

高中周记暑假生活 高中实习周记高中周记 (汇总9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

高中周记暑假生活篇一

2月19日，我在开始了实习教师的生涯。一个多月的实习，我受益匪浅。

实习内容主要是语文教学、班主任工作，此外，还有其他的一些工作。既然是实习教师，语文教学自然是重点。

我实习的班级xxxx班，是一个很优秀的班级，他们的语文老师，也就是我的指导老师同时还是校长办公室的主任，颇受关注，他们使用的又是我所不熟悉的新教材，这些都让我颇感压力，因为我作为他们的实习老师，总是要给他们上课的。怎样才能上好课，怎样才能教好他们，正是我面临的一个重要而又迫切的问题。

思考之后，我决定先从指导老师的上课风格入手。既然指导老师教的这么成功，学习他的方法、吸收他的经验自然是一条捷径。实习开始的两周，我便专心听指导老师的课，揣摩他的教学风格。指导老师也很负责，很热心地告诉我怎么听课，在课堂上如何观察学生，如何针对不同的情况作出适当的反应，从而提高教学效果。总的来说呢，指导老师的教学风格是把课堂话语权交给学生，用他的话说就是一节课能让所有的学生都在听都能听明白都能学到东西，这堂课就算成功了。

至于如何把话语权交给学生，主要就是采用教师点拨法，即设问析疑。所谓设问析疑，是教师首先由一篇课文的切入口入手提出问题，然后引导学生回答、分析疑问并由此转入另一问题，最后把学生引导到预定的教学目标中。通过这种设问析疑，在加上适当的讨论，某些课文再结合文体特点，采用品味法、朗读法进行教学。法国教育学家第惠多斯说过：教学的艺术不在于传授本领，而在于激励、唤醒、鼓舞。那么，怎么去激励、唤醒、鼓舞听课者呢？让他们参与课堂，给予他们更多的机会，惟有这样，学生才会更加的融入课堂，惟有这样，学生的语文水平才会有所提高。

设问析疑无疑是一个较好保证学生参与课堂的一种的教学模式。经过多次实践，我发现这种教学模式有颇多好处，具体的说有助于学生思考多方面的意见，增强学生思维的灵活性，发展了学生清晰明白地交流思想和看法的能力，有助于发展学生分析和综合的能力，鼓励学生专心地有礼貌地倾听，使学生的想法和体验得到了尊重，使学生成为知识的共同创造者。总的说来设问析疑可充分增强学生的创造性、口头表达能力、应变能力以及学生的主动性。

在听课的同时，我也对班上学生语文水平进行了调查。通过作文的批改再加上自习时间和课下时间的了解，得知这个班的语文水平还可以，且全班的学习氛围很好，课堂纪律和作文上交情况都很好，学生课前预习也很自觉，更重要的是他们讨厌传统的语文教学，他们不喜欢老师垄断课堂。显然，指导老师的教学方法是十分适合他们的。

新教材也是我需要研究的一个重要内容。新课改强调的是合作学习、自主学习、探究学习，无疑，新教材的指导思想肯定是要充分发挥学生的主动性、创造性。指导老师在课余还教我如何去研究教材，如何去备课。他要求我先熟悉课本，然后在课本中挑选几篇我认为对学生有帮助，或者与高考相关的文章，去编写教学案。

要挑选对学生有帮助的，或者与高考相关，这就要求我了解学生的需要，了解高考的要求和趋势，工程量可谓浩大，但不可否认这是必须的。好的教学当然是能够满足学生需要的教学，这种需要可能是现实的参加高考的需要，也可能是解决学生关于生活、关于人生的迷惑的需要，而满足后面一种需要对于语文学科来说是很重要的，当然，前一种需要也是不可忽视的，毕竟这是一个极其现实的问题，不是单单一个“应试教育”的指责所能逃避的。

了解了学生的需要，高考的形势之后，便开始着手编写教学案。指导老师告诉我，教学案是教师和学生一起使用的，不同于一般的备课，除了要体现教学思路，还要给学生留下思考的空间。教学案中的问题应该是具有启发性的，对理解课文、感受作者写作意图起关键作用的。教学思路不是大问题，这些启发性问题的设置就大有学问了，不仅要教材十分熟悉，有透彻的理解，还要有自己的独特感悟，十分地费脑筋。

高中周记暑假生活篇二

高中实习周记(一)

非常荣幸我有机会到全国示范性重点高中——xx高中为期一个月的实习。到好的中学实习让我见识了许多，也收获了许多，不但在讲课方面有了很大的进步，在作为一名准老师方面思想上也有很大的提高，并且教学管理、课堂教学等的理念也收获颇丰，以及他们带给我的种种思考。每周我都有不同的体会：

第一周：教学理念

在实习期间，借着录课的机会，我听了很多的市级，校级的公开课，还有理科实验班的课。在这些课堂上，让我看到教学改革正在悄然进行，有意识的老师正在努力体会“以学生

为主体”的课堂模式。学生的创造也逐步成为教师追求的教学效果。其次，这里的老师也都在适应着多媒体教学，信息化教学，使得课堂更加生动，资源更加丰富，学生获取学习资源的渠道也就更多。尽管，这种教学理念、教学模式的推广仍然有很长的路，但似乎也并不遥远，相信，这股改革的浪潮会给教育领域带来很大的冲击。

第二周：实际工作经验

在上面，是我在这所学校感受最深刻，也是认为最有意义的收获。实际工作经验上，由于在指导老师的指导下，也获取了许多。在班主任工作上，我认识到了一个老师的表率作用是很大的，学生时刻看老师，作为一个老师，应该从自己严格要求，并影响感染学生。这就要求师生之间的相互交流必须是贴心的，也是带有希望的。实习期间，班主任李宇炜老师教给了我许多的班级管理经验。我想这些经验是宝贵的，更为宝贵的是老师的主动精神。在他的言谈中，看出一个老师对于班级管理的深度认识。所以我想：一个好的班主任不应只是从学习上给学生帮助，而是从一种“管理”的角度上去让班级受益，让班级体的每个成员成长。

第三周：教学管理理念

在实验中学，从领导阶层到一位普通的科任老师，都秉承以学生为主体的宗旨进行学校的管理，进行教学工作的开展。作为一个课程改革的示范学校，一个教育实验基地。这所学校鼓励着老师做各种研究，各种改革。每个班主任都有着自己的管理经验与管理宗旨。有了这种思想的自由，自然这里也就充满着探索与尝试，从而有所创造与进步。在我实习的班集体中，班主任对他的学生说：“我要让你们成为学习型的管理者，也是管理型的学习者。”这样一句简单的话，让我感到这里老师进行班级管理的良苦用心。他们关心的不只是学生的学习，更多的是从一个完整的人的概念出发，去培养学生多方面的素质。

教学工作上，由于指导老师的认真指导，我较好地完成了教学任务。同时，与合作伙伴一同对各种教学模式进行了探讨，尝试。尽管，实习报告有的时候没有达到我们理想的效果，但也获取了很多的教学经验。一个老师在上课时，一定要围绕着“学生能否学得更好，能否真正掌握方法”的主题，而不是从怎么上好我的一堂课出发。可见，一个优秀的老师需要具备很多方面的素质：扎实的专业知识，娴熟的教学技能，正确的教学理念……这次的实习，让我从实践中去思考自己在课堂上学到的知识，也对于理论知识有了更深刻的认识。

高中实习周记(二)

2月19日，我在开始了实习教师的生涯。一个多月的实习，我受益匪浅。

实习内容主要是语文教学、班主任工作，此外，还有其他的一些工作。既然是实习教师，语文教学自然是重点。

我实习的班级xxxx班，是一个很优秀的班级，他们的语文老师，也就是我的指导老师同时还是校长办公室的主任，颇受关注，他们使用的又是我所不熟悉的新教材，这些都让我颇感压力，因为我作为他们的实习老师，总是要给他们上课的。怎样才能上好课，怎样才能教好他们，正是我面临的一个重要而又迫切的问题。

思考之后，我决定先从指导老师的上课风格入手。既然指导老师教的这么成功，学习他的方法、吸收他的经验自然是一条捷径。实习开始的两周，我便专心听指导老师的课，揣摩他的教学风格。指导老师也很负责，很热心地告诉我怎么听课，在课堂上如何观察学生，如何针对不同的情况作出适当的反应，从而提高教学效果。总的来说呢，指导老师的教学风格是把课堂话语权交给学生，用他的话说就是一节课能让所有的学生都在听都能听明白都能学到东西，这节课就算成功了。

至于如何把话语权交给学生，主要就是采用教师点拨法，即设问析疑。所谓设问析疑，是教师首先由一篇课文的切入口入手提出问题，然后引导学生回答、分析疑问并由此转入另一问题，最后把学生引导到预定的教学目标中。通过这种设问析疑，在加上适当的讨论，某些课文再结合文体特点，采用品味法、朗读法进行教学。法国教育学家第惠多斯说过：教学的艺术不在于传授本领，而在于激励、唤醒、鼓舞。那么，怎么去激励、唤醒、鼓舞听课者呢？让他们参与课堂，给予他们更多的机会，惟有这样，学生才会更加的融入课堂，惟有这样，学生的语文水平才会有所提高。

设问析疑无疑是一个较好保证学生参与课堂的一种的教学模式。经过多次实践，我发现这种教学模式有颇多好处，具体的说有助于学生思考多方面的意见，增强学生思维的灵活性，发展了学生清晰明白地交流思想和看法的能力，有助于发展学生分析和综合的能力，鼓励学生专心地有礼貌地倾听，使学生的想法和体验得到了尊重，使学生成为知识的共同创造者。总的说来设问析疑可充分增强学生的创造性、口头表达能力、应变能力以及学生的主动性。

在听课的同时，我也对班上学生语文水平进行了调查。通过作文的批改再加上自习时间和课下时间的了解，得知这个班的语文水平还可以，且全班的学习氛围很好，课堂纪律和作文上交情况都很好，学生课前预习也很自觉，更重要的是他们讨厌传统的语文教学，他们不喜欢老师垄断课堂。显然，指导老师的教学方法是十分适合他们的。

新教材也是我需要研究的一个重要内容。新课改强调的是合作学习、自主学习、探究学习，无疑，新教材的指导思想肯定是要充分发挥学生的主动性、创造性。指导老师在课余还教我如何去研究教材，如何去备课。他要求我先熟悉课本，然后在课本中挑选几篇我认为对学生有帮助，或者与高考相关的文章，去编写教学案。

要挑选对学生有帮助的，或者与高考相关，这就要求我了解学生的需要，了解高考的要求和趋势，工程量可谓浩大，但不可否认这是必须的。好的教学当然是能够满足学生需要的教学，这种需要可能是现实的参加高考的需要，也可能是解决学生关于生活、关于人生的迷惑的需要，而满足后面一种需要对于语文学科来说是很重要的，当然，前一种需要也是不可忽视的，毕竟这是一个极其现实的问题，不是单单一个“应试教育”的指责所能逃避的。

了解了学生的需要，高考的形势之后，便开始着手编写教学案。指导老师告诉我，教学案是教师和学生一起使用的，不同于一般的备课，除了要体现教学思路，还要给学生留下思考的空间。教学案中的问题应该是具有启发性的，对理解课文、感受作者写作意图起关键作用的。教学思路不是大问题，这些启发性问题的设置就大有学问了，不仅要熟悉教材十分熟悉，有透彻的理解，还要有自己的独特感悟，十分地费脑筋。

高中周记暑假生活篇三

一、明确目标，精心策划

在过去的一周中，我有幸参与了学校摄影俱乐部的拍摄活动，这是我第一次亲身体会到拍摄的乐趣和挑战。回顾整个过程，我深感在拍摄前的准备阶段尤为重要。首先要明确拍摄的目标，选择合适的主题和拍摄手法。然后，根据主题，制定出详细的拍摄计划，明确拍摄地点、拍摄时间和拍摄内容。只有精心策划，才能为后续的拍摄工作打下坚实的基础。

二、与团队协作，共同进步

在拍摄活动中，我发现团队协作是非常关键的。每个成员都有不同的拍摄经验和技能，我们之间互相学习、互相帮助，充分发挥各自的优势，才能取得更好的拍摄效果。比如，有

的同学擅长捕捉人物的神情表情，有的同学擅长拍摄自然景色，而我则擅长抓拍细节。通过互相交流和合作，我们的作品逐渐提升，也使整个团队获得了成长。团队协作的力量是不可忽视的，它不仅能增加我们的拍摄技巧，更能培养我们的合作意识和团队精神。

三、熟悉器材，技术进步

在拍摄过程中，熟悉器材的操作和使用是非常重要的。只有熟练掌握相机的功能和各项调节，才能更好地抓住瞬间、捕捉美丽。而要达到这一点，就需要克服对器材的陌生感。通过反复练习和实践，我逐渐熟悉了相机的各项设置和功能，学会了如何调节曝光、焦距和快门速度等参数。这不仅提升了我的技术水平，还让我更加自信地面对新的拍摄挑战。

四、挑战自我，不断突破

在过去的一周中，我发现摄影是一个不断挑战自我的过程。无论是面对不同的拍摄条件、克服各种拍摄困难，还是尝试新的拍摄手法，都是对自己能力和创造力的极限考验。通过这次拍摄活动，我学会了抓住瞬间、捕捉光影，让画面更有感染力。在未来的拍摄中，我希望能不断突破自己，尝试更多新的拍摄技巧和创新的构图方式，为自己的摄影之路打开更广阔的空间。

五、分享与反思，持续进步

回顾这次拍摄活动，我深感收获良多。在与同学的交流中我不仅学到了摄影方面的技巧和经验，也发现了自己在拍摄中的不足之处。在这个过程中，我逐渐了解了一些比较受欢迎的拍摄主题，学会了如何运用不同的拍摄技巧表达自己的情感和思考。同时，我也认识到自己还有很多需要提高的地方，比如构图能力、后期剪辑等。因此，在未来的拍摄过程中，我将继续分享与反思，不断进步。

总之，这次拍摄活动让我收获颇丰。通过精心策划和团队协作，我学到了摄影的种种技巧和经验。熟悉器材的操作和使用，使我能够更好地抓住瞬间、捕捉美丽。在不断挑战自我的过程中，我逐渐突破了自己的技术和创造力的极限。通过分享与反思，我不仅加深了对摄影的理解，也见识到了自己的不足之处。这次拍摄心得体会周记让我明白，摄影不仅是一门技术活，更是一门终身学习的艺术。我相信，在未来的摄影旅程中，我会继续努力，不断追求卓越，不断突破自我，创作出更加精彩的作品。

高中周记暑假生活篇四

第一段：经历

这周，我参加了学校举办的拍摄心得体会活动。作为一个对摄影颇感兴趣的高中生，我非常期待这次机会，能够通过实践来提高自己的摄影技巧，更加深入地了解这个艺术形式。在活动中，我遇到了许多志同道合的同学，我们相互讨论、交流，互相激励，共同进步。

第二段：技巧

通过这次活动，我学到了许多关于摄影的技巧和方法。我们的导师非常详细地介绍了拍摄的基本原则，如光线、构图、焦距等。他还向我们展示了一些经典作品，并讲解了拍摄时的思考过程和技巧。在实践中，我尝试了不同的光线条件下的拍摄，探索了各种构图和角度。通过多次尝试和反思，我逐渐掌握了一些拍摄技巧，提高了自己的审美水平，并能够更好地表达我想要传达的主题。

第三段：观察力

在拍摄过程中，我异常重视观察力的锻炼。我学会了仔细观察周围的环境和景色，捕捉细小的细节，并通过构图和光影

的运用来表达自己的感受。我发现，只有通过用心观察，才能真正领会事物的美和内涵，并将其通过摄影的方式展现出来。这对于提高我的观察能力、塑造我的艺术感和审美观念起到了至关重要的作用。

第四段：创造力

在这次拍摄心得体会活动中，我也发现了摄影对于创造力的要求。传达一个主题或者情感，不仅仅需要准确抓住瞬间，更需要运用创造性的构图和表现手法，以达到与观众共鸣的效果。我开始尝试独立思考，将自己的想法和情感融入到拍摄中，通过运用不同的角度、焦点和色彩来呈现我想表达的意境。这让我更加自信，相信只要持续努力，我可以成为一位出色的摄影师。

第五段：成长

通过这次活动，我不仅仅学到了摄影的技巧和方法，更重要的是激发起了我对摄影的热爱。我意识到摄影是我表达自己的一种方式，是我连接世界、记录生活的工具。我开始更加积极地参与拍摄活动，并与同样热爱摄影的同学们交流经验、分享创作。我相信，在不久的将来，我会取得更大的进步，用镜头捕捉更多精彩的瞬间，展现更多绚丽的世界。摄影让我变得更加细心、有耐心，也让我从中获得了许多快乐和满足感。

总结：参加这次拍摄心得体会活动，让我收获满满。我不仅学会了摄影的技巧和方法，同时也培养了观察力和创造力。这次体会让我对摄影的热爱更加燃烧，并且相信只要努力，我可以成为一个优秀的摄影师。我会继续保持学习的态度，不断提升自己的摄影水平，用独特的视角和灵感，留下属于我的精彩瞬间。

高中周记暑假生活篇五

拍摄心得体会周记（高中）

第一段： 星期一

本周的拍摄工作开始了，我们小组负责拍摄一部关于环保的宣传片。在前期的准备工作中，我们对环保的概念有了更深入的了解，并且学习了一些拍摄技巧。今天我们来到了一个公共场所，准备拍摄一个电梯内的镜头。在场地选择和道具整理工作中，我们注意到了公众对环保宣传的积极态度，有人自觉关闭电灯，有人主动分拣垃圾。这让我深刻地感受到了环保意识的提升对社会的积极影响。

第二段： 星期二

今天我们到了一个大型超市，准备拍摄购物行为的镜头。在超市的拍摄中，我们遇到了一些困难，因为超市里顾客众多且行动迅速，很难把握好镜头的取景和运动。然而，正是这个过程中，我开始领悟到摄影师的耐心和敏锐观察力的重要性。在等待合适的瞬间出现时，我们需要耐心等待并不断调整镜头。透过摄影的视角，我开始懂得如何去捕捉生活中的美好瞬间。

第三段： 星期三

今天我们来到了一个城市公园，准备拍摄人与自然和谐相处的画面。公园里的绿树成荫、鲜花盛开，人们在草坪上嬉戏玩耍，让这个地方充满了生机与活力。我们不仅拍摄了人与自然和谐相处的场景，还记录了人们主动捡拾垃圾、爱护花草的场景。在这个过程中，我深刻认识到人与自然和谐相处的重要性，以及环境保护的必要性。只有我们尊重和保护自然环境，才能换取一个美好的未来。

第四段： 星期四

今天我们去了一个小学，准备拍摄儿童关于环保的口号。孩子们天真无邪的笑容让人感到温暖和希望。他们在镜头前自信地 recite 出了自己创作的环保口号，用他们独特的方式传递着爱地球的信息。这个过程中，我深刻了解到儿童是社会宣传的重要力量。他们天性善良，容易接纳新事物，因此更容易树立正确的价值观。我们要注重培养儿童对环保的认知和意识，以带动整个社会环保风气的形成。

第五段： 星期五

这一周的拍摄工作即将结束，我们对所拍摄的素材进行了剪辑和编辑。通过观看拍摄的素材，我深深感受到环保宣传的力量。每个镜头背后都代表着人们对环保的关注和努力。虽然环保问题是一个复杂而长期的挑战，但是我相信只要每个人都做出一点点贡献，我们一定能够改变现状，创造一个更美好的未来。通过这次拍摄，我不仅学到了摄影的技巧，更体会到了环保的重要性，也为以后的环保行动树立了一个更加积极的态度。

总结：通过一周的拍摄工作，我不仅学到了很多有关摄影的知识和技巧，更加深化了对环保的认知。我深刻体会到环保宣传在社会中的重要性，懂得了我们每个人的力量是非常有限的，但只要团结起来，我们就能够齐心协力，为美丽的地球做出积极的贡献。这次拍摄经历让我更加珍惜生活中的每一个细节，也增强了我积极改变和推动社会发展的信心。我相信通过我们的共同努力，我们一定能够让环境更加美好！

高中周记暑假生活篇六

在传统的高中数学教育教学模式中，学生往往处于相对较为被动的学习环境，而教师则作为高中数学教学的主体，这样一定程度上阻滞了学生的自身发展。因此，高中数学教学面

临极大的挑战，在现代教育中，高中数学务必不断的进行创新实践，以求达到更好的教学质量。同样，在现阶段的高中数学教育教学中，创新教育一直是课改的重点之一，因此，在课堂教学中，应当全面的进行素质教育教学，全面的提升学生的综合素质能力以及创新能力。

随着科学技术的不断发展进步，创新能力对于人的一生有着极其重要的意义。同样，在高中数学教育教学中，创新能力对于数学学习有着极大的作用。然而高中数学其本质不同于初中数学，无论是从知识的深度还是知识广度上，高中数学对学生的综合能力有着更高的要求。例如：在二次函数的封闭区间求值问题、函数值域以及根的分布等相关问题上，需要学生具备良好的创新能力，这样才能更好的进行高中数学学习。

教师在高中数学教育教学中，应当注重有效的提升学生的学习兴趣，为此，首先教师应当精心的设计相关的问题情境，引导学生对于问题情境进行质疑，之后通过小组进行讨论，从而更好的培养学生的分析问题能力以及解决问题的能力。其次，在高中数学教育教学中，教师可以组织学生进行分组讨论，让学生间通过讨论来得出相关的结论，同时在讨论之后，学生可以在课下进行探讨，不断的完善自己的结论。

在高中数学教育教学中，进行改革教学手段是有效提升教育教学质量的极为重要的方法，因此，在现阶段的高中数学教学中，应当有效的将现代科技同高中数学教学相结合进行教育教学，这样不仅能有效的提升教学质量，而且能有效的培养学生的综合素质能力。例如：在高中数学教育教学中，有效的运用多媒体进行教育教学，在多媒体教学中，能有效的提供学生一个相对较为轻松的学习环境。诸如：可以通过投影相关的方法，将点线面三者的关系相结合，从而有效的提升学生的空间想象能力。

在高中数学教育教学中，教师应当全面的改革教学模式，引导学生更好的进行独立思考，更加全面的培养学生的创新能力。首先，在高中数学教育教学中，教师应当提倡学生进行一题多解，鼓励学生从多角度来进行题目的思考。教师应当鼓励学生从不同的角度来解决问题，提出自己的见解，这样的教育教学方法，有利于有效的提升学生的创新思维能力。

高中周记暑假生活篇七

往往一事触灵魂！

生命，其实就如蝼蚁一般，微不足道，却又悲壮如歌！沉默，镇静的背后，蕴藏的却是无穷力量！瞬间爆发，像山洪，如火焰！

我不是一个贪生怕死的人，但我却是格外珍惜生命！我后悔了曾经用悲观的眼光来看待世界，我后悔了曾经以绝望的态度来对待生活！人生，不过就是两种情况，生，或者是死，看开了，海阔天空！

司马迁曾经也说过，人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛！没错！死，谁都要经历！不过也应死得壮烈一些罢，也不枉活这一生！至少，莫在西去之际落个孑然一身，无人叹惋！

若你失去了生命，那你只失去了一部分，至少它壮丽；若你失去了信任，那你是失去了一大半，至少它清高；若你失去了生的意义，那你则失去了全部，整个人，如一具空壳，毫无内涵，毫无思想，只剩所谓的孤傲！

人，生而为蝼蚁，似蝼蚁一般生存，有的只是蝼蚁般的意志，蝼蚁般的方式！

蝼蚁虽小，却不失气势；蝼蚁虽微，却充满斗！为了生存，团结一致，坚持到底！

人，生而为蝼蚁！

高中周记暑假生活篇八

我们总是习惯相信于肉眼所见之物，尽管那不一定是真实，可是，看见之后，所谓的“真实”便被视觉所迷惑，于是，真实，不复存在，我们也只剩下堕落这条路。这就是它的原理构造。

其实，就像这渐近稀疏的星空。也许，我们只会相信星星是真的排列在一起的，因此出现了星座这个概念，但是，谁也没有察觉到，每一颗星星之间隔了多少距离，彼此的联系又有多遥远，虽然对于浩大的宇宙而言，也不过寥寥。但，对于我们这些渺小的人类而言，距离反成了其次。结果，我们只知道星星很美，却从不知道这美，美得多凄厉，对，就像是在沙漠中遇难时，看到了绿洲，可惜，那只是海市蜃楼罢了。

也许很难想象，这么美丽的星空在这个说法面前变得如此凄凉，可事实就是这样，那么，这算是“真实”吗？我不知道，毕竟，我也只是那一群仰望星空的、渺小的人里中的一个罢了。一个，小得不能再小的存在罢了。

同样，如果我所谓的星星拥有智慧的话，又或许所谓的“智慧”也只是一种假象，是一种“愚蠢”的话，世界上的人们又会如何对待这份“真实”呢？星星若是拥有智慧，隔着这么远的距离，看着这世上的人们，应该会看到大片大片的黑影吧，就像乌云一样，盖满了天空，但终究不是什么幸运。星星是否也会想到这所谓的“黑影”之间有着怎样的纠葛，这些“黑影”之间有着多么复杂的关系，复杂到让人难以理解的关系，这，大概也是一种“真实”吧，对星星的真实。

虽然不想承认，自己也堕落在这种“真实感”里，明明知道这“真实”早已腐烂得不堪入目，可我还是想要相信，因为，

这就是我的“真实”啊。

在学校里，每一个人都是这副德行，虽然，自己没什么资格说他们。但我所见的，只有那讽刺的“真实”，也不知这是悲哀还是幸运。每天做着相同的动作，学习，学习，学习。每天看着相同的嘴脸，无聊，无聊，无聊。每天忍着相同的抑郁，压抑，压抑，压抑。这，算是我的“真实”吗？其他人是否也有相同的感受呢，像我一样摆着一副“我是老好人”的样子，心里却在做着无数斗争，结果，真实，被埋没，以至于再也找不出过去的真实，然后，只能眼睁睁看着自己被可笑的“虚假”所代替，每天，对着自己这副再也改不掉的破德行唾弃。所以，我堕落了。

在家里也是。明知道眼前的是养育自己的有很深感情的父母，也明知道自己念头的可鄙，可我还是忍不住泛起了这个念头：“父母什么的，没了就好，我一个人努力，也可以活下去的。”也许是忍耐了太久，也许是太久没真正生气，又也许是太久没动感情，更也许是太久没打心底流眼泪，看着父母的样貌，听着父母的声音，我，倦了。所以，真实什么的，都散了。所以，我再次堕落了。

我还是习惯于用肉眼看这个世界，即使明知道这个世界的“真实”有太多不确定性，但我怕了，所以，我只能相信：北斗七星其实是排列在一起的。

高中周记暑假生活篇九

我是一只狗，一只很年轻的狗，但是，我现在必须给我的后代立下遗嘱，切勿步我后程！我来自森林，那时的我仅仅是一只身体薄弱的小狗。

一次偶然的的机会，一个戴着蝴蝶结的小女孩发现了我，于是她把我带回了她的家。

我简直为这儿而陶醉，于是，我待在这儿。

鲜美的牛奶，香气宜人的香肠，一切舒适的生活让我快乐不已。渐渐，迷醉……可终于有一天，我看见鹰展翅在天空中翱翔，梦见小溪边的鲜美的花草，碧蓝的天空……于是，我自主地做了个决定——离开！

森林，我已经很久没来，一切久违，但一切依旧熟悉。

我遇到了我的曾经的好朋友哈克，惊喜之余，我把我这几年的经历全告诉了他。谁知他一听完，脸煞白，急急忙忙问我：“你……你现在会找食吗？”我突然间惊了一下，努力寻找扑食的记忆，可一切空白，我茫然得摇摇头。只听他叹了一口气，说道：“你会找食吗？”

我努力地翻出回忆，可记忆除出了衣食舒适的生活以为，再也找不到其他，我茫然地摇了摇头。他叹了一口气说道：“一旦失去了自己的本能，你就再也回不到自己原来生存的环境，而对于你……没有任何希望。”他摇了摇头，转身离去。我傻傻地听着他一句句莫名其妙的话，呆呆地看着他离去，我不懂他是在干什么，只是对于他的离去有一点酸意，可优异的环境已让不屑一切，渐渐地，我有恢复了享受自然时的开心。

天渐渐暗了下来，太阳轻轻地落在山顶上，开始缓慢地沉落到远方的蓝色的天底下。它沉得越深，山峦的轮廓就显得越清晰，好像移得更近了。在河流和群山之间的峡谷里，淡红色的烟云不知不觉地暗下来，山中升起轻柔的梦幻般的暮霭。

好美的景色，可我却无心欣赏。

我的肚子已开始“咕咕”地叫。忽然发现地上有只死虫子，好恶心！我不吃！我开始后悔，后悔离开那美美的牛奶、香肠；后悔离开主人对我的关爱之中，后悔自己的一时冲动，

后悔……我真的错了，可……这一切已无力挽回。

太阳以完全落入山下，天空仅留下一片黑幕，连月光也不肯施舍给我。我想：黎明前，我将要死了。我本应该在幼小时就独自出去寻食，应该在树林中奔跑来强壮自己，应该……适者生存，弱者亡。我非弱者，可由于我的懦弱，我的消极，我的胆怯，注定在飞翔时要重重地摔下！

其他的狗，不要再像我，自己去努力，自己去奔跑，保住自己的本能，活在世上，施展自己！

——立嘱者：一只失去本能的小狗。