

盧怡蓀 51119 面對美食時

如果要問我最喜歡吃什麼美食，那我會說是夜市的小吃。

面對美食時，我總是會想嘗一口看看。有時我會被味道吸引住，有時我便不知不覺的開始吃起來。

夜市小吃有分很多種，有湯類、飯類、飲料類……，而我最愛的就是炸雞塊和一碗湯，對我而言，這樣就是絕配。炸雞塊非常好吃，因為它的口感有如在軟綿綿的床上睡覺般舒服，而湯我最喜歡的是黃豆芽菜湯，它的味道讓我感覺有一件外套披在我身上，暖暖的，但是我每每去夜市吃肉類食物時，總是會有一種罪惡感，感覺吃下這塊肉，我身上的肉也會補一塊進來。

所謂的美食是指什麼呢？是外表很美嗎？還是是食物很美味？我認為答案就是外表很美，食物也很美味，就像是有一塊蛋糕，雖然不起眼，但很美味，或者是那塊蛋糕外表很美，但其實沒有很好吃，為了要符合我這個吃貨的口味，所以要兩全其美的食物，才是真正的美食喔！

我覺得吃美食重點在於當下的心情，假如我今天心情不好，但是吃了美食後，我覺得心情變了，除此之外，美食還有一個用處，就是要慶祝偉大的日子時，我也會吃美食，來表達敬意。

劉耘嘉 51119 等待的心情

評審開始打分數了，我坐在位子上像個木頭一樣杵在那裡，一動也不動，因為我的身上裝了一個定時炸彈，假設我得名了！我便會剪出正確的一條線，解除炸彈，並且會獲得大家的表揚以及稱讚。但是，假設沒有得名的話，我便會剪錯線，使炸彈爆炸，把我自己炸得五馬分屍，面目全非。眼看時間只剩一分鐘，成功就在咫尺了，但是卻又那麼的難走，走一步就如同地上有如地雷，我得選擇盡快選出一條，可說是寸步難行啊！那煎熬的三分鐘，就像是過了三年，終於結束了，究竟是剪出正確的還是錯誤的呢？突然之間，閃過了一聲「啪擦」的清脆耳，對的？錯的？天堂？地獄？現在的我，就宛如熱鍋上的螞蟻，面對的是生與死的交界線啊……..

黃郁芯 51120 我最想推薦的臺灣小吃

臺灣是個南北狹長的島國，隨著地區的不同，各地發展出別具特色的小吃。這個「美麗」的地方，伴隨吃不完的美食。現在，就讓我來介紹臺灣的特色小吃吧！

首先，介紹北部的淡水，講到淡水，大家就一定會想到淡水老街走走吧！咦？那是什麼味道呢？走在古色古香的老街上，跟著香味往前走，原來這就是Q彈有勁的阿婆鐵蛋。一個用歲月熬煮的時空黑丸。

若你買一包阿婆鐵蛋來吃吃看，一定會被它警為天的美味震撼！一顆顆小小不起眼的小黑丸，想不到一打開包裝，陣陣香味居然從裡面「爆」出來，順著撲鼻的香味咬下去，天啊！如尖上的鐵蛋精靈瞬間在嘴色裡甦醒，居然還跳起舞來了，充滿彈性的魔力，每一口都是驚喜！

享受完北部令人讚不絕品的美食，繼續往南走，大家一定不能錯過的是一客家板條。店家風格相較之下，充滿歲月痕跡，但絲毫不影響希物的吸引力。走進店裡，一股清冒牽引著我的腳步，坐在樸實的椅子上等待板條上桌的同時，感受到一種神祕的力量，即將帶領我到另一個王國。

板條終於上桌了，白嫩如雪的板條，外形有如乾扁又可愛的角落生物，讓人一眼就愛上它的獨特，有種抒壓的感覺！而口感方面柔軟無比，彷彿是白衣仙女在睡覺般的夢幻，更特別的是吃下去還會發出「滋喀滋滋喀」的聲音，真是獨特又有趣！

臺灣的小吃種類多樣，除了斯文的阿婆鐵蛋和客家板條，更不能錯的還有霸氣聞名全的「臭豆腐」，這個「傳臭面年」的豆腐，穿著一件金黃色的盔甲，搭配著淡黃色的泡菜小兵，準備佔領饕客的胃，如果愛吃辣的「吃貨」還可以外加幾隻小色小戰士，吃起來保證會讓人讚不絕口，意猶未盡的，想要一口接一口的沉浸在它別具一格的氣味與口

感中。

我想推薦的臺灣小吃三天三夜都說不完，但若時間真的有限，請您至少吃個如果灣化腐朽為神奇的魔力臭豆腐，體驗臺灣的獨特，從臭豆腐耗時的等待品嚐灣生命的韌性，這一口吃的不只是美味，更是多層次的灣精神。臺灣的小吃個個具有特色，不怕您比較，就怕您吃不完，臺灣的小吃，實在有夠棒！

賴品妤 51121 我想擁有的超能力

如果有一天，我擁有超能力，那該有多好？世界會有什麼改變？但，到底要擁有什麼超能力？這個超能力對我有什麼益處呢？

講到超能力，大家應該會想到耳熟能詳的「隱身術」，這個超能力最適合我這麼瘦小的女生了！若有人要欺負我，我就把自己變隱形，讓他欺負不到我，如此一來，隱身術也可以說是個「防身術」。有時候，感到非常不高興，很想挖個地洞躲起來，這時，隱身術又可以派上用場了，利用隱身術讓人家看不見我，說不定心情能好一些，像是吃了開心糖似。「隱身術」的作用真是一舉兩得啊！

當然冷靜下來後，我覺不能只是「逃避」也應該有比較有創意一點的超能力，我多麼自己和天使一樣，擁有翅膀和光環。有了翅膀，可以以更快的速度到達目的地，上學也不用那麼早起；有了翅膀，大家不用開車，就可以減少空污、交通事故和塞車的狀況；有了翅膀，我每天耄祠以以優雅的姿態，迎接新的一天。那光環又是做什麼用的呢？晚上怕黑的我總是嚇得疑神疑鬼，有了光環，我就可以安心渡過夜晚，因為光環能提供我照明，讓夜晚變得更明亮，它就像母親溫暖的大手，帶給我溫馨和安全感。這項超能力，對我來說，可是有很大的幫助呢！

大家是否常在地球上呼喚超能力的到來呢？若它真的來到地球，

世界真的會變更好嗎？

周亭廷 51122 我這樣抒解考試壓力

考試前夕，我的壓力都很大，所以我會有二種抒發壓力的方法。

我最常利用聽音樂來抒發我的考前壓力，因為音樂可以讓我沉澱，心情平靜下來後，學習就不會感覺那麼辛苦。

我也會和同學聊天，說說各自的心事或是說說自己喜歡的偶像，放鬆一下心情，轉換一下讀書的心，也可以問同學和朋友自己讀書時，不會的題目，這樣就不會那麼的累喔！

抒發自己考試的壓力不只是讓自己不那麼累，更多的是讓學習更有效率，因為壓力大的時候，很多人都不會想繼續自己手上的事情，所以讓自己壓力不那麼大的話，成績也會越來越好喔！

班級:五年十一班

座號:24

姓名:嚴允彤

投稿名稱:面對美食時

什麼是最美味的美食呢?

其實問我這個沒有很挑食的人也沒有很準；像是冰淇淋、巧克力、薯條、火鍋等……都是我的最愛，我愛美食應該是受我媽咪影響，她不僅愛美食更愛料理，所以我跟著媽咪，常常可以享受美味的食物。

雖然我是怎麼吃都吃不胖的體質，媽咪跟阿姨們很羨慕，但是其實有一天我這個特質沒了，體重不就會暴增；而且我就是吃太多零食，所以才長不高。雖然我知道零食吃多對身體不好，但是還是忍不住受到零食的誘惑。

小時候爸爸、媽媽都叫我「零食女王」，這時候我才認真的想我有那麼愛吃嗎?

現在的我覺得，真幸運出生在臺灣，因為臺灣有「美食王國」的稱號，而愛吃的我可以在臺灣吃到飽喝到飽是一件非常幸福的事。

一路走來我已經五年級了，雖然我的身高還是比別人落後，但我想繼續跟著媽咪美食，應該會長高長肉吧!!

最後我想跟正在減肥的人說：「減肥也要顧及身體，健康最重要。」

林恬安 51125 有趣的十三歷史

我們從大稻埕碼頭上船一路上可見臺北橋、淡水河橋和關渡大橋在淡水河橋下方有許多小白鷺和中白鷺，再往前開會見到許多烏魚在水面上跳來跳去，還有許多可愛的小水鴨，船艙中有可愛的學生，美麗的老師，炫酷的船長室，最重要的是窗外的景色，我覺得這趟遊船之旅非常有趣、驚奇好玩，那你的感覺是什麼呢？

在還沒進到十三行博物館時，我以為很無趣，牆上都是密密麻麻的文字，沒有讓我們體驗或是有許許多多的展覽。當你走進十三行博物館時，彷彿到了另一個年代，十三行博物館的空間非常大，因為十三行文化是歷史，所以要進到博物館的階梯是向下的。十三行這個名字的由來是因為當時有十三個漢人來臺進行貿易，因為十三人的臺語念起來很像十三行，所以叫做十三行。現在我們看到的貝塚是以前的垃圾堆，而在 2006 年文化部依照「文化資產保存法」將十三行文化定為遺址。博物館旁的污水處理場正下方就是十三行文化的遺址，而在 1989 年在新建汙水處理場時，考古學家發現了十三行文化，並進行搶救。觀音山以前是座活火山，而火山流下的岩漿冷卻變成石頭，叫做安山岩，安山岩裡含有鐵的成份，有位飛行員飛過這時，發現安山岩，十三行文化的墓葬是側身軀的，但這也可能是他們重生的概念，他們沒有把銅錢當錢，而是把銅錢當耳飾。人面陶罐的名字是「侈口

縮頸單把折肩束腰圈足罐，而十三行人只吃貝肉和動物。我覺得「每件事會有原因。」所以我覺得這次的十三行之旅非常有趣。

林姿妍 51126 社會智識庫

我們班今日出遊，我們去乘船，從大稻埕出發，沿途中看到了污水廠，李老師說那些水要排放到淡水河，所以很重要，還有小白鷺和夜鷺，老師還介紹了其他白鷺呢！沿路還有看到臺灣橋及關渡大橋等巧奪天工的橋，旁邊還有青翠秀麗、崇山峻嶺的觀音山。許許多多各式各樣的壯觀景觀都呈現在這！最後我們在淡水碼頭下船。

今天我學了豐富的一課，以前總有一些問題，像是：基隆河的水深、臺灣第一長的河…….等的問題。但現在我知道了，我更上一層樓了。

接下來，我來到了十三博物館，在還沒去之前，我很好奇，腦中陸陸續續染出想像的十三行博物館的外觀和裡面，當我發現它，簡直和想像的天壤之別，太精緻壯觀！全館凹立於地下一點五米，觀眾入館前經歷向上再向下斜伸的坡道，還有可以觀賞美景，也可以從館外地面拾階而上。我參觀了文化層，它那面牆就像蛋糕一樣，一層一層的；還有文化商店，裡面用木頭做的房子等物品就像是真的，一模一樣！

導覽姐姐說，人面陶罐是他們的鎮館之寶，只有那一個。

這次的校外教學，讓我了解十三行人的歷史，裡面有既生動，又有趣的體驗室，內容十分精采！真是一個巨大知識庫！

李羽柔 51127 我這樣抒解考試壓力

要考試的時候，同學會有志忑不安的心情。

當學校要考試時，我就會讀書。我讀完書，我就會下去打球，抒解一下我的壓力。

今天考完試，明天還有一次考完就沒了，我心裡想一定要考好，沒考好就死定了，以我的以前成績單來看我應該會考得很好。

考了兩天，終於考完了，我可以和朋友去打球了，今天真的是太開心了，因為今天考完，我再打完球，明天就可以放假了，所以我很開心。

彭顯芸 51128 我這樣抒解考試壓力

學校會令人感到緊張又害怕的事情是什麼呢？沒錯，就是眾人想到的「段考」。

為什麼段考會讓人感到緊張又害怕呢？因為當段前一到兩個禮拜前，老師就會出一張張像媽媽罵人時的殺氣考卷，當然，如果我們不好好抒解壓力，一定會被「考焦」疲勞而失常。

「聽音樂」是我抒解考試壓力的方法之一。當我煩躁和想睡覺的時候，我會播放音樂，在音樂「高亢有力」時，搖滾樂團出現在我面前，因而忘記考試壓力，也是說壓力跟隨著興奮混合起來了。

「做拉筋運動」也是我抒解考試壓力之二。當我煩躁和想睡覺的時候，我會坐上我的瑜伽墊，在下午的時候，我丟棄了壓力。大腿內側充滿麻辣感，陣陣叫聲散走，一下子，壓力不見了！

「滑手機開懷」也是我抒解壓力的最後一個方法，當我煩躁和想睡覺的時候，我會拿出手機全神貫注滑，在笑聲開懷下開開心心，心情伴隨著笑聲深深淺淺，這時，滑手機的興奮已經代替考試的壓力了。

「聽音樂、拉筋運動、滑手機開懷」都是我歡的抒解考試壓力的方法，想起之前用的「猛喝飲料」，這三個方法算是聰明多了。其中，室內

的「聽音樂」和「拉筋運動」又比低頭「滑手機開懷」健康。不管怎麼抒壓，都只是暫時而已，我認為抒壓的目的，只單純是讓考試時，更能發揮實力，達到目標，獲得更好的成果。

郭詩佑 51101 我這樣紓解考試壓力

你都是怎樣紓解考試壓力的呢？最近，學校都在段考，這樣不斷的考試，總是讓我感到十分急迫、壓力非常大。然而，除了考試之外，還要擔心分數。所以，我有一些方法來紓解考試壓力。

第一，我會「冥想」，讓自己甚麼事都不要想，讓心情放鬆，就像打坐一樣。

第二，我會「看書」，然而，盡量不要讀課本，因為，就是課本「干擾」了你，所以，我比較推薦讀課外讀物或是報紙和雜誌。

第三，我會「唱歌和聽音樂」，因為，聽音樂可以放鬆，而唱歌也能發洩，真是一箭雙雕、兩全其美啊！

段考、考試的那一段時間，我是用上述那些作法做的，因為那些動作平常就是我的興趣呢！

劉秉澤 51102 養烏龜

我想，大家對烏龜的刻板印象應該是行動緩慢，不識人間滋味為何物？但是，你們都誤會牠了！

經過我多年專業的觀察，事實上並非如此，牠的速度有如爬蟲界中的高鐵。牠的壽命和食量，都有如神仙一般的厲害，壽命可以高達一百多歲，食量說吃，就能吃；說不吃，就不吃，是不是很厲害吧！

小乖是我們家烏龜的名字，牠是一隻紅耳龜（巴西龜）。牠生長在美國和墨西哥的密西西北河。我有時餵牠高麗菜吃，有時餵牠飼料。當我幫牠換水時，我都會刷刷牠的背，牠就像國王一樣舒舒服服的享受。當我換完水，我就會叫牠回來。但是，很神奇，當我叫牠的名字，牠似乎聽得懂人話，牠會搖搖擺擺的跑過來。因此，牠的外號就叫神奇的小乖。

每天觀察牠的一舉一動，訓練出我的觀察力，大致掌握小乖的習性和嗜好，我們成為最有默契的夥伴。

林宇哲 51103 我這樣抒解考試的壓力

在學校的活動中，我覺得壓力最大的是考試，特別是段考的前幾個禮拜到考試，老師會出各種考卷，讓我們要複習很多東西，讓我們背得很痛苦。這種壓力如果不抒解的話，考試會失常。

「玩電動」是我抒解考試壓力的一種方法。當我唸到很煩躁時，我會玩電動來抒解考試壓力，因為可以專心的一直盯著螢幕，就忘記考試的壓力，當我忘光考試的壓力，我就覺得讀書很好玩

「打球」也是我覺得能紓解考試壓力的方法。當我讀書讀的痛苦時，我便會找同學一起來比賽打球，當比賽時，我就會專心看著球，並忘記考試的壓力，當贏得比賽時我就很開心地跳著，完全忘記考試的壓力。

「玩電動」、「打球」都是我常用來抒解考試壓力的方法，比起我一直苦讀，讀到「拍桌子」洩憤，這幾個方法算是好多了。不管再怎麼抒壓，都是暫時而已，但對我來說「抒壓」是迎接有更好的考試成績。

施銜恩 51104 坦克大戰

坦克車是一種戰爭用的武器，坦克車基本分成五大類，但大家卻不知道分成哪五大類，就讓我來告訴你吧！坦克車分成輕型坦克、中型坦克、重型坦克還有驅逐坦克和自走炮，可是有些人常只記得輕型坦克、中型坦克、重型坦克，卻忘了驅逐坦克和自走炮。

說到分類，不是指坦克「車」有分類，它們的炮管也有分類，炮管是什麼呢？炮管就是一個可以發射子彈的東西，它要安裝在炮塔上，那炮塔是什麼呢？如果你真的不知道，讓我繼續分享吧！坦克炮管有分成普通炮管、基本炮管、中型炮管、粗強炮管、高炮炮管、連發狂炮管，但這個粗強炮管呢？其實很少人使用，因為它非常的重，可能只有KV 1 2可以使用。

坦克車聽起來雖然很有趣，但如果你看到很多的坦克車迎面而來，那你就不會覺得有趣了，你喜歡戰爭嗎？我也不喜歡，所以世界只要和平，坦克就不會出現了。

程錦睿 51105 我這樣抒解考試壓力

在學校各種活動中，我覺得壓力量大的考試，特別是段考前，老師總是準備各種考卷讓我們練習，逼得我們大家都透不過氣。這種壓力如果不抒解的話，會讓人心神不寧，考試也會失常。

<跑步>是我抒解考試壓力的方法。當我煩躁，無法再念下去時，我會和同學一起跑步，在跑步時，我會向前衝，因而忘記考試的壓力，可以說壓力隨著汗水一起從我的身上流失了。

<跳繩>也是我紓解考試壓力的方法，當我煩躁，無法再念下去時，我會拿跳繩來跳，我的壓力就消失不見了。

<打球>也是我抒解考試壓力的方法。當我煩躁，無法再念下去時，我會和同學一起去操場打球，在球場【衝鋒陷陣】時，我只會專心打球，因而忘記壓力。

曾楷勛 51106 蛇類大進擊

科學家將所有的動物分成脊椎動物和無脊椎動物兩大類，又將脊椎動物分成魚類、兩棲類、爬蟲類、鳥類和哺乳類，蛇會出現在臺灣的山上、草叢裡、湖邊和附近的海域。

看見蛇在地上爬和在水裡游來游去的矯捷身影，很難想像在很久以前，牠們原本是有長腳的爬蟲動物，經過長久的演化，才變成現在的樣子。在長相上，牠們苗條的身軀，可以在各種大大小小的洞裡爬來爬去，也可以減少在水中游泳的阻力。

屬於變溫動物的蛇，在天氣冷的時候需要曬太陽來維持體溫，到了冬天的時候，大部份的就會開始冬眠，所以在冬天的時候，在野外很少會看到蛇。

不同的蛇有不同的感應功能，這些感應的東西也不一樣，例如：前方的物體氣味、現在的氣溫等，蛇用來感應四周環境的器官有兩個，一個是舌頭，另一個是位在鼻孔後面的氣孔，因為蛇的視力很差，所以只能靠這些氣官來獵食。

蛇常出現在深山或草叢裡，所以有時候去爬山，難免會看到蛇，如果看到蛇的話，只要不理牠，然後慢慢的離開就好了，不要去傷害牠，因為牠有可能會反擊你，有些蛇也被列為保育類動物，所以在野外看到蛇，千萬不要傷害牠。

黃品郡 51107 我這樣紓解考試壓力

在學校各種活動中，我覺得壓力最大的是考試，特別是大考前，老師總是準備各式各樣的考題給我們練習，逼得我們喘不過氣，這種壓力如果不紓解的話，會讓人心態炸裂，考試也不順利。

打籃球是我紓解考試壓力的方法，當我煩躁到無法再看下去的時候，我會和朋友去打球，因而忘了考試的壓力，可以說考試壓力隨著風，一起從我身上飄閃走了。

騎腳踏車也是我紓解考試壓力的方法之一，當我無法再唸下去時，我會騎腳踏車在自行車步道狂奔，一陣陣的汗水從我身上流出，這時，我的考試壓力也隨之消失在汗水之中。

當我考前有壓力時，我會去做一些我喜歡的事，來紓解我考前的壓力。

陳冠熏 51108 舌尖上的滋味

有一次期考，成績大躍進，爸爸媽媽的獎勵也有天壤之別的差异，因為這次數學考試，我得了特別的分數，所以爸爸就帶我們全家去貴族世家吃牛排。

但我拿手的英文沒有考好，所以心情不太好，彷彿手上有傷口。其實那天，因為一看到牛排就像是醫生把我傷口的一針一線的縫合好。心情也變好了。這是我第一次吃牛排，所以有些不知所措，它嘩嘩波波的聲音讓我感到害怕，但它的香味讓我食指大動，垂涎三尺。爸爸說：只要是男子漢就要吃五分熟的，帶一點血的牛排。當我一口咬下，肉汁噴散在我的口中，那個美味的口感真的是難以描述，再上汽水是真可說是天生一對。牛排的香味瀰漫在空氣中，整個牛排店都是這美好的味道，我聚精會神地吃了起牛排，因為太好吃了所以大家都鴉雀無聲，咻一下就吃完了，我們就心滿意足的回家。

回家後天色已暗，天空一片萬籟俱寂，但那牛排店帶給我們的美味，讓我心開怒放，感到心中暖洋洋地。這次我知道牛排的好吃，謝謝爸爸媽媽讓我有機會吃到牛排。

面對美食

什麼是美食呢?你對美食有甚麼看法?你又如面對這一些美食?在手機上的 APP 裡一定會有你和美食的合照吧?但，你知道，當你在大口大口的消滅它們時，你會把自己變得越來越「可愛」嗎?

四年級前我常常在面對美食，到了暑假更是美食的季節，不只台灣的料理，父母還會帶全家出國享受變「可愛」的滋味，直到有一天我站上體重機，看到可怕的數字，三十七、三十八、三十九，不！我竟然有四十公斤，我才四年級呢！

現在的我，早已不太會去和美食面對面了，只會在重要的場合才會吃一些，但在朋友的生日派對時，如果玩瘋了就會先吃再說。

雖然我已經瘦身半年了可怕的數字卻沒有改變，真希望有人會發明一天瘦三公斤的瘦身法，讓我可以不用在忍了。

李宇弘 51110 藍鯨大作戰

科學家將鯨豚分成齒鯨和鬚鯨兩大類，藍鯨是屬於鬚鯨類，牠們都分布在南極，等時機在回到溫暖的地方。小藍鯨生出來後差不多一歲的時候就可以獨立生活。

看到藍鯨跟海豚一樣皮膚下方有厚厚的脂肪可以保持身體的溫暖。大約在五千萬年前，牠們是陸地上哺乳動物，接著一直演化到現在是在海鬚鯨類。

藍鯨因為皮膚下有厚厚脂肪，所以就算在南極，也看得到藍鯨，從溫暖的地方游回來時，藍鯨只會吃南極蝦。

藍鯨在吃南極蝦的時候會吞進大量的海水後，會將海水排出。藍鯨的背鰭小，只有在下潛的過程中短暫可見。背鰭大概在身體的四分之三的地方，它們的形狀則因藍鯨的個體而有所不同。有些個體僅有一個剛好可辨識的隆起而已，但是其他的個體則可能擁有明顯的鐮型背鰭。

捕鯨人一直殺掉鯨魚，然後從鯨魚肉提煉油，希望不要過度捕殺，我們才能看到可愛的藍鯨。

臺北市立明湖國小 五年級 11 班 11 號 姓名：吳承鴻

作文題目：面對美食時

台灣是一座美食小島，島上面有來自世界各地的美食。有的甜、有的鹹、有的辣，各種口味應有盡有，雖然美食很好吃，但吃太多也不好，可能會引起一些可怕的疾病，例如：肥胖、心血管阻塞等等……。

當我第一次體重測出過重時，我非常的驚訝，從那一刻開始，我就決定要減肥，我假日每次都出去運動，就這樣持續好久好久。

有一次，爸爸帶我們去吃牛排，牛排彷彿是我的減肥之路上的大魔王，接下來牛排上桌了，就是要和魔王交戰的時刻，牛排在鐵板上發出「叭擦、叭擦」的聲音，好像牛排精靈在鐵板上跳舞，似乎在對我說：「快把我吃掉吧，快把我吃掉吧」，結果我還我還是擋不住牛排精靈的呼喚，把牛排吃掉了。

雖然這次減肥失敗了，但我學到了許多寶貴的經驗。比如說：面對魔王時，應該有堅持打敗魔王的心，要堅持下去，這樣才可以戰勝魔王。如果下次還有機會的話，我一定會再接受挑戰，嚐到美味的勝利的果實。

台灣是一座美麗又充滿美食的小島，令人愛她、又敬畏她，有趣又回味無窮。

林彥良 51112 貓咪觀察記

在一個假日中，我偶然經過一個寵物店，看到非常可愛的貓咪。

我想要了解它的歷史。

貓的演化可以追溯至新生代第三紀古新世演化出肉齒類，肉齒類動物為所以現代食肉目動物的共同演化祖先。肉齒類動物軀體長，四肢短，足有爪，有四十四顆牙，大腦不發達。在始新世時，肉齒類衰弱，取而代之的物種是較進代物種小古貓，小古貓是現代有陸棲食肉動物的演代祖先，棲息在森林中，大腦比肉齒類發達，捕食效率高。

我覺得貓咪很可愛，希望大家愛護牠取代遺棄。

崔諾豪 51113 給小學畢業的我

給小學畢業的我

兩年後的我：

你好，我是五年十一班的崔諾豪，現在過著既忙碌又充實的生活，我每天都很開心。在學校可以和同學談天說地，能向博學多聞的老師學習新知；回到家，可以和家人共進香噴噴的晚餐，一同分享學校的趣事；週未能和三五好友到明湖國小做喜愛的運動，和家人到效外踏青，或和姐姐欣賞一場能讓身心放鬆的電影，不知道你的生活是否和我一樣精采呢？你的心情是否和我一樣快樂呢？

我希望國中階段時，自己能考進校排前五十名，以奠定自己的學業基礎，未來能順利考上理想的高中、大學。「知己知彼，百戰百勝」，我曉得自己目前最弱的科目是「國語」，希望自己在國小高年級的求學生涯中，能儘快提升關於這方面的能力。此外，由於現在的課業不少，期許自己能妥善的做好時間管理，以達事半功倍的效果。擁有健康的身體，未來才有充足的體力應付求學階段的衝刺，因此，期望自己能有更好的體能。

「勤能補拙」，從現在起，我將更加用功讀書，活用師長所教導的知識，並充實課外新知，增加閱讀量，經常練習寫作，「一步一腳印」的建立文學基礎。「休息，是為了走更長遠的路」，我要學習安排

自己的時間，提升學習效率，讓自己睡眠充足，使上課更加專注，這是環環相扣需要立即改善的問題。除此，我也得利用課餘時間多運動，加強自己的體能，讓自己的體重能儘早符合標準，使身體更健康。

「昨日種種，譬如昨日死；今日種種，譬如今日生」，正視自己許多不良的習慣有待改進，例如：有時沒吃早餐、不自覺的會揉眼睛等，自己將一一對症下藥去改善。對於未來的期許，或許在執行「實現計畫」的過程中會非常辛苦，但我相信「天下無難事，只怕有心人」，凡事努力和堅持，一定能達成期望，讓爸媽早日放寬心。

祝

夢想成真，健康快樂

崔諾豪上

二〇二〇年三月二十六日

蕭仲軒 51114 我這樣抒解考試壓力

在學校各種活動中，我壓力最大的就是考試，特別是期末考前，老師會準備各種考卷讓我們練習，逼得我們喘不過氣。這個壓力如果不抒解的話，會讓人心煩意亂。

「跑步」是我抒解考試壓力的方法。當我煩躁，無法再念下去時，我會和姐姐一起去跑步，在操場上有如「飛毛腿」一般，我只專心的看著跑道因此忘記考試的壓力，可說是壓力隨著我的汗水一起流失了。

「散步」也是我抒解考試壓力的方式，當我煩躁，無法再念下去時，我會和媽媽一起去散步，在馬路上有如「閃電」一般，我只專心看著馬路，因此忘記考試的壓力，可以說是壓力隨著我的汗水一起流失了。

「打怪」也是我抒解考試的方法。當我煩躁無法再念下去時，我會拿出手機專心打怪，在聲光的刺激下打怪，心情隨著打怪分數的高低而起起伏伏，此時，打怪的緊張早已替代考試的壓力了。

跑步、散步和打怪都是我常用的抒解考試壓力的方法，比起我最早的猛吃零食，這三個方法算是健康多了。其中戶外的跑步和散步又比室內的打怪來得健康。不管怎麼抒壓，都只是暫時而已，我認為抒壓的目的，是為了能有更佳的狀況迎考試。

沈芳伊 51117 我這樣抒解考試壓力

在學校中，壓力最大的就是考試，尤其期中考或期末考時，老師們不停的出卷給我們寫，就像一座牆，把我們關在教室中，讓我們一直寫考卷，考卷好像永遠寫不完。如果不好好抒解一下壓力的話，我可能會心神不寧，考試也會失常。

「打羽毛球」是我抒解壓力的方法。當我覺得無法繼續念下去時，我就會和朋友一起去打羽毛球，當在場專心的看著那顆球，我就會忘記考試的壓力，可說是，壓力跟著球一起飛走了。

「搖呼拉圈」也是我抒解壓力的方法。當覺得無法繼續念下去時，我就會去搖呼拉圈，當我努力的想能不能打破新記錄時，一陣陣涼風吹來，壓力彷彿跟著風飄走了！

「看電視」也是我抒解壓力的方法。當我讀到快要睡著時，我就會去看卡通，我放聲大笑的同時，壓力就被我趕跑了。

「打羽毛球」、「搖呼拉圈」和「看電視」都是我平常抒解壓力的方法，比起最早的「吃零食」還健康了。其中「打羽毛球」和「搖呼拉圈」，比在家中的「看電視」還要更健康。不管怎麼抒壓，都是暫時的，抒壓的目的是為了能更努力的複習。