

## 为国庆颂扬

每年的八月十七日，是我国的国庆纪念日。进入八月时，学校老师就给我们练习唱我国的国歌《INDONESIA RAYA》。这首歌特别好听，听起来悠扬又雄壮，同学们都乐得尽情歌唱，欢天喜地为迎接国庆节的到来。老师还要我们诵读国家的国规（五原则）。老师说：“同学们一定要会读会背，要遵守实行，为我国争光。”又说：“我国的国徽

班查西拉，是生活的目标，生活的指南，向往着和平美丽的印度尼西亚，它表达了对国家的正义公道。同学们听了都很高兴，因为大家都爱自己的国家，希望百姓们都会为国效力，人民能安居乐业。我们学校每年在国庆节时有举行升旗礼及各项游戏比赛，有赛跑，吹气球，上颜色，画画，拔河等等。这些年来，我国进步了。我为我国各方面的建设进步

感到骄傲，因为国家进步了，能改良社会恶劣的风气，人民就有信心，遵守国规，维护国家，和平生活，这样，让我国更富饶，也是民心所盼望的。再说，人民有了信心，就有了力量，就能提倡正义公道和平。今年是我国是78周年的诞辰，在这里，我要祝愿我国印度尼西亚永远富强，为国创造蓝天，倾向文化创新阶段，团结一致，共同努力，为国争光，为国贡

献，做个爱国公民，让我国能在大家合作下保持国家良好生态，发展经济，增长质量，让美丽千万岛屿，在万里长空，群鸟飞翔，伴着红白国旗永远飘扬。最后诚挚地祝福，国庆节能带来恩惠，我国步步高升，国泰民安。印度尼西亚万岁 万岁万万岁。

曾秀媚  
椰风新村  
苏比亚老师辅导

## 睡眠的影响



根据调查我们每天要睡八个小时的觉。有足够的睡眠，我们会健康。因为健康对于人来说是最重要的，所以我们必须睡得够。

放学后，平时很多人也喜欢睡午觉，也有很多人说午睡的人都是懒人。实际上午睡对我们是有好处的，通过睡午觉，我们可以补充力量去做下一个活动。

有些人说他们一天睡五个小时的觉就够了，但是他们干活的时候没有精神。睡眠不足除了会影响我们的身体健康，还会影响到我们的外貌，我们的脸看起来皱纹更多，长出很多粉刺。

对于失眠的人来说，可以一点一点地训练。之前凌晨三点睡觉的人，可以慢慢来改成凌晨两点睡，然后凌晨一点睡，最后到不晚睡了。我们还必须避免晚上睡前玩手机，因为这样我们会养成坏习惯，并且我们更难快速入睡。所以，从现在开始我们得注意睡觉的时间。

纯洁二校初中三年级  
SMP KEMURNIAN 2  
Kelas 9A  
Calla Lillywhite Mulia Tarmidji/  
黄家珊  
辅导老师：黄文超

## 你在印尼千万不要做的事



作为热带天堂，印度尼西亚是享受自然和冒险

的幸福目的地。但是有一些规律和习俗需要注意、尊重和遵守。在这里我想与大家分享关于在印尼有五件千万不要做的事情。

第一、千万不要以种族、宗教做一个笑话。印度尼西亚人民来自不同的种族、文化和信仰，人与人之间互相尊重至关重要，这样能创造和谐生活和平国家。

第二、不要在公共场所大声说话，这是一个不文明也不礼貌的行为，是因为你的声音也许会打扰

到别人，所以你在外面吃饭、逛街搭乘交通工具时讲话不要太大声，不然人家会认为你没有礼貌。

第三、使用娱乐性毒品在印尼不仅是非法的，被认为非常严重的刑事犯罪。贩卖毒品也是非法的，甚至会被判处死刑，所以不要开玩笑。

第四、不要低估本地语言。对外国人虽然可以用英语沟通，但学一些当地的语言不仅能帮你交流，还表示尊重当地人。最后 印尼人都非常讲

礼貌，所以“不好意思”“请问”“谢谢”这些词我们随处可以听到的。想问路、求助、进别人房子时我们都要先说“不好意思”。别人帮了你一个忙、请你吃一顿饭、给了你礼品时别忘跟对方说“谢谢”。

现代城民望学校  
初中部九年级A班  
Sekolah Harapan Bangsa  
Modernland  
Junior High School  
Grade 9A  
学生姓名：Bill Sehan Dantje  
指导老师：Jony 老师

## 自我介绍

大家好，我的名字叫吴天发。今年我十五岁了。我住在西家里曼丹山口洋市。我长得不高不矮，黑黑的头发，有一双大大的眼睛。我很喜欢看电视，旅游和学中文等等。我现在在山口洋南华中小学华文补习所学中文，已经读第七册了。

我家有五口人，爷爷、奶奶、爸爸、妈妈和我。在家里我是独生子，我没有姐姐、哥哥、弟弟和妹妹。我的介绍就到这里，谢谢大家。



吴天发：小学（第七册）  
山口洋南华中小学  
华文补习所  
LKP Norma Hidup  
Cinta Sejahtera  
Singkawang-kalbar  
指导老师：萧冰冰

## 一个人在家

早上醒来就是下雨的阴天，妈妈很早出去买菜，留着自己一个人在家，阴沉沉的天气，觉得好害怕。只好躺在沙发上

看电视，放大声响，消除心里的恐惧感。不知不觉地便睡着了。

等到妈妈回来时，看我酣睡得那么沉，也不叫

我。到了我睡醒时，妈妈才对我说。

吉里汶育民学校补习班  
第四册学生：李依涵  
指导老师：渔夫



## 我喜欢看漫画



我喜欢看的漫画有很多种。我喜欢看的漫画是时间旅行的漫画，古风的漫画，还有各种各样的漫画。为什么我喜欢看漫画？因为我看漫画的

时候，我有一个属于自己的原因。

安安静静的世界。当我看漫画时候会治愈我的孤独和无聊。所以漫画对我来说很重要。这就是我喜欢看漫画

的原因。

黄吉红 Susiani  
山口洋盐町新港印华小学  
LKP INDOMAN (三年级)

## 达芬奇



老师叹气地说：“你看，在一千个鸡蛋中，没有两个是形状完全相同的。”

达·芬奇问：“为什么？”  
老师答：“从不同的角度看，鸡蛋真的不一样。因此形状就都不一样。我首先让你画鸡蛋，因为我不仅是要训练你的绘画技巧，还要培养你的观察能力。使你能看得准确。你现在说你觉得每个鸡蛋是一样已经证明了你看得不仔细、不准确。”

老师继续说：“达·芬奇，我劝你，当一个好画家，可没有那么容易。”

达·芬奇说：“您说，如果我画了一万个鸡蛋，我就会成为一位好画家吗？”

老师说：“会的！”

达·芬奇说：“好的，如果这样，我要注意又仔细地观察每一个鸡蛋，那我可以画出每一个形态各异的鸡蛋了。”于是，达·芬奇用心画起鸡蛋来，画了一张又一张。一年又一年过去了，达·芬奇已经进步许多了。达·芬奇画什么都能画得又快又像。现在，他也有自己的学生。达·芬奇不忘老师的教导。他教学生也那样严格。他教学生无论怎么枯燥你们都别放弃，因为只有仔细又耐心地学习，才会成功。

几百年以后，虽然达·芬奇已经去世很久了，但他的名字还活在人们的记忆中。没有人不知道他是谁。达·芬奇确实是举世闻名的大画家。

郭妮霞  
纯洁学校  
沈秀芬老师补习班  
二零二三年三月十二日

## 我的家人

我家有五口人。有爸爸、妈妈、妹妹、弟弟和我。我爸爸是商人，妈妈是家庭主妇。

每天都在家里忙一些家务，还要关心我们的学习状况。他们都很辛苦。

我觉得我的爸爸妈妈是世界上最好的父母，我很爱我的家人。

印尼慈济学校  
TZU CHI SCHOOL  
四年级善解班  
P4 Kindness  
Enzo Halim 林锦濂  
指导老师：刘彦好

## 一封信



亲爱的小丽：  
你最近怎么样？我希望你一切都好。  
我听说你在考虑节

食，因为你为自己发胖的身材感到焦虑。我写这封信是想告诉你我的看法。

在我看来，你不应该节食，因为你的年龄还小，正处在成长阶段。在这个成长时期，作为青少年，吃得健康和吃得营养很重要，这样才能正常成长。而且，身上有点脂肪也没什么不好的。最重要的是，如果你摄入的营养不足，不仅会严重影响你的

身体成长，还会导致发育迟缓。

作为替代方案，我建议你可以减少垃圾食品的摄入量，并注重于更健康的作息及饮食。这样，既能满足你的正常成长，也能有助于你的体型塑造。此外，你还可以定期锻炼以摆脱来自脂肪的困扰。

总而言之，无论你的选择和决定是什么，请确保它不会对你的身体带来

伤害或对你的生活与学习带来负面影响。感谢阅读，期待你的回复。祝你  
身体健康！学习进步！

杨敏晶  
2月19日  
Raffles Group of Schools  
Kebon Jeruk Campus  
莱佛士学校集团  
姓名：Lauren Fergie Dermawan  
年级：中学三年级  
辅导老师：曾俊

## 美丽的日落

星期六下午，我和家人一起去海边玩！

海边人山人海，可热闹了！我们在海边吃了烧烤，烤肉非常香。海边也很晒，我们被晒得满头大汗，所以就搭了一个帐篷来乘凉。

过了一会儿，天气变得凉快了，海边上一阵阵

的微风吹到脸上，特别舒服。

我们还看到了美丽的日落，只见天上的云彩色彩缤纷，非常美丽，连海鸥都停止了飞行，好像也在欣赏这美丽的日落。大家都纷纷拿出手机拍照，留下了这美好的瞬间！

后来，我还堆了一个很大的沙堡，爸爸还让我把他埋起来呢！

今天真是一个难忘的一天，我下次一定还要来海边玩！

Sinarmas World Academy  
Grade 4  
Xin Yi Yu 俞欣怡  
指导老师：郭琼

