# 2024年伸出自己的手作文400字(九篇)

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-08-02

*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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。伸出自己的手作文400字篇一许多人...*

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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**伸出自己的手作文400字篇一**

许多人在我身前漫步而过，我并没注意他们富有潮流的外表。引我注意的，是他。

他只身穿一件破旧的浅色薄衣，左手拿着一根拐杖，背着一个破皮囊。头发花白的他仅有一只颓废的腿。很显然，他是一个乞丐，一个残疾的乞丐。他拖着他残障的腿，艰难的向前走。

走到我身前时，竟不知发生了什么意外情景。他拄着那只拐杖的手，竟从他的手边滑落，他一脚踩在了一处地面的凹处，失足摔倒。我竟没想到有这样的意外发生。他四面朝天仰着，脸上露出了那痛苦的神情，呲着嘴，脸部僵硬，两眼流露出的痛楚我清晰可见。而在此时，在我的心中，却这样思付：为什么会在我的身前倒下，而不是在别的地方。

他开始想使劲地把自己推起，可惜他力气不足，他只能仰在地面上。他使劲地用尽了所有方法，他想拿起他的拐杖，可惜他拿不到，似乎他永远只能这样了。他把那双眼默默地对着我，着双眼里，充满了几种不一样的情感，但我明白，他是期望我能帮忙他。

可是，目睹到这事的我却十分纠缠，盘算着帮忙他的结果：他的手那么脏，，那么黑，我帮他一把我的手不是也很脏了？他还那么臭，几天没洗澡了？可是在我心中，还有另一种声音存在：他也是人，我得帮。可是他也太让人害怕了吧……我在想，呆呆地站住不动。

一只手接住了这位老人的手，把他扶了起来，那是从饰品店中出来的我的同学。他把跌倒的老人的手搭在肩上，称了起来，并把拐杖还给了他。老人点点头，眼眶中流出来说不尽的滋味，但都是真诚而充满感恩的。

望着老人远去的背影，我问起同学：为什么你会帮忙他。他的回答很简单：我就是要去帮忙他，因为我有职责去帮忙他，去伸出自己的手。

同学的这一句话震住了我，为什么我不能去帮忙他，他也是我们的一分子，他就不应当得到大家乃至社会同情吗？

下一次，我会伸出自己的手吗？

**伸出自己的手作文400字篇二**

电视上的一个公益短片印入我的脑际：

一个小男孩端着一盆水要为母亲洗脚。他一步一颠地走着，闪亮的水花溅了他一脸一身。母亲抬起疲惫的脸，那一刻，母亲是如此安详、幸福、美丽。

伸出自己的手，给母亲力量。

夜很深了，天空中撒满了闪亮的星星。母亲还在忙碌着。明天要到城里买芹菜，收获的芹菜正要洗干净。水龙头的水哗哗地冲着，芹菜在冲洗中变得青翠鲜亮。我走过去说：“妈，我来洗，你只装好了。”水冰凉，穿着胶鞋的双脚在水池中也冰凉。我弯着腰抓住芹菜叶冲洗着，干活的确速度明显快了。堆在地上、水池里的芹菜一捆捆挪到三轮车上，翠路的叶子上滴下水来。

伸出自己的手，让母亲美丽。

看母亲年轻时的照片，那时的她可美了。两条短辫搭在胸前，白色的上衣领子方方的，衬得母亲端庄秀气。可此刻的母亲啊，她悄悄把弟弟扔掉的天蓝色校服穿在身上，那白色的拉链顶着母亲黝黑的脖子，很刺眼。逛街时，一件红色的毛衣吸引了我，。方方的绣花领子很平整，宝石胸花闪闪发亮。兜里有母亲给我买衣服的100元。伸出自己的手，递出那鲜红的人民币，我毫不犹豫地买下了它。我仿佛看见母亲穿上红毛衣时灿烂的笑脸。

伸出自己的手，给母亲关怀。

母亲是刚强的。踏着雨露，她去耕作；披着星光，她带着收获。烈日下，她撒着汗水；寒冬中，他任凭烈风吹皱皮肤。可那天，母亲病了，病得卧床不起。

当农民的父亲心思粗糙，一早仍然打工去了，我和弟弟照常上学，我无法想象一天中母亲的痛苦与孤独。放学了，我快步走进母亲房间，端来洗脸水，端来热气腾腾的荷包蛋。我坐在母亲床边，就像小时候母亲坐在我的床边。母亲笑了。

伸出自己的手，扑落母亲身上的泥土；

伸出自己的手，整理母亲散乱的头发。

伸出自己的手，能给母亲帮忙；

伸出自己的手，能给母亲期望。

让我们常常伸出自己的手，美丽我们的母亲吧。

**伸出自己的手作文400字篇三**

西塞罗说过，世界上没有比友谊更完美、更令人愉快的东西了，没有友谊，世界仿佛失去了太阳。鹊桥是为牛郎和织女搭建的桥梁，那么手便是搭建友谊的桥梁。伸出自己的友谊之手，给别人一份关爱。

在朋友跌倒的时候，伸出自己的友谊之手；在朋友悲痛的时候，伸出自己的友谊之手，对于朋友，那便是一剂最好的良药……

伸出自己的手，用关爱温暖一颗心，那么我们将收获一份真诚的友谊！

伸出自己的环保之手

最近几天，灾难席卷着全球：泥石流、地震、洪水、冰川融化……随着各种灾难的降临，电影《2024》中的情景将不再只是虚幻，而是现实。这让我们不得不反思了！“低碳生活”这个概念逐渐地深入到了人们的心中。

伸出自己的环保之手，捡起地上的垃圾；伸出自己的环保之手，关掉滴水的水龙头……

伸出自己的手，用爱呵护地球母亲，那么我们将收获一个美丽的家园！

伸出自己的手，奉献一点爱！

**伸出自己的手作文400字篇四**

有一双手，在绵绵细雨中递上来一把伞；在迷惘的黑夜给你指明方向；在你摇摆不定时扶你一把。这双手，它有着世界上最美的纹路，却又道不出它美在何处。它的名字，叫帮忙。

这是一个再也普通可是的冬日，天很晴，阳光洒身上感觉十分暖和，但那风吹得人又直打哆嗦。

我坐在38路的公交车上，温州的冬天，窗外的景色十分的美丽，什么东西都让人觉得干达达的，凉凉的，很是舒服。

汽车停下了，我在窗外看见一个男人，他穿着少数民族的衣服，厚实地把自己裹得只能看见他的毡帽下的眼睛和那冰山一角般黝黑的脸，待其它下车的乘客都下去了，他从下车门上挤了上来，把自己拿一个个装满了物品的塑料编织袋提上了车厢。这时的司机却早已经不耐烦地嚷嚷了“快点！快点！”

待那个男人把行李都搬上车，车子也立即启动了。那男人摘下自己的毡帽，用左手把它置在胸前，在摇摇晃晃的车厢中，他好不容易走到司机旁边。可这时，他却拿出了一张五元的纸币递向司机，并示意要司机找他钱。

司机实在是受不了了，停下车。打开了下车门，“你下去！给我下去。”我看见他脖子上的青筋鼓得和水管似的，一边说着还一边挥舞着手。可是那个男人，他好像听不懂普通话，只是静静地站着，双眼露出对陌生城市的不熟悉和那一丝与他高大身体不贴合的胆怯。

我不知为何，不由自主地站了起来，从口袋里找出五个一元的硬币，走到那个男人旁边，用自己的零钱和他作了交换，再从他的手里把刚才交换的钱之中的二元拿出来放到了投币箱里。我从来没有想到自己能这么地勇敢，也没有想到他会这样的温柔地让我和他交换零钱。

他找了一个靠门的位置坐了下来，心里充满感激地对将要下车的我说了一些我听不懂，但应当是感激的话。我看见他笑了，无奈的泪一久闪在眼眶之中，那一口的白牙却和他黑黝的皮肤产生了明显的比较弯成了一弯月牙。

下了车，我看见他还在窗边和我喊着再见。忽然发现，冬日的阳光真是让人精神抖擞，看见自己的手，不知何时沾上了污渍，想想，应当是那个男人手上的吧。这污渍让我觉得好开心，这就是“送人玫瑰，手有余香”吧。

**伸出自己的手作文400字篇五**

什么样的人才能是美丽的？不是发型时尚，也不是衣着光鲜，而是美在心灵。心美的人才是真美。花要叶扶，人要人帮，赠人玫瑰，手留余香。在别人最需要的时候，伸出我们的手。

那天早晨，我急匆匆的赶到学校，刚出家门，阴沉着脸的老天下起了雨来。我撑起雨伞在雨中走着，雨越下越大，路上的行人行色匆匆。突然一对母女从我身边跑过，溅起水花，弄湿了我的裤子。

我正想埋怨抬头一看，这对母女没有打伞没穿雨衣，母亲抱着三四岁大的女儿正在急切地寻找避雨的地方，她用自己的外衣抱着女儿尽量让女儿遮蔽从天而降的大雨，自己以全身湿透了。

看到那里，我没有在埋怨这对母女，反而被这一温情感动，我想把雨伞给他们，但我又怕淋雨感冒不能上学。

正当我迟疑时，一个小男孩，从后面跑上来，把一把伞给了他们。

这位母亲推脱者说：“我拿了你的伞，你淋雨会生病的。”

小男孩憨憨一笑说：“没关系，你看我这么强壮淋几滴雨不会生病的，您的女儿这么小，细心生病，”说完之后转身离开。

小男孩瘦小的身影消失了，可他的形象在我的心中高大起来，我后悔没有及时伸出援手，如果再有这样的情景，我必须向那位男孩学习，伸出我的手，献出一片爱心。

**伸出自己的手作文400字篇六**

手，大家再熟悉不过了：一个长着无根甘蔗的不规则物体。手是心灵之窗，是成功之门。伸出手，你就离成功更进一步。

伸出奉献之手：

2024年5月12日，一个噩梦般存在的日子。而十五岁的雷楚年却伸出手撑起了无数个患难者的蓝天。那时，雷楚年刚下化学课，忽然地动山摇，他意识到情况不对，他首先想到的不是自己的生死，而是同学的安危，于是他快速返回教室，托起了8名同学的希望。随后，他又积极参加志愿者，用小小的肩膀扛起了灾难中的生命，用小小的手托起了无数人的明天。

伸出希望之手：

在漫漫人生长河中，许多人过着颓废的生活，他的存在简直就是活着浪费空气，死了浪费土地，半死不活还要浪费人民币！他的存在真的是一点意义也没有！而我，也是对这种生活厌恶之极。我坚信，伸出手就能摸到星光！我羡慕，羡慕霍金的理科头脑，羡慕祖冲之的圆周率概念。然而，上帝也没有忽略我：他给了我一个思维活跃的大脑，这个顶着雀巢般毛发的球状物，它不同于爱因斯坦的理科性思维，也不同于陈安之的哲理性话语，更不同于牛顿的地心引力。它有它的想法，有它的思维，有它的一份力量！然而，它只是一个铺垫，我会用它作为铺垫，伸出手去实现我的明天。

伸出建国之手：

周恩来同志12岁立下为中华之崛起而读书的豪言壮语，我们为什么不能洒下为中华之腾飞而奋起的点滴热血呢？

总之，我相信我就是我，我相信明天，我相信伸手就能碰到天！

在这个快节奏的竞速时代，请伸出自己的奉献之手去感恩社会吧！请伸出自己的希望之手去创造明天吧！请伸出自己的建国之手去报效祖国吧！

少年强，则国强；少年智，则国智；少年伸手，则国复兴！

**伸出自己的手作文400字篇七**

每当我看到电视上那些苦难的人们理解捐赠的那刻，我便会从心里由衷地感到欢乐。这似乎如一场场的马拉松接力赛，最终会温暖你我的心灵。

但我更期望您从精神上给予苦难的人们一些鼓励。就例如张海迪，虽残疾了，但在家人的心灵的抚慰下，重燃了生存下去的勇气，艰难而又坚强地学习、生活。之后，她还创办了慈善爱心组织。她经常说道：在苦难中，假若正常人需要一倍的关怀，那残疾人就要两倍。他们的心灵脆弱，太需要社会的帮忙了。她还在不断地履行着自己的诺言，一向做着，做着……

或许有些时候，你认为你所援助的只是很小的一部分，那你就错了。总理说道；再小的力量乘以十三亿后也能变得很巨大。再者帮忙他人，欢乐自己。你所伸出的援手是微不足道，但对那些穷苦人们来说，这就是一个天一个地的差别。

我十分赞同慈善捐助，但却并未要功利性。一些大富豪甚至还排什么排行榜。你三百我四百。一个个互相攀比，跟拍虽然钱是多了，却只是数目上，却失去了慈善那颗真诚的心。如若你傲慢地捐了，这也只是一万元的作用；而你真诚地捐了一百元，将温暖传递下去，却有时能改变他人，甚至世界。

不管是从雪灾到汶川，还是从金融危机到玉树，再到七二三事故。每到国家千钧一发之际，人民还是慷慨地捐助着，互相团结着，在中华民族的光辉史上如下灿烂的一笔，

在这个经济快速发展的时代，本来就是各管各，压力很大，让我们在利益熏心的牢笼里迷失了方向。总是要以有钱、有车、有房为幸福标准，熟不知这欢乐不是长久的。佛家说：万事万物皆是空，都是短暂的，真正的欢乐在于真正的欢乐在于真正的欢乐在于永恒。研究人员也以往得出结论，当人为他人付出的欢乐值大于自己满足。你能尝试着去帮忙他人，将心比心，或许你能收获一份超越金钱的欢乐。

但在郭美美事件中，我看到了群众的强烈反应，这很正常。群众的爱心款究竟用在何处，这是至关重要的。望那些管钱员，心里心里多装着苦难人，让这个爱心中介做的更加敬职，因为你们的职业是十分神圣的、不可亵渎的。

火炬在全世界每个角落穿行，而爱心慈善也在传递，将一颗颗爱心涌动，将一股股力量汇集，最终流遍全世界。

**伸出自己的手作文400字篇八**

茫茫天地间，我如一个原子，在浩瀚的星际间遨游。伸出我的手，触摸自然，感受灵动之美，则心旷神怡。

是夜，远处的灯光和皎洁的月光交织，在天花板上投下光与影，一时间，光影重叠，变幻无穷。

辗转反侧，许久无眠。耳畔空间之处，仿佛都是一滴滴水的声音。披衣坐起，我推开窗，一种宁静的美跌入我眼中，星光翻过山峦，潜入枝叶缝隙，由下朝上望，是灿烂的星光。小小的光点逐渐连成一片，构成美丽无垠的星际。

考试的压力，生活的烦扰在星际里消散，平和与旷达溢满心灵。伸出我的手，触摸星空，平和且旷达。

人间的四月天，是一树树的花开，是燕在风中呢喃。

海边，寂寥无人。脱了鞋赤脚在沙滩漫步，几朵海浪打过来，漫过脚踝。浸入砂砾中，又退却。少许凉意蔓延。我蹲下来，伸出手潜入海水，捧一捧水，抛入空中。心雀跃，天蔚蓝，海一望无际。

面朝大海，春暖花开。斤斤计较的心思沉入大海，心豁然开朗，学会宽容。

四月的海风，带着少许凉意与湿润，拂过我的面颊。

“谁也不明白风在哪里，但枝叶颤动的时候，我们明白，风在那儿呢；谁也不明白风在哪里，但湖水起浪的时候，我们明白风走远了。”风，淡然。感受风，成功的喜悦与浮躁消逝风中，取而代之的是心的平和宁静。

星空的浩瀚，海的无际，风的淡然豁达，我伸出手触摸，感受天际灵动之美，则心旷神怡。

**伸出自己的手作文400字篇九**

夜，静悄悄的，能听到大地的呼吸声。

夜很深了吧！失眠的我决定起身出去走走。披上外衣，我轻手轻脚地走出寝室。

月光如流水一般空灵澄澈，缓缓流动着，一丝凉意袭上心头。忽然不远处传来细细的哭声，好奇心驱使我前去探个究竟，我带着满脸疑惑，轻轻地向前走去，我想：谁会在夜里哭得如此悲痛？最终，我看到了一个蜷缩在角落里的身影，她似乎还未发现我的存在，眼泪依旧像受了惊吓的孩子一样四处逃散，我借着月光看清了那张哭泣的脸，竟然是贞子。

我困惑：在平时，贞子是那种文静的乖女孩，怎样会……

“你——你没事吧？”我困惑不安地吐出这几个字，她停止了哭泣，抬起头，看到我，似乎很意外，但立刻又慌张地抹去脸上的泪水。平时我和贞子很少言语，看到此时的贞子，似乎很尴尬，我支支吾吾地不知该说什么……贞子依旧没有说话，只剩下夜晚虫儿轻轻和着摇篮曲。我愣了愣，觉得该做些什么了。于是，我伸出手，拉起了贞子，她惊讶地看着我，刚刚停止哭泣的眼睛又有东西在闪，皎洁的月光下，我似乎看到有颗星星落到贞子的眼眸中，那是一颗温暖而闪亮的星星。我轻轻地对她说：“一切都会过去，一切都是最好的安排。”我没有再说什么，就这样，我们各自默默地回到了寝室。

随着时间的流逝，慢慢地，我逐渐淡忘了那个夜晚，但偶尔看到贞子脸上逐渐多起来的笑容时，内心总会有一丝小小的安慰。

直到我生日那天，贞子微笑着递给了我一张贺卡和一封长信，我满脸惊讶地接过这份意外的礼物，信上写到：我一向很自卑、无助。但那个晚上，你给了我——你的手、你的微笑，让我感到了温暖与完美。

伸出我的手，也许那份温暖永远珍藏在贞子的心底，一向陪伴她前行。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找