# 退缩与突破初中生作文(合集27篇)

来源：网络 作者：春暖花香 更新时间：2025-08-02

*退缩与突破初中生作文1今天阳光明媚万里无云，我宅在家里看电视。父亲说：“今天天气这么好，不能辜负了老天爷的一片心意。说想去哪玩?”“随便”我一脸不耐烦地说。于是父亲拉着我来到了“死亡之地”——“锦江乐园”。上一次我的姐姐蹦蹦跳跳地来到这里，...*

**退缩与突破初中生作文1**

今天阳光明媚万里无云，我宅在家里看电视。父亲说：“今天天气这么好，不能辜负了老天爷的一片心意。说想去哪玩?”“随便”我一脸不耐烦地说。

于是父亲拉着我来到了“死亡之地”——“锦江乐园”。上一次我的姐姐蹦蹦跳跳地来到这里，回来的时候泪流满面，一听到这个名字，她就吓得直打哆嗦。

父亲只买了一个项目的票，就拉着我急匆匆地来到“云霄飞车”。我还没反应过来，就被父亲推进了乘坐“云霄飞车”的队伍里。我慌张地朝四周看了看，全都是大人，我心中像压了一块沉重的石头。时间是那么得短暂，一会儿就轮到我了。我忐忑不安地走上列车，系好了安全带，这时列车缓缓地向坡上开。开到顶的时候，一阵急促的警报声响起。列车，开始飞速向后倒去，不知为什么，我的牙齿不自觉地打颤，心里感觉空荡荡的。但我也只好咬牙坚持着，心里想：在坚持一会儿就结束了，回去就可以向姐姐炫耀了。可是现实是残酷的，一个不幸的消息传来，原来时光并没有那么短暂，后面等待着我的是两个要人命的连环圈，一开始被树木挡住了。当我刚知道这个消息的时候，脑子里一片空白。后来，眼泪像泉水一样涌出来，心想：上了贼船了，怎么办啊，现在下去也不可能了。于是我闭上了眼睛，只感觉自己不复存在了。只隐约听到父亲在下面喊：“勇敢一点，睁开眼睛，不要逃避现实!”于是我睁开了眼，我发现自己倒了过来，忍不住爆发了我的海豚音。后来我渐渐适应了，所有的恐惧都烟消云散了，而换来的是疯狂与快乐。

我又一次突破了自己，成为了一个崭新的我!

**退缩与突破初中生作文2**

老师同学们都知道我上语文课是不怎么敢发言的，就在星期五那天，我决定要突破自己!

星期五的语文课上，老师在讲解尖子生，我们都很认真的听着。我把尖子生翻来翻去，决定选择一道题目来回答，终于，我选上了一道题目。当老师叫同学回答时，我颤抖着小手慢慢地举起来。我突破了我自己!王老师微笑了下，叫了我的名字。我有些害怕。手一直在一旁“情不自禁”地抖动着。我断断续续地念着。王珏小声地对我说：“你的手在发抖。”我不管三七二十一，把我写的答案念了出来。虽然有些错误。但是王老师并不是想我想像的那样，会批评我。同学们也没有嘲笑我，而且帮我解决了错误的地方。

第二次，老师也是问了个问题，我自己觉得我的答案很正确，于是我想举起手来回答的时候，已经被人抢答了。不过我也觉得好高兴，因为我自己只差一步就在此突破了自己。

这节课，使我明白了，做什么事不要犹豫，只要自己觉得自己没错就努力去做。有时候，犹豫了，机会就会从你的身体旁边溜走了。从现在开始，我会的题目一定要举手发言，不再当“缩头乌龟”!

我的下个目标，一天发言两次!虽然对于很多人来说是很简单的，但是对于我来时，我已经满足了，我一定要进步!提高我的语文水平!

我觉得，发言其实也不是什么恐怖的事情，只要勇于突破自己，就可以获取成功!

**退缩与突破初中生作文3**

困于沙漠中的旅人，为了求生别无选择只有穿行。然而，这种让人失去自由的束缚之下，却暗藏着自主选择带来的一线生机。人生的荒漠亦是如此，唯有抓住突破困境的自由，才有可能觅得正确的道路，迈向绿洲与坦途。

每个人的一生注定无法一帆风顺地度过，荆棘与荒漠更是不可避免。被囚于困境中的人们高呼自由，为人生的不公和危机重重而怨愤不已，却未曾料想看不见自由的恰是此时的自己。我们无法绕过沟壑，却拥有伐树建桥的自由；我们无法规避荆棘，却拥有披荆斩棘的自由。困在迷宫中的人实则未被束住手脚，只要迈开脚步，选择直面击破困难的道路，终会看到希望的曙光。

美国神经外科医生保罗，在三十多岁处于事业巅峰的时刻却被诊断出患上肺癌，人生的荒漠猝然来临。命运为他套上难以挣脱的枷锁，使他失去了畅想未来的自由。然而，他真的彻底失去了摆脱困境的自由吗？保罗用行动给出了否定的答案，他仍可自由前行。他利用病情仍然可控的短暂时间，继续站上手术台，挽救了更多病人的生命。而当病情恶化，无法奋战在生死第一线，他便退到幕后，重拾对写作的热爱，用平淡而不失希望的文字拯救了无数在困境中挣扎的人，赋予他们追求自由的勇气。他或许失去了继续活下去的自由，然而他的双手仍有余力，头脑仍在思考，选择用行动和思想的力量解放自己，活得无憾，让那份对于生活的热爱永远留存于世，这又何尝不是于他而言的自由？

古往今来，不知有多少人在困难面前束手待毙，或者在人生的沙漠面前裹足不前，放弃了近在手边突破困境的自由，在历史的黄沙中销蚀了灵魂，只剩一具干枯的骸骨。而那即使半没于沙中也仍发出耀眼光芒的，则是不曾停止探索的思想遗珠。

身处腐朽落后的旧中国，谭嗣同、鲁迅等无数志士面对茫然无际的瀚海狂沙，毅然地踏上变革的道路，前者在历史上留下“去留肝胆两昆仑”的悲情慨叹，后者则发出“俯首甘为孺子牛”的爱国高歌；立于研究陷入瓶颈的当口，屠呦呦的科研团队也未曾停下探索的脚步；拖着孱弱的病体，霍金让思想冲破肉体的桎梏以追求宇宙的真知。而行于前人开拓的道路上的我们，也正以纸笔为戟，穿越接近梦想前的重重阻遏。

陷于困境之时，始终不停下寻找出路的脚步，不松开抓紧自由的双手，那么当你行至沙漠边缘，必将尝到最美的甘露。

**退缩与突破初中生作文4**

记得有一句很有哲理的话：人生最大的敌人，不是别人而恰恰是你自己，你能打败自己，就能战胜前进道路上的一切敌人!

我们的敌人怎么会使我们自己呢!想一想，这其中有着意味深长的道理。有的同学遇到一点点很小的挫折，就把它无限地放大，以为自己力不能及，失败乃是天意。有的以为自己天赋不足，能如此已是难能可贵了。自我满足自我安慰自我堕落是我们许多人只停留在原地点上，左右环顾，踟蹰不前!

如果我们能用更远一点的眼光剖析自己呢?面对失败，我们应该总结教训，我们因何而失败。带着这些宝贵的经验，前进的路途上即使再有风雨，我们也能一样从容!“不经历风雨，怎能见彩虹”，我们只有战胜自己的畏惧与惰性，才能一步步走上成功的明天!

实际上，如果你不断与自己的弱点作斗争，那么你就是在不断地突破自己：你克制了自己不再打网络游戏，而把精力投入学习;你赶走了“瞌睡虫”又攻克了一道难题;你控制了买小食品的欲望把节省下来的钱买了你自己喜欢的一本书……这一点一滴的生活细节都是你战胜了自己，向着更美好的未来在迈进!

朋友们，同你自己的弱点作斗争吧，突破自己，明天才能更美好!

**退缩与突破初中生作文5**

生活就想一面墙，将我们封锁在一个狭小的房间里，有的人甘于无为，便一辈子都只活在自己的房间中，有的人不甘平庸，总想办法突破这堵墙，于是他看到了外面更宽，更广的世界，突破生活。

人生如围城，甘于被围只会让自己后悔一生，勇于突围，生活就将变得更加精彩，因此我们应该学会突破生活，超越自己。

人的一生是短暂的，年轻时，如果我们不努力超越自己，老来在心中只会留下后悔与遗憾，面对生活，我们应当努力突破，不断超越。不顾一切地为自己的梦想奋斗，拼搏。北京有一位汽车改装师，她在高中时迷上了汽车，毅然放弃学业，进入汽修厂学习修师，当她的`同学大学毕业，一个个有着体面的生活，她还在长街上与其他的汽修工喝酒，吵架，许多人都觉得她本不该这样，但她仍然为自己的梦想坚持，后来，她迷上了汽车改装，她又果断放弃出国学习的机会，辞职加入了汽车改装俱乐部，过着无固定收入，四处漂泊的生活。现在，她已成为小有名气的改装专家。

这个女孩为自己的的梦想不断努力，不断突破，从学生到汽修工再到后来的改装专家，生活就是在不断地突破中丰富起来的。梦想也就是不断超越中的。现在人们都喜欢过安稳的生活，很少有人会愿意放弃已有的成就而去追求梦想，因此，很多人工作缺乏热情。

徐志摩说过“人在小时候都实有翅膀的，但随着年龄的增长都退化了。”的确，人的梦想会因为生活这堵墙而停止，许多人都因不敢突破这堵墙而放弃了梦想，因此，我们要学会突破生活，不断超越自己。

我对于成功的定义是：可以一直做自己想做的事。为谋生而工作的是在生存，只有为兴趣而工作的人才能叫生活，许多人生存在这世界上，只有少部分人生活在这世界上，只有勇于突破生活超越自己，我们才能生活在世界中。

人类的发展在于突破，我们是在不断突破中进化而来的，可现在社会的人，都仅仅是忙于生计，每天做同样的事，使创新能力下降，人越来越像机器，生活越来越无味，因此，突破生活，超越自己，我们才能真正找到属于自己的生活。

“我可以改变世界，改变自己，改变多么，改变少许……”真正如歌中所唱，突破生活，超越自己，你会发现生活大有不同。

**退缩与突破初中生作文6**

窗外，萧瑟几丝小雨一点点下着，染湿了窗，顺着大理石滑落下来。抬头，眨了眨困倦的双眼，门外，还依稀听见妈妈几丝轻微地抽咽。我叹了一口气，和妈妈的冷战，已持续了两天之久，和她，彷佛成为了陌路人，各走各的路，那是一条漫长而又苦涩的路，一片黑暗，没有丝毫的快乐。

抚摸着相片中妈妈精致的面容，笑容感染着环境，彷佛周围的空气都是甜甜的，她一甩长长的头发。阴雨已持续了一周，不由得，脑中再次回忆起吵架的声音，像一部破旧的老唱片一般吱呀作响，我猛地甩了甩脑袋，外面繁星已遍布天空，那是一往不变的光明，闪耀着动人的光芒。

半夜，被一阵凉风吹醒，起身，窗不知何时开了一条缝。刚下完雨，只有些些许黯淡了的月光柔和地拂过脸颊，带来一夜好梦。我耸耸肩，一颗星星若隐若现，闪耀着极微弱的光。不禁，我坐在窗台上，窗户外，还有点点雨迹未干的影子。我嘴角一扬，望着天边，“唉，一丝弱小的尘埃般的星子，终究是斗不过广袤的天际。”

我扬了扬眉毛，“奇迹只是少数啊!突破可真是困难，我和妈妈也会像星子和黑夜一般吗?被黑暗所吞噬，倒漩入历史的海洋，成为陌路人?“命运竟是如此地捉弄人，一点点瓦解我与妈妈的感情，带走了共同美好的回忆与留恋，只剩下万丈深渊。

抬头，天已淡淡泛出星光，我惊异地瞪大了眼眸，那颗星子，竟在茫茫黑暗中站稳了脚。漫天繁星反射出不一样的色彩和温度，突破了重重黑暗，在黑夜中绽放着属于自己的色彩，晕染了整片天空。

我震撼于星子挣扎不放弃，勇于突破自我的精神。瞬时，又想到妈妈。或许，我也应该突破下自己?掏出手机，找到妈妈的微信，一字一句地打下：“妈妈，我爱你。”顿时，心中宽慰许多，我露出久违的笑容，望着窗外，天已漆黑，不禁，期盼着明天的到来。

“叮咚”，妈妈发来一阵信息“我也爱你，早点睡。”不由得，感到一阵暖流流经过全身，双手紧握着手机，终于，和好了。我们互相关注着，彼此寻找那扇心灵的窗口。

无论如何，都要有爱，无论如何，都要相信，尘世中有小暖。

即使世俗黑暗，我心光明。那一片光明会照亮未来的路，使我不断突破一个又一个难关。黑暗中前行，不再孤单，因为，不断突破，使我不只是一个人。

**退缩与突破初中生作文7**

千年以来，中国的作文考试都是以命题作文的形式出现的。直到最近几年才有了“给材料作文”和“话题作文”。

但是长达十数年的“命题作文”或者“话题作文”、“给材料作文”却严重地束缚了学生的创造性思维能力。

这是因为，由教师“出题”，学生“审题”，然后作文的方法，是一种把学生始终放到被动地位的方法，它不需要学生提出什么，只需要学生说明什么；它不需要学生创造什么，只需要学生证明什么；它不需要学生树立什么，只需要学生转达什么。

从小学六年到中学六年，十二年的作文教学让我们的学生产生了一个思维定势：“你老师说什么，我就做什么；你老师要我做什么，我就怎么做。”很少有“我想做什么”、“我有一个想法”、“我有一个主意”、“我有一个选题”的思想。这可能是学生们缺少创造力的原因之一。

此外，因为生活实践是作文的源泉。即使是作家、艺术家，也要“深入生活”，才能写出优秀的作品来。我们学生要写出好文章，当然同样要“深入生活”。因此我们的作文课，应该引导学生热爱生活、关心生活、了解生活、感悟生活，才能最终解决学生摄取生活素材的问题。但是当前，我们教作文大多将阅读范文加点评放在一个比较重要的位置上，范文和点评不是不要，但是一定要认识到它们是生活的“流”而不是生活的“源”，要根本解决问题，还要从生活的“源头”入手。为此，“快乐大作文”采取了全新的教学方法：

在课堂上用游戏“做”一段生活实践，通过这个生活实践让学生感到兴奋和新奇，从而产生语言表达的欲望。此外，再让学生根据课堂上“做”出来的素材中学习自己概括出题，然后根据自己出的题目写出作文来。

通过这样的训练，久而久之，学生对于生活素材、题目和作文三者之间的转化关系，将有比较明确的了解。学生对于文章“源”自于生活现实，也会有深刻的认知。结果是他参与了一段生活实践，就有把这段生活实践提炼成一篇作文题目的可能；他有了一个题目，就有了呼唤由这个题目所需要的生活实践及其感情波澜的可能；同样，当他阅读一篇文章时，也就有了唤醒自己对应这段文章的生活实践和感情波澜的回忆和感受的可能。而这，也就是小学生作文教学的全新突破。

**退缩与突破初中生作文8**

这秋风送爽，丹桂飘香的日子里，我校第28届运动会暨首届体育节拉开帷幕。我们班的同学都期待着能在本次校运会上获取金牌。因为我们5年来从没得过一枚金牌。我们对金牌的渴望无比强烈。

校运会的第一天，就有我的比赛项目：一分钟投篮。我怀着“重在参与，力争奖牌”的目的去参加比赛。 一到检录处，我便开始有点儿胆怯了。心想：哎呀!全都是“高手”!个个胸有成竹的样子，这奖牌也许要与我无缘了。“6231，刘晨昕!”裁判的喊声打断了我的思路。“噢!”什么?我被排在第一个出场?怎么会这样!毫无目标，叫我怎么发挥啊!而且第一个。唉!说不定我是第一名呢!当然，是倒数的!我的信心几乎减到了零。

火红的太阳“烤”得我汗流浃背，焦头烂额，心里紧张得直打鼓。不住地责备自己：“哎呀，刘晨昕呀!你猪鼻子插大葱装什么象啊!还夸下海口力争奖牌，到时候得了最后一名，那面子可就丢大了!”

“第一个，6231，开始比赛!”裁判员说道。我拿起球走到篮下，身后传来了同学们的加油声。望着高高的篮框，我倍感亲切，心想：这不正是我熟悉的篮框吗?我曾在这下面练了多少个日日夜夜呀!我这么没信心，就先放下党和祖国不说，连我自己都对不起!至少，我在别人眼里，也是有点儿本领的呢!想到这里，我突然信心倍增，示意比赛可以开始。只听“都”得一声哨响，我手中的篮球蹦了出去，“唰”地一下直入篮框。我眼疾手快，上前一步，把刚从篮框里“出来”的球又“抢”过，快速投篮。接连中了6、7个。可由于急于求成，接着好几个球都没投准。但在同学的“指点”下，我又及时调整节奏，连连进球，最终成绩是14个，令在场所有对手惊叹。在紧张的气氛中，我看完了比赛，出“我”意料地拿到了这枚金牌。同学们为我欢呼，我更是高兴得“说都不会话了”!

我的这枚金牌是我们班6年来唯一的一块金牌，我无比珍惜。这届运动会，我为我们班实现了金牌“0”的突破，也算弥补了六年来这个压在大家心头的遗憾。

**退缩与突破初中生作文9**

春蚕不能在没有老茧的情况下飞翔。如果人们不积累能量，不再磨难升华自己，他们就不能成功地实现生命的价值。

经过十年的磨刀，人们在很长一段时间内都不能有好的品质。曾子是个很棒的名字。但他也是一个3岁的孩子，一个鲁莽的少年。孔子曾经说过：沈也鲁。这是一个如此鲁莽的曾子，在孔子的3000名弟子72名圣人中脱颖而出，继承了孔子的理论。他依靠什么?当其他人玩游戏寻找名利时，他正在努力工作。所以他比孔子的其他门徒节省更多的精力。这不仅弥补了他的缺点，也使他的素质超出了他的素质，因此他具有继承孔子理论的基本条件。和曾子一样，虽然我们生活在一个新的21世纪，但我们需要积累力量，使我们有基本的能力和素质来处理生命的价值。然而，仅仅积累能量是不够的，正如禅宗所说，生活应该逐步实现。打破老茧，超越升华。古人说，天空会降临到斯里兰卡人身上，首先要努力工作，努力工作，努力工作，饿死他的身体，缺乏他的身体，做他做的事。这并不是说打击磨难是一个伟大的责任的基础，而是一个巨大的成功需要打击背后的升华。余伯牙学习钢琴的努力并不是因为他没有足够的技巧和技巧。他实际上积累了很多能量。他所缺乏的是对自我升华的洞察力。于是他赤脚走在海边的手指上，流血了。当他痛苦到极致时，他升华了比普通人更多的钢琴神话。在乌台诗案之后，他终于意识到这是苏东坡。一根大炮烟雨使平生一代大师很古老。精神的升华激发了人们激发真正精神的潜力。我们积蓄了力量，等待高考的到来。我们充满信心，相信老茧会破裂。

我们知道生活需要储蓄。一旦时机成熟，你就必须突破生活的辉煌。

**退缩与突破初中生作文10**

爱因斯坦说“踩着别人脚步走路的人，永远不会留下自己的脚印”。在人生的旅途中，我们需要创新。

踩着别人的脚步走，走的永远是别人的路。

著名发明大王爱迪生的故事你一定不会忘记，在那个夜晚没有灯的年代，人们只能点着蜡烛，借着微弱的烛光工作和学习。勤奋好学的爱迪生突发奇想：或许可以发明什么来改变这种现状。带着这种对发明的好奇心和对知识的热爱，他开始了探索之路，一次一次的失败没有使他气馁，反而给了他前进的动力，激发了他的斗志。有多少人劝他放弃，不要再浪费时间，又有多少人看到他一次一次的失败而嘲笑他。在人们的嘲笑和数不清的失败之后，他成功了。世界上第一个电灯泡亮了，在黑夜里发出夺目的光。爱迪生也得到了“发明大王”的称号。

爱迪生是幸运的，他敢于突破自我，勇于创新。是他让人们在夜晚过上了有光的生活。如果当时爱迪生也和其他人一样，甘愿在无光的夜晚忙碌，满足于当时的环境，那么电灯就不会被发明，或许在今天的.某个黑夜里，你仍要蹑手蹑脚的学习和工作。爱迪生用他的实际行动告诉我们：生活需要创新，科学需要创新。

无独有偶。我国伟大的思想家，作家鲁迅先生生活在一个黑暗的封建社会里，自小就受到封建思想的种种压迫。但是思想先进的鲁迅先生并没有被束缚，他深知要想救中国就必须先解放国人的思想，但这在当时的中国谈何容易，但意志坚定的鲁迅先生并没有因此而退缩。他深知自己作为一个中国人，就要承担起肩上的重任，就要保家卫国，于是一场轰轰烈烈的“白话文运动”兴起了，鲁迅先生作为“白话文运动”的兴起人，受到当时许多封建人士的压迫。无论在精神上还是物质上都受到了或大或小的迫害，但是我们的鲁迅先生又怎样会轻易被打垮。他顶住封建世俗的压力，创作了大量的文学作品，如《彷徨》《呐喊》等。这些作品就像是鲁迅先生手中的一把利剑，被用来剖析封建社会里吃人的封建制度。鲁迅先生用他的“白话文运动”掀起了思想解放运动，解放了人们的思想。鲁迅时勇敢的，他是封建社会里敢于反抗的一员，他也是“白话文运动”的兴起者。

生活在封建社会里，鲁迅先生是不幸的，但是他敢于反抗，拿起手中的“利器”同封建社会斗争。

创新就像是一扇关闭的门，需要我们去打开，勇于创新，你会发现很多，勇于创新，你会懂得很多，只有勇于创新的人才是生活中的强者。

**退缩与突破初中生作文11**

我从小就喜欢玩橡皮泥，但我拼出的动物都有着“脱离现实，另辟蹊径”的外貌。但这也成为了我喜爱陶艺的一个原因。真正突破的时候，是在三年前的一次比赛。

那一天，学校举行了一个兴趣比赛，让有兴趣的同学参加。班里的人都不愿参加。这时，不知谁说了让我参加，于是，老师便马上将我加入了名单中。我十分忐忑：我能做好吗？我能接受这个任务吗？要知道，我们学校有很多陶艺天才，要想在里面占有一席之地可是很难的。但不管如何，既来之则安之，我开始了准备。

为了做好一个满意的泥塑，我马上开始了行动我决定做一只小牛。打开泥袋，我便马上投入到了行动中。我首先将小牛的各个部位用一块块泥块大致做好，然后将它们拼凑起来。一些大块的黏土还容易，可马上就跳出来了一只拦路虎拦住了我的去路——一些小部位容易松动，还不容易安上。我想了很久，决定用一些粘剂将它们拼起来。拼完之后，小牛的大致样子就做好了。

拼完之后就是雕刻。稍不留心就会前功尽弃。我拿起刻笔，深吸一口气，此时，夜已深，月光照进房中，洒在我的身上，似乎在激励我，为我打气。便开始雕刻。为了避免差错，我将一个放大镜固定，放在面前观察。透过放大镜，我看到自己笔走龙蛇，所到之处无一差错。我想：这要得益于我的不断练习。不一会儿，小牛身上的轮廓就已经大致成型了。

接下来就是整个环节最难的一部分：头部雕刻。我已不知道在这个部分失去了多少作品。所以这次，我稳定心神，再三确定后才下手。一刀一刻，沉稳有力。但不一会，我就发现了问题：眼睛部位的细节已经不能用放大镜观察到了。我想了几种方法，像凑近点、拿小刀刻等，但无一成功。正当我准备放弃这个环节，应付了事时，我突然想到一句话：胜利只会留给努力的人。是呀，只有做到最好才有可能获得胜利！于是，我又鼓起勇气，开始了尝试。最终，我用一些镜子辅助放大镜做出了简易的加倍放大镜，也成功地将小牛雕刻完成了。只见它栩栩如生，就像马上就要下水种田了！

我将小牛带到学校，同学和老师都欣喜地说：“做的很不错呀，有机会获奖哦！”比赛那天，我的小牛受到了观众的称赞，尤其是那对栩栩如生的眼睛。最终，我凭借它得到了全校的二等奖。

“只有努力，才能使我们获得胜利。”这是我在这次比赛中悟出的道理。让我们不懈努力，在拼搏中创造自己的一片天地吧！

**退缩与突破初中生作文12**

突破，突破！

那天上午特别闷热，乌云在水银河上空聚集。一会儿，下起了倾盆大雨，房顶四周如瀑倾泻。房中躲雨的，大多是暑假出游的学生，一个个显现出焦虑的神色。“这么大的雨，一时半会能停吗？”

“这鬼天气，真晦气，还是回酒店吧！”

说着说着，雨在人们的期待中停了。这时，景区一辆绿色车驶过来，车顶折射着阳光。

上车，开走，爬山，坐艇，一切就绪。

妈妈与我同坐一艘皮筏。抬眼望去，霞光下的悬崖峭壁雄伟而壮观，脚下一汪碧水微波荡漾。兴冲冲掬水一捧，指缝间凉凉的，爽快淋漓。

水闸打开了，一艘艘皮筏鱼贯而下，向第一滑道冲去。尖叫声、呼喊声惊心动魄。河风吹开了救身衣，还没来得及整理，皮筏又突破了第一滑道，冲进了凶险的第二滑道。湍急的水流如猛兽扑面冲来，令人魂飞魄散，好一会才能缓过气来。

皮筏进入平缓河道以后，我们想划到出口缓一缓气，可是任凭我不停地划桨，皮筏依然原地旋转。妈妈埋怨道：“亏你长那么大，连小皮筏都侍弄不了。”她接过我手中的桨，使尽了十八般武艺，可皮筏依然一副“岿然不动”的姿态，好像故意让妈妈为难。这时，一艘皮筏冲了过来，我迅速抓住那艘皮筏的把手，两艘皮筏都乖乖地冲出了出口。

后来，我们的皮筏不经意间突破了安全防线，冲进了惊涛骇浪的鬼见怕滑道。我们紧紧地抓住把手，闭着双眼，平躺在皮筏上，任凭皮筏颠沛流离。只听见河水哗哗，谷风萧萧，与刚才完全是两个不同的世界。突然，“轰”的一下，浪花排山倒海向我们冲来，皮筏剧烈地颠簸起来。“唉哟，我的头盔掉了。”妈妈惊叫起来。“在我这儿，我抓住了。”一张嘴，我的嘴里灌进了河水。

“怎么样，儿子？”妈妈接过头盔，好像很满足的样子。

“爽得很！衣服湿透了，清凉清凉的……”

“清凉的不仅仅是肌肤，还有与大自然亲近的心灵吧？”妈妈的话里带着诗意。一艘艘皮筏集中在最后一段河道上。人们兴奋极了。手中的水枪见人就喷，互不相让。欢声笑语冲出山谷，在空中回荡……

上岸之后，导游说：“朋友们，祝贺你们平安漂流！幸亏今天雨后初晴，水位上升，突破安全区，冲进鬼见怕滑道的几艘皮筏才有惊无险，平安无事。”

不错，天公作美。大雨时的焦急等待，滑道上的有惊无险，河段上的欢声笑语，让一个个游客心满意足。心情得到放松，心灵得到慰藉。

那次与妈妈一起的水银河漂流，意趣非凡，至今还令人念念不忘！

**退缩与突破初中生作文13**

罗曼·罗兰曾说：“宿命论是那些缺乏意志力的弱者的借口。”事实确实如此，很多人总是习惯于早早就为自己定好结局，却不曾正视自己，挖掘自己更大的可能性，最终只能是抱憾终身。依我之见，只有突破心之格局，突破自我设限，拥有“数风流人物，还看今朝”的勇气，才能有所作为。

有人总是企盼幸运的降临，却极少为之努力过，也从未改变自己惯有的思维，纵使偶有有念头，也总是被懒散和现实扼杀了盼头。敢想、敢说、敢于正视自己，才算是没有白来世间走一遭。

得不着，是因为你们不求，求也得不着，可能是因为你们妄求。而最可悲的，是连求的念头都不曾有。以为自己的格局只能至此，无法改变，便更加心安理得地放任自己无所作为，这实质是一种变相的羊群效应。盲目地跟随那些够不到云彩的人，而后否定自己，实属“孱头”。

余华笔下的徐福贵，终日与那头也唤作“福贵”的老牛在一起，虚度时日，其一生的遭际固然与时代挟裹之下的身不由己有关，但难道没有个人因素使然吗？只是为了活着而活着，却不曾探寻自己生命的另一种可能性，终究只能空叹一生。认为自己目前的状态也足以支撑自己混混度日，便不敢言，不敢当，缺少了那一份勇气。实质上，突破自己的心域，才方知天下之大。

丁玲说过：“人生就像爬坡，要一步一步来。”若是想一蹴而就，怕也是无法到达。必经过一番磨练，才能获得尘埃落定的圆满。

范仲淹早年学习时，常年吃粥。旁人见了，分予佳肴，他却不为所动。直到人家怪罪起来，才长揖谢道：“我已习惯吃粥的日子，倘若享受这佳肴，日后怕是吃不了苦。”为此，他潜心学习，纵使经过三喜三悲的人生大潮，依旧不以物喜，不以己悲，高蹈于世俗得失之上。他敢于正视自己，心怀济天下之抱负，经历一番人生的锤炼，终能成就此业。不局限于所看到的浅薄的表面，而是释怀于天地之间，拥有创造的勇气，才能有所成。

鲁迅弃医从文，班超投笔从戎，都是对其自身的突破。倘使他们只是勤勤恳恳地遵循着原有的轨迹生活，没有创造今朝的勇气，或许也就不会有今之成就。

趁我们正当年少，趁时光煌煌而亲热地围绕着我们，就要牢牢抓住它，以此创造机遇。“日头没有辜负我们，我们也切莫辜负日头”。

拥有创造今朝的勇气与担当，勇于实践，敢于突破心之格局，才能享尽人间欢喜。即使在荒凉中也能享透繁华，最终于人生的菩提树下参禅悟道。

**退缩与突破初中生作文14**

我有一个很大的弱点，那就是恐高。不知从什么时候开始，我有点儿畏惧高度。小学时，随着年纪的增长，楼层也越高，从走廊往下看，唯一不变的是那种眩晕感，让人有一种莫名的恐慌，最夸张的，莫过于下楼时都惧怕几个阶梯的高度，心跳得很快，只能慢慢走下楼梯，到了平地后，那种紧张感久久不能散去。直到那次，被两个姐姐拉着加入了坐过山车的队伍。

望着过山车的运动轨迹，听着上面传来的一声声哀嚎，心里一紧，腿脚已渐渐发软，一时的恐惧布满了全身，想退缩，想放弃，但姐姐们的鼓励以及充满欢笑的交谈，让我渐渐放松下来。队伍前面的人越来越少，马上就到我们了，原本稍微缓解了一点的紧张气氛又恢复到了原样，看着姐姐们毫不畏惧的神情，我只得在心中默念：没事的，一下子就好了，闭着眼睛就什么关系都没有了，放轻松，深呼吸。

到了我们这组，我踏上阶梯的脚步都十分沉重，我知道，这已经无法挽回了，只好硬着头皮逼自己坐上座位，像个脱线木偶般呆坐在座位上，“3、2、1、出发”，工作人员的倒数已经结束，过山车已开始慢慢移动，我握紧了扶手，手心冒出的汗已浸湿了扶手，到了一个点，过山车突然停了下来，还没等我反应过来，过山车马上就开始了加速，我自觉地紧闭眼睛，抓紧扶手，低着头，开启了静音模式，不喊，不叫，好像将自己封闭在了一个只有自己存在的空间当中，继续感觉到过山车剧烈运动，体验着天旋地转的感觉。只感觉自己突然转了一个360°的圈，好像要被甩出去了似的，过山车又恢复了原速，我刚准备睁开眼，但过山车又突然加速，又让我转了几个大圈，脑子里好像有一瞬间的充血，却又因为过山车的加速运动而来不及反应。

终于，过山车结束了，慢慢地回去时，脑海中一片空白，只充斥着恐怖的感觉，眼睛不经意的瞟向旁边的景物，迎面而来的是一阵眩晕，整个人呆滞的坐在椅子上，久久不能回神。

走下楼梯，双脚是颤抖的，但却又有点欣喜，我做到了，给自己了一次突破的机会，这个尝试，我成功了，这种恐怖的感觉使我久久不能忘怀，虽然过程很狼狈，并且对恐高症没有任何缓解，但至少经历过，与那刻苦铭心的恐惧有过一次的交锋。

**退缩与突破初中生作文15**

这学期，我们年级开展了游泳课，这几次的游泳课使我突破了自我，收获颇丰。

转眼间，明天都已经是我们上的第六次游泳课了，想起第一次走进深水区的我，由衷地敬佩自己为走向成功迈出了重要的第一步。

那天早上，我被噩梦惊醒——梦里的我应为不会游泳在水中挣扎了好一阵，之后便心神不安的在学校里度过了一个上午，但时间却过得飞快，到了下午，我们进到了游泳馆，在换衣服时，我的手不禁发起抖来，心脏也怦怦直跳。换完了衣服，做完了准备活动，我们站到了深水区前方，深水区深不见底，水的颜色就比浅水区深了好多，水平如镜，没有一点波纹，此时的我心中忐忑不安，七上八下，我真想去告诉老师我不敢，但刚迈出的脚步却又定在了那里，因为我心中的另一个想法在告诉我：你如果每次都退缩，永远不突破自己的话，那你就只能在浅水区里游了。我刚迈出的脚步收了回来，发抖的双腿转向了深水区。前面的同学都下水了，我坐在岸边，“扑通”一声钻入了水中，起初，我有点不适应，手和脚不停地踢动着，感觉自己要沉下去一样，但后来，我加入了唤气，我的腿“收，蹬，合”手配合着向两边滑水，嘴巴也不停的唤气，慢慢地，越游越远，越游越快，如鱼得水。之后游的几圈，我没有感到丝毫的劳累，并且越来越得心应手了。

游泳课好像很快就结束了，在这短短的一节课中，我突破了自我，还明白了：遇事不要退缩，要勇于挑战，这样，你才能挑战极限，你才能成为更好的自己，你才能向成功更进一步!

**退缩与突破初中生作文16**

小溪回转流淌，若想奔向大海的怀抱，必须冲破群山叠嶂的阻挡；种子蓄势待发，若想接受阳光的沐浴，必须冲开泥土的屏障；蝶蛹身居茧中，若想拥抱湛蓝的天空，必须破开茧的束缚。破开人生之茧，才能展现人生精彩，创造人生辉煌。

破开官场的乌烟瘴气之茧，冲开名利虚荣的温软缠绵之缚，才能让心灵得到解脱，让灵魂得到升华，活出旷达自得的真我境界。李白曾经被束缚于官场之茧之中，贵妃研墨，力士脱鞋，荣华富贵让他沉醉，然而他终不是官场中人，最终被玄宗赐金放还。李白正是在脱离官场之后，才成就了诗歌创作的高峰。“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜！”道出无数士人的心声。“李白斗酒诗百篇”（杜甫），豪放潇洒，“酒入豪肠，七分酿成了月光／剩下的三分啸成了剑气／绣口一吐就半个盛唐”（余光中），成诗歌王国的珠穆朗玛，让世世代代敬仰。

破开权威的压迫，破开迷信守旧的包裹，才能让真理昭然世间。中世纪的欧洲幽昏暗惑，亚里斯多德权威的光环笼罩欧洲学者。他的地心学让人深信不疑，又压得一些持怀疑态度的人喘不过气来。两位年青的学者——伽利略与哥白尼，不肯迷信权威，经过认真科学的研究，他们毅然决然地提出了日心说。这犹如一盏明灯，驱散了无知的黑暗，将真理撒播人间。

破开贪生怕死，蝇苟私利这层茧，才能成为真英雄，才能名垂青史。几百年来的风风雨雨，已慢慢涤荡了风波亭的斑斑血迹；几百年来的潮起潮落，已渐渐湮灭了零丁洋的声声叹息。\_穆与文天祥这两位民族英雄，看透生死，破开为私为已这层茧，舍报国，永为后人铭记。“壮士饥餐胡虏肉，笑谈渴饮匈奴血”，“人生自古谁无死，留取丹心照汗清”，这些诗句，至今仍然活在无数炎黄子孙的心里。破开生死与私利这层茧，选\_族大义。岳飞与文天祥构筑了民族的忠骨，挺直了民族的脊梁，代表着中华民族的灵魂。

人生如春天，作茧自缠裹。一朝眉羽成，钻破亦在我。作为一名有骨气，有意气的人，破开生命的茧，才能成就精彩人生！

**退缩与突破初中生作文17**

临近期末，为了让体育70高分拿到手，最近大家运动的频率一下子增高了，看来大家对于体育分也一样重视嘛，上回因为体育分吃了亏的同学们抓紧看齐得分高的同学，每天早晨的晨练也促使着大家一点点进步向前。

而今天，我又在跳远方面又了较大的突破。原本，跳远就被一直视为同学们心中一道难闯的关，上回跳远只拿到11分，这让我对跳远信心大减，突破二米的决心成为了许多同学随笔中的常客，他们一直在努力向着目标前进。虽然没有表露出来，但其实也同样渴望在跳远方面荣获进步。

来到草坪上，准备跳远，回想起最近收集的锦囊：动作要甩开，身体和腿同时起跳，要蹲下去，落地时压低重心……简单回想了老师教导的技巧与方法，便暗暗在心底中记住，然后准备“一跃惊人

照老师说的，我踮起脚尖，双手用劲向上伸着，尽量把身体拉到最长，像要触碰到天边的云彩般，将身体舒展开了，随后迅速双臂后摆，弯下腰来，重心放低。“起跳！”心中大喊一声根据搜集的妙招，我的眼紧紧盯着前方地面，双腿与身体默契合拍，同时向前进出，而双臂也从后边向前奋力一甩，如同在空中划过一道完美的弧线，双腿双脚的奋力跃起，让我感到了一个良好时机的展露，嘿嘿，因为降低重心的基础令我感到了与别时不一样的轻盈，我尽力把双脚的落脚点推进，想让成绩比平常进步一点点，哪怕一点点，落地无声！嗯：完美实现，“哇，这次跳得好呢！”耳边传来妈妈的赞叹，我心中自然欢喜万分，“快量一量！”我高叫道，拿来尺子，看着米尺越拉越长，就像一次又一次甜蜜暴击心灵。终于，尺子的刻度在我眼前越发清渐，可等真正看见那个令人骄傲的数字，我心中一惊，随后一喜！“一米八六！”此刻心中的兴奋用那么多感叹号也形容不出。因为进步了，比原来实在超出了我的预料、这样一个美好又遥远的数字看起来那么难得，可它又却确确实实是我获得的。这让我的信心源泉一下子又开动了。

突破了自己原来这样富有成就感，不破不立，打破自己也可以这样开心，这次小小的突破让我真正理解了什么是挑战，什么又是收获。

**退缩与突破初中生作文18**

二十世纪下半叶，当日本人发明的物美价廉的石英表处于热卖中时，瑞士的劳力士公司盲目的跟风生产，结果上市后严重积压。眼看就要打赔一笔之时，其总裁海尼格的一个创意限量拍卖不仅力挽狂澜，而且让劳力士公司大赚一笔。是的，就是他的一个创新方案救公司于水火之中;就是他的创新，才是劳力士公司的品牌更加凸显。

被公认为最有商业头脑的犹太人都不乐意做微利生意，他们认为“做微利生意无异于把缰绳往自己脖子上套。”所以劳力士公司想要与日本石英表比价格的商业竞争行为才以惨败收尾。那么如何将高利润生意做成功呢?

没错，就是要靠创新，海尼格利用劳力士的品牌优势，突破传统销售方式，抛弃了几百万块石英表，只留下十二块作为“限量收藏版”进行拍卖，自然引人瞩目，大获成功自然在情理之中。创新是企业发展的动力。

反观中国，早已获得“世界工厂”的殊荣，代表着我国的生产能力处于全球领先地位。那么，这是否说明我国工商业已经发展到横爱的水平了呢?很遗憾，事实不是这样，并且我们与西方发达国家的差距还很大。我国的大部分企业都处在产品附加值“微笑曲线”的最低端——生产，既付出的劳动最多，得到的利润却最低。这样的“世界工厂”之称要之何用?要想使我国工商业迅猛发展，就必须完成“中国制造”到“中国智造”的蜕变。加强自主创新能力，拥有自主知识产权，这是我国产业想要做大做强的必由之路。

创新是社会进步的动力。在科学界，人类从对世界的迷茫到对神灵的崇拜，再到对科学真理的探求，无不充满着创新的气息;在制度上，从远古时期到奴隶制，到封建制，在从封建制到资本主义，到社会主义，这一次次的变革充斥着一次次的创新，一次次地推动人类文明的车轮向前滚动;在生产技术上，从远古的刀耕火种到铁犁牛耕，从改良蒸汽机到内燃机，从电动机到互联网，不断的创新推动着技术的不断发展和飞越，也推动着人类社会不断向前发展。

创新是个体自我完善的动力。当今社会，我们唯有树立创新意识，不断创新，不断完善自我，才能在这竞争无比激烈的社会获得一席立足之地。

**退缩与突破初中生作文19**

年华掠过指间，回往事一瞥，红尘轻剑未曾却，透过时光回廊，我依稀又看见，那个名为朱淑真的绝世才女，如一株暗夜幽兰，突破世俗牢笼，傲然绽放。

突破牢笼，她傲然绽放于冲天才气下的快意潇洒。

出身名门，满身书卷气的她，满腹经纶，才气四溢。“恼烟撩露，留我须臾住，携手藕花湖上路。”春日游湖，觅一知己，出口成诗，好不快意!什么女子无才便是德?“谁能更觑闲针线，且滞春光伴酒卮。”她不为那三从四德所束缚，与其去做那女子皆爱的女红，倒不如趁春光酒兴，举杯对饮，吟得一阙好词。她从千年古廊里迢迢地涉水而来，她不甘于做一个娇柔女子，她奋力追求心中理想，追求对诗词的那份热爱。于尘世中，傲然绽放。

突破牢笼，她傲然绽放于身陷困窘中的愤然抗争。

那个一身风骨的女子，一生之不幸便是嫁与一不解风情的丈夫。她的满身才气，竟被指责为不守妇道。“从今莫把仇人靠，千里相思一撇消。”不甘屈辱，她毅然抛下一纸休书，回到钱塘老家。消息传出，激起惊涛骇浪。一时间，那些个所谓正统文人士大夫为之哗然。她从不甘身陷泥淖，哪怕冒天下之大不韪，也要追寻自己所钟爱的诗词与梦想。她敢想敢做，不惧非议，纵使世态炎凉，全无退路，也要活出最真的自己。突破世俗牢笼，她打破所谓程朱理学，打破存天理，灭人欲的牢笼，于尘世中，傲然绽放。

突破牢笼，她傲然绽放于挣脱牢笼后的涅槃重生。

她对尘世失望后，皈依佛门，一心清修，只为寻一清净之地，让诗意在心中生长。怎料丈夫寻上山来，那样一个至情至性、冰清玉洁的女子怎能忍受这般屈辱?如她所言“宁可抱香枝上老，不随黄叶舞秋风。”她毅然跳入江中，结束了自己遗世独立的一生。但，那不是灰飞烟灭，而是凤凰涅槃!她留下一卷《断肠词》，用那样宁为玉碎，不为瓦全的刚烈，让后世知音为她正名。突破世俗牢笼，面对世事无情，她打破尘世束缚，破茧成蝶，傲然绽放。

若有日成万夫指，沦落为草石，这身风骨仍固执!我敬佩那个名为朱淑真的女子，她于尘世喧嚣中，独守初心，奋力追梦，突破牢笼，傲然绽放!

**退缩与突破初中生作文20**

时光飞逝，不知不觉又溜走了半年多，而我却浑然不知。进入初中后，该如何生活，我依然很迷茫。在我们的生活中，有的人在笑、有的人在哭、有的人在奋进、有的人在叹息。我，在浑浑噩噩的过日子，在笑靥停止、泪痕干涸时，收获的只是平淡。

在过去的日子里，我机械地重复着上学、吃饭、睡觉、回家，总是比别人少一样东西——知识。不管时间是一分一秒还是一年一度的逝去，不管同学埋头苦读还是挑灯夜读，我都无动于衷、无所事事。李老师一直都在旁敲侧击的教育、开导以及谈话，可我感觉自己有点麻木，连我自己都惊讶。

直到上次考试的物理试卷发下来后，57分，我对着对鲜红的数字直发愣。这数字仿佛对我发出一种不屑，深深的刺醒了我。我的内心顿时涌上了一股从未有过的伤疼。自上学以来我从来没有考过那么差，这也太对不住自己了吧!就因为这个分数，我原来的泰然自若，变成现在的寝食难安。

那天晚上，我一夜没能睡安稳，想了许多。马上要初三了，而现在我仍沉迷于一个饱食终日、无所事事的世界里，一点儿上进心也没有。我第一次感觉到了时间过得好快，第一次感到时间的紧迫，第一次因为自己的无知而默默哭泣。我告诉我自己：如果还这样执迷不悟，终将会一无所成!

从那之后，我每天尽量做到认真听课，上课不与他人讲话，每天的作业按时完成，并用积极向上的态度去认真对待每一件事情。每当我读懂了一篇较难读懂的英语课文时，我的内心是快乐的。当我做会一题较深奥的数学题时，我的内心是十分激动的。终于，功夫不负有心人。我突破了自己，从那个深陷的泥潭中爬了出来。

因为有了一个巨大的突破，我迈上了一个新的台阶，同时发现，老师紧蹙的眉头舒展开来了!

**退缩与突破初中生作文21**

生日那天，为了给我庆祝姗姗来迟的生日，妈妈和爸爸决定带我去洋人街，神秘的说要给我过一个值的怀念的生日。

经过一路跋涉我们终于到了久违的洋人街，一眼望去到处都是我曾经想玩却不敢玩的各种游乐项目。我的心情愉快而激动，心想：“难不成爸妈说的意思就是今天要逼我去座大摆锤、水上椅子”？我不由得紧张了些。这时爸爸估计是看出了我的心思便说道：“过了今天你又长大了1岁了，应该像哥哥一样更聪明更强大了，敢不敢突破一下自己，去玩一番啊”？妈妈脸上露出一丝冷笑，我心里一下就不服气了，我最怕被人瞧不起。于是说：“有什么不敢的，我玩给你们看看”！

首先，我们来到了大摆锤底下，我抬头一看我的妈呀又高又大，顿时觉得刚才真是说了假话，怎么能不恐惧大摆锤呢？但是又不想让爸妈看到我的不积极向上改变自己，只有硬着头皮上了。

我壮着胆坐上了大摆锤的椅子，眼睛都不敢睁开。心想：“自己找事做、这下要完了”我的心砰砰直跳，大摆锤一开始运动我就吓的哇哇直叫。刚开始是缓慢的转动，可后来越来越快，我感觉人都要被甩出椅子了，声音都叫哑了。头发被风吹的乱糟糟的好难过。最后我半哭半笑的从上面走下来，爸妈见我红红的脸蛋一幅狼狈的样子笑得好夸张。

之后，我又壮着胆子来到水上乐园，这次我要挑战座水椅。排完队坐上水椅后我居然不那么害怕了，这应该是俗话说的破了胆就不怕了吧！可是一场玩下来弄得我很不舒服头晕眼花的，觉得还是被自己的天真和爱面子骗了一样。说实话水上乐园的挑战把我可折腾够了，但我最终战胜了内心的恐惧，这样一想我觉得这些冒险还是值得呀。

最后，爸妈提议去游泳放松一下，这可把我乐坏了，游泳可是我最喜欢的。我们换好泳衣“扑通、扑通”跳入水里欢快的游起来，顿时缓解了一身疲劳。

这算一次有意义的出行游玩，让我觉得很充实很快乐。我勇敢的突破了心底的一些恐惧，大胆的去做了不敢做的事。我还真要好好的感谢爸妈想出这些花招帮助我成长。

**退缩与突破初中生作文22**

走在人生的跑道上，烈日高照，没有人不会流汗，路面崎岖，没有人不会跌倒。每个人的成长过程中，难免会因为挫折而颓丧，而我也不尽如此。如果时光能倒转，倒转于当时内心正是徬徨交错的我时，那么，我想我将会给当时的我一个诚恳的忠告，悲伤和微笑都是一个表情，那我何不微笑呢？机会丧失了不代表不再有，只因一次失败就放弃的人，才是永远的输家！

人的一生，不一定都是事事顺利，或许一次波折、一次打击，都有可能成为我们生命中的转折点。就以我自身说起；从小，我就成长于优渥的家庭，几乎没有历经失败的经验，每次比赛也都光荣得奖。直到有一次的四年级上学期，我自信满满的参加了太空人评选计划，那时，我因为太过于得意，太过于相信自己的英语能力，导致在第二次决赛时，因为准备不周，原本熟记的台词全都忘得一干二净，这对我而言是何等的打击，当时的我不愿受到如此的挫折，便决定不再比赛了，过了好一阵子，才得以释怀。

现在回顾起当时的我，不免感到同情，不只是同情于当时的徬徨，更是当时内心的挣扎。我是何等想回到过去，对那时年幼的我，提出心中的忠告啊！如果可以，我将对自己由衷的开导；在舞台上表演的舞者，那一位不是磨破了好几只舞鞋？在台上领奖的选手，那一个不是从困境中爬出来的？就算狂风在你眼前呼啸，你要只当微风拂面；当暴雨在你眼前倾泄，你要当做只是屋瓦漏水，人，不能在逆境前所低头。我们不能因为阻碍而倒下，就算？了一跤，还是可以再爬起来重新来过，谁说失败就是不可能，也许它就是个省思，让我们休息，反省并重新出发。

或许当时的我还太小，无法了解每场比赛的意义，但是，现在的我已经走了深谷，找出了失败的涵义，我不再只是一味的为了往去的挫折而耿耿于怀，因为我始终坚信，也是要向以前的我提出的忠告，冬天走了，春天还会远吗？儿童作家林焕彰先生曾说：“我，不是现在的我”，假如真是如此，那么我就早已突破！

**退缩与突破初中生作文23**

伟人之所以伟大，是因为他们不满足于现状，永远在追求突破与进步。——题记

在人的一生中，唯有突破才让人更加充满自信;唯有突破才造就了梦。

勇于突破，就要树立目标，并为之奋斗。读书不仅需要耐心，而且更需要脑力和毅力。如果你在中途放弃，那么将会面临各种各样的困难，如：在社会上找不到自己的立足点;找不到自己存在的价值;人生从此碌碌无为……读书不仅能使人学到知识，还能让人明辨是非、走出迷茫、树立人生远大目标。为此我们就要为之努力，奋斗。

勇于突破，就要找到动力。看看身后的家人、老师、朋友。家人无时无刻在关注自己的学习，他们每天辛勤地劳作，还不忘时时鼓励自己：“要好好读书，不要有过重的心理负担。”但是一次又一次考试失利，让自己甚是失望，这时他们一如既往鼓励自己：“失利并不代表失败，从那摔倒，就从那里站起来，继续努力、加油!”我明白他们是担心我有压力，从而失去信心。老师也不时地激励、鼓舞我们，让我们调整好心态，在前进的道路上勇往直前，永不退缩……想着家人殷切的期望，老师满怀期盼的眼神，朋友真挚的友谊，动力悄无声息地随之而来。

勇于突破，就要经得起大风大浪。如若将中考比作大风大浪后的彼岸，我们将是风浪上的帆船。中考倒计时一百天——在这一百天中，扬帆前行，抓住机会，拼搏一把。在此期间，我们需要一次次地突破，一次比一次自信。我们不甘做后悔的奴隶，要做后悔的主人;要成功后喜悦，不要失败后的痛彻心扉。

勇于突破，让它造就我们非同凡响的理想，成就我们光辉灿烂的人生。

**退缩与突破初中生作文24**

每个人一生中总会遇见很多阻碍，但总有那么几次，让人许多年后依然记忆犹新，忘不了面对它时的无力，忘不了突破它后的高兴。其实很多时候，突破，就是打败自己。

那是我初中阶段的最后一次春游。天还没亮，我们就踏上了旅途。带着喜悦的心情，伴随着明媚的阳光，与即将毕业的同学们一起出发，去完成我们的最后一次集体活动。

“哇，它足足有50米高啊！”伴着一声惊叹，我看见了一条直入云霄的轨道，“世界级轨道，接近90度的倾斜角。哎，我们去玩这个吧！”我最要好的朋友指着牌子上对轨道的介绍，兴奋地对我说。

“啊……这个……”只是想象着自己站在50米的高空处，我的双腿就止不住地微微颤抖，连声音也跟着颤抖起来。可看到朋友那兴奋的眼神，我只好硬着头皮答应：“那等我们拐回来的时候再玩？”朋友一口答应下来。

可这终究是权宜之计，没过多久我们就又回到了轨道旁。

朋友手舞足蹈地奔向楼梯，我跟在他的身后，每上一层，我的心跳就会加速几分，手心的汗也越来越多。朋友看出了我的紧张，故作轻松地跟我探讨：“在50米高的地方坐过山车，顺着轨道滑下来，那种感觉一定很酸爽吧。”我听了这句话，吓得腿一软，直接跪在了台阶上。

“要不咱回去吧。”朋友看出我着实害怕，轻声对我说。

我心中也打起了退堂鼓。可是错过了这次，就很难有这种机会了，特别是这是最后一次旅行，我不想留下遗憾。想到这，我的双腿似乎恢复了些许力量，继续往上走去。

当我真正站在50米的高空时，那种从灵魂深处涌现的恐惧，布满了我浑身上下的每一个细胞。我盯着那条可怕的轨道出神，却也努力为自己打气：每个人都要做些自己本不敢做的事情，这样一生才不会有太多的遗憾。我握了握拳，心中的恐惧已少了几分。

随着过山车归位，我也下定决心，虽然我仍旧害怕，双腿仍旧在抖动，可我还是坐上了这列超越自己的列车。

那天晚上回到家，班级微信群上聊得最多的就是那个50米高的过山车，我和他们讨论得津津有味，不是因为它刺激，而是因为我在那个50米高的平台上，超越了自己。

很多时候，最大的阻碍不是眼前的挑战或困难，而是心中那个退缩的自己，超越自己，方能突破。

**退缩与突破初中生作文25**

在七年级的时候，我总感觉八年级遥不可及。谁知，时间飞逝，一晃又一年过去了，现在的我已经离八年级的学习生活愈来愈近，愈来愈近。

回首七年级上学期，从小学时的天真到渐渐地成熟，渐渐地成长；七年级下学期，从上学期的茫然到渐渐地学习经验丰富，渐渐地有所进步。

既然成熟了，就告别儿时的天真稚气，明白那打打闹闹带着我童心随着飞向空中的风筝飞走了，再也不会回头，去体会儿童时期前所未有的别样快乐。

既然成长了，就应该拥有自己的想法，不能够一味地按照他人为你设计好的道路走，或许在此途中会找到自己真正想要走的路是怎样的，是不会让自己遗憾的。就像帕斯卡尔在《人是能够思想的芦苇》中告诉我们的：人只不过是一根苇草，是自然界最脆弱的东西，但是他是一根能够思想的苇草，我们的全部尊严就在于思想。可见思想的重要性。成长意味着责任的加重，我们必然会遇见很多的挫折与困难，我坚信“在哪里跌倒就在哪里爬起”，绝不会害怕与退缩，因为我知道，我的肩上背负着重重的责任。

既然学习经验丰富了，就不应停留在原有的基础上，而是去深入地钻研，要把一个个知识点学的知根知底。同时打好基础也是至关重要的，不能一味地追求深度。就好比造房子，如果没有地基，这房子必定造不起来。在学习中也应有一套自己的学习符号，从而提高学习效率，自己要知道什么符号代表着什么意思，渐渐地形成自己较稳定的一套学习符号，这套符号可以跟随自己很长久。在复习时，这套符号可以帮助自己知道哪块内容重点复习，哪块内容可以一扫而过。

既然进步了，就应该更加努力自信，不能因自己进步而骄傲，埋头苦学，更应该告诉自己过去的已经过去，不能因曾经的考试不令人满意而导致现在的不自信。学习有所成绩的最重要的一点在于敢于提问，这也是我欠缺的一点。现在我已经规划好了，课堂上如果我有什么疑问，可以写在书本上，下课再问老师；作业中有什么不解的可以先尝试自己解决，如果不行再询问同学或者老师。我相信这样坚持下去一定会突破自己，超越自己。

八年级是极富转折的一年，是人生的转折点，也是我要加倍努力的一年。不管成功与否只要自己努力了，就不留遗憾，因为不是所有的努力都有回报的。

**退缩与突破初中生作文26**

念念不忘那个炎热的夏日，我坐在操场的绿荫下，看着同学们绕着跑道一遍又一遍地奔跑，我的心中充满了不安与胆怯，“我能跑完吗？”我问自己。

为了让我们期末体育测试能达标，体育老师可谓是用心良苦。一会儿让我们绕操场蛙跳，一会儿又要练习长跑。长跑是我的弱项，大概是第一次长跑我摔倒了给我留下了心理阴影。我从未想过我的长跑会得优秀，准确说是不敢想，那对我来说像梦境一样遥远。我从第一次长跑失利后就给自己下了一个定义：我长跑不可能得到优秀。我想或许是这个定义束缚了我，的确这么久了，我的长跑成绩从未超过老师和我的预期。

“该你了。”体育老师走到我面前，平静地对我说：“再不努力练习就真的没有办法了。”我抬头，有些不安地看了体育老师一眼，走向了跑道，顿时，一种恐惧感在我心里滋生。操场上，有同学们努力奔跑的背影，也有好友加油打气的鼓励声，树叶们轻轻摇曳，发出“沙沙”声，蝉儿们也毫不厌倦地唱着旧时的老歌，一切都是那么自然、随和。唯有我这颗不安的心在胸膛中怦怦地跳动着，我感到恐惧，我不知道未来这几分钟里会发生什么，我只感到一阵迷茫。

“一，二，三，跑”体育老师一声令下，我下意识地向前冲。一圈，两圈我不知道我跑到第几圈，不知道时间过去了多久，我只是感觉终点仍然很遥远，我感觉我永远达不到目标。我仍然在往前跑，但是两条腿像灌了铅一样怎么也跑不快，我不想再跑了，我太累了。但是就在我想要停下来的那一瞬间，我突然明白自己不能停下，不为老师的表扬或是其他什么。我只想突破自己，我知道我可以跑得更快，从第一次练习长跑，我就一直知道，可是我不敢去做，因为恐惧，也因为我不相信自己能做到。现在，我只想试一试，我想突破自己，哪怕失败。就这样，我再次鼓起勇气，拼命向前跑。我敢说，这是我第一次那么认真的跑步。我沐浴在金色的阳光下，一圈又一圈的跑着，我跑得那么认真。直到跑完最后一圈，我惊讶地发现：我成功了，在我下定决心突破自己的那一瞬间，我就已经成功了！

**退缩与突破初中生作文27**

请问雨过天晴的彩虹有几个颜色呢？答案是：无限个；请问是谁发现出来的呢？答案是牛顿，五彩缤纷的世界，充满着各式各样的色彩，每一样色彩都代表着不同的意象，深入里头，便可以找到他那颜色的哲学。

“轰！”火车发出一声巨响，驶离火车站，我就坐在火车中，漫无目标，任由火车主宰，看是要把我送到遥远的地方，或是要让他在岁月中止步。眼前的景物，是由一根根的电线杆以及一户户的民宅交织而成，不时有大形广告板呼啸而过，有的人守在家，有的人为了生计，到处打拼，四处游走，而我呢？只因为数学成绩不理想而自暴自弃，会不会太不值得了？

火车慢慢地北上，窗户也由黑白相间，转便为蓝，哇！多湛蓝的海水，海水由浅入深，由动变静，蓝，好比是天空与大海，广阔的体积，让人联想到学习，许多事情正等着我们去探索，发掘，我们永远学不完，唯有努力不懈才能充实自己。

湛蓝的海，依旧还停留在我的脑海，片刻之间，黑暗暗的隧道包围了我们，寂静的黑，给我们寂静，但也给了我们不安，不知道何时才能发出隧道，不知是否能突破这阴霾，赶快驶离这隧道，好安抚我惧怕的心灵。

忽然眼前为之一亮，天空和海洋互相错纵，亮得使我睁不开眼睛，在隐隐约约之中，彷佛看见了七色彩虹竖立在天空，原来天外面是这么的明亮，这么的漂亮，把自己困在狭小的空间，只是心囚，并不能真正的改变自我，学习七色彩虹，将每一个颜色都显现出来，做一个突破颜色的自我，啊！我懂了！我懂了！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找