# 七年级周记500字（精选20篇）

来源：多多范文网 作者：官方发布 更新时间：2025-07-07

*一周的时光如同一幅画卷，在初中的画布上徐徐展开，有浓墨重彩，也有轻描淡写。让我在这周记中，为您展现这幅多彩的画面。以下是多多范文网为大家准备的《七年级周记500字》，希望对大家有帮助。1.七年级周记500字篇一啄木鸟感谢大树给它温暖...*

一周的时光如同一幅画卷，在初中的画布上徐徐展开，有浓墨重彩，也有轻描淡写。让我在这周记中，为您展现这幅多彩的画面。以下是多多范文网为大家准备的《七年级周记500字》，希望对大家有帮助。

**1.七年级周记500字 篇一**

　　啄木鸟感谢大树给它温暖的家，他学会了感恩每一天为大树看病。小雨感谢河流给予它游玩的地方，他学会了感恩每一天为河流细心歌唱。白云感谢蓝天给它张先自我的场所，他学会了感恩每一天让蓝天更美丽。生活中的一草一木都学会了感恩，我也学会了感恩!

　　每当我卧在病床上时，身边总会有那熟悉亲切的身影―妈妈、爸爸。他们在一旁为我端饭送药。每当我看到这是我的\'鼻子总是酸酸的。因为，我实在是不忍心爸妈为我这样操劳。

　　在每一天，我都会帮忙爸妈，打扫房间，收拾东西……每当我在做这些事情是爸妈总说：“看看，弄得多脏。叫你别干，你就偏要干。去你做你的事”。我明白爸妈这都是为我好。但他们有没有直言。

　　有朋友固然是好。朋友总会在我需要帮忙是向我伸出援助之手。当他们有困难时，我也会如同风一般快速，如同闪电一般迅猛的出此刻他们身边。并不是说他帮忙你几次你就报答他几次。而是在他们需要帮忙之时去帮忙他们。这帮忙将使用无止尽的，只要你愿意你将是每个人的救星。

　　老师赋予我们知识而又不求回报，总是在一旁望着我们。在教师节中同学们为了感谢老师们的教导，都会拿上好的物品去送给老师。而我确实会拿上自我亲手做的小礼物去送给这灵魂的工程师。虽然老师总会欣然理解，虽然这只是一个庸俗的礼物，但是他却代表着我那一颗对老师的感谢之心。

　　我一向坚信只要生活中处处有感恩，世界上将会更加完美。此刻就让我们一同去创造着完美的未来吧!

**2.七年级周记500字 篇二**

　　今天活动课，阳光明媚，老师带领我们来到操场玩游戏。同学们的游戏活动真像鲜艳的花朵一样，多姿多彩。瞧，同学们有的在打乒乓球，有的在练习跑步，还有的在跳绳。我们这个小组也开始了今天的`游戏——老鹰捉小鸡。

　　我们通过“石头剪刀布”的方法来决定谁来当“老鹰”和“母鸡”。结果出来了，小邓是“老鹰”，小李是“母鸡”，其余同学都是“小鸡”。

　　游戏开始了，“小鸡”们躲在“鸡妈妈”身后，紧紧连在一起，像条龙尾巴在左右摇摆，也像是在向“老鹰”挑衅。“老鹰”看到这幅景象，思考了一会儿，突然，他来了一个下马威，不对不对，是来了一个“下鹰威”，朝“小鸡”们猛扑过来。“母鸡”好像也察觉到了，赶忙带领“小鸡”朝相反的方向移了一步，害得“老鹰”摔了个“鹰叼泥”，逗得我们这些“小鸡崽子”狂笑不已。

　　“老鹰”也不灰心，爬起来，继续向“母鸡”扑去。这时，“老鹰”伸出手，搞了个偷袭。“母鸡”不慌不忙地张开双手，“老鹰”再向“母鸡”手底下进攻，但还是被“母鸡”挡住了。

　　“老鹰”见无论怎样都无法攻破“母鸡”的防线，站在原地凶神恶煞地注视着“小鸡”。他认真地想了想，蛮干不行，应以智取。“老鹰”改变策略，一会儿向前，一会儿向后，一会儿向左，一会儿向右。眼看“母鸡”和“小鸡”们有些体力不支了，“老鹰”便迅速绕到“小鸡”们的后面，抓了个正着。大家笑得前仰后合，开心极了。

　　很快，活动课结束了，大家依依不舍地告别了操场。今天的“老鹰捉小鸡”可真好玩，这个游戏深深地印在了我的脑海中。

**3.七年级周记500字 篇三**

　　幸福是书山寻宝，幸福是亲近自然；幸福是父亲递来的一杯热水，幸福是妈妈的一声呼唤；幸福是朋友捧来的一束鲜花，幸福是夸父遗仗化成的邓林，幸福是抹去汗水后的璀璨微笑……

　　幸福不仅是得到爱和关怀，更是去关爱他人；真正的幸福不仅在于享有，更在于付出。所以说，幸福是一种“善”的品格，是一种爱心的奉献。

　　我们不经意间的一句话，一个动作，一个笑容就可能感动我们身边的每一个，让他们因为我们而感动而幸福！

　　记得小学时的期末考试。同学们都沉浸在离别的氛围中，每个人的眼里都有泪水在徘徊。没有心情去考试，没有心情去冲刺。我和她并肩走在熟悉的林荫小道上，互相在沉默中暗自垂泪，她忽然对我说：“我不想考试了，我害怕面对分别。”我对她说：“不行，害怕也得面对这个事实，我们必须努力地冲一把，为小学生涯画上一个完美的句号，让老师给我们一个满意的笑容！”她想了想我的话，笑了一笑。我知道，她明白了我的意思。考试前，我将自己的一块橡皮用小刀切给她一半，她激动地对我说“谢谢”！她曾经帮助过我，为我付出了许多，所以我也要帮助她，让她因为我而感到幸福。

　　考试不知不觉中结束了，她对我说：“谢谢你，在我伤心时安慰我；谢谢你，在我无助时，帮助我。因为有你，我感动很幸福。”

　　当时，我不知多么高兴，我的行动让她因为我感动了幸福。

　　当你拥有幸福时，并不一定是快乐的；但是当你让别人感动幸福时，一定很开心！

　　幸福是一个微笑，幸福是一个动作，幸福也许就是一句鼓励的话语……

**4.七年级周记500字 篇四**

　　今年，我15岁了，从小到大，牵挂我的人是妈妈。

　　每天，当我还在床上的时候，一睁开眼睛，第一个看见的人是妈妈，睡前后一个看见的人也是妈妈。10年了，妈妈从来没有离开过我。

　　每天我睡前，妈妈总要做四件事：盖被、拉帘、换灯、关门。我穿好睡衣，在床上躺好，妈妈透过房门，看见我要睡了，就走进房间，轻轻地抖开被子盖在我的身上，盖到我的脖子上。接着，妈妈走到窗前，把窗帘拉上，整个窗户被遮得严严实实。妈妈又到床头电灯开关按钮旁，关上光线强的那盏灯，打开床头那盏光线弱的灯、还拿上一块纱巾罩在灯上。对了，忘记告诉你，妈妈为我的\'房间共安上了四盏灯，做作业时开光线强的；睡觉的时候，就开那盏光线极暗的“入眠灯”，让这盏灯伴我到天亮；当我半夜起来小便的时候，我才打开另外两盏灯。当妈妈换灯后，便蹑手蹑脚地走出房门，把门轻轻地关上。

　　妈妈对我常说的话是“要认真”。当老师让我去画画、写作文、下棋……的时候，妈妈总把“认真”挂在嘴边。尤其是去参加数学竟赛，妈妈会反反复复地说：“考卷上有许多陷阱，往往只是一字之差，你一定要认真读题。”当我参加学校举行的运动会时，妈妈总是一遍又一遍地叮嘱：“一定要认真看跑道，不能窜道。”

　　妈妈注意我写字的姿势。我的写字姿势一歪，妈妈马上帮我纠正，还说个没完没了：“要挺胸，胸要离桌子一拳头，头要离桌面一尺远，手离笔尖一寸。”接着把我的耳朵拎起来，把我坐的椅子微微向后推，抓住我握笔的右手把笔往后轻轻拔一下。我知道这是妈妈让我保护眼睛。

　　一回回亲切的眼神，一个个关心的动作，一句句鼓励的话……这就是妈妈次的牵挂，凝聚着妈妈深深的爱。

**5.七年级周记500字 篇五**

　　我提着新买来的特步运动鞋飞快地走着，想到爸爸不可思议的表情，我不由自主地笑了……

　　我已经很久没有给爸爸买生日礼物了，每次见到他，看到他柔和的眼神，再看看我空空如也的手时，我就对爸爸有一种深深地愧疚，别的孩子可以每年送爸爸一些礼物，而我却送不出给爸爸的礼物。我每年都在发誓，今年一定要给爸爸一件好的礼物，可是我每次都做不到。我经常看见爸爸穿着一双露底的.鞋子，每逢下雨时，他回来总是一脸的疲惫，一祙子水。我也知道，爸爸太需要一双鞋子了。可是我也承担不起呀，除了买学习用具外，我的压岁钱已所剩无已，以至于买不起一双好鞋子。

　　今天就是爸爸的42岁生日，我拿着攒好的压岁钱去了特步专卖店，挑来选去，我挑了一双好的特步鞋买了下来，是红色的，红色代表爱。回到了家，爸爸已经把饭做好了，“老爸，来，猜猜这是什么?”我说。“无非是一双鞋子，有什么可猜的。”爸爸漫不经心地说：“是妈妈的鞋?”我摇摇头。“是你的鞋?”我又摇摇头。“爷爷的鞋?”看着我不停地摇头，爸爸沮丧地说：“猜不出来了，还是你告诉我答案吧。”当我告诉他那是给他买的礼物时，爸爸先是一愣，随即把我抱了起来转了两圈。不一会儿，爸爸地眼泪像浪花一样奔涌而出。爸爸激动地说：“宝贝，你长大了，这是我今生得到的有意义的礼物。”看到爸爸爱不释手的举动，我开心极了!

　　在这美好而又安谧的房间里，我们父子俩紧紧地拥抱在一起……

**6.七年级周记500字 篇六**

　　昨天下午，上语文课的时候，我们班的班主任宋老师给大家介绍了一个游戏，名叫“盲人”雕塑家，听到这里你可能会被我弄的一头雾水。问我”盲人不是看不见吗？为什么还是雕塑家呢？”别急，我等会儿会告诉你的。

　　首先，宋老师选几个男同学，分别是：单川、王昊泽、还有杨睿硕。现在开始分配角色了：单川是雕塑家，可是做雕塑家是要蒙上口罩的，由于单川不肯把眼镜拿下来，宋老师只好叫张与弛过来当雕塑家。我想张与弛一定会很高兴的，他一蹦一跳的来到了讲台，由于太兴奋结果差点跌倒。宋老师把一个成人口罩带到了“胖子”张与弛的眼睛前面，我觉得张与弛一定在想要是口罩能在大一点就好了。王昊泽是模特，他要摆一个很酷的姿势。杨睿硕是蜡人，他要让张与弛来摆弄他。

　　好！一切准备就绪。

　　游戏开始了。张与弛向王昊泽走过来摸了摸他的头说：“咦？这里有一个大西瓜，”又摸了摸，说：“咦？这里有一根木条。”我想王昊泽一定在说“忍住！”一定要”忍住“！张与弛像一个保安一样在抓小偷。摸了王昊泽一通之后转向杨睿硕后坏笑了一声：”呵呵呵！“走过去拉着杨睿硕像玩娃娃一样玩着他，有同学小声的说了一句可以让他自己动。雕塑家突然变聪明了开始像司令一样命令小兵：“把手抬起来，弯一点，对了就是这样……”好，姿势好了现在是小评委发言时间，有几个同学的小手举的高高的，有的同学说杨睿硕的.肚子挺的好大，宋老师摸了摸杨睿硕的肚子说：“是，杨瑞硕同学的肚子大了一点。”全班同学哈哈大笑。

　　这次我虽然没有玩这个游戏，但是很开心！

**7.七年级周记500字 篇七**

　　幸福，是你饥饿的时候老妈端出来的可口美味的饭菜；幸福，是你困难时有人伸出的一只援助之手；幸福，是你伤心时有人聆听你的倾诉。

　　从前的我，对“幸福”是陌生的，是遥远的。但自从那，我享受到了幸福的滋味。

　　“同学们，幸福是什么？”老师一上课便问道。“是有好的房子住。”小A说道。小B立马接话，说：“还有好的车开。”小C也马上说道：“对对，还要天天有麦当劳、肯德基吃，这样才幸福。”老师叹了口气，摇摇头说：“幸福其实很简单，只是你缺少了发现幸福的眼睛，幸福是无处不在的。”“叮铃铃”老师的话音刚落，下课铃声立马打响了。

　　我依然像一个木头人一样坐在那儿，心想：从现在开始，我要用心观察幸福。“叮咚叮咚”上课铃打响了，这节是语文课，我连忙找语文书，我找来找去，语文书却像一个顽皮的孩子，在和我玩捉迷藏。我忽然记起，昨晚忘记放到书包里了。这时，只见同桌把语文书放在中间，让我们两个人都看得到。顿时，我感受到了幸福，幸福是甜的，甜入了我的心底。

　　下午后一节课，我参加了兴趣班训练得很晚，回到教室，发现桌子摆得整整齐齐，窗户关得紧紧的，教室里鸦雀无声，我抬头一看，黑板也被擦得发亮。我忽然想起：作业还不知道，明天肯定会被骂的。我走到自己的座位上，看到上面贴了一张小纸条，纸条上已经抄好了各科的作业，我大吃一惊。这时，我被感动了，我又感受到了幸福。我心里暖暖的，仿佛一股温水流过我的心田。

　　朋友们！幸福无处不在，从现在起去感受幸福的滋味吧！

**8.七年级周记500字 篇八**

　　落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对滋养它大地的感恩。白云在蔚蓝的天空中飘荡，绘画着一幅幅感人的画面，那是白云对哺育它天空的感恩。因为感恩才会有这个多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情。因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。

　　我要感恩我的父母。因为父母给了我们生命，哺育我们成人。在我成长的\'道路上，父母不知为我们付出了多上心血。小时候，教我说话，教我走路，教我跑步……长大了，又教我怎么做人。难道这还不足以感恩吗？

　　我要感恩我的老师。因为老师授予我们知识，未来成为祖国的栋梁之才。老师为了我们的学习，付出了很多：老师废寝忘食地写板书，搜资料。到了夜深人静的时候，老师还在灯光下批改着作业。有的同学的成绩不是很优秀，老师连夜跑到他（她）家辅导他（她）。那一份份作业上，有多少老师的心血。那个眼镜盒里，藏着多少动人的故事。老师为了我们的学习，呕心沥血地为我们着想。难道，这还不足以感恩吗？

　　我要感恩我的好朋友。因为在我伤心的时候，他安慰我。在我高兴时，他祝贺我。在我失败时，他鼓励我。在我困难时，他帮助我。在我疯狂时，他提醒我……我总是笑道：“我有一个多么好的朋友。”好朋友的话语，是我前进的动力。就凭这一点，难道，这还不足以感恩吗？

　　让我们怀着一颗感恩的心，去对待父母，对待老师，对待朋友，你将会发现自己是多么快乐。敞开你的胸怀，让霏霏细雨洗刷你心灵的污浊。学会感恩，因为这会使世界更美好，使生活更加充实。

**9.七年级周记500字 篇九**

　　我想问一个问题，同学们，你们喜欢挫折吗？我觉得答案是否定的，但是不管你喜不喜欢，不管你喜不喜欢，挫折随时都有可能到来。

　　那么如何面对挫折呢？“自古以来，英雄就吃了很多苦。”许多有远大理想的人在与历史挫折的斗争中取得了非凡的成就。

　　越王勾践面对亡国之耻，苦心经营，终于成为一项伟大的兴国事业。音乐大师贝多芬，面对双耳失聪的厄运，告诫自己要扼住命运的咽喉，于是打出了辉煌的《命运》海星面瘫手脚。生活挫折，视力弱，缺乏信仰，不断写作，唱着世界闻名的不朽的诗歌。

　　是的，挫折虽然给人带来痛苦，但往往能磨练人的意志，激发人的斗志；成就辉煌事业。科学家贝利福利说：“人们好的工作往往是在不利的环境下完成的。”所以可以说，挫折是培养人才的特殊环境。

　　当然，挫折不能不造就人才，不是所有经历过挫折的人都能有所作为。法国作家巴尔扎克说过：“挫折像一块石头，是弱者的绊脚石，使你步履蹒跚；对于强者来说，是让你站得更高的敲门砖。”只有那些在生活中抱着远大目标，在生活中树立远大理想，在挫折中自觉磨练，在挫折中奋起，在挫折中追求的人，才有希望成为生活中的强者。

　　挫折是一种强大的.人生体验，巨大的波澜可以让人的内心波澜壮阔！大灾可以磨砺人心，大悲可以清净人心，大辱可以澄清人心。在与命运抗争的过程中，每个人都有艰辛和困难，但却能促进成熟。“突然，我一点都不惊讶，突然加了一句没有生气。”敢于面对挫折的考验，以斗士的姿态正视困难，然后展现出无限的魅力和价值，然后逐渐变得坚强勇敢，嘲笑挫折和生活。

　　善待挫折，就是善待生活，善待人生！

　　同学们，让我们善待挫折，成就辉煌人生！

**10.七年级周记500字 篇十**

　　滋味是甜的，就像吃了蜂蜜一样；滋味是酸的，就像尝了还未成熟的橘子一样；滋味是苦的，就像吃了黑巧克力一样……而我尝到的滋味，是幸福的。

　　那是一个寒冷的夜晚，窗外凛冽的寒风如咆哮的狮子般，呼呼地怒号着，大树在狂风中摇晃，一条条树枝就像一条条狂舞的皮鞭在空中抽打着……

　　我们一家人围坐在餐桌前。突然，我肚子里的馋虫不知闹哪般，引得我特别想吃糖藕，妈妈却说：“这么冷的天，而且又是晚上，到哪儿去买啊？明天再吃吧。”我想想也是，这样的鬼天气，路上的行人都已经绝迹了，哪儿还会有糖藕呢？便有点失落地回房了。

　　就在这时，爷爷慢慢起身，悄悄走出了门外，而我却浑然不知。过了许久，爷爷回来了，手里拎着个红袋子。只见他脸冻得通红，略微泛白的双眉拧成疙瘩，嘴唇微微颤抖地往手里呵了几口热气。我赶忙跑向爷爷：“爷爷，您去哪啦？这么冷的天，你怎么还往外跑呀？”爷爷擤了擤冻僵的鼻子，乐呵呵地打开袋子：“你看！这是什么？”“哇！哇！是我爱吃的糖藕！爷爷你在哪里买的？我迫不及待地拿出糖藕，还是热乎乎的。“快吃吧，我记得桥东那边还有卖的，去的时候果然还没收摊。”我摸着手中温热的糖藕，再看着爷爷那双几乎冻僵的.双手，不禁心疼起来。

　　原来幸福就是这样简简单单，就像那份糖藕一样，得是一个多么爱你的人才会不顾寒冷，才会跑大老远的地方只为买到你想吃的东西呢？我想，只有爱我的家人，而爷爷便是这个世界上爱我的人！

　　这份糖藕让我尝到了幸福的滋味。我为自己有这样一个爷爷而感到幸福。爷爷，我爱你！

**11.七年级周记500字 篇十一**

　　我是一个残缺的圆，我无法像其他圆一样快速的滚动。于是我怨恨自己，我不甘心，我要找回我失去的那一块。

　　于是，我便带着坚定的信念，踏上寻找的旅程。在这一路上，我翻山越岭，遇到不少阻碍。每当上高山时，我会竭尽全力，勇往直前的向上攀爬。在过泥泞的土地时，虽然缺去了一块，即使再难我也坚定地一拐一拐地越过。在渡江河时，我不怕河水的冲击，沉住气，闭上眼睛快速的滚过。在这一路上，我就像红军远征一样，穿越高山，走过野谷，渡过江河，爬过泥坑。皇天不负苦心人，终于有一天，我在翠绿的草丛中寻找到我失去的那一块。

　　可是，当我找回这一块时，我又怨恨我这一路上只知麻木地追求，而放弃欣赏身边一路的风景。

　　越高山时，我放弃了站在高山之巅，遥望大川山河的\'雄伟景观。在过草地时，我忽略了与花草打招呼，放弃了与翩翩起舞的蝴蝶一起共舞的机会，放弃了与辛勤的蜜蜂一起去传播花粉。在我走过野谷时，我放弃了感受大地的气息，在渡江河时，我放弃了与鱼儿一起畅游的悠然自在。

　　在这一路上，我虽然艰苦地找回我失去的，完成我曾后悔未能做到的东西。可是，找回这一切并不使我觉得愉悦，因为当找回这一切的同时，我却放弃了另一半。我只一味地追求，却放弃了与父母一起聊天的时间。我麻木地追求能赶上别人，却放弃了我从下就钟情的美术绘画。我抛开了这一切的兴趣，尽自己的努力在学习上取得小小的进步，可是我并不感到安慰，因为我失去了拿着画笔尽情挥发的淋漓尽致的快感。

　　如果可以重新来过，我宁可做回残缺的圆，在追寻理想的旅途中一路歌唱，一路欣赏沿途的风景。

**12.七年级周记500字 篇十二**

　　“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己……”每当这熟悉的旋律回荡在耳边，我就想说 感恩之心，人人皆有，让我们一起去学会感恩吧。

　　感恩老师。因为他们授予你知识，是他们让我们从一个无知的小孩成长为一个懂事的青少年，从教会我们读懂书本上的`每一个汉字，每一行句子，到让我读懂社会这本无字天书，多少个清晨和夜，多少滴汗水和泪水，多少上操劳累，和期待，一切尽在那三尺讲台上表达着，传递着，老师给了我们春的温暖，夏的清爽，秋的沉思，冬的严寒。

　　感恩父母。父母从我们一开始的呱呱坠地到牙牙学语，给予了我们许多爱和心血，而我们则认为是理所当然的，在家里把父母当奴隶，衣来伸手，饭来张口，当“皇帝”。而父母则任劳任怨，我们是不是要回报一下他们。回报不是要等到父亲节或母亲节，在平常生活中，就应该实行。母亲在做家务活时，我们应该接下她手中的任务，并说：“妈妈，到一旁休息去吧，家务活我来做。”父亲在熬夜工作时，我们应该冲好一杯咖啡，送到他的办公桌旁，说：“爸爸辛苦了，喝杯咖啡，提一下神，再工作也不迟。”

　　感恩朋友。是朋友在我们困难之时，伸出援助之手。是朋友在我们犯错的时候，及时提醒，不至于酿成大祸。是朋友在我们沮丧的时候，给我们动力和鼓励。

　　鲜花感恩雨露，因为雨露滋润它成长；高山感恩大地，因为大地让它高耸。感恩无处不在，让我们一起学会感恩吧！

**13.七年级周记500字 篇十三**

　　上个周末由于我表现比较好，又恰好赶上妈妈有空，所以妈妈终于可以带我去盼望已久的‘勒泰童世界’

　　虽然哪里都是很小的孩子玩的，但是也许可以偶遇一两个同龄人呢！

　　吃完午饭，爸爸就带我和妈妈一起来到‘勒泰城’，我直接拽着妈妈上了三楼，来到童世界门口。哇！太漂亮了，激动得我连票都忘记买了就往里冲，结果被妈妈一把拽住，无奈的对我说：“票，你要买票人家才会让你进去，都这么大了还来玩这种幼稚的游戏。”“哦，好吧。”和妈妈一起买完票我马上冲进去。第一站“超级蹦床”脱了鞋我就跑了进去，蹦啊蹦啊，越蹦越高，感觉自己好像要飞起来一样，玩了一会我又冲到了“海洋球”，我艰难的在海洋球里前进，连滚带爬的来到滑梯旁，太高了，但我是男子汉哦！，所以别人都坐着下来而我是躺着下来的。引得其他人哈哈大笑。玩了一会我就出来了，接着我看到一个五颜六色的大漏斗，走到近处才发现，原来那是好多绳子结成的网啊。妈妈看了看我说：“你太胖了，是爬不上去的。”我不服气的说：“你这是瞧不起我，到底是不是亲生的怎么能这么讽刺我呢。”我一定要证明我自己，于是我跑进了“七彩空间”的入口里踩上去一时软绵绵的，用不上力啊，可这也不能后退呀，那是会被瞧不起的\'，于是我努力从第一层爬到第二层，妈妈看到我上去了一层还给我加油呢！于是，我又有了信心，我努力的用手去抓，用脚去蹬，终于爬到了上边，还爬过了横廊，并且顺利的从另一端下来了。妈妈高兴地夸我：“太棒了”虽然很累，但是挑战了自己没玩过的项目，还是很高兴的。

　　这次玩得真高兴，虽然累，但是我知道了只要自己努力不放弃，什么事都可以做到，什么事都可以成功。

**14.七年级周记500字 篇十四**

　　你常常觉得自己不幸福，而渴望幸福、寻求幸福吗？其实幸福是“远在天边，近在眼前”唾手可得的！

　　你可能常常在抱怨，这个东西好难吃，那个不想吃，挑三拣四，但是，有人没得吃，你知道吗？这个玩具不好，那个玩具太烂，嫌东嫌西，但是有人连玩具都没有，你知道吗？你有衣服，他们没有；你有水喝，他们没有；甚至我们都有幸福的家，但是他们连一个可以伫足的地方都没有，所以我们的幸福是有人连想都不敢想的。

　　我们出生在海南，就是幸福。在这里有气势磅？的高山使我们依靠，有绿意盎然的树木让我们亲近，也有干净的水源使我们纯净。你说，这样我们还不幸福吗？回到家的时候，有热腾腾的饭菜，以及山珍海味，让我们填饱肚子，让我们不饥饿，而是吃得津津有味、精神抖擞。黯然神伤的时候，有家人、朋友的关爱，使我们不孑然一身、不落单寂寞。四通八达的城市、教育的更新、华佗再世的医术，使我们天天心旷神怡，你说这样我们还不够幸福？

　　在这世界上，有人没东西吃，每天饥肠辘辘的，瘦如柴骨，甚至鳏寡孤独，一个人度过短暂的一生；医疗的不发达，使疾病蔓延，宛如人间炼狱一般，生活总是在愁云惨雾中，这样的人他们的明天在哪儿？真的是告诉我们要珍惜一切，因为我们真的是幸福的，不要因为得不到想要的东西就抱怨，因为有人比我们更可怜。所以我们要知道，我们要珍惜我们所拥有的，知足惜福再造福，让幸福的滋味，洋溢在每个人的心底，喜形于色，绽放如阳光般灿烂，幸福的笑脸。

**15.七年级周记500字 篇十五**

　　无意之中，书架上坠落下一张纸，那张纸缓缓飘落，在我记忆中漾起了涟漪。

　　夏季，炙热的阳光在身上肆意的徘徊，我提着口袋，向别了几天的教室走去，走廊上竟出奇的安静，心情特别沉重，迈进的那一刹那呼吸了停顿数秒，望着坐在位子上，一个个表情凝重的同学，我额角的汗珠，不安份的滚落下。我坐到座位，焦躁不安的等待着。

　　不久，老师走了进来，把考试卷分了下去，当卷子落在别的同学手中时，我好像望见了他们眼眸里一闪而过的欣喜。此时，我的手心直冒着冷汗，心那‘砰、砰’的撞击声就好像要“爆炸”一般。白色的试卷在我眼前翩然落下，鲜红的大字刺激着我的眼球“喀咔”。我好像听见了某东西破碎的声音——那是我的心，我如此脆弱的心何曾受过如此的`打击，59分，鲜艳如它，却无情的击打着我的心。我漫无目地的度过了几个小时，当同学带着笑脸，在我面前走过，我垂下了头，眼泪充斥在眼眶，好像要随时，喷涌而出。我蹲坐着，在拼起我那颗刚才破碎的心，可无论我如何，都无法拼出完整的，那鲜红的数字，如同恶梦一般，甩之不去，取之不走。

　　我掏出手机，按下了如同千斤种的号码，几声‘嘟’后便传来熟悉的声音：“喂，考得如何？”我的眼泪再也止不住，泪花滑落在地上，形成一个小水塘。“妈，我没考好。”我哽咽着回答。“这样呀，也别太伤心了，下次努力呀！”电话那头的声音使我想在沙漠中寻找到水源那般渴望，像在汪洋大海中发现孤岛那般喜悦。见我许久不答。“没事，这一点挫折，又怎么能压倒您呢？别太难过，没有人会一帆风顺，只有逆境成长，才会成功，只要不放弃就好！”我听着听着，渐渐的释怀了。

　　成长是瓜，挫折是藤，藤的缠绕是为了让瓜更好的生长;成长是剪刀，挫折是枝叶，剪刀的修剪是为了让枝叶更加的繁密;成长是风筝，挫折是风筝线，风筝线的牵绊是为了让风筝飞的更高。

**16.七年级周记500字 篇十六**

　　有一天，我背着沉重的书包回到家，感觉整个人都要被压垮了。一到家里，我就到处找零食，还不停地叫着，“我好饿啊！有什么吃的吗？”

　　可是，家里的餐桌上什么零食都没有。妈妈走过来，对我说：“现在还没有到吃饭的时间哦！你的作业写完了吗？”

　　“当然了！我的作业在学校就写完了！”我骄傲地回答。

　　“那你就去玩一会吧，一会晚饭好了，我叫你。”妈妈告诉我。

　　我去玩了好长时间，自己不想玩了又去陪弟弟玩，我陪着弟弟玩各种游戏，弟弟也很喜欢和我一起玩。玩累了，我就对妈妈说：“妈妈，我玩累了，你过来陪我练一会钢琴吧！”

　　我把近学习的各种曲子都弹了一下，妈妈听了以后，似乎她一天的劳累和辛苦都消失不见了。顿时，我觉得妈妈好像年轻了不少。突然，我想到妈妈平时喜欢听的一首曲子，《AlwaysWithMe》，这首曲子是动漫电影《千与千寻》的`片尾曲。我自己也很喜欢。那我就一定要弹这首曲子啦！开始弹起来之后，我越弹越投入，而妈妈呢，她听得陶醉起来，脸上的笑容好像一年都不会消失。我自己听着听着，仿佛整个人都进入到了这首曲子里面。这也许就是音乐的魅力吧！

　　弹了半天的钢琴，我的肚子饿得咕咕叫起来。这时候，妈妈说：“今天晚上奶奶特地给你做了鸡汤面条。”

　　“耶！”我兴奋得尖叫起来，因为鸡汤面是我期待好久的家乡美食。我迫不及待地坐上餐桌，看着奶奶做的鸡汤面，我的口水都要变成“长江”啦！

　　当我把鸡汤面送到嘴里去的那一刻，美味迅速从舌尖传达到全身每一个细胞，顿时，我觉得这幸福的滋味简直独一无二！

　　奶奶做鸡汤面就是为了我，妈妈陪我练琴也是为了我。生活中这平凡的一天，却让我感受到了全世界幸福的滋味。

**17.七年级周记500字 篇十七**

　　流年似水，回首，那一片金色的岁月，青春的芳华，已淹没在轮回的尘土里，留下的是那一连串衰伤的感叹。

　　太多的笑颜，太多的甜美，太多的痛彻，太多的泪水，太多的酸甜苦辣，太多的.悲欢离合，太多的留恋不舍，太多的无可奈何。那时的你我，高举着青春的旗帜，世俗的眼光，在我们天真的眼里根本不算什么。曾经忘我的追求，任性的执着，以为坚守的是一辈子的永恒，无奈，天下无不散之宴席，相聚只是为了日后的分离。这一切的一切，随着岁月的长河，汹涌而澎湃着，似乎在我的记忆中慢慢远去，是岁月的水无情，还是人走茶已凉？难道这一切都是过客的演变？

　　翻着陈旧的相片，才知道，记忆的天空已开始褪色，泛黄，已被岁月的风霜覆盖得模糊不清了。我努力地拼凑着每一个片段，努力地回忆着你离去的那一抹忧伤的身影，可是，脑海里始终是那残缺的记忆，零零碎碎的画面，始终圆满不了你的轮廊。曾经许下的山盟海誓，如今，却成了相片中那一颗颗暗沉的黑点。是我们当初不够执着？还是我们太过于执着，以至于上天把那一片记忆模糊？以至于我不能清楚地忆起你？

　　当初的你我，也许没想到许多年后的今天，已是物非人亦非了。因为执着，所以爱着，因为爱着，所以伤着，因为伤着，所以痛着。爱过了，痛过了，也累了，或许，这就是上天给予我们对爱的考验，只是，我们错过了，以至败于这场考验。“不在乎天长地久，只在乎曾经拥有”，毕竟我们拥有过了，也知足了。

　　不去过问你现在过得好不好，我在乎的是曾经。生命中那一段残缺的记忆，也许是因为伤得深，痛得彻，所以才不愿去记起，所以才残缺，就让它一直残缺下去吧，或许，这就是我们相识，相知，相爱的见证。

　　残缺的记忆，我将永远珍藏。

**18.七年级周记500字 篇十八**

　　一天，一位船主让漆工给船涂漆，漆工涂漆时，看见船破了一个大洞，便随手填补上了，漆工拿完工钱走了。这时船主才想起来，船有个大洞，便整天提心吊胆，害怕孩子在也回不来，但后孩子们平安的回来了，船主十分感谢漆工，便给了漆工一大笔钱，但漆工只是疑惑不解，并强力谢绝。

　　漆工是个善良的人，在他眼里，一切都是举手之劳，只是随便做的，并无大碍，可一切一切在船主心里，都是救子之恩，大不可磨灭的。

　　如果世界上每个人都多一份举手之劳，就不会有更加糟糕的事情发生了。比如前几日，有个孩子被两辆车轧过，路过十一人，无一人上前帮忙，只是第十二个路过的人，是个环卫工人，她不顾一切，放下手里的东西，抱起孩子大声喊叫这孩子的父母，当孩子送到医院时，孩子已经奄奄一息了，设想第一个路过的人就帮助这个孩子，就不会发生现在的事情，也不会白白没了一条小生命。想必那孩子的`父母也会十分感谢的。

　　就像漆工说的那样简单，都是举手之劳吗?不必客气，多个举动，有可能受益终身，多了那一份复杂的犹豫，就有置人于死地的危险。

　　不如大家，丢掉那害人害己的思想，大家手牵手，一起多一个微笑，或一个小小的举动，那么世界就会少失去一些人的生命，世界也会更加和平。世界如果充满这种语言，充满帮助关心的举动，糟糕的事就会少些，欢笑声就会越传越远。

**19.七年级周记500字 篇十九**

　　母爱是天，母爱是地，母爱是风雨里的一把伞。

　　那是一个大雨滂沱的下午，我眼巴巴的看着同学们一个一个地撑着雨伞，兴致勃勃的离开教室，我心急如焚。我想，妈妈还没下班?这么大的雨，我怎么回去呢?我借了老师电话打给了妈妈，可妈妈一直都没接。我更着急了，妈妈不会发生什么意外了吧?她很少不接电话的，天色暗下来了，越想越急，眼泪便扑簌簌的落下来。

　　这时，教室外出现了一个身影，一个瘦弱的身影，只见他一手提着袋子，另一只手撑着一把伞，脚步很急，在风雨里快速穿梭，越来越近，我才知道这是我的妈妈。她把手上的东西往我身上一披，说：“天冷了，快穿上。”

　　我一脸不开心地抱怨着：“妈妈，你怎么那么晚才来，急死我了，打你电话也不接”“天冷了，我怕你着凉，就特意赶回去拿个外套给你，我赶的急，没听到电话响”妈妈上气不接下气地说。我看也不看她一眼，满脸的\'不高兴，转身就往家走，妈妈赶紧追过来为我撑起伞。

　　不知走了多久，终于回到家，这时，我才发现妈妈的裤脚全湿了，衣服也湿了一大半，而我的衣服确一点也没湿，一路上，和妈妈同撑一把伞，我怎么就没有留意到呢!我猛地起身跑过去，紧紧地抱住妈妈，外面的风雨更大了，我的心确却更加温暖。

　　妈妈，我长大也要做你的保护伞。

**20.七年级周记500字 篇二十**

　　感恩节是每一年11月第四周的星期四，这个节日来源于美国。又一年的感恩节到了，我要感谢谁呢？

　　想想我要感恩的人真是有许多。首先，我要感受恩父母！是他们赐予我健康的体魄和追求高尚的思想。是他们含心茹苦的看着我长大，教我怎样做人。

　　我要感恩于老师，因为老师是伟大的代名词，像温暖的春风裁剪着二月的柳树，像明亮的蜡烛照亮我追逐光明的路，让我们判断清了事物的对于错，让我知道了面对坎坷需要勇气，以“春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干”的精神谆谆教导，我将永远感恩我的老师。

　　感恩――是一种美好的品质，是伏越的天性，对那些相识的人感恩是有情有义，对那些从未相识的人，包括遥远加国度以及古人的感受恩，是有智慧的表达；对好事和好运感恩，是幸福的表达；对苦难的命运感受恩，是一种通达！

　　感受恩――像是人类那温暖的一双手曾经为你我接生；像天空储备了足够的氧气、像在夜幕上缀些星星、像晨风中一朵朵白云挥动的手帕、像一棵无名小草向大地鞠躬。

　　在感恩节这天，应该感谢关心过、爱护过你的人或不曾相识，但帮助你、爱护过你的人，他们的一眸一笑都应在你的脑海中挥之不去。

　　我明白了，感恩并不像星光那明若暗，也不像落花般伶仃无助，更不像晨雾那样瞬转即失，感恩是丰盛的\'、实在的。感恩在追求着，在自然的气质中诞生。

　　感恩这是多么耐人寻味的字眼啊！既普通、又重要；既平淡、又崇高，一切感恩的人、一切感恩的事，正是他们和它们，成了人类社会发展的坚实的基础，成为推动历史的巨大的力量，不是吗？星星之火可以燎原，无数的滴水能汇成海洋，让我们一起感恩吧！以感恩的心劳作，收获丰实、收获幸福。

　　愿我们每个人都有感恩的心！

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