

謝老師中文教室
中文寫作班

題目：試以「我站在頒獎台上，臉上不禁流下喜悅的淚水。」為首句，續寫這篇文章，記述你參加一次田徑比賽的經歷，並抒發你的感受。

- 圈出題目中的關鍵詞／句

題目重點	文章需要提及的內容
田徑比賽 經歷	長跑 / 短跑 / 跨欄 / 跳高 / 跳遠 訓練 → 比賽當天 → 得獎
感受	喜極而泣、激動

★ 佳詞加油站

摩拳擦掌 熱火朝天 如火如荼 不甘落後 遙遙領先
一馬當先 人聲鼎沸 不相上下 揮汗如雨 汗流浹背
奮起直追 胸有成竹 名落孫山 吐氣揚眉 掌聲雷動

↪ 一雪前恥 ↪



佳作共賞

倒敘

①我站在頒獎台上，臉上不禁流下喜悅的淚水。回想起三個月前為了這次比賽，我付出了無數努力與汗水，現在嘗到這勝利的甘甜果實，心中激動得難以言語。心情

②三個月前，芭蕾舞老師安排我參加比賽。我起初心裡十分忐忑，猶豫不決，不知是否真的要參賽。但在張老師溫柔的鼓勵下，我最終還是決定嘗試挑戰自己，報名參加比賽。

③為了預備好自己，我一改自己賴床的習慣，每天聞雞起舞，早早就起床練習。我反覆練習各種基本步法和姿態，一次又一次重複，即使雙腳感到酸痛也未曾懈怠，直到筋疲力盡。許多次練習到一半，雙腳酸痛難忍，我差點想半途而廢。但我暗暗對自己喊話：你不能停！你不能停！你不能讓自己的心血白費！

反復

④比賽當天，我心跳如鼓地走上舞台。我默默地回想起自己的練習，徐徐地揚起輕盈的舞姿。正當我沉醉在音樂之中，右腿突然傳來劇痛，就像有無數個小人在我的腿上敲上釘子似的。我的額角冒出豆大的冷汗，背上的汗水幾乎要把整個人都浸濕。然而，我腳下的舞步卻沒有一絲遲疑，我咬緊牙關繼續旋轉起舞。最後幾個動作時，我的雙腿就像火燒般灼痛——終於，一曲奏畢，演出完結。我裝作泰然自若，竭力控制仍在發抖的雙腳，向台下鞠了一躬後就退回後台。

生動

⑤宣讀賽果了！當我聽到自己的名字時，我仍然難以置信。我站上頒獎台，感動又喜悅的淚水如瀑布般落下。這次勝利讓我明白，只有願意堅持到底，不屈不撓的人，才能發光發熱。

首尾呼應

心中似是打翻了五味瓶似的



● 點題

▶ 我站在頒獎台上，臉上不禁流下喜悅的淚水。(首句)

● 由回憶牽引至情感

▶ 想起……(回憶)，心中……(感受)。

百感交集 感慨萬千 心潮澎湃

二

● 交代背景資料 六何法

- ▶ 為何參賽、參加甚麼比賽、
- ▶ 相關的時、人、地、事

心情如何

別人如何鼓勵你

→ ✓ 運動會

✓ 校際

✓ 公開比賽

例：兩個月前，我報名參加了學校的田徑比賽。

三

● 交代預備訓練過程

- ▶ 練習次數？有多刻苦？
- ▶ 你的心路歷程？有想過要放棄嗎？

★ 心理描寫

過程有多麼

艱辛？

受傷？

我暗自想：

▶ 為了這次比賽，我可說是鼓足幹勁，一絲一毫也不敢懈怠。

掙扎

四

● 交代比賽當天發生的事情

內容構思 → 五感描寫

1. 同班同學們的歡呼聲震耳欲聾，大大鼓舞了我。
2. 啦啦隊員賣力地表演，連頭髮亂了也絲毫不在意，只為在場運動員打氣。
3.

重
力
作
十
修
辭

● 只需要寫印象深刻的事情 (參賽)

- ▶ 賽前有發生甚麼事嗎？
- ▶ 比賽期間有發生甚麼事嗎？
危機？
受傷？
難忘？

▶ 光陰似箭，時光飛逝，轉瞬間就到了比賽當天。

五

● 結果如何？

摘下桂冠 揚眉吐氣

● 感受如何？ (點題)

▶ 勝出的滋味如何？

文章昇華：今次經歷給了你甚麼啟發？

天下無難事，只怕有心人。

喜悅的淚水

400-450字

姓名 _____ 分數： _____ /100

題目 一次田徑比賽的經歷

內容	表達	結構	字體與標點
/40	/30	/20	/10

#1

我站在頒獎台上，……

◁ 點題

#2

☆ 六何法

#3

◁ 練習

◁ 心理描寫

