# 超越自我中考作文800字

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2023-12-27

*超越自我中考作文800字5篇人的潜能如同大海深处的石油，丰富但又经常被人们所忽略。只要我们敢于挑战，敢于探索、就一定能发现海底深处的宝藏。学习的苦涩是一种痛苦中的快乐。那么接下来给大家分享一些关于超越自我中考作文800字，希望对大家有所帮助...*

超越自我中考作文800字5篇

人的潜能如同大海深处的石油，丰富但又经常被人们所忽略。只要我们敢于挑战，敢于探索、就一定能发现海底深处的宝藏。学习的苦涩是一种痛苦中的快乐。那么接下来给大家分享一些关于超越自我中考作文800字，希望对大家有所帮助。

**超越自我中考作文800字1**

“五一”假期，我参加了德州晚报小记者拓展训练营。一天的时间里，我们参加了真人版CS、攀岩、走人生断桥等训练项目和许多地面小游戏。这次活动中，我感触最深的就是“攀岩”了。

刚开始，看到足足有十几米高的岩壁，我心里不由的有点发慌。看到前面的队友们都不畏艰难奋力向上攀登，我有些打怵：“我能像她们一样轻松自如地爬上去吗?不，这是不可能的，这么高，看着就害怕!”但这时又仿佛听到一个声音在对我说：“不要怕，只要你努力坚持，成功就会在前方等着你，鼓起勇气来，加油吧!”

时间一点点过去，终于轮到我了。我慢吞吞地走到了教练身边，教练给我戴上头盔，穿上安全衣。这时，我的心都快从嗓子眼儿里蹦出来了，很不情愿地走到了岩壁下。开始往上爬了，可是只爬了三四个磴，就滑了下来，我撅了撅嘴，重新向上爬，没想到又滑了下来。教练鼓励我说：“不要放弃，接着爬，快啊，加油!”我鼓了鼓勇气，拼命地向上爬……过了一会儿，低头向下看了看，才知道自己已经爬了大半半儿的路程了，我高兴得不得了。

这时，刚才那个声音又趁机鼓励我：“你看，我说的没错吧，只要你坚持，就会成功!”但我已经来不及听她“唠叨”了，一鼓作气地接着向上爬。终于快到顶了，但我突然发现上面少了一个磴，让我没处抓。那个声音又响起：“快想想办法，成功就在前面不远了!”我左思右想，决定向右边转移方向，这样好接着向上爬。费了好大的劲儿，才终于过了这道坎。可这时，我已经又累又渴，蹲在那里就是站不起来了。大约一分钟过去了，我都快要急哭了，心里想：“要不然就下去吧，这么高，还这么难爬，不如下去歇着呢。”这时，那声音又飞了过来，说：“我知道你在想什么，那好，你下去吧，这样下去你只会被人嘲笑，你再看看岩下的教练，正在为你喊着加油，难道你想让教练失望吗?自己好好想想吧。”我深吸了几口气，努力地想让自己站起来，试了好几次，才终于站了起来……。这时，也不知哪来的一股劲，感觉自己简直像疯了一样，噌噌地向上爬起来，一秒钟也不肯浪费!终于，伴随着教练的“加油”声，我顺利地爬上了岩顶。——我成功了，成功了，成功了!

从这一刻起，我终于明白了什么叫“坚持”，什么叫“成功”，也真正体会到了我们队的口号——“超越自我，挑战成功”的含义。

>超越自我中考作文800字2

今天我们来到了鸣沙山，第一次见到了那么大片的沙漠，还有排列整齐的驼队，视野顿时开阔，金色的阳光照在金色的沙山上，和湛蓝色的天空相连勾勒出一副副绝美的画面，令人无比震撼。我和妈妈一边走，一边夸赞着眼前的美景，不知不觉走到了山脚下，我俩比赛看谁先到山顶。虽然鸣沙山的沙子很细，踩在上面软软的，很舒服，但是爬山总是考验人的毅志力，我和妈妈气喘吁吁的爬到了山顶。放眼望去，那一望无际的沙漠呈现在我们眼前，让人兴奋不已。我在上山前心里很胆怯，可是就在抵达山顶和老师击掌的那一刻，我瞬间觉得自己终于可以战胜恐惧了，此时我的成就感油然而生，倍感自豪。

我们欣赏了美景，也拍了许多非常漂亮的照片，正准备下山时，在我眼前出现了万丈深渊，此时的我只感觉自己两脚发软，有一种一不小心就要滚下去的担心，但我壮着胆依然跟着妈妈和老师们一步一步的往下走去，同时也尝试着一个人独立行走，在下山的过程中我跌倒了三次，为了能超越自己，我在站稳脚后不再往山下看，只关注自己脚下的路，通过我的不懈努力最后战胜了自己的恐惧，让这不同寻常的下山之路增添了不少意义。

有句话说的太合我的这天行程了“一山更比一山高”“一波未平一波又起”，走着走着我们走到了滑沙场，看见这沙场，出于我的好奇心，一开始我非常想尝试一下，可喜悦好奇的同时我又觉得这个坡太陡了，在我刚想放弃的时候，老师们对我说：“人在一生中总会有第一次的，你可以去体验一下滑沙的感觉”。听完老师的话，我鼓起勇气坐上滑沙板，可我还是紧张的下巴发抖，害怕从上面翻倒下去。突然间在我后面有股莫名其妙的推力把滑沙板往前一推，我大呼：“啊……!啊……!”难道是火箭发射了吗?正在我胡思乱想的时候，我猛地睁开眼，尽然已经顺利到达山脚下，在跌跌撞撞中下了滑沙板。虽然这是我第一次体验滑沙，而且也非常的害怕，但我还是觉得滑沙真的很刺激，这种体验超级棒!

通过这次经历，我决心以后一定要向《小马过河》故事中的小马学习，勇敢尝试新鲜事物，丰富自己的经历。

>超越自我中考作文800字3

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!我是高一七班的唐静怡，今天我演讲的题目是：建立自信，超越自我。

首先我想说的是，我能站在这里，我感到十分荣幸，同时也有一些不安。在座的同学中，不乏比我更优秀的，不乏比我更有资格站在这里的，而我却站在这里，我想唯一的原因可能就是信任。老师信任我，才让我担此大任;同学们信任我，才会给我鼓励的掌声;我自己信任我，才有勇气站在这里。同学们，我们要想取得成功，必须要以一种自信勇敢、乐观向上的态度来迎接和面对一切困难与挑战。

要树立信心，就要有良好的心态。词人范仲淹在《岳阳楼记》里写下：“不以物喜，不以己悲。”不因为某一次考试成绩的好坏而对自己作盖棺定论，不因为某一次成功与失败而心灰意冷。让我们以一个良好的心态，面对学习生活中的一切变故和突发事件，是我们树立信心的前提。

要树立信心，就要有高效的行动。西方有句谚语：“凡事尽心尽力，结果交给上帝。”英雄所见略同，中国也有句古语：“尽人事，听天命。”这足以证明行动的重要性。高效的行动很大一部分要依赖我们所运用的方法，方法好了，我们才能在同样时间里收获有更多。所以，我们不妨在久无结果的艰难时刻反思一下，我的方法是正确的吗?适合我吗?这样就有助于我们的长远发展。高效有力的行动不仅为我们的成功打下了坚实的基础，也对我们信心的树立起了巨大的作用。当我们付出自己的劳动，流下自己辛勤的汗水之后，我们会惊喜地发现，原来，结果并没有我们想象中的那么重要。

当然，信心的树立与我们为自己定下的目标也有很大的关系。为自己定下一个合适的目标，并为之不断努力也是很重要的。如何定下一个合适的目标呢?首先就需要我们对自己要有一个全面的认知，不要盲目乐观，更不能低估自己，要有一定的挑战性，却又不能太难以达到，每天进步一点点，长此以往，我们就收获了很多好习惯，我们的进步也会更加大。

同学们，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”在此，我祝愿同学们能在今后的学习生活中不畏苦难，奋勇向前，实现自我，超越自我!也祝老师们身体健康，万事如意!

>超越自我中考作文800字4

“停!”

“153!”

当我听到这个成绩的时候，不相信自己的耳朵，更有点激动。这个成绩对于别人来说不算出色，但对于我来说，已是来之不易!回想起这8个月来，为了练习跳绳，一路磕磕绊绊，吃了多少苦头，从脆弱消极到拼尽全力，从迷茫失落到超越自我，一次次的咬牙坚持，最终战胜了懒惰的自己，品味到苦尽甘来的幸福。

初跳的时候总是手忙脚乱：一会儿绊着脚，一会儿缠住手，一会儿又兜住脖子……我甚至有点灰心丧气，妈妈开导我说：“当一个人专注做某件事，达到1万个小时就可以成为专家，你才练了几个小时?”是啊，妈妈说得对，我才练了多久，怎么能说明一切?相信只要我坚持练习，就一定可以练好，我在心里暗暗鼓励自己。

从此，为了完成我的目标，我便制定了一套详细的锻炼计划：

首先，为了增强持久力，我每天早上5：30起床进行晨练，6点准时到河堤训练场，锻炼自己的意志和体力。

其次，每次赵老师上体育课的时候，我都会站到队伍的最中间，这样可以看到前面同学的动作，又可以清晰的听到老师的讲解，跳的时候手腕用力、手臂不动，眼光跟着绳子绕过头顶、穿过脚下，耳朵听着绳子的响声，判断出脚起跳的时刻、起跳的高度，太高了浪费时间跳的次数就少，太低则容易踩着绳子，只有全神贯注才能跳好。

正所谓，“功夫不负有心人”!从6月12日一直到9月1日开学，在这50天的日子里，我的跳绳技术越来越娴熟，每分钟跳的个数由个位数到两位数，再到三位数，锻炼的时间从勉强坚持半个小时到一口气锻炼一个半小时。每次结束的时候，衬衫和马裤都能拧下来水来。每次训练结束的时候，看着东方冉冉升起的朝阳，我感到无比的骄傲和自豪!天上闪烁的星星看到了我的努力，河堤上美丽的花木浸润着我的汗水，晨练的叔叔阿姨见证了我的进步。

153!这只是我体育锻炼征途中的一个里程碑，163!173!183!193!……我会不断的挑战自我，向新的目标进军!

自信是成功的开始，行动是成功的动力，坚持是成功的方向!不断超越自我，创造新的辉煌!

长风破浪会有时，直挂云帆济沧海!

>超越自我中考作文800字5

在这个世界的某个不为人知的角落，真实地存在着这么一个人，让你无数次因他感受到恐惧、彷徨。常常让你措手不及，却又无能为力，剩下的只是凉薄的叹息。蹲下身，抱住自己，问了千百遍不止：“为何，会畏惧一个人到如此地步?”

答案似乎是很简单：因为这个人，不是别人，正是你最不了解的自己。也许想来亦很可笑，最不了解我的人，怎么会是自己?其实，我们总是把别人想得太好，内心深处潮湿恐怖的自卑感渐渐让我们迷失了自己，以至于看不完全这个最熟悉的自己。有没有那么一瞬间，你遇上某个人，他对你说了某句话，顷刻间你的眼泪就不由自主地滑落了脸庞。不是因为这句话多动听，又或是多华丽，只是因为不偏不倚说到了你的心坎里。

曾听老师给我们念过一篇文章，触动很大。一个省一级大学升学率几乎为零的学校，有那么一个学生，她成绩不好，却看不惯同班用功的最优秀的学生，常常用言语冷嘲热讽：“不过就是用功了点嘛，考第一有什么了不起的，我要是一用功也照样可以，甚至比她更好，我只是不想用功罢了。”就是这么一个表面看起来狂妄自大，又瞧不起用功的人的女孩，因为一个人的一句话，而彻底改变了。班会课上，班主任说：“我知道有些同学很看不起用功的好学生，而她之所以不肯用功，不是为别的，她只是怕，怕自己一旦用功了，却发现比不上自己所瞧不起的人。”说完这句话，老师的眼神自然又刻意地扫过了那个早已满脸通红的女孩。不可否认的是，老师的确说到了她的痛处。她思考了很久，也终于做出了这个改变她一生命运的决定，她要凭自己的能力，考上北大。她想：“如果全中国只有一个人能考上北大，那么这个人，为什么不能是我呢?”

说实话，当我听到这句话的时候，真心汗颜了，我佩服这个小小女子骨子里的霸气和自信。不错，她真的做到了，即使得到这个的同时她付出的是何等的代价，也只有她自己能体会到。几近无休止与疯狂的战斗，但是，她证明了自己，她证明了那句话，没有什么人是你所超越不了的，你唯一的对手，只有自己。你没有尝试过，就永远不会知道一旦你打败他，创造的会是一种怎样惊人的奇迹。

成长，最大的悲哀就是你也许会成为你曾经最瞧不起的那种人。而造成这个悲剧的最大元凶，来自于内心对于自己的畏惧。你可以选择不信任这个世界上任何一个人，但你必须无条件相信一个人——你自己。只有这一个人，可以成就你的所有，只要你愿意相信他，并且超越他。

**超越自我中考作文800字**

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