

1D 黃琛瑤 《永不放棄·學會欣賞》

當我收拾雜物時，在床底找出一個舊紙箱。裏面的是我從小到大獲得的獎杯和獎牌，其中有一個獎牌引起了我的注意，它是我三年級學校陸運會中獲得的班際接力銅牌。

還記得那一次是我第一次參加班際接力的比賽，也是我最難忘的一次，直到現在還令我歷歷在目。事情發生在陸運會之前一個星期，老師叫我們報名參加陸運會。當時我只報名了一項跳遠的比賽，之後有幾個同學邀請我參加班際接力，一開始我是拒絕的，因為我深知我運動不好，不想連累同學，但後來我的家人和朋友一心也鼓勵我，於是我便決定參加了。

接着數天，我都去練跑。到了陸運會那天，要比賽了，我肚子痛得很，心裏卻有把聲音叫我堅持下去。結果我跑了一半，已經沒有力氣再跑下去，但看着其他班的同學陸續超前，我不得不重新振作急起直追，也不顧身體有沒有力氣了。最後，我們班拿了第三名，當我回到看台時，我以爲他們都會埋怨我，但他們沒有，我得到的是無數的安慰，有的還給我一個貼心的擁抱，令我感動極了！

經過了這次比賽，我對班上的事更投入、積極了很多。而且我從同學身上學會了包容，當身邊的人遇到挫敗時，我們不應冷嘲熱諷，而是要去安慰他們，雪中送炭，就好像那時候同學們待我一樣。另外，我也學會了堅持不放棄，相信自己一定能夠跨過那些困難。我也很慶幸自己沒有放棄完成比賽，不然我也會很後悔。最重要的是，我學會了欣賞別人。那次比賽後，我發現了自己身邊的同學那麼善良，那麼可愛，有那麼吸引的性格，所以懂得欣賞是很重要的。

我永遠也不會忘記在這次比賽中所汲取的經驗，亦會在接下來的日子好好應用。