

A decorative border of colorful butterfly icons surrounds the text. The butterflies are in various colors including red, blue, yellow, and green, and are arranged in a repeating pattern along the top, bottom, and sides of the page.

課外活動介紹

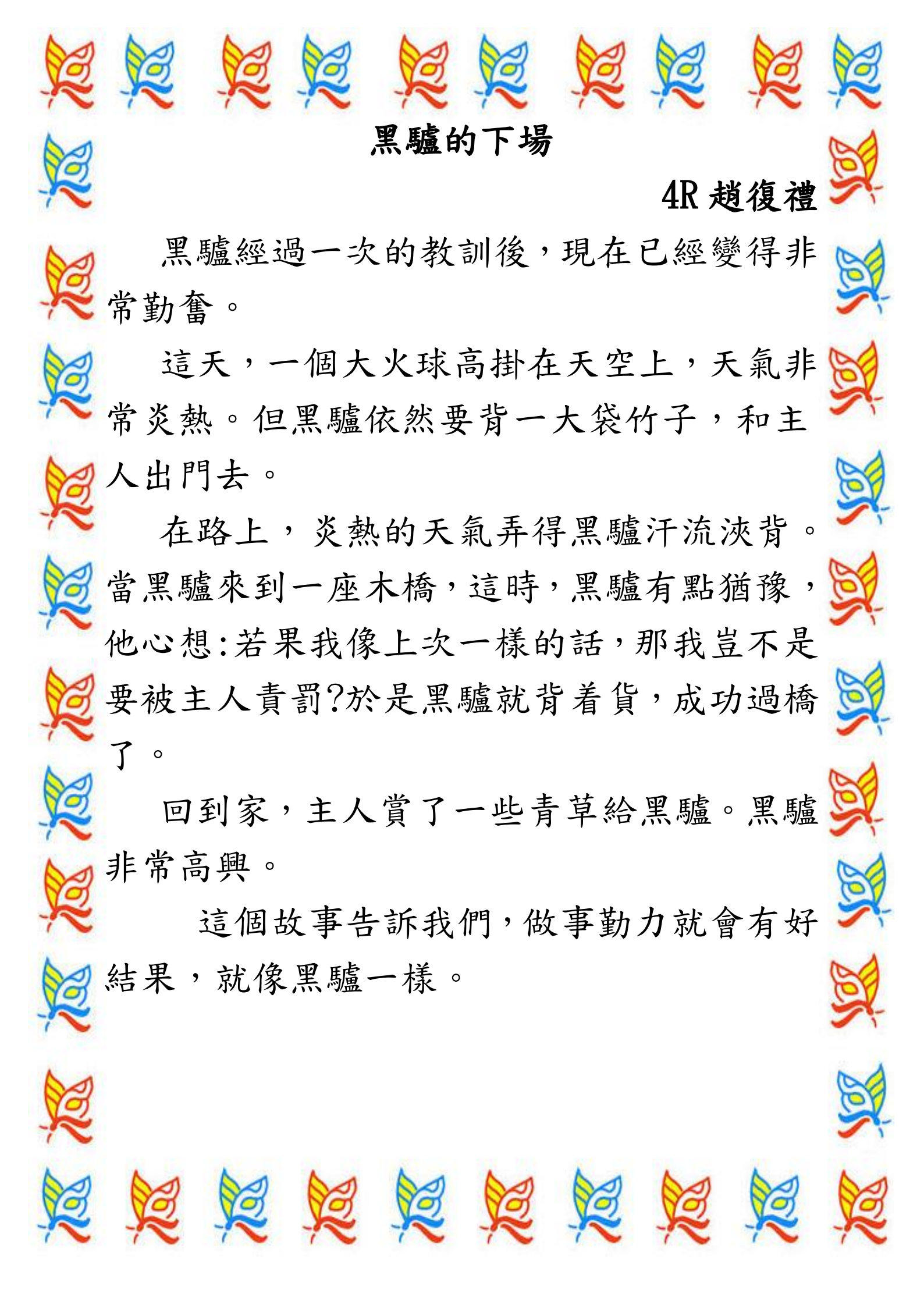
4R 高文熙

大家好!今天我會介紹一種課外活動—體操。

體操有很多動作，有側手翻、前滾翻、後滾翻、一字馬等等。多做這些運動有很多好處，既可以增加身體的柔軟度，令肌肉結實，又可以訓練平衡力。

體操運動不但可以培養孩子的體育精神，更可以培養刻苦耐勞的堅毅態度。如果你做的動作失敗，就要不斷努力地嘗試，才可以達致成功。所以常常要以「失敗乃成功之母」一句來自我勉勵。

我希望大家都會喜歡體操這項課外活動。如果你參加了體操隊，又能做好各項動作，更可以挑戰自己參加比賽呢!

A decorative border of colorful butterfly icons surrounds the text. The butterflies are in various colors including red, blue, yellow, and green, and are arranged in a repeating pattern along the top, bottom, and sides of the page.

黑驢的下場

4R 趙復禮

黑驢經過一次的教訓後，現在已經變得非常勤奮。

這天，一個大火球高掛在天空上，天氣非常炎熱。但黑驢依然要背一大袋竹子，和主人出門去。

在路上，炎熱的天氣弄得黑驢汗流浹背。當黑驢來到一座木橋，這時，黑驢有點猶豫，他心想：若果我像上次一樣的話，那我豈不是要被主人責罰？於是黑驢就背着貨，成功過橋了。

回到家，主人賞了一些青草給黑驢。黑驢非常高興。

這個故事告訴我們，做事勤力就會有好結果，就像黑驢一樣。