

9年，班級號
姓名：陳玟羽

彌封處

臺中市立

請從本行開始作答



學生寫作測驗答案紙

5

立意取材

組織結構

遣詞造句

錯別字、格式及標點符號

佳	佳	佳	佳
可	可	可	可
再	再	再	再
加	加	加	加
油	油	油	油

第一頁

成就更好的自己。翻開泛黃的舊相簿，攝影機記錄下了無數個稚嫩的卻帶著傲氣的女孩，閃閃發光的獎杯和熱烈掌聲背後，卻透露出與氣氛違和的淡淡孤獨，彷彿秋天的風，涼爽但也捲起了揮之不去的寂寥。從小我便是一個有著強烈好勝心與企圖心的孩子，為了準備比賽，我願意捨棄所有休閒時間練習，又為奪得獎項，更別提幫助同學，每當同學有問題詞問我時，我總冷漠的拒絕，兒時的我高高在上，認為協助他人是既浪費時間又毫無報酬的行為，因此，我的身邊總是孤單一人。但在一次排球發球的考試中，我始終抓不到把球發過的要領，可以請妳教我嗎？我嘗試請教了一位同學，但她卻刻意忽視了我，剎那間我意識到了自己與同儕之間的疏離，以及沒有人願意出手幫忙的無助感，就像掉入了漩渦般令人絕望。事情過後，我開始省思了自己以往所做所為，試著站在他人的角度思考，人人都有需要被支持，被援助的時候，我下定決心改變自己。雖然過程十分不容易，但我願意一點一滴從小細節開始努力，從協助同學搬重物，到後來能站在全班同學面前分享解題技巧，在這個過程中，我驚喜的發現了分享與助人，竟是如此愉悅的事情，不但能增進人

若未完成作答，請翻面繼續作答

際關係，更能使心靈變得充實，成就了更好的自己
、更好的他人。

「天下盡知取之為取，而不知予之為取。」從
前的我只知利己，但在開始幫助他人之後，我感受
到有限的生命頓時變得無限寬廣；在學習分享所學
之後，我對原本瞭解的事物更加清楚，也在其中交
流到不同的想法；與人溝通更培養了我良好的人際
關係，使我能更圓滑的處理衝突。原來成就他人，
也是成就更好的自己。

9年1班2號
姓名：卓可婕

彌封處

臺中市立

請從本行開始作答



6

立意取材	佳	佳	佳	佳
組織結構	佳	佳	佳	佳
遣詞造句	佳	佳	佳	佳
錯別字、格式及標點符號	佳	佳	佳	佳
	可	可	可	可
	再加油	再加油	再加油	再加油

學生寫作測驗答案紙

第一頁

旅

尤

成就更好的自己
青少年，總有許多獨特的思考模式與想法，
其是對於未來的自己及人生規劃，總會想像著自己
的夢想是在未來有多大成就。這現在看似天馬行空
的想法，我也曾幻想。
麼。可一開始毫無目標的茫然讓我不知所措，才剛
想開始努力就碰上難關，曾有幾次都讓我產生想放
棄的念頭。而正當我一籌莫展時，剛好父親規劃了
家庭旅行，我決定藉此看世界的機會，好好探索。
那次家庭旅行因為航班較早，因此早早便到了機場
航廈。提前出境後，我在機場大落地窗前欣賞飛機
起降。那時我看得入迷，航空這件事讓我心中泛起
漣漪，那一刻，我確定了夢想即目標——機師，成
了我努力的方向。
那次旅行回國後，我不再茫然，因為有了明確
指標。從那之後，我時常待在圖書館，翻閱與航空
、機師這類相關的書籍。日復一日，我累積了不少
知識，也常常向家人分享一些航空小知識或解答相
關問題。久而久之，我成了家人口中的「航空小達
人」，得知他人這樣稱呼我時，我驚喜萬分，
也有成就感。
後來上了國中，在生活科技課上的是機械及木

若未完成作答，請翻面繼續作答

工。我非常感興趣，因為與飛機運轉機械及模型有關，所以我非常珍惜每次的上課時間，無不聚精會神。但很快到了期末，課程快結束了，我實在捨不得，於是靠著學來的技巧，用木板邊角料做出了一台小飛機模型。從畫稿設計、切割打磨、上色皆由我一手包辦。過程中，一點一滴累積心得，體會傳說中職人的匠心獨運，收穫良多，心中的成就感不斷累積，感受愈發深刻。

做

回頭看，堅持這個夢想已經好幾年了，過程中也學到頗多，不過我更認為，是從自己身上學得最多，自己探索的知識也好，自己動手完成的紀念也罷，心中的成就感已結成飽滿的果實，不知不覺中我已成就了更好的自己。願在未來能以成就自己為目標，做自己造路者。

臺中市立

請從本行開始作答



學生寫作測驗答案紙

立意取材	佳	佳	佳	佳
組織結構	佳	佳	佳	佳
遣詞造句	佳	佳	佳	佳
錯別字、格式及標點符號	佳	佳	佳	佳
	可	可	可	可
	再加	再加	再加	再加
	加油	加油	加油	加油

成就更好的自己
為了諸多不同的理由，我們往往都希望自己在
各方面變得更好，渴望於事業、學習及人際等面向
有所躍進。然而，理想要成為現實，也是需要經過
一番努力，而要如何成就更好的自己，是件值得深
思的事。

直直

直認為我容易分心

對於現階段的我來說，學業應該是數一數二重
要的，因此我想先從學業部分開始著墨。過往我一
起誘惑而去做其他事，當我回過神，時間早已悄悄
地大把流逝，爾後才懊悔不已，後悔為何不把握彌
足珍貴的時間？針對這個不太優良的習慣，我想先
循序漸進的開始改善，當我又陷入誘惑的泥沼時，
試著告訴自己現在是讀書的時間，不要輕易的分心
去做其他事，同時也要改正自己的讀書狀態，漸漸
減少使用網路做非正事的时间，希望用一步一腳印
的方式逐漸進步。
在學校，除了學習新的知識，與同學的人際關
係亦是相當重要的，所以第二個我想精進的部分即
為人際關係。雖然交友相當重要，但我有時可能會
因為未經周全思考的言語，而傷害了同學，甚至無
形中也損害了友情。對於這件事，我希望未來在說
出每一句話前，都要先經由大腦審慎思考過是否合

若未完成作答，請翻面繼續作答

宜，在對的時間、對的地點對對的人講對的話是件重要的事，除此之外，平時也積極維持每一段特別的友情，相信於未來定能有所助益。

其實除了這兩件事，生命中許許更多的事情都可以有更進步的空間，但前提是努力且認真的對待每一件事，盡力成就更好的自己，讓生命更加美麗和特別。

「試著將每個今天變作更好的昨天，將每個明天變作更好的今天」，改變看似十分遙遠困難，但只要每天投入一點努力，聚沙成塔，終有一天會有所成果，相信自己而成就更好的自己，使往後的人生路走的更加獨特，活出一個不一般的人生。

楊
10/14

9年9班號
姓名：李翹瑤

彌封處

臺中市立大甲

請從本行開始作答

做做蹟蹟已已

第一頁



分數

6

立意取材	佳	佳	佳	佳
組織結構	佳	佳	佳	佳
遣詞造句	佳	佳	佳	佳
錯別字、格式及標點符號	佳	佳	佳	佳
再加油	可	可	可	可
再加油	可	可	可	可
再加油	可	可	可	可
再加油	可	可	可	可

成就更好的自己

在這個世界上有許多偉大的人，有的開發了重

要機器而成名；有的救人無數而得到認可，身為一

個只是「小大人」的國三生，雖無法做出影響全球

的事蹟，但我可以付出自己小小的努力。對我來說

，「淨灘」不單是愛護地球，也是我供出自己力量的

事情。

從國小開始，我們一家就有參加「荒野保護協

會」一年一度舉辦的淨灘。剛開始學國語的我其實

不知道要做什麼，只是看著臺上的哥哥姐姐們舉著

的照片，原本該出現在垃圾桶的塑膠袋，正套在水

母的頭上；餓死的海鳥剖開，打火機、漁網、瓶蓋

這些「不天然的食物」，被一一的翻找出來，還是

小孩的焦急的大哭了起來，「我來為世界做一件有

意義的事」

光陰似箭，一轉眼，九年過去了，很多事情已

經變了，但那個不變的，就是我想保護地球的決心

，從站在臺下的聽講者，到現在能面對大人演說；

，從依靠父母，到現在能獨立完成。「淨灘」已經

不只是保護環境的活動，更是我成長的地方，而在

活動當中，我也看見了許多不一樣的自己，原來我

能夠成為帶領團隊的核心，井然有序的指示任務，

這不只是對我的肯定，也是我努力的證明。

若未完成作答，請翻面繼續作答

「淨灘」讓我成就了更好的自己，它在我心中
不只是一個普通的口號，是我從小到大吸取養分的
地方，其實成就不需要很偉大，我覺得只要能使出
自己力所能及的那一塊，就能算是一種成就之一，
「滴水成川，百川成海」，每個不起眼的瞬間也能
改變世界，成就更好的自己。

9年13班26號
姓名：葉恩慈

彌封處

臺中市立大

請從本行開始作



學學生寫作測驗答案紙

分數

5

立意取材	佳	佳	佳	佳
組織結構	佳	佳	佳	佳
遣詞造句	佳	佳	佳	佳
錯別字、格式及標點符號	佳	佳	佳	佳
再加油	可	可	可	可
再加油	再	再	再	再

第一頁

成就更好的自己
如何成就更好的自己呢？是充實學識？學會承擔責任？還是樂於助人？我覺得成就更好的自己就是今天的我，比昨天的我還要好，明天的我，比今天的我更進步。一天比一天好，每天都是成就更好的自己。
古人云：「積少成多，積沙成塔。」每天做一件微不足道的好事，或者改掉一個小小的壞習慣，再養成一個小小的好習慣，就能一天比一天更進步。有學者研究過，養成一個壞習慣，又要三天足矣。而養成一個好的習慣，卻需要四十二天之久。如果今天亂丟垃圾，那麼一定會一再而三的亂丟垃圾，如果每個人都這樣，那麼地球將會再無落腳之處。如果今天你帶了環保餐具，不去使用一次性用具。只要堅持四十二天，你就會在不覺中向環保達人邁進。不需要很多，只需要呼籲自己身邊的人，久而久之，海洋裡的小生物們，也能活得更好，至少不會時不時鼻腔就卡隻吸管，或者胃裡充滿著塑膠袋。
有一個中午道長說過：「你只需要每天做一件小小的好事，不論是扶老人家過馬路，還是隨手撿起他人亂丟的垃圾，或是對老人家說難聽的話，堅持二十一天，你再看會發現這個世界是多麼的美好。

若未完成作答，請翻面繼續作答

可愛。——我覺得能夠這二十一天後，發現世界的美
好，也會主動找下意識的去幫助其他人，又或是加
入一些慈善團體，慢慢成就一個更友愛、更善良的自
己。

今日隨手做的一件小事，明天就成為一個好的
習慣，每天找找自己的缺點，將其改善，再觀察別
人的優點，慢慢學習。吾日三省吾身，今天比昨天
好，明天比今天更加優秀，每天都能成就更好的自己。

臺中市立大甲國民中學學生寫作測驗答案紙

請從本行開始作答



分數

5

立意取材	佳	佳	佳	佳
組織結構	佳	佳	佳	佳
遣詞造句	佳	佳	佳	佳
錯別字、格式及標點符號	佳	佳	佳	佳
	可	可	可	可
	再加	再加	再加	再加
	加油	加油	加油	加油

成就更好的自己
花朵需要水的澆灌才會綻放
冰川需要冰的累積才會形成
而成就更好的自己也需要長久的累積
「羅馬不是一天造成的」
「該如何成就更好的自己也不是一兩天更成就而來」
但我曾想：「取得數不盡的獎狀」
亦自己呢？
「是融入團體」
是取得數不盡的獎狀
或擁有良好形象？
在我眼中，這些都是其次
我認為「穩定的情緒」
是否常有惱人的情緒打亂生活的步調？
在我的生活中，答案是肯定的
因為傷心，所以做事提不起勁
因為憤怒，所以待人，不禮貌
這些都成就更好的自己
己的絆腳石
「穩定的情緒」
來源於良好的情緒管理
而核心價值便是「雅量」
要去包容一切，才能有穩定的情緒
不論是待人、做事，甚至學習，都會有情緒波動
而我們該做的是如同大海般納百川
這樣才能波瀾不驚
成就更好的自己，不是外在的裝飾，而是內在的昇華
在穩定情緒的培養上，不是說說便能成真
而是需要一些練習
有時情緒像洪水、猛獸般，快要沖破心中的堤防
這時我便想：「難道我要任由這些情緒化作一把把鋒利的劍刺傷我身邊的人？」
影響我的生活嗎？
雖然不一定成功，但一開始都會有一些失敗
後來我是「秒情緒法則」
讓自己抑制

情緒

情緒 2 2 秒後 1 便會穩定下來 1 在那 2 2 秒中 1 我

會設身處地的為對方著想 1 去理解他的苦衷 1 去包

容 1 藉此穩定情緒 1 提升雅量 0

在成就更好的自己的路上 1 我認為最重要的是

穩定情緒 1 而我也在其中成就了許多 1 因為穩定的

情緒 1 我擁有了更多的朋友 1 也讓我做事更有效率 1

不受情緒左右 1 在學習是也更有耐心 1 細心 1 最重

要的是我能擁有更好的自己 1 也更喜歡自己 1 甚至

成為做其他事的動力 0

成就更好的自己 1 是沉澱自己的內心 1 是澆灌

自己成長 1 一天一天的努力去成就更好的自己 1 1

忘卻過去 1 嚮往未來 1 成就現在 1 是不二法門 1 或

許成就自己的途中會遭遇挫折或停滯不前 1 但我相

信在後面等待的是理想中的自己 1 不要半途而廢 1

堅持到底終能迎向更好的自己 0