2025·山东威海·中考真题“此刻，你不一样”审题立意指导与拓展训练

【2025·山东威海·中考真题】

|  |
| --- |
| 21.阅读下面的文字，按要求作文。(50分)题目：此刻，你不一样要求：①自选角度，自定文体（诗歌除外）；不少于600字。②不得抄袭、套作。③文中不得泄露与个人相关的信息。 |

【知识点】哲理与生活、全命题作文

【一瓢淡水渔语录】

同学们，写作不是靠灵感，而是靠训练。本篇文稿我将从审题、立意、选材、结构与表达技巧等方面进行一次系统、全面、细致的审题立意指导，旨在帮助你们在写作中做到：会审题、能立意、善选材、懂结构、精表达：

会审题，才能找到写作的方向；会立意，才能写出有深度的文章；

会选材，才能讲出动人的故事；会表达，才能写出打动人的文字。

当然，希望通过本次训练能够学会举一反三，只要你们用心观察、善于思考、勤于积累，就一定能写出一篇优秀的中考作文！

|  |
| --- |
| （一）审题方法与技巧 |

材料类型

|  |  |
| --- | --- |
| 材料类型 | 命题作文（全命题）+情感体验类写作任务，属于“成长与蜕变”、“自我认知”与“价值观表达”的命题范畴。 |
| 关键词提取 | “此刻”、“你”、“不一样”、“变化”、“成长” |
| 核心主题 | 引导学生关注自身或他人在特定时刻的转变与突破，强调“改变”背后的情感、信念与成长历程，体现中考作文对“真实情感表达”和“价值判断能力”的重视。 |
| 文体建议 | 记叙文为主（如一次自我突破、他人变化的经历），也可写成抒情散文或夹叙夹议类文章 |
| 考查重点 | * 是否能围绕“不一样”这一中心思想展开叙述；
* 是否能写出真实的情感体验与心理变化；
* 是否能表达出对“改变”、“成长”或“他人变化”的深刻理解；
* 是否具备从具体事件中提炼成长感悟的能力。
 |

审题步骤与方法提示（重点）（给初中生的审题思维训练）

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 步骤 | 方法 | 示例说明 |
| 第一步：通读题目，明确要求 | 看清题干、文体、字数、限制条件等 | 题目是“此刻，你不一样”，不限定文体但不能写诗 |
| 第二步：识别关键词，锁定重心 | 找出题目的关键词并理解其含义 | “此刻”强调时间点，“你”可以指自己或他人，“不一样”突出变化 |
| 第三步：理解命题意图 | 分析命题者想引导考生表达什么 | 鼓励考生反思成长经历，展现对“变化”“成长”的思考 |
| 第四步：确立写作角度 | 选择一个切入点深入挖掘 | 如：一次比赛中的突破、一次失败后的醒悟、朋友的变化等 |
| 第五步：构思文章结构 | 规划开头、中间、结尾的内容安排 | 总—分—总结构更利于叙述清晰、情感升华 |

|  |
| --- |
| （二）审题立意立标题 |

# **（1）分层解读如下：**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 层次 | 内容 | 核心信息 | 审题要点 |
| 命题 | “此刻，你不一样” | 表达一种转折性的情感与状态变化 | 必须围绕“你”展开叙述，不可泛泛而谈 |
| 任务 | 自定文体，非诗歌 | 明确文体方向 | 可选记叙文、散文、夹叙夹议 |
| 情感 | 自我或他人变化 | 强调情感体验与成长感悟 | 避免虚构、空洞，要有细节描写或观点支撑 |

# **（2）材料立意**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 立意方向 | 具体阐释 | 写作建议 |
| 1 | 自我成长类 | 描述自己在某个关键时刻发生的变化 | 适合写记叙文，突出心理描写与成长过程 |
| 2 | 他人变化类 | 描述某位亲人、同学或老师在某一刻的转变 | 适合写观察类记叙文 |
| 3 | 情感转变类 | 描述某段关系、某种情绪的转折点 | 适合写抒情式散文 |
| 4 | 挫折后觉醒类 | 在失败或挫折中重新认识自我 | 适合写夹叙夹议类文章 |
| 5 | 教育影响类 | 在父母、老师引导下实现转变 | 适合写教育类议论文 |
| 6 | 社会观察类 | 描述社会现象中人的变化 | 适合写议论或评论类文章 |

|  |
| --- |
| （三）素材及提纲 |

（1）素材

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 类型 | 示例 | 运用建议 |
| 名人名言 | “Change is the law of life.”（变化是生命的法则）——肯尼迪 | 可用于议论文引入主题 |
| 学习经历 | 自己第一次主动发言、参加比赛、坚持练习特长等 | 可作为主线事件展开叙述 |
| 社会新闻 | 少年志愿者、见义勇为报道等 | 可用于议论文增强现实意义 |
| 日常观察 | 同学帮助他人、家长默默奉献等 | 可用于细节描写，增强画面感 |
| 文学作品 | 《平凡的世界》中孙少平的成长，《小王子》中关于成长的哲理句子 | 可用于议论文提升文化气息 |

（2）写作提纲

# **范文一：记叙文《此刻，你不一样》**

# **标题：《此刻，你不一样》**

一、开头部分：设置情境

* 描述班级组织演讲比赛的通知；自己一直胆小不敢报名；
* 点题：“但那一刻，我决定尝试。”

二、主体部分：详细描写

段落一：讲述自己如何克服内心的恐惧；

段落二：准备过程中老师给予鼓励；

段落三：比赛中虽然紧张但仍完成演讲；

段落四：赛后反思，意识到“改变就在一瞬间”。

三、结尾部分：点题升华

总结此次比赛带来的成长；升华到“那一刻，我真的不一样了”；

表达未来继续挑战自己的信心。

# **范文二：抒情散文《此刻，你不一样——那天她变了》**

# **标题：《此刻，你不一样——那天她变了》**

一、开头部分：引用引出主题

引用：“有些人变了，不是因为世界变了，而是因为她终于愿意为自己活一次。”

提出中心论点：有些人的变化，是因为内心真正觉醒。

二、主体部分：层层叙述

段落一：描述一位朋友过去的状态；

段落二：记录她经历某件事后态度的转变；

段落三：讲述她如何勇敢面对生活，不再压抑自己；

段落四：表达我对她的敬佩与感慨。

三、结尾部分：总结升华

总结全文，重申主题；升华到“每个人都值得成为更好的自己”；

表达对人生的感悟与对未来的期待。

# **总结提升：学生应掌握的核心能力**

通过本次作文材料的学习与训练，希望同学们能够掌握以下几种审题立意与写作基本功：

1. 审题精准：读懂题目，抓住关键词，提炼核心观点；
2. 立意清晰：围绕一个中心，选择合适角度，避免泛泛而谈；
3. 结构完整：开头点题、中间论证/叙事、结尾升华；
4. 情感真挚：用真实经历打动读者，避免虚假编造；
5. 语言得体：根据不同任务选择合适的语言风格；
6. 素材积累：学会从生活中汲取写作灵感，做到“有话可说、有情可抒”。

# **技巧点拨：写作要点提示（通用）**

|  |  |
| --- | --- |
| 写作要素 | 注意事项 |
| 观点明确 | 每一段都要有清晰的情感表达或成长线索 |
| 结构清晰 | 开头引出主题，中间层层推进，结尾升华 |
| 事例典型 | 使用贴近生活、具有代表性的例子增强说服力 |
| 语言得体 | 用词准确，语句通顺，适当运用排比、引用、设问等修辞手法 |
| 情感真挚 | 表达真实的感悟，体现积极向上的价值观 |

技巧点拨：

# **审题五步法：**

1. 读懂材料主旨：找出关键词，理解作者想传达的核心观点；
2. 锁定写作任务：看清“选什么”“怎么写”“写多少”；
3. 确立写作角度：结合自身经历或社会现象，找到合适的切入点；
4. 构思文章结构：合理安排开头、中间、结尾；
5. 筛选合适素材：确保内容真实、典型、有感染力。

# **立意三原则：**

1. 紧扣关键词：确保不跑题；
2. 体现正能量：契合社会主义核心价值观；
3. 讲好身边事：以小见大，情真意切。

|  |
| --- |
| 范文导写 |

# **此刻，你不一样**

寒风裹挟着细雨，如无数细密的针，无情地拍打着玻璃窗。我像只受惊的小兽，缩在公交站台里，目光漫无目的地扫过街道上匆匆而过的行人。蓦地，远处那个熟悉的身影再次映入眼帘——他拄着锈迹斑斑的拐杖，佝偻着背，身上那件洗得发白的蓝布衫，在寒风中被吹得猎猎作响，正是每日在巷口拾荒的陈爷爷。【以环境描写开篇，营造出一种清冷孤寂的氛围，为后文引出陈爷爷做铺垫】

以前，在我眼中，陈爷爷是个十足的“怪人”。他整日埋头于垃圾桶中翻找，收集来的废品如小山般堆满了巷口的角落，腐坏的气味让街坊邻居纷纷掩鼻，避之不及。有次，我不小心碰倒他的纸箱，他立刻如惊弓之鸟般冲过来，浑浊的眼睛里满是警惕，嘴里嘟囔着我听不懂的方言，小心翼翼地把散落的纸箱一一叠好。自那以后，我每次经过都会加快脚步，仿佛他是什么洪水猛兽。【通过回忆，展现“我”对陈爷爷最初的印象，与后文形成鲜明对比】

但那天，我看到的陈爷爷却截然不同。公交车缓缓驶来，我正准备上车，却听见身后传来急促的脚步声。回头一看，竟是陈爷爷。他的拐杖在地上敲出慌乱的节奏，白发被雨水打湿，贴在布满皱纹的额头上，怀里紧紧抱着一个褪色的布袋，仿佛那是他最珍贵的宝贝。【情节转折，引出下文陈爷爷不一样的举动】

“等等！等等！”他的声音沙哑又急切。公交车司机不耐烦地按响喇叭，我犹豫着停下脚步。陈爷爷气喘吁吁地跑到我面前，从布袋里掏出一叠皱巴巴的钞票，双手颤抖着递给我：“帮我捐给医院……那些医生……不容易。”【语言描写生动地展现出陈爷爷的急切与善良】

我愣住了，那叠钞票被攥得发潮，面额大多是一元、五元，还有几枚硬币。陈爷爷局促地搓着手，嗫嚅道：“我看电视，那些穿白大褂的娃娃……在拼命救人。我没本事，这些……能买些口罩吧？”【细节描写凸显陈爷爷的朴实与真诚】

此刻的陈爷爷，不再是那个让我害怕的拾荒老人。他眼中闪烁的光芒，比任何时候都明亮；佝偻的脊背，似乎也挺直了几分。雨水顺着他的脸颊滑落，却冲不散他脸上庄重又温柔的神情。我郑重地接过钱，感受到指尖传来的温度——那是无数个日夜翻找废品的辛劳，是一颗纯粹又炽热的心。【再次强调陈爷爷形象的变化，深化主题】

后来，社区张榜公布捐款名单，陈爷爷的名字赫然在列。那之后，我再路过巷口，总觉得那堆废品都变得不一样了。它们不再散发难闻的气味，反而像是一座小山，承载着最朴实的善意，闪耀着人性的光辉。此刻的陈爷爷，用他的行动告诉我：平凡的人，也能在某一刻绽放出不平凡的光芒。

# **此刻，你不一样**

“同学们，学校即将举办一场演讲比赛，每个班级都要选派代表参加，这可是锻炼自己、展现风采的绝佳机会，大家踊跃报名呀！”班主任老师的话音刚落，教室里瞬间炸开了锅，同学们纷纷交头接耳，有的眼中闪烁着兴奋的光芒，毫不犹豫地举起了手；有的则和身边的人小声讨论，犹豫不决。【开篇以生动的场景描写，迅速将读者带入班级报名演讲比赛的情境，为后文“我”的纠结做铺垫】而我，坐在座位上，心里像揣了只小兔子，“砰砰”直跳，手心里也冒出了冷汗。

我一直是个胆小内向的人，在众人面前说话都会脸红结巴，更别说参加演讲比赛了。每次看到同学们在台上自信满满、侃侃而谈的样子，我都羡慕不已，可自己却始终没有勇气迈出那一步。但那一刻，看着同学们积极报名的热情，我心中突然涌起一股强烈的冲动：“为什么我不能试试呢？也许这次就是我突破自我的机会！”于是，我深吸一口气，缓缓举起了手，那一刻，我决定尝试。【心理描写细腻，真实地展现了“我”内心的挣扎与最终的决定，推动情节发展】

报名之后，挑战接踵而至。我深知自己演讲基础薄弱，每天放学后都留在教室，对着空荡荡的座位反复练习。【“反复练习”体现“我”的认真与努力】然而，内心的恐惧如影随形。站在讲台上，想象着比赛时台下坐满观众，我的双腿就不由自主地颤抖，声音也变得沙哑。无数次想要放弃，可一想到报名时的决心和同学们期待的目光，我又咬牙坚持。

老师看出了我的紧张，把我叫到办公室，温柔地说：“孩子，别害怕，每个人都会有第一次，重要的是相信自己。你付出了这么多努力，老师相信你一定能行！”【老师的话语温暖而有力，给予“我”鼓励与支持】老师的话如暖阳，照亮了我心中的阴霾，让我重燃信心。

比赛那天，站在后台，听着台上选手的精彩演讲，我的心又提到了嗓子眼。当主持人念到我的名字，我深吸一口气走上舞台。站在聚光灯下，大脑一片空白，演讲稿忘得一干二净。但看到台下老师鼓励的眼神和同学们挥舞的手臂，恐惧瞬间消散，我顺利完成了演讲。

这次经历让我意识到，改变就在一瞬间。曾经胆小内向的我，那一刻勇敢迈出第一步，战胜了自我。此刻，我真的不一样了。未来，我会带着这份勇气，继续挑战自己，迎接更多可能！【结尾总结全文，升华主题，表达对未来的期待】

# **此刻，你不一样**

# **——那天她变了**

“有些人变了，不是因为世界变了，而是因为她终于愿意为自己活一次。”初读这句话时，只觉字句间蕴含着一种难以言说的力量，似在轻轻叩击着心灵深处那扇紧闭的门。而当我见证了身边一位朋友的蜕变，才真正领悟到，有些人的变化，是因为内心真正觉醒，那一刻，他们宛如破茧之蝶，绽放出全新的光彩。【引用名言开篇，巧妙引出主题，引发读者思考，为后文朋友的转变做铺垫】

曾经，我的朋友小悠是人群中那个最不起眼的存在。她总是默默地坐在角落，眼神里带着一丝怯懦与自卑。在集体活动中，她从不主动争取发言的机会，即便有自己的想法，也会因为害怕被否定而选择沉默。她总是努力去迎合他人，仿佛只有这样才能获得别人的认可和喜爱。她就像一颗被灰尘掩盖的珍珠，虽有光芒，却无人能见。【细致描绘朋友过去的状态，通过神态、行为等描写，使人物形象跃然纸上，让读者对朋友的“不起眼”有直观感受】

直到那一天，公司组织了一场重要的项目策划比赛，每个员工都有机会参与。小悠原本也打算像往常一样，把这个机会让给别人，可不知为何，她的内心深处有个声音在不断呐喊：“试试吧，为自己活一次！”在经过一番激烈的思想斗争后，她鼓起勇气报了名。

从那之后，小悠像变了一个人。她不再像从前那样畏缩不前，而是全身心地投入到策划中。她查阅大量资料，请教前辈经验，反复修改方案，每一个细节都力求完美。夜晚，当整个城市都陷入沉睡，她还在灯光下奋笔疾书，眼神中透露出坚定与执着。【记录朋友经历事件后态度的转变，通过具体的行动描写，如“查阅资料”“请教经验”“反复修改”等，展现她的努力与坚持】

比赛那天，小悠自信地走上讲台，用清晰而有力的语言阐述着自己的策划方案。她的声音不再颤抖，眼神不再躲闪，整个人散发着一种独特的魅力。那一刻，她不再是那个默默无闻的小透明，而是舞台上最耀眼的主角。最终，她的方案获得了大家的一致认可，她也赢得了属于自己的掌声和荣誉。【具体描述朋友在比赛中的表现，与过去形成鲜明对比，突出她的巨大转变】

看着小悠在舞台上绽放光芒的样子，我的心中充满了敬佩与感慨。她用自己的行动证明了，只要内心觉醒，勇敢地迈出那一步，每个人都能成为更好的自己。她不再是那个为了迎合他人而压抑自己的女孩，而是学会了为自己而活，勇敢地追求自己的梦想。【直接表达对朋友的敬佩与感慨，深化主题，强调内心觉醒的重要性】

此刻，小悠真的不一样了。她的变化让我明白，人生没有太晚的开始，只要我们愿意为自己而活，勇敢地面对生活中的挑战，就一定能破茧成蝶，实现自我的蜕变。每个人都值得成为更好的自己，无论前方有多少艰难险阻，只要我们怀揣着梦想，坚定地走下去，未来一定会充满无限可能。让我们带着这份勇气和信念，向着更好的自己，奋勇前行！【总结全文，重申主题，升华到“每个人都值得成为更好的自己”，表达对人生的感悟与对未来的期待，使文章主旨得到进一步深化】

|  |
| --- |
| 主题延伸 |

以下是以2025年山东威海中考作文真题 《此刻，你不一样》 为核心，结合近年来中考高频写作方向与初中生认知发展水平，整理出的可拓展写作主题汇总表。

这些主题紧扣“变化、成长、觉醒、突破”等关键词，适用于中考常见的写作方向（如自我成长类、亲情友情类、教育影响类、社会观察类、哲理感悟类），帮助学生实现一材多用、举一反三的写作迁移能力提升。

# **可拓展中考写作主题汇总表**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 原材料核心内容 | 拓展写作主题 | 主题关键词 | 适用文体 | 相关中考真题/模拟题举例 |
| “此刻，你不一样” | 自我成长与突破 | 成长、改变、勇气、挑战 | 记叙文/议论文 | “那次失败让我变了”、“我终于鼓起勇气” |
| 描述某人发生转变 | 他人变化与觉醒 | 观察、理解、关系、反思 | 抒情文/记叙文 | “他不再是以前的他了”、“那天她变了” |
| 强调情绪或状态转折点 | 情感转变与理解 | 理解、沟通、情感、成长 | 夹叙夹议 | “那次争吵改变了我”、“我终于学会了体谅” |
| 经历挫折后的蜕变 | 挫折与成长 | 失败、反思、进步、成长 | 记叙文/散文 | “那次失败后我醒了”、“我在跌倒中成长” |
| 在父母或老师引导下实现转变 | 教育与引导 | 家庭教育、榜样力量、人生观 | 议论文/记叙文 | “妈妈教会我坚持”、“老师的那句话改变了我” |
| 社会现象中人的变化 | 社会观察与思考 | 关注、感动、责任、成长 | 议论文/评论文 | “街头的一幕让我深思”、“那个孩子让我感动” |

# **写作迁移策略建议：**

|  |  |
| --- | --- |
| 写作迁移方向 | 具体做法 |
| 主题迁移法 | 将“此刻，你不一样”的主线迁移到“成长”、“变化”、“教育”、“社会”等多个主题。 |
| 结构复用法 | 使用“总—分—总”的结构框架，适用于多种文体（记叙文、议论文）。 |
| 素材通用法 | 同一段经历，可以多角度使用，如一次演讲比赛可用于“成长”、“自我突破”、“心理变化”等多个主题。 |
| 语言风格调整 | 根据不同主题调整语言风格，如议论文要严谨，记叙文要生动，说明文要清晰。 |

# **示例：如何将原题素材迁移到其他主题**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 原始素材 | 迁移主题 | 运用方式 |
| 第一次主动上台发言 | 自我成长类 | 写成“我终于鼓起勇气”，突出心理变化过程 |
| 朋友在考试失利后变得努力 | 他人变化类 | 写成“那天她变了”，展现朋友的成长轨迹 |
| 和母亲因误会争吵后和好 | 情感转变类 | 写成“我终于学会了理解”，强调沟通与成长 |
| 考试失败后重新审视自己 | 挫折觉醒类 | 写成“那次失败后我醒了”，体现自我反思 |
| 家长鼓励我参加活动并坚持到底 | 教育影响类 | 写成“妈妈教会我勇敢面对”，体现家庭教育智慧 |
| 街头目睹少年助人引发思考 | 社会观察类 | 写成“那个孩子让我感动”，表达对正能量的认同 |

通过以上表格和分析，学生可以更好地理解：

一篇材料，可以灵活运用于多个写作主题之中，从而实现“以不变应万变”的备考策略。

变式练习

以下是围绕2025年山东威海中考作文真题 《此刻，你不一样》 及其可拓展的五大高频写作主题方向（自我成长、他人变化、情感转变、挫折觉醒、教育影响），设计的五组中考模拟作文材料及写作要求。

每道题都严格按照中考命题规范编写，包含：作文材料、写作任务、写作提示、写作要求

这些题目紧扣中考趋势，贴近初中生生活实际，适合用于审题立意训练、写作迁移练习和中考备考指导，帮助学生真正掌握“一材多用”的写作能力。

# **拓展一：自我成长类**

# **作文题目：《我终于鼓起勇气》**

作文材料：成长的过程，就是不断突破自我的过程。有时候，一个小小的改变，就足以让你与过去的自己判若两人。

请以“我终于鼓起勇气”为题，写一篇记叙文，讲述你在某一次经历中勇敢迈出第一步的故事。

写作任务：

描述一次你克服心理障碍的经历；表达当时的心理活动和成长感受；

抒发你对“改变”与“成长”的理解。

写作提示：

可写第一次上台发言、参加比赛、主动表达想法等；注意写出心理描写和细节刻画；

结尾可升华到“成长就在一瞬间”。

写作要求：

文体明确，结构完整；语言生动，情感真挚；不少于600字；

不得透露真实姓名、学校信息。

# **拓展二：他人变化类**

# **作文题目：《那天她变了》**

作文材料：有些人的改变不是一夜之间发生的，而是在某个关键时刻悄然发生。那一刻，你会发现：“她真的不一样了。”

请以“那天她变了”为题，写一篇记叙文或抒情散文，讲述你身边某个人在某一刻发生的变化。

写作任务：

讲述一位朋友、亲人或同学在某一时刻的转变；描述这种变化带来的影响；

表达你对他人成长的理解与感悟。

写作提示：

可写朋友从自卑变得自信、母亲不再焦虑等；注意细节描写和情感渲染；

结尾可升华到“人总会在某个时刻变得更好”。

写作要求：真情实感，避免虚构夸张；结构完整，层次分明；字数不少于600字；不得出现真实校名、人名。

# **拓展三：情感转变类**

# **作文题目：《我终于学会了理解》**

作文材料：情感的转变往往发生在一次沟通、一场争吵、一个误会之后。当我们学会换位思考，才发现：“原来你不是我想的那样。”

请以“我终于学会了理解”为题，写一篇夹叙夹议的文章，谈谈你在某段关系中的情感变化。

写作任务：

描述一段曾经误解他人的经历；记录你如何从对立走向理解；

抒发你对沟通与包容的认识。

写作提示：

可写与父母因学习争执、与朋友因误会冷战后和好等；注意前后对比，突出转变过程；

结尾可升华到“理解是成长的一部分”。

写作要求：观点鲜明，逻辑清晰；论据充分，语言严谨；字数不少于600字；不得抄袭或套作。

# **拓展四：挫折觉醒类**

# **作文题目：《那次失败后我醒了》**

作文材料：失败并不可怕，可怕的是我们没有从中醒来。有时候，一次失败反而让我们看清了自己的问题，也让我们变得不一样。

请以“那次失败后我醒了”为题，写一篇记叙文，讲述你因失败而反思、进而成长的经历。

写作任务：

描述一次失败经历及其带来的反思；表达你当时的痛苦与醒悟；

抒发你对“失败价值”的理解与感悟。

写作提示：

可写考试失利、比赛落选、演讲失误等；注意心理描写和行为转变；

结尾可升华到“失败是成长的催化剂”。

写作要求：真情实感，避免虚构夸张；结构完整，层次分明；字数不少于600字；不得出现真实校名、人名。

# **拓展五：教育影响类**

# **作文题目：《老师的那句话改变了我》**

作文材料：教育的力量，有时不在课堂，而在一句鼓励、一个提醒、一种信任。有时候，一句话就能让人发生改变。

请以“老师的那句话改变了我”为题，写一篇记叙文或议论文，谈谈你在某位老师引导下实现转变的经历。

写作任务：

讲述一次你因老师的一句话而发生转变的经历；或者表达你对教师角色的理解；

强调老师对你学习态度、人生观的影响。

写作提示：

可写老师发现你的问题并耐心引导、激励你重拾信心等；

若写议论文，引用陶行知、苏霍姆林斯基等教育家名言增强说服力；

可联系“此刻，你不一样”理念深化主题。

写作要求：观点鲜明，逻辑清晰；论据充分，语言严谨；字数不少于600字；不得抄袭或套作。

# **总结建议：**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 拓展主题 | 常见题型 | 推荐文体 | 备考策略 |
| 自我成长 | 成长/体验类 | 记叙文为主 | 积累亲身经历，强化细节描写 |
| 他人变化 | 观察/人物类 | 记叙文/散文 | 注重情感渲染与观察力提升 |
| 情感转变 | 情感类 | 记叙文/夹叙夹议 | 提升共情力与语言表现力 |
| 挫折觉醒 | 自我认知类 | 记叙文/议论文 | 培养逻辑思维与社会责任感 |
| 教育影响 | 教育理念类 | 议论文为主 | 强化思辨能力与教育意识 |

参考例文

# **我终于鼓起勇气**

成长，恰似一幅徐徐展开的绚丽画卷，每一处色彩的晕染都镌刻着蜕变的印记；又如一首跌宕起伏的激昂乐章，每一个音符的跳动都奏响着突破自我的旋律。【运用比喻的修辞手法，将成长比作画卷和乐章，生动形象地引出成长这一主题，为后文叙述自己的成长经历做铺垫】在我的成长长河中，有那样一次经历，如同一束璀璨的光，穿透阴霾，照亮我前行的道路，让我终于鼓起勇气，迈出了至关重要的一步。

学校组织演讲比赛的消息，如同一颗石子投入平静的湖面，在班级里激起层层涟漪，同学们纷纷踊跃报名，热情似火。而我，却像一只缩在壳里的蜗牛，内心既向往舞台上的光芒，又被恐惧紧紧束缚。我生性内向，在众人面前说话都会紧张得面红耳赤、心跳加速，更别说站在舞台上演讲了。每次看到同学们在台上自信从容、侃侃而谈，我羡慕不已，可一想到自己，又总是打退堂鼓。

然而，老师似乎看穿了我的心思，她轻轻走到我身边，目光温柔而坚定，微笑着说：“孩子，这是一次绝佳的锻炼机会，勇敢地迈出第一步，你会遇见一个全新的自己。”【对老师的语言和神态进行描写，生动地展现出老师对学生的鼓励与期待】老师的话如同一颗火种，在我心中点燃了希望的火焰。我陷入了沉思：难道我要一直这样胆小怯懦下去吗？不，我也要挑战自己，突破自我！于是，我咬了咬牙，鼓起勇气报了名。

报名之后，挑战接踵而至。我深知自己演讲基础薄弱，为了能在比赛中脱颖而出，我开启了疯狂的准备模式。每天放学后，我都会留在空荡荡的教室里，对着座位一遍又一遍地练习，从语速语调到表情手势，每一个细节都反复打磨。【“疯狂的准备模式”“反复打磨”体现出“我”为演讲付出的努力】可即便如此，内心的恐惧仍如影随形。一想到比赛时台下坐满观众，我的双腿就不由自主地颤抖，手心也会冒出冷汗。无数次，我想要放弃，但一想到报名时的决心和老师期待的目光，我又咬牙坚持了下来。

比赛那天，站在后台，听着台上选手们精彩的演讲，我的心提到了嗓子眼，手紧紧攥着衣角。当主持人念到我的名字时，我大脑一片空白，呆立原地。这时，我看到了台下老师鼓励的眼神和同学们挥舞的手臂，那一刻，我心中涌起一股暖流，恐惧瞬间消散。我深吸一口气，坚定地走上舞台，顺利完成了演讲。台下响起了热烈的掌声，我知道，我成功了！

这次经历让我深刻明白，成长就在一瞬间。只要鼓起勇气，就能突破自我，遇见更好的自己。

# **我终于学会了理解**

人生恰似一条蜿蜒曲折的长河，在奔流不息的旅程中，与他人的交往如同河中的礁石，难免激起误解的浪花，让心灵的小船偏离温暖的航道。曾经，我与父亲之间就因一场激烈的争执，筑起了隔阂的高墙，而最终，我学会了理解，让这份亲情重归温馨港湾。【开篇运用比喻的修辞手法，将人生比作长河，与他人的交往比作礁石，形象地引出误解这一话题，为后文叙述与父亲的矛盾做铺垫】

那是一个期末复习的紧要关头，学习压力如同一座巍峨的大山，沉甸甸地压在我稚嫩的肩头。我每日在题海中奋力挣扎，为即将到来的考试全力冲刺。然而，父亲却似乎成了我学习路上的“绊脚石”。他总在我专心学习时，时不时地闯进房间“监督”我，一会儿纠正我的坐姿，一会儿又唠唠叨叨让我早点休息。他的这些举动，在我眼中，分明是对我的不信任，是给我本就沉重的压力再添砝码。【“巍峨的大山”“奋力挣扎”等表述，生动地体现出“我”当时学习压力之大，为后文情绪爆发埋下伏笔】

终于，在一个寂静的夜晚，当父亲又一次走进房间准备提醒我时，我积压已久的怒火如火山般喷发。“你能不能别来烦我了！我已经很努力了，你为什么就不能相信我呢？”我声嘶力竭地冲着父亲吼道，声音中满是愤怒与委屈。父亲被我的反应惊得愣在原地，随后默默地转身，拖着落寞的背影离开了房间。那一刻，我虽看到他的失落，却被愤怒蒙蔽了双眼，丝毫没有在意他的感受。【对“我”的语言和父亲的动作进行描写，生动地展现出当时激烈的冲突和父亲受伤的状态】

此后，我和父亲之间仿佛隔了一层无形的玻璃，交流越来越少，家里的气氛压抑得让人喘不过气。我固执地认为父亲不理解我，却从未想过站在他的角度思考问题。

直到有一天，我偶然翻开了父亲的工作笔记。那本有些破旧的笔记本上，密密麻麻地记录着他每日的工作安排和心得。在其中一页，我看到他写道：“孩子最近学习压力很大，我很担心他的身体，想提醒他注意休息，但又怕他觉得我唠叨，真是左右为难。”看到这些文字，我的心仿佛被重锤狠狠击中，愧疚和自责如潮水般涌上心头。【通过阅读父亲的工作笔记这一细节，揭示父亲唠叨背后的关爱，是“我”情感转变的关键节点】原来，父亲那些看似烦人的提醒，背后藏着的是他深深的关爱与担忧。而我，却只从自己的角度出发，误解了他的良苦用心。

从那以后，我主动向父亲道歉，表达了我的理解与感激。父亲眼中闪烁着欣慰的光芒，紧紧握住我的手。我也深刻认识到，沟通与包容是维系亲情的纽带，理解是成长中不可或缺的一部分，它让我们的心灵更加宽广，让亲情更加深厚。

# **那次失败后我醒了**

人生的旅程恰似一片浩瀚海洋，我们都是扬帆远航的船只，时而能在风平浪静中悠然前行，领略两岸旖旎风光；时而也会遭遇狂风骤雨，被汹涌的波涛冲击得摇摇欲坠。那次绘画比赛的失败，就如同一场突如其来的暴风雨，将我狠狠地卷入痛苦的深渊，却也让我在黑暗中幡然醒悟，重新寻得前行的方向。【开篇运用比喻的修辞手法，将人生比作海洋，形象地引出下文关于失败经历的叙述，同时为全文奠定了一种在挫折中感悟成长的基调】

学校即将举办一场绘画比赛，对绘画痴迷不已的我，毫不犹豫地报了名。彼时，我的脑海中满是站在领奖台上，手捧金灿灿奖杯，接受众人热烈掌声与赞美目光的辉煌场景。为了能在比赛中一鸣惊人，我投入了全部的热情与精力。每天放学后，当同学们在操场上尽情嬉戏玩耍时，我却一头扎进画室，沉浸在绘画的世界里。从线条的精准勾勒，到色彩的巧妙搭配，每一个细节我都反复斟酌、精心雕琢，常常一画就是好几个小时，连饭都顾不上吃。【通过对比同学们的玩耍和“我”的刻苦练习，突出“我”对比赛的重视和努力程度】

比赛那天，我自信满满地走进考场。看着周围同学紧张不安的神情，我暗自得意，心想：这次冠军肯定非我莫属。我拿起画笔，在画布上挥洒自如，仿佛自己就是一位技艺超凡的大师。交卷时，我胸有成竹地把画递给评委，还特意瞟了一眼其他同学的作品，心里更加坚信胜利在望。

然而，现实却如同一记重锤，狠狠地击碎了我的美梦。当比赛结果公布时，我简直不敢相信自己的耳朵——我竟然落选了！那一刻，仿佛有一道晴天霹雳在我头顶炸响，我感觉整个世界都崩塌了。我的心情低落到了极点，泪水在眼眶里直打转，我拼命地忍住，才没有让它们夺眶而出。

回到家后，我把自己关在房间里，不吃不喝，沉浸在失败的痛苦中无法自拔。【“不吃不喝”“把自己关在房间里”等细节描写，生动地表现出“我”因失败而极度沮丧的心情】我开始怀疑自己，是不是我的绘画水平真的很差劲？难道我之前的努力都白费了吗？

就在我陷入绝望的深渊时，老师的一番话如同一束光，照亮了我黑暗的内心。老师语重心长地说：“失败并不可怕，可怕的是不能从失败中吸取教训。你过于注重绘画技巧，却忽略了情感的表达。一幅好的作品，不仅要有精湛的技艺，更要有灵魂，要能打动人心。”老师的话让我如梦初醒，我意识到自己一直以来的绘画都只是在机械地模仿，缺乏真正的情感投入。

从那以后，我不再盲目追求技巧，而是用心感受生活中的点滴美好，将情感融入绘画。那次失败后我醒了，它让我明白，失败是成长的催化剂，能让我们看清不足，变得更加优秀。