too.  
I put my pencil case in my school bag.  
I like my pencil case.



6B 陳祐琳  
夕陽

## David's Day

### 2A Thapa Ruby

Today is Sunday. David is at home. He is bored.  
He wants to go shopping at a supermarket. He goes there by MTR.

The supermarket is on the second floor of a shopping centre. David buys some pears and peaches. He sees a sign, 'No running!'. He does not follow the sign. He runs fast and falls. He feels severe pain in his leg.

His friend helps him to get home.

## My school

### 2B Liu Tsz Yan, Coco

I go to TWGHs Ko Ho Ning Memorial Primary School. It is on Lai Yiu Estate. I go to school on foot.

There are nine floors. There is an English room. It is on the second floor. There is an art room. It is on the first floor. There is a computer room. It is on the fifth floor. I can draw a picture in the art room. I can play on the computers in the computer room. I can read books in the library.

I like the library because there are so many nice books.

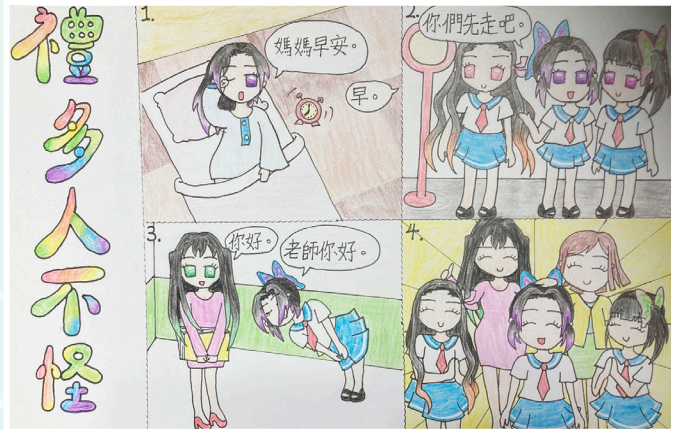
## In the park

### 2B Ng Hon San, Andrew

Today is Sunday. It is sunny and hot. The children go to 2B Park. It is in Lai Yiu. They go there on foot. They go there with their family.

There are flowers, grass, children and a games room. The children can play games in the games room. They can smell the flowers too. Ben and Peter must keep off the grass. Alan must throw the rubbish into the rubbish bin. Tom and Sam mustn't play on the bus. David mustn't spit in the games room.

I don't like the children because they are naughty. I think the children must behave themselves.



43 黃幸喬  
四格漫畫

## In the Park

### 2C Wong Sin Hang, Oscar

Today is Sunday. It is cool. The children are in the park. The park is in Kwai Chung. They get there by bus. They go there with their friends.

They can see flowers, grass and signs. They can smell the flowers. They can play. They must line up. They must keep off the grass. They mustn't play on the bus. They mustn't walk on the grass.

I don't like David because he spits in the park. I think he is dirty.

## Let's Go Shopping

### 3A Ng Tsz Sin, Jade

Paul and his mum go to the supermarket to buy food. They go there on Sunday. They go there on foot. Paul feels excited because he sees many things on the shelf.

Paul wants to buy two bottles of soft drinks and three packets of potato chips. He gets the soft drinks and potato chips from the shelf. He also wants to get three bottles of milk from the shelf. Suddenly, one bottle of milk drops onto the floor and it breaks. Paul feels shocked. Mum says, 'What happened? Be careful!'

In the end, Paul says sorry to the staff and cleans the floor. The staff forgives him.

## A Letter to Martin

### 3A Tam Hau Yat, Eno

Dear Martin,

I am very happy because it is a school holiday. It is sunny. We go to Sai Kung Country Park.

We meet our friends. The weather is hot. I wear a T-shirt and shorts. I bring a kite to the picnic. I see some red flowers, a big dog, small birds and tall trees. I like to fly a kite. I have some sandwiches for lunch.

When do you go for a picnic? Please tell me.

Yours,  
Eno

## Buying a Present

### 3B Lai Wing Tsam, Miru

Today is Saturday. It is David's birthday. Anna and Bruce want to buy a gift for David because it is his birthday.

Anna and Bruce go to Fun Toy Shop. They can see a lot of toys such as robots, toy cars and teddy bears. Bruce says, 'I want to buy a toy car as David's birthday present.' Anna says, 'OK, let's buy the toy car.'

Anna asks the shopkeeper, 'How much is the toy car?' The shopkeeper answers, 'It's fifty-five dollars.' Suddenly, Bruce says, 'I don't have enough money.'

In the end, they buy a teddy bear for David's birthday gift instead. They feel happy.

## Let's Go shopping

**3B Chan Chun Kit, Jack**

Paul and his mum are going to Jack's Supermarket. They go to the supermarket at ten o'clock in the morning. They go there on foot. Paul feels happy because he can buy his favourite food. He sees some bottles of cola and some packets of potato chips. He wants to buy some potato chips.

He wants to get a bottle of milk from the shelf. Suddenly, the bottle of milk falls onto the floor. It breaks. He feels scared. Paul says, 'Mum, help me!'

In the end, he says sorry to the shopkeeper and the shopkeeper says, 'Let's clean up now!' Paul replies, 'Thank you, shopkeeper!'

## My Best Friend

**4A Wong Wai Kin, Hollman**

My best friend is Kenny. He is nine years old. His birthday is on 28<sup>th</sup> March. He lives in Kwai Chung. He has one elder brother.

He is fatter and shorter than me. His hair is longer than mine. His eyes are smaller than mine. He is weaker than me.

He likes watching TV and playing computer games. He sometimes plays computer games and watches TV. He often goes hiking on Sundays with his parents. He likes reading comics. He likes these hobbies because they are interesting and fun. We have the same hobby. We like playing computer games together.

He is talkative. He talks a lot with his classmates in the class. Also, he is the funniest in the class! I like him very much because he has a great sense of humour that always makes me laugh.



**3A 劉浩軒**  
色彩樹



**6A 梁善雯**  
相架

**6A 李明柔**  
相架

## The Twins

**4A Yu Pak Hei, Alvin**

Karen and Carol are twin sisters. They are nine years old. Carol's eyes are bigger than Karen's. Karen's hair is longer than Carol's. Carol is shorter than Karen.

Carol likes music. She likes playing the violin. She likes reading comics too. Karen likes sports. She likes playing badminton and basketball. They have different hobbies. But they both like eating ice-cream.

Karen often plays basketball on Wednesdays. She plays basketball in the playground. She sometimes plays badminton on Fridays. She plays badminton with Carol.

Carol always plays the violin on Mondays. She often reads comics on Sundays. They are free on Tuesdays, Thursdays and Saturdays. They play computer games when they are free. They enjoy playing together.

## A Bad Day

4B Chen ZiYe, Aaron

Sam woke up in a strange place one day. He got up and looked around. When he looked out of the window, he saw short buildings but no skyscrapers! The street looked unusual with no motorcycles. He found himself in a small town. Everything looked weird. He was curious.

Sam met two little girls in the playground. They were playing hopscotch. 'Are there any electronic games?' Sam asked the girls. 'Sorry, we don't know what you mean,' they replied. Sam didn't like the dizzy merry-go-round or dull hopscotch so he didn't join them. He thought they were boring games. He was going to fall asleep.

Suddenly, Sam heard mum's calling. He was on his cozy bed when his eyes were half opened. 'What a bad dream!' whispered Sam. When Sam woke up, he looked at his mobile phone at once. 'Oh no! I am late for school! The school bus is gone!' cried Sam. He had no time for breakfast. Instead, he rushed to school with his pyjamas. When he arrived at school, all classmates laughed at him and his Chinese teacher shouted at him because he missed the Chinese test today. Sam got a zero mark at last. It was a bad day for him.



5C 羅景太  
名畫仿作

英  
文  
科

## A Surprise

4B Li Pak Lam, Drago

Jason wanted to buy a birthday cake and give his mum a surprise because his mum's birthday was coming. He went to Super Cake Shop near his home on foot in Kwai Hing.

First, Jason saw two cakes in the cake shop – one was a chocolate cake and one was a strawberry cake. The strawberry cake was cheaper than the chocolate cake. Then, he thought about which cake to buy. 'Which cake is more delicious? Which cake will mum like more? What is mum's favourite?' He had a lot of questions in his mind. Just in a minute, he compared the two cakes to make a decision. He thought the chocolate cake was sweet and delicious but the strawberry cake was healthier because there were fresh strawberries on top. Finally, he came up with an idea. He chose the chocolate cake.

Jason talked to the shopkeeper, 'May I have a chocolate cake, please?' As he went to the cashier, he couldn't find his wallet. He didn't have any money so he couldn't buy the cake. Instead, he went home and baked a cake by himself. When he gave the cake to his mum, she was surprised, 'This is the best cake ever.' They had a wonderful birthday party together. Both of them were glad.



5C 羅景太  
吶喊



## An Interesting Trip

**4C Yeung Pui Wing, Wing**

Sam was in his bedroom. He saw an old town outside his window. He got off his bed. He was curious and puzzled.

He went out and saw a playground. He saw some girls. They were playing hopscotch. Sam was shocked. The girls felt surprised. They asked, 'Do you want to play together?' Sam said, 'No. Do you have electronic games?' The girls said, 'No!' Sam asked, 'Do you want to ride on the merry-go-round?' The girls said, 'Yes.'

Sam rode on the merry-go-round with the girls. After a while, he felt sleepy. He was bored and had no interest in playing anymore.

The two girls were still playing with each other. Sam went back home to his bedroom. He felt comfortable because he fell asleep fast and had another excellent dream.



4B 黃瑞琳  
貓

英文科



5B 張幸兒  
另類山水



5B 陳煒晴  
另類山水



5B 農蔣嘉譽  
我愛小提琴

## At the Cake Shop

**4D Chan Tsz Tung, Grace**

Jason went to Yummy Cake Shop yesterday. He went there by bus. He saw a lot of cakes. He wanted to buy a birthday cake for Mimi and give her a surprise.

Jason saw two cakes. The strawberry cake was \$80 and the chocolate cake was \$100. The chocolate cake was more expensive than the strawberry cake. However, the chocolate cake looked more delicious than the strawberry cake. Therefore he wanted to buy the chocolate cake.

When Jason went to the checkout, he could not find his wallet. He left his wallet at home. He felt upset. He ran home and found his wallet. He came back to the cake shop and bought the chocolate cake. He believed that Mimi would like it.

## Be Patient

**5A Chan Tsz Lam, Chloe**

Yesterday was my birthday. My dad gave me a birthday gift – a brand new model car. When I saw it, I was very surprised. I thanked dad, 'This is the best gift I've got!' It looked cool but it was quite expensive.

I went to Kowloon Park with my model car this afternoon. When I was playing with my model car with the remote control, a pair of twin brothers walked towards me. They whispered to each other but I couldn't hear what they said. Suddenly, the twin brothers took away my model car without my permission. The elder brother said, 'This model car is mine, not yours!' The man in the T-shirt and shorts around us was shocked when he heard us quarrelling. The twins were rude. I was open-mouthed, so I shouted at them, 'Give me back my model car!' They turned their eyes to me but they didn't pay attention to my words. Instead, they continued to play with my model car.

Sadly, they crushed my model on a big tree. I told them not to step on it and we fought against with one another. The man was worried about us so he came and stopped us. He asked the twins to return the model car to me and said sorry to me. They apologised and promised me not to steal others' things. I forgave them and we played with the model car together in the end.



英文  
科

6B 王心妍

聖誕卡

## A birthday movie

**5A Fung Cheuk Lam, Angela**

Anna's dad and Anna went to Fung Fung Cinema in the morning because it was her birthday. They went there by bus. After arriving at the cinema, they waited in the long queue patiently to buy the film tickets at the box office.

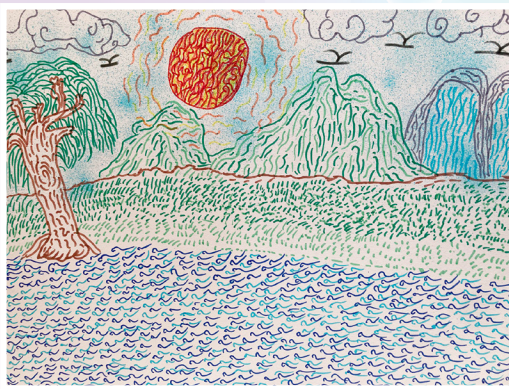
Suddenly, Dad said, 'Look! The boy over there is upset.' However, two little boys were playing happily next to him. When Anna looked around, she found a balloon on the floor. Dad thought the two naughty boys were laughing at the crying boy. Anna was curious, 'Whose balloon is this?' He replied, 'I think it's the boy with the curly hair in the T-shirt and pants.' Then, he asked Anna to pick up the balloon.

In the end, Anna gave the balloon back to the boy. The boy said, 'Thank you!'. When Dad came near, he gave him a free ticket and a box of popcorn to comfort him. The boy felt surprised and showed a big smile on his face. Anna, her dad and the boy watched the cartoon and shared the popcorn. It was a memorable birthday for Anna.



5B 文卓珈

兒童節



5B 伍泳霖  
另類山水



5C 陳錠豐  
名畫仿作

## In the Cinema

5B Nung Tseung Ka Yu, Mars

Today is Anna's birthday. Her dad brought her to BBC Cinema because Anna wanted to watch the film called 'Luca'. It is funny so she likes it very much. When they arrived at the cinema, many people were waiting at the box office to buy tickets. Anna waited in the queue excitedly.

After a while, a boy cried loudly because two boys had thrown his balloon on the floor and laughed at him. Anna's dad suggested, 'Go and help the boy.' 'OK!' Anna replied.

Next, Anna saw the balloon but wasn't aware that the two boys threw it. So she asked, 'Whose balloon is this?' 'It's the little boy's,' Dad answered. Anna walked to the boy quickly.

At last, Anna returned the balloon to the boy and asked the two boys, 'Why did you do that?' 'It's because it's so much fun,' they replied. Anna got mad and blamed them, 'If someone throws your toys on the floor, will you be happy? In the same way, you threw the balloon on the floor; the boy was upset too.' 'Sorry, we'll never do that again.' The two boys apologised. 'Thank you. I won't forget what happened today,' the boy said as he thanked Anna.

After that, Anna and dad went to the screening room happily.

## A Bad Day

5B Luo Zheng Yi, Grace

Yesterday I had a bad day. I went to watch a film. On the bus, I saw a chubby boy who was eating a drumstick and a banana. He threw the banana peel on the ground. I asked, 'Would you please throw the banana peel in the rubbish bin?' He was angry. He answered, 'None of your business!' I was sad.

In the cinema, the boy sitting in front of me talked loudly on the phone. I told him, 'You should turn off your phone.!' He said, 'I like talking on the phone!' I felt angry.

After I watched the movie, I went to have dinner. A kid was running around with a knife and a fork. He broke a bowl. I wondered, 'Why don't you let me have a quiet meal?' I said softly to the kid, 'Would you please keep quiet in the restaurant?' The kid said sorry to me. I felt better when the kid said that. I reminded him that he should not do that again next time.

I went home after that. Although I met a lot of impolite kids, the kids are innocent. They can learn good manners, thus they can be better kids in the future.



6A 王嘉敏  
聖誕卡

## In the Cinema

**5D Li Lok Man, Matt**

Anna and her Dad went to the cinema in the shopping mall at two o'clock. They wanted to buy the film tickets for the latest movie. They saw a long queue at the Box Office. They waited patiently. Anna felt excited because she would watch her favourite movie.

They saw three boys. A boy was crying. Two other boys laughed at him. Anna found a balloon on the floor. She thought, "They should get on with one another." Dad asked, "Whose balloon is this?"

Anna picked up the balloon. It was because she wanted to give the balloon back to the boy. "Who should I give it to?" Dad replied, "The boy with the curly hair is the right one."

Anna gave the balloon to the boy. The boy was glad and thanked her. Anna was happy. She felt touched. She learnt that we should get on with one another.



**6B 梁梓柔**  
**聖誕卡**



**6B 袁可欣**  
**非洲黃昏**



**6B 何雨瞳**  
**雨天**

英  
文  
科

## Be Kind to the Elderly

**6A Mohammad Zahir**

Last Saturday, Amy and her friends went to Happy Elderly Home to visit the elderly. They went there to celebrate Christmas with the elderly. They performed in a talent show. They sang carols. The elderly enjoyed the show. They gave the kids a big hand. They said, 'Thanks so much and Merry Christmas to you!' Everybody felt excited.

Then Amy and her friends held a Christmas party. Tony dressed up as Santa Claus. He presented gifts to the elderly. He said, 'Merry Christmas!' The elderly were surprised. They said, 'Thank you! You are so kind.'

After the party, Alice saw that Amy was scolding an old woman. Amy got very angry with the old woman. Her face turned red. Alice felt puzzled. The old woman felt sad. Amy got mad because the old woman splashed the juice on Amy's skirt. Amy shouted, 'You are so careless!'

Suddenly, the woman fainted and fell down. She was sent to the hospital. Amy felt sad and so sorry. When the old woman returned home, Amy visited her with a hand-written letter of apology. The old woman forgave her. Then they hugged each other.

## A trip to Yunnan

6A Yeung Yui Ting, Bruce

Dear Sheila,

Hello! How are you?

Last summer, I travelled to a poor village in Yunnan. I went there because I wanted a fantastic trip. I went there with my brother, father and mother. This trip is to help the poor children there. I stayed in the village for two weeks. When I arrived at the village, I saw many people collecting food in the forest. A man brought my family and me to his house. When it was lunchtime, the villagers and we only ate frogs and congee. I felt so disappointed and shocked.

On Day 2, the villagers took me to the village school. It was filthy and there were not enough books, paper, lights or computers. The children there were upset. I taught the children English. They all were surprised. I felt touched. I went to bed at nine. It was very crowded as three people slept in a small bed. I felt disappointed. The other kids nor I wanted to sleep in one bed together.

After two weeks, I went back to Hong Kong. I felt happy and I said to my parents, 'Maybe I can donate money and help rebuild the schools and the houses and transform the land into a rainforest so the villagers can grow trees, plants and flowers. Then they could have enough food and money for life.' My parents appreciated my fascinating plan. I think I will visit the villagers in the future.

Will you join me next time? Let me know your thought.

Yours,  
Gigi



6B 吳峻賢  
香港回歸25周年

## Tom's Football Dream

6B Chiu Tin Long, Collin

Tom and his father went on a trip to Manchester last month. They watched a football match in Old Trafford. It was Manchester United versus Chelsea. They were delighted because they were fans of Manchester United and they believed their team was going to win. The audience shouted loudly to cheer for their favourite team. Tom and his dad stood up and waved their hands at the spectator stand.

While they were enjoying the match, Tom said, 'I want to be a football player when I grow up.' Dad replied, 'You need to be strong to run very fast. It would help if you also were smart so that you could think about ideas to win over your opponents.' Tom said, 'No problem. I will do sports every day from now on.' He thought, 'If I become fit, maybe I can try to join a football team.'

A week later, he wanted to join Juventus so he asked the team coach, Massimiliano Allegri, 'I want to join your team. I'm fit and strong. Can I join and help your team?' The coach answered, 'Sure. Let's have a football practice with Paulo Dybala.' Tom was shocked. He asked, 'Paulo Dybala? The legend star Paulo Bruno Exequiel Dybala? Oh, my goodness!' Allegri smiled and said, 'Yes! I hope you enjoy training with him.'

In training, when Tom was going to shoot the ball, he fell down and twisted his ankle. Everyone was shocked, and one of his teammates called an ambulance, and his coach immediately checked his injury. Luckily, the doctor said he just needed to rest for two weeks. Everyone heaved a sigh of relief.

When Tom returned to Juventus Football Club, his teammates excitedly welcomed him. Tom quickly played the first World Cup. With the experience of many practices, they easily won their opponent. Tom got five scores in this match and all his teammates called him 'Shotmaker'. He was glad that he could make such a significant contribution and take the team to victory.

## A Visit to Yunnan

6B Wang Xinyan, Jenny

Dear Sheila,

How are you? How's your staycation? I went to Yunnan in China last summer. I went there with The Young Men's Christian Association. This trip was to help the poor villagers in China. I hoped I could do more to help them. When I arrived at the village, I saw the villagers wearing old and torn clothes. Some villagers were taking water from the well because there wasn't enough water to drink. Some children were playing with the sand on the ground. They didn't have new clothes to wear and toys to play with because they were poor. They needed to boil the water before bathing so that they would not feel cold.

We had lunch with the villagers in the afternoon. There were very few vegetables, very little salted fish and porridge. Although there was very little food, they still gave us the best one. After lunch, we visited an old village school. I saw an ancient building. There was only one light bulb. They didn't have enough stationery, books, chairs or desks. The learning environment was impoverished. Meanwhile, I became a little teacher and taught the children English. They all liked learning English. I also shared some inspirational stories with them. They listened carefully. After that, I told the elderly jokes. They laughed like children. I felt pleased.

At night, we went to bed at 8:30p.m. I shared the bed with two children. It was so crowded. There were not enough beds, blankets or pillows. I didn't sleep well. However we chatted with one another. I felt joyful although I felt uncomfortable.

I think it was an extraordinary trip. I am lucky I can lead a wonderful life in Hong Kong. I must study hard. I will repay society and help more people in future. If I can revisit the village, I will be the first one to join the trip. I will collect some old clothes and old toys for the villagers so that they won't wear torn clothes or play with sand.

Are you interested in helping the poor villagers in China with us? I am looking forward to hearing from you.

Your best friend,  
Gigi

英  
文  
科

## Visiting an Elderly Home

6B Yuen Ho Yan, Holly

Last Saturday, Amy visited the elderly home because she is a member of the Charity Club at school. They arrived at Happy Elderly Home on time. The elderly greeted them as they entered. Before performing the variety show, they introduced themselves. After three minutes of wonderful singing, they finished the song. The elderly praised Amy and her classmates. The elderly said, 'That's incredible!' How can you sing so well?' They enjoyed the show because the performance was amazing. Amy was delighted.

Then they had a Christmas party. Amy's classmate dressed up as Santa Claus. He gave a lot of presents to the elderly and said, 'Merry Christmas! These are our presents for you. We hope you like them.' They gave us a big smile and said, 'The presents are useful. We're glad that you all can spend your time to celebrate Christmas with us.'

All of a sudden, there was a quarrel between Amy and an elderly woman. Amy was discontented because the elderly woman was smelly. She scolded her fiercely, 'You smell so badly. Don't get so close to me! How often do you bathe? Why do you smell so poorly?' The elderly woman felt embarrassed because Amy scolded her in the eyes of the public.

Alice walked towards Amy and asked, 'Excuse me. What's the matter?' Amy replied, 'Nothing. I was just talking to the old woman.' Alice said she heard Amy and the old woman quarrel. She continued, 'You shouldn't blame the elderly. We should respect and care for them. Your behaviour is wrong. If you get old, someone scolds you, how will you feel?' After thinking it over, Amy knew she was wrong. Amy felt sorry and she apologised to the old woman. The old woman said, 'You're a good girl who can correct your mistake.'

In the end, they continued the Christmas party. Amy thought, 'Fortunately, Alice told me that my behaviour was wrong. I'll never make such a mistake again.' They all felt delighted.

## A Trip to Yunnan

**6C Chan Yui Man, Desmond**

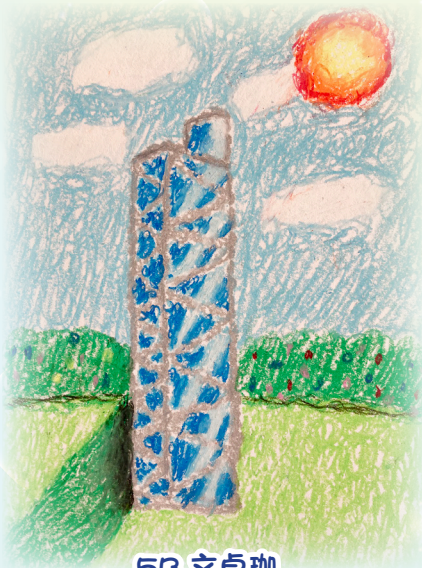
Dear Shelia,

Last summer, I went to Yunnan in China to help the people in a poor village. I went there with my teachers and classmates. I joined this trip because I wanted to help the children learn better. I stayed in the village for a week. On Day 1, I got water from the well and the water buckets were too heavy for me. There was not enough clean water for washing and cooking. I ate little rice and I felt hungry at night.

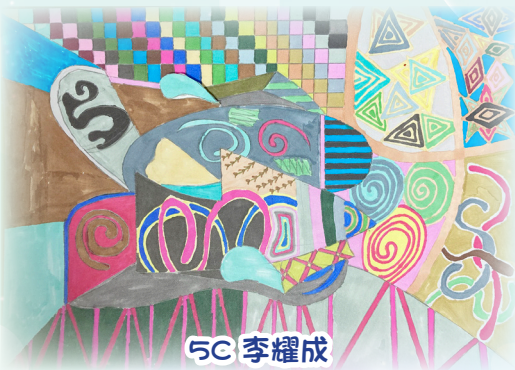
On Day 2, I went to their school. Their learning environment was very poor. I taught the children how to read English books. The children were very eager to learn more English. I felt happy because I had a chance to teach the poor children. At night I went to bed at 10:00 p.m. Three people slept in a crowded bed because they did not have enough money to buy more beds. I was sad to hear it.

I think the villagers' life was very miserable. I will visit the villagers again because I think they need more help.

Your best friend,  
Gigi



5B 文卓珈  
香港是我家



5C 李耀成  
名畫仿作

英文科



6B 古慕愛  
菊花花瓶

## A Visit to an Elderly Home

**6D Leung Sin Kiu, Bridge**

Last Saturday, Amy went to Happy Elderly Home because she is a member of the Charity Club at school. They performed a talent show. The elderly felt excited. They enjoyed the show and said, 'You sing very well.' Amy felt happy.

After the show, they had a Christmas Party. The children dressed as Santa with gifts. They presented the gifts to the elderly. The elderly were glad and they said, 'Thank you very much.'

When they were having their tea break, Alice saw Amy and an old woman. Amy scolded the old woman. The old woman felt embarrassed. Alice wanted to help so she talked to Amy.

Amy was angry because the old woman spilled coffee on Amy's dress. Alice talked to Amy and said, 'We should speak politely to the elderly. We can remove the coffee stains easily.' Amy felt sorry and she apologised to the old woman.

# 立體模型製作



**1B Kristel**  
【城堡】

我用了2個角柱、1個角錐、5個圓柱、4個圓錐及8個球製作模型。



**1B 梁煒彤**  
【獨角獸】

我用了1個角柱、7個圓柱和1個圓錐製作模型。



**1A Georgina**  
【Galaxy Robot】

我用了1個角柱及4個圓柱製作模型。



**1A 鄭海陽**  
【機械人】

我用了8個角柱及1個球製作模型。



**1B 李樂楠**  
【太空人坦克】

我用了4個角柱和4個圓柱、製作模型。



**1B 鄧睿慈**  
【坦克】

我用了4個角柱和3個圓柱製作模型。



**1B 周正藍**  
【坦克車】

我用了3個角柱、2個圓柱及3個球製作模型。



**1A 麥琬婧**  
【圖片機械人】

我用了8個角柱、2個角錐、6個圓柱、1個圓錐及4個球製作模型。



**1B 孔穎熙**  
【火箭戰鬥機械人】

我用了4個角柱和4個圓柱製作模型。



**1A 吳潔濂**  
【機械人】

我用了2個角柱、1個角錐及2個圓柱製作模型。



**1A 梁卓然**  
【火箭】

我用了2個角柱、2個角錐、1個圓柱及1個圓錐製作模型。



# 紙幣設計



**2B 廖芷恩**

設計主題：建築物

特色事物：天安門，因為我覺得它很有中國特色。

面 值：100元



**2B 林嘉懿**

設計主題：人物

特別人物：袁隆平，他是雜交水稻之父。

面 值：1000元



**2B 黎逸朗**

設計主題：建築物 and 花

特色事物：洋紫荊是香港的區花，青馬大橋的夜景很美麗。

面 值：500元

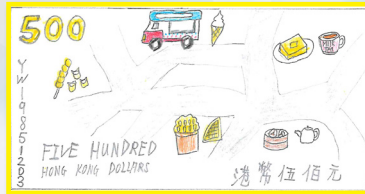


**2B 廖芷柔**

設計主題：建築物

特色事物：金紫荊廣場，它是香港標誌性的建築物。

面 值：500元



**2B 李祉晞**

設計主題：香港特色美食

特色事物：小食、雪糕車、點心都能反映出香港的街頭文化。

面 值：500元



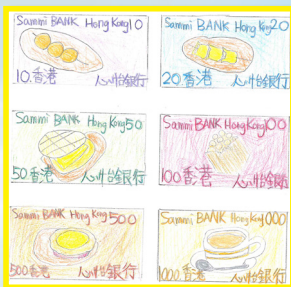
**2B 梁詩婷**

設計主題：海洋公園

特色事物：海洋生物活潑可愛，機動遊戲老幼咸宜。

面 值：1000元

## 數學科



**2B 黃心怡**

設計主題：香港小食

特色事物：蛋撻、菠蘿油、雞蛋仔、燒賣、奶茶和魚蛋都是香港的特色小食，美味可口。

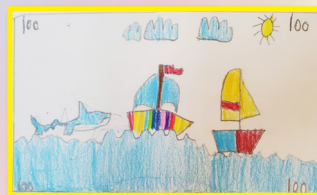
面 值：10, 20, 50, 100, 500及1000元



**2A 劉采琳**

設計主題：動漫人物

面 值：100元



**2C 雷曉逸**

設計主題：海洋

面 值：100元



**2C CAYAMBAS  
KIANNA MARIE**

設計主題：熊貓與海洋

面 值：100元



### 2C 布梓佑

設計主題：樹木與飛鳥  
面 值：1000元



### 2C 黃善恆

設計主題：熊貓生活  
面 值：100元



### 2A Ruby

設計主題：迪士尼人物  
面 值：10元



### 2A 陳永熙

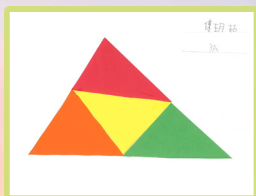
設計主題：香港特色風景  
面 值：1000元



### 2A 鄭子陽

設計主題：奧運  
面 值：100元及500元

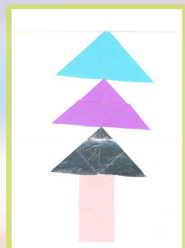
## 三角形拼砌



### 3A 傅珮茹

#### 【大三角形】【聖誕樹】

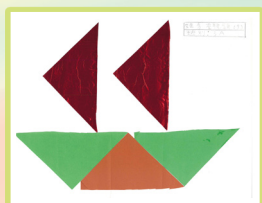
我用了1個直角三角形和3個不等邊三角形來拼砌一個大三角形。



### 3A 譚孝一

#### 【聖誕樹】

我用了13個等腰直角三角來拼砌一棵聖誕樹。



### 3A 麥聰穎

#### 【船】

我用了5個等腰直角三角來拼砌一隻船。



### 3B 李鎮杰

#### 【聖誕樹】

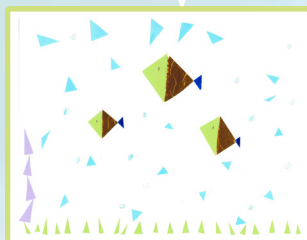
我用了17個等腰直角三角形、2個直角三角形來拼砌一棵聖誕樹。



### 3B 劉曦文

#### 【聖誕樹】

我用了8個等腰三角形、8個等腰直角三角形、2個直角三角形來拼砌一棵聖誕樹。



### 3B 葉靖祺

#### 【海魚圖】

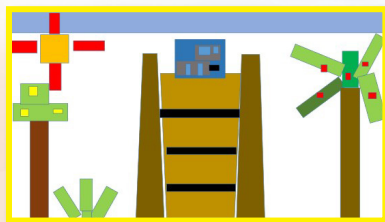
我用了29個等腰三角形、19個等直角三角形、2個不等邊三角形來拼砌一幅海魚圖。

# 圖形拼砌



4B 何沛儿  
【我愛香港】

我用了46個長方形、58個正方形、2個菱形、6個梯形和2個平行四邊形來拼砌這個圖形。



4B 羅俊銘  
【侏羅紀公園】

我用了37個長方形和6個梯形來拼砌這個圖形。



4C 許泳  
【小魚和陸地】

我用了26個長方形、14個正方形和3個菱形來拼砌這個圖形。



4B 王泳怡  
【小洋樓】

我用了22個長方形、2個正方形和2個梯形來拼砌這個圖形。



4B 蕭鎧箭  
【襪豆子】

我用了28個長方形、4個正方形和4個梯形來拼砌這個圖形。



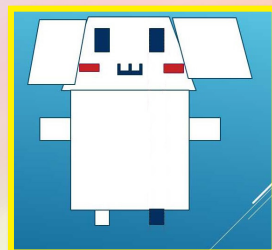
4C 黎愛桐  
【滿鬚子伯伯大廈】

我用了67個長方形和4個梯形來拼砌這個圖形



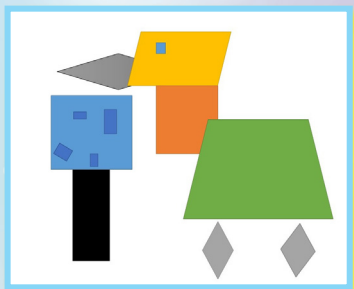
4B 王泳熙  
【房子】

我用了2個長方形、12個正方形、1個菱形和3個梯形來拼砌這個圖形。



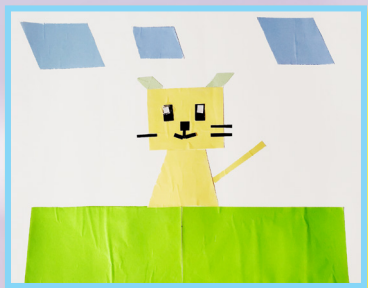
4D 陳梓彤  
【小白】

我用了1個十二邊形、6個長方形、3個正方形、1個梯形和2個平行四邊形來拼砌這個圖形。



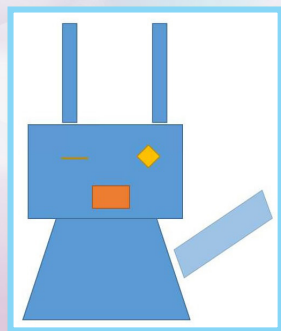
4D 黃沛軒  
【可愛的小雞】

我用了7個長方形、1個正方形、3個菱形、1個梯形和1個平行四邊形來拼砌這個圖形。



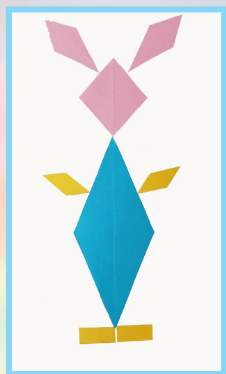
4B 黃幸喬  
【小貓咪】

我用了14個長方形、1個正方形、2個菱形、1個梯形和3個平行四邊形來拼砌這個圖形。



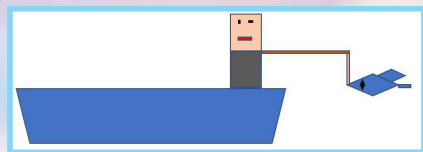
4D 張余彤  
【活潑的小兔】

我用了5個長方形、1個正方形、1個梯形和1個平行四邊形來拼砌這個圖形。



4B 黃瑞琳  
【兔子】

我用了2個長方形、2個菱形和4個平行四邊形來拼砌這個圖形。



4D 羅海璇  
【船上釣魚】

我用了7個長方形、1個正方形、3個菱形和1個梯形來拼砌這個圖形。

數學科



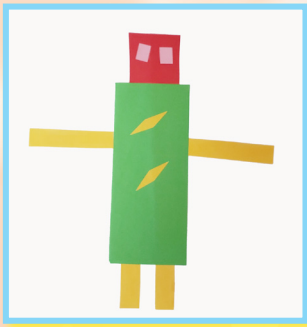
4B 梁詩皓  
【我的小屋】

我用了1個長方形、9個正方形、1個菱形、2個梯形和1個平行四邊形來拼砌這個圖形。



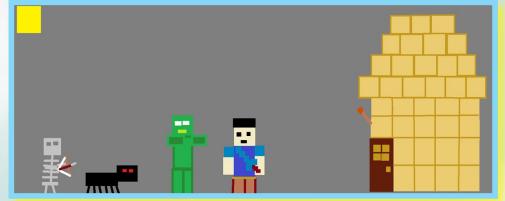
4D 林彥男  
【1+1=2】

我用了8個長方形和6個梯形來拼砌這個圖形。



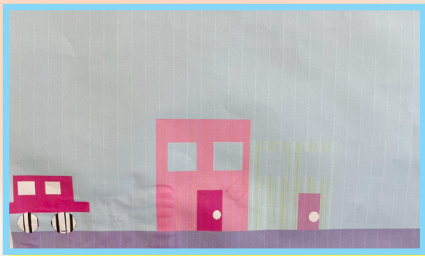
4B 黃瑞璋  
【機械人】

我用了7個長方形、1個正方形和2個平行四邊形來拼砌這個圖形。



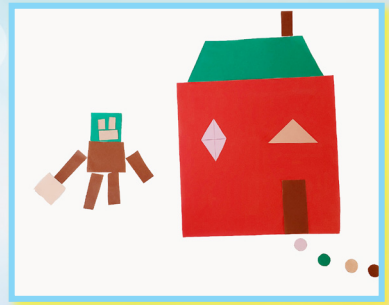
4B 趙天佑  
【Minecraft Curtis】

我用了101個長方形來拼砌這個圖形。



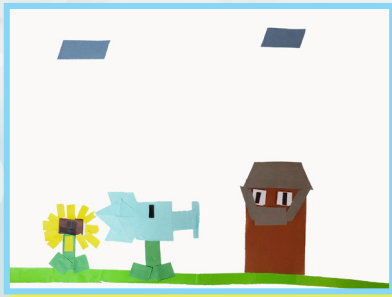
4C 黎駿臺  
【城市】

我用了6個長方形和7個正方形來拼砌這個圖形。



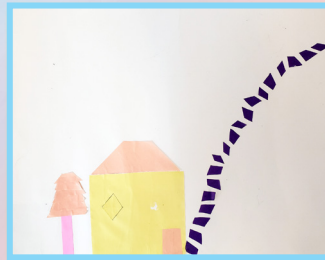
4B 蘇栢軒  
【我的方塊家】

我用了8個長方形、4個正方形、1個菱形和1個梯形來拼砌這個圖形。



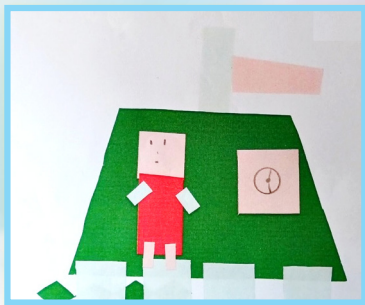
4B 李栢霖  
【pv22】

我用了30個長方形、2個正方形、3個菱形、1個梯形和5個平行四邊形來拼砌這個圖形。



4B 伍梓晴  
【我的家】

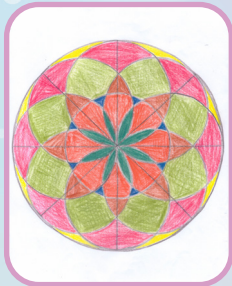
我用了2個長方形、1個正方形、1個菱形和26個梯形來拼砌這個圖形。



4A 蔣佳怡  
【大炮】

我用了7個長方形、5個正方形、2個菱形和1個梯形來拼砌這個圖形。

# 圓的設計



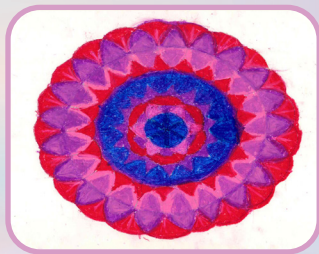
5A 陳祉霖



5B 黃瑞希



5C 黃梓琪



5B 農蔣嘉譽



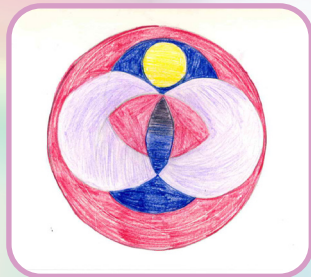
5A 袁子權



5B 文卓珈



5A 劉子慧



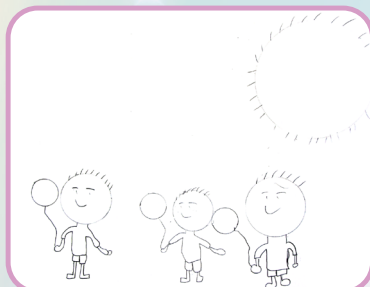
5B 陳煒晴



5C 沈卓妍



5B 陳柏諾



5C 王孝源



5B 王堃兆



5B 李峻霖



5B 張駿軒



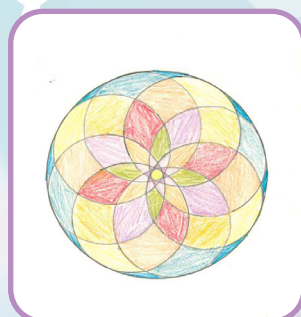
5B 林雅欣



5B 劉誦軒



5B 范晉皓



5B 李祉君



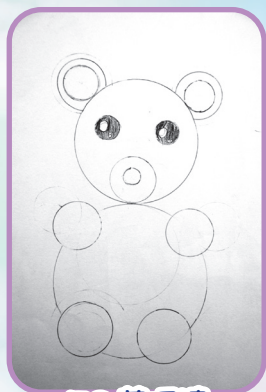
5B 劉曦濂



5B 李子軒



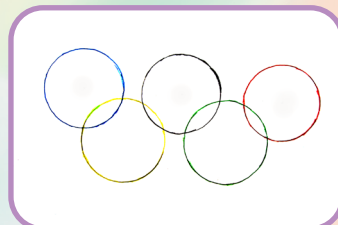
5B 李俊燁



5C 蔡巧晴



5C 歐皓晴



5C 張余豪

# 立體圖形的摺紙圖樣



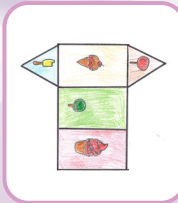
6A 梁善要



6B 何雨瞳



6C 黃耀國



6A 馮筠婷



6B 古慕愛



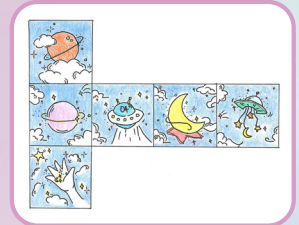
6A 曾俊民



6B 王心妍



6C 鄭子健



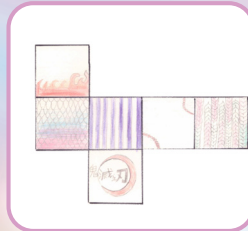
6B 袁可欣



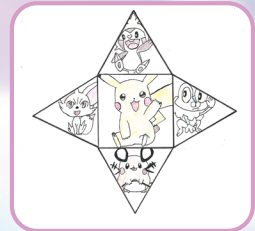
6A 林俊逸



6B 趙天朗

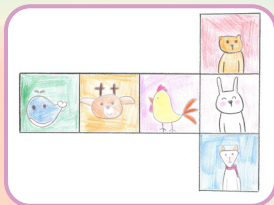


6C 鄭海桐



6B 鍾心善

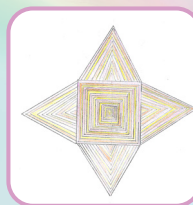
數學科



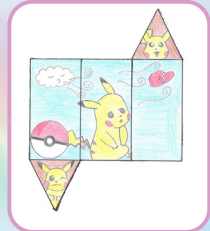
6B 陳祐琳



6C 何芷珊



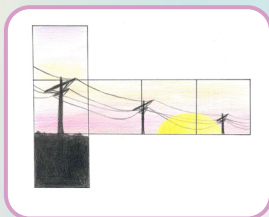
6B 劉芷澄



6B 王心妍



6B 古慕愛



6B 袁可欣



6A 林俊逸



6A 何汶信



# 三種不同物料製作的物品



1A 吳梓俊



1A 林日朗



1A 鄭海陽



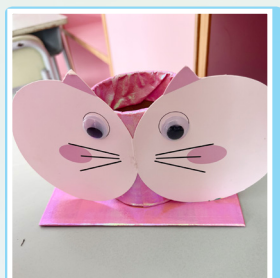
1A 陳思敏



1A 麥琬晴



1A 黃文富



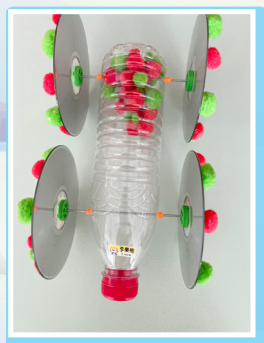
1B CASTILLO  
KRISTEL ANN



1B 余卓榮



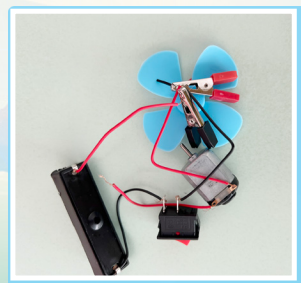
1B 孔穎熙



1B 李樂楠



1B 梁燊彤



1B 錢沛林

# 自製玩具



2B 黃浩陽  
南瓜車



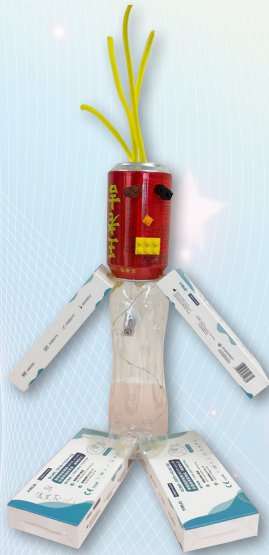
2B 鍾瑜  
可愛玩具屋



2B 廖芷恩  
小牛



2B 廖芷柔  
小白兔



2A 張寶荻  
機械人



2B 植朗軒  
波子機



2B 陸靖然  
火箭



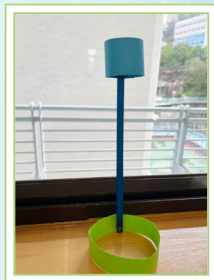
2C 張子軒  
自製玩具車



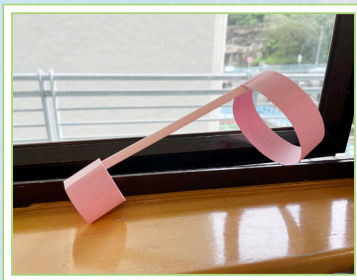
2C 雷曉逸  
自製玩具車

常識科

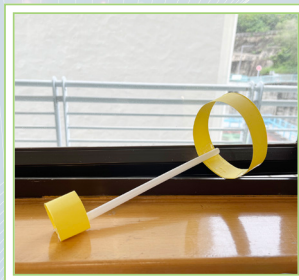
# 自製紙飛機



3A 劉浩軒



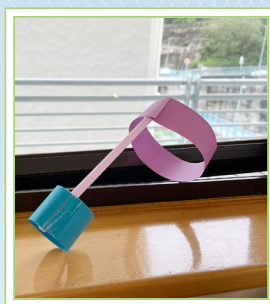
3A 莊曉彤



3A 譚孝一



3A 郭懿樂



3B 黃瑞欣



3B 劉曦文



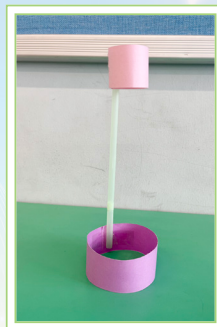
3B 吳嘉恩



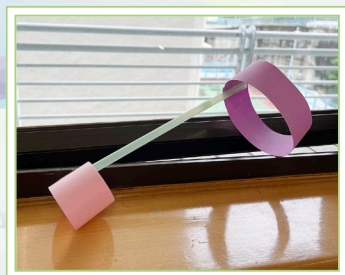
3B 張丸悠



3B 湯舜熙



3B 羅卓媽



3B 葉靖祺



3B 陳俊傑



3B 黃瑞欣

# 廢物重用



4A 李建威



4A 雷梓杰



4B 王泳怡  
相架



4B 蘇柏軒  
文具收納筒



4B 幸喬  
雙層牀



4C 許泳  
筆筒



王泳熙  
搖鼓



趙天佑  
文具收納盒



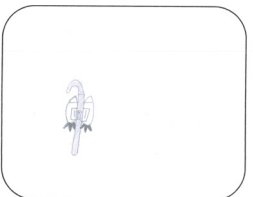
4D 陳梓彤



鄧浩雲  
飛機

常識科


# 創意工作紙



以上是運用了「鼻黏法」的哪一個改進或改變的方向：  
 取代  調整  除去  結合  修改  重新安裝  其他用途

改良的地方：去舊加新，可以飛車，可以節省時間。


5A 周浩楠



以上是運用了「鼻黏法」的哪一個改進或改變的方向：  
 取代  調整  除去  結合  修改  重新安裝  其他用途

改良的地方：加了車輪

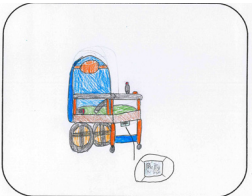
5A 馬文輝



以上是運用了「鼻黏法」的哪一個改進或改變的方向：  
 取代  調整  除去  結合  修改  重新安裝  其他用途

改良的地方：用聲控來幫助人長者為目的結合。

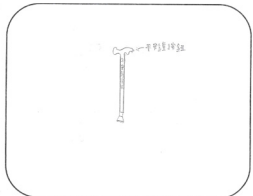
5B 張駿軒



以上是運用了「鼻黏法」的哪一個改進或改變的方向：  
 取代  調整  除去  結合  重新安裝  其他用途

改良的地方：加上了安全帶，安全帶可以自動向前，轉向前側，用到了自動的攝像。

5B 李祉君



以上是運用了「鼻黏法」的哪一個改進或改變的方向：  
 取代  調整  除去  結合  修改  重新安裝  其他用途

改良的地方：加上手柄增加平衡。

5C 王孝源



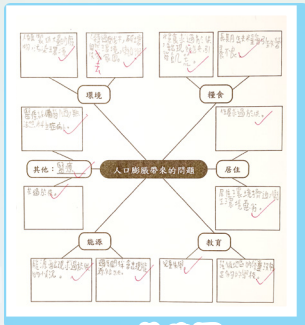
以上是運用了「鼻黏法」的哪一個改進或改變的方向：  
 取代  調整  除去  結合  修改  重新安裝  其他用途

改良的地方：將抽屜改造成帶上抽屜，可以固定抽屜的位置。

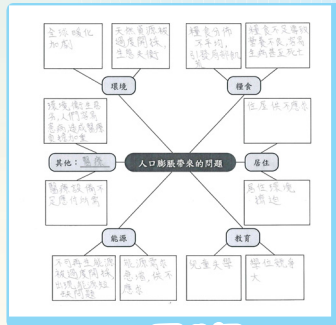
5C 黎芷欣

# 自學冊

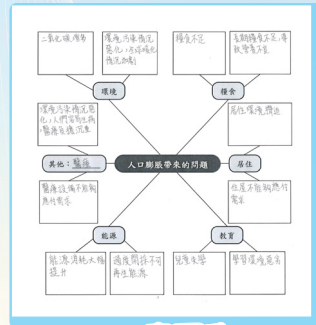
常識科



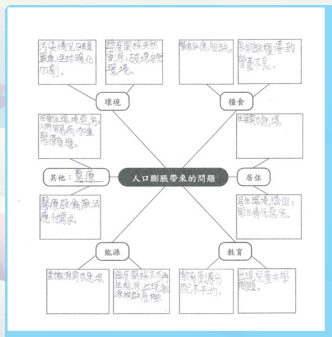
6A 曾俊民



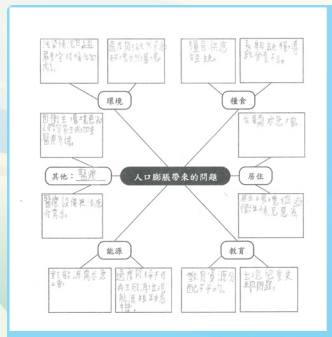
6B 王心妍



6B 袁可欣



6C 何芷珊



6C 陳銳皎

# 節奏頻現句創作

創作節奏頻現句  
1A Thapa Hardik

我會用三角鐵伴奏。

創作節奏頻現句  
1A 麥瑛晴

我會用三角鐵伴奏。

創作節奏頻現句  
1A 梁文富

我會用三角鐵伴奏。

創作節奏頻現句  
1B 郭廷謙

我會用三角鐵和響板伴奏。

創作節奏頻現句  
1B 鄧晉忠

我會用響板伴奏。

創作節奏頻現句  
1B 梁文蔚

我會用三角鐵伴奏。

# 創作節奏句

創作節奏句 2A 鄭曉晴

2A 鄭曉晴

創作節奏句 2B 廖浩賢

2B 廖浩賢

創作節奏句 2B 廖芷恩

2B 廖芷恩

創作節奏句 2B 林浩君

2B 林浩君

創作節奏句 2B 梁麗恩

2B 梁麗恩

創作節奏句 2B 謝天衡

2B 謝天衡

創作節奏句 2B 黃心怡

2B 黃心怡

創作節奏句 2B 李俊威

2B 李俊威

創作節奏句 2C 璐愛美

2C 璐愛美

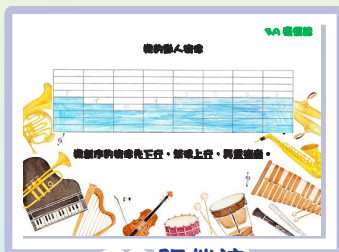
創作節奏句 2C 駱文宣

2C 駱文宣

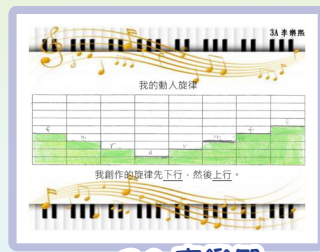
# 我的動人旋律



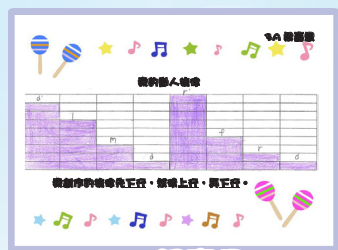
3A 劉浩軒



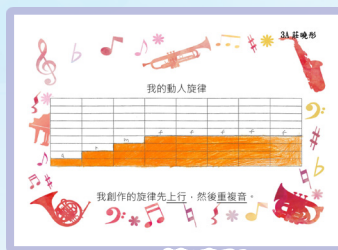
3A 張愷諒



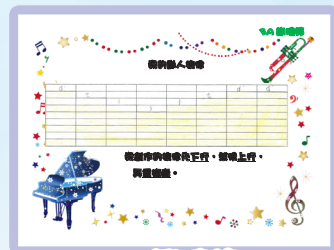
3A 李樂熙



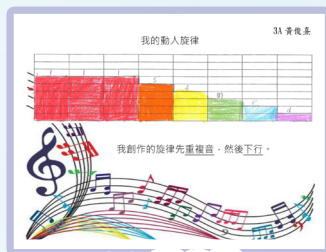
3A 梁嘉恩



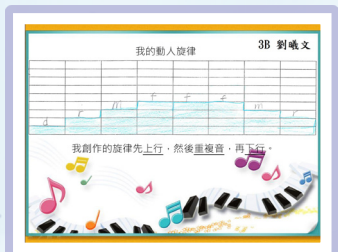
3A 莊曉彤



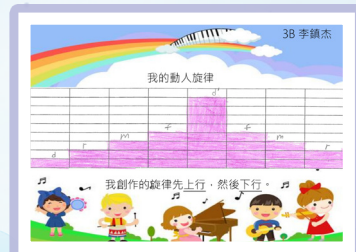
3A 謝曉婷



3A 黃俊豪



3B 劉曦文



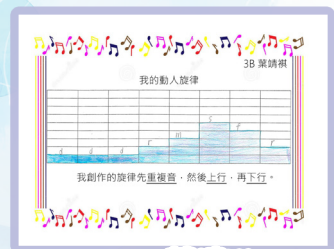
3B 李鎮杰



3B 羅卓嫻



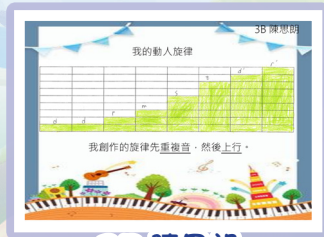
3B 莫鈞



3B 葉靖祺



3B 賴泳沁



3B 陳思朗

# 八小節旋律創作



4B 伍梓晴



4B 梁詩皓



4B 湯凱琳



4B 王泳怡



4B 趙天佑



4B 陳梓暉

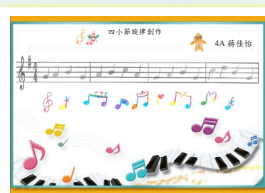
# 四小節旋律創作



4A 李智健



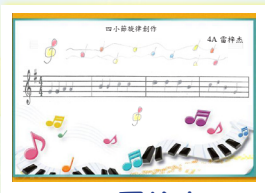
4A 林貝欣



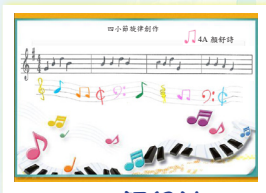
4A 蔣佳怡



4A 陳家晴



4A 雷梓杰



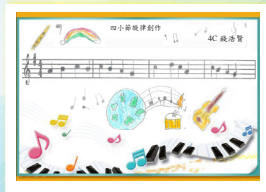
4A 顏舒詩



4C 伍穎欣



4C 張軒銘



4C 錢浩宇



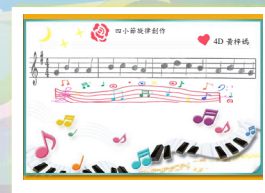
4C 黎愛桐



4D 張余彤



4D 陳梓彤



4D 高梓媽

音樂科



# 迴旋曲創作

迴旋曲創作 A:★ B:● C:◇ 5A 利智軒

A: ★ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: ● 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ★ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: ◇ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ★ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5A 利智軒

迴旋曲創作 A:★ B:● C:○ 5A 劉子慧

A: ★ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: ● 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ★ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ★ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

Song and music

5A 劉子慧

迴旋曲創作 A:○ B:△ C:□ 5A 周浩楠

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: △ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: □ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5A 周浩楠

迴旋曲創作 A:○ B:△ C:□ 5A 陳思妍

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: △ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: □ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5A 陳思妍

迴旋曲創作 A:○ B:★ C:♥ 5A 陳祉霖

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: ★ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: ♥ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5A 陳祉霖

迴旋曲創作 A:■ B:○ C:♥ 文卓珈 5B (a)

A: ■ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ■ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: ♥ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ■ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5B 文卓珈

迴旋曲創作 A:■ B:▲ C:● 5B 李祉君

A: ■ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: ▲ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ■ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: ● 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ■ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5B 李祉君

迴旋曲創作 A:○ B:△ C:□ 5B 羅政恆

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: △ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: □ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5B 羅政恆

迴旋曲創作 A:○ B:▲ C:■ 5B 范晉皓

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: ▲ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: ■ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5B 范晉皓

迴旋曲創作 A:○ B:△ C:□ 5C 葛梓琪

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: △ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: □ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5C 葛梓琪

迴旋曲創作 A:○ B:△ C:□ 5C 歐皓晴

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: △ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: □ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5C 歐皓晴

迴旋曲創作 A:○ B:△ C:□ 5C 鄧愷妍

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: △ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

C: □ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

5C 鄧愷妍

迴旋曲創作 A:○ B:△ C:□ 5C 陳燦通

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

B: △ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

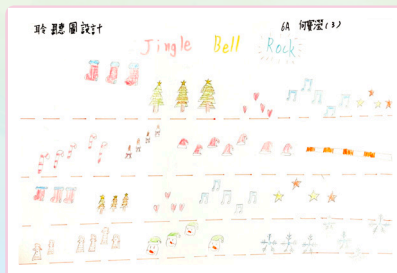
C: □ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

A: ○ 4/4 1 2 3 4 5 4 3 2 1 |

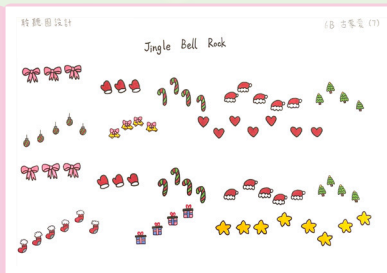
5C 陳燦通

音樂科

# 聆聽圖設計



6A 何寶瓊



6B 古蒙愛



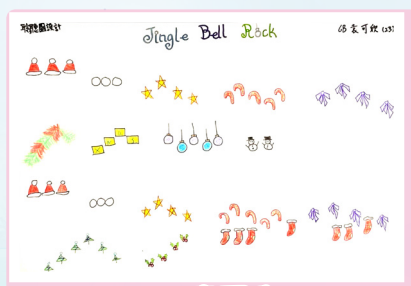
6B 梁梓柔



6B 溫曉宜



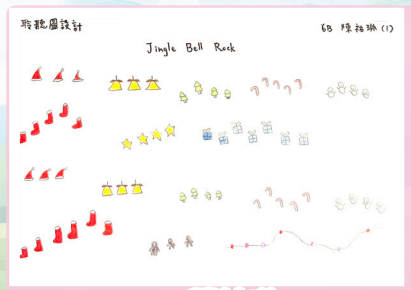
6B 王心妍



6B 袁可欣



6B 趙天朗



6B 陳祐琳

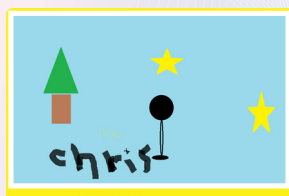


6C 沈汶祺

音樂科

# 小畫家——聖誕卡

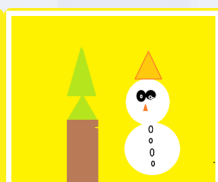
學生透過小畫家的圖形繪畫及填色功能，繪畫一張聖誕卡。



1A ENTENA  
GEORGINA  
MADRONA



1A 麥琬婧



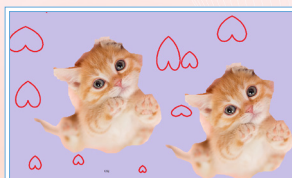
1B 羅卓均



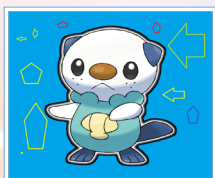
1B 錢沛林

# 小畫家——合成圖

學生透過小畫家的圖形繪畫、填色功能、插入圖片等功能繪畫一張合成圖。



2A 仇藝斐



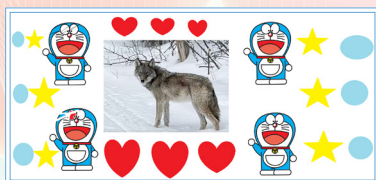
2A 湯舜植



2A 劉采琳



2B 吳瀚新



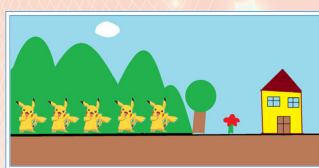
2B 植朗軒



2B 黎逸朗



2C MANJ MAHNOOR



2C 布梓佑



2C 翁均睿

# 英文輸入法——故事文章或交通生字表

學生學習英文輸入法時，結合上學期所學的 Microsoft Office 軟件，製作個人化的故事文章或交通生字表。

Cheung Hoi Leong 3A (1)

The Goose with the Golden Eggs

Once upon a time, a man and wife had the good fortune to have a goose which laid a golden

egg every day. Lucky though they were, they soon began to think they were not getting rich fast enough.

3A 張愷諒

交通 transportation



3A 莊曉彤

交通 transportation



3A 譚孝一

# 中文輸入法——倉頡碼書籤

學生學習倉頡碼時，結合上學期所學的Microsoft Office軟件，製作個人化倉頡碼書籤。



3B 蔡梓軒



3B 賴泳沁



3B 陳智明

# Powerpoint——我最喜愛的……

學生利用Powerpoint製作一個以介紹「我最喜愛的……」為題的簡報。



4A 李智健



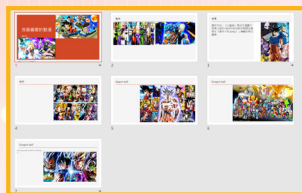
4A 林冠兆



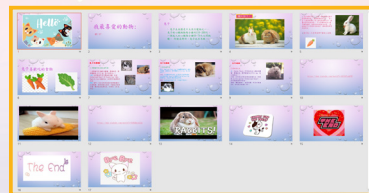
4B 伍梓晴



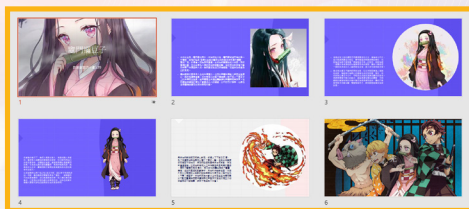
4B 吳卓穎



4A 黃偉健



4B 王泳怡



4B 蕭鎧蔚



4B 趙天佑



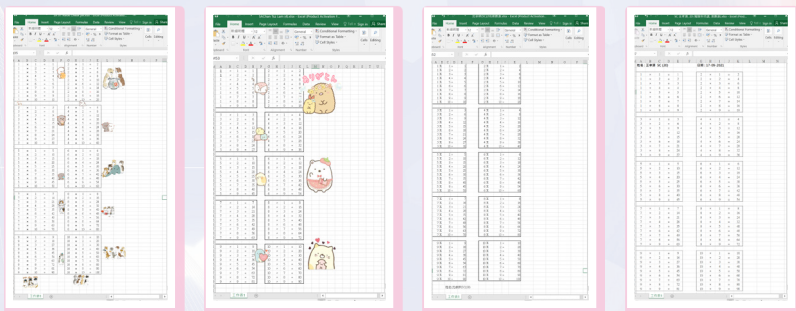
4C 陳倬鋒



4D 葉雅芝

## Excel——我的「乘法表」

學生利用Excel製作一個利用公式計算的「乘法表」。



5A 郭卓諺

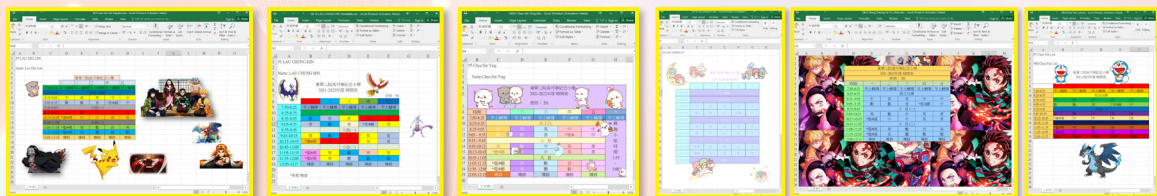
5A 陳祉霖

5C 沈卓妍

5C 王孝源

## Excel——我的「上課時間表」

學生利用Excel製作一個屬於自己特有的「上課時間表」。



5B 劉曦濂

5B 劉誦軒

5B 周倩瑩

5B 羅政依

5B 農蔣嘉譽

5B 陳柏諾

## 短片製作——我的校園

學生利用imovie製作一段介紹學校設施的短片。



6A 何寶濶



6B 古慕愛



6C 鄭子健



6C 鄭海桐

## 短片製作——疫情下的暑假

學生利用imovie製作一段介紹自己在疫情下如何渡過特別假期或學習到的新事物。



6A 黎伯駿



6B 翁雅澄



6B 鍾心善



6B 高進



6C 鄭子健