# 名师点评高三省质检语文数学试卷[大全5篇]

来源：网络 作者：落花人独立 更新时间：2025-03-12

*第一篇：名师点评高三省质检语文数学试卷名师点评高三省质检语文数学试卷2024年福建高三省质检考试8日开考，因命题思路和题型分值最接近高考，故省质检试卷又被称为高考“风向标”。今年省质检语文、数学试卷有何特点?福州三中等校高三的一线老师对试...*

**第一篇：名师点评高三省质检语文数学试卷**

名师点评高三省质检语文数学试卷

2024年福建高三省质检考试8日开考，因命题思路和题型分值最接近高考，故省质检试卷又被称为高考“风向标”。今年省质检语文、数学试卷有何特点?福州三中等校高三的一线老师对试卷进行点评，并给考生下一阶段的复习提出建议。

文科数学

新题不难，难题不怪

福州三中高三文科数学集备组组长林珍芳认为，文科数学试卷以主干知识为载体，注重常规思想、通性通法的考查，试题题型配置合理，立意新颖，入口容易，新题不难，难题不怪，不同层次的学生都能充分展现自己的能力。题目亲切，梯度明显。选择题前10题和填空题前3题着重考查基础知识、基本技能，解答题基本上是一题多问，每一小问也均从易到难，处处给足基本分。

题目设问新颖，稳中求活。比如第12题利用新定义考查了数学阅读理解和数学自然语言、图形语言、符号语言的转化;第18题(II)借助侧面展开图求边长，考查了空间想象能力;第19题(II)读懂题意，并能根据频率直方图和概率知识分析处理数据;第20题(II)利用平行四边形对角线互相平分的性质得到点的坐标间的关系，突出了“多思少算”的命题原则;第21题(II)是解三角形的应用题，强调了知识的综合性，透过多种解题方法和解题工具的恰当选择，考查了学生思维的深刻性。

下阶段的复习，林珍芳老师建议考生做到以下几点：

重点复习，查缺补漏。对照《考试说明》，确保没有知识盲点。对前几次模拟考试的试题进行分类梳理、整合，强化联系，形成知识网络结构。

查找错题，对症下药。强化“卡片式”学习，把原来那些记录的错题、难题再次拿出来练一练。

回归课本，强化通性通法。考生要回归课本，浓缩所学的知识，夯实基础，熟练掌握解题的通性通法，提高解题速度。有的题型立意新颖，情景对考生来说是陌生的，但解题的手段是基本的，它考查的是通性通法。

规范解答，避免运算失误。掌握各类常见题型的规范表达模式，避免“会而不全，对而不全”。

理科数学

平淡中考基础，变化中考能力

福州三中高三理科数学集备组组长林风老师认为，省质检理科数学试卷重在基础、中规中矩、主干突出、稳中有变。

选择填空题起点较低，大部分较为常见、通俗，解答题的16题、17题、18题这3道题是熟悉的题型和问题，只要考生基础扎实，应当可以拿到较高的分数，当然选择题、填空题的最后一个小题，以及19题(2)、20题(3)都是试卷的一个“坎”，有一定的难度和挑战，由此可以较好地体现试卷的区分度。

不少题目提供了多种不同的解决方案，好的方案解题效率就高;有些题目看似思路简单，却很见功底，比如19题(2)研究直线与椭圆的位置关系就是解析几何最为常见最为直接的处理方法，不少学生怕算、怕烦或者追求新奇、特殊的解法，导致失误和失败。

试卷在稳定中求变化，有几个题目都是亮点，如10题、14题、18题、19题、20题(2)等，在新的问题情境下、在新的知识架构下，考查考生思维的灵活性、思想的深刻度以及运用数学思想方法解题的能力，也是能否取得高分的一个分水岭。

从考场的情况看，有些学生计算不过关，导致失误，如19题的吸烟问题，题目不难，没有复杂的建模过程，可惜有些同学由于审题和计算问题未能拿到满分;18题(2)的立体几何，考生没有选好坐标系导致计算量增加、失误率增加;还有些同学怕新、怕算、怕繁，对10题、14题、19题等题的解答有畏难退缩和放弃的现象，这些问题都必须引起注意。

林风老师认为，下一阶段复习要增加信心、找好方向、提高效率。

基础是根本，成也基础，败也基础，这是考试的不二定律，考生要回归课本，温故知新，查缺补漏，规范答题，只有这样才能以不变应万变。

加强应试实战训练，专项训练、专题训练、整卷演练应当做到合理适度有效，不贪多不求难，注意总结经验、强调解后反思、关注归纳提升，立足拿满基础分，拿足中档分，力争拿到更高分，切忌追求“新、难、怪”，尽量减少失误丢分、格式丢分、计算丢分，增强信心，以最好的状态迎战高考。

**第二篇：高三语文下学期省质检作文选粹**

高三语文下学期省质检作文选粹

心中有杆秤

有位哲人说过，人生最大的智慧，就是能权衡轻重。

然而，心中的天秤，往往会随外在事物的变化而有所倾斜，能否不被外物所役，能否正确地取舍，能否不违背自己的心来应对外界成为我们选择好人生坐标，摆正天秤的关键。水性云自静，石中本无声。庄子的天秤一向倾斜于保持自己内心的本真和纯洁的。“吾宁曳尾于涂”，面对楚王的邀请，他这么说。宁作一棵守着月亮的孤独的树，而不愿混于世俗的污浊之中，庄子的天秤，是智慧地秤量名利与本真的天秤。

华佗若在世，未比华益慰。在我们现实生活中。出现过这样一位有名的外科医生：他技术精湛，医德崇高，他患有脊椎病，却能为患者坚持手术九小时，他只为了帮农民患者省下昂贵的医药费而采用费时的手工操作。他直到被检查出患有晚期胃癌还一直坚持为患者做手术，甚至到去世的最后一刻都不忘让家人寻找一位留下存折给他的病人。他洁身自好，不留遗憾。华益慰的心中的天秤，是一座有关他人与自己、责任与奉献、道德和利益的天秤。“没有王百姓的身系一线，就没有老百姓的安家乐业。”王百姓，一位排爆工人，已有一万多次把性命系在一根导火线上。一万次地排爆工作，一万次的艰难抉择，王百姓仍义无反顾地坚持下来。他用一条生命来赌一万次生死，用一条生命来换几万人的生命。他知道，一万次的排爆工作意味着妻子的一万个不眠之夜，几万人的心在一刹间间吊到了嗓子眼。王百姓的天秤，是一架用生命来秤量生命，用大责任来秤量一切的沉重的天秤。

心中的天秤，如果是倾斜于个人的利益的，它只能和鸿毛一样的轻，但如果是架在他人与自己的利益的抉择，个人与国家之上的，它则是沉重的，也是伟大的。

天秤的倾斜可以衡量出一个人的价值取向，可以秤出一个人内心的重量与人格的高度。用我们的心来衡量一切事物，做到准确地取舍，让我们的行为无愧于国家，无愧于他人，无愧于自己。

心中有杆秤

抽刀断水，是最无奈的神话；举杯销愁，是最动情的悲歌。感动于“不知近水花先发，疑是冰消雪未融”的玄妙；倾心于“一川烟草，满城风絮，梅子黄时雨”的飘愁；沉浸于“细看来，不是扬花，点点是离人泪”的哀怨„„细细想来，那些缱绻于心的情愫，只因心中有杆秤！

心中有杆秤，我称出了岳飞那颗“精忠报国”的心的分量，用南宋国民渴望安宁的哀怨的眼神作秤砣，用一腔热血，满腹仇情作秤杆，称盘里装的是满满的爱国之情。当那杆秤在我心中平衡的时候，我仿佛看到了挥毫泼墨，书写《满江红》的岳将军，那是一个柔骨硬汉„„只因心中的杆秤，我明白了爱国的力量！

心中有杆秤，我称出了林秀贞----一位平凡普通却能感动中国的普通农妇的善良的重量。她用自己微薄的力量让全村的孤寡老人老有所养，用近半生的精力尽心服侍照顾了村中的孤寡。她是一个普通的农妇，却能让九洲为之动容！当那杆秤在我心中平衡的时候，我仿佛看到了细心为老人梳洗，耐心喂老人吃饭的林秀贞，仿佛听到了那朴质的笑声中无尽的善良！只因心中有杆秤，我懂得了善良的厚实与沉重！

心中有杆秤，我称出了史铁生坚强信念的重量。他坐在轮椅上，心与地坛作伴，坚强地面对人生。横祸夺去了他的双腿，年轻气盛的他也想过轻生，也想过放弃„„但最后坚强的信念支撑着他在轮椅上恣意地书写自己的人生，与地坛为伴，“闲看庭前花开花落，漫随天外云卷云舒”，淡定且自如。当那杆秤在我心中平衡的时候，我仿佛看到了挥笔疾书，埋头写作的史铁生，仿佛看到了坐着轮椅，伴着地坛，看着夕阳的的影子。只因心中有杆秤，我幡然醒悟：坚强是最重要的秤砣！

心中的这把秤，还让我懂得了很多很多：诚信、勇敢、谦虚、无畏„„也让我用这杆秤充实了自我，丰富了人生！

就让那些缱绻于心的情愫飞扬起来吧！用心中的这杆秤称出美好的未来！

心中有杆秤

生活是一次无法回避的航行。于命运的风浪中起伏不定时，能保证我们不致颠覆的，是心中的那杆秤。它称量着人心，也称量我们的命运。

人心有杆秤，便意味着生命有了自己的坐标，意味着不至于漫漫长夜中迷失方向。柯罗，这位惜时如金的执著画家，一生生活难以自理。如孩童般的天真，让他于人世繁杂中失去自己的重心。只是，他在画布上永远不会迷失，一种激荡着生命活力的新鲜感从他的画笔上渲泻直下。孩童般的天真，使他迷失于世，却成为了他创作中的精准的杆称，让他得以精准地丈量他眼中这奇美的世界。心中的杆秤，以心为砝码，称量一切。岂止柯罗，每一个要坚定迈进之人，都需有自己的精准之秤。

秤之精准，源于人心。托尔斯泰以心秤量出了世间真正的幸福----“与大自然一起，看着她，和她谈话”。如此质朴而奇美，这，亦是托尔斯泰的轻盈的，可以高飞的心。他以心中的公义，指斥罪恶、虚伪，让一生中生命的热情燃烧激荡。心中的秤让他拒绝一切不义，拒绝屠格涅夫的虚荣，拒绝妻子的安逸。也许一生动荡，他死后简单的坟冢，或许才最能安放他圣洁的、公正的心。

《淮南子》言：“见一叶落，而知岁将暮；睹瓶中之冰，而知天下之寒。”有了一柄心中的准秤，便有了窥视人生的慧眼。也许阴云可以暂时遮蔽双眼，它决不会长久遮蔽人们的心。陈水扁以“铁汉柔情”的作秀赢得了选票，却以无能而腐败的作为失去了人民的心。他忘了人心的杆秤，他失去了自己的砝码，失去了自己的位置与尊严。心中无杆秤，何尝不是一种悲哀。因为，失去了心之衡准，失去了人生公义，人便不再会感动，而只会沦为虚空的躯壳或被欲望填充的傀儡。风萧萧而起，吹开历史的画卷，“当仁不让”的孔子，不食周粟的伯夷，心如磁针的文天祥以一种恪守公义的伟大为世人铭记；秦桧、慈禧、汪精卫却因价值的沦丧而成为历史之河上腐朽的船舸。

人心的秤，便不致成为良心与利益之间的种摆，于是，人便可将自己的心刻于苍穹，去无畏地让自己的灵魂飞舞。

心中有杆秤

轻轻扫拂着覆盖在心房上的薄薄尘埃，幽幽地打开心的透亮的水晶盒，让那精灵般跃动的火焰来照亮我们心中的杆秤，看它倾斜于哪边？

----前言舟摇摇以轻飏，风飘飘而吹衣，他在一片晨曦雾霭之中醒悟着悟以往之不谏，犹如来者之可知，樊笼的富贵岂能让自由飞翔的小鸟甘心折断双翼，戴上了银造的枷锁？

不会的，因为此时的他----陶渊明心中的杆秤已经倾斜了“云无心以出岫，鸟倦飞而知返”，于是他醉倒在南山的菊香里；

“壮士饥餐胡虏肉，笑谈渴饮匈奴血”，这种的凌云壮志却被昏庸的皇帝的十二道金牌招回，然而他并没自暴自弃，因为他心中的杆秤已经倾斜向“精忠报国，铁骨铮铮”的精神，于是他喊出了“待明日，收拾旧山河，朝天阙。”

……

人一来到这纷繁的世界里，他就要承受着来自各方面的压力，然而人的生命就像一个容器，它的体积是顶先固定好，里面有意义的东西多了，我们心中的杆秤同样有自己测量范围，因此我们应该让他倾向于有意义的东西----

读懂了靖节先生，让我懂得在纷扰、喧嚣的社会里，我心中的杆秤应倾向“独守一方的心灵净土”；

读懂了岳飞，让我懂得作为一个中国人，我心中的杆秤应倾向“精忠报国，铁骨铮铮”。……

历史在没有铺满鲜花的地毯，在没有震耳欲聋的掌声中落下帷幕，此时人们已进了一个纷繁的社会中，那就让我们敲开现代生活大门，注视着它：

“平时作战敢舍身，平时能忘我沙场带兵无悔无愧，把守国门有骨有节”这有谁能做到呢？

有，他就是丁晓兵，因为他懂得用心中杆秤去衡量权利、光耀、鲜花等，于是他做到。“生于忧患，以自强不息创就人生传奇，逝于安乐，以赤诚赢得生身后名。”这又有谁能做到？

有，他就是霍英东，因为他懂得用心中的杆秤去衡量财富与赤诚之心，所以他做到了。……

面对这喧嚣的社会生活，让我们永生守候着我们心中的杆秤，让它倾向于有意义的东西，使我们心灵中的焰火永远跳跃着。

心中有杆秤

有人说：“世上没有两片相同的树叶。”同样的，造物主也不会创造两个从肉体到灵魂都无异的人。每个人心中都有一杆测量自己生命的秤。一个成熟的人，理应了解自己生命的重量，用这杆心灵之秤去洞悉生命存在的全部价值。

奋斗者心中的秤，称出的是生命的深度。对一个奋斗者而言，生命，就是一曲壮美的交响乐。托尔斯泰说：“生命，不是由时间，而是由深度去衡量的。”为了理想，奋斗者们全力以赴，满身伤痛，也决不退缩。《老人与海》中的桑提亚哥，独自一人在狂暴的海上与鲨群搏斗。即使带回的只是一具骨架，但也已无声地向世人证明了：什么才是硬汉。海明威借他向世人宣告了：“人的肉体可以被打败，但意志永不屈服！”这就是奋斗者心中的秤。

诗人心中的秤，称出了生命的色彩。对诗人而言，生命的过程是一种唯美的哀伤，一种悲剧的消亡。泰戈尔说：“使生如夏花之绚烂，死若秋叶之静美。”生命之于诗人，便如一颗闪亮的流星，划过天际，瞬间完美的释放，便归于永恒的静寂。生命之于诗人，更像一种羁绊。当海子躺在山海关的铁轨上时，他已决意放弃生命而达到灵魂的永生。他做到了！《春天，十个海子全部复活》。诗人心中的秤，称出了生命全部的绚烂。

隐者心中的秤，丈量的是生命的广度。对他们而言，生命，就是一种修炼的境界。他们走出人群而思索人生，净化灵魂，不断地追寻生活的意义，如司马迁所言：“究天人之际。”将灵魂融入自然，追求于人合一的境界。这是一种博大的生命。庄子化身大鹏，追求“逍遥游”。老子骑着青牛，西出函谷。梭罗隐居瓦尔登湖，独自深寻社会与人生的奥义。斯宾诺

沙把身体藏进阁楼，却用灵魂去叩问上帝的存在。隐者心中的秤，丈量出生命的广博、大气、高远。

人，是会思考的动物。把这杆深藏心中的秤拿出来，称量一下生命，每个人都有所不同。然而，如此之多的不同背后，隐藏着生命的奥义。走进你自己的内心，拷问你自己的心灵，才能完善人格，使生命之花更美地开放。

别尘封了那杆秤。

心中有杆秤

既然本非在秤盘上讨生活的俗物，又何需借别人的秤砣来衡量自己呢？

----题记

有一颗衡量之心，正如心中有杆秤，衡量往事，惦量未知的将来，在生命的长河中，使自己不断超越生命的极限，绽放生命的光彩，实属难能可贵。

古之立大事者，不惟的超世之才，亦必要坚忍不拔之志。把自己心中的种种失意却又不乏激情通过诗词表达出来，衡量自己，苏轼做到了，“大江东去浪淘尽，千古风流人物”多么豪情四溢啊，东坡居士面对赤壁，面对着曾经是一个英雄迭出的时代，他审视自己，衡量自己，艰难地往上爬。心中的秤已平衡了，不再为官场的失意而左右摇晃，不再为仕途的不顺而上下起伏不定，是赤壁给了苏轼永不枯竭的豪情，是赤壁沉淀了苏轼的不屈，是赤壁承载了苏轼的崛起，历史记住了赤壁，记住了苏轼，记住了他心中那杆永不动摇的秤。

成功的花儿，人们只惊慕他现时的明艳，然后当初的芽儿，已浸透了奋斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨。流放伊犁，不仅未能使林则徐倒下，反而给了他平衡心中的那杆秤，尽显英雄的本色，林则徐的精彩之处，不仅在于他能国难当头，挺身而出；不仅在于他身居高位时身先士卒，拥护百姓；也不仅在于他广东禁烟，虎门销烟等惊世之举，而在于，他在被贬伊犁后遭到苦难与厄运时，人格和灵魂中依旧保持固有的那杆伟大与高尚的平衡之秤，使得他最本质、最精彩、最深刻的精神内涵以显现。

在二三十年的思考中，反复反省中，巴金老爷爷时时刻刻不忘那十年，在《随感录》中，他常常反省自己来告诫别人，常常剖析自己，衡量那已受到严重创作的心，使人们警戒那痛苦的十年，不能让它再度重演。他已找到了心中的秤，那是属于他自己的灵魂之秤，它衡量着、添加，平衡，再添加，又平衡，如始反反复复，既看清了自己，也惦量了自己。他不愧为那些靠心灵而伟大的人。

不管苏轼，还是林则徐，或是巴金，每个人心中都有自己的秤。要做真正的自己，而不是对生活的俗物，做生活的奴隶，心中要有一杆处处衡量自己的秤，使自己不断完善，不断超越，去寻觅属于自己的空间。

心中有杆秤，称出自己，活得精彩。

**第三篇：高三省质检作文优秀**

高三省质检作文优秀范文

平平淡淡才是真

安度日日夜夜不过反反复复又何妨？ 历经年年岁岁方知平平淡淡才是真。

——题记

即将毕业的我对于一些有关大学的新闻最近是敏感得非常了。所以当一名著名大学的研究生选择了跳楼轻生，这则新闻被曝光后我着实地被震惊了一下。原因虽尚未确定，但有其同学推测可能是因为无法忍受过于单调机械且压抑的研究生生活便选择了放弃生命。

不禁想起了与这研究生有些“殊途同归”的曾经的“富士康十余连跳”的民工们。似乎“生活机械呆板”在如今已成了不可被逾越的困难了。但我认为，“重复”的“单调”，也许反而应该是生活的，本来滋味。

重复的单调生活，给你以沉淀的时空。当代的著名女学者、作家刘瑜曾说过，“一个人，要活得像一支军队。”这是她在回忆自己早期留学生涯时的感慨——当时的她，生活也是枯燥无趣的“三点一线”，日复一日。但她认为正是那段“远离了一切有趣的事物”的日子，让她有能力获得与自己对话，从自己日复一日的平凡生活里寻觅个人意义的机会。村上春树也曾套用过一句“每把剃须刀都有它的哲学（茨威格语）”来阐释“不论多么平凡的事物，在它的重复之中自能表现出自身的智慧”。这样的人生之道，我想只有愿意品味日复一日的平凡生活的人，能够体味了吧。

繁复多彩的生活看似是炫目夺人，多滋多味的，但实际上它却会使你劳神累形，难以平静。总能听到当下许多年轻人们一边抱怨着“活着太累！”一边又孜孜不倦地追赶着他们所谓的“潮流”，每月一换发型，随季节更换“风格”。他们仿佛不知疲倦地追逐着四时不同的热点并以此为乐。借用一句王尔德的嘲讽便是：“潮流大概是最愚蠢的东西了，否则为什么它们总活不过三个月呢？”而这种“与时俱进”不仅让人们心神交瘁，也使得囊中荷包为了这一个“新”字，空空荡荡。

重复单调的“日复一日”，仿佛总给人一种“蹉跎岁月”的错觉，殊不知这“将一日重复至一生”的生活态度，绝不是那“做一日和尚撞一日钟”的得过且过。曾有一个理论是这样的：任何一件事，重复三万小时，都能使人成功。这里努力勤奋固不可少，更重要的却是那安于“机械”的反复的态度。回头看那个可惜的生命，如果他能选择坚守机械平淡的生活，发生这种悲剧的可能是否会少一些？他成材的可能是否会多一些？

一年有365日，我不求这365日是不同的日子，只希望我能在这365次重复的一日中，发现生活，最为平淡而真实的滋味。

参预”生命

晋朝高人庾浩和当朝丞相挑灯论玄理，座下两学者并丞相随员，皆无从“参预”。终了，一学者说他虽不能言，却颇有所得；顾见随员，“似母狗馨”，早已蔫在那里。

这便是过日子和过光阴的区别。身在心不在，再有趣的事情，也只供消磨；身驰而神往，才能体味生命的况味。因此有人“只过一天，重复三百多次”；他没有“参预”，何以感受每天不同之趣？古语“天不生仲尼，万古如长夜”；细细想来，每日都如长夜，岂不似“母狗”日复一日晒太阳一般索然无味？要每天活得各自精彩，非全心“参预”不可。

康德在自己的小镇中度过一生，每天出入作息，从无更变；外人看他，就像一台旧钟那样乏味刻板；可他那等身的大作中，没有一页的老调重弹，只有像人类思想边缘的“一往参诣”；那些合理却超乎想象的道德论述，瞬间使人相信——他每天的生活是不一样的，生活的姿色决不在形，在其内里，在不断的“参预”和前行。当陈景润结束了小屋枯燥的演算生活时，徐迟说满屋满街的稿纸就像雪山顶上飘下的雪片一样。相信相比刚握起笔的陈景润，这时的他一定尝过了从山脚攀山峰巅的滋味，一定也看着不同的“风景”，过着不同色彩的日子。

所以单调的外形里可能是缤纷的岁月，而貌似光鲜的日子未必“表里如一”。以前一位大师和支道林争“理”，支道林名声太响，大师便交待弟子找到支公，“如此如此”与之辩驳。弟子诣支公，遂将老师言辞，尽悉背诵以辩，支公怒道：“汝何故受寄于人！”这位弟子看似口若悬河，实则做了别人的传声筒；我们不也曾做着“复制成功”的大梦，看似活得日日迥异，实而只是日日模仿？乔布斯每天的对镜自问，问的就是“我还愿不愿做即将去做的事”；对于他，每天“过别人的生活”，必将湮没“自己的声音”；灵魂一旦失声，活得不同便是妄想。因而他宁愿天天对镜自照，就像柏拉图天天甩手臂，每一次，都是全新的灵魂荡涤。

这样的生命，还“似母狗馨”吗？

可是就曾有个以写诗为生命添彩的工人，从富士康工厂跳下；当他落地时，“半个地球就是龙华镇”。他曾想摆脱作为“机械手”的日子，但走不脱“龙华镇”，于是选择了悲壮。鲁迅曾“愿中国青年都摆脱冷气，只是向上走，不必听自暴自弃者流的话”；如果摆脱不了“冷气”，就只好再摆入自我束缚的陷阱，若不做“自暴自弃者流”，便免不了与命定之规限冲撞，成为舍命之狂徒。唯一的解法只有“向上走”。抱怨自己太老、无法四处旅游的贝多芬，便用对曲式和内涵的再度突破，辟人声交响之鸿蒙，使老诗歌震颤癫狂，让世人又领略了一把百变乐圣的动人魅力。为了让自己不停滞在“一个日子”里，就得确认自己一直向前走。

“天不生仲尼，万古如长夜；天又生我们，长夜才复旦。”挣出停滞单调的牢笼，必当自强不息；追求心神之蜕变，生命才能破茧成蝶。想每天活得不同的人，就要走离“冷气”，抖擞精神“一往参诣”；“母狗馨”无以复旦，为生命着色只能靠自己。

**第四篇：2024省质检语文作文**

2024省质检考场类文选 重复昨日，挣脱旧我

目今个性自由、人生体验的呼声越来越高，更多的人们开始追问：要怎样才能把每一天过得不一样？ 康德曾说：“我的人生要穷尽一切可能。”许多人误解了这句话，在对简单重复生活的恐惧中，选择了对现实的逃离。于是网络上“说走就走的旅行”备受追捧。然而真正付诸行动的人，也多未能找到自己追寻的答案。更有甚者，由此陷入游戏人生的怪圈中不可自拔。究其本源，他们的谬误在于未能准确把握住“不一样”的真正内涵。康德所言不假。然而推衍至今，职场的束缚与生活的安稳皆不许人躲避重复的日程，去追寻以日为单位迭代的人生体验。这就意味着人无可避免要重复昨日，而为了“不一样”，我们只能挣脱旧我。何谓“挣脱旧我”？《世说新语》中殷浩的淡然对答犹新：“我与我周旋良久，宁作我。”这便是不甘于单调生活的自我在重重外在羁锁下选择蜕变。每一日都于学识、于德行有所进益，便每一日都达成了一次成长，体验了新的人生。

曼德拉在狱中的生活无疑比你我更为枯燥，千篇一律。但在铁窗之中，他未曾停止与自我的对话，每日每夜地追问与自省，终由一个激进的暴力主义者涅磐为一个谦和的伟大领袖。这便是重复昨日但又不同于昨日的最佳明证，也是社会分工细化的现世中我们唯一的选择，即挣脱旧我，以新的面目迎接每一天。

然而知易行难。纵使深味了这个道理，许多人仍在与旧我苦苦缠斗，大抵是惰性与未知的恐惧作祟。

挣脱旧我，往往等价于抓住新的机遇，在人生旅途中开辟未有过的一片天地。开源总是需要汗水甚至泪水的。于是人们将此视为畏途，留恋于已知世界的安逸。然而如弃医从文的鲁迅，弃航空工程而习哲学的维特根斯坦，他们正是克服了根植于己的惰性，才发现了新的沃土，有所成就。

至于对未知的恐惧，更是大可不必。铭记艾略特的箴言：“探索的终点将是开始时的起点。”每一天对新的可能、新的自我的探求，必将让我们带着“又是不一样的一天”的满足开启新的一天。探究未知并无坏处，何况未知本身不也正是我们所苦寻的“不一样”吗？ 弘一法师说：“执象而求，咫尺千里。”我们当认清生活的真正奥义，不拒绝重复昨日，而避免重复自己。

理性对待重复与变化

尼采说：“每一个不曾起舞的日子，都是对生命的辜负。”然而，我们是选择固定不变的舞步，还是每天换一个花样？仁者见仁，智者见智，只要挑的好，皆值得肯定。

为什么有的人喜爱每天不同的生活？而又为什么有的人偏好日复一日的重复？追本溯源，无论是重复还是变化。皆由内心指引。富于变化的生活能充实内心，扩展阅历，使得人生加入跌宕的元素，而貌似单调的背后，重复的生活亦能够增厚精神的河床，使得人生多一份辛勤的沉淀，关键的问题是，我们于何时何地选择何种合适的方式，当众生幡然醒悟之际，美美与共的大同世界将会为我们洞开一扇光明的大门。

卢梭说：“人生而自由，却无往不在枷锁之中。”诚然，我们拥有选择生活的自由，在生活之中却屡受限制。如果这限制禁锢了自己追求梦想的脚步，使得我们的生命在日复一日的庸常中消磨殆尽，我们为什么不选择打破枷锁，去追求丰富的人生？三毛旅行于撒哈拉，在每天都不一样的生活中得到了属于自己的美好；纪德苦于单调乏味的生活，在远行之后发觉了自己生命的价值„„有些人的人生之所以精彩，是因为他们拥有锐意进取的勇气，使得那些甘于被束缚而得过且过者自惭形秽。

可值得一提的是，选择丰富的生活并不意味着非得每天尝试新花样，有些人于重复之中亦能使得人生得以丰富。泰勒斯于每日一针一线的缝补之中体悟到人生的哲学，西西弗斯更是在每天不断推动巨石的过程中领略了生活的真谛。一如维特根斯坦所言：“我不愿在云端跳舞，我只愿贴着地面步行。”在脚踏实地之中，将一件事情努力做到最好，亦能为人生之大厦添砖加瓦，使得心灵拔节成长。

令人遗憾的是，如今的人们在重复于变化中找不到平衡点，甚至偏出了人情理法的基准线。整天游荡不务正业者有之，不思进取机械度日者有之，他们失去了对生活的思考，成为了精神的奴隶。要避免这些人的出现，我们理应在理性方面做加法，在盲目方面做减法，把握好重复和变化的加减辩证法。在庸常中选择变化，于我们追求的生活中选择重复。以变化的思想解决问题，以重复的心态将本业精益求精，亦非大乐哉？

在重复与变化的支点上，愿我们能够理性看待，活出真正属于自己的美好人生。

让每一天都不同

上天让每个人都平等的拥有了等价的财富——时间，但是不同的人活出了不同的价值，或是单调重复，或是各有不同，诚如三毛所言，我要在有限的时空里，过无限广大的日子。我们唯有在相同的时空中找准自己的坐标，不断进去，让每天都不同，才能让人生精彩纷呈。也许有人认为，每天都一样的过并没有错，你看释迦牟尼佛每日在菩提树下坐禅，仍能等到灵光一现的顿悟。柏拉图听信苏格拉底，日日重复回首动作，最终成为一代哲学大师。是的，每日重复的思索，看似单调无聊，实则是对内心敬畏之情的维护，一种信仰的坚持，对于内

心追求的不离不弃，不是盲目追寻表面的苟同，而是维护内心最遥远的梦想。

然而纵使每一天的重复会使你熟能生巧，但重复并非不加思考的机械化重复。人们说，超人尼采一生都在思考，难道他会一生只追问一个问题？卖油翁技艺娴熟，难道他每日也仅仅是为了应付工作而敷衍了事？中国美术中早有“无画史纵横习气”一说，纵然顾恺之阎立本技艺再超群，但是一味的描摹场景，只会遮蔽心灵，使得他们在绘画艺术上难以建立直视

心灵的美的次序，只是画匠而难成画师，难以突破自我，提升境界。

因而，我们需要在百态人生中寻找突破，让美丽人生充满不尽相同的精彩。爱因斯坦和普朗克作为二十世纪杰出科学大师，却能从繁琐的科学实验中享受音乐魅力，让人生的标签不被科学事业限制。褚时健86岁还在规划人生新鲜事。纵然生活“飘风不终日，骤雨不终朝”老人仍能在对世界的好奇中，体味百态人生。

然而让每一日都不同的呼吁，并不是邯郸学步般的盲目，诚如香港媒体人梁文道所言，浮躁是这个时代的集体病症，反观当下，大学生一毕业便处处跳槽，满脑风险评估，处世鸵鸟哲学。盲目的跟随时代，而守不住内心的灯塔，只会让年轻人于俗世的裹挟中，失去定见，扰乱思维，成为每日疲于奔命的机器人。为他人的想法捆绑，最后抱怨一生惨淡了无生意。故而，人生的精彩需要我们在相同的重复中思考进去，在不同的行事中追求梦想，同样一个民族的生长需要如康德，一边仰望星空，一边坚守道德律，在世俗面前重申信仰，在时代进步中寻求突破，如此，人生方能拥有不同的质量，民族才能有独立的脊梁。

重寻生活之美

晴明海日，有人看到波澜不惊的无聊，有人陶醉于潮生日落的壮阔，心境的不同，取决于观赏者是否有寻找美的主动。人生亦然。现实或许一地鸡毛，日日都如电影回放般的活于意料之中，用审美的眼光端详，或许能在最绝望的等待中，邂逅最美丽的惊喜。

如米兰昆德拉所说，若生命的每一秒钟都在机械的重复，那么我们便如耶稣被钉于十字架。

然而，谁年轻的时候不曾渴望最遥远的梦想，对远方充满憧憬？之所以在岁月的淘洗中，有的人演绎出一年365种精彩，有的人沦为一年的重复，便在于后者在现实中逐渐输掉了天寒地冻路远马亡的坚持，于是，在困难面前，雄心淡忘于岁月，梦想相忘于江湖，人生沦为平庸，再无审美可言。高觉新对未来的美好蓝图便在封建礼教的淫威面前一败涂地，从此按部就班地走向傀儡的人生。

因此，为了重寻生活之美，我们首先需要的是一种从温水煮青蛙的现实中突围的勇气。毛姆笔下的查尔斯，在满地六便士的裹挟中，毅然选择了奔赴远方，绘画追梦。他逃离了厨师生活给他带来的无谓重复，他的人生在这一刻开启了转调之后的新篇章。可以看到，突围是找寻自己过去的执着，逃离是为了给审美找一个出发点。固然，没有一点追求和期待的人生，何以侈谈精彩？无独有偶，梭罗重新定义人生，在天地辽阔的地平线旁找到物我合一的真谛。张爱玲远走海外，在除却喧闹后重拾生命的华美和孤独。审美的人生，以梦想为奠基，以自我为底色。

现代人或许不能彻底与现实决裂，也不能跳脱尘世超然物外，然而，重寻生命之美，也不是不可能。我们需要的是发现之眼，宁静之心，与现实拉开一定距离，再以高蹈出尘的目光来端详，今日雨夜，谁还有一份闲敲棋子落灯花的悠然自得，而非埋头于手机电脑逼仄的屏幕？今日书信，谁还能舍弃即时通信的便利，品味尺素背后鸿雁长飞光不度的幽怨温情？我们一边感叹现代科技的势如破竹，却不知是我们自己拱手让出生命之美，让一年的365天如晶体堆叠般的机械，索然无味。

重寻生活之美，花开花落，云卷云舒，皆是风光，留心生活，在某个呼吸从容的瞬间，澄澈新生便永恒降临.

**第五篇：名师点评**

【名师点评】

这篇文章，开门见山，题目首先点明了整篇文章的立意：想对妈妈说的话。

小作者选举了一个非常经典的事例——父母给孩子额外增加作业。相信这个事例会引起许多中小学生的共鸣。“我想对妈妈说，别太操心啦！别把你的期望全压在我的身上，时代不同啦！生活在进步，人类的文明也在进步，请您多给我一点空间，让我们用心去沟通吧！让您做我的大朋友，走进我的世界，我会永远是您的乖女儿的！”这一段话，小作者表明了自己的内心想法：渴望自由，希望远离压力。但在事情的表达过程中，没有充分描写自己的内心感受，而是在后面几段中抒发感受，这种写法比较新颖，但大多数读者接受不了，可能会给作文的质量减分。

可以试着给文章换一个题目，避免俗套。或者，换一个事例，一个读者闻所未闻的事例，这样，会起到画龙点睛的作用，给整篇文章加分！

点评】一个刚刚考入高中的女孩子，在即将告别亲人离开家园开始新生活的时候，会有怎样的心情，会想些什么、做些什么，许多过来人都有切身体验。杨扬同学用寻常的材料不寻常的写法真实地记录了当时的感情经历，也向读者献上了一道精美的文化小炒。

本文运用以“抑”代“扬”的奇特手法，最典型的材料是母亲不会做菜，“从不下厨”，这个有贬低形象之嫌的材料先后用了两次，前者让“也肿了眼睛”的母亲在厨房里用“不熟悉的叮叮当当”表达对女儿的深爱，后者用“要学会自己做饭给自己吃”表达女儿对妈妈的关心和牵挂。“抑”字当头，“扬”也就在其中了。

点评：开头用排比、反问的修辞手法引出要写的对象，结尾又用排比、比喻的修辞手法进行总结，体现出妈妈对自己无微不至的爱，很好。但是对妈妈外貌地描写没有抓住特点，很泛。表现妈妈的爱的事件，选择的也不够典型。而且第三段整个过程的叙述都是通过两个人物的对话完成的，对话不够精炼，跟主题没关的话太多。小作者还需要继续努力。

 ：

点评：可以说这是一篇内心独白，笔者内心渴望飞出母亲的牢笼，渴望自由飞翔，渴望看看外面的世界。笔者的心情可以理解，对母亲的爱这是一种“爱的束缚”，作者借手中之笔抒发自己的内心感受，可以让自己的母亲来看看，肯定会受到震撼。

点评： 小作者以饱含深情的笔触叙述了妈妈在生活和学习上对自己的关心和爱护。是的，母爱说不尽，道不完，“谁言寸草心，报得三春晖”。整篇文章语言流畅，感情真挚，让每一位读者在品读的时候都深深感受到了这伟大而又无私的母爱。懂事的小作者能写出这样感人肺腑的文章，老师真的是非常欣慰。如此懂事的孩子，这般伟大的母亲，你们之间一定还有着许许多多的不平凡的故事吧？

名师点评：这篇作文是我们小作者写给妈妈的心里话。小作者在这篇作文中，把自己对妈妈的希望和要求讲述得具体清楚，希望小作者的妈妈能够认真对待。我们学习写作的一个重要目的，就是能够把自己的所思所想表达出来，和别人进行沟通，小作者在这个方面做得非常好，而且我也认为小作者的希望和要求，都是非常合情合理的。作文在上传中出现了一点问题，所以作文的开头好象是丢失了一句话。“书的海里”改成“书的海洋里”。“可是老师说过，该学习的时候就学习，该玩的时候就玩这就话”应该是“可是老师说过，„该学习的时候学习，该玩的时候就玩‟这句话”。“做错是”应该是“做错事”。“心平气和的坐下来”应该是“心平气和地坐下来”，“坐”是动词，前面一般使用“地”。“当我失望是”应该是“当我失望时”。“逼我补习各种补习班”改成“逼我参加各种补习班”。

名师点评

作文很感人，小作者在文中为我们深情地介绍了一件发生在妈妈身上的故事。通过这件小事，我们了解到了作者妈妈对作者的爱。天底下每个母亲都是那么无私，读完小作者的作文，老师想到了现在很多的孩子不理解自己的父母，经常和他们顶撞，实在很不应该。作者就不一样了，对自己的母亲很谅解，是一个难得的好孩子。作文的描述形象生动，很不错，继续努力！

名师点评：文章写得很有感情，充分表达了自己对老师的敬爱，全文虽短，但写得不错。有一点小建议是：老师不只是一个，所以句中“您”最好改为“你们”。相信小作者的老师看到这篇文章也一定十分开心，关键是小作者要努力学习，争取优良的成绩，来报答父母和老师了，小作者加油呀！（学乐中国特聘教师：林耀基老师

名师点评：对妈妈的感恩，我们做什么都觉得不够，对吗？文章生动地说出了小作者想跟妈妈说的话，表达了对妈妈的真挚的节日祝福。“母亲的爱比山还要高，比海还要深”，这句话引用得很好，不仅体现了母爱的伟大，而且也表达了小作者内心的真实感受。洗脚的行为很富有感恩的理 名师点评：

小作者以饱含深情的笔触叙述了妈妈在生活和学习上对自己的关心和爱护。是的，母爱说不尽，道不完，“谁言寸草心，报得三春晖”。整篇文章语言流畅，感情真挚，让每一位读者在品读的时候都深深感受到了这伟大而又无私的母爱。懂事的小作者能写出这样感人肺腑的文章，老师真的是非常欣慰。如此懂事的孩子，这般伟大的母亲，你们之间一定还有着许许多多的不平凡的故事吧？

①真实 ②语言诚恳 ③一件事写得具体生动④大量运用优美词语⑤语言、动作、神态描写细致

四、自评习作板书存在问题：

1、心里话说不清楚

2、病句多（用词不当、语句啰嗦）

3、不会围绕一个意思表达

4、心理活动描写时间贫乏、平淡。

名师点评：

原来小作者也是一位小小的追星者，但是是一位可爱且理性的追星者哦。小作者的文章感情充分，充满了对韩庚哥哥的喜爱以及崇拜。小作者在最开始就点明了会认识韩庚哥哥的原因以及自己会那么崇拜韩庚的原因。小作者对韩庚哥哥在韩国的发展经历写的很具体且生动，让读者不禁对韩庚的坚强精神感到敬佩。最后写到了小作者对韩庚哥哥的美好祝福以及自己并没有因为喜欢哥哥而导致学习退步，这样的小作者是位合格的追星者哦。

总而言之，小作者的这篇文章写的不错，主次分明，主题明确，情感充分，这是很好的优点哦，希望小作者能继续保持。

点评：

文章语言质朴，叙事条理，感情真挚，字里行间透露着真情，孩子的心声表露直白，人物形象刻画鲜明。无意中看了孩子的文章，我哭了。没想到在孩子眼中妈妈如此暴力！细想想，儿子的空间极狭窄，多数的时间被我无情的剥夺，我很自责。看了孩子的心声表达，我想对孩子说；孩子，对不起，妈妈用错了爱你的方式，妈妈一定会把属于你的自由的空间还给你。

点评：通过对人物神态、动作、心理、语言的描写，小作者从内心呼唤自己在学习上所承受的压力，同时也说出了所有青少年的心声，值得所有家长和老师深思。

点评：看了你的心里话，妈妈很高兴，知道你已经长大了、懂事了。记得上一年级时，你每天写作业的时候都要妈妈陪着才写作业。现在你知道妈妈每天也很辛苦，你就自己主动地完成作业，有时还帮助妈妈做一些力所能及的事情。你的每一点进步妈妈都看在眼里，喜在心里。妈妈相信你以后一定是一个优秀的男子汉。

老师评论：你能自觉改正缺点，很好，但是，文章写得有点平淡，有能力吧文章写好，我相信你。下一篇文章，希望你尽最大努力去写，让老师看到一篇生动的文章，好吗？

点评

作者以抒情的方式，记叙了母亲给予自己的无私关怀和真切期待，同时也表达了自己对母亲的由衷感激和深爱。文章主题鲜明，感情真挚，意味深长。语言充满诗情画意，可见作者驾驭语言的功力深厚

点评：小作者文笔流畅，感情真挚！虽从生活和学习中选取了两件平凡的小事，但却把一位对孩子关怀备至、费尽心思的母亲跃然纸上，让我们看到母爱的伟大、无私；让我们感受到母亲的关怀对孩子的成长是那么令人难以忘怀！

名师点评：小作者在文中写出了自己要对妈妈说的一些心里话，小作者在文中讲述了妈妈教育自己、鼓励自己的事，然后表达了对妈妈的感谢和爱，字里行间都流露出了小作者的真情。文章的主题明确，语言朴实自然，写得不错。不过小作者要注意下，在列举多个人或事物的时候要使用顿号。“如：洗袜子，洗碗，”改为“如：洗袜子、洗碗。”“如：做饭，洗衣服，还会做几个小菜呢！”改为“如：做饭、洗衣服，还会做几个小菜呢！”“不过我也知道这样不对，”改为“不过我也知道这样不对，”（

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！