

5A 李柏翹 假如我有一雙翅膀

假如我有一雙翅膀，
我會衝上藍天，
與綿綿的白雲擁抱，
與呼呼的清風作伴。

假如我有一雙翅膀，
我會走到街頭，
探頭看看街上的路人，
側耳聽聽他們的悄悄話。

假如我有一雙翅膀，
我會飛上大樹的梢頭，
遠望草原上的花兒，
享受和煦的陽光與清風。

假如我有一雙翅膀，
我會自由地飛翔，
跟風兒妹妹競賽，
跟雨點哥哥嬉戲。

5A 李柏翹 像太陽的花—向日葵

向日葵的莖部粗壯直立，全幹長滿了粗硬的白毛。它的葉片為綠色，呈心臟形，葉邊是粗鋸齒狀。它的花瓣是金黃色的，鮮艷奪目，引人矚目，就像一輪耀眼的太陽。

向日葵具有向着日光傾斜的特性，永遠像是面向太陽微笑一樣，所以被稱為向日葵或太陽花。它的花朵較大，直徑可在十厘米至三十厘米之間，高度可生長至一至三米，十分獨特明亮，像在說明人必須正直剛強，便能成為一個優秀出眾的人。

向日葵在春、夏、秋、冬皆可生長，是一種喜溫耐寒的植物，適合在陽光與水份充足的地方生長。

向日葵除了具觀賞作用外，它還可以結果實，叫葵花籽，可作食用，極具經濟價值。向日葵亦可用作提煉食用油製成染料，用途非常廣泛。

我最喜歡向日葵，因為它除了外觀十分漂亮外，它的實用性也使其散發着強烈的內在美。

5A 凌智滔 寫作(三)--- 遊海洋公園

上星期日，天朗氣晴，爸爸媽媽帶我和妹妹去海洋公園遊覽。

我們到達海洋公園後，先玩「海洋迴旋」。這設施看起來跟旋轉木馬差不多，但仔細一看，卻發現它原來是「海洋世界」，雪白的木馬變成了天真可愛的海洋動物。魚兒伴着悠揚的音樂游來游去，令人有一種在海洋中暢泳的感覺。

接着，我們登上了摩天輪。坐在摩天輪裏向下看，可以看見街上的人小得像螞蟻一樣；向上看，只見太陽伯伯正在指導鳥兒們跳舞。只可惜彩虹姐姐沒有出現，不然會更加精彩紛呈。

最後，我們乘搭期待已久的過山車。在運行途中，我因緊張而大喊大叫，妹妹則害怕得大哭起來，爸爸媽媽連忙安慰她。雖然過山車令人膽戰心驚，但卻帶來一陣刺激的感覺！

夕陽西下，我們懷着依依不捨的心情回家。臨別前，我們在大門前拍了一張照片，這張相片記錄了我們歡樂的一天。

5B 李展宏 第一次踏單車

我今天整理房間時，無意中發現了這張我坐在單車上的照片，腦海裏馬上湧出第一次踏單車的經歷。

那已經是大約四年前的事了。當天我和爸爸出外買文具。經過單車徑時，我看見幾位和我年齡差不多的小孩在踏單車，想到自己只會踏有輔助輪的車，十分羨慕他們，於是我便下定決心要學會踏單車。然後，我說服了爸爸第二天帶我去踏單車。

翌日，我一大早便起牀了，然後叫醒爸爸，叫他帶我到單車公園踏單車。到達單車公園時，我感到了無比的興奮。我們在入口處租了一輛綠色的單車，我便迫不及待騎上單車，準備把腳放在腳踏板上，可是我因失去平衡跌倒了，我的手臂感到一陣劇痛，原來我的手臂擦傷了。爸爸走了過來，幫我包紮了傷口。接着他帶我到初學者區，教我踏單車的秘訣——挺着腰板，望向前方，保持平衡。經過無數次的失敗後，我終於學會踏單車，這時，我終於感受到踏單車的樂趣。

我在那裏踏單車直至黃昏，才依依不捨地離開。雖然我身上傷痕累累，但我感受到踏單車的樂趣，我覺得這是值得的。

5B 湯子瑤

最值得我學習的同事

鍾恩晴是我班裏的模範生，她不僅有優異的成績，還有良好的品德，真是一個值得我們學習的好同學。

她有苗條的身材，個子不算高。在她那圓圓的臉上鑲着兩顆像明亮的星星一樣的大眼睛，高高的鼻子上架着一副漂亮的紅色眼鏡，下方是一張紅潤的櫻桃小嘴，每天她的臉上總是露出甜甜的笑容。

鍾恩晴十分勤奮好學，每當有測驗或默書，她總會孜孜不倦地學習，因此，每次測驗和默書，她都成績優異。

她還十分細心。有一次，我和她在操場上玩耍，她突然說：「子瑤，你的襪子穿反了。」我這才發現自己竟然忙亂中把襪子穿反了，真尷尬。不過，她不但沒有冷嘲熱諷我，反而還安慰被眾人取笑的我。

鍾恩晴非常正義，遇到同學被人欺負的時候，她總會挺身而出，保護同學。有一次，我們剛好經過禮堂，看見一個高年級的同學在欺負一個低年級的同學，她立即告訴老師這件事。

由此可見，鍾恩晴的優點真是多不勝數，她真的是一個值得我學習的好同學啊！

5B 梁瑋瑤 第一次滑滑板

每次看見手上的傷疤時，我便想起我第一次滑滑板的經過。

今年暑假，爸爸給我買了一塊滑板，我十分高興，迫不及待想試一試。我馬上和爸爸到公園去滑滑板。我努力地練習，終於學會了基本技巧了。我覺得我把滑板用得得心應手，就加快速度，爸爸叫我不不要太快，但是我沒有減慢速度。突然，我看見前面有障礙物，但卻停不下來。我從滑板上跌了下來，撞到手。爸爸馬上為我急救，我十分後悔沒有聽爸爸的話，結果受傷。

爸爸為我包紮了傷口，還小心翼翼地為我綁上繃帶。現在我的手上多了一道傷疤，它時刻提醒着我要聽別人的勸告，不要自以為是，否則樂極生悲。

每當我看到有人在街上賣旗，我就會回想起我第一次賣旗的經過。雖然已經是五年前的事，但是，現在還記憶猶新。

那天是周六，媽媽帶我參加協康會在九龍舉辦的賣旗籌款活動。一大早，我帶上錢袋和貼紙，就興致勃勃地出發了。我們來到一個地鐵站的出入口，就開始賣旗了。

媽媽示範了一次給我看，看着媽媽熟練的樣子，我拿過錢袋和貼紙開始了我人生第一次賣旗。我既興奮又緊張地走向人群，可不知怎麼的，看着川流不息的人流和一張張從眼前閃過的陌生面，我突然有點膽怯了。這時媽媽笑着鼓勵我。我鼓起勇氣，走到一位阿姨面前，低聲說：「阿姨，買旗嗎？」阿姨笑着往我的錢袋投入十塊錢。我高興極了，一邊道謝，一邊給她貼上貼紙。有了這一次經驗，我的勇氣倍增，賣旗的聲音也響亮多了，媽媽也誇我做得很好。

半天下來了，我雖然很累，但看到我和媽媽籌到了不少款項，心裏還是很開心！我心想：賣旗真的很有意義，我以後要多參加這項活動！

5C 嚴愷喬 假如我有一雙翅膀

假如我有一雙翅膀，
我會衝上藍天，
還會自由地飛翔，
在空中和天使一起欣賞漂亮的夕陽。

假如我有一雙翅膀，
我會走到街頭，
還會快樂地跳舞，
逗小朋友們開心。

假如我有一雙翅膀，
我會飛到海洋上，
還會欣賞海豚暢游，
看看他們精彩的表演。

假如我有一雙翅膀，
我會飛到世界的盡頭，
還會探索大自然的奧秘，
發掘奇趣的天地。

現今的社會科技發達，日常娛樂的種類愈來愈多。近年來，無論在大街小巷，餐廳或商場都會看見許多人在玩遊戲機。遊戲機雖然好玩，但我認為它是百害而無一利的。

首先，長時間玩遊戲機會影響身體健康。一直長時間注視着熒光幕會導致近視、青光眼。「美國精神醫學學院」指出沉迷玩遊戲機不但會成為心理疾病，更可能會出現行為失調。曾有一宗新聞報導，有一個學生在網吧連續玩了三十多小時的遊戲機，最後因過度疲勞而猝死的慘劇。

其次，沉迷玩遊戲機會令我們和家人及朋友關係疏離。許多遊戲機的遊戲會令人覺得刺激，而不想停下來，因此減少了與家人、朋友交談的時間，導致關係變差，更可能因此常常和家人爭執，社交圈子亦就變小了。

最後，沉迷玩遊戲機會影響學業。沉迷玩遊戲機令我們玩至通宵達旦，忘記學習，從而令成績一落千丈。沉迷玩遊戲機的青少年就像賭徒一樣，每當他們成功過關後，便會得到很強烈的成功感和滿足感，這種滿足感比起學業成績所獲得的來得既輕鬆又刺激，從而令他們不知不覺地沉迷下去，從而無法專注學業。

總而知，玩遊戲機百害而無一利。

5D 陳尚言 最值得我學習的同學

最值得我學習的同學是苗銘醇。

他有圓圓的臉龐、短短的頭髮、明亮的眼睛、高高瘦瘦的身材，還有白白的膚色。

他是個樂於幫助別人的人。當我不明白怎樣寫某些字時，他總會耐心地教導我寫。

他也是個遵守規則的人。當他看見同學犯規的時候，身為班長的他，他會如實地把事情告訴老師，同時他也絕不會犯這些錯誤。

他是我學習的好榜樣，因為他不會偏私，經常以身作則，真是一個好學生的典範。

5D 陳尚言 遊海洋公園

在復活節假的一天，我和家人一起到香港海洋公園遊覽。那天，我們遊覽了很多地方，我最喜歡其中兩個景點，就是「香港老大街」和「海洋劇場」。

到了目的地，我們先去「香港老大街」。那裏很有特色，我可以感受到香港五十至七十年代的懷舊風貌，有經典的古董老爺車和電車。我們可以登上車廂來拍照留念。此外，那裏還有消失中的傳統的港式小色，例如：糖蔥餅、砵仔糕等。

然後，我們到了「海洋劇場」。那裏有海豚和海獅的精彩表演。我們可以近距離接觸牠們，與海豚和海獅發展出一段美麗的邂逅。觀看完表演後，我更明白到宣揚和保護海洋環境，愛惜海洋動物的重要性。

夕陽西下，我們帶着依依不捨的心情離開海洋公園。我們除了玩得很開心之外，也學懂了不少關於海洋的知識。我希望下次可以再前去遊玩。

5D 楊庭臻 論遊戲機

現今的社會科技發達，日常娛樂的種類愈來愈多。近年來，遊戲機已變得很普及。我認為玩遊戲機可以令生活帶來樂趣，使人心情愉快。

首先，玩遊戲機能讓我們多動腦筋，令思維更活躍。我們能透過玩一些益智遊戲，增長課外知識和鍛鍊腦袋。

其次，玩遊戲機能讓我們放鬆心情、減輕壓力和緩解焦慮。

最後，玩遊戲機還可以幫助我們擴闊社交圈子。我們還可以透過和朋友或家人一起玩遊戲來增進感情，還可以有共同的話題。

總而言之，玩遊戲機利多於弊。我們玩遊戲機時，更需要注意適可而止。

5E 關仲賢 植物——桂花

今天我要介紹的植物是桂花。桂花樹長着兩三根赤褐色的主幹，表皮很粗糙。它的主幹上還長着一些樹枝，像一把大雨傘。

桂花的葉子十分茂盛，且一年四季常綠，表面非常光滑。它的花是米黃色的，每朵花都有四片花瓣，一束一束的像一串一串金黃的稻谷。

桂花源於亞洲。在中國內，它主要生長在淮河流域至黃河下游以南各地。所以，該地帶有不少城市均以桂花為市花呢！

桂花香氣撲鼻，含有多種香料物質，因此它可用於食物上或被提取為香料。通常用來做糕點、糖果、花束等，還可以用於釀酒。

桂花不像荷花那樣高潔，牡丹那樣華貴。我喜歡的不僅僅只是桂花的外表，而是它的精神，那種為人們釀製芳香卻不求回報的精神。

5E 林秀穎 最值得我學習的同學

最值得我學習的同學是小美。她有一把長長的鬢髮，一雙水汪汪的大眼睛，一個紅潤的櫻桃小嘴和一張紅彤彤的臉蛋，是一個不折不扣的可人兒。

小美是一個溫柔的人，遇見有同學吵架時，她會溫柔地勸告他們，並理性地為大家分析，解決糾紛。她教會了我們要彼此包容和體諒對方。小美也是個勇敢的人。她看到同學被欺負時，會挺身而出，為同學出頭。她的行為讓我們學會了被別人欺負要反抗，不可以盲從附會。

小美也是一個好學的人。每天放學後，她都會到圖書館做功課。即便做完功課後，她也不會去玩耍，會留在圖書館內看圖書。她也會在小息去學校的圖書館借圖書來看或在教室內溫習。

小美是最值得我學習的同學，希望我有一天可以成為像小美一樣的好學生。

5E 陳傲舜 遊海洋公園

今天是我的生日，我們一家人到海洋公園慶祝。

我們乘坐港鐵到達海洋公園站。一下車，我和妹妹一起飛奔到我們最愛的地方——「海洋奇觀」。「海洋奇觀」的外型是一隻巨大的藍色駝鳥。一走進去，我們先經過一條珊瑚礁隧道，然後就看到闊十三米的巨型觀賞屏，讓我們觀賞超過四百種海洋生物。其中最特別的是那外型像滑翔機的魔鬼魚，牠們的泳姿優美，輕輕一拍就像在空中飄浮的風箏一樣，美麗極了！

參觀「海洋奇觀」過後，我們便在裏面的「海龍王餐廳」享受了一頓特別美味的午餐。這是全港唯一一間水族館餐廳，我們可以一邊看着巨型的賞屏，一邊欣賞美景和魚兒優美的泳姿。

吃過午餐後，我們就繼續往前，去坐「海洋列車」到山上的「高峰樂園」。

到達後，我們便到「尋鯊探祕」，探望我的老朋友去了。那裏有不同類型的鯊魚，如大白鯊、虎鯊和豹紋鯊。牠們十分龐大，外表很兇惡，就像將軍一樣，令人望而生畏。

黃昏了，雖然萬分不捨，但我和「老朋友」約定一年後再見。

6A 郭允言 我最喜歡的動物

我最喜歡的動物是普通翠鳥，牠們屬於鳥類的佛法僧目翠鳥科。為何牠們有這個「普通」的名字呢？

普通翠鳥體場約十五厘米，顏色鮮艷。頭、翅膀和尾巴鮮藍色，腹部橙色。牠們有一個長而尖的嘴，讓牠精準地捕捉獵物。

普通翠鳥一般生活在有水的地方，例如：溪流、池塘、海邊等。因為牠們喜歡吃魚和善於捕魚，所以有「釣魚翁」的外號。為了求偶和餵養雛鳥，牠們亦會吃一些昆蟲。

普通翠鳥常常在水中池中央發呆，樣子可愛極了！其實牠們是在靜待獵物……突然，牠們高速俯衝入水中，濺起水花，然後捉獲小魚！攝影師們稱這個充滿動感的畫面為「爆水」。

普通翠鳥在翠鳥科中比較常見，我們不難在大小公園見到牠們的蹤影，所以牠們才變得「普通」。不過，我卻對牠們情有獨鍾，認為牠們是最特別，最漂亮的！希望大家下次去公園時也能一睹牠們的廬山真面目！

6A 李穎嵐 論補習

現今社會競爭激烈，不少家長都要求自己的子女放學後去參加補習班，但是補習對學生有幫助嗎？對於補習，我是表示贊同的。

我認為補習的利多於弊。首先，補習有助學生應付各種測驗和考試。補習社不但為學生提供各式各樣的模擬試卷，還為學生詳細地講解和分析考試內容，令學生取得好成績。根據二零一七年的調查，該調查訪問了三千多名文憑試考生，結果顯示，考試前曾補習的考生較容易取得理想成績。

其次，補習能為有需要的學生提供學習支援。由於學校每班都有三十多名學生，老師卻只有一位，因此老師無法為學生逐一解答問題或提供個別學習支援。如果參加補習班，補習老師便能為成績稍遜的學生詳細地解答問題，更能為有特殊學習需要的學生提供適當的學習支援。

除此之外，補習讓學生有效地學到課外知識。不少人或許會覺得補習對學習能力較高的學生作用不大，但其實錯了，補習不但能為學生「補底」，更能「拔尖」。補習班往往會教導比學校課程內容更難的知識，當學生學會這些知識後，不但能在課堂上應付自如，還能減少學習壓力。

總括而言，補習為學生帶來了不少好處。學生應該善用補習資源，從而提升學習成績，減少學習壓力。

6A 郭蔚霖 我和同學合作製作壽司

四年級的那個暑期學習週，老師精心為我們設計了一次「美食活動」——製作壽司。

活動當天，我們興致勃勃地進入活動室。映入眼簾的是滿桌子壽司的材料和製作工具，還有老師和家長義工們親切的笑容。

班主任把我們分好組後，我們便迫不及待地坐下，拿起工具躍躍欲試。家長義工連忙制止了我們，請我們先觀看在大螢幕上播放自製壽司的教學影片。

原來製作一份壽司這麼不簡單！看完影片後，我與組員們都束手無策，不知道從何下手。幸好有親切的義工建議我們分工合作，讓我們每個人都可以體驗製作壽司的過程。

正當我們進行得如火如荼時，意外發生了，一位負責切海苔的女孩大意地把海苔切成了菱形！組長大發雷霆，大聲責備女孩。我在一旁一邊平息組長的怒火，一邊幫助他倆和解，事後我還協助女孩切海苔，期間真是讓我手忙腳亂呢！

最後，我們筋疲力盡地躺在椅上享用着得來不易的壽司。我深深地明白了團隊合作的重要性。

6B 郭芷昕 論電腦的發明

在現今社會，家家戶戶都至少有一部電腦。然而，電腦是否只為我們帶來益處？我認為電腦是一把「雙刃劍」，它為我們的日常生活帶來便利，但若不適當地使用，它會帶來弊處。

無可否認，電腦的發明為我們帶來不少好處。首先在學習方面，我們能透過上網獲取大量課外資訊，擴闊我們的視野。其次在溝通方面，我們能使用電郵以更快的信息傳送速度和朋友聯絡。

與此同時，電腦也有它的壞處。作為最大的娛樂渠道之一，很多人都因缺乏自制能力沉迷上電腦遊戲，甚至荒廢學業。除此之外，長時間對着電腦螢幕會影響視力。研究指出，電腦螢幕散發的輻射會傷害眼球，損害視力。

總括而言，電腦的發明為我們帶來許多好處，但只有善用電腦不過分依賴它，我們才能夠盡得這些好處。

6B 張嘉穎 我最喜歡的動物

我最喜歡的動物是貓頭鷹，牠們是鳥類動物，棲息樹叢岩穴或屋檐中不易被人見到。

貓頭鷹的頭寬大，眼睛大而明亮，嘴短但粗壯，前端呈鈎狀。牠們的羽毛大多為褐色，飛行時是沒有聲音的，耳朵左右不對稱，一邊高一邊低。因為樣子似貓，所以人們稱牠們為「貓頭鷹」。

貓頭鷹是獨居動物，因此牠們的性情孤僻，喜歡獨來獨往。貓頭鷹是夜行性動物，伏出晝夜，喜歡白天睡覺，夜間飛行捕食。當然，也有些貓頭鷹是白天捕食，晚上睡覺的。

貓頭鷹喜歡吃鼠、昆蟲、小鳥、蜥蜴和魚等。牠有一個特別的本領，因為眼球無法轉動，為了適應夜晚狩獵的需要，牠的脖子特別柔軟，可轉動二百七十度。這是由於貓頭鷹的頸椎比其他哺乳類動物多了很多節，所以貓頭鷹的頭部和旋轉的角度特別大。

貓頭鷹是一種聰明又孤僻的動物。如將來有機會，我一定要尋找牠們的蹤影，與牠們合照。

6B 陳賜聰 我和同學合作做實驗的報告

上星期二，上常識課時，老師吩咐我們分組完成一個實驗，並把實驗報告交給他。我決定和小明、小美一組，合作做一個關於水火箭的實驗。

開始時，我們先分配各人的工作。我和小明一起預備材料和做實驗，而小美則負責撰寫實驗報告。

然後，我們就迫不及待地開始製作水火箭。我們這次實驗是為了測量水火箭的速率和距離，所以製作完成後，我們立刻嘗試發射水火箭。可是，火箭卻在這時破裂了，我們驚訝萬分，小美嚇得連紙筆也掉在地上。一會兒後，我們重新製作好水火箭，並準備好下一次發射。我們各人都希望這次能順利發射，「嘩啦」一聲，火箭成功發射了！我立即開始計算水火箭的速率和距離，小美也開始寫報告。最後，我們順利把報告交給老師。

這次的成功，有賴各人發揮自己的長處。我更學會了和同學分工合作，做好每件事。

有一次，老師讓我和同學們合作設計服裝，雖說我和隊員們在設計過程中多多少少都發生了一些爭執，但我們還是順利地完成了我們的任務。讓我明白到了合作的重要性！

那一次，陳老師在視藝課中給了我們一份功課，那就是讓我們分組去設計一款獨特的服裝。而小美、小明、小文和我被分到了一組。我們商量了一會兒，決定了我們各自各要完成的工作。小美和小明負責去網上找一些關於服裝理念的資料，而我和小文則負責看一些服裝雜誌，參考當中的設計技巧。此外，我們四個人還去了不同的地方來幫助我們尋找靈感。

不過，在我們選擇衣服的搭配顏色的時候，卻發生了點爭執。我和小美想要粉色作為主色，而小明和小文就想要紫色作為主色。為此，我們鬧得不可開交。幸好陳老師給了我們一些建議，讓我們選好了主色以及配色，要不然我們就會一直僵持不下呢！

最後，我們順利地完成了我們的任務，還被陳老師表揚了一番，令我們沾沾自喜。通過這件事後，我深深地體會到了「團結就是力量」。只要大家齊心協力，就沒有解決不到的困難！

6C 董業荃 論補習

現在，不少小學生會到補習社補習，補習的內容也五花八門。究竟小學生是否需要補習呢？

首先，有效率的補習無庸置疑可以提高學生的成績，所以大家才會趨之若鶩。成績好的學生通過補習可以接觸更多的題型，學習解難的技巧，達到拔尖的效果。成績較差的學生通過不斷操練則可以熟能生巧，提過成績。

然而，過度的補習則可能產生負面效果。

學生可能會因為過度依賴補習而忽略了課堂和自主學習。老師在課堂上傳授的知識是最系統化的，由淺入深的，也應該是學生主要的知識來源。自主學習則可以幫助梳理和鞏固知識，也是不可或缺的。補習只是錦上添花，而不能當作救命稻草。

其次，過多的補習會佔用學生的閒餘時間，讓他們得不到足夠的休息，從而讓學習的效率更低。長此下去，便會陷入了惡性循環的狀態。

綜上所述，我認為學生可以通過適度的補習來提升成績，而不應該產生依賴，本末倒置。

6C 黃泳嘉 論電腦的發明

電腦在我們的日常生活中扮演著不可或缺的角色。第一台電腦是由美國賓夕法尼亞大學發明的，經過科學家努力不懈的改良後，由最初大型電腦，變成今日輕巧便攜的平板電腦。

電腦不但體積細小，而且十分輕巧，容易存放。電腦可以讓我們和海外的親友溝通，也能讓我們快捷地搜尋資料，還能讓我們享受到不同類型的視聽娛樂。電腦的出現大大協助了人類處理資訊、加速科技發展，改變我們的生活模式。

然而，不少青少年因為沉迷電腦遊戲，廢寢忘食；亦有人會因此荒廢學業，迷失自我。此外，長期看着電腦屏幕，不但會影響視力，還會令脖子變得僵硬。這樣持續下去的話，身體便會產生很多毛病。

電腦的發明對我們的生活有利亦有弊，只要我們善於利用，不要沉迷於電腦遊戲中，電腦便是我們不可或缺的好幫手。

6D 白特朗 論電腦的發明

在資訊發達的 22 世紀，電腦已經成為每個家庭的必須品。無論是小事如網上購物，大事如家居保安，電腦都是我們的好幫手。

電腦帶給我們許多好處，現今網絡發展神速，而且快捷方便，不用一下子功夫就能找到所需要的資訊。甚至足不出戶都能網上購買到所需要的食物或者家庭必需品。此外，電腦更能拉近人與人之間的距離，令身在遠方的親友，也能保持緊密的聯繫。

然而，電腦也帶來不少壞處。長時間對着電腦屏幕會損害視力，引致頸背酸痛等毛病。此外，沉迷於遊戲世界裏，無法自拔，會影響學業，令成績一落千丈。

其實電腦是一把雙刃劍，有利有弊，只要我們有節制地使用電腦，避免過分沉迷，那麼使用電腦便變得百利而無一害了。

6D 鍾穎雯 如何減輕考試壓力

每當面臨考試時，很多學生都會感到壓力很大，以致出現焦慮不安和食慾不振等狀況。我們該怎樣做才能減輕考試壓力呢？

第一，我們要定立一個作息時間表，認真地分配自己的時間，去實施自己的計劃。讓自己心中有數，清楚每科剩餘的溫習時間，避免不必要的緊張和臨渴掘井。

第二，我們要以樂觀積極的態度面對問題，我們應根據自己的實力去訂立目標。盡量不要訂立過高的目標，否則會增加自己的壓力和挫折感。

第三，我們可以做一些帶氧運動。做帶氧運動不但可以強身健體，令精神充沛，更可以放鬆心情。此外，還能令身體分泌安多酚，減少皮質醇和焦慮的腎上腺素，從而減輕壓力。

總括而言，其實減少考試壓力的方法有很多，只要多做運動、訂立時間表、積極面對，所有問題都能迎刃而解了！

6D 譚竣文 論電腦的發明

在這資訊爆炸的年代，電腦已成為人們生活中不可或缺的一部份。可是，電腦對人類的影響似乎是好壞參半。

在好處方面，電腦令學習變得更方便，我們可以利用電腦在家中上網課，要不是電腦的發明，我們在疫情下只能停止學習。另外，我們利用電腦可以得到更多的學習途徑，例如：在討論區中與來自世界各地的網民交流，使用搜尋軟件作資料搜集，使用電腦能夠開拓我們的眼界。

然而，電腦的發明亦給人類帶來不少負面影響。如果沉迷網上遊戲，會令人與人之間的關係變得疏離。再者，長期使用電腦亦會影響我們的生理健康，例如：休息時間不足和造成視力退化等問題。

總括而言，雖然電腦方便了我們的學習，而且開拓了我們的視野，可是，他亦可能導致人際關係變得疏離，甚至危害健康。因此我們使用電腦時應該適可而止，千萬不能沉迷其中，被電腦所操控。

6E 何繼濤 我和同學合作製作餅乾

四年級的一個秋天，學校帶領我們到西貢自然教育營地遊玩。我和小文，小美決定合作製作麪包。

麪包師現場指導我們製作牛奶曲奇餅。首先在大盆子裏放一些麪粉，然後加入牛奶和糖，攪拌一下，做成面糊。小文說要多加一些牛奶會比較香，小美卻反對，她認為那樣麪糊就會太稀了。他倆爭得面紅耳赤，各不相讓，引得麪包師過來調停。原來是一份麪粉加半份牛奶才是最合適的比例。我們終於做好了一大盆麪糊。小美扶着模具，小文端着盆子，而我負責用勺子將麪糊裝進模具，很快我們就做好了三盤，放進焗爐，十分鐘後，牛奶曲奇餅就出爐了！

小美、小文和我捧着我們合作製作的餅乾到涼亭請老師們和同學們品嚐。大家都吃得津津有味，讚不絕口。小美和小文也和好如初，我們相約下次請父母來營地玩，再次合作製作美味的餅乾。

6E 溫樂彤 論電腦的發明

大家一定知道電腦這個偉大的發明，那大家是否覺得電腦是一件對人類帶來很多好處的發明呢？其實，電腦對人類有利，也有弊。

我們可以用電腦上網，也可以搜尋資料，而且它又快捷又方便。一些社交平台能讓我們認識來自五湖四海的人，拉近人與人之間的距離。我們也能在網上購物，足不出戶就能買到自己喜歡的東西。

然而，電腦為我們帶來的壞處，可不容忽視。青少年容易沉迷上網，把自己關閉在房間裏不出來，令人際關係變得疏離。長時間坐在電腦熒幕前，會使人肌肉酸痛。而且，電腦熒幕的藍光，對眼睛不好，更會令近視加深。此外，網上有很多不良資訊，例如：色情、暴力等的影片。這些資訊容易誤導青少年，令青少年有不良想法或行為出現。

電腦對我們有利也有弊，不要過分沉迷或依賴它，只要你適當地使用，電腦才會成為你的好助手。

6E 黃詠涵 我最喜歡的動物

人們常常說動物是人類最忠誠的朋友。

我最喜歡的動物是倉鼠。牠們的身型非常小，有短短的四肢和尾巴，還有小小的耳朵。牠們有不同的品種，所以也有不同的毛色，體型和生長速度。倉鼠的兩頰皆有頰囊，就像一個櫃子，可以儲蓄許多食物。

倉鼠十分文靜，因為牠從來不咬人。牠們喜歡吃一些蔬菜乾和果乾，而年幼的倉鼠卻是喝羊奶。牠們喜歡在白天睡覺，在晚上出來活動，就像一個「夜貓子」，牠們也會用磨牙棒磨牙，這是因為牠們的牙齒生長得太快會導致日常進食困難，牠們是喜歡躲在黑暗的地方。倉鼠非常喜歡玩跑輪，以鍛鍊身體。

不過倉鼠的壽命只有兩年左右，我們在飼養之前一定要深思熟慮。

