# 是你让我超越了平常的自己中考作文10篇

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-01-18

*作文要着于挖掘所写事件中含有的生活哲理或找出它闪光的地方，反复思考，确定文章的中心思想。即善于从普通的小事中写出深意来。《是你让我超越了平常的自己中考作文》是为大家准备的，希望对大家有帮助。1.是你让我超越了平常的自己中考作文　　何为“超越...*

作文要着于挖掘所写事件中含有的生活哲理或找出它闪光的地方，反复思考，确定文章的中心思想。即善于从普通的小事中写出深意来。《是你让我超越了平常的自己中考作文》是为大家准备的，希望对大家有帮助。

**1.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　何为“超越自我”?超越自我即为获得本身的期望，是突破自我的质的飞跃，是实现了对于个人意义上的成功。

　　丹麦科学奇才——玻尔，在年轻的时候就对物理有较深入的研究，但在剑桥大学并没有使他获得成功。剑桥学业一结束，玻尔便到了卢瑟福的实验室工作，仅一年的时间，就提出了一个极其重要的理论，解决了原子结构之谜并获得了诺贝尔物理学奖。玻尔的成功实现了自我的超越，同时也实现了别人对他的期望。

　　一位登山队员参加攀登珠穆朗玛峰的活动，在海拔8000米的高度，他感觉体力不支，停了下来。后来当他讲到这段经历时，大家都替他惋惜，为何不再坚持一下呢?再咬紧一下牙关，再攀一点高度!但他说：“不，我最清楚，海拔8000米是我登山生涯的点，我一点都没有遗憾。”登山队员对自我的认识与他人的期望是不一致的，但他确实实现了自我超越。可见，超越自我并不以他人的意志为转移，是一种质的飞跃。

　　蹒跚学步的幼儿，当他第一次脱开了母亲的双手保护，独立行走，这是一种超越。

　　莘莘学子，整日书山漫步，题海泛舟，当他通过自己的努力向前迈进了一步，这是一种超越。

　　一位怯懦胆小的人第一次走夜路，一位害羞的人第一次走上讲台，一位恐高的人第一次攀岩，这是一种超越。

　　可见，超越自我是一种对于个人意义上的成功，它不分大小、不分年龄，无论是谁只要突破了自己即为一种成功。

　　超越自我是人生中必不可少的过程，是人前进的必由之路，是一种付出努力耕耘的结果。大不是成功，小不是成功，只有从小到大才是一种成功，一种超越。超越自我是一种循序渐进的过程，只有在逐步提高自己的过程中，才能达到人生的顶点。

**2.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　每个人都有超越自己的一次，当然，我也不例外。我觉得最让我记忆深刻的还是那次演讲。

　　记得刚上初一的时候，老师就让我们准备一次演讲。这有点让我不知所措，我可从来没有演讲过，这下怎么办啊!我的心里充满了紧张感，可是尽管这样，演讲是必须进行的，但是对于我这个没有实战经验的人来说，简直就是一个天大的难题啊!经过了两个星期的准备，我的演讲ppt终于做好了，但是我始终对这次演讲没有任何信心，反而我的心紧张得都要跳出来了。要到我了，要到我了，怎么办?

　　下一个就是我了，一颗豆大的汗珠从我的脸上流了下来。我已经没有任何办法去掩盖我紧张的心情，那种心情我觉得是任何人都体会不到的，感觉心都要从我的嘴里飞出来了，脑海里一片空白，全身都在发抖。随着一片掌声，我朝讲台稳稳地走去，但其实并不是这样的，我感觉我自己都快要倒在地上了。不知不觉，我已经站在了讲台上，一眼望去，全班同学地眼睛紧紧地盯着我，这无疑又加重了我紧张的心情。演讲时，我竭力想把头抬起来看着同学们，但每当我一抬头的时候，上面就有一种沉重的力量把我往下压，挡都挡不住。带着各种奇怪的心情，我不禁加快了语速，想要尽快结束这演讲。随着一声“谢谢大家”，我下台了，我稳稳地坐在了座位上，心中所有地紧张心情都飞散了，那块沉重地石头也落地了。

　　那一次，我超越了自己，我仿佛站在了万山之巅峰，不站在高处，怎么看得更远，不挑战，怎么能超越自己。

**3.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　“可恶，是谁规定体育一定要考跑步的啊!”我垂头丧气地捏着成绩单，愤愤地想，随便瞟一眼别人的成绩，那都是将近满分，最差的都有6分，而我只有3分!就怪那最后五十米!真不该放弃啊!现在这可怎么办呢?我暗自着急。

　　我从小就不爱锻炼，空闲时几乎是大门不出二门不迈，是典型的宅女。到了初三，每天早上都不得不跑步，我自然受不了这么高强度的训练，每每跑个两三圈就跟不上，退出队伍了。这次体育考试其它一切都好，就是800米让我不及格。而且竟然是在最后一圈都跑了一半了，胜利的曙光就在眼前时放弃了，我真恨我自己，干嘛不坚持一下，不就剩五十米了吗?要是跑完了该多好……整个下午我都在纠结这件事，直到放学回家还是闷闷不乐。

　　晚上，我躺在床上辗转反侧，就是睡不着。一闭眼就想到那前方五十米的终点，就自己恨自己，不甘心。想来想去，我决定明天补考一次，这一次我一定要坚持下来，我在心里暗暗发誓。

　　第二天，我站在起跑线上，心中充满了决心与动力。在老师一声令下“跑”的时候，我飞速冲了出去，向着前方努力着。第一圈感觉还行，第二圈时我就有点吃不消了。但想到昨天发的誓，咬咬牙继续向前奔。第三圈了，我眼冒金星，前方一切事物都变模糊了，双腿机械地交替摆动，速度减慢了许多，但还是坚持着，坚持着。

　　最后一圈了，我的腿像是灌了铅那么重，呼吸越来越急促，冰冷的空气刺激着我脆弱的肺，我感觉就要窒息——“五十米!还有五十米了!”老师向我喊着，可我就像昨天一样，放弃的念头几乎占满整个脑袋。我只想停下来好好休息一下，只一下，一下就行……不，不行!在我就要歪倒在草地上时，心底一个微弱却有力的声音向我喊着：“不能放弃!还有五十米了!只剩五十米了!”这声音越来越大，挤跑了那些看似强大的要放弃的念头，太阳在头上闪耀，似乎也在为我加油。我闭上眼，拼尽全身的力气，向前，向前……“好!不错!”我听到了老师的声音。难道我真的跑完了800米?我惊讶地望着身后的终点线，大口大口地喘气，不知怎心，一种满足感与自豪感涌上心头，冲掉了我全身的疲惫。

　　我躺在草地上，望着太阳笑了。太阳也笑了，把暖暖的阳光奖励给我。没想到，那原来看似越跑越长的五十米，竟然就在这短短十五秒被我超越了。我知道，我以后再也不会放弃前方的五十米，不会放弃就在眼前的胜利，哪怕有天大的困难，我也一定能闯过去，因为，我尝到了那超越自我的无与伦比的滋味。

**4.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　人生中的敌人就是自己，想要成长，就必须战胜自己。

　　“在身处逆境时，不要迷茫，不要害怕失败，更不要放弃。在这时，只需冷静下来，鼓励自己战胜恐惧。”在一次活动中这句话给了我无穷的力量，让我受益匪浅。

　　那是在八月，虽已立秋，但太阳依旧炙烤着大地。虽然风一如既往的吹着，但让人无法感受凉爽。在这炎热的夏天，教官要让我们完成一项\"空中跳战”的项目。在这炎热的天气里，我们个个都是没精打采，但是我们不能抗 议，只好依依服从。

　　我们小跑来到项目的场地，到了场地之后，我们每个人的衣服都已经全被汗水浸透了。我们顶着强烈的阳光，眯着眼用余光看了看，只见场地离地面五六米高，一架摇摇晃晃的梯子，一条断了的桥，还有一架滑索，只能爬梯子上去，还有一些教官，把场地晃来晃去。在地面上看着就很害怕，就别说在上面了。

　　他们个个壮着胆爬上去，我好像已经没那么害怕了，但还是有点紧张不敢上去。当教官叫到我的名字的时候，心惊胆战的我也只能硬着头皮上去，我的内心充满了恐惧。到了断桥，那一瞬间，我停滞不前。教官见我不敢跳，就与同学们一起鼓励我，顿时，我鼓起勇气变得勇敢起来，一下跳了过去，没想到成功了，心中立刻涌现出了胜利的光茫，激动不已。对于我来说这是一次突破，更是一次成长。

　　从此我知道了，在逆境时，不要放弃，要鼓励自己战胜恐惧。从而战胜自己，超越自己。

**5.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　躺在鲜绿色的草场上，大口呼着气，心里却因超越了自我而激动万分。

　　期末的体育考试比往常来的更早些我在心里暗暗的用刀郎的调哼着，在班中一听闻这条头等大消息，便忽的超链接到了那一千米跑上，不觉简单反射一般地倒吸一口冷气，我们虽身经百战，但是都对那漫长的一千米抱有着畏惧的心理。在课间时倚在教室外的栏杆旁，望着二中红绿相间的跑道出神。

　　大课间的最后一圈冲刺跑时，腿沉重地迈不开脚步，人在树下的绿茵中慢慢的奔跑，而心却已经插上翅膀飞向不久的将来。

　　回到教室，若是平时，则早就与同学们谈笑风生了，可是现在却是心不在焉，手心无缘无故的渗出了汗，每一想到一千米，就会心里百感交集，像打翻了的五味瓶。

　　为了稳住自己，确保自己不会受到体育考试的影响，就从心里翻出来过去的成绩来安慰我自己，我的体育成绩是在进步的。中午带着一刻也未眠而出的满头大汗回到教室，仿佛将体育考试的影响印记从心中淡去了。

　　体育课如约而至，开始的两项玩一般的结束了，我们重新站好队伍，两边的树叶开始作声，宛如前进的号角逐渐吹响。刹那间，心里久久不能释放的感情冲破了牢笼，跑的欲 望瞬间袭上心来，揭开层层的雾纱，过去的分数如古董一般陈列在了我的眼前，已经盛满了我的心，现在要做的就是将它们一一打碎，用超越自我的信念炼出更好的物品!

　　哨声响起，大家都疾风一般迈起双腿，向前奋力冲去，未几，皮袍咁就显现了出来，我感受着心灵的声音，一股力就上来了!

　　回想着跑前的事，坐了起来，想着另一个超越自我的地方走去!

**6.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　我是个勇敢的男孩。不过要我坐一些具有挑战性的大型娱乐设施，我就不敢了。但是那一次我却超越了自己，内心感到无比自豪。

　　事情发生在20\_\_年大年初四，那天我们全家和干爸全家一起去西安游玩。当我们来到“新天地”游乐场时，我和弟弟一下子被那里的各种娱乐设施吸引住了。突然间，妈妈指着一个名叫“巅峰时刻”的设施说：“来坐坐这个!”

　　我一看眼前这个“翻天覆地”的“庞然大物”，心里马上倒吸一口凉气。我连连摇头，可妈妈却想让我练练自己的胆量，一直鼓励我坐上去，我一时不知所措。眼看着弟弟已经坐上去了，他还在座位上笑着对我说：“难道你害怕了吗?”妈妈也把两张二十元钱递到了售票员手里，我心里更加着急。不过说实话，我确实有些害怕!

　　唉!到底该怎么办呢?既然妈妈已经付了两个人的钱，我就坐上去吧!可是，万一我被甩出去“十万八千里”不就惨了吗?我的心里七上八下，一直拿不定主意。

　　十分钟过去了，十五分钟过去了，时间过得可真快呀!人们一个接一个地坐了上去。眼看就剩下最后一个座位了，这时，妈妈在一旁说道：“快去吧!说不定它并不像你想象中那么可怕!”

　　我一咬牙，勇敢地坐上去了!

　　随着机器的.运转，我感到一阵阵头晕目眩。不过短短一瞬间过后，我的内心已开始渐渐平静。

　　时间到了，我飞速离开座位跑到妈妈身旁，大声说了声“爽!”。因为我战胜了“巅峰时刻”，也就是战胜了我自己!

**7.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　那天语文老师给我们布置了一项任务，让我们每个人都回去背《安塞腰鼓》，还点名明天会抽我背。

　　我回家后，就精心准备这份任务了，背完一大半后，后面还有一点不太熟。

　　第二天语文课上，语文老师问谁先背，用两分钟计时看能背到哪里。因为我已经做好了准备，便高高的举起了手抢着第一个开始，第一轮过后，发现班上的人都还不会背，我便沾沾自喜。谁知一节课过后，他们都会背了，这让我有些害怕，有种危机感。

　　下课铃声响了，我因为有事急着出去了，老师的叮嘱，也就没有听到。自认为比赛结束了，回去就没有再去努力背诵了。可就在我偷懒的时候，同学们都在努力地背书。

　　第三天语文课上，老师在黑板上写了“高手对决”四个大字后，问有谁愿意挑战昨天背得好的人，可没有一个人举手，底下鸦雀无声。语文老师便点名，让李媛先背，接着一个个的都举起了手，背诵依序进行着，我本想也举的，但想到后面还有一点不太熟悉，犹豫了好一会儿，还是没有勇气举手。如果我举手了，前五名是没问题的。

　　等背诵结束后，语文老师拿了一个牛奶盒子，里面有五瓶牛奶和一盆多肉植物。多肉奖给了第一名，牛奶奖给了第二至第六名，当时我可后悔了。如果我积极参加，即使得不到第一，拿瓶牛奶喝也是好的呀!

　　看着他们五人喝着牛奶，心里后悔极了，也知道了：不管做什么，别掉以轻心;不管做什么，都要持之以恒。

　　我应该自我反省，希望在下次的比赛活动中，可以好好表现，突破自己，挑战自己，证明自己。

**8.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　我们学校要进行体检，更可怕的是还要抽血。

　　我们陆陆续续地走进抽血室，一股浓浓的酒精味使劲钻进我的鼻子，使我发抖。我看见前面的人没打针之前脸上还是阳光灿烂，打完针后整张脸立刻拉了下来，好似即将招来暴风雨。在抽血时，还可以听见杀猪般的嚎叫，令人毛骨悚然，鸡皮疙瘩全来报到。

　　还有两个人就轮到我了，我心里一直在想：针头大不大呀?痛不痛呀?能保证我安全回家吗?我脑袋里的“去”和“不去”一直在打架。

　　终于到我了。我把右手一伸，放在小枕头上，深呼吸了一口气，做好了心理准备。医生把一根皮管紧紧地绑在手臂上，又在手臂的关节上擦了一些酒精后，将一根长长的针管刺进了血管。刺进去那一刹那一阵冰凉，后来越来越痛，接着身体又有点痒，“害怕”早就飞到了千里之外。没过10秒钟，我就已经按着棉花走人了。

　　说实在的，抽血其实一点儿也不痛，我不怕抽血了，我超越了我自己!

**9.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　哈佛大学教授威廉詹姆斯曾说：“生活中的成功并非取决于我们与别人相比做得如何，而是取决于我们所做的与我们所能做到的相比如何。一个成功的人总是与他们自我竞赛，不断创造新的自我纪录，不断改善与提高。”

　　不管我们认识与否，我们每个人的心中都有一幅心理蓝图，在心理领域里，这幅蓝图称为“自我意象”，自我意象的神奇之处在于：人的行为、感情、举止、甚至才能，永远与自我意象相一致。你把自我想象成什么人，你就会按照那种人行事，所以如果你把自我想象成“失败型的人”，你就会不自觉地一步步迈向失败的深渊，尽管你有良好的愿望，顽强的意志力，甚至有很好的机遇。

　　自我意象是能够改变的，改变自我意象就能改变自我的个性和行为，能使你富有新的能量和才华，并最终将失败转化为成功。所以我们只有将自我的渴望和梦想形象化，具体化，只有坚信我们能够成功，我们才会获得成功。这就是自我超越。

　　我们就应不断努力培养和改变自我意象，不断改变自我，超越自我。而不是将自我隐藏或遮掩起来。生命是有限的，超越自我不能只等待岁月的积累，而要善于抓住时光和重点。幼儿时，我们只能用肢体语言去和外界交流，因为有着想超越自我的冲动，我们试着站立，学会语言交流，一次一次不懈努力着，最后长大，但我们已经失去了生命的四分之一时光，足有四分之一时光留给老年，除去工作，我们还有多少时光用来超越呢?

　　同学们，让我们抓住每一个机遇，每一次挑战，尝试去超越自我，从中体会生活的乐趣，生命的色彩!

**10.是你让我超越了平常的自己中考作文**

　　下周二要进行800米长跑，今天的体育课，我们就进行了模拟长跑。

　　我们班的女生齐上阵，站在了跑道上。因为人太多，我被挤到了最外围的跑道上。我有些不情愿，但我在心中暗暗自语道：“站在哪儿没关系，只要你的实力强，没有什么可以成为你的羁绊!”是啊，没有什么可以阻挡我，我树立了自信心，等待着发令枪响。

　　“开始!”体育老师一声令下，我首先窜了出去，占领了跑道的最里圈，旁边的某位同学说道：“天哪，班长跑第一!”的确，这次我一改平时的策略，暂时。

　　大概跑到200米的位置，陈丹阳、刘玉婷等长跑健将渐渐超过了我。我开始喘不过气，由用鼻子呼吸改为大口大口用嘴呼吸。我想退缩了。可心中的信念支撑着我不能倒下。

　　一圈过去了。我的面前依旧是三位长跑健将，我们之间也保持着一米左右的距离。

　　只剩200米了，200米，马上到达终点了。我开始加速，使劲儿挥动双臂，带动双腿一直加速。100米、50米，近在咫尺了!我已经超过了两人，成为第二个到达终点的女生。

　　3分55秒!出乎的意料成绩!对比上次4分11秒，我成功进步了16秒，超越了自己!我太棒了!

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