# 中考怎么约束自己作文范文(汇总21篇)

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2025-05-27

*中考怎么约束自己作文范文1现在的黑夜我看不到满天的星辰，感受不到浩瀚的宇宙。只有阵阵凉风吹的我好是清醒。回首我十几年的人生，没有什么大起大落，有的只是\*\*凡凡的回忆。我一直在\*凡中做我自己。可这样的自我已使我十分厌倦。突然间，我钟情与沉默。...*

**中考怎么约束自己作文范文1**

现在的黑夜我看不到满天的星辰，感受不到浩瀚的宇宙。只有阵阵凉风吹的我好是清醒。

回首我十几年的人生，没有什么大起大落，有的只是\*\*凡凡的回忆。我一直在\*凡中做我自己。可这样的自我已使我十分厌倦。突然间，我钟情与沉默。我不会在高声的斥责中以示反抗，却知道了要在本上记下，然后锁起。当然，一并记下的还有那些难以言语的故事。同时我也依赖与幻想，总在幻想着现实中我无法实现或万分渴望的事情。在一时的拥有快感之后，便是重跌现实。反复。

视力一直很好的我却总是看不清楚自己的现状。总觉的一切对我都是万丈光芒，孰不知若要保持现状，就将会是昏田地暗。忽然间，发现自己是一个承受能力强，控制能力差的人。一个人的时候，我总是会把刺激我内心的事，稍加幻想，然后收藏的很好。可就在有人，有意无意的触碰是，我便会当众崩溃，陷入万丈不复之深渊。然后，再当一个人时，自我安慰。我知道这样做不会为我带来任何有进步的思想和行为，但我总是很懒惰接受这一切。

或许有时我会在一瞬间大彻大悟，可往往也会在转瞬间将它烟消云散。也许，这就是我的司空见惯。无奈间终于明白“消极”一词足以概括我这十几年的人生。如今的幻想和沉默也给退却了，因为活在现实中的我已离现实太远了!

**中考怎么约束自己作文范文2**

>1、愤怒时请保持沉默

人在愤怒时说出的话必定是火上浇油，很容易伤害他人感情。在愤怒时讲话，对方也会消极回应，使气氛更加紧张。如果能保持沉默，或许愤怒反倒会渐渐\*息。

>2、无视那些激怒我们的人

有些人的趣味就是那么恶俗，总是故意挑你生气。但是，如果无视他们的言行，觉得他们的言行根本就不值得费心，而且，不管他们怎么挑拨，只要不予理睬，他们也会感到自讨没趣，便也不再骚扰。

>3、理智停止愤怒

当怒上心头时，赶紧打住，告诉自己：“这么生气又能怎样呢？发火只能使一切更糟吧。” 就算当时确实有些气愤不过，但在心里默念这些能稍微趋缓愤怒情绪。

>4、和善看待对方

还有一个是视觉化的方法，把对方看成一个耍脾气的5岁小孩。一旦你把对方看成一个无助的5岁小孩，心里就会感到同情与宽容了。当家人偶尔使你抓狂时，这个办法确实很管用。

>5、珍惜\*和心态

远离愤怒情绪 如果将\*和心态视为最重要的东西，那就绝不会让愤怒破坏它了。

>6、尝试理解发怒的人

不要担心自己总是以防卫的姿态面对批评。如果你能保持镇定自若，对方或许会因自己对你发火而感到愧疚。同时受你的镇静情绪感染，他们或许也会不自觉地冷静下来。

>7、转移注意力

假如有人做了什么让你生气的事，那就多想想开心的事情。对付消极的灵丹妙药莫过于将注意力转移到积极方面了。

**中考怎么约束自己作文范文3**

欣赏自然，能使人心旷神怡。来到绿树成荫、山花烂漫的地方，清清的溪流就成了心中美丽的景致。树点缀了山，那什么来点缀小溪呢?那是五颜六色的花，构成绚丽而又多彩的世界。融入大自然，去聆听大自然的声音。那些尘缘凡事似乎早已被抛到九霄云外，那心中的种种不快顷刻间被眼前温馨的景致所替代。欣赏大自然的美，它无须精雕细琢，却显现出纯朴的美，豪放的美，淋漓的美。美得让人心旷神怡，流连忘返。

欣赏艺术，能使人情趣高雅。曾经也听别人抱怨过：梵高的《向日葵》画得太单调，达芬奇的《蒙娜丽莎》不怎么漂亮……每当听到这些轻易地对艺术家的成果作出草率的否定时，不免觉得有些荒唐可笑。真正的艺术品它并非讲究绝对逼真，而是追求神韵与心灵的陶冶。真正懂得欣赏的人，才会真正领悟到艺术作品的背后是全然的另一个世界，它不仅仅限于视觉效果，在不知不觉中你的整个人也融入到里面去了，所以学会欣赏艺术，慢慢地你的情趣品味也将变得高雅起来了。

欣赏他人，能使人变得善良宽容。做人意在学会与他人交往，而交往中也往往是在挑战一个人的交往能力。在学习中也一样，当自己取得进步，无须骄傲，人只有在不断学习中才能取得进步。当自己失败是也无须颓废，也许继续努力，也能将失败变得更加美丽。所以与此同时，我们得学会欣赏他人的才干、能力与长处，把他人的\'一次次完美的举动都当做是人生的启迪，学会肯定他人，那么，你在欣赏他人的同时，也敞开了心胸学会了宽容与厚待。然后才不会把一己私利看得那么重要，当你路过街头时，也许会信手施舍乞讨的路人……这些都足以证明学会欣赏的艺术效果和无穷魅力。

欣赏自己，能使人变得乐观自信。纵然我们不是人追人捧的明星大腕，我们并不伟大，我们不具有特异的天赋，我们只是凡人而已。但是只要我们坚信“天生我材必有用”的道理，学会欣赏自己，不断挖掘自己的长处和闪光点，也能从\*凡之中孕育出超凡的魅力来，即使是天才也不是生来就造就了的，也不过是淋漓尽致地发挥了自己的长处而已。虽然我们没有超凡的天赋，但每个人都有自己的特长和爱好。纵然我们不美，但我们追求的不是外在而是内在。所以，只有学会欣赏自己，才会有乐观自信，才会超越自我，挑战他人。

欣赏生命，能使人懂得爱。生命诚然可贵，不同的生命，都会有他独特的一面，前提是你必须学会欣赏他。当你面对一个弱小的生命时，心中难免会不由自主地产生出一怜爱之情;当你面对一个伟大的生命时，心中难免不会产生一种敬畏之感。在被爱中学会爱，让爱你的人更加爱你，让你爱的人更加懂得你的爱。

生活是丰富多彩的，世界是绚丽多姿的，大千世界有着无穷的生命魅力。学会欣赏吧，这将让你的感情变得更加细腻，你的人生变得更加美丽。

——学会自我控制情绪3篇

**中考怎么约束自己作文范文4**

在每天上演的“斗智斗勇”的故事中，那些令人头疼不已的孩子常常在不经意间让我们收获幸福，它们就像洒落在地的玻璃碎片，简单而细小，晶莹而纯净。

那是一个教师节，刚带完一届毕业班的我正给学生布置作业，突然教室门口闪出一个身影，是丹!那个总在及格线边缘徘徊，特别健忘的男孩，长高了，憨憨地笑着望着我。“呵呵，老师，我来看看您!”心头一热，一股暖流涌进心田，记住师爱的，不是令我骄傲的霞、宇等优秀生，而是每天都被留下开小灶的他!那一瞬间，品尝到一种叫幸福的滋味!

立秋那天，收到一条养生的短信，七夕——中国的情人节，又收到一条暧昧的短信，同样是那个陌生的号码，心中直犯嘀咕，谁呀?开学了，翻开家校联系册，猛然醒悟，是琳!学校中知名的人物，缺失良好家庭教育，聪明但痞子气十足，用爷爷的手机给我转发短信呢!在一次课间，我装作不经意地问起这件事，她的眼里掠过一丝不自然，矢口否认。呵呵，和我装傻呢!其实我心里高兴呢，因为她的骚扰中有一份关心。

还是琳，因为她不讲卫生，常把手指放进口中吮吸，其他孩子都不愿和她同桌，我只好让她一人坐最前排。有时为图自己批改作业方便，就对她说：“隔壁是我的座位哦!”没想到她真用心记住了，那天我一手提包，一手抱着一叠作业进教室，见讲台上堆满了还没发下的新书本。正着急着，琳的声音高叫起：“曹老师，你的座位!”说着，啪啦啦地把散落在桌上的笔、本子往自己桌面拨，为我腾出大半张桌子。呵呵，孩子，是不是我的不嫌弃，感动了你?其实，是你善良的本性，打动了我，让一个教师再一次感受到了什么是幸福。

为人师者，且行且收获，一路捡拾幸福的碎片，心暖暖的……

爱，是教育的本质;爱，让幸福延续。

**中考怎么约束自己作文范文5**

什么是自律呢?在没有人现场监督的情况下，通过自己要求自己，变被动为主动，自觉的遵守规则，执行计划，信守诺言，自觉主动地来约束自己的一言一行。

自律并非远在天边，它就调节地藏匿在每一天、每一分钟。你放纵自己，不想做该做的事情的时刻。这个时候，特别需要你咬咬牙，狠狠心逼迫自己，勇敢的地丢弃“放纵”，选择“自律”!你可以准备一个小本，写下自己须遵守的规则。把每天要做的事情做个合理的安排和计划，什么时候预习，什么时候复习，什么时候阅读，什么时候练习字。晚上睡觉前，一定要仔细想想是否还有没有完成的事情?为什么没有完成?今日事一定要今日毕，对于没有完成的事情，一定要再咬咬牙，狠狠心逼迫自己把它完成。这样，就才会睡得更快，睡得更香!

“放纵自己”就像可怕的“瘟疫”，要知道自律就是我们目前作为一个学生的责任和担当!做到了自律，你也像那些冲锋在抗日一线的叔叔、阿姨，爷爷、奶奶一样，是非常时期的非常的英雄!一旦“放纵”这个可怕的瘟疫，要来袭击你的时候，你还可以想想我们的医护人员正在经历着怎样的考验和磨炼——随时都有可能面临被传染的可能性!

做到自律，必须要做到善于自控，这是自律中最难做到的事。养成自律习惯，提高自律能力，加强品质修养，归根到底，一个人有了自律的话，等待你的就是成功!

>最新中考自律作文范文2

广东省佛山市石门实验学校二年级三班梁天京有这样一个寓言：有一天，一只风筝和一根绳子在天空中手拉手飞。过了一会儿，风筝不耐烦地对着线说：“哥哥，请让我走，不要限制我的自由空间。”行劝：“兄弟，不行!我的责任会限制你。否则，你将失去飞行的自由。”风筝不听劝告，拼命摆脱了线的束缚，但断线后不久，就一头扎进了无底的深渊。

可惜风筝不知道自由的真谛，自律与自由息息相关。真正的自由是什么样的?我来说说吧!

真正的自由，一定程度上是要约束和限制的。没有任何限制，无拘无束的自由是不存在的，这是自律中的重要知识。所以自律可以让人获得行动的自由。

学习自律对人有很大的好处。它使人认识自己，可以使人学会战胜自己，可以使人养成良好的行为习惯，可以使人获得行动的自由，可以使人高尚。

既然自律对我们有这么多好处，难道不应该增强自律能力吗?关于加强自律，我有一些小意见。

根据我们的实际情况，我们应该选择相关的名言警句作为我们的座右铭来鼓励自己，并以身作则来提醒自己和防范自己。一旦有了自己的座右铭，就要认真的用它来指导自己的思想和行为，真正的去执行，守信用。

古人建议：我三天后醒来。这就要求人们经常回顾和检查自己，总结自己的思想、心理和行为，肯定自己的优点和缺点，找出自己的缺点和不足，明确自己的前进目标。所以，我们也要在三天内清醒过来!

自律表现在自爱、自审、自控。一个人不在场，不被监督，对自己要求严格是最难的。要自律，就要善于自控，这是自律中最难做到的。

培养自律习惯，提高自律能力，加强素质培养，归根结底在于有理想。一个人如果有崇高的理想，就会把自己和祖国、民族的命运紧紧联系在一起，为之奋斗。

>最新中考自律作文范文3

你们做过这样的事情吗?写作业的时候偷偷看一会儿Ipad，做题不会的时候偷偷看看后面的答案参考一下……悄悄地告诉你们吧，这些事儿我都做过!妈妈曾经对我说过，我做的这些小动作她都知道，她只是不会用嘴告诉我，而是用实际行动让我知道不自律的后果。

曾经，我趁妈妈在别的房间做事的时候，将Ipad藏在了作业本下面，妈妈不注意的时候我就玩一会儿，一听到动静就关上。可是有一次妈妈突然开门，我的惊慌被妈妈发现了。于是妈妈根据我这项任务开始的时间发现了我并没有抓紧时间学习。可想而知，我被妈妈猛烈地惩罚了一顿，不但玩的时间没有了，当日的任务还翻倍了。

在我一次又一次地被收拾以后，我从我妈妈让我自律变成了我想自律。因为我发现，自律可以让我很有成就感也可以给我更多的时间，就像我锻炼用的keep上写的那样：自律让我自由。上一期我发的时间管理表就是能让我自律的工具，有时候结束了一天的学习我还会让妈妈给我打分，分数越高我的心里越高兴。

最近妈妈每天都会跟我和妹妹分享一些视频，视频上那些哥哥姐姐在学习上、工作上都各有各的精彩，但他们都有一个共同的优点那就是自律，我真希望像他们那样优秀。妈妈告诉我，他们在自律的路上也一定会遇到诱惑、困难，但坚持下来了自律就会融入到我们的血液中，让我们的生活充满美好和自由。

>最新中考自律作文范文4

自律是一种克制，是一种反省;它更是一种风度，一份超越。会自律的人，一定会进步，会自律的人就会驶向成功的彼岸。人生是树，自律是土。树滋长于土，方能枝繁叶茂，结出人生的果实……

^v^对自己的高要求严格，使人望尘莫及，而^v^这种自律的精神更是令人敬佩。自律就如一面镜子，时刻让自己清醒，时刻让自己注意自己的行为。它反应出自己的不足并配合改正，它有如土壤一般，滋养自己，使人生这课大树枝繁叶茂，也使自己迅速进步，直奔成功的终点。

古时候孙康从半夜睡梦中醒来，把头侧向窗户时，发现窗缝里透进一丝光亮。原来那是大雪映出来的光。他发现可以利用这道光来看书。于是他倦意顿失，立即穿好衣服，取出书籍，来到屋外看书。他看书不顾寒冷，如果手脚冻僵了，就跑一跑，搓搓手指，再继续看书。每逢有雪的晚上，他都不错过这个机会。最后，他成为了一个御史大夫。

自律是金光灿烂的马缰，它让人受到理智的束缚，不偏离轨道;自律是一把心灵的扫帚，它让人深知不足并扫除精神污秽;自律是一个大头钉，它让你的生命之根时刻坚守自己的本真。自律是一种改造，是最严厉的自我提纯、人格的冶炼。它如同^v^一般使你勇往直前，不受一切阻拦。它使你飞速进步，不浪费一点时间。

让我们铭记于心吧，就如塞尼卡所说的：“能自律的人，就是最强有力的人。”

>最新中考自律作文范文5

自律是一种品德，它的意思是自我约束。自我约束用通俗的话来解释，就是自己管好自己。

对于小学生而言，在家里，自律就是自己吃饭、自己洗碗，到了晚上自己洗漱，按时休息。自律也可以让你更加完善，让你更加优秀。在公共场合，自律就是不说脏话，不打架，不随地吐痰，不乱丢垃圾，不踩踏草坪……这些都是自律。

在学校中，自律就是自觉遵守学校规章制度，爱护公共物品，尊敬师长，团结同学。这可以让你与老师、同学的感情更加深厚。

在图书馆中，自律就是不大声喧哗，不在书上乱写乱画，看完书放回原位，不跑、不跳，爱护环境卫生。

自律最能体现一个人的品德和休养。自律就是自我约束，自我提高。从现在开始，我们就培养自己良好的行为习惯，增强自律能力，做一名品德优秀、自律的人。

**中考怎么约束自己作文范文6**

同样的一个教室，是哪个角落在讲台传来的数次警告下，仍以絮碎小语表示满不在乎，享受老鼠躲猫的乐趣？哪个座位安静得过分，纸笔摩擦声都没有只剩下鼾息？此刻，那个埋头苦读不闻外世的，便可以称作“自律”了。然而，我们班上配得上这个词的人，好像并不多。

纪律就像根有魔力的麻绳，你觉得它束缚，挣扎，它就更紧；你安安分分地不去触犯，也就觉得宽松了。制度是同一个，心态却有好几种。你把规定看成是紧紧的束缚，抱歉，你的愿望成真了。你觉得它有点吓人，便老老实实地待在它划的圈里，小心地不去触碰，这下不紧了，正正地套在身上。但你又觉得不能乱动，烦心。你也可以选择完全无视它，还不被束着，但这可不容易——能做到这样的人，不是没有东西束缚着，而是在他自己的心里，有一根给自己套下的.隐形麻绳。这根麻绳柔柔软软，却约束得最妙。

其他班相比，我们的制度算是挺严格。几乎没有人做到从不违纪，这当然也正常。那些说明书没写过几篇的人，是怎么做到的呢？归根到底，约束他的不是所有人统一的那个大制度，而是一个更严格、更残酷的制度。听起来很傻，是吗？那么，他们少写了多少字的说明书，少吃了多少苦头？

一些人费尽心思地钻空子，趁人不注意偷个懒，但能换回什么？抓包、批评、出糗、后悔。另一些人完全不在一个层次上——自己约束自己，不管外面的束缚多松多紧，只顾自己心甘情愿钻进去的那个小小束缚。这种心态，就是自律。

约束不可怕，可怕是因为你觉得它可怕。当你把自己管理好了，完全不必担心被勒到，它就变得和蔼可亲、笑眯眯了。与其掏尽心思让它变松些，不如竭尽全力适应一个自己定下的约束。愿终有一天，最适合我们的约束，都来自自己。

——学会自我反思作文3篇

**中考怎么约束自己作文范文7**

>调整情绪的方法01：注意转移，避免刺激

若发生悲伤、忧愁、愤怒时，人的大脑皮层常会出现一个强烈的兴奋灶，如果能有意识地调控大脑的兴奋与抑制过程，使兴奋灶转换为抑制\*和状态，则可能保持心态上的\*衡，使自己从消极情绪中解脱出来。例如，当自己苦闷、烦恼时，不要再去想引起苦闷的事，尽量避免烦恼的刺激，有意识地听听音乐、看看电视、翻翻画册、读读小说等，强迫自己转移注意力。

>调整情绪的方法02：理智控制，自我降温

理智控制是指用意志和素养来控制或缓解不良情绪的暴发;自我降温是指努力使激怒的情绪降至\*和的抑制状态。就是说，凡是有理智的人能及时意识到自己情绪的变化，当怒起心头时，马上意识到不对，能迅速冷静下来，主动控制自己的情绪，用理智减轻自己的怒气，使情绪保持稳定。

>调整情绪的方法03：合理发泄情绪

不知同学们在看电视和电影时注意到这样的镜头没有：某人因有不良情绪，便跑到旷野、海边、山上无拘无束的喊叫，或者拼命地击打树木，或者狂奔。这就是合理发泄情绪。负面情绪应该适当发泄，这是调整自我情绪一个很好的方法，合理发泄情绪是指在适当的场合，用适当的方式，来排解心中的不良情绪，发泄可以防止不良情绪对人体的危害。

>调整情绪的.方法04：选择性的记忆

我们拥有记忆这一功能，并不是要我们什么事情都要记住，不快乐的事情我们为何不选择忘记呢?只记住开心的事情，你会发现，原来世界是如此的美好，你也能这样的大度，可以不在意别人对你的不好，只知道别人对你的好，当然，这并不是自欺欺人，我们这么做，只是让自己快乐一些，不必烦恼，整天生活在苦恼中。

>调整情绪的方法05：目标升华法

怒气是一种强大的心态能量，用之不当，伤人害己，使之升华，会变为成就事业的强大动力。要培养远大的生活目标，改变以眼前区区小事计较得失的习惯，更多地从大局、从长远去考虑一切，一个人只有确立了远大的人生理想，才能待人以宽容，有较大度量，不会容忍自己的精力被微不足道的小事绊住，而妨碍对理想事业的追求。

**中考怎么约束自己作文范文8**

啊!已经8月份了!都8月份了!该努力啊!放完暑假就已经上了6年级了!难不成你还要那样吗?你这学期表现的一点也不好!反省反省了!

高雅宁啊!你呢又不是不聪明!为什么就不好好干呢?

自我反省，上课好做小动作!为什么呢?自己说说：因为自己很骄傲!有了一定的进步就开始不好好学习!不谦虚，因为：我总觉得自己所想所做的都是对的，对于别人而言，其实自己做了是错上加错，我这种行为很容易造成得到别人的讨厌!任性，因为：自己有什么想要的东西都会尽可能的要，不管是什么!贵的，廉价的，都不管，只管自己喜欢，却不考虑别人的感受，半途而废，为什么呢?我这个人吧!总是做着一件事情，去想着另一件事情，就拿今天大扫除来说吧!我明明在擦桌子却跑去切冰，你说说我一个小女孩家家的，怎么可以干出这种事情呢?

高雅宁啊!高雅宁!你要记住一条哦!做什么事情都不可以半途而废“一个小聪明，变成一个大笨蛋，这样好吗?”你要遗传就要遗传爸爸妈妈的好地方啊!比如说：妈妈勤劳，爸爸脑袋聪明，而我除了会古筝，会写字……还有哪些地方遗传了我的爸爸妈妈呢?

高雅宁!记住哦!不管做什么事情不能半途而废。不可以任性……你要做一个人见人爱的好女孩哦!不能做一个让人讨厌的\'小女孩哦!

——约束自我作文

**中考怎么约束自己作文范文9**

今天中午，江老师带着另外3位同学去参加知识竞赛了，教室里只剩下了57名学生在听红领巾广播。往常听广播的时候，都会有老师管着我们，班级里会安静得连一根针掉在地上都听得见!

可这回，江老师出去了，也没有别的老师在教室里管着我们，同学们便不约而同地说起话来，有的甚至在做自己的事情!(只有少数同学在认真听广播，本来也包括我)一开始，大家都挺认真的，只有几个人在说话。但才过了一会儿，说话声就越来越响了，甚至淹没了广播的声音!不说别人，就说我自己吧。刚开始，我和坐在后面的蒋莹莹。朱依洋做了两笔小买卖。然后就开始认真听广播了。可听着听着，就趴下了，就开始“光明正大”地做小动作了，就没有认真听广播了……

老师回来之后，第一几句话就是：“刚才的广播认真听了的同学站起来。”这时，教室里鸦雀无声，只有11个同学站起来。我想：我刚才只做了两次小买卖，能不能站起来呢?正想着，老师说：“这11位同学可以做自己的事情，坐着的同学，每人写一篇500字的说明。”我听了，安慰道：没事啦，不就是一篇五百字的说明吗?一会儿就写好了，急什么?可我又想：哎，我真可怜，要是刚刚不做买卖就好了，就不用写那五百字的说明了。江老师，我错了，请原谅!

**中考怎么约束自己作文范文10**

“我已经长大了，为什么还要处处管着我？”我朝妈妈喊者，随即“砰”地一声关上大门，将妈妈还来说出的话关在了门后。

如你所见，我和妈妈又一-次为一件琐碎的小事而吵得不可开交。今天是周末，我刚从补习班回家，想要看电视放松-一下，妈妈就走过来将电视关了，让我去写作业、背课文。我当然不乐意了，两人便开始了一场不可收拾的“战争”。不知从什么时候开始，我与妈妈的交流越来越少，取而代之是次又一次的争吵和不愉快。

伴随年龄的增长，我看待问题的角度和方法都与以前不一样了，也有了自己的认识。现在的我，从内心已经不愿意避从父母的约束，想要按自己的想法做事情，这就免不了要和父母争论。

唉！为什么他们就不了解我，为什么非要约束我呢？我心里想着这个向题，却始终得不得答案。

不知不觉，我走到了家门口的公园。公园里有许多小朋友在玩游戏，有放风筝的，有拍皮球的，还有一两岁的小朋友在大人的帮助下正在学走路。小朋友腰间系着一根绳子，另。头牵在爸爸妈妈手中，每当他们步伐不稳要摔倒时，爸爸妈妈就会收紧绳子将他们拉起来，减少学习过程中的伤害。就这样，他们在家长的呵护下，在绳子的约束下，勇敢的迈开自己的第一步、第二步，直至学会走路。

看到这，我仿佛突然明白了什么，原来，我们自己的探索是建立在父母约束的基础上的.，如若没有这些约束，我们也不会有勇气去迈出第一步，父母对我们的约束减少了我们在成长中的失误和伤害，给子我们探索未来的保障。再抬头看天空中飞翔的风筝，如果没有风筝线的约束，它们最终会失去\*衡落到地上，再也飞不起来。

我想，我已经找到了答案。手机在口袋里不停地振动，这就是幸福的约束啊。我飞快地跑回家，打开门，妈妈看见我，又开始不停的数落我：说你两句就出去，还不能说了是不是，你看看万一出去遇到什么危险怎么办？这么大的孩子，怎么一点话都不……这一次，我没有反驳，我知道，他们这都是为我们好，而一切争吵的原因，都在我们自己身上。“妈妈，我错了，我以后一定听你的话。”“啊？”妈妈被我的话弄得愣了一下，但随即又说，“每次承认错误都这么快，下次还犯一样的错误，不长记性，我才不相信你。快来！吃水果。”“哎，好嘞。”

成长的路上，父母总会给我们许多叮嘱和约束，但这些正好是促进我们健康成长的良药，没有了它们，我们的成长历程就是不完整的，有偏差的。这些，都是幸福的约束。

**中考怎么约束自己作文范文11**

每当我打开电脑时，看电视时，都会想到暑假里发生的一件事。

放假了，我对电脑的热情直线上升，简直是如痴如醉，每天都想玩游戏。一天，妈妈要上班了，她让我先认真写完今天的作业，然后再玩，只能玩半小时。我嘴里答应着：“你放心吧，我只玩半小时，我会认真写作业的”，心里却乐开了花：快走吧，走了我就自由啦。妈妈刚出门我就打开电脑，心想先玩半小时，再写作业吧。我打开电脑聚精会神地玩起游戏，早把时间丢在脑后，时间匆匆走过，而我却没有一点感觉，我正玩的津津有味，突然听到开门声，我大吃一惊，妈妈下班回来了，心想完了，赶紧关电脑，电脑还没关好，妈妈就站在我身后了，我颤颤巍巍地扭过头，“今天的作业做完了吗？”妈妈问。“我还没写呢，”我低着头小声说。妈妈的脸由晴转阴，气冲冲地问：“你玩了一上午？咱们可是咸菜腌豆腐——有言在先，写完作业再玩，只能玩半小时，你怎么能违背诺言呢？孔子说过：‘言必信，行必果，’你不知道吗？你以后要再不约束自己，就别碰电脑了。”看着平时不爱发火的妈妈怒气冲天，我一声不吭，灰溜溜地写作业去了。

是啊！让人着迷的游戏能占我一上午的时间，我要不约束自己，难道让它占我整个假期吗？我一定要自己约束自己，不能想干什么，就干什么。老师经常告诉我们：“小处不可随便，要养成良好的习惯，”我要养成习惯，时时处处约束自己，争当一名优秀的少先队员。

**中考怎么约束自己作文范文12**

欣赏是一门艺术，我们要欣赏多彩的生活，欣赏多姿的自然，欣赏永不言败的人生，欣赏在青春中熔炼出的生命或者欣赏寻求快意的心灵。欣赏自己，珍惜自己，发现自我的价值;学会欣赏他人，欣赏他人的优点，那是自我完美的借鉴。在欣赏中，我们能够得到快乐;在欣赏中，我们可以提高境界。

一个穷困潦倒的青年，流浪到巴黎，期望父亲的朋友能帮助自己找一份谋生的差事。“数学精通吗?”父亲的朋友问他。青年羞涩地摇头。“历史、地理怎么样?”青年还是不好意思地摇头。“那法律呢”青年窘迫地垂下头。“会计怎么样?”父亲的朋友接连地发问，青年都只能摇头告诉对方自己似乎一无所长，连丝毫的优点也找不出来。“那你先把自己的住址写下来吧，我总得帮你找一份事做呀。”青年羞愧地写下了自己的住址，急忙转身要走，却被父亲的朋友一把拉住：“年轻人，你的名字写得很漂亮嘛，这就是你的优点啊，你不应只满足找一份糊口的工作。”名字写好也算一个优点?青年在对方眼里看到了肯定的答案。数年后，青年果然写出了享誉世界的作品，他就是家喻户晓的法国18世纪著名作家大仲马。

生活如酒，或芳香，或浓烈，或馥郁，因为品尝，它才变得醇厚;生活如画，或明丽，或黯淡，或素雅，因为欣赏，它才变得美丽;生活如歌，或高亢，或低沉，或悲戚，因为聆听，它才变得悦耳。

用欣赏酿造生活吧!

**中考怎么约束自己作文范文13**

甲方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

经甲、乙双方共同协商，本着互惠互利、共同发展、遵纪守法、诚信\*等、互惠互利、双方共赢的原则，达成如下合作协议：

>一、合作项目：

1、工程名称

2、工程的具\*置：

陕西省安康市汉滨区、旬阳县境内，路段起自旬阳小河（k138+593），接在建的柞水至小河段高速公路，经桐木、茨沟、松坝、止于安康尹家营（k197+150）。

3、供应沥青材料要求

用量以乙方与陕西省交通建设集团公司按工程实际计划编制的沥青用量和正式使用通知书为准。品牌与质量以乙方与招标单位确定的材料品质为准。

>二、合作方式

（一）甲方

1.供给完成合作工程项目所需要的资金（具体款项待乙方中标后以甲乙双方签订的详细资金运作流程协议为准）

2.甲方负责将乙方购买的沥青从交货地铁路站运送到客户指定场地的公路地点。

（二）乙方

1、负责标书的编制、投标；

2、负责中标后外贸业务及报关、质检、铁路运输等相关事宜，以确保资源，为客户供给保质、保量、及时合格的服务。

（三）相关说明

乙方负责国际购销合同的实际操作，甲方对于国际购销合同所引起的一切后果不承担任何的法律职责。如出现不能按时按期交货或者是由于沥青的质量问题引起的违约职责，甲方不承担任何职责。

>三、合作期限

1、自本合同签订生效之日起至本合作项目材料供应期结束止。根据路面进度需要供应的具体供货期确定实际的供货期。

2、合作期限为年，即自\_\_\_\_\_\_年\_\_\_月\_\_\_日至\_\_\_\_\_\_年\_\_\_月\_\_\_日止。

（以上方式能够选择确定合作期限）

>四、合作项目管理机构

（一）部门名称、设置及人员

经双方协商同意，在乙方公司的办公地内设立小康工程项目组，场地由乙方供给，对双方合作的项目进行监督和财务管理。小康工程项目组由甲乙双方各指派人共同组成，部门负责人由甲方担任。

甲方的联系人及电话：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方的联系人及电话：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

（二）部门职责

1、在乙方设立一个专门共管的银行账户，用于本项目合作的财务往来。凡是与本项目有关的所有资金往来必须经过本账户并理解本共管部门的监督。

2、对本项目的财务往来进行严格审查，必须采用书面形式，并经甲乙双方签章认可才能作为财务往来凭证。

3、确保项目资金的安全，任何一方都不得以任何理由将本项目的专项资金用于合作项目无关的任何用途。

4、监督乙方在运营过程当中，严格按照标书合同中约定的时间结算款项并将款项在结算日后的3日内转入共管账户。

>五、双方的权利、义务

（一）甲方

1、甲方在乙方投标时供给三百万元的保证金，于\_\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日以现金其他方式支付给乙方。

2、保证将沥青从交货地铁路站运送到客户指定场地的公路地点的运输。

（二）乙方

1、按照招标文件的要求安排招标活动。中标后必须严格按照招标文件的规定取得相应的资质；

2、按照招标文件的规定购买货物，并办理外贸业务及其所有的相关事宜；

3、为甲方供给的资金投入供给有效的担保，确保甲方的资金安全。乙方的担保包括：

4、乙方中标后，使用每一笔资金以前，必须提前45日向甲方提出书面的资金使用计划书，以便甲方准备；

5、关于投标的报价和物资的采购价格，乙方均应向甲方通报，双方协商；

6、中标后，乙方在运营过程当中，应严格按照标书合同中约定的时间及时结算款项并将款型转入共管账户；

7、保障资金的正常回收，如由于客户的原因导致资金无法及时回款，引起的资金周转问题及造成的损失由乙方承担经济职责。

>六、合作利润的分配

1、经甲乙双方协商同意，项目工程完成以后，对项目毛利润的分配，甲方占80%，以方那个占20%。甲方向乙方供给劳务发票。

2、经甲乙双方协商同意，质量保证金的分担，甲方占2%，乙方占。

>七、违约职责

1、任何一方违反本协议，需赔偿守约方的经济损失，并支付违约金\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_万元；

2、如因乙方原因造成第三方损失的，由乙方承担职责；如因甲方原因造成第三方损失的，乙方无需承担职责；

3、因甲方资金不到位造成乙方对外无法开立信用证、缴纳关税及增值税时，全部损失由甲方承担；

4、因乙方原因造成无法对外开立信用证及其他情景发生时，造成的损失由乙方承担。

>八、争议解决

因履行本协议过程中发生争议时，双方首先应当友好协商解决、互谅互让。协商不成的，提交法院解决。

>九、合同解除及终止

1、因\*政策调整、战争、动乱、重大事故或自然灾害等不可抗力因素致使合同无法履行时，可解除协议，后续问题由双方协商解决。

2、因客观情景致使合同目的无法实现时，双方可协商变更原合作方式。协商期间，合同可中止执行。

3、乙方负责工程项目结算款的回收，在合同约定的回收期间以内，共管帐户内如果没有该笔款项入账，甲方有权中止该合同的履行，并由乙方承担中止期间给甲方造成的一切经济损失。

>十、其它问题

本协议自双方签章之日起生效。未尽事宜，双方可约定补充条款，补充条款视为本协议的组成部分。

本协议共份，甲乙双方各执份，具有同等法律效力。

甲方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

乙方：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

签订日期：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**中考怎么约束自己作文范文14**

自律，即自我约束。从大的方面说，它是一个群体的思想品质的体现；从小的方面来说，它是对一个人意志力的考验。

普罗图斯说过：“新主宰自己灵魂的人，将是永远被称为征服者的征服者。”勃朗宁也说：“一个人一旦打响了征服自我的战斗，他便是值得称道的人。”这些都是名人眼中的自律。

也许现在的我们还没有完全懂得自律的涵义，但它却时刻在我们身边，起着不可估量的作用。

美国有个心理学家曾做过这样一个实验，将一群小孩子放置在同一个房间里，并放上糖果，告诉他们等工作人员回来再吃，然后又用隐藏的摄像头观察他们，发现只有少部分孩子克服了糖果的诱惑，以后工作人员跟踪调查，发现没吃糖的孩子成人后在事业上大多都很成功，而吃了糖的那部分孩子很少有成就，并且失业率很高。

同学们，由此可见，自律是成功的基石。

尤其是物质生活日益发达的今天，面对各种各样的诱惑，我们稍不注意，就会陷入泥潭之中，难以自拔，作为高中生更是如此，羽翼未丰的我们做事前往往有欠考虑，对自己放任自流，最终酿成大错，悔之晚矣。

那么，如何学会自律呢？

首先要明辨是非，要知道什么是对的，什么是错的`，要从多方面来思考问题。不能被事物表象所迷惑，从而控制自己的私念和欲望。比如能不能在自习课上控制自己讲话的欲望，能不能在排队打饭时抛弃插队的想法，能不能在升旗时始终保持严肃的态度，这些都需要自律。

其次，自律行为跟顽强的意志力是分不开的，没有顽强意志力的支撑，自律只是一纸空文，也许你有了自律的意识，但行为表现的却与自律所要求的不相称。这时，就需要顽强的意志力作助推剂，将内心的意识变为行动。

再次，要从小事做起。自古以来，“律己”的人都是注重小节的，他们明白“千里之堤溃于蚁穴”的道理。如果让小的陋习任其发展，不加以控制，那么它就会像滚雪球一样越滚越大，最终造成严重后果。

最后，要经常反思。只有经常反省自己的过失，才会不断积累经验，更加严格要求自己。

同学们，自律是一扇窗子，打开它，你拥有的将不仅仅是窗外的风景，还有等待你的成功。

**中考怎么约束自己作文范文15**

幸福是清泉，是绿洲，是无私的付出，是生命对生命的惠泽。

——题记

树叶落尽的季节，我在冰凉的泥土里埋下了一粒玉米种子。在我用心挖好坑并准备把种子放入的时刻，爸爸说：“现在种下去是不会发芽的，等到春天再种吧!”我没有理会，固执地把种子放入并用泥土盖好。在爸爸无奈的目光中，我站起身，并在松软的泥土直踩了几脚。

别人都在春天播种吗?为什么我要和他们一样?有没有人曾试过在深秋的午后，开一处幽静的地方，种上一粒种子?那会是一种心情，一种与春风拂面时播种截然不同的心情!谁说埋下一粒种子，就一定要待它长出苗来?我只是想：那片春夏热闹过的土地，也许此时已很孤寂了吧!那么，将一粒种子种下去和它作伴，不是更好吗?

人们总是在给予的同时期待着，索要着，他们付出了就一定要求回报，他们太看重播种后收获丰收的喜悦心情，而忽略了播种那一刻的心情。大地是需要一粒种子埋入它的体内，只属于它自己。我懂——因为我也是孤寂的。只是，谁来懂我?走了很远后回头，发现爸爸还站在原处，呆呆地。我明白自己刚才的态度深深地伤害了爸爸，可他却没有责怪。只是想刻意地去忘记，忘记昨天、明天、后天，忘记自己，忘记一切!

入冬后的不久，我已淡忘了那一粒被我固执埋没的种孔子。直到春天的那一抹绿意悄悄爬上枝头，爸爸催我去浇水。浇水?我一脸迷惘。爸爸笑着说：“你去年秋天不是种了一粒种子吗?是该浇水了。”我终于记起了深秋的那一幕。

突然有一天爸爸告诉我种子发芽了!对于父亲的话我毫无反应。爸爸拉我出门，我跟在他身后，懒懒地挪动着脚步。站定后，我真的看到一株嫩绿的幼苗在风中冲我微笑。

我是想微笑的，可我的眼眶终于没有囚住沸腾的泪水。望着身边的爸爸，我哭了，彻底地哭了。

那一刻，我明白原来自己并不孤寂!

那一刻，我明白什么叫做幸福!

只是，他并不知道，那粒种子是从煮熟的玉米上掰下来的，并不可能发芽!

真正的幸福正如此，愈深愈无声。天地间每一个角落都传递着幸福的信息，它让我们感悟到：幸福的世界真好!

**中考怎么约束自己作文范文16**

小时候，总感觉妈妈对我的约束是一种痛苦，每次，妈妈管这管那，我就想，什么时候能自己做自己的主人呢？什么时候能有自由呢？

那年暑假，不知天高地厚的我，参加绘画考试，本是胸有成竹，却落得一败涂地。心中的自信被一丝丝抽走：当时我不听妈妈的劝告，执意要报名，后来，妈妈告诉我，既然报了，就要全力以赴，可是，我却觉得自己已经够厉害了，根本没有好好准备。最终，失利！接着，因为一心二用，我在课外班的竞赛又失利，我的心，彻底跌入寒冷的冰窟，从此一蹶不振。而一向严厉的母亲，这次不但没有批评我，反而安慰我，使我有点惭愧的同时，又进行了反思：绘画和竞赛的时间几乎是同时，妈妈说我会顾了这头却顾不了那头，我却觉得妈妈对我的约束太多，也是她不相信我的表现，所以，一意孤行，可最终，如妈妈所料，两次考试都失利了。

有了这次经验，我开始听从妈妈对我的约束，接下来，马上又要钢琴比赛了。清晨，妈妈叫我起床唱谱子、练指法，如果是以前，我肯定会抱怨妈妈扰我清梦，可现在，我却感受到有妈妈催促的幸福；夕阳西下，我和我的琴融为一体，手指在琴键上飞速的跳跃、滑翔，不知疲倦的、一遍遍弹奏那几首相同的曲目，静下来，我愧疚于自己以前对妈妈的指责，埋怨妈妈不给我留空闲的时间，如今想来，这岂不是妈妈对我的幸福的约束吗？

比赛悄然而至，我静静地坐在琴边，轻抚着琴键，当第一个音符开始跳跃，琴声在大殿上响起，时而舒缓如流泉，时而急越如飞瀑，时而清脆如珠落玉盘，时而低回如呢喃细语……音符之上，我仿佛看到妈妈坐在我的身边，提醒我注意手法，注意表情……那些提醒如今都成了一种幸福的约束！

比赛结束，我站在领奖台上，手捧奖杯，幸福的笑容永远定格在了相机中。

母亲的约束，让我站在了舞台的中央，感谢母亲，感谢您对我幸福的约束！

——合伙约束协议书3篇

**中考怎么约束自己作文范文17**

骄阳似火，外婆家门前的河金光闪闪。我走到河边的阴凉处，贪婪地享受着夏日的凉爽。

“囡囡不要到河边去哦。”一个熟悉的声音从身后传来，我猛地转身，却什么也没有。蝉鸣阵阵，将我的思绪从脑海中扯出，飘向远方。

小时候，我是家里最调皮的，总喜欢做一些大人不让我做的事。每每回到外婆家，他们总要嘱咐我好几遍不要去河边玩。我虽然嘴上答应，心里却早已打好小算盘了。等大人们都进屋聊天，我就一个人悄悄溜出来，体验玩水的快乐。

而这时，身后便会传来一句“囡囡不要到河边去哦。”我转过身，发现外公坐着轮椅看着我。计划又泡汤了!我悻悻地推着外公回屋，感觉自己失去了“自由”。

几年前的一个夏天，外公走了。即使我离那条小河再近，也听不到那句限制我“自由”的话了。我似乎自由了，可我却并没有感到开心。

思绪还未断，随着河流缓缓向前。奶奶是个特别爱管闲事的老太太，\*日里没事就爱来我家串门。她每次来都会带一些吃的，也不管我爱不爱吃。进屋后，她就开始发表她的长篇大论。她讲的内容，无非就是邻里间的一些琐事。父母不在家时，我会打开电脑玩，奶奶一看到就会苦口婆心地对我说：“对眼睛不好，电脑要少玩。”我只好乖乖地关掉，心里却很不服气。

直到那天，奶奶不慎摔了一跤，在医院呆了一段时间，和往常一样，我打开电脑，却少了奶奶的那句话。望向门口，奶奶的身影一直没有出现。我有些失落，连玩的兴致也消失得无影无踪。这是我要的“自由”吗?

“如果地球失去了引力，我就会变成流星，无依无附地天宇中飘行。”

“为了拒绝这种‘自由’，我愿变成一段树根，深深地扎进地层。”我愿变成一段树根，深深地扎进爱的地层。

我宁愿享受幸福的约束，也不愿独自无依无附。

**中考怎么约束自己作文范文18**

清晨的阳光倾泻在他胖乎乎的小手上，他摇晃着身子，小手在黑白键上随意移动，脚掌在地上一起一落，谁都不知道他在弹些什么。他似乎很陶醉似的紧闭双眼，微抿小嘴，哼唱着一些毫不搭调的曲子，满脸的欢喜。

他是我的表弟，一个对音乐一窍不通的小男孩，每每坐到我的琴前，都会表现出一副音乐家的姿态，在琴键上尽情挥洒他对于音乐的热爱。

曾几何时，我也像他一样，秉承着一份热情，投入一项爱好，无法自拔。我会在一张画纸上，倾泻小小的情绪，尽管画工十分浅薄;我会在动听的乐曲里，不由自主地歌唱，尽管嗓音不那么嘹亮;我会用相机，用心记录下沿途所见的风景，尽管技术并不精湛……我想，人生在世，何必在意那些细枝末节，学会在平淡如水的生活中，用双手扬起朵朵浪花，寻找生活的情趣，抓住逝去的光阴里的每一个小空隙。会玩，才好。喜欢约上三两个好友，登上高高的山顶，在天宇下放声歌唱。在山顶上歌唱，脑袋是空空的，心是明朗的。当自己的歌声从那方的山传回时，心是飘飘的，飘出了躯壳，飘到了天上，与浮云做伴，与天宇相栖。唱到漫天繁星，唱到街灯通明，唱到耐不住山风的料峭时，我们才舍得离去。

喜欢背上吉他，去到远方的原野，与轻风流水应和。弹自己最爱的曲子，想自己最想念的朋友：她在那边还好吗，她是否过得快乐呢?喜欢周杰伦的《枫》中的“缓缓飘落的枫叶像思念，我点燃烛光温暖岁末的秋天”，然而我的思念就像那绵绵不断的轻风，像那缓缓而过的流水。我多想用自己仅会的几首曲子，来温暖自己心灵的秋天。

喜欢到小城的美食街上，去寻找不一样的风味。油泼辣子淌在软糯白嫩的面条上“滋滋”作响，一清二白三红四绿的拉面也别具风味。当晶莹剔透的凉皮弹入双唇时，酷爽的炎夏又多了一分韵味。尝的是油盐酱醋茶，品的是生活的酸甜苦辣咸。喜欢在夕阳的余晖里，捧上一本最爱的书，缅怀又一天的逝去。感谢东坡先生教会我，要一直保持“仰天大笑出门去”的乐观旷达;感谢青莲居士教会我，要在平淡无奇的生活中追寻浪漫;感谢易安居士教会我，要在逆境中学会抗争……还喜欢《简·爱》中女主人公的人格独立，喜欢《红楼梦》中林妹妹的“腹有诗书气自华”，喜欢《追风筝的人》中哈桑的虔诚善良……

这些感人的书，这些不平凡的人物，伴我走过美好的青葱岁月。感谢，感恩。

会玩，才好。在生活中会玩，在玩中学会生活。在繁忙的生活中学会自我排解，用一颗向上的心去感知生活的美好，才能够活得舒服，活得有意义。那么，玩起来吧，给生活加点分。

**中考怎么约束自己作文范文19**

这个假期给我的童年增添了无限的乐趣。最令我难忘的就是去游泳的那段时光。

每天，游泳池总是热闹非凡。游泳池里有活泼可爱的小朋友，有充满活力的青年人，还有身板硬朗的老年人……每个人的脸上都挂着笑容。最令我佩服的就是一个70多岁的老爷爷。他每次来到游泳池，活动活动后，就开始游泳，一口气就游上十几二十个来回。上岸时，根本看不出那老爷爷游泳累的痕迹，让许多年轻人佩服得五体投地。

我和表弟刚下水，一股水的香味扑面而来。表弟提议：“我们在水里比赛闭气，看谁在水里呆的时间长，好不好?”“好呀!”我胸有成竹地说(因为我经常练)。说比就比，戴好潜水镜，“一，二，三!”我们深吸了一口气，便一起把头埋到水里去。过了一会儿，呀!我快憋不住了!我心里默默念着：忍住!忍住!这时，我看见表弟起来了，好耶!我赢了!我连忙把头抬起来。我骄傲地对表弟说：“怎么样，我厉害吧!”看着表弟那垂头丧气的样子，我的心里别提有多高兴了。我们还练了一个绝招呢──在水底打坐。刚开始，表弟提议道：“我们来练练在水里打坐吧!”“不!这样不好玩儿，还是在水底打坐吧!”“好哇!好哇!”表弟高兴地喊到。一开始，我先让表弟把我踩到水底之后我再开始打坐。往下沉的时候，我有些忍不住了，便吐了些气出来。就在我吐出气之后，我沉得更快了。

我从水里起来后想：要不然我试试在水里把气都吐出来可能就会自己往下沉了。想着我便又下水去了。在水里，我连忙把气全都吐了出来，过了好一会儿，我真的自己沉到水底去了。到水面上的时候我想：我既然能在水里吐气，何不试试先把气吐完了再下水呢。想着，我就先把气全吐了出来，便又马上下水去了。我一下水，这次沉得更加快了。我借着前边沉到水底的经验终于能在水中自如地打坐了。好耶!我成功了!后来我们还认识了一个伯伯，我们又比在水中闭气，最后还是我赢了，哪个伯伯第二，表弟第三，我真开心呀!最后，我们要走了，我们还是依依不舍的，真想就一直呆在游泳池里玩了。

那段时间我们玩得真开心呀!

**中考怎么约束自己作文范文20**

光彩夺目的珍珠，是贝壳束缚后的晶莹；轻盈动人的舞姿，是节拍定格的下的惊艳；荡气回肠的诗篇，是韵律限制的洒脱。人生路上，勇于自律才能笃定前行，并最终抵达理想的彼岸。

曾经的我们，自由而又无拘无束，如今踏上高四的我们，若一味的追求自由，那只会坠入深渊，万劫不复。我们都怀揣着梦想，但仰望星空的同时还需要脚踏实地，端正学习态度，摒弃不良学习习惯，学会自律，学会约束自我，最终化茧成蝶，实现展翅的梦想。

高中时的我，不懂的约束自己，在家要爸妈监督，在家要老师监督，在高考冲刺的最后100天，我甚至还利用晚自习的时间和同桌促膝长谈。高考结束后，爸妈来接我，在车上我是一边流泪一边央求爸妈同意我来复读。爸妈的条件很明确：我要做的第一件事情，就是学会约束自我。

正如诗人顾城面对流星无依无附在天宇飘行的自由时的呐喊，“我愿意变成一段树根，深深地扎进地层”。毋庸置疑，一旦陷入没有约束的自由，我们所崇尚的将成为无法挣脱的枷锁。在未来的`一年中，看似限制了我们的自由的如茧般的种种约束，倘若我们能正确认识并加以利用，往往能让我们走得更踏实稳健，并最终破茧而出，完\*生的蜕变，在展翅高飞的一刹那震撼世界。

“一片树林里分出两条路，而我选择了人迹罕至的一条，从此决定了我一生的道路”美国诗人弗罗斯特曾说。勇于自我约束的人也许注定孤独，但也更加笃定，也许前方不是一片光明，而是荆棘密布，也许路旁不是一片喝彩，而是一片唏嘘。但是，我们依然懂得辩证的看待自由，理智地止步于失控的自由，才能够静下心来在相对有效的束缚中去发展自己。

面对花红柳绿的世界，我们用最初的梦想约束自我，而对时而来袭的懈怠，我们用无处不在的竞争约束松散；以榆树精心做茧，坚信化蛹成蝶的那一天终将来临，而我们，必将在人生的万里晴空中展翅飞翔！

**中考怎么约束自己作文范文21**

人在生活中总是会遇到一些无法预料的危险，这个时候，就要学会自我保护。小时候的一次经历，让我至今心有余悸。

今天家里没人，于是我便到附近的街上走走。今天天气真好，天湛蓝湛蓝的，阳光柔和地洒在我的脸上，连天上的小鸟都是那么的亲切可爱。可是在我的眼睛的余光扫到一个身影的时候，这美好的一切瞬间崩塌了。只见那个人正在向我走来，我顿时头皮发麻。

那个人就是我们这一带经常出没的坏人，大人们劝我们不要靠近他。他经常像个大叔叔一样靠近我们这些小朋友，听说他还会拧下人的头呢！因为从没有人见过他说话，只会发出“啊”的声音，所以我们称他为“哑巴”。一想到这，我的鸡皮疙瘩都掉了一地。

Oh my god！他过来了，而且还向我招手！先不管那么多了，三十六计，走为上计！

我先绕过隔着两条路的街口，再跑回原点。哈哈，哑巴一定以为我去了最近的那一条街吧。正在我暗暗高兴之余，哑巴又出现了，我心中一惊，他怎么没上当？！看来，这个哑巴不简单呐。不行，要赶紧想出B方案！我先是跑到菜市口，制造我进了菜市的假象，再穿过店铺的后门逃脱，这样，哑巴一定会傻乎乎地进菜市去吧？如果他再出现，那我可真是黔驴技穷了。不过这次一定能摆脱！很好，一切按计划进行。我乐滋滋地出了后门，心中暗暗想：哇哈哈，我太机智了！可是，我还没来得及高兴一会，哑巴就又出现了。不会吧，他见人太多，干脆就守在菜市门口了！只见他要过来了，我的脑袋360度飞速旋转，忽然想起老师教过我们的一个方法。我当机立断看向人群，随后装出惊喜的表情，大喊：“爸爸！”哑巴一听，信以为真，灰溜溜地落荒而逃了。

想要在危险中学会自我保护，生活中的积累也是必不可少的呢。

——学会自我欣赏优秀作文3篇

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！