# 关于以心态话题满分的记叙文（五篇模版）

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-07-18

*第一篇：关于以心态话题满分的记叙文面对空旷幽深的山谷，看到高耸入云的悬崖峭壁，有人会顿感陷入困境，悲观绝望。其实不然，心态决定一切。只要我们以乐观的心态积极面对，我们完全可以找到悬崖峭壁中的栈道而走出山谷。以下是小编精心收集整理的关于以心...*

**第一篇：关于以心态话题满分的记叙文**

面对空旷幽深的山谷，看到高耸入云的悬崖峭壁，有人会顿感陷入困境，悲观绝望。其实不然，心态决定一切。只要我们以乐观的心态积极面对，我们完全可以找到悬崖峭壁中的栈道而走出山谷。以下是小编精心收集整理的关于以心态话题满分的记叙文，下面小编就和大家分享，来欣赏一下吧。

关于以心态话题满分的记叙文1

二个人面前有半杯牛奶和一块面包。一个人神情悲哀地感叹到：“只剩半杯牛奶和一块面包了。”另一个则满脸笑容道：“还有半杯牛奶和一块面包!”一个简单的故事，仅一字之差的两句话却蕴含了很深的哲理：面对不可改变的环境，我们可以选择改变我们的心情。

爱迪生在一次意外中，之前所有的试验成果都付之一炬。可这位伟大的发明家非但没有气馁反而大喜叫道：“感谢上帝，我可以重新开始我的试验了!”于是，电灯就这样应运而生了。这个世界是很客观的，它不会随着你的心情改变而改变，但你可以选择在不变的现实中改变自己的心态。其实这很重要，思想上的转变也许会改变你今后的人生轨道，爱迪生不就是一个很好的说明吗?

“我不能选择我的生活，但我可以选择我的人生。”这是海伦·凯勒的名言。面对病魔的折磨，残疾的她并没有退缩。她选择了坚(艰)难的生活和坚强的信念。面对生活，我们要像海伦那样执著，但我们也要适时调整一下我们的心态。一切事物都在发展，即便身边的事物不利于我们，而我们也无力改变它们，我们也要改变我们的心态。换一种角度去观察不可改变的另一面，或许我们也会发现挫折和苦难的可爱。

两个同时被关进监狱的人，一个可以坚强地活下来，而另一个却忧郁死在狱中。为什么?因为他们的心境不一样。面对同样的环境，前者坚信还有未来，坚信自己会回归到监狱外的自由中去。就是因为有了这个信念和豁然的心情使他对周围的环境的意识变得淡泊起来。而后者恰恰相反，他不能调整自己的心情而使得自己的心情被困在忧郁的牢笼中而无法自拔。由此看来，心情的转变很重要，它会决定你对周围环境的看法，因而决定你的行为。

面对丑陋的事物我们会嗤之以鼻，对美好的事物会趋之若鹜。这是人的本性。但这样的本性似乎是一个框架把我们禁锢在里面。假如我们换个心态呢?那么我们会发现丑恶的东西，也会有可爱的一面，(。)发现美好的东西，也会有令人感觉厌恶的一面。面对人生，我们也该这样。对名利的追逐是每个人的向往，但如果得不到(，)我们就换个心态看(，)淡薄(泊)名利，那时你会发现自己超然物外，超凡脱俗。而对困难的回避，我们也可换个心态看作是上帝对我们的考验。

关于以心态话题满分的记叙文2

范晔的《后汉书?张衡列传》中，谈到张衡“常从容淡静，不好交接俗人”。好个“从容淡静”，这是一种理想的心态，天下举凡成就非凡者，莫脱得了这四个字所蕴含的大境界。(直接切题引出论点)

何谓从容的心态?

“采菊东篱下，悠然见南山”“登东皋以舒啸，临清流而赋诗”，是一种从容;“猝然临之而不惊，无故加之而不怒”，是一种从容;“宠辱不惊，看庭前花开花落;去留无意，望天空云卷云舒”，是一种从容;“不管风吹浪打，胜似闲庭信步”，是一种从容;“挥一挥衣袖，不带走一片云彩”，是一种从容……

从容，是一种理性，一种坚忍，一种气度，一种风范。只有从容，才能临危不乱;只有从容，才能举止若定;只有从容，才能化险为夷;只有从容，才能宠辱不惊;只有从容，才能风云在握……

诸葛亮在《诫子书》中有这样一句话：“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”要想做一个优秀的人，做一个成功的人，需要“从容淡静”的心境。唯有从容淡静，才能活出潇洒，活出自由，活出旷达。

张衡，“不慕当世，所居之官，辄积年不徙”，终生仕途暗淡，但他以从容的心态，“致思于天文、阴阳、历算”，作浑天仪，造地动仪，令万世敬仰，成为世界上光彩夺目的科学和文学的双子星。

“狂歌五柳前”的陶渊明，不为五斗米而折腰，决然归隐田园，“怀良辰以孤往，或植仗而耘耔”，诗意地栖居在这个纷扰繁杂的世界里的一片净土上，淡泊宁静，其从容风度冠绝古今。

“一蓑烟雨任平生”的苏东坡，身贬荒凉瘴疠之地，过着囚徒般的生涯，仍能孤身一人泛舟畅游赤壁，“颂明月之诗，歌窈窕之章”，“飘飘乎如遗世独立，羽化而登仙”，从自己的灵魂里分化出一个客人，与自己畅谈人生哲学，留下了前后《赤壁赋》这样的千古华章。

他们是生活的成功者，因为他们拥有了一份从容淡静的心境。

以前，我在课堂回答提问，总会战战兢兢，如临大敌，心跳嘴拙;而今，我会坦然应对，心向往之，用状态和最充分的准备来迎接它。换一个视角，换一个从容淡静的积极心态，一切都会成为使我们更加幸福的因素。

关于以心态话题满分的记叙文3

这是一句很经典的广告词，它告诉我们：只要保持健康、乐观向上和不屈不挠的心态，我们就能在人生道路上，少一些失败与烦恼，多一些成功与喜悦。

心态是一个人处理问题的态度。有人说：“态度决定一切。”这句话也不无道理。我们面临问题的时候，为什么有的人能成功，有的人会失败呢?这其中很重要的因素就是心态。

心态对运动员尤为重要。一名优秀的运动员除具备良好的专业素质外，临战心态是十分重要的。中国女排的姑娘们在雅典奥运赛场上的惊天大逆转即可证明。在0：2落后的的情况下，女排姑娘们调整心态，在已输两局的情况下连扳三局战胜了对手。在冬奥会的赛场上，中国花样滑冰选手张丹、张昊在严重失误、脚踝受伤的情况下，仍不言放弃，继续比赛，最终取得了银牌的好成绩。他们的积极向上、不屈不挠的奥运精神征服了观众，征服了国人。如果他们就由此而放弃比赛，那只能是承认自己不行，我们也不可能看到全场观众起立为之鼓掌的情景了。

运动员尚且如此，我们也应该学会以乐观向上、不屈不挠的心态面对人生。我们不能轻易向困难、挫折低头，我们只能去战胜它。如果我们畏惧它而放弃，这样的消极人生还有什么意义?司马迁身受宫刑，忍辱著书，终于完成被后人誉为“史家之绝唱，无韵之离骚”的《史记》;陆游、辛弃疾屡遭贬谪、排挤，仍至死不忘报国，爱国精神激励着一代代仁人志士;孙中山领导中国革命，“屡败屡战”。

终于满清王朝的统治;张海迪身残志坚，仍发愤学习，多部著作出版，她成为人们心中的英雄……历史已经证明，心态对一个人的人生多么重要。相反，有些人由于人生观的错误，遇事不能明辨是非，遇挫之后放任自流，听之任之，最后只能为历史所唾弃，成为困难、挫折的囚奴……

作为新一代的青年，我们前途无量，风华正茂，我们的路还很长。我们只有始终不渝的保持乐观向上、不屈不挠的心态，才能克服困难，在人生舞台上挥笔舒展，尽情展现自我。

关于以心态话题满分的记叙文4

某日，我在海滩上看到了这样一个场面：一个衣衫破旧的老渔夫悠闲地躺在沙地上，怡然地享受着温暖的阳光、清凉的海风;他的身边，一个身穿服装、头发花白的老人坐在舒适的靠椅上，一边给下属打电话安排工作，一边享受着难得的假日。老渔夫瞧了瞧对方紧皱的眉头，不觉笑了笑;老人看了看对方近乎破烂的衣服，也笑了笑。

在外人看来，它们拥有两种不同的人生，它们的幸福指数应该相差很大。可是，因为心态的原因，他们却拥有同样的快乐。试想一下，如果老渔夫看到的是对方的衣物，老人看到的是对方的清闲与安然，那么，他们的微笑是否会变成一种苦笑呢?我们无法评价这两种微笑的价值，因为幸福本身就是一种感觉，没有什么东西可以把它度量清楚，但是不同的心态给了它们不同的定义。所以，不同的心态决定了幸福的含义不同，决定了人生的追求不同。

以怎样的心态看待人生，才能拥有幸福呢?像老渔夫那样淡泊一切固然是一种超脱，可是像老人那样永远追求也并不是一种过错，重要的是坚持自己的追求。如果那布满荆棘的探险之路能给你带来快感，就永不停息地向前冲吧，去感受那排除一切困难的快乐与成就感。别在半途回头去看那些留在荆棘丛外的人，别去问自己：“如果我当初没有走进来，我就不会有如此多的伤痕，就不会如此累了?”否则，你永远得不到幸福，永远也快乐不了。

同样，如果停在途中能给你带来快乐，就别去羡慕那些走在你前边的人取得的成就，也别去想假如你也去了是否会获得同样的成就，否则快乐也会成为别人的专利而与你无关。如果你是个摇摆不定的人，尾随着别人也能带给你快乐，那么，你就启程吧!想超过前面的人时就看看你的身后，你能找到快乐的影子;想退缩时就看看前面，有人比你伤得更重都没有回头呢!否则，你是不可能幸福的……确定你的追求，永远也别改变;平静你的心态，永远也别失落，幸福的人生是如此地唾手可得。

幸福的人生与财富的多少无关，却因你的心态而变。拥有怎样的追求，拥有与之相适应的心态，就会得到你想要的幸福人生。记住：幸福的获得，心态配合至关重要。

关于以心态话题满分的记叙文5

我改变了，我真的在改变，我今天的心态特别好，原因都是因为自己想开了，更由于苗瀚月的帮助，因为她告诉我：心态好，心情自然就会好。但平时的我，不仅心态不好而且还没有耐心!如此一来：我才发现，心态真的是很重要的，逐渐我开始快乐了一点，接着我又想到了许多开心事，从下午4点开始。

我就无时无刻不把笑容挂在脸上，心里也自然轻松了许多，后来，我发现正是这个办法让自己很开心很轻松，所以我便想到了：经常把笑容挂在脸上，心中少些烦恼，这样就会很快乐，我今天下午心情真的挺不错的，尤其是傍晚;看来心态真的决定了我的心情，想想以前自己总想烦心事而却忘记了快乐，明明是自己和快乐过意不去，现在，终于开心了。

我也劝劝大家，和我一样别再那么烦恼了，有时候烦恼占据了我们的大脑，我们就这样不给快乐留一点余地，快乐逐渐也离我们越来越遥远了，我们之所以总得不到快乐，并不是因为命运的不公而是因为我们自己把快乐拒之门外，其实我们给痛苦的空间越少快乐就越多，不是所有人都永远遇不上烦心事的，只是遇上烦心事有时候根本没有去用良好的心态解决，那些鸡毛蒜皮的小事不值得我们去时时刻刻把它放在心上，凡事要用的心态去想，这样一来你会发现：原来快乐这样简单!

还有能让你快乐的几招：不要总去看自己的缺点，人没有天生就是完美的嘛，有什么缺点都可以改掉的，要多欣赏自己的优点(这并不属于骄傲)因为如果你总觉得自己差到了极点你就会失去自信变得不再相信自己，做什么事也没有主见了，总以为自己比别人差就会产生一种很强烈的自卑感，所以有时候不光要看清自己的缺点并改正，更要看清自己的优点，如果你真的没有找到自己的优点，那么请低下头用诚恳的态度去问问别人。

我相信自己：相信曾经那么阳光那么可爱的自己一定会找回原来的心态!你呢?是否也能做一个快乐的人?我相信，只要以一种良好的心态去看问题一切就会变得简单的多得多，我们自然也会轻松快乐许多!

今天，我已将快乐的“秘籍”全部“公开”。那么，坐在电脑桌前的你是否也愿意像我一样改变自己的心态呢?为我加油吧!让我们一起加油，努力改变自己!

关于以心态话题满分的记叙文

**第二篇：以欣赏为话题满分作文记叙文**

欣赏是一种幸福，是一种少数人才能享受的幸福。大千世界，芸芸众生，自以为是者多，懂得欣赏别人的少;自私自利者多，专门利人者少。欣赏滋生幸福，幸福需要懂得欣赏。下面是小编为大家整理的关于以欣赏为话题满分作文记叙文，希望对你有所帮助，如果喜欢可以分享给身边的朋友喔!

以欣赏为话题满分作文记叙文1

曾在网上看到一个视频，十几分钟，也没有声音。自那之后，我明白了梦想对一个人，真的可以比任何东西都重要。就是那仅仅十几分钟的沉默，沉默了我的心。

那是一个背影，个子不算太高，身材却很瘦的一个小伙子。他站在一个很大的擂台上，前面有一个很大的打光板，和很多摄像机。站在他对面的，是一个专业的拳击手，肌肉结实，体格健壮。

工作人员一打板，就看到拳击手向他冲过来。那个单薄的背影没有犹豫，也冲上前去。

拳击手打的拳拳到肉，应该是为了拍摄效果，没有一点留情。

那一刻，没有p，也没有后期抠图。就是真的很“良心”的，打在身上。这一段，持续了5分钟。

但他，始终只有一个背影，最多也只是个侧面。

导演喊卡的时候，他疲惫地走下擂台，已经习惯了似的，一个人走向小小的角落，从自己廉价的包里，掏出了一瓶廉价的矿泉水。

这时，镜头转走，又回到擂台上，上面有一个和他身形极为相像的人，在几个人的簇拥下走上来，那人和导演示意可以开始了，于是拍了很短的一个镜头，是他打赢了拳击手的样子。摄像机对准了那人光鲜亮丽的面孔，他笑得像一个胜利者。所有的人，都用一种欣赏的目光看着他。一结束，那人的笑沉下来，那几个人又跑上台，给他搭上衣服，递上很贵的那种水。扶着那个人下台。

镜头转回，又开始拍那个一直未出现正脸的他。那个角落很黑，看不清他的面孔，只是一双眼睛亮的出奇，那双眼睛里，带着一种渴望和坚定，直直的看着摄影机。那眼神里的炽热，是他对这份梦想的坚持。

他忽地站起，拎起包，以为他要走。但他又一动不动地站在那里了，侧面，很清秀的一个剪影。他就在那里呆呆地看着，直到工作人员开始收拾东西。

他走了，带着一点不舍，或许他爱上了表演，很爱很爱，把这个梦想当作了一切。

可惜，如我们所见，他只是一个替身，一个连演员表都进不去的小替身。

他很努力，就凭他毫无迟疑地冲过去，就足以让所有人欣赏。是，他是那种最不起眼的小角色，但，就凭他对孤独的忍耐，就足以让所有人钦佩。他会成功的，就凭他眼里的炽热，上天不会亏待他的。总有一天，那些欣赏的眼神会是属于他的。

我很欣赏，这样被忽略，却不停为梦想努力的小人物。是他炽热的眼神，燃烧了我渴望梦想的心

以欣赏为话题满分作文记叙文2

欣赏，一声喝彩，一个微笑，一片掌声，一叶眼神，几下赞誉，都是欣赏。而这些平常得不能再平常的言语动作，却有着神奇的力量，因为它意味着欣赏。

当你坐在观众席上时，你是否只是一言不发、默默的观看着舞台上的一幕幕?此时，你如果为表演者发出一声喝彩，给予一片掌声，或许他们会因为得到认可而在舞台上释放着最耀眼的光芒;或许他们在那时出了意外，因你的鼓励而在舞台上重获新生;亦或许他们因你的欣赏……

当你如鱼儿般游走在茫茫人海中时，你是否把擦肩而过的人视为一个完全的陌生人，面目表情的继续行走?遇见?离开?此时，如果你给行人一个发自内心的微笑，一个独到的眼神，或许他们会变得自信，认为自己并不是不能干，只是自己还没有完全认识自己而已，原来这个世界欣赏我的人大有人在，从而萌发奋斗的念头，一路向前;或许他们会变得谦虚，别人能够欣赏我，我应该做得更好……那么，这微笑会升华成天使的微笑，这眼神会成为造就信念的眼神，不是吗?

当你在不断评析别人的文章的时候，你是否只是一味地批评?假如你给这篇文章几下赞誉，作者或许会不那么自卑，相信自己的文笔;或许他会感激你，是你给了他勇气和力量……

学会欣赏，为自己的生活增添一份情趣和光彩，为我们的心灵保留一方神圣。

当年，俞伯牙轻奏《高山流水》时，钟子期为之高声喝彩，于是钟子期便成了俞老先生的知音，流传一段因欣赏而成金兰之交的千古佳话。这不是欣赏的成就吗?

人生的欣赏犹如阳光雨露，滋润着每一株植物。欣赏是精神的鼓励，激励着没一个孤行无助的人，同时也造就了一个个哲人。

一老艺人在接头卖艺，因其琴声悠扬，令人感动。拉完一曲后，过路人纷纷献爱心，转眼间，钱已装满一个罐子了，但令人不解的是这位艺人并没有像普通艺人那样很快露出笑容。这时一位游人抬起手来，为其鼓掌喝彩，卖艺人的眼睛湿润了。可见，卖艺人是哲人，他等待的是欣赏，是知音。

没有欣赏的人生乃至世界是可怕的，那将是孤独的、黑暗的，没有人承受得了。那样就会破坏人与人之间与生俱来的心灵之约。

学会欣赏吧!让世界美好，让家庭温馨，让人与人少一份陌生，多一份了解。

以欣赏为话题满分作文记叙文3

人们总是喜欢为自己获得成功而欢欣喝彩，认为那是无尽的享受。可是否有人知道，当你欣赏他人，为他们的成绩而喝彩时，那其实也是一种享受，更是一种智慧，一种美德。

欣赏他人，是一种美的享受，它不单单穿梭于你的眼眸耳孔，它更源涌于你心灵之巅，发自于情感的最深处。当你看到别人百般艰辛换得了成功，看到那被欢笑与泪水浸透的果实，你怎会不为之动容，为之欢喜，为之喝彩?你怎会不想去享受这能使身心得到美化震撼的成功?

这种美的享受是人格的修养，当你在赞赏别人的时候，你的眼睛会因欢乐而充实，你的内心会被成功所鼓励，从此不会躲藏在“孤芳自赏”的罅隙中，而是用一种豁达的心现于他们的成功面前;从此不会只是用嫉妒与沮丧去燃烧仇恨的目光，而是全身心的去体会他人的成功喜悦，感同身受。

在这样的一个赞赏过程中，不断矫正自己或许将要扭曲的心，培养“他人欢乐我亦喜“的大家风范。欣赏别人，也是一种美德。人人都认为自己是聪慧的，那何不把这种聪慧发挥到极致?欣赏他人，为别人喝彩，这其实也是在欣赏自己，为自己喝彩。

当你在为他人喝彩时，你正在欣赏着他人，感受着他人的感受，幸福着他人的幸福，欢乐着他人的欢乐。而此时，你其实也在通过你无与伦比的智慧不断提升着自我，完善着自我，在这个欣赏的过程中，你会发现自己竟是如此的欢乐幸福，你会感到自己的心如海般宽广天般辽阔，像在花之丛、树之巅、云之上、山之头，那是一种“我欣赏，则斯至赏”的智慧与胸襟，聪明的人总会在欣赏他人的同时欣赏自己。

欣赏他人，更是一种美德。这事诚然。它根源于当你付出了赞美时，你不但没有失掉自尊，相反却收获了沉甸甸的友谊，伯牙天籁般的绝音恰是因为有了子期的欣赏而成为高山流水为之动心的圣音，两人的友谊为千古传诵。欣赏他人，为他人喝彩，未必就说明你是弱者，恰恰相反的，你会成为友谊的大赢家，不但没有丢掉面子，反而自身得到升华。欣赏他人是享受是智慧是美德，欣赏他人也就是欣赏自己。

为他人喝彩，为自己喝彩，为今日所拥有的信赖与友谊而欢乐，这是人生的真谛。

以欣赏为话题满分作文记叙文4

鸟语花香的春天值得我欣赏，出淤泥而不染的荷花值得我欣赏整个世界值得我欣赏，人的生命也值得欣赏。欣赏就如一缕阳光，照亮着人们内心的黑暗。

用欣赏的目光去审视，你会发现许多美丽的风景。

他高高的个子，一副忠厚老实样。说实在话。他不老实得很呀!不管任何人让他干一件事，他会说三个字：“我不干!”可那次做值日，让我对他大大的改观。

那一天，我们教室在打扫除，大家各自忙各自的事情。我是个对做值日很讨厌的人，我也是个“明知山有虎，偏往虎山行。”的人。于是，我便去找他，说：“同志，你帮我扫一下地吧!”他竟然爽快地答应了，他扫完自己的包干区，便把我的包干区也扫了一遍，一滴滴汗珠从他的额头上流下来。他仍然奋力地扫着。扫完了，我一看，哇，这么干净!他又拿来拖把仔仔细细地拖了一遍。我再一看，哇，可谓“一尘不染”呀!我拍了拍他的肩膀说：“辛苦了，同志!”他笑了笑，又走到其他同学那儿，去“多管闲事”了。大扫除结束了，我发现他汗流浃背，背上全湿了，可我却滴汗未流。

我突然发现他是个勤劳的、热心的人。我用欣赏的目光去看他，他的那颗颗汗珠是为了同学才流下的。我看着他那副憨厚样，发现他的心中有一颗关心集体的心。

看着他的“表现”，我情不自禁地想起了自己。在学校，每次做值日的时候，我都和别人有说有笑，根本没有专心地扫地，就因为这个原因我还被老师教训了一顿。在家里，爸爸妈妈每次让我做家务，我都和爸爸妈妈开始了“舌战”，可每次都是我败下阵来。于是，我极不情愿地扫地、拖地、擦玻璃，可每次这儿不干净，那儿不干净。哎，与他相比，我只是星星，他是明月，惭愧呀!

欣赏可以让他人自信;欣赏可以让他人高兴;欣赏可让他人的人生更加精彩!

以欣赏为话题满分作文记叙文5

拾一片落叶，观察其中的脉络，欣赏造化弄物的`精美;哼一曲小调，琢磨其中的音韵，欣赏音乐的魅力;呤一首律诗，品味其中的词句，欣赏文学的博大精深。

万物皆有优点，只欠学会欣赏。

学会欣赏自然，感受它的美妙。一代词豪苏东坡曾泛舟游于赤壁之下，面对战后残垣，却感慨出：“惟江上之清风，与山间之明月，耳得之而为声，目遇之而成色，取之无禁，用之不竭，是造物者之无尽藏也。”不仅于此，还从其中悟出哲理：“渺沧海之一粟，羡长江之无穷”，人在这江河之上，便如同沧海的一粟，喻示出人的卑微和渺小，羡慕江河之水日月不息，奔腾不止，喻示人生之短暂，提醒人们要珍惜时光。不学会去欣赏，那么山依旧是山，水依旧是水，清风明月与我何干?而苏子用一双善于欣赏的眼睛，发现大自然中的美丽与奥妙，悟出人生哲理，留下词赋，名垂青史，被世人所仰望与敬佩。

学会欣赏作品，感受它的用心。相传左丘明耗费一生精力，创下中国第一篇编年体史书《左传》。后人视之，不甚珍惜，随意看几眼，便弃之不顾。而宋朝有一人，一旦见到《左传》，便如获至宝，如同吃到美味佳肴，反复咀嚼，仔细琢磨，最终通过借鉴再创造完成了另一史学著作《资治通鉴》。

“袭于《春秋》，而慷慨论证长于《春秋》;承于《左传》，而记事言论浑然一体优于《左传》”。无疑，没有对《左传》的欣赏，便不会有《资治通鉴》，也不会使一向遭人冷落的编年体再次焕发青春，光耀史坛，与纪传体并驾齐驱。每一部用心的作品，都汇聚了作者的精力与智慧，对我们即便不是大有收获，也定会小有裨益。

学会欣赏他人，感受他(她)的优点。美国著名的心理学家卡耐斯基说过：“与人交往时，成为其最好朋友的最好捷径是善于欣赏他的优点。”人人都有两面性，或许有人缺点比较多，可优点绝不可能无。因此，我们要学会欣赏他人的优点，求同存异，花朵喜爱向阳开放，人人都会靠近欣赏的眼光。

世上并不缺乏美，而是缺乏欣赏美的眼睛。学会欣赏，用心感受，让美好常驻心间。

以欣赏为话题满分作文记叙文

**第三篇：以平和的心态为话题满分作文**

如果说，人生就像在广阔的海面上行驶的船儿，那么就免不了要在沉浮中前行。有的人怀着淡然的心态面对人生的沉浮，在颠簸摇摆的航程中体验海的通达与壮阔，有的人却让低潮时的落寞始终氤氲在自己周身，那么接下来给大家分享一些关于以平和的心态为话题满分作文，希望对大家有所帮助。

以平和的心态为话题满分作文1

“心态决定一切”这句话不无道理，因为不一样的心态有不一样的想法，就有不一样的结果，它会引领一个不一样的人生，从而使你的人生多姿多彩。故不一样的心态决定不一样的人生。

积极的心态决定成败。雨后，一只蜘蛛在织着它那用来捕食猎物的网，但是树叶上的雨水一滴一滴的滴在了蜘蛛网上，蜘蛛网被毁坏了，但是蜘蛛并没有泄气，它以积极的心态去面对，它坚持不懈的织着这张蜘蛛网，在它保持着积极的心态的情况下，它没有放弃，所以到最后成功了，它吃到了猎物。有一个积极的心态才会成功!

乐观的心态决定结果。在一个沙漠中，悲观的人看到半瓶水，会说：“我只有半瓶水了，我一定会渴死在这里了。”乐观的人看到半瓶水则会说：“我还有半瓶瓶水，我可以活下去了”事情的结果我相信我们也可以想的到，悲观的人到最后渴死在沙漠里，因为他担心水喝完后就会渴死，所以没喝水;乐观的人最后走出了沙漠，因为他只在自己渴的时候喝水，坚持了下去，所以他有了存活的机会。有一个乐观的心态才会有一个好的结果。

负面的心态导致你失败。在前进的道路上，难免会遇到一些挫折，但是如何面对这些挫折是很重要的。如果你认为这些挫折会阻碍你，那么你将会真的失败，失败的原因不是因为有挫折得出现，而是因为你的心态，你的心态是负面的，所以你才会失败。

想要一个多姿多彩的人生，主要取决于你的心态。像蜘蛛一样坚持不懈，像乐观者一样保持乐观，像登山者一样拥有勇往直前的心态;不要像悲观者，失败者一样没有希望和勇气，以积极的心态对抗悲观的心态。

要想有一个不一样的人生，并且还拥有激情和勇气，那就以积极乐观的心态去面对一切，将不开心和失败全部都打垮。共同创造出一个不一样的人生。

以平和的心态为话题满分作文2

学校关于开家长会的通知下来了，就在这家长会前一天，让我们走进各个不同的内心世界吧。

坏学生：哎呦，我怎么这么倒霉呀!又是家长会!这下可好了，挨顿骂不说，屁股开花的可能性也不小。足球又要被没收，一个月的零花钱也飞了!都是这可恶的老师，一定知道是我踢球把教室的玻璃打碎的，才这样整我!唉，早知如此，何必当初啊!

坏学生家长：我家那臭小子一点也不争气，不是打了同学，就是一记球把玻璃砸了，成绩还那么烂。真叫我这个当家长的伤透了脑筋!学校将召开家长会，瞧这小子近几天惶惶不安的模样，一定又是闯祸了，假如让我再丢脸，哼!棍子侍候!

好学生：哈哈，终于盼来家长会了!老师一定会大大夸奖我一通，这个星期可以去吃KFC，我梦寐以求的PSP也有着落了!爸爸妈妈又该表扬我：“这孩子真棒，就是争气!”哈哈哈哈……

好学生家长：我女儿可是个好学生，每回家长会都让我十分有面子。老师批评完坏学生，总要表扬我女儿，让他们好好向女儿学习，还跟我请教教育孩子的经验，太光荣了!太有成就感了!明儿在同事那也可以好好夸耀夸耀，实在是爽歪歪!

老师：天啊!又是家长会，我该怎么开好呢?讲教学提纲，不不!家长一定会指责我没有更完美的计划。那么，介绍上学期班上得过的奖状?不行不行!家长肯定都希望多讲讲他们孩子的现状。到底讲什么好呢?万一开不好这个家长会，一定有很多家长会瞧不起我……哎，算了算了，还是“优点缺点一二三”地讲吧!我可以让几个优秀学生的家长介绍他们的教子经验……哦，对了，教室里的玻璃前几天被一记球砸碎了，我可要让家长们好好盘问盘问他们的孩子。

叮铃铃，叮铃铃······一天就这样开始了，他们怀着不同的心态开始了新的一天。

以平和的心态为话题满分作文3

夜黑如漆，无尽的黑暗让我们心生恐惧，然而终结它的仍是东方地平线上，不急不缓的一丝光亮;狂风骤雨，风折芭蕉，终结它的仍是天空中一道亮亮的彩虹。黑夜终有尽头，雨过天会晴，人生何尝不是如此呢?

经历过风雨洗礼的天空，会更加空明，更加蔚蓝;经历过苦难挫折的人生，将会更加闪亮夺目。“西部歌王”王洛宾，一生充满传奇色彩，苦难充盈了他的生命，而他安然接受生命的“痛吻”。流浪于西部，漂泊于漫天黄沙中，像一株风雨中的橄榄树，带着“雨过天会晴”的信念，执着地守望自己的梦想。终于，迎接他归来的，不仅仅是雨过后的晴空，还有那暖暖的太阳，还有那骀荡春风。雨过天会晴，是一种执着的信念，是一种乐观的向往。就像王洛宾，困境中始终保持着积极乐观的信念，真诚的期待明天会更好，而命运回馈他的，也正是光明灿烂的未来。

所有的风雨都会停的，所有的困难都是暂时的，黑暗不会永远围绕，终究会有过去的那一天。但无数人，是被心中的风雨吓倒，放弃了迎接光明的权利。项羽兵败，空自叹息“时不利兮骓不逝”，孰知“胜败兵家事不期，包羞忍耻是男儿。”没有持续永远的厄运，也没有永远的失败。然而，这个“力拔山兮气盖世”的英雄却忘记了雨过天会晴，风雨之后见彩虹，自刎于乌江边，留给我们的不仅仅是深深的叹息，还有沉重的思考。

有位哲人说过：你的心态决定你走多远。抱定“雨过天会晴”的信念，犹如黑暗中，抬眼望见的一颗星，虽然不亮，却足以给我们走下去的勇气。食指曾写下《相信未来》，带给我们的是生命的顽强与韧性。在那样一个暗无天日的年代里，诗人被折磨致疯，仍抱着雨过天会晴的信念，用手指那涌向天边的排浪。无论，夜黑如墨，还是雷电交加，总有消散的那一天，一切都已是瞬息，一切都会过去。

雨过天会晴，晴天之下，鸟儿依然歌唱，花儿依然舞蹈，走过冬天，跨入的是姹紫嫣红的春天。当你在困难的风雨严冬里苦苦挣扎，千万不要放弃。终于，你会发现远处会有鹅黄色的草儿挂着泪珠，向你招手，会有天空的彩虹，冲你微笑，那是晴天，更是春天。

以平和的心态为话题满分作文4

生活中没有一个很好的心态，那么他也是不成功的。一个人虽然在做事方面不如其他人那么细致，认真，但是他如果有一个良好的心态，那么，成功已经向他扔出了橄榄枝。

从前，有一颗有毒的大树长在山上，一天，有3个旅行者一同去旅行，经过树的旁边的时候，第一个人远远的躲开了，嘴里还不停的说“我要离远一点，万一中毒了可不好。”第二个人虽然也很害怕中毒，但是，他心里想着：如果没有一个人给后者留下记号，那么一定有人不小心中了它的毒的，于是他便用篱笆把大树的周围围住。第三个人见了大树，心里不由的高兴了一下，说“天哪，这种大树的毒液要是和其他的毒液混合一下的话，一定会成为一种救人的新药的”。于是，他便小心翼翼的把大树的毒液提取出来，带回去研究。

过了很久，第一种人还是默默无闻的小人物，每天奔走于辛苦之间，还不时的发出抱怨自己的生活有多么的不满。第二种人成为了一名慈善家，他愿意用慈悲的心去看世界，为很多生活贫困的人们送去了希望。第三种人成为了一名赫赫有名的医学界懂得教授，他用曾采集的大树毒液研究出救人的药品，给许许多多因病魔所控的人们送去光明。

从这个故事里可以看出，有一个良好的心态去面对一切困难的时候，困难将会被打败。成功将会走向你。

曾经大名鼎鼎的IT界的着名人物乔布斯就是用他良好的心态使自己走出人生的低谷，他在自己最骄傲最辉煌的时候被苹果公司炒了鱿鱼，这个打击对于他来说近乎是致命的，但是他没有被这个失败的打到。他在空闲的时间里，用良好的心态去接纳这件事情，然后从新站了起来。在随后的几年中，他创造出了近乎完美的电子产业系统，他用这的产品，征服了当时炒他鱿鱼的老板们。

所有失败并不可怕，自要有一个良好的心态去接纳失败，那么你便是那个最成功的人!

所以，用良好的心态去迎接成功吧!

以平和的心态为话题满分作文5

你改变不了环境，但可以改变自己;你改变不了事实，但可以改变态度;你改变不了过去，但可以改变现在;你不能控制他人，但可以掌握自己。一个人的心态很重要，如果心态不正常，可能身在福中不知福;如果端正心态，再坎坷的命运也不会难倒我们。所以说唯有摆正自己的心态方能成就一番新的天地。

我们都遇到过这样的情况，考试的时候，越是发誓这次一定要考好，但结果越是事与愿违;演讲时，越是告诫自己心态平静，结果越是紧张，不能流畅表达。如此事例，不胜枚举，分析原因往往不是技术水平不如人而是心态产生了问题。这时我们应该调整自己的心态，从一颗平常心看待事情。这样才能得到我们期望的成果。

身处顺境，如果心态不正常，可能会止步不前，甚至坠落深渊;身处逆境，如果有良好的心态，可能会柳暗花明。第47届世兵赛，世界排名第40位的小将邱贻在先丢2局的不利情况下连扳4局，以4比2的成绩淘汰了排名第一的德国名将波尔。

在随后的记者采访中，她这样说：“当初知道和他比赛时，我并没有抱着赢的心态去，我只是希望能在他身上学到一些技术。可当我打到2比2平时我明显感到了波尔内心的恐惧，就在这样的情况下我赢了他。”相似的情况也同样发生在前世界冠军佩尔森等久经沙场的老将身上。想想看，波尔等人球技高超，经验老道，为何都败在了名不见经传的小将们的手里?究其原因，他们都出了严重的“目的颤抖”现象：太在乎胜利没有调整好心态，心理压力过重阻碍了水平的发挥。

睿智的庄子给我们留下一个发人深省的故事：一个博弈者用瓦盆做赌注，他的技艺可说发挥的淋漓尽致，而他拿黄金做赌注，则大失水准。庄子对此的定义是“外重者内拙”。

然而摆正自己的心态并不是毫无目的的。人生岂能漫无目的。但目的本是引领着你前行的，如果将目的做成沙袋捆缚在身上，每前进一步，巨大的牵累与莫名的恐惧就赶来羁绊你的手脚，如此，你将如何去约见那个小成功的自我?所以要学会辨证的看待问题，不能一味走极端，那样只会事倍功半。

心台太低，远处的胜景便不幸被荒草遮蔽，平庸的眼，注定无福饱览那绝世的秀色。而太在乎了，太看重了其后果则恐惧蛀蚀了勇敢，失败吞噬了成功。“大体则有，具体则无”把目光放的远一些。让生命淡成一泓波澜不惊的湖水。告诉自己：水穷之处待云起，危崖旁侧觅坦途。

以平和的心态为话题满分作文

**第四篇：关于心态话题满分优秀作文**

生命往往就是这样，你刻意追求的东西往往终生得不到，而你的期待反而会在你的淡泊平和中不期而至。拥有一份平和心态吧，踏踏实实前行，品百味人生，尝酸甜苦辣。拥有一份平和心态，带着微笑，带着快乐，带着好心情一起前行。这里给大家分享一些关于心态话题满分优秀作文,供大家学习。

关于心态话题满分优秀作文1

面对不同的事物每个人的心态都会不同，心态往往是决定人生的重要过程。

在走向成功的旅途中失败是不可避免的，很多人成功再于心态胜之。在赤壁大战中，曹孟德80万大军被全部歼灭。到后来曹操大局全胜，在这个过程心态对当时胸怀大志的他，有着雄高壮志的影响。那时的曹孟德以稳重军心为主，弥补之前的过失。军力渐渐强大，为三国统一垫下了基础。经历过惨重的失败才会面对将来更多的挫折。心态是支助我们走向成功断断不可缺少的状态，它乃至于微乎其微，在不经意之间便可使自己成功或者失败。

曾经看到过一篇记录成功人士的文章，取胜的关键是在于心态为之淡然，面对挫折和失败不退缩，不放弃。有着“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的豪壮情感，怀着“采菊东篱下，悠然见南山”的低调作风，曾有过“满地黄花堆积，憔悴损，如今有谁堪摘”的悲伤之情。古人为我们留下了刻骨铭心的诗句，辅佐成功之路的情怀。得取成功的秘诀便是有着良好的心态。

心态对一类人来说是自己的苦衷良药，对另一类来说便是不足为虑。而那另一类人往往都会在失败的边缘徘徊着，看待身边的事物不同，想法介会不同。三国鼎立时期，诸葛亮上知天文，下知地理，心中怀的是复兴汉室，辅佐主公刘备。心态稳定，遇事沉着。而与诸葛亮同一主公的法正，则怀有小人之心，心术不正，看事浮浅。诸葛亮的神机妙算才得与其名。

俗话说“有志者事竟成”，怀有大志者必取胜，怀有小人之心者必败。

我们不仅仅要看重心态，还要将其摆为正，看重心态者可成大事，心态摆为正则是做人的根本，两者缺一不可。在成功之路中要学会“俯身倾耳以请”。无论何时要以大局为重，曹操会稳重军心，孔明会复兴汉室，取其优点弥补缺漏。总之，有着良好的心态是前往成功方向的一大步。

关于心态话题满分优秀作文2

前见古人，后观来者。忽察觉心态决定成败。泽东曾曰：一代天骄，成吉思汗，只识弯弓大雕。心中只有雕，毫无杂念，成吉思汗射中雕不成难事，但泽东认为共产党要发展不能单靠“射雕”(武装暴力)伎俩而已，两者各有不同心态，各有所思罢，但都是成功的典例。

周总理捧着“为中华之崛起而读书”的心态。先是发奋读书，后是为共产党及中华民族鞠躬而尽瘁，死而后已终不悔，为中国建国初期外交工作上创造了不少汗马功劳，那一个心态为敬爱的周总理创造了无穷无尽的精神动力和不朽的功勋。而且周总理学生时代，在大立柜旁边贴着一张纸叫做“镜子”，每天早上、肩容平、胸容宽、背容直，气象勿傲勿怠，颜色宜和宜静宜庄。”周总理一生把这此话作为自己的“镜子”，这一面“镜子就是他一生待人接物的心态。

小平爷爷真正地做到“为中华之富强而奋斗”，明做着却不说出口。默默奉献的心态，把的残风一一扫去。把中国的大地魔术般变成富强。面对香港回归问题，面对英国不肯放弃香港的态度，邓爷爷坚持着“中国军队不放弃武力解决香港问题”的心态，赢得香港的回归，“一国两制”与《个人财产保护法》出台体现邓爷爷从实际出发，保护香港人民合法权益与自治民主权，他怀着“和平统一”的心态成功地收回香港的主权。

三国时期，诸葛亮草船借箭之时，浓烟大起，曹军多疑之心态不敢上前攻之，恐有埋伏，令全军全力放箭。孔明深知今之大雾，曹疑而不出兵，气定神闲地与吴将鲁肃聊天喝酒。谈笑自，而平日沉着稳重的鲁肃在船上侧耳听着曹军弓箭射到船舱板上的声音，因而满脸恐惧，手中不能拿稳酒杯，口中出的话哆哆嗦嗦，断断续续，双脚直抖，一齐的放箭声把他吓坏了，孔明则正微笑地摆着八卦扇。

箭收齐了，雾渐渐散。一言一行圣人也，遇事不慌不忙的心态，心想是成，鲁肃不如，迎事应处之不惊，犹如古人谢安笑间破敌，屡战屡胜。心态决定成败。胜不但依靠非凡的城府，还需修炼出好心态。两全其美事必成，成大事不难也。

关于心态话题满分优秀作文3

假如人人都对社会不满意，那么今天会是什么样?假如人人都对这个世界充满了信心，用一种希望的眼光看世界，那么明天将会是什么样?虽然，人的一生不可能每件事都以好脾气对待，但如果你始终坚持以乐观的心态去生活、处事，以自信的心理去面对工作、学习，那你就会发现世界是多么美好，自已活着是多么有价值。

再加上自我的勤奋努力，嘿，成功就在眼前!在心情很坏的时候，你是做不成任何事情的，只有改变自己的心情，用良好的心态去面对，才有做好的可能。爱迪生在给电灯找合适的灯丝时，不嫌麻烦不浮躁，试验了几千种金属灯丝后就心灰意冷，感到前途黑暗，那他还能发现钨丝吗?

正是由于他的良好心态帮了他!良好的心态还能助我们战胜困难，在遇到挫折坎坷的时候，唯有它才能我们从郁闷悲观中解救出来!一位中国女作家在美国街头遇到一位卖花的老太太，她穿着破旧，身体虚弱，但脸上满是喜悦。

女作家拣了一束花说：“你看起来很高兴。”“为什么不高兴呢?一切都这么美好?”“您很能承担烦恼。”女作家又说。然而，老太太的回答让女作家大吃一惊。“耶稣在星期五被钉在十字架上的时候，那是世界最糟糕的一天，可是两天后就是复活节。所以，当我遇到不幸时，就会等待第三天，因为那时一切就会恢复正常了!”谁说困难来临时只会有丧气?

老太太之所以穷到卖花还如此高兴，正是她拥有一颗乐观的心!相信自己，静下来去思索问题，去做每一道练习题，你会惊讶地发现自己终于把问题解决了――题全部都会了!当你怎样都没法背住单词时，试着把紧张的心情放开，找一找窍门，呀，也记住了!

高考在即，手哆嗦地无法拿笔，闭上眼睛，想想自己已经复习好了，一定没问题，就把这当作平常小测，该怎样答就怎样答，嗯，考完了――，心也说静下来了，脑袋也清楚了，手也不抖了。感觉监考老师也在向我喊“加油”呢――结果超常发挥，回家偷着乐吧!

不知不觉中，你已经获得了胜利。然而，这些应该归功于它――良好的心态，不是吗?珍惜它吧，它会在你人生的道路上助你一臂之力!珍惜它吧，有了它，还的什么坎坷会阻挡你前进的步伐?珍惜它吧，心中拥有它，就等于措到了成功大门的钥匙!

关于心态话题满分优秀作文4

往往只有那些保持乐观心态的人才能嗅到成功的味道，走向成功。因此，我们应该保持乐观的心态。

保持乐观的心态，我们要有十足的自信。

海伦·凯勒双目失明，她的世界变成了黑色。她流泪过，自怨过，消沉过。经过一番痛苦的思考，她拥有了十足的自信。她乐观地看待世界，感谢上苍赐予自己的一切。她从这无一丝光亮的深渊中，伸出双手。无论道路多么险阻，小小的臂膀撑起属于自己的一片天空。在自信的鼓舞下，她写成了享誉世界的名著《假如给我三天光明》。十足的自信，乐观的心态，使海伦·凯勒走向了成功。

保持乐观的心态，我们要有克服磨难的勇气。

当史铁生坐在轮椅上，他开始自暴自弃，整天郁郁寡欢。他觉得自己已经走到了人生的终点。他变得脾气古怪。母亲因此也遭了不少的的罪以心态为话题的高中作文以心态为话题的高中作文。后来经过心灵的一番沉静，他汲取了克服磨难的勇气，变得乐观起来。行走于地坛的史铁生，他拥有客服磨难的勇气，是乐观、坚强的。起初，坐上轮椅，他怀念可以奔跑的日子;得了褥疮，怀念坐轮椅的安逸;后来有了尿毒症，他又怀念得褥疮的日子。他凭借着克服磨难的勇气，凭借着乐观的心态，重新摆正自我，从歧路回归正途，迎来人生的艳阳天。

保持乐观的心态，我们要有坚持不懈的精神。

爱迪生为寻找理想的灯丝，试验了成千种材料，最后获得了成功。在探索的过程中，爱迪生坚持不懈，乐观地看待失败，坚信理想的材料一定会找到。正是靠着坚持不懈的精神，保持乐观的心态，爱迪生给世界带来了光明，使自己在科学留下了浓墨重彩的一笔。

诚然，又有多少人看见了半杯水还能欣慰地说道“真好，还有半杯”呢?写下了《夜莺》的作家王尔德，本是贵族，享受着锦衣玉食的生活，但当他不幸入狱时，却完全消沉了。不但他的身体被囚禁，桎梏的心也让他从此颓废，再无佳作问世，就像笼中的夜莺，已困于心，衡于虑了。缺少乐观心态，将使我们的人生充满黑暗，了无生机。

保持乐观的心态，我们需要十足的自信;保持乐观的心态，我们需要克服磨难的勇气;保持乐观的心态，我们需要坚持不懈的精神。

朋友们，让我们保持乐观心态，创造人生的辉煌，使我们的世界熠熠闪光!

关于心态话题满分优秀作文5

快乐是一种心态，它会给人一种力量，一种能改变命运，获得幸福的力量。

一个快乐的人不一定是最富有的，最有权势的，同样，一个快乐的人也不一定是最聪明的。

但是，这个快乐的人有一个与别人所不同的地方，就是，他是快乐的，他会把自己的快乐带给需要快乐的人，让身边的人感受自己的那份最最简单的快乐，哪怕在别人的眼里，不值得一提的小事。自己的快乐远远能胜过更多的财富。

花开不是为了花落，而了为了灿烂。

花开不是为了花落，而了为了种子。

有人说，人比人得死，货比货得扔。我倒不同意这样的说法。我觉得人生活在这个社会里，不可能不与人发生各样的关系的，也不可能不拿自己的境遇和别人做比较，问题的关键不在于比较与否，而在于如何比较。一种比较可靠的比法是，不比人有自己无的，只比别人没有自己有的，就像曾经有人开玩笑说，你不要与象棋冠军比下象棋，你要与他比游泳。或许，有人会说这样做有点阿Q精神，可是这又有什么要紧的呢?如果这样做，能让自己快乐就足够了，学学阿Q的精神又有何妨呢?保持一颗平常心，让自己快乐一点。

当然，人也应该与自己的以前相比较，看看，自己是不是进步了，是不是还要尚须改变的事情，自己哪些事情做的还欠妥的，等等了。只有不断的与自己的从前进行比较，才能不断的进步，人才能不断的找寻到快乐的资本，快乐也就自然不自然的形成了一种习惯。

一个在面貌上流露出的情感是最真切的了，流露习惯了，就会在脸上留下持久的痕迹。一个常常皱着眉头的人是很难有一张舒展的脸的以心态为话题的高中作文作文。一个快乐的人，会将富有魅力反作用于他人身上的，使自己变得更加的从容而自信。

快乐是对自己的热爱，也是对他人的一种宽容。

快乐的人是不会与自己过不去的，也不会很苛求于别人的做法的，因为这样的人，一般来说都是豁达乐观向上的。

一个快乐的人，是不会把自己的脸上挂满了春秋战国的阴影的，因为这样做只会影响到他人的情绪，也会影响他人的心情

快乐是一份责任，快乐是一种方式，快乐是才华的代名词。

关于心态话题满分优秀作文

**第五篇：满分记叙文**

中考满分记叙文:写记叙文六大法宝

2024年中考即将来临，如何写好作文很重要，下面为大家介绍中考记叙文写作的注意事项以及写作技巧。六个大忌（莫丢冤枉分）

一忌潦草涂改：书写要端正，千万别连文题都改，只改明显的错别字，将错就错，能够不改的就不改。

二忌过短过长：字数一定要足，字数不足，写得再好也很难及格；字数不能太多，不要超出试卷中的作文纸，万般无奈之下，也只能在2行以内。

三忌开头议论：还不如开门见山、直接点题开头的好，能来点环境描写，就先来点描写。

四忌分段太少：4－6段为好，千万别少于3段。

五忌文不对题：不说也知道会有什么后果。

六忌选材太俗：别总是玩呀、救落水儿童呀、猫啊狗啊„„

七隆重忌一点，千万别把人写死了，也不能把人写成癌症。

五项技巧（赢得感情分）

1、有一个灵活的头脑：造句法、筛选法、换题法。

2、有一张可爱的脸蛋：书写要工整，自己的字能够写多好就必须写多好，不得使用涂改液，不得随意修改，特别是开头、结尾和段落的开头句，不能修改。

3、有一双闪亮的眼睛：好的文题等于成功了一半。参见《话题作文的拟题方法》

4、有一身漂亮的衣装：（1）一个最拿手的题材（适合自己）；（2）一个好故事（好布料）；（3）一个好结构（好设计）；

（4）一口流畅、优美的语言（好花纹、好色彩）。

5、有几件精美的饰品：（1）倒叙、描写、引用开头（好发型）（2）结尾：议论反问式、含蓄余味式、赞美抒情式、哲理深思式、名言点睛式、联想做梦式、决心号召式（名鞋）；（3）名言名句名作的恰好点缀（钻石哟）；（4）用景物描写渲染气氛（如梦的纱巾）。

四个流程（保住基本分）

1、审清题意：千万注意，题意审不好，来个文不对题，哪就„„应该先花2－3分钟看看作文题，然后在开始答基础知识题目。

2、立好中心：至少指导自己想说什么，是喜欢、是厌恶？是感动、是反对？是快乐，是痛苦？是哲理、是深情？是赞扬、是批评？„„用一句话把它写在草稿纸上。

3、选好材料：符合题目要求的、自己最熟悉的、能够写好的事。

4、写好提纲：（1）用一句话写出中心内容和主题；（2）分清开头、中间、结尾各写什么？（3）打好开头、结尾的细稿，以及每段的开头句。

接下来就是在试卷里写作文啦，要力求一气呵成，只要提纲和开头、结尾、段落开头的稿子打得好，一气呵成事不难做到的，思路顺畅了20分钟就可以把作文写好。

三字要求

1、稳：写好事，力求能够按照记叙文的六要素把事情交代清楚，开头结尾注意点题，结尾处要点明中心，稳定的发挥好自己的写作水平。特别是写作能力较好的同学，不要强求自己必须写出“惊世之作”来，考试作文能够发挥自己80%的写作水平就很了不起了。

2、细：不要像电视剧情介绍那样的简单叙述，中间要加入环境描写、人物外貌、动作、语言、心理描写，能力好的同学再来些远近相衬、动静相映、侧面烘托、环境渲染、五觉描写，是文章细腻、动人。

3、精：对于一般的同学来说，“精”体现在：（1）选择自己最拿手的内容；（2）写出自己最好的字；（3）采用自己最顺手的结构（总分结构或顺叙方式），力求发挥好自己的水平。对于写作能力较好的同学来说，“精”应体现在：（1）选择较有新意的、又是自己有把握写好的内容；（2）有漂亮的书写；（3）精心的安排好开头和结尾，适当的采用倒叙、衬托、联想、象征、描写、抒情、以小见大、欲扬先抑、渲染气氛、借景抒情、托物喻志、以物喻人的方法方式结构文章；（4）采用适当的修辞手法，特别是运用比喻、反复、排比、反问等手法，恰当的运用成语、引用格言名句，增添文采。

两个原则

1、真实才能动情。真正能打动读者的，还是那些你亲身经历有真情实感的身边小事；

2、妙语才能煽情。只有风趣幽默，生动活泼的语言才能让读者眼前一亮，读之使人不断点头默叹。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找