

六月二十三日

24 周子政

健康飲食 (水果)

荔枝是我在夏天常吃的水果。



荔枝的外表紅紅的，小小的，圓圓的一顆。剝了皮，它的肉是半透明的，滑滑的，卻有一顆核在中間。它的皮不光滑，會刺手。它的果肉清甜多汁，香味清新的獨特，我很喜歡。

荔枝的營養價值很高，它含豐富的維生素C、蛋白質、

脂肪和果酸。它能夠促進血液循環，也可以令皮膚更光滑。

荔枝含有維生素和蛋白質，更有助增強免疫力。

為了飲食健康，我更要常常吃我喜歡的荔枝。

你的介紹十分詳細啊！

六月二十三日

624 我很堅強

我假日的時候，我和爸爸乘

巴士到觀塘玩滑板車。我因為

太興奮，踩得過快，一不小心跌

倒了，膝蓋受傷了。但是我沒

有哭鬧，反而勇敢地站了起來

，爸爸都說我是一個堅強的男

孩子。

老師也覺得你十分勇敢
和堅強，即使受傷了，
但你能堅強面對。☺

六月二十五日

功 羅嘉明

堅毅的人

我是一個堅毅勇敢的人。
雖然我這次的考試成績很
差，但是我不怕失敗，會再次
努力，記住這次的教訓。三年
級考試的時候，不會再粗心大
意，要認真看清楚題目，仔細
檢查清楚，看一看有沒有做得
不好的地方，需要再改過。
經過這次的失敗後，我會
加倍努力溫習，希望下次可以

取得更好的成績。

對！你只欠了一份沉穩，
如能定下心來，成績當有突破



功