

《媽媽教我騎自行車》

當我公園裏的小朋友在快樂地騎單車時，令我想起我小時候學騎單車的情景。記得那天是星期天，風和日麗，正好是騎單車的好日子，所以媽媽和爸爸帶着我、妹妹和小魯一起出外騎單車。

一開始，我、小魯和妹妹都不會騎單車。媽媽叫我們先自學，如果真的不行，就請教她。我和小魯就一起研究如何平衡，妹妹就索性放棄，改騎兒童單車！我們最後找媽媽教我們。媽媽說：「要學好騎單車，先要眼望前，要不是會跌倒。其二，就是腰要挺直，雙手穩拿握手，要不是也會跌……」「行了，我們知了，不跌倒就行了！」我們說。話也未說完，我們就騎上單車，騎了出去。但悲劇發生了，我們騎了沒有多久，就跌倒了。於是，我和小魯就認真地再聽媽媽的教導。最後小心翼翼地再騎一次，我們成功了！

於是我們便上了單車，在單車徑上邊練習邊欣賞風景，微風吹來，天色漸黃，太陽慢慢的，慢慢的下山。突然，兩隻駝鳥蛋便掉了下來，一隻駝蛋掉中我的頭，一坨掉中小魯的頭，這傢伙把我們的好心情給沖淡了。最後，我們愉快玩了兩小時，然後回家。

經過那次，我們覺得很滿足，因為學會了騎單車。另一方面，我們也不會騎那麼久了，因為第二天我們的屁股痠痛極了！

《爸爸教我騎自行車》

每當我看見其他小朋友在騎自行車時，我便想起爸爸教我騎自行車的情景。當年是我五歲的生日，爸爸便送了一輛兒童自行車給我。車上還貼了許多我喜歡的貼紙！我便要求爸爸帶我到單車徑騎自行車。

當時的單車有輔助輪，我自信地告訴爸爸：「請把我的輔助輪拆掉。」

當我到了單車徑時，以為騎自行車很簡單，於是一下就騎上了車子上。但不夠兩秒，我便連同自行車倒在地上。那時我才知道原來騎自行車不是那麼簡單。所以我便請求爸爸教我。首先爸爸示範了一次給我看，然後到我嘗試一次。到我時，爸爸叮囑我千萬不要東張西望、左顧右盼！一定要全神貫注地看着前方，一路前進！我試騎了一次，爸爸便糾正我的姿勢。我反反覆覆地練習了兩個小時。爸爸也耐心地教導我！在我東倒西歪時，爸爸提醒我看着前方；我連同自行車快要倒下時，爸爸一下就把我和自行車扶了起來！

經過爸爸的細心教導下，我成功學會了騎自行車。我感到十分高興。我體會到無論學每一樣技能都不是一步登天的，要堅持不懈地練習才會成功！

《媽媽教我寫字》

每當我看見小朋友在學寫字的時候，我就想起媽媽教我寫字的情形。

在我三歲的時候，媽媽說要教我寫字。因為是幼稚園的功課，我那時剛上學，心裏高興極了！我迫不及待地寫字，結果我寫的字都歪歪斜斜的。媽媽就一邊示範，一邊告訴我寫字的要訣。

媽媽說：「寫字的時候要坐直，不要彎着身子寫字；握筆的姿勢要正確，而且寫字的時候要專注，不然一不小心就會寫錯。還有要多多練習才能寫得更好。」我一邊全神貫注地聽，一邊嘗試着寫。可是寫來寫去還是寫得不好，當時我很沮喪，很想放棄。媽媽就一直鼓勵和安慰我。於是我不停地練習。

過了幾天後，我終於寫出漂亮的字了，我鬆了一口氣。媽媽就稱讚我，我感到樂不可支。經過這件事後，我明白到遇到困難時不要放棄，要持之以恆地練習，才能經歷成功的喜悅。

《教練教我游泳》

每當我看見小朋友在泳池玩水時，我就想起教練叫我游泳的情景。

在這個暑假，媽媽帶我去泳池學游泳，我那時惶恐不安，因為我很怕水。一開始，教練教我怎樣在水裏閉氣和踢腳。當我掌握了這些動作，教練就教自由泳的手部動作。他說：「首先，身體要趴在水面上，右手撥水的時候，頭部就要轉過去左邊呼吸，但耳朵要碰到水面。如果要游得遠，就要經常來練習。」他說完就示範一次，並叫我試一次。

教練站在前面扶着我游。當我游不了時，教練就會鼓勵我：「你可以的！放膽游吧！」

過了幾堂，我已經掌握了游泳技巧，愈來愈游得純熟了，教練就叫我試游五十米。當我成功游到終點的時候，我滿心歡喜。於是教練就帶我去深水池游泳，那裏有一點四米到兩米那麼深。我一開始非常害怕，只是游了幾米，但經過不斷的嘗試，我可以游到十二米，我非常成功感。

我終於學會了游泳，我學習到要學好一門本領，就要克服恐懼的心理。

姓名：李海瑩

班別：5C

《媽媽教我蕃茄炒蛋》

今天，當我看見蕃茄炒蛋時，我就想起小時候，媽媽教我蕃茄炒蛋的情景。

因為我從小就愛吃蕃茄炒蛋，所以我想學蕃茄炒蛋，於是媽媽便教我，我感到非常高興。一開始，媽媽便給我講解蕃茄炒蛋的要訣，媽媽說：「首先，拿出兩個蕃茄，切成一片片，然後，再拿兩個雞蛋打到碗裏，不要看着開口，接着，蕃茄和雞蛋全都放在鍋裏，記得放鹽和糖。只要勤加練習，就能學會蕃茄炒蛋。」

我聽完媽媽的教導後，便開始嘗試煮蕃茄炒蛋。當我動作出錯時，媽媽便立刻指正我，一天天過去了，我終於學會蕃茄炒蛋了。

經過這一次學習過程後，我感到很有成就感。我體會到做事一定要持之以行。

《姐姐教我游泳》

今天，當我看見小孩在學游泳時，我就想起暑假的時候，姐姐教我游泳的情景。

那天，因為我看見姐姐和她的朋友在水裏游來游去很像很開心，所以我想學游泳和她們一起玩。於是姐姐便教我，我感到十分高興。一開始，姐姐便給我講解游泳的要訣，她一邊說一邊做給我看：「首先，你要練習在水裏閉氣。然後練習手和腳的動作。接着，練習換氣。只要勤加練習以上的動作，就能學會游泳。」

我聽完姐姐的教導後，便勤加練習，嘗試突破自己。當我動作出錯時，姐姐立時指正我，並鼓勵我說：「你要加油，突破自己！」於是，我加緊練習，最終我終於學會了游泳。

經過這一次學習了游泳，我明白了需要很努力，因為在游泳的過程我會因失敗而下沉，但經過我多番的嘗試，最後也成功學會了游泳。

《爸爸教我騎自行車》

今天，我經過騎自行車的場地，看見有人在騎自行車，我就想到爸爸教我騎自行車的情景。

那天中午，爸爸問：「你想不想學騎自行車？」我答：「想！」爸爸從家裏拿出了一輛放在家中很久的自行車。爸爸叫我觀看示範和聆聽着他的講解：「騎自行車時，雙手要捉緊手柄，眼睛要望前，腳要踩着腳踏板。」觀看完爸爸的示範，我迫不及待地騎上了自行車左搖右擺就像鴨子一樣，不久，我就從自行車摔下來了。爸爸說：「我在你的後面扶着你。」我慢慢地踩着自行車，然後爸爸就放開手，我嘗試自己踏，但我又失去了平衡摔了下來。那時我很想放棄，但我想起如果我學會了騎自行車，就可以到自行車場地騎自行車。

練習了幾天，我一用力踏着腳踏板，身體也能保持平衡，自行車就像跑車一樣飛快地行走，我還騎得很流暢，我感到十分自豪，爸爸也替我感到高興。

我終於學會了騎自行車，現在我可以和一家人到自行車場地騎自行車了。經過這一次學習過程後，我學會做任何事都不能輕易放棄，要堅持不懈。

姓名：羅佳天

班別：5D

《媽媽教我做叉燒炒蛋》

有一天下午，我突然想吃叉燒炒蛋，那是我最喜歡吃的，於是，我就問了媽媽，我問：「媽媽，可以教我做叉燒炒蛋嗎？」

媽媽說：「可以，晚飯時我教你做。」我說：「好極了。」到晚飯時間了，媽媽開始教我做叉燒炒蛋了。

媽媽說：「首先，你要打蛋，然後，把叉燒切粒，並放進碗裏，最後，把蛋和叉燒都倒進鍋子裏炒就行了。」我按照媽媽所教的步驟來做。大約十分鐘就好了，我嘗了嘗，雖然只是第一次叉燒炒蛋，但我已經覺得非常成功了。爸爸下班回家的時候，整頓晚飯已經做好了，我很開心，我心想：終於可以吃晚飯了。我叫爸爸嘗嘗我做的叉燒炒蛋，爸爸嘗了一口便說：「嗯！很好吃啊！你做的真不錯。」我們都吃得很開心。

經過這次學習叉燒炒蛋後，我感覺到自己開始有做菜的天份。

姓名：彭朗堯

班別：5E

《教練教我滑浪》

每當我經過游泳池的時候，我就想到教練教我游泳的情景。在去年的暑假中，奶奶為我報名參加私人游泳班，所以我從中學會了游泳的秘訣。

一開始時，教練先教我如何換氣，我不小心噙了一大口水，感到快淹死了，十分害怕。教練看見我的樣子後，便立刻在水中扶起我，又給我一個泳圈，並說：「你有沒有受傷？」我搖搖頭說：「沒有，謝謝你。」我心想：要不是有教練在場協助我，後果簡直不堪設想。

然後，教練督促我繼續練習換氣，直至成功為止，可是仍然很害怕。這時候，教練親自示範一次給我看，又一直在我身旁指導我，經過我不斷努力嘗試，終於我成功了，我十分高興。

雖然最後我只是學會了游泳的其中一部份，但是我也感到十分愉快，我相信很快便能掌握蛙式和自由式的秘訣，我學會了永不放棄的精神。

《教練教我滑浪》

每當我看見一望無際的沙灘和聽見海浪聲的時候，我就會想起在去年的暑假，教練教我滑浪的情景。

一個風和日麗的早上，我在沙灘邊等待教練。他到達後，先說明如何在滑浪板上站穩和找重心，我心想：他一直用英語解釋和教導我，我有一點聽不明白，怎麼辦呢？之後，教練主動示範了一次給我看，我站在板上，然後教練再親自走過來矯正我的動作。第一次嘗試的時候，我不小心掉在水裏，還差點兒遇溺，我接連嘗試了很多次，也是不成功，我心想：為甚麼我總是學不會呢？經過反覆的練習，我漸漸找到了秘訣，原來要眼望前方，身體保持平衡，不要左搖右擺。不久我便成功站在板上滑浪了，我興致勃勃地向爸媽報喜訊。

最後，我成功學會了滑浪，因為我了解當中的秘訣，又體會到站在水上的感覺，真的很新奇呢！最後我想感謝爸爸媽媽，因為他們特地帶我去學滑浪。