☆☆☆☆ 6B(~~18~~)王卓昇 (17)

《自學樂繽紛》暑其月任矛務

1. 暑假其期間的見聞　　5B(18) 王卓昇

當我看完一則介紹紅頰黑猿的影片後，令我回想起在暑假中和妹妹媽媽還有表弟一家到香港動植物公園參觀時的情景和經歷。

在去動植物公園當天，我們一起到將軍澳的一間中國餐廳吃刀削麵，它是山西省特色傳統麵食，為「中國十大麵條」之一，具有歷史價值。它的口感彈牙，質地爽滑，簡直就是天堂裡的美食！吃完豐富的午餐後，我們便乘巴士到中環。

到達中環後，我們先後乘搭了兩個如巨蛇般長的扶手電梯，再過了一條馬路，便到了途經的公園——香港公園。我們在公園的石碑前合照後，拐了一個彎，就看見一個被水流覆蓋的庭院。水流就像瀑布一樣，不斷急速地湧下來，形成一個「水流窗簾」。表弟看到後，覺得十分新奇，便嚷着要和我們進去看個究竟。進去後，地上全都是水，如同一場小小的水浸，淘氣的表弟高興得跳來跳去，水花四濺，弄得我們的腳全都濕透了！

抹乾了腳後，我們便繼續出發前往動植物公園。過了一會兒，我們便到了公園裏的人工湖，那裏有一道飛流直下的瀑布和一座西式拱橋，還有很多烏龜呢！我們在這裏打打卡後，便到設有沙池的遊樂場玩一會兒，然後繼續出發。

經過半小時的步程後，我們終於抵達動植物公園。首先映入眼簾的是華人紀念碑，它是紀念

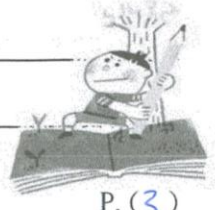
在兩次世界大戰殉難的華人。我們照著紀念碑的方向走，走著走著，看看四周，忽然一棵型狀奇特的植物吸引了我們，表弟一開始以為它是一隻小怪物，但我湊過頭去看那個怪物的自我說明牌後，才知道它名叫龍吐珠。它開花時，深紅色花冠從白色花萼中伸出，因雌蕊心和花柱較長，所以像一條含著珍珠的游龍，故名「龍吐珠」。往亭邊看，那邊的花羣更是色彩繽紛，包括有紫薇、楊梅葉大清、翠蘆莉等，我認為最漂亮的花朵，莫過於楊梅葉大清。它和龍吐珠一樣，都屬於馬鞭草科。因它那五朵花瓣只有其中一塊是藍色的，其餘都是白色的，猶如一隻藍色白的蝴蝶在扁羽扁羽起舞，所以又名「藍蝴蝶」。

不知不覺，我們便到了一個觀鳥區，那裏有各式各樣的雀鳥，例如有笑翠鳥、黑冠椎鳥、紅嘴鳥等，多不勝數。在這片鳥語花香的環境中，最吸引我的是一隻黃蓋屏鳥。牠的主要體毛呈深棕色，翅尖及尾羽為白色，並有黑色寬條紋。牠的頭部前方有果頁骨質化的頭骨，如頭盔般堅硬，是用來高效擊打樹幹和捕食小蟲的最佳工具。那隻黃蓋屏鳥飛到籠邊的枯樹枝，不停地叫囂，像是在向我們求救，要把牠釋放出來。可惜的是，我們無能為力，唏噓！

看完千姿百態的鳥類後，我們便到小哺乳類動物的展覽區去。那裏有很多特別的猴子，包括有常常紅著臉的紅頭黑猿、像浣熊又像狐狸的環尾狐猴等等。我覺得最特別的是合趾猿。因為牠兩隻手的兩隻手指都是黏在一起的，因此得名。牠的猴窠是一個喉

袋，可以膨脹到和頭部般大，它可以令合趾猿發出響亮的叫聲，以宣示牠的存在及領域，據說遠至一公里外也可以聽到呢！還有的是，牠是沒有尾巴的！不過，這種奇特的動物現屬瀕危物種，希望牠不要絕種，得以生存下來吧！就在我看得入神之際，妹妹突然大叫：「哇！好厲害呀！」我立刻回頭一看，原來是兩隻擁有白色臉兒的猴子在籠中利用粗木枝盪來盪去，十分敏捷。牠叫做白面僧面猴，因為牠四肢靈活，行動迅速，而且常在林中快速「穿梭」，所以又稱「飛猴」。再向前行一會兒，又有一隻像浣熊的生物在樹枝和籠邊間不停地跳來跳去，敏捷得很。牠名叫環尾狐猴，牠的特徵和狐狸相似，而且牠的尾巴由黑白相間的圓環組成，因而得名。牠的後肢比前肢更長亦更強壯，可以容易進行跳躍及攀爬等動作。正因如此，所以環尾狐猴的彈跳力驚人，最長可遠達九米，簡直就是「跳遠高手」。參觀完後，我們就到飛行鳥區逛逛。直到黃昏，我們便帶著依依不捨的心情離開了。

那天真的很充實啊！既品嘗到美味的刀削麵，又可以到香港公園和香港動植物公園參觀，更學習到很多關於生物的知識和保護生物的重要性。希望下次還有機會可以親親大自然吧！



5B(15)王卓昇 一	二	三	四	五	六	日
Swimming 7:00–8:00 p.m.	Running lesson 10:30 a.m.–12:30 p.m.	Piano lesson 8:00–9:00 p.m.	Running lesson 10:30 a.m.–12:30 p.m.	Practice piano 45 min	Dodgebee training 2:00–4:00 p.m.	Play Badminton 9:00–11:00 a.m.
Practice flute 30 min	Flute lesson 2:30–3:15 p.m.	Practice Flute 30 min	Practice Flute 30 min	Practice Flute 30 min	Play Badminton 9:00–11:00 a.m.	Running lesson 4:00–6:00 p.m.
Practice piano 45 min	Practice Piano 45 min	Play Table tennis 1 hour	Practice Piano 45 min	Practice Flute with piano (Exam Song) 30 min	Practice Piano 45 min	Practice Flute 30 min
Reading 30 min	Reading 30 min	Reading 30 min	Theory lesson 1 hour	Play table tennis 1 hour	Practice Flute 30 min	Theory homework + revision 1 hour+30 min
Play time 30 min	Play table tennis 1 hour	Play time 30 min	Reading 30 min	Reading 30 min	Theory homework + revision 1 hour+30 min	Practice piano 45 min
online homework 30 min	Play time 30 min	Theory homework + revision 1 hour+30 min	Play time 30 min	Play time 30 min	Play time 30 min	Play time 30 min
Music Theory lesson 1 hour	Theory homework + revision 1 hour+30 min	Homework 30 min	Online homework 30 min	Homework 30 min	Reading 30 min	Reading 30 min

《自學樂繽紛》暑期任務

2. 暑假自學時間表　　5B(18)王卓昇

想在暑假過得充實?當然要有一個時間表。我就自己製作了一個自學時間表,令生活過得井然,既可以學習,又可以放鬆,一舉兩得。

上年暑假因疫情而變得又短又亂,完全沒有規劃。雖然我曾設立了幾個目標,但是沒有自學時間表的幫助,加上光陰似箭,所以那幾個目標都沒有達成,白白浪費了整個暑假。正因如此,我決定要好好運用這個暑假,把握時間去裝備自己並且達成所有目標,於是我便設計了一個自學時間表。

在體育方面,為了充分準備接下來的田徑比賽以及令自己的身體更強壯,我參加了暑期田徑訓練班,每逢星期一四到小西灣運動場接受兩小時的訓練。同時,我也參加了田徑加操班,逢星期日到小西灣練習兩小時。但單靠田徑訓練是不夠的,所以我每天都有額外的運動(除星期四外),包括在星期一有一小時練習游泳,逢星期二三五打乒乓球一小時,於星期六日打羽毛球兩小時和星期六接受躲避盤港隊訓練兩小時。這樣的安排可以提升我各方面的能力以增強我各項運動的實力。

除了體育外,我還在音樂方面訂立了三個目標,就是考長笛三級、鋼琴四級和樂理五級。為了拿到優異的成績,我每逢星期二上45分鐘長笛課,在星期三上1小時鋼琴課及於星期一四上一小時五級樂理課。為了預備得更加全

面，我每逢週三至一練習長笛半小時，於週四至二練習鋼琴45分鐘及在星期二三六做樂理功課1小時和溫習樂理半小時。另外，因為我的長笛考試歌是需要用鋼琴來伴奏的，所以在星期五有額外30分鐘去和鋼琴老師「合奏」。我認為要常常練習，才會熟能生巧，有所進步，畢竟學習音樂是不容易的，而且音樂的各項技巧是需要長時間練習才能變得純熟，所以我安排了很多時間去練習樂器及溫習樂理。

此外，我在放鬆和做功課及閱讀方面，都有適當的安排。我每天都有30分鐘的遊戲時間和閱讀時間，既可以放鬆一下，又可以增長課外知識。我覺得在兩者取得平衡是很重要的。因為過度閱讀會令眼睛受損，增加患上眼疾的風險。而過度遊戲就會令人樂而忘返，導致無法專注做別的事情。在功課部分，我會將它分為兩類，分別是網上和實體。在網上方面，我會在星期一四完成，每次半小時。實體方面，我安排了在星期三五做的，每次都是半小時。我認為這樣的安排，才能達到「雙贏」的效果。如果花了太多時間在任何一方，另一方就可能不夠時間做，而無法在限期前繳交呢！

總結來說，這個暑期自學時間表令我的暑假變得多元化，無論在體育、音樂或是在知識上，都獲益良多。接下來的假期，我也會繼續設計自學時間表，好好把握每一個學習機會，珍惜每一分每一秒，去裝備自己，成為一個有用的人。

3.一種新技能

5B(18)王卓昇

在這個暑假，我學到了一個新技能，它就是還原扭計骰。

一開始帶動我去學玩扭計骰的人，是我的一位朋友。他很會玩扭計骰，一有空餘時間，便氣出來玩。我們在一起時，他也時常叫我幫他出題，然後給他還原。看到他對扭計骰那麼熱情，又見到四周總有人會玩，不禁便有了好奇心，想學玩扭計骰。

其實我早在上年聖誕節便買了一個扭計骰，剛在Youtube上學了幾個步驟，便開始覺得困難，結果就卡了在一個步驟。雖然我已很努力去看多幾遍和嘗試，但還是不明白個中原理，而且恰好快要考試，所以便將它閣在一旁，沒有理會它。

直到暑假的其中一天，我在街上看見一個小男孩正在玩扭計骰，而且很快便可以還原好，這令我心想：既然一個比自己小的男孩都懂得怎樣還原，自己不是也可以嗎？於是回到家後，我立即回家拿出已被荒廢多時的扭計骰，重生再研究一番。結合之前和現在所學的知識，終於跨過了之前那個步驟難關。雖然解決了之前的問題，但後面的步驟更是難上加難，如同恐怖的惡魔。不過我已下定了決心，絕不能放棄，一定要堅持不懈。果然，皇天不負有心人，經過多番嘗試後，我終於解開了扭計骰這道「加鎖」，頓時感動得淚流滿面，因為這是我「刻苦」嘗試的成果，滿足感和成功感者阿爆棚！

此事過後，我不想就此作罷，一了白了，因為在扭計骰的世界裏，有很多東西等着我去發掘，例如一些公式和巧妙之處。因此，我會繼續研究它。

直到現在，我還在嘗試中呢！

5B(18)王卓昇

我仲有附加影片可以去GC欣賞!