# 高考优秀作文素材：坚持的力量

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2025-05-21

*成功就意味着要坚持，坚持，顾名思义，就是遇到困难不放弃。坚持，说起来容易，做起来可就难了。凡事你能做到坚持，那成功便会属于你。整理“高考优秀作文素材：坚持的力量”，以供大家参考，希望可以帮助到大家，感谢大家的阅读与支持！1.高考优秀作文素材...*

成功就意味着要坚持，坚持，顾名思义，就是遇到困难不放弃。坚持，说起来容易，做起来可就难了。凡事你能做到坚持，那成功便会属于你。整理“高考优秀作文素材：坚持的力量”，以供大家参考，希望可以帮助到大家，感谢大家的阅读与支持！

1.高考优秀作文素材：坚持的力量 篇一

　　“一个人并不是生来就要给打败的。”这句话出自美国作家海明威的《老人与海》。每当我遇到困难时，我总会想起老人圣地亚哥，想起他与马林鱼之间搏斗的情景，这仿佛是一种无形的力量，驱使我去努力克服困难。

　　《老人与海》讲述了老人圣地亚哥在有84天未捕到鱼的情况下，决定再去碰碰运气。于是他划着小船去深海捕鱼。就在他快要放弃的时候，一条大马林鱼出现了，他与这条大马林鱼展开了一场激烈的搏斗，老人已经三天没有吃东西了，这时的他已经精疲力竭了，但是他仍然没有放弃，死死地抓住套着马林鱼的绳子，他那双手早已斑痕累累、血肉模糊。他始终坚持着，他坚信只要坚持下去，他就能成功。果真，就在第三天的夜晚他终于制 服这条大马林鱼。可是马林鱼的血引来了无数条鲨鱼，老人最终还是没有斗过鲨鱼，仅仅带回了一架巨大的鱼骨。

　　当我欣赏完这部书后，我不禁被老人的那种坚持、不放弃的精神震住了，尽管最后的结局是失败的，但是一个年迈的老人能做出这样的举动真令人大为震惊。由此我想到美国历的第16任总统——林肯，他21岁时，做生意失败;22岁时，竞选议员落选;24岁时，做生意再次失败;26岁时，刚结婚的妻子不幸去世了;27岁时，沉浸在悲痛之中，精神一度崩溃。34岁时，竞选邦众议员落选;36岁时，他再次落选。45岁时，角逐联邦参议员落选。52岁那年，坚持没有放弃的林肯成功的成为了美国第十六任总统!林肯的一生，可谓是“一波多折”，但他仍然坚持自己的信念，不放弃，不抛弃，不气馁，不服输的精神，一直激励着他。最后，他终于成功了。

　　我猛然间感觉自己是那么渺小，有时就为一件微不足道的小事而发脾气，甚至哭鼻子，有时为了一时的快乐而放弃辛苦劳累的过程。和圣地亚哥老人相比，和林肯相比，我们人生中的小波小浪，只要挺一挺，勇敢面对，其实没有什么大不了!像圣地亚哥老人那样，像林肯那样，不放弃，坚持不懈的努力奋斗，成功就在不远的彼岸向你招手。

　　《老人与海》并不仅仅是一个故事，更是一个人生哲理，它告诉我们什么是坚持。

2.高考优秀作文素材：坚持的力量 篇二

　　对于“世界上谁的力量”这一个科学课题，有科学家做过实验，他们惊奇地发现：世界上力量的不是狮子，也不是老虎，而是一粒种子!它无穷的力量竟是对阳光渴望和对阳光的向往，因此而顽强的生长，且永不放弃。因为有此原因，医学家就用了种子发芽的力量，顶开了一个需做手术的患者的脑盖。

　　不同的时代，不同的人都会对他们所认为与这个时代息息相关的一种事物作出诠释，形成了一种精神。人往往是十分容易做一件事情的，比如做一份工作，学一门学问，做一项运动，养一个小宠物……可是时间长了，久了，就会发现对工作没有了激情，对学问感到枯燥无味了，以致越做越辛苦，最终失去了坚持的力量，因而成功者寥寥无几。

　　北宋时期的司马光，别看他有那么大的成就，儿时却是一个贪睡贪玩的坏孩子，及至他步入学堂，仍然劣性不改，为此他没少受教书先生的责骂和小伙伴们的嘲笑，然而在教书先生不懈的教诲下，他改掉了贪睡的坏毛病。为了早早地起床读书，他睡前喝了满满一肚子的水，结果早上没有被急醒，却尿了床，于是聪明的司马光用园林木头做了一个枕头，把它称作“警枕”，早上一翻身，头滑落在床板上，自然被惊醒，从此他天天早早的起床读书，坚持不懈，终于成了唐宋八大家之一，写了传诵千古的《资治通鉴》。“水滴石穿，绳锯木断”这个道理我们都懂得，然而为什么对石头来说微不足道的水能把石头滴穿?柔软的绳子能把坚硬的木头锯断?这仍然在于坚持的力量。一滴水的力量是微不足道的，然而许多滴水坚持不懈地冲击石头，就能形成持之以恒的力量，最终把石头滴穿。同样的道理，绳子能把木头锯断。

　　在今年的奥运会上，孙杨是中国游泳队中的一名队员，代表中国对参加比赛，一举打破世界纪录夺得冠军，可你曾想过他在平时训练中是怎样坚持魔鬼训练的?

　　记得我在学玩滑板车时，跌了一个跟头，将手臂摔破了，十分疼痛，我刚要放弃，但突然想起妈妈的话：做任何事情都要坚持才能取得成功，所以我用餐巾纸擦干净血，继续学习玩滑板车，很快就成了滑板高手。

　　成功之前难免有失败，然而成功永远属于迎难而上，不畏艰险的人，永远属于坚持不懈的人。咬定目标坚持吧!或许成功离你只有一步。

3.高考优秀作文素材：坚持的力量 篇三

　　坚持可以将梦想变为现实;坚持可以锻炼人们的意志;坚持更可以得到坚定不变的信念。

　　随着天气逐渐变冷，我们的冬季长跑活动又开始了。这是进入中学后我们迎来的第一个冬季长跑活动。在这次活动中我体会到了坚持的力量。

　　小学时的长跑要求很简单，并且每年也只有一次。但到了中学则对长跑的速度、距离都有了明显的改变。因为，随着年龄的\'增长，对我们体能的要求也将进一步加强，于这个体育成绩落后的我来说更是一个很大的挑战!

　　长跑之前，老师对我们这次活动提出了一项严格的要求：一定要坚持。原因一个是要挑战我们的体能极限，另一个则是因为长跑是中考必考项目之一。我听后非常紧张，由于体育是我的长期弱项，而跑步则更是弱中之弱。

　　第一天，在刚开始的50米内，我还勉强跟得上，但越往后就越难了，跑了不到200米，我已经是气喘吁吁、大汗淋漓，两只脚像灌了铅一样，呼吸也变得越来越急促。看着从我身边一个个跑过的同学，我真想把腿安上两个轮子。最后的结果是可想而知的，我被整整落了两圈……

　　回到家中，我唉声叹气的向妈妈诉苦，妈妈安慰我说：“不要着急，我们慢慢来，坚持就是胜利，从今后，我和你一起锻炼，相信坚持了就会有成效”。听了妈妈的一番话，我觉得很有道理：做任何事都是一点一滴的积累，坚持就是胜利，而放弃则意味着怯懦，我的勇气被激发了!

　　为了增强我的耐力，每天晚上，我就会和妈妈从家一直跑到天安门。开始时，我真坚持不下来，刚跑几步就想停下来。这时妈妈会一边调侃一边鼓励我说：“12岁的大男孩难不成还跑不过42岁的女人吗?瞧!你今天一口气都跑到这里了，比昨天进步了许多呀……”在她的鼓励与支持下，我咬牙坚持着，一个多月过去了，我已经能从家很轻松地跑到天安门了。在这个过程，我感受到了坚持的力量。

　　如今，我在学校的长跑活动中几乎已经不掉队了，虽然我与其他同学还有一定的差距，但我会坚持永不言弃!

　　这次长跑活动告诉我：只要坚持就会胜利。这次活动让我体会坚持的力量!

4.高考优秀作文素材：坚持的力量 篇四

　　每次翻看相册，我总会被一张照片吸引，精神也会为之振奋。它的拍摄背景是中央电视台的演播大厅，一群天真烂漫的小演员围在主持人身边，那其中个头最小的就是我。

　　小学二年级的时候，我参演的一个舞蹈要参加全国比赛，而且要在中央三台直播。经过为期3个月的魔鬼训练，我满怀激动地来到北京。然而比赛那天，当我拿着鲜艳的比赛服进入更衣室时，意外发生了——因为皮肤太过稚嫩，我对布料过敏了，身上起了大片大片的红点点，密密麻麻。我的额头不断渗出细密的汗珠，顺着脸颊淌过身体，和硬扎扎的服装黏在一起，好像有无数只蚂蚁爬过身体，火辣辣的痛和钻心的痒，不断刺激着我的神经。现在，没有时间换人，没有时间重新换衣服，我只能坚持着上!也必须坚持着上!

　　我走上舞台，周围一片漆黑。我很紧张，我们是代表河北省的参赛队伍，这是我第一次在中央电视台演播大厅演出，也是第一次面对这么多的观众和评委，更是第一次电视直播!排练时痛苦的一幕幕浮现在我的眼前：踢腿时因为膝盖微微弯曲被老师“啪啪”得用小棍打上两下，我咬着牙坚持了下来;下腰时因为腰部的微微颤抖使排面不齐，就会被毫不留情地延长下腰时间，我攥着拳坚持下来了;摆造型时因为酸痛放下手臂，就会被老师大声地训斥，我用尽全身的力量擎起手臂坚持下来了!

　　一束灯光打下来了，音乐开始播放。我抬起头看向舞台下面。虽然看不清观众席，但我感受到老师鼓励的微笑、家长们殷切的助威和观众们期待的眼神。我顿时充满了信心，又回到了勇敢的舞者的身份!我释放笑容，舒展舞袖，尽力做好每一个动作，尽情地展现自信与活力，将曼妙的舞姿淋漓尽致地送给所有观众!坚持的力量使我忘记了痛苦，忘记了紧张，忘记了怯意!灯光收起，音乐结束，演员们都已离场，可是掌声却久久地回荡着……

　　当灯光再次闪起，我们光荣地站在冠军的领奖台上!小小的我捧起大大的奖杯，坚持的力量使我获得了这个丰厚的奖励。我知道，这个神圣的力量离不开他人的鼓励，更来源于自己平时的艰苦训练和关键时刻的决不退缩!在学习和生活中，布满了一个又一个舞台。我坚信，心有多大，舞台就有多大。坚持越持久，演出越精彩!

5.高考优秀作文素材：坚持的力量 篇五

　　我坐在教室里，心怦怦狂跳，马上就轮到我们去跑1000米了，我紧张极了，两手的手心都被汗浸湿了。

　　随着一声铃响，我们排队进了操场，望着那长长的赤色跑道，我的心猛然一颤。

　　老师走了过来，手臂一挥，我就如离弦之箭，脱缰之马，飞速沿着跑道快跑，我只觉得风在我双耳边呼啸，仿佛就在刹那间，几圈过去了，我的力气被耗了大半，大口地喘气。

　　又是几圈过去，我的双脚如同生了根似的，抬不动了，我浑身的力气被抽空了一般，再也没法前进半步。

　　正当我打算放弃，不愿再跑时，我的脑海中忽然浮现出了一些故事。

　　刘宣苦读成才，愚公移山，悬梁刺股，呕心沥血……这些事都表现出了人们坚持的精神，刘宣手不释卷，坚持读书，数年后才华横溢;愚公辛苦移山，坚持不懈，最终感动天帝而将山挪走;苏秦坚持在半夜读书，经过了长久不懈的努力，终成大器……

　　是啊!自古以来坚持给我们的力量是巨大的。哪一个成功背后没有坚持呢?没有坚持不懈的精神与决心，就不会有最后的成功。

　　我们平日里最敬佩的运动员，难道他们一开始就有这强健的体魄吗?他们是经过日复一日地努力，年复一年的坚持才取得成功的。

　　水滴石穿，绳锯木断，靠的全是坚持啊!万事都离不开坚持，没有坚持，哪来的成功?

　　想到这里，我的心豁然开朗，我一咬牙，忍住了浑身的累倦，拼命发力，我只感到脚下生风，以万马奔腾之势直冲终点。

　　我的脚渐渐变重，每迈一步都是煎熬，我的力气已经所剩无几，几乎被榨得一干二净，可我选择了坚持，在我的坚持下，终于跑到了终点。

　　我坐在教室中，望着窗外明媚的阳光，心中思潮起伏。

　　坚持给了我决心，使我有了继续跑下去的意念;坚持给了我力量，使我一口气跑完了1000米;坚持给了我启示：只要功夫深，铁杵磨成针。

　　坚持的力量是巨大的，每一件事都要坚持。当你因为各种原因想放弃时，请再尝试一下坚持吧，因为它能带给我们的力量是惊人的，或许就因为你这一刻的坚持，就会品尝到柳暗花明又一村的惊喜，或许就会品尝到成功的喜悦……

　　有坚持就有力量，有力量就有成功，要想成功，就必须坚持。为了成功，为了胜利，让我们一起坚持，一起奋斗吧!

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