# 有关奔跑初一作文（推荐五篇）

来源：网络 作者：梦里花开 更新时间：2024-08-14

*第一篇：有关奔跑初一作文奔跑人生，我们体验一种艰辛。真实的长跑需要身体的良好状态，而人生的长跑则需要心灵的坚韧不屈。毕竟，人生的跑道不会是铺满玫瑰的花径，而是充满艰难险阻的沙土之道。我们要忍受脚板疼痛，呼吸的困难，外界的纷扰，还有心灵里那...*

**第一篇：有关奔跑初一作文**

奔跑人生，我们体验一种艰辛。真实的长跑需要身体的良好状态，而人生的长跑则需要心灵的坚韧不屈。毕竟，人生的跑道不会是铺满玫瑰的花径，而是充满艰难险阻的沙土之道。我们要忍受脚板疼痛，呼吸的困难，外界的纷扰，还有心灵里那隐隐约约地放弃之念。下面给大家分享一些有关奔跑初一作文，希望对大家有帮助。

有关奔跑初一作文1

秋风萧瑟，我半倚在树干上，仰头数着一只只南飞的大雁。这是自然规律，大雁年复一年地为寻找心中的天堂不断飞翔，那我呢?我的目标在哪里?我何时才能长大?眼前的场景渐渐虚幻，我第一次为自已的未来迷茫。

这个地方，我不陌生。开学初的军训，烈日如强锤击得我们东倒西歪。身后传来教官的声声喝令，伴随着的便是一张张稚嫩却因劳累而扭曲的脸。那个紧闭双眼，大口喘气的是我吧?如同一个快溺水的人无力地挣扎。炎热干灼的回忆，着实痛苦。

场景一换，耳畔便响起了清亮的哨声。那是长跑考试的最后50米。跑道上的我似乎高了些，脚步凌乱却异常坚定。一个个拼劲全力、一个个冲线、一个个累得大喘粗气，伴随着重重的脚步声，我们倔强地冲过了终点。

继续。眼前的我意气风发，脸上也添了几分成熟与自信。人声鼎沸的运动场上，田径比赛格外引人注目。这个成绩不会影响我什么，但我却比任何时刻都认真。望着一旁呐喊助威的同学，身边神色紧张的对手，我突然有一种自豪之感涌上心头。在发令枪响的那一刹那，我第一个冲出了起跑线。

奔跑，都是奔跑。我分散的思维就这样殊途同归。眼前渐渐浮现三个奔跑着的身影，从满腹怨言到坚定倔强到自信自豪。三个相同却又不一样的我慢慢重合。突然，“我”的身边出现了许多身影，不同的外貌，神情却是惊人得相似。我的同学们，互相扶持一同成长的我们。屋顶的天空是我们的，放学后夕阳也都是我们的，我们忘记了所有的伤心和烦恼，只在操场上纯粹地奔跑。

过去，我们为不被训斥而跑;为成绩而跑;为荣誉而跑，那未来呢?我们还会这样不顾一切地奔跑吗?

一定会!成长，就是不断奔跑，长大，就是那似乎遥不可及的终点。我们在迷茫中奔跑，在阻碍中奔跑，在困境中奔跑，向着终点不断奔跑。那我们长大了吗?没有。长大不过是相对性的，如同终点也可以是起点。但我们可以奔跑，如同追赶地平线一般追赶我们的“长大”。努力成长，不断挑战自己，超越自己，这才是属于我们的长大。

秋风习习，送来阵阵凉爽。抬头看，盘旋着的大雁不知何时已离去。它们这是去寻找它们的目的地，而我——我的嘴角不觉勾起弧度，也继续奔跑吧。

有关奔跑初一作文2

我想躺在向日葵上，即使沮丧，也能面朝阳光。

——题记

时间顺着秋天的痕迹满上脚背，潮水翻滚高涨，所谓的青春就这样被淹没了一厘米。是从什么时候开始，天气变得这么凉了呢?自己一直都没察觉。

当候鸟忙着南飞，蚂蚁忙着准备冬天的食物时，我一直安静地走在悲伤地阴影中。

从我知道这次期中考试的成绩起，心情就莫名地不好。凉凉的秋雨也似是在嘲笑我一般令我内心更加的彷徨与伤感。仿佛父母失望的眼神，憔悴的面容以及对未来的迷茫，化成一股无形的压力，并且以千百倍的姿态放大，最终如磐石般重重地压在心上。身体里每一根神经都紧绷着，每天睁眼想到的是这些，闭着眼想到的还是这些。有时甚至会敏感地认为身边的同学似乎也总是对自己冷嘲热讽。

抬眸瞥一眼阴沉的天空，眼睛蓦地变得酸涩。我轻轻捂着胸口，长长的叹出一口气。然后，我努力地笑着对自己说，过了这段时间，一切都会好的。可每说一遍，内心就颤抖一次。我不知道这是不是来源于我的恐惧。

为了使自己别扭的心绪快点消失，这个周末，我没有回家。

周末的午后，独自一人坐在寝室静心思考。因为秋天的缘故，原本就不当阳的寝室愈发让人觉得清凉，呆久了就手脚冰凉。放眼望向窗外，视野里尽是一大片一大片的明亮。我惊喜的发现早日阴沉的天空终于挂上了一轮暖阳，于是，我决定去阳台上，边晒太阳边整理自己的心情。站在阳台上，温暖的阳光扑面而来，淡化了秋天的萧瑟。体育场上此起彼伏的喝彩声不时地传入耳中，篮球场上那些充满活力的少年正在奋力拼搏;校园的林荫道上，高大的樟树好像在碧空下向着更高，更远的天际伸展，片片绿叶在秋风里迎着阳光尽情起舞，学姐们在林荫下悠闲地看书或谈笑。明朗的阳光让世界的轮廓愈加清晰，我心里瞬间豁然。

翻开日记本，想要记录下此刻的心情，却瞧见了许久前自己写在扉页上的一句话：我想躺在向日葵上，即使沮丧，也能面朝阳光。我笑着在旁边加上一句，如果想要追上阳光，当太阳一升起，就朝它奔跑吧。

其实我们和向日葵一样，渴望太阳，渴望天空。这种渴望来自于一种身体的本能。向日葵着魔似的随着太阳转动是为了获得更多能量，而我喜欢面朝太阳，是为了获得更多勇气和力量，带我逃离那潮湿的阴暗。

在这个温暖的午后，我内心的烦闷也应着这美好的秋阳一扫而空，身体里好像注入一股新的能量，有一个坚定的信念在心里生根萌芽。

亲爱的朋友，当明天太阳一升起，就朝它奔跑吧。

有关奔跑初一作文3

狮子为了食物而奔跑、羚羊为了生存而奔跑、小溪为了强大而奔跑、而人为了更好地活在这个世界上也要奔跑。然而，“奔跑”这个词在我们的生活中却往往是被忽略的。

然而奔跑也是需要前提的，首先我们要确立一个目标，也就是说我们需要一个终点，即我们要跑向哪里。其次我们需要的是一条可以奔向那个终点的道路，只有这样才能实现奔跑这一行动。可事实上，有很多人都是没有目标的，没有目标就没有终点，没有终点也就没有确立的道路，所以就更谈不上奔跑了。

所有的事物奔跑的目的都是为了更好地生存下去，狮子是为了吃到食物以至于不会被饿死;羚羊是为了不被狮子吃掉而能继续生存下去;消息(小溪)是为了可以让自己不会以为干涸而消失;二(而)人应该是为了不被这个社会所抛弃、所淘汰而努力的向前奔跑下去。因为每个社会、每个国家、乃至是整个世界都处在一个不断进步的过程之中。所以，如果你不奔跑就会被遗落，久而久之，积少成多，慢慢的我们就会被这个世界甩下很远最后被淘汰了。因而，我们每个人奔跑的原因都是相同的，那就是为了在这个世界生存下去。

有了目标还不够，我们还需要一条正确的道路来走向真正的终点。有好多人为了达到自己所谓的终点，不惜出卖自己的.良心来换取所谓的捷径，虽然说表面上看着好像是到了自己想要的终点，但其实，只是离终点很近的另一条路罢了。两条路之间虽然离得很近，可是中间却有一条无法逾越的、无形的护栏，所以是有着本质区别的两条路。而且这条路上还有很多危险，可能会有人因此而改变一生，可能会有人因此散失了自己的本性，更可能会有人丧命于此。所以这是一条万万不能选择的道路。因而，在奔跑前确立了目标之后，紧接着应该确立的就是如何选择一条正确的道路。

虽说，目标和道路都是取得成功的重点，但是重中之重的一点是我们要坚持下去。如果中途我们放弃了，或者放慢了奔跑的速度，那么虽说是往前进步了很多，但是，与此同时还有许多人仍然在奔跑着，我们的敌人也在奔跑着，世界也同样在进步着……所以中途放弃的我们和之前没有前进的我们之间，变化的也就只是五十步笑百步的关系吧。因而，获得生存下去的条件就是不断地奔跑，绝对不能因为任何人、任何事、任何话而退让，以至于放弃。

参加过赛跑运动的同学都知道，终点、赛道、坚持是在跑步比赛中取得胜利的必要因素。人们之间的生存之赛也是如此，所以牢记这一点，努力的为了生存而向前奔跑，这样才可以取得人生的奔跑胜利。

有关奔跑初一作文4

一个个拐角，一次次困难，一份份努力，最终依凭着一份份努力，走过了一个个拐角，打败了一次次困难。之所以能这样，只因我曾成功地一路奔跑。

那一天，爸爸说要跑800米，并要记录成绩。顿时，我就不安起来，心中不断地想：怎么办?我能行吗?800米太远了，我跑不动怎么办?

站在起跑线上，我的牙齿因为紧张不断碰撞着，心也好像要蹦出来似的，舌头下意识地舔着唇瓣。

爸爸举起胳膊，用力劈下，同时吹响哨子。听到哨响，我们都向前跑去。

最初，我还有力气跑在中间的位置，但到后来，体力一点点流失，身后的朋友一个接一个的超过了我。我多想追上去，超过他们，却没有多余的力气支持我这么做。

渐渐地，我的嘴里充满了腥味，止不住地想要咳嗽，心里忍不住埋怨爸爸：都怪你，为什么要跑800米，好累，我快要坚持不住了，怎么办?

光靠鼻子呼吸获得的氧气早已不能支撑着我运动下去，因此我张大嘴巴，贪婪地想要获取更多的氧气。我的嘴唇干裂，大口大口地喘着粗气，我觉得自己几乎要被这漫长的路程给压垮了。

刺目的太阳悬在空中，无情地炙烤着大地。汗不断从我的额边滚下，有时落进眼睛里，我也不肯耗费体力去揉眼睛。汗水将眼前的世界变得模模糊糊，什么也看不清楚。突然我的眼前一片发黑，万物都开始轻微地摇动。我的腿像灌了铅一般沉重，每迈一步都是那么吃力。我想要停下，却不敢，因为我怕停下之后我就再也跑不动了。

我跑过爸爸身边，听见他严厉地说：“加油，还有最后一圈，快点，冲刺。”我像沙漠中的人看到了希望一般，全力向前冲去。其间，我闭上双眼，迈动步伐，一点一点缩短我和终点间的距离。终于，我冲过了终点。

我将手撑在膝盖上，只觉得世界一片寂静，没有听到爸爸报成绩的声音，等到同学告诉我，我才知道，我成功了，我克服了我原以为我不可能打败的困难，激动涌上了心头。

感谢这一次一路奔跑，让我重拾信心，让我倍增勇气，让我收获成功。我会珍惜这一次的奔跑，未来的路上，我相信自己一定能继续保持一路奔跑的斗志与状态。

有关奔跑初一作文5

在漫漫人生路上，有许多不容易和许多失败，这都是阻止我们继续奔跑的理由，因为上天给每个人的时间都一样，而我们想要成功，就要比同一时间的人付出的更多，不停的向前奔跑，在他们休息或停止时，而我们却还仍然努力向前。

我们在路上奔跑，就像在海中追逐波浪，你停下来，向海浪低头，默默的等待着海浪过去，可海浪不会那么轻易放过你，它翻滚身子用那冰凉的温度刺痛你的身体。你要面对，虽然这次很痛，但你想到你经历过比这还要凶险还要痛苦一百倍的地方，说明你有能力克服它，战胜它。这并不是许多人都具备的，如果你继续坚持下去，你的实力作为基础，和你被淹下去的经历作为经验。你就离成功只差一小步。

时间流逝的悄无声息，无影无踪，就像一条没有源头没有尽头的数轴，我们从数轴上的这个点跑到另一个点，再跑到另一个点，将这些个点一个个串联起来，就会发现这就和生命是一样的在不停不停的努力，如果人生停下来，就是过去了，错过了，消失了。那一刻永远不会再回来，这意味着你需要花比别人多更多的时间来完成自己需要做的事。你迟缓一步，别人就抢先你一步。比你先登上成功的顶峰，在日本，有一个马拉松冠军，记者访问他，他为什么连续几年成为冠军?他说在这之前，自己开车观察地形，看看路边有什么，把四十公里分为五段，每八公里作为一个标记，每八公里跑完就与成功又进一步。

在路上奔跑就是走好自己的路，把握住人生的每一分钟，做好每一件事，或苦或甜，从未停下。如果停下了奔跑的脚步，成为坐在路边鼓掌的人，那么就像路上迷茫的世人一样，生活平淡无味，庸碌一生。在路上奔跑，不断挥洒下汗水，不论收获的多少，都是对自身的不断实现与提高，在奔跑时享受狂风暴雨袭来的痛苦与忍耐，我们享受拼搏的乐趣，胜利的喜悦与失败的汗水。即使失败了，却依然比别人学到更好的东西，比别人积累更多的经验，为下一次成功打下基础。

在路上奔跑，应该坚持自己不轻易放弃，也许当你放弃时，你与成功只差一步，你努力一步，你就是那个站在顶端的王者。在路上奔跑，应该不懈努力。在路上奔跑，应该勇于拼搏，在路上不断地奔跑吧。

在路上奔跑，不要停止，只有奔跑我们才能看到世界上更多更美的风景。加油吧，少年!

有关奔跑初一作文

**第二篇：《奔跑》作文（定稿）**

《奔跑》作文三篇

一、生之路曲曲折折,充满了困难与艰辛.蝴蝶经过了破茧的痛苦,才有了如今的美丽；彩虹经历了风雨的洗礼,才有了现在的缤纷；梅花经历了寒霜的考验,才有了暗香袭人.在人生的旅途上,困难与挫折不可避免,也是人生不可缺少的一部分,没有困难的磨砺,人生就像是一杯失去了香味的咖啡,平平凡凡,没有了其原本的香醇.着名的音乐家贝多芬,热爱音乐,却失去了聆听音乐的双耳,他经历了作为音乐家的最大痛苦,但他却没有放弃,他一直隐忍自己的痛苦,却以自己用痛苦换来的欢乐来安慰人们,创造了许许多多的不朽的作品.困难与挫折让他坚定了自己的信念,更加不屑地追求,让他向着自己的目标奔跑.奥斯特洛夫斯基,他疾病缠身,十分痛苦,可他却坚持不懈,创造了辉煌,获得了常人难以得到的幸福.他的成功靠的是对人生的不屑追求,靠的是在困难中让自己奔跑起来,追求自己的人生目标.爱因斯坦让自己奔跑了起来,才有了后来数以前计的伟大发明；司马迁让自己奔跑了起来,才有了我国的第一部纪传体通史；大自然让自己奔跑了起来,才有了亭亭荷叶托起清丽的芙蓉.困难并不可怕,梦想并不是遥不可及,人生之路因困难挫折而缤纷多彩,人生的旅途因坚持奋斗而美丽,像咖啡那样先尝苦,后来才是浓郁的香醇.让自己奔跑起来,去追求自己完美的人生.二、我不喜欢运动，但却钟情于跑步。

不在乎时间，不在乎地点，不在乎速度，要的，只是那份心情。

阳光很明媚，天空很蓝，我奔驰在运动场上。放开所有的思绪，这一刻，我的心跟着脚步一起飞扬。全身的细胞都动起来了，我清楚地听到心脏强烈的跳动，“扑通！扑通！……”我真切地感受到生命的力量，运动的魅力。一股暖流流遍全身，脸微微发热，细细的汗珠从毛孔中渗出，清凉的感觉渗入骨髓。

我踏着阳光，追逐着清风，一切的烦恼随之烟消云散。不受任何的束缚，这一刻，我随着自由一起飞翔。我不急于加速，只是留恋于路边的风景，青青的小草，清脆的鸟鸣，朵朵的白云，还有那飘飞的思绪……

一个个匆匆奔跑的人从我身边急速奔过，看见他们那涨红的脸，布满汗珠的额头和那飞一般的脚步，他们的眼中，我感受到的是单调与执着。如此一味的向前冲，错过了路边的景致，如此单调的脚步，但他们却执着地奔向终点。我只是轻轻地摇了摇头。奔跑，不仅仅追求速度。

我也曾经试过飞速奔跑，但很快就感到精疲力竭，上气不接下气，豆大的汗珠顺着脸颊流淌下来，我只有一个感受——累。所以，我拒绝猛冲，我要的，只是适合自己的脚步，不需要快，但不能错过路边的风景。人生不也是如此吗？每天，我们几乎都在奔跑，为了追上时间的脚步，我们加速前进；为了追逐梦想，我们超速飞奔。可是，到头来，我们却错过了眼前的美丽，我们错过了过程，一个令人心动的过程。一朵花开，需要一个过程；蛹化蝶，需要一个过程；人生，亦是如此，没有过程的人生，就像一个没有灵魂的躯壳。细微之处现芬芳，我懂得了，要珍惜眼前的美丽，不要让美好的事物在我们的身旁消逝。

我微笑着，迎着阳光，用心去感受，去体会，那美丽的过程……

三、“还有一年半就中考了！你们怎么就不知道着急呢！”

“你说说你考不上高中你能干什么！还不赶紧学习去，考不上高中没人养你！”

“好好学习吧，让爷爷有生之年看到我孙女考上个大学。”

即将中考的我们，别无选择，我们只能奋力向前奔跑，接受来自各方的压力。筋疲力尽，脚步竭尽、停滞。

成绩下来了，勉强及格，不理想。我叹口气，瘫倒在桌子上。今天晚上世界注定不能安宁。

漫无目的的走在大街上，路边锈迹斑斑的路灯发出微弱的光芒，突然感觉很疲惫。明明知道在这个阶段不能有一丝懈怠，却无力前行。

伸出手指，怯弱的敲门。门开了，老妈一张期待的脸出现在我面前，问我考的怎么样。我扬起无力的微笑，说，不好，勉强及格。

出乎意料，那张脸并没有阴云密布，反而扬起微笑对我说，没关系，下一次你一定会考好的！

那一句话，仿佛是冰冷黑夜里的一盏暖灯，照亮黑夜，温暖我心。现在我依旧在奔跑，心里却载着别人的希望，就算压力萦绕，也会微笑面对！因为那一句话，我发誓不会让那些人的期望打水漂！一改往常，我强迫自己听老师讲课，强迫自己发言，久而久之，已成习惯。

如今的我，就算前方再黑暗，就算筋疲力尽，我都会用我的微笑，带着所有的爱，照亮前方的路。

人生亦是如此，面对未来，我们没有选择，只能一味的向前奔跑。在奔跑中，我们总会受伤，会迷茫，会彷徨。但总是有那么一个人，在人生的交叉路口，帮助你选择，带给你爱和希望！不管前方有什么困难，只要我们带着微笑和希望，前方的路会因为我们变得宽敞明亮！

**第三篇：【精品】奔跑作文600字**

【精品】奔跑作文600字3篇

在生活、工作和学习中，大家总少不了接触作文吧，作文要求篇章结构完整，一定要避免无结尾作文的出现。那么你有了解过作文吗？以下是小编收集整理的奔跑作文600字3篇，仅供参考，大家一起来看看吧。

奔跑作文600字 篇1

秋风拂过，凄然中夹杂着缕缕芬香。太阳好像知晓我们要举行运动会似的，洋溢着笑脸，充满着热情，让我们每一个的脸上都暖洋洋，红彤彤的。生怕我们不知道他在为我们加油。

那天运动会，万众瞩目的3000米长跑比赛即将拉开帷幕。运动员们一个个神情激昂，脸上写满了紧张。只见他蹲下身子，舒张双手，轻轻的撑起身体，突然他又起身腾跳了几下，做起了热身运动，可能他此刻太紧张了吧，想放松下身体。

忽然，裁判员一声吆喝，他立马飞到跑道上，蹲下身，好似即将迎战的战士，英勇无畏，又好似已经畜满力的弓箭，准备在此刻爆发。此刻他犀利的眼神正视前方，宛如一往无前的浪，仿佛一切都成为他的垫脚石，仿佛冠军非他莫属。

“预备”，只见裁判举起旗子，大喝一声“跑！”发令枪好似一声炮响，震耳欲聋，战争正式打响。

只见他纵身一跃，像一匹飞奔的快马，闪电般的速度使他位居第一，刹那间，看似遥远的一圈已经被他跑完，可他丝毫没有放慢脚步的意思。观众们的欢呼声，呐喊声连成一片，统统都成了他的推进器，使他速度更快。此时的他犹如一只威武的雄狮，盘踞第一，但是，他的速度渐渐慢了下来，但仍坚持向前迈着轻盈的步子。一圈，两圈，三圈，步伐越来越沉重，他离终点愈来愈近。我们屏住呼吸，当他离终点还有一步之遥时，他，笑了。是如此的灿烂，宛如六月的暖阳，照耀在每一个人的心头上。

此刻，不知是谁大声唱起了《奔跑吧，少年》，是啊，凡事不论成败，只要经历，这一生就是为了不输给自己。奔跑吧，少年！不到终点，绝不停歇，有梦可追，定会无怨无悔。

奔跑作文600字 篇2

向着太阳奔跑

我是一只老鼠。

我和妈妈生活在一个潮潮的黑黑的洞里，洞里堆放着许多东西，有咬了一口的饼干、蜜蜜的糖块。还有一个掉了色的积木，那是我在垃圾堆里翻出来的，我一眼就看见了它，它是我唯一的宝贝。

妈妈总是不准我出洞，她用很严肃的语气对我说：“孩子，外面太危险了，你不能出去，等你大一点了的时候我会带你出去找东西吃的。”于是，每当夜深人静的时候我就会抱着我的积木，幻想着哪一天我能够自己出洞。

可是很快我就忍不住了，有一次，我趁着妈妈出去了，溜到洞外，强烈的光让我有短暂的不适应。过了一会，我可以挣开眼了，就看到房子的西边有一个橘黄色的球，通体发光，让我有一种暖洋洋的感觉。我痴痴的望着那个球，直到背上挨了重重一棍。“死老鼠，看我不打死你！看棒！”一个小男孩举着一根棍子又要向我挥来，我连忙跑进了洞，心脏剧烈地跳动着，刚才那个男孩确实吓着我了。

后来我才知道那个发光放热的球叫太阳。我疯狂地迷恋上了太阳带给我的那种温暖，我甚至嫌我的洞太潮湿、太冷。所以我经常不顾一切地溜出去，去接近那种温暖。

妈妈很担心我，她说孩子啊，你是栆老鼠，被人人见了喊打的老鼠，怎么会去喜欢太阳呢？你会被人类打死，会没命的。我也很奇怪，可是我就是那样地迷恋太阳，我讨厌寒冷，讨厌潮湿，讨厌过这种躲躲藏藏不见天日的生活。我想要在下午一边晒太阳一边打瞌睡，想要在太阳下打滚，想要接近太阳。

于是，在某个阳光灿烂的下午，我背着妈妈跑到山坡上，看着地平线那一头那轮红彤彤的落日，我变得非常激动，我忘记了妈妈的警告，忘记了洞里的积木，忘记了人类手里的木棍，甚至忘记了我是一只老鼠，眼前只剩下我和太阳，我的心底产生了一个想法：“我要接近它，可爱的太阳。”于是，我迈出步子，欢快的向太阳跑去。

我爱太阳，我相信，无论是任何生命，都有权利去追逐太阳，追求温暖，让我们向着太阳奔跑吧。

奔跑作文600字 篇3

那一天我学会了奔跑，最纯粹最真实的奔跑。

星期一的早晨一向是滑稽而忙碌的，面对书桌上横七竖八的作业本和飞驰的时针，我只好放弃了热腾腾的早餐，连妈妈小跑过来递上的牛奶也顾不上喝，就冲出了家门。

当体育课代表带回“出去站队”的喜讯时，饥肠辘辘的我却是两眼昏黑，迈着极不情愿的步子走进料峭的操场上。时间过的也快，转眼已是临近下课，可老师漫不经心的`指令有如晴天霹雳——去跑一千米！

体育加试让这种训练变得顺理成章，可我空荡荡的肚子在打着退堂鼓，看着同学们都跃跃欲试地站上起跑线，我也只好从人缝中挤出一个位置。就在这时，远处掐着秒表的老师那传来了一声哨响。

腿突然开始下意识地向前跃去，几个同学一马当先冲到我的前面。那要命的好胜心似乎又苏醒了，它瞪着眼朝我呐喊：跑快点！我暗暗加快了节奏，虽然只是一场再平凡不过的赛跑，可我听到胸腔里那颗心在急促地敲击。

一圈下来，体能像是沙漏中的沙粒，一点点接近殆尽。饥饿和清晨的寒风向我袭来，由于逆风奔跑，嗓子被灌进了大口大口的冷气，腿又像绑上铅球，只剩下机械的摆动。此时的我，活像个着陆的鱼，拼命地呼吸和移动。先前那几艘“快艇”现在都触了礁，被甩在了身后，只有一位与我并驾齐驱。就在我决定屈于极限的时候，我听见他呼吸短促，喊着我的名字：“怎么……慢下来了？”我说：“不会的……”

我冲过终点的那一刻，他向我挥挥手。最后的几百米仿佛大梦一场，那种放肆的奔跑有种突破极限的快意。

那一天是我第一次真正的奔跑，以沉重的腿和涣散的意志为，赢得了战胜自己的酣畅淋漓。人生的奔跑有太多种，在操场上，在考场上，或是更高更远的地方，我会铭记那一天的勇敢的奔跑，也一定要像那天般的，骄傲地冲过终点。

**第四篇：关于奔跑作文300字**

关于奔跑作文300字八篇

在学习、工作、生活中，大家都写过作文吧，写作文可以锻炼我们的独处习惯，让自己的心静下来，思考自己未来的方向。那么你有了解过作文吗？下面是小编精心整理的奔跑作文300字8篇，欢迎大家分享。

奔跑作文300字 篇1

“随风奔跑自由是方向，追逐雷和闪电的力量……”羽泉的《奔跑》，是我很喜欢听的一首曲子。在他们的歌声里，我找到了属于我自己的青春。

我们是祖国未来的栋梁，而此时的我们，正在人生的跑道上神采飞扬地奔跑，我们不为路上的磕磕绊绊，一直勇往直前，我们跌倒了，再爬起来，不怕疼，不怕痛，一心只想追赶我们那奔跑的青春。我们的动力，是父母给予的鼓励，是老师的循循善诱，是同学们之间的互相帮助。我们在人生的跑道上一路狂奔，勇敢去面对生活中的一切困难。我们那勇敢的背影留在了人生的照相机里，在路上却没留下一丝痕迹，只能让别人用匆匆的脚步去追寻我们的踪影。我们追着青春，时间追着我们。我们在奔跑中慢慢长大，又在奔跑中慢慢老去，最后慢慢放下脚步，细细感受我们曾经在奔跑中错过的景色。我们会在奔跑中慢慢成长，从稚气未脱的小孩，长成血气方刚的少年，再变成饱经风霜的老人，最后懂得了人生的真谛。我们在奔跑中一点一点地蜕变，从丑陋的毛毛虫变成美丽的蝴蝶，从一株和杂草差不多的百合苗变成一朵香气四溢的百合花。我们会在奔跑中品味青春。

少年们，快去追赶你们那奔跑的青春吧！

奔跑作文300字 篇2

20xx年9月23日是高安路第一小学的好男孩活动。下午2点，二（8）班的男孩们背着书包整齐地排着长队行进在秋日的徐家汇公园。

今天时值秋分，天气晴朗但有些闷热，男孩们在俞老师的带领下就像解放军负重野外行军训练般，时而奔跑，时而慢行，穿行在阳光大道、林荫小道和绿茵河畔，徐家汇公园内的湖设计成黄浦江形状，架设了“徐浦”、“卢浦”、“南浦”、“杨浦”4座“大桥”，整体布局呈上海版图状，是上海的缩影。半个小时的“行军”，孩子们即走遍了”整个上海”，有的说：“好累啊，脚都有点酸了”。个个额头、胸背都沁出了汗，更多的男孩意犹未尽，说：“我们还有很多力气，还可以走好几圈呢！”真是一群可爱的阳光小男子汉。

老师们精心安排了本次活动，让二年级男生体验到了解放军所需具备的严明纪律和强健体魄。好好锻炼，好男孩会更棒！

奔跑作文300字 篇3

梦想，就如茫茫黑夜中的灯塔，给人以光明，为人们指导方向。只要心中怀揣梦想，不论走到哪里，心中都是一片光明。

从小，我就迷恋上了书籍。我享受着打开书的那一刻扑鼻而来的墨香。宁愿和兄弟们坐在书房看书，也不愿跑到客厅看电视。后来，我渐渐长大。开始执起笔来，尝试写作。每写下一个字，眼前总会浮现出书中的一幕幕，那些或完满或悲伤的故事带给我的感动，是那么令我记忆深刻。我的心里，似有一颗小小的种子破土而出：我要当一位作家。

读万卷书，行万里路。我将这句话作为我的座右铭。我阅读的种类繁多，心中也有了属于自己的想法。我找到了最喜欢的写作风格，也慢慢有了自己的风格。我想，我要读更多的`书，让自己的视野更开阔；等我长大后，还要去世界各地旅行，爬一次长城，乘一次威尼斯“贡多拉”，亲眼看看那条丝绸之路，感受不同的文化。而现在，我坚持每天写日记，不定期做摘抄，周末看一部经典电影，坚持自己的写作风格。我相信，只要脚踏实地，一步一个脚印地坚持下来，终有一天，我会取下那面印着“梦想”的小红旗。

愿自己心怀梦想，向着梦想的方向，一步步，奋力奔跑。

奔跑作文300字 篇4

美国的著名演员和制片人托马斯女士曾经４次获得的艾美奖。有人问她如何取得如此辉煌的成就时，她谈了少年时的一段往事。

托马斯的父亲丹尼·托马斯是好莱坞老牌喜剧明星，马鞍国对父亲非常崇拜，一心想成为一名受观众喜爱的演员。10年后托马斯17岁时，机会终于来了。托马斯将在舞台剧《吉吉》中扮演女主角，首演地点在洛杉矶的古拉剧院。可想而知托马斯是何等的激动和兴奋。然而，这样梦想成真的兴奋很快烟消云散。所有关于她的报道都不约而同地以她的父亲为焦点。自己能和爸爸一样成功吗？是否能和他一样幽默而富有天赋？观众会像喜欢爸爸那样喜欢自己吗？一时间，她被压得喘不过气来。

爸爸，演出前一天，托马斯终于鼓起勇气对爸爸说：请您不要难过，但我想改名。我爱您，但我受不了姓托马斯的压力。我不愿他们总拿我和您比较。你看过赛马，知道比赛时为什么有的赛马戴着眼睛罩吗爸爸说：那是为了让它把精力集中在正前方。戴眼罩的赛马看不见观众，也看不见别的马，它是在为自己奔跑，你也必须采取这种态度，不要管别人的看法，不要和我比，不要跟任何人比。要为你自己奔跑！为自己奔跑！这句箴言对托马斯的一生起了至关重要的作用。让我们为自己奔跑吧！

奔跑作文300字 篇5

风，夹杂着花的淡淡忧伤拂过脸。抬起头，便看到那朵绽放的花儿。花开，绽放一世的繁华，为着迷人的青春增添了无尽的光彩。

追赶.朝阳

“起床啦！”惊醒于管理员的哨声。朝阳已从窗户挤入屋内，刺伤我朦胧的睡眼。

收拾完毕，进入操场。一阵阵微风袭来，伴随这柔和的朝阳。令人神清气爽，使我陶醉其中。可又觉得这种惬意之感正慢慢远离我，于是我随风奔跑，追赶朝阳。

竞赛。艳阳

脑力劳动连续3个小时，是该有个休息的时间了。伴随正午的艳阳奔向操场。

恍惚间发现，一个个毕业班的学生都如披坚执锐，严阵以待的战士蓄势待发，一声哨响，便如脱缰之马又如离弦之箭，飞一般的在艳阳下奔跑，竞争。

放松。夕阳

人生总是需要有静一静的时间。初三，也不例外。也许，夕阳，操场，慢跑，便是绝佳的选择！

疲惫了一天，放下一切，去操场！慢跑，感受阳光，欣赏青春的夕阳西下，放松疲惫的身心，松开绷紧一天的精神。在夕阳下慢跑，同样是一种享受。

操场上，碧绿的气息，模糊了视线，记忆定格在那一瞬间。是谁的芬芳气息弥漫冰冷的大地，刺穿青春的阳光下，正奔跑着一个青年。

奔跑作文300字 篇6

云，一朵一朵，在湛蓝的天空上飘，忽儿垒成堆，忽儿扯成片，如棉朵，不断地被塑造。它碎了，撕成一条一条，又拼凑在一起。天空有双神奇的大手，不断地创造着意象派作品。

屏气凝神感受着这种变化，周围的景象似乎已不存在，心中只有天空。洁白的云不停地盛开，又收拢；它的花瓣，不停地变幻，几乎能听到盛开的声音。

那声音忽高忽低，如哀象怒嚎，高吭有力。空气在震动，奔向四面八方。

那是风，它一直在奔跑！它在喘息。

大海上，它推搡着海水一浪高过一浪；

荒漠内，它踢踏得风沙漫天飞舞；

天空中，它追赶着乌云大汗淋漓；

山林里，它摇曳着树木沙沙歌唱。

我知道，它在努力制造明丽的景象。

它奔跑着，从这家屋顶到那家。疯狂。疯狂的奔跑，踏出壮丽歌声。

奔跑作文300字 篇7

今天，要与我一起参加运动会800米赛跑的张雅淇约我中午一起去跑步，我爽快地答应了她，但刚答应完我就有些后悔了，如果我跑慢了，她会不会笑我啊？

中午，我们一起床便直奔连心桥，随着裁判戴思琪高呼一声“开始！”我撒腿就跑，等我再回头看张雅淇时，只见她在不紧不慢地跑着，我很莫名其妙，难道，她不知道这是在计时吗？哎！我不管她了，想罢，我便加快了步伐。

在太阳的照射下，我在整个操场中格外显眼。许久，汗水贴着我的耳朵一滴一滴地流下来，腿就像生锈了似的迈开一步就不想再迈开第二步了。这时，呼的一下，张雅淇风一样地超过了我，我俩相视一笑后，她飞速跑向终点。再看看我，哎！我咬紧牙关迈开两条生锈般的大腿，做了最后的冲刺，但是最终我还是比张雅淇慢。

这时，她擦了擦汗，点了点头看着我红红的脸说：“你跑八百米，前面不能跑得太快，不然，会很容易输的。”说罢，她便朝我笑了笑，笑得那么灿烂，看着她远去的背影，我朝她投去了赞许的目光。

奔跑作文300字 篇8

大家看了我的题目，是不是很面熟？没错！这就是《奔跑吧兄弟》的番外版，说到它是不是以为我们学校要玩撕名牌？NO！NO！NO！那你可就大错特错了，我们学校是要举行运动会呢！

我们首先看一下操场：只见人山人海，如果从楼上俯视那映入眼帘的也只有一片黑色的头发，下了楼，开始比赛，一年级的小朋友都鼓足了劲，枪声一响，他们就如狂牛似的飞奔出去，冲往终点线，第一名在欢呼雀跃，最后一名只能唉声叹气。这时志愿者走过去对小声地他说：“加油！不要气馁，继续努力。”

终于，四年级的比赛到了，我们班的“奔跑少女”陆妍婷也已开始摩拳擦掌，恨不得立刻冲刺，枪声一响，两百米开始了，她早已按捺不住的双腿，早就开始了飞奔，一圈又一圈，像一只鸵鸟一样，迈开了双腿跑来跑去，只见她把双手握成拳头状开始了最后的冲刺，最终以不错的成绩回到了班级。

这次运动会大家都很努力，连我这种跑步不好的人也都快按捺不住双腿想狂奔了！

**第五篇：羚羊奔跑作文材料（本站推荐）**

在非洲大陆上，生活着狮子和羚羊。每天清晨，羚羊睁开眼睛所想到的第一件事情就是：要想活命，我必须比跑得最快的狮子跑得更快，不然，我就 会被狮子吃掉。而就在同一时刻，狮子也从梦中醒来，首先闪现它的脑海中的一个念头是：我必须追得上跑得最慢的羚羊，要不然我就会被饿死。

给我感触最深的是那五只拉雪橇的狗。其中一只是领路狗，它只负责引领方向，不用费力气去拉雪橇，套在它身上的绳子最长，主人的鞭子根本不会打到它。另外四只是名副其实的雪橇犬，雪橇的滑动完全靠它们四个拼命的奔跑，稍慢一点，就会遭到鞭子无情的抽打。每天回到家，领路狗可以得到一块美味的肥肉，可以安逸的躺在主人温暖的屋子里美美的睡一觉；而另外四只雪橇犬，却只能得到简单的食物，然后挤在门外狭小寒冷的窝里瑟瑟发抖熬过漫漫长夜。四只狗在抱怨、在嫉妒，但是为了那简单的食物和寒冷的窝，他们不得不继续奔跑；领路狗有着优厚的待遇，但它依然每天在拼命奔跑，不只是为了得到那块肥肉，也不是担心跑慢了被身后的雪橇犬泄愤咬伤，而是为了不被其他的狗所取代。这就是一个中层领导和基层员工的区别。

当然，作者的本意不是说这就是奔跑的意义，这样的奔跑是被动的，被动的工作是痛苦的。

怎样把压力转化成动力

竞争日益激烈，生存越发艰难，压力是可怕的。但另一方面，压力又是我们不断前进的动力！很多职场人面对工作压力苦不堪言，却不知道压力也能带来催人奋进的力量。研究压力对人类身心影响的加拿大医学教授塞勒博士说过：“压力是人生的香料。”

他提醒我们：不要认为压力只有不良影响，应当转换认识和情绪，多去开发压力的有益之处。适当的压力和逆境能磨炼人，它会逼着你想出办法。被逼到山穷水尽的地步，却依然能够达成所愿，这也许就是卓越者和平庸者之间的区别吧。

刀按在脖子上，全身的神经都会紧张起来。于是，奇迹就在压力下产生了：

他是一位中国留学生。刚到澳大利亚的时候，为了能够糊口，他替人放过羊、割过草、收过庄稼、洗过碗„„只要能够有一口饭吃就行。

一天，他看见报纸上刊出了澳洲电讯公司的招聘启事，就选择了线路监控员的职位去应聘。过五关斩六将，眼看就要得到那个年薪3.5万澳元的职位了，不想招聘主管却出人意料地问他：“你有车吗？你会开车吗？我们这份工作时常外出，没有车寸步难行。”

澳大利亚公民普遍拥有私家车，无车者寥寥无几，可这位留学生初来乍到，又没有什么收入，当然还属于无车族。然而，为了争取这个极具诱惑力的工作，他不假思索就回答：“有！我会开车！”

“那么4天后，请开着你的车来上班。”主管说。

4天之内，想要买车、学车谈何容易！但为了生存，他豁出去了。他在朋友那里借了500澳元，从旧车市场买来一辆外表丑陋的“甲壳虫”。第一天，他跟朋友学了简单的驾驶技术；第二天，在朋友屋后的那块大草坪上模拟练习；第三天，歪歪斜斜地开着车上了公路；第四天，他居然自己驾车去公司报了到。

时至今日，他早已是“澳洲电讯”的业务主管了。

这位留学生的专业水平如何，我无从知晓，但我确实佩服他的胆识。如果他当初畏首畏尾、遇到困难就放弃，绝不会有今天的成就。关键时刻，他毅然地斩断了自己的退路，把自己置身于命运的悬崖绝壁之上。正是面临这种后无退路的境地，人才会集中精力、拼命向前，去赢得属于自己的位置。

在非洲大陆上，生活着狮子和羚羊。每天清晨，羚羊睁开眼睛所想到的第一件事情就是：要想活命，我必须比跑得最快的狮子跑得更快，不然，我就 会被狮子吃掉。而就在同一时刻，狮子也从梦中醒来，首先闪现它的脑海中的一个念头是：我必须追得上跑得最慢的羚羊，要不然我就会被饿死。

强如狮子之强，弱似羚羊之弱，差别不可谓不大，然而在物竞天择的广阔天地里，两者面临的生存的压力是同等的。

细细看来，在动物世界里，羚羊最大的对手不是狮子，而是它自己，它必须超越自己的极限越跑越快，稍不留神，就会成为他人的战利品，决无重赛的机会；同样狮子最大的对手不是羚羊，也是它自己。

最大的敌人就是自己，对人何偿不是如此？不管你是领导还是小职员，都面临着一样的压力，大家的选择都一样。

所以压力是人人都有，只有超越自己，压力也就没什么可怕的！让自己做得更好吧！

每个人的体能都有自己的极限。参加笔架山跑步已经有一年多的时间了，虽然和当初相比，跑上2圈湖都大气喘不过来。现在虽进步了一些，但提高还是很慢。

8月10日晚笔架山固定跑步，环湖跑11圈用时51：31分。跑完后，见到老罗，高兴的对他说，这是我跑步以来最好的成绩了。老罗开始对我加以表扬和鼓励，最后还是对我提出了要求，希望继续努力，争取更大的进步！

9月9日再次测试环湖11圈，预想跑进50分的成绩。跑完第5圈用时22：11分，从理论上来说，进50分应该是没有问题的。但想着想着，腿开始变得沉重起来，跑到第8圈用时37：05分。我一边跑一边算，还剩不到13分钟，以我的速度跑完最后3圈肯定超过了50分种。想到这心里一下子松懈了下来，于是最后3圈不再看时间了，随意跑。最后一圈时，打算先放慢节奏，再来个冲刺。刚慢下来20米，就感觉身边一阵风刮过，定睛一看，扎西光着上身，飞也似的从我身边飘过。看着他迈着轻盈的脚步，健硕的身体流淌着欢快的汗水，在路灯的照耀下，泛着柔和的白光。我在想，要是哪天我也能跑得如此轻松那就爽了。想着想着步幅跟着扎西的节奏往前迈，刚开始还可以，保持不到10米的距离，等跑过500左右时，距离开始逐渐拉大，15米、20米，在最后的50米，那个跳动的身影被视线拉的越来越长，最后彻底消失在夜色里！

到达终点，看到秒表上显示：51’45分。

每个人的能力都有自己的极限，想让自己的极限延长，除了要付出很多辛劳外，决心是最重要的。在我的内心里，我知道这个速度不是我的极限。我明白自己在跑步上还不够刻苦和勤奋。缺勤的时候总在找着各种理由来为自己开脱，这样就更助长了自己的惰性。在身边的跑友里，我觉得南华黄金是我的榜样，他的进步我们有目共睹，他的刻苦能成为我们的楷模。所以今天在此随笔闲语，除了总结，还是对自己的一种自我批评。我希望通过自己的努力和勤奋，能达到自己的新高度！

为我们自己的运动人生加油吧。。。！

勇敢奔跑,超越自己

梦语 2024-02-13 16:46:09 阅读1 评论0 字号：大中小 订阅

人生弯弯曲曲水，世事重重叠叠山。热情去奔跑，去超越，然后才能拾掇失意后的坦然，挫折后的不屈，困苦艰难后的从容。王孙莫把比蓬蒿，九日枝枝近鬃毛。露湿秋香满池岸，峰来不羡瓦松高。

我策一匹骏马，在昏黄的古道上奔驰。然而，官场的尔虞我诈，世俗的道貌岸然绊住我奔跑的脚步，无情的现实冷却了我一腔热血。是啊，想当年力士为我脱靴，贵妃为我磨墨，那该是我仕途上奔跑得最顺畅的时期啊。

可是，无意间我看到了力士谄媚的丑态和贵妃不可告人的笑，我觉得我应该永远让我奔跑的双脚停滞不前，离开这黑暗的金马门。我清醒地知道，我宁愿散尽千金，只求一醉，也不愿摧眉折腰，做大唐的“御用文人”！

于是我带上一把佩剑，把一杯酒去寻访我暂且放在名山的白鹿，永远跨出黑暗的仕途之门。

昔日我骑卸赐骠马奉诏奔驰，今日我骑白鹿奔向我梦寐以求的远方。浊酒深酌，重返喜地，寻幽豪饮，同销万古情愁，南下吴越，梦游天姥，齐叙难酬鸿志。奔跑让我屡跌屡撞，奔跑又让我获得心灵的超越——思想，永远在徘徊和失意中成熟。

花开不并百花丛，独立疏蓠趣未穷。宁可枝头抢香死，何曾吹落北风中。

我送走了那个可弃可恨的昏君，零丁洋未过，我就被远兵的罗网网住。

我回头看那无止境的路，从临安到岭南，这一路我的确奔过来的。我的人生又何其相似。当年，我心怀抗元大志，跨上战马，驰骋沙场。我在奔向战场，也是在奔向我人生的另一处归鸿：大丈夫志在军营。

可是临安府，容得了一代糊涂君王，容得了一群窝囊庸臣，却容不了一颗誓死效忠的赤诚之心！所以，我深深明白，我只能永远奔跑，哪怕只杀一个元兵，收复一寸疆土。荆棘算得了什么，刀光剑影又有何畏惧。

今夜，我却被困在暗牢，也许永远不能跨上我心爱的坐骑，去驰骋边疆，驰骋信念，驰骋人生了。箫声吹得人哀怨，但哀怨从来不属于伟丈夫，士可杀不可辱。铁骨铮铮的文天祥怎能跪着生！

燕山月静静洒下，秋菊无声无息地盛开，塑一座圣洁的雕像。

奔跑让我遍体鳞伤，抛头洒血，奔跑又让我在心灵上完成了一次永恒的跨跃——意志，应该在残酷和无情中超强。

生命是一江春水，抒写了热情和奔放，教人在激情中意气风发；

生命是一泻瀑布，宣誓了坚贞和不屈，教人在挫折中不懈要求。

勇敢在人生路上奔跑，勇敢在心灵上跨跃

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