# 高中说明文作文范文800字【三篇】

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2025-05-29

*>【篇一】　　也许，生活曾赋予你太多太多的挫折与磨难，使你丧失了对生活的信心。但我们必须坚持下去，才能等到明日灿烂的阳光!　　微笑，一种言语之外的美好;微笑，一种平淡而让人感动的幸福;微笑，像一缕春风吹过泛绿的草甸。　　微笑，编织了爱的...*

　　>【篇一】

　　也许，生活曾赋予你太多太多的挫折与磨难，使你丧失了对生活的信心。但我们必须坚持下去，才能等到明日灿烂的阳光!

　　微笑，一种言语之外的美好;微笑，一种平淡而让人感动的幸福;微笑，像一缕春风吹过泛绿的草甸。

　　微笑，编织了爱的美妙，洒落早每一个角落，超出了权势，金钱，国界和美丑。小的温暖，不要刻意去感受，最真诚的微笑，每个人的心底，都会感受到。交换一个微笑，使大家懂得了拥抱世界的没好，懂得了希望无处不在。

　　在生活中，微笑也是必需的。

　　每个早晨，对自己微笑，对爱你的人微笑，对你爱的人微笑，就会觉得自己充满着朝气，做事更有劲儿，这样的人生才有意义;这样的生命才值得努力去奋斗!

　　微笑不一定要开心的时候。尝试用微笑去面对每一个挫折，尝试用微笑去迎接每一个挑战。这样，人生才会更多姿多彩。一个微笑能唤醒所有低头的细胞，一个微笑更可以点燃生命中的曙光!

　　把那哭丧的脸从自己生活中抹去……人生是那么无常，紧握在你手里的风筝也可能会断线飞去……不要灰心，不要哭泣，也许你很快就能拉起另一个风筝，再次在空中翱翔，这一切都会实现，只要你放得开伤心悲痛，站起来对它挥手微笑!

　　人生大部分时候都在等待。在等待开往下个站的巴士，在等待属于自己的天空，在等待机会、曙光……何不在等待的当儿，微一微笑，下一站也许会更精彩!让过去随风飘走，让微笑承担你的悲痛，这样生命会是美好的!

　　微笑，更可以推动他人前进的决心。微微笑吧!让所有人已落泪的细胞再度活起来，继续歌颂生存下来的每一秒钟!

　　微笑面对生活，不要抱怨生活给予了太多的磨难，亦不比抱怨生命中有太多的曲折，如果人生仅为求两点一线的一帆风顺，生命，也就失去了存在的意义!

　　>【篇二】

　　朋友，你挑食吗?也许你因为食物不香;也许你因为肚子很饱;也许你因为饭菜没有很好的色泽。但不论怎样，挑食都是不良的习惯。所以，朋友——别挑食，因为每种食物中都有人体不可缺少的营养!

　　人体所需的营养大致可分为五类：维生素、蛋白质、脂肪、碳水化合物和矿物质。维生素在过去叫作维他命，顾名思义，维生素就是维持生命的元素。维生素的种类很多，已知的已有20余种，包括维生素A、B、C、D、K等。每个人需的维生素量很小，但它对人体却发挥着不可取代的作用。人体一旦缺乏了维生素，生长发育就要受到影响，有时还会引起一些疾病。例如缺乏维生素A，会引起儿童发育不良、夜盲症、皮肤粗糙等，这时就要补充一些动物肝脏、鱼类、玉米、萝卜等;缺乏维生素B，就会患脚气病、神经炎、糙皮病等，可吃豆类、蔬菜、肉类;还有我们常说的维生素C，缺少它会得坏血病，抵抗力也会下降，患维生素C缺乏症的人应多吃蔬菜和水果;缺乏维生素D便引起佝偻病、软骨病，应多吃鱼类、蛋类和肉类;还有维生素K，缺乏它会导致出血现象，这时就应多吃绿色蔬菜。

　　蛋白质是构成人体细胞的基本物质，我们的生长发育，组织更新及提供能量，都少不了它。蛋白质主要来源于鱼类、牛奶、肉类、干果仁、豆类等。

　　脂肪也是为人体提供能量的物质，一般来说，脂肪只贮存在体内，主要来源于油、蛋、鱼、肉、奶、豆类、芝麻等。

　　能为人体提供能量的还有碳水化合物，人体的活动所需的能量主要来源于它，它还是构成细胞的一部分。含碳水化合物较多的食物如：面食、米食、马铃薯和糖等。

　　矿物质在体内的含量不多，但也很重要，常见的如：钙、锌、铁、镁、磷等。这些都是不可缺少的，其中钙、镁、磷是骨骼和牙齿的主要成分。矿物质主要存在于奶类、蛋类、肉类、鱼类、蟹类等中。

　　总之，人体需要上述多种营养。这些营养都要从食物中摄取。所以你要使自己身体健康，就听我的忠告：

　　朋友，别挑食！

　　>【篇三】

　　我们所处的时代，正是经济繁荣，文化昌明的大好时代，但这并不意味着没有不尽人意的地方。经济不必说了，单说文化就很让人头疼――我们正处于泛文化时代，看大江南北，长城内外，眼前身后，醒里梦里，到处都有文化的影子。比如流行文化、网络文化、城市文化、建筑文化、服饰文化、烟酒文化、手机文化、拇指文化、课桌文化、墙壁文化、口水文化、板砖文化……凡所应有，无所不有，大有“乱花渐欲迷人眼”之势。试问，这些所谓的文化真的都是文化吗?在泛文化时代，我们应该怎样来做?

　　在泛文化时代，我们要建一道“文化防火墙”，用时间和心灵来淘洗芜杂的文化，甄别出真正的有生命力的能给人幸福的文化，除去那些“非文化”“伪文化”“垃圾文化”。我们知道，真正的文化是用时间和心灵，用智慧和胆识创造出来的，是一代代人共同的精神创造和物质创造的成果，是长久自然积淀而成的。在这个少有恒星、流星乱飞的时代，多少所谓的文化只是昙花一现?时间和大众的心灵就是一道文化防火墙，那些禁不住时间考验的事物当然会速朽于无形，那些不能植根于人们心灵的事物自然会萍散于江湖。那么，这个时候，只有真正的文化才能够流传开来，成为人类在社会历史发展过程中所创造出的物质财富和精神财富。既然是财富就必然有长久的价值——有没有价值是我们鉴别真伪文化的一个标准，价值判断是文化防火墙的重要功能。

　　根据价值判断，如今风行世界的流行文化、网络文化是不是真正的文化呢?我说是，因为它们都有价值，都客观存在，都不会轻易消亡。但这并不意味着构成流行文化、网络文化的各个元素都能长久存在永不消失，也不意味着流行文化、网络文化就是纯净无比、可爱无比的。实际上，我们要像鲁迅先生那样“运用脑髓，放出眼光”来作出甄别与评判。面对流行文化、网络文化，我们须要发挥文化防火墙的作用，须要认识到它们的特点，分清它们的面貌，从而使它们纯净而丰富，活泼而健康。那么，流行文化与网络文化有什么特点呢?大体说来有三点。其一，时效性，也就是瞬时性。这两种文化兴起的时候，其中的某些元素像一阵风似的闪现，“各领风骚一两年”就不错了，风行过后很难再引起人们的追忆。其二，新奇性。这两种文化的魅力在于它们的表现形式通常是空前绝后的，于是吸引了大众的眼球，制造出各种各样的“粉丝”。其三，不稳定性。这两种文化一般没有稳定的精神内核，随机而变，随时而动，不能凝聚人心，因而常常变异为其他形态。正是这些特点致使流行文化、网络文化不够纯粹更不够完美。那么我们就须要启动杀毒系统，查毒杀毒，将这些文化中的消极因素、危险因素彻底清除，让积极因素、健康因素持久发挥作用。于是乎，真伪文化就被区分出来，那些“非文化”“伪文化”“垃圾文化”会被剔除，真正的文化就会更好地促进我们社会的物质文明与精神文明的发展。

　　这样，我就可以说，在泛文化时代我们倘若都能建立起一道文化防火墙的话，我们将不会被不良文化侵蚀，我们将会更健康、更快乐的生活在这个世界上，享受真正文化的灿烂阳光!

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