# 战胜挫折的作文500字 战胜挫折的作文素材(4篇)

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2025-04-07

*战胜挫折的作文500字 战胜挫折的作文素材一一匹马，当它还是小马驹时被拴在木桩上，挣脱无望后再也不反抗，一直到成了高大的马也没想过要挣脱，因而农夫用小小的木桩便能束缚它，可见人生中的挫折就如那木桩，你不战胜它便被它束缚，所以我们要战胜挫折。...*

**战胜挫折的作文500字 战胜挫折的作文素材一**

一匹马，当它还是小马驹时被拴在木桩上，挣脱无望后再也不反抗，一直到成了高大的马也没想过要挣脱，因而农夫用小小的木桩便能束缚它，可见人生中的挫折就如那木桩，你不战胜它便被它束缚，所以我们要战胜挫折。

战胜挫折是成功的关键。

成功的花，当你惊羡它的美丽时你却忽略了那背后的的汗水与泪水，那是不断战胜挫折的结果。

邰丽华，一个失聪的女子。逆境中她战胜挫折，毅然奋起，用手臂勾勒人性的高洁，于无声处展现生命的顽强，其所主演的《千手观音》的成功，向人们诠释了这样一个道理：战胜挫折是成功的关键。

战胜挫折还是幸福生活的开始。

生活就像一团麻，总有着难解的结。然而，战胜挫折，便会让我们豁然开朗，就像走过荆棘终会有康庄大道，登上山顶眼前便是鸥翔鱼游的水天一色。战胜挫折，为我们开启幸福之门。

塔克拉马干的一个村庄，沙漠中的干旱让他们的生活和生产用水十分困难，然而人们执着地去战胜这个挫折。终于有一天人们发现，有一种网像蜘蛛网一样能吸水，于是他们制造集水网，解决了困难，过上了幸福的生活。

战胜挫折更是人生的意义所在。

中华历史上，文王拘而演《周易》；仲尼厄而着《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；丘丑矢明，厥有《国语》……这一部部绝世之作的诞生无不昭示着战胜挫折的精神，古圣先贤因战胜挫折而着成千古文章，彪炳史册，为我们诠释了人生的意义。

黄舸，一个四肢无力的孩子，每天都与死神赛跑，跋山涉水，万里迢迢，他战胜着病魔的挫折去感谢他人，他的生命宛如丢弃的蜡烛，别人点亮它，它就为别人点燃希望。他残缺的生命也闪耀出最绚丽的火花，让世人动容，他因战胜挫折而实现了人生的意义。

繁华三千，转瞬既逝，我们无需辗转留连，只要勇于战胜挫折，阴郁的日子过后，不屈的生命会带给我们天空的尉蓝，馈赠我们花开的希望。

战胜挫折，为生命插上翅膀。

心不能死。

**战胜挫折的作文500字 战胜挫折的作文素材二**

“九十一九十二……九十九，一百……”窗外，一个稚嫩悦耳的童音用欢快的调子数着数。什么事啊，我好奇地向窗外看了看。吸，是两个八九岁的小女孩儿在跳绳，绳子飞舞着，女孩儿的动作和谐而又老练，跳得真棒!

“我八九岁时与她们真不能比!”我暗暗地想，记忆的闸门一下子打开了。

幼年，我体弱多病，不爱动，而且沉默寡言。上小学二三年级，还不会跳绳，看其他孩子跳绳不但熟练还能翻花样，我真羡慕。一次，我鼓足勇气，向一个领头的女孩儿要求参加她们的跳绳行列，但是她白了我两服，尖刻地说：“哼，什么都不会的笨蛋，谁跟你玩儿!”我一下子呆了，泪水顿时淌了下来。

那个白眼和那句尖刻的话深深刺痛了我。“我不是笨蛋!我的成绩比你们谁都好!我一定要学会跳绳，跳得比你们都好!我不是笨蛋，不是!”我的心里愤怒地喊起来。

可是，当我把我的誓言付诸行动时，我才知道，这并不是一件容易事!

从没碰过绳子，拿起绳子竟不知如何摆手!手脚不协调，不是手快了，就是脚慢了，而且从小缺少锻炼，跳了几下就腿酸胳膊痛。我一屁股坐在地上，把绳子扔得远远的，泪水又不争气地流了下米。

“你是什么都不会的笨蛋!什么都不会的笨蛋!笨蛋!”那声音又一次在我耳边响起，那么刺耳!

“不，我不是!”我一下子蹦了起来，飞快地跑去捡起绳子。我改变了“战略”，不再急于求成，先把绳子舞到脚前，停一下，再蹦过去，这样一下又一下，渐渐地有些连贯了。后来，我能较快地跳过一只脚，直到多少次后，忽然我两只脚都跳过去了，我简直不敢相信我的眼睛，看了又看，那绳子的确乖乖躺在我两只脚的后面!是两只脚，不是一只!“跳过去了!”我高兴地又叫又跳，把绳子扔上了天空，我抬头望天，天蔚蓝蔚蓝的，还飘着丝丝缕缕的白云。（初中作文）

当然，以后我越跳越好，当我娴熟地舞着绳子，在那些女孩儿们面前跳绳子时，她们惊讶地张大了嘴，简直要把我吞下去!

窗外，女孩儿还在欢快地跳着，我不由得想，人生充满成功和失败、平坦与崎岖。而处理人生的种种事件，就像做一道加减乘除的运算。我八九岁时做对了一道除法，把困难和失败除去，得到成功的喜悦。它永远告诉我，遇到困难，不能退步，勇敢面对它，永不放弃!

**战胜挫折的作文500字 战胜挫折的作文素材三**

我们常常互相祝福：“祝您一路顺风!”其实仔细想想，在现实生活中，一帆风顺的时候并不多，倒常常是困境比顺境多，成功比失败多，但是为了成功，我们必须鼓起勇气来面对挫折。

一个人，总有一定的目标，也许这一辈子都在为这个目标而奔跑着。可是奔跑的路并不平坦，即使是期望很平静的生活，但有时，还会让你摔跤，或许还会受伤--这就是挫折。逆境虽然让人痛苦，但是在你鼓起勇气克服以后，它将成为你的一个成就，因为我们每经历一点挫折就会在人生的道路上多一份克服困难的知识。

在挫折面前不要退缩，要懂得有勇气去面对它，克服它。

勇气是战胜挫折赢得成功的第一秘诀。

著名的科学家爱因斯坦上小学的时候，有一次上劳动课，同学们都交了自己的作品，唯独只有爱因斯坦没有交，第二天，他才送来一只做得很丑陋的小板凳。老师很不满意的说：“我想，世界上不会有比这更糟糕的板凳了……”爱因斯坦说：“有的。”它不慌不忙地从课桌下面拿出两只小板凳，举起左手的小板：“这是我第一次做的。”又举起右手的小板凳说：“这是我第二次做得……刚才交的是我第三次做得。虽然不能使人满意，但总比这两只强一些。”

爱因斯坦带着勇气与信心用行动证明了他战胜了一次又一次的挫折才做出了第三条比以前像样的板凳。

莎士比亚曾经说过：“勇气在磨炼中生长的。”是的，只有在多次的挫折中才能练就出你的勇气，因为拥有勇气面对挫折就是战胜挫折的有力法宝。

大家应该都知道小泽征尔是世界著名的指挥家。在一次世界优秀指挥大赛中，它按照评委会给的乐谱指挥演奏，敏锐地发现了不和谐的声音。起初，他以为是乐队演奏的错误，就停下来重新指挥演奏，但还是不对。它认为是乐谱有问题。这时，在场的作曲家和评委会的人士坚决说乐谱没有问题，是他错了。

面对众多的音乐大师和人士，它再三思考，最后它斩钉截铁地大声说：“不!一定是乐谱错了!”话音刚落，评委席上的评委们立刻站起来，报以热烈的掌声，祝贺它大赛夺冠。原来，这是评委们精心设计的“圈套”，以此来检验指挥家在发现乐谱错误并遭到人士“否定”时，能否坚持自己的正确主张。前面两位参加决赛的指挥家虽然也发现了错误，但终附和的意见而淘汰。小泽征尔却因充满勇气，摘取了世界指挥家大赛的桂冠。

成功的人并非不会犯错误，但是他们勇于正视错误，并以此位借鉴，更进一步。

遭遇挫折，不应放大痛苦。擦一擦额头上的汗，拭一拭眼中欲滴的泪，鼓起勇气，继续前进吧!相信总有一天你会看见蓝蓝的天，白白的云，青青的草，你嘴角还会有甜甜的微笑……

面对挫折，你要把握机会，仔细品尝挫折带来的人生感悟，并且抬起头，鼓起勇气去战胜挫

**战胜挫折的作文500字 战胜挫折的作文素材四**

“天生我材，先别怨沧桑，弱小身躯斗志顽强。坚持也许能滴水石穿，就像蚂蚁一样，逆境之中更不能绝望，强者强在执着梦想。”每当哼起这首歌，心中总会有无数感慨：生命如歌，生命是美好的，但同时，生命也少不了坎坷和挫折，他们是对一个合格的生命的考验，也是人们在成长过程中的必需品，我们需要挫折，更需要面对挫折的良好心态。

失败了的人说：“挫折是一把锋利无比的剑，在我不经意的时候击败我，然而，面对它我只能默默地哭泣。”

软弱的人说：“挫折是一座座高山，挡在我的面前，我多次攀爬，却让我失去信心，然而，面对他，我只能在原地哀叹。”

当遇到挫折时，我们会抱怨上天对我们是那么不公，会把自己失败的责任全都指向身边的人，却不会想想自身的原因。“哭泣”“哀叹”这样真的对吗？

很显然，这是很不正确的选择。还记得那个中国达人秀总冠军刘伟吗？在他十岁时命运跟他开了一个大玩笑：他因触电让他永远的失去了双臂。我想，如果我是他，我一定会哭泣、会哀叹、会萎靡不振。然而他并没有这样，通过努力，他在武汉举行的全国残疾人游泳锦标赛上获得了两金一银，但命运好像并不满足对他的考验，刘伟因体能消耗过度而免疫力下降，再继续的剧烈运动会导致他有患上白血病的可能。但他并没有向命运屈服，他开始为自己从小埋在心底的钢琴梦想而拼搏，但在他报名参加音乐学校后，遭到音乐学校拒绝和学校校长的侮辱与歧视，校长说他的加入只会影响校容，但坚强的他没有因此沉沦，他对音乐学校校长说：“谢谢你能这么歧视我，迟早有一天我会让你看，我没有手也能弹钢琴！”

就是这样一位平凡而又不简单的人，让他最终登上了维也纳金色大厅的舞台，那是多少人梦寐以求的地方啊，但他做到了，命运不断地考验他，折磨他，他依然做到了。看到他的故事，我们还有什么资格说上天对我们是多么的不公，还有什么资格把责任指向我们身边的那些帮助关爱我们的人。

所以我们要积极地挑战挫折，面对挫折，战胜挫折，一个没有战胜过挫折的“成功者”不能算成功过，在我看来失败、挫折不算什么，只要带上微笑，带着希望，再次出发，再次前进，一切困难便迎刃而解。我们要记住：人生是一趟没有返程车票的旅途，自己选择的路跪着都要走完。让我们不断勇敢的战胜挫折，扬起生命之帆吧！

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！