

# 2023年百日冲刺的演讲稿(优质7篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

## 百日冲刺的演讲稿篇一

各位同学、各位老师、高三年级的全体勇士：

大家下午好！

今天，我们相聚于此，隆重举行高20\_\_级高考百日誓师大会。作为一名高三教师，此刻我最想说的是：朋友们，你们一定行；最后的胜利，一定属于你们。

今天，我们要坚定一个共同的信念，一天涨一分，100天涨100分。只要你坚信不疑，只要你尽心尽力，只要你永不放弃，最后的奇迹，一定属于你。我们中学98级有一位考进北京大学的优秀毕业生叫文文，她在给母校的一封信中这样写道：记得高考前最后三个月时，我就是利用每天早操前后的时间背诵英语单词。结果一本100多页的高考词汇居然被我背的倒背如流，因此英语学科考出了138分的好成绩。同学们，如果你荒废了高一高二，但你还拥有高三最宝贵的时间；如果你没有把握好刚过去的一学期，剩下100天还等待你去创造奇迹！问苍茫大地，谁主沉浮？成绩永远需要默默耕耘，金榜题名必先寒窗苦读。这条路我们走了12年了，还有最后100天，我们的同学该怎么做？从今天起，发誓做一个上进的人，瞄准目标，誓死达到。

从今天起，发誓做一个认真的人，聚精会神，精益求精。从今天起，发誓做一个大气的人，激情飞扬，胸怀坦荡。从今

天起，发誓做一个坚强的人，完善修养，百炼成钢。从今天起，发誓做一个执著的人，坚持到底，永不放弃！坚持到底，永不放弃！坚持到底，永不放弃！谢谢！

## 百日冲刺的演讲稿篇二

亲爱的老师, 同学们:

大家好!

高三的天空是碧空万里，霞光绚丽，没有乌云，没有雷霆，没有暴风雨；高三的道路是一马平川，金光大道，没有崎岖，没有泥泞，甚至没有尘土飞扬；高三的河流是波澜不惊，水平如镜，没有巨浪，没有惊涛，没有漩涡——这只能是幻想。面对高考有这样两种极端的人：一种人总是说，唉，中国什么时候能打仗。我问他为什么希望中国打仗，他说一打仗就不用再高考了；另一种人总是在说，唉，为什么明天不高考？虽然大多数人面对高考时不至于这样极端，但是我们不可否认的是，我们对待高考的态度已经进入一种误区。

作为年轻人，一辈子的目标一定要定得高远，正所谓你想要什么，你才会成为什么。年轻人一定要相信梦想，正如相信在黑暗中仍然能看见北极星一样。我们在拥有高远目标的同时也应该有阶段性的目标，但每个阶段的目标要现实，就要永远比周围人做得好一点。目标与能力成正比，目标要一点点积累，每一天、每一阶段的目标实现了，最后成就的就是远大的目标。

高三这一年，谁都不会过得轻松，但是你们要明白：流泪、抱怨统统没有用，对于一个拥有梦想的人来说，的失败就是放弃，要相信你每坚持一分钟都有可能淘汰一名竞争者。作为高三的学生，应该学会用左手温暖右手，把学习当做快乐并且享受这个过程，去欣赏自己，去体味属于自己的高三。

最重要的是，不要因为高考而让你忘记了自己最终的目标。生命就是一片广袤的沙漠，如果努力在自己的沙漠上打一眼深井，使水源源不断地流出，你就可以把沙漠变成绿洲。自强者有健康的心理素质，坚定的品格意志和自强不息的进取精神，他们坚信“天生我材必有用”、“前途是自己创造出来的”他们藐视困难，追求高远目标，面对人生激流中的暗礁与险滩，奋勇搏击，不懈努力。

要脚踏实地。我们应该学会“蜗牛精神”：蜗牛的壳是自己加上的，既靠天，也靠地，又靠自己，要心平气和的接受失败，做人要大方、大气、不放弃！世界上没有绝对的公平，心中平，世界才会平。要学着给别人一个机会，尤其是给那辆奔驰车一个帮你的机会。要想成功，就要做到蜗牛的三点：第一是永远向前、向上；第二是要有足够的耐力和耐心；第三是给自己足够的时间。

许多东西是从量变到质变的，当你的努力，你的付出足够多时，就会获得自己想要的。俞敏洪两次高考失败，第三次高考，他走进了北京大学；出国三次失败，他创办了新东方，帮助别人实现出国的梦想。俞敏洪的生活经历并不复杂，农村18年艰苦的生活，磨练了吃苦耐劳的精神；北京大学11年学习、教书的历程，是一个从极度自卑中寻找自尊的过程；创办新东方的12年，是一个艰苦奋斗的立业过程。

因此说不要害怕失败，即使是被踩到泥土中，我们也不能甘心变成泥土，而要成为破土而出的鲜花。世界上少有天才，如果你能做一个“地才”，你就已经成功了，所谓“地才”，就是脚踏实地，把一件事做到顶尖的人。当你脚踏实地，把学习这件事做到极致的时候，高考在你眼中就不那么重要了。在最后我想告诉大家是：不管你现在的成绩怎么样，不管你现在的基础怎么样，只要坚定信念，超越自我，你就有了努力的方向，你就有了奋斗的目标，你就有了生活的动力，你就有了成功的希望！

## 百日冲刺的演讲稿篇三

让六月的鲜花见证我们的辉煌，让六月的美酒滋润我们的足迹。下面是本站小编为你整理的几篇高考百日冲刺演讲稿，希望能帮到你哟。

大家好：

只有100天了。这是多么令人激动的时刻啊，因为现在离我们那梦想中的大学是那么的近了；这是多么让人振奋的时刻啊，因为100天以后我们将在这片倾注了三年汗水的土地上收获累累果实。

我想用一个故事和两句话来表达我对你们的祝愿和叮咛。

一个猎人带着猎狗去打猎，碰到一只野兔，猎人举枪打伤了野兔，猎狗马上冲上去。猎狗尽力地追，野兔拼命地跑。野兔逃走了，猎狗耷拉着脑袋回去挨了猎人的臭骂。野兔一瘸一拐地回去后，同伴问：“你受了伤，怎么还能逃回来呢？”野兔说：“猎狗只是为了一顿晚餐，而我是为了性命。他是尽力而为，我却是拼命去跑。”无独有偶，92年巴塞罗那奥运会游泳馆，在决赛中钱红毅然采取最后20米不换气的非常规游法，在所有运动员和教练员目瞪口呆中，钱红率先冲向终点，取得了冠军。事后，人们问钱红，20米不换气会导致什么结果，她说：“会缺氧而窒息昏迷，但是要想取得冠军就要不留一丝力气，就要拼，拼到最后连爬上游泳台的力气都没有，不给自己留一点遗憾。”用钱红的话反照自己，我们是不是该有所启发，你应该在最后100天，采取什么做法呢？同学们，想想刚才讲的猎狗和兔子的故事，现在的你应该做那只为了保住性命而不留余力逃命的兔子，而不是那只为了午餐而尽力追捕的猎狗。

我要跟大家分享的第一句话是：梦想是邮票，你把它贴在哪，

它就能把你带到哪。梦想是xx年度词，邓校长在上周演讲中强调了梦想的意义。现在我想问，快到了实现梦想的时候了，你的梦想是什么呢？你把这张梦想的邮票贴在什么地方呢？你是把他贴在大学的门头上，还是贴在某座城市的工地上，还是贴在家里的一亩三分地上？我觉得此时你的梦想或者目标应该是清晰而且稍稍超出你的实际能力的，能考一本的同学应该朝600分进发，能考二本的同学应瞄准一本，能考三本的同学应力求二本，能考400分的同学应争取三本，其他的同学应争取上好专科，这样人人都有追求，人人都有事可做。我一直鼓励我的学生，上大学应选择大城市，应考好学校，应选好专业，哪怕是专科。有了清晰明确的目标，就会有不折不挠的意志，有在黑暗中前行的勇气，正如邓校长所说：目标是一把明亮的火炬。当然，你的梦想能寄多远，还要看你付了多少邮费。而这100天正是你积攒邮费的最后关键时刻。有些同学又要感慨，哎，时间不够了，还能做什么呢？我不想再去责问你以前干什么去了，我只想请你记住我要与大家分享的第二句话：一件事无论太早或太晚，都不会阻拦你成为你想成为的那个人。这个过程没有时间的限制，只要你想，随时都可以开始。霍去病18岁横扫匈奴，这是帅才早成。姜太公年过九旬，助周消灭暴纣；刘邦知命之年，方才建立大汉；廉颇老矣，尚可征战沙场。时间真的不是问题，信念、决心、勇气可以战胜一切。

100天，很短，也会很艰辛。一位老教师曾无比羡慕地说道：“高三，青春，还有什么比能在十七八岁奋斗一场更让人幸福呢？”青春，理应是拿来奋斗的，但我还想加一句，青春也是需要欢乐的。在奋斗中去感受青春的欢乐，在青春里去体味奋斗的快感，你将无悔于这美妙的年华！同学们，望你们记住：无路可走的情况，只有弱者会遇到，真正的强者，脚下都是路。路就在你们脚下，踏出你的步伐，迈向你那丰收的田野吧。

同学们，成功是一种了不起的除臭剂，他能除去你过去一切味道。学校、老师渴望着你们百日后的成功，祝福你们。

最后以一对联作结：

慧德高中卧虎藏龙地秣马砺兵战高考腾蛟起凤锋芒尽露

莘莘学子披星戴月时含英咀华展雄才折桂蟾宫学业必成

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

你们好！

今天是特殊的日子。还有100天，我们将迎来xx年高考，迎接祖国的挑选，我们将实现自己人生的一次飞跃。

只有100天了，100天时间太短！但我们充满朝气，胸怀理想，我们将更加奋发努力，分秒必争，一分耕耘，总有一分收获，鼓起勇气，迎着朝阳，走出艰难，走过这100天，希望就在前头！

我们是等待破茧的蛹，是准备接受6月洗礼的海燕，是将要在考场上实现诺曼底登陆的战士！我们已经等待了整整11个春秋，今天是我们冲刺的时候了。

夸父追日，道渴而死，精卫填海，矢志不悔。我们要坚持到底，我们绝不放弃！

历史告诉我们：成功没有秘诀。如果真有的话，首先就只有坚持到底，永不放弃；其次就是想放弃的时候，请回到头来再照着第一个秘诀去做：坚持到底，永不放弃，直到胜利。

十年面壁，三年铸剑，面壁十年图破壁，铸得良剑，斩蛟龙！面对六月沙场，面对云月鏖战，今天我们郑重宣誓：困难面前，决不低头，挫折面前，决不弯腰，笑傲六月流火。

今天，我为xx中学自豪；明天，为我骄傲。我们要唱出青春无

悔，让梦想飞跃千山！我们向心中的象牙塔呐喊：我选择，我成功！

“人生几回往事，青山依旧枕寒流，子规夜半犹啼血，不信东风唤不回”，三分靠运气，七分靠打拼，爱拼才会赢，敢拼一定赢。我们坚信：今年的6月我们的笑脸将更加灿烂！我们的湖中更加耀眼！

谢谢！

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：晚上好！

我很荣幸能够代表高复一班在这里发言。

一句广告词：如果你知道去哪里，全世界都会为你让路！我们坚信：六月的天空属于我们！我们的梦想之花一定会在六月绽放。

悔的青春！

激情燃烧的100天！它是顽强拼搏的100天！更是奇迹迭出的100天！梦想成真的100天！

同学们，冲锋的号角已经吹响，壮阔的画卷已经展开！在此，让我们以青春的激情庄严承诺：

不让百日青春虚度，

不让理想之花凋谢，

不让失望的泪水蔓延！

为了实现人生的梦想，

为了让生命像金子一般发光，

我们要珍惜一百天，拼搏一百天，

在六月放飞我们的希望，

在六月实现我们的理想！

谢谢大家！

## 百日冲刺的演讲稿篇四

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：

你们好！

今天是特殊的日子。还有100天，我们将迎来xx年高考，迎接祖国的挑选，我们将实现自己人生的一次飞跃。

只有100天了，100天时间太短！但我们充满朝气，胸怀理想，我们将更加奋发努力，分秒必争，一分耕耘，总有一分收获，鼓起勇气，迎着朝阳，走出艰难，走过这100天，希望就在前头！

我们是等待破茧的蛹，是准备接受6月洗礼的海燕，是将要在考场上实现诺曼底登陆的战士！我们已经等待了整整11个春秋，今天是我们冲刺的时候了。

夸父追日，道渴而死，精卫填海，矢志不悔。我们要坚持到底，我们绝不放弃！

历史告诉我们：成功没有秘诀。如果真有的话，首先就只有坚持到底，永不放弃；其次就是想放弃的时候，请回到头来再照着第一个秘诀去做：坚持到底，永不放弃，直到胜利。

十年面壁，三年铸剑，面壁十年图破壁，铸得良剑，斩蛟龙！

面对六月沙场，面对云月鏖战，今天我们郑重宣誓：困难面前，决不低头，挫折面前，决不弯腰，笑傲六月流火。

今天，我为xx中学自豪；明天，为我骄傲。我们要唱出青春无悔，让梦想飞跃千山！我们向心中的象牙塔呐喊：我选择，我成功！

“人生几回往事，青山依旧枕寒流，子规夜半犹啼血，不信东风唤不回”，三分靠运气，七分靠打拼，爱拼才会赢，敢拼一定赢。我们坚信：今年的6月我们的笑脸将更加灿烂！我们的湖中更加耀眼！

谢谢！

## 百日冲刺的演讲稿篇五

同学们：

今天，我们齐聚报告厅，进行高考百日冲刺动员。之前，教师代表和学生代表做了热情洋溢，充满智慧，充满力量，充满信心的发言。在此基础之上，我提几点要求，为同学们的冲刺鼓劲加油。

一、正确认识新高考方案。

根据个人情况，处理好语数外三门核心学科与选修学科的关系。从宏观讲，语数外三门核心学科与选修学科同等重要，学校提出“选修优先，狠抓语数外”的应对策略，选修双b是本科录取的门槛，选修过c是填报志愿的门槛，选修过a是填报部分重点大学志愿的门槛，新高考对选修学科的要求比老模式还要高，它特别强调学科均衡发展，没有选修的高等级，语数外成绩再好都没有好大学录取，甚至不能被录取，甚至没有资格填报志愿，这次市统考，我校有472人语数外成绩达到本科线模拟线，但有202人选修不达双b□这部分同学在不放

松语数外学习的同时，要特别关注选修的平衡补差。

语数外的总分加6a的奖励分10分加照顾分叫特征分，新高考依据特征分划定本一、本二、本三、专科的分数线和填报志愿的资格线，语数外的特征分是能不能录取的关键，这次市统考我校有120人语数外的特征分没能过本科线模拟线，还有50人语数外的特征分在250分以下，各人要根据自己的情况，制定提高语数外成绩的策略，尤其要强化数学的学习。从微观讲，物理方向和历史方向的考生还要处理好数学和语文主卷与加试内容的关系。新高考的加试内容不难，主要测试的是知识广度，而非深度，附加分与特征分相加叫投档分，录取时依照投档分的高低依次投档，同学们必须重视加试内容的学习，不要以为可有可无，附加分将直接影响同学们录取的先后和学校的层次。

新高考对同学们来说是难得的机遇，从高考发展的趋势看，试题难度在稳定中求变，变活变新，不是变难，只要我们夯实基础，就能以不变应万变。抓基础促高分，抓基础促平衡，进一步优化语数外总分和选修等级的匹配，防止“木桶效应”影响同学们学习发展的目标。

二、服从老师指导，提高课堂效率，做到听练记三到位。

目前，多数学科进入二轮复习，以专题复习为主，是一轮复习的提高。根据我校情况，学校要求老师“以基础知识为载体，以基本能力为纽带，逐步提高综合运用能力”，我们的复习进入夯实基础与发展能力并重的关键阶段，对同学们来说又是一次机会，中上游的同学可以发展能力，中下游的同学可以进一步复习基础。一轮复习大家做得很好，保持了县内第二方阵领先的优势，取得了阶段性成果，能不能取得最后成功关键还要看第二阶段的能力发展和基础知识的查漏补缺能不能到位。

二轮复习的要求进一步提高，希望同学们主动接受老师的指

导，不另搞一套。只有从心底信任老师，才能提高学习效率，老师学有专长，某一学科领域的知识和方法足以指导同学们应对高考，老师的课要认真听，尤其要注意学习学科思想和学科方法。老师的讲义要认真做，能力是在练习中形成的，知识是在练习中巩固的，问题是在练习中发现的，水平是在练习中提高的，二轮复习练习量会有所加大，大家要有思想准备，真正做到“拳不离手，曲不离口”，不仅数理化要做题，其他文科性强的学科也有较大的训练量，此时的练习正确率，强调规范性，强调速度，强调策略。

现阶段的学习要强化记忆。记忆是学习的能力，更是学习的基本方法。重视记忆是取得好成绩的法宝。高考时，所有知识的再现都必须依靠记忆。语文英语政治历史地理要记，生物化学物理数学也要记；基本概念公式要记，典型题目特殊方法也要记。我提倡强化记忆，同时提醒学习不能停留在记忆阶段，记不住肯定考不好，记住了不一定能考好，还要学会进一步的应用。

### 三、科学安排生活，确保身体健康，精力充沛。

首先要坚持每顿饭吃饱吃好，早中晚一顿不少，适当增加蛋白质鱼肉蛋的摄入量，不吃方便食品。其次要保证充足的睡眠时间，早晨不要早起，要保证上午的上课效率，中午要保证30—45分钟的午休，天气还比较冷，午睡要注意保暖，晚就寝动作要快，熄灯后不讲话，不洗衣服，不做其他事情。离开宿舍要注意宿舍的通风，离开教室要注意教室通风，要注意个人和公共卫生，防止疾病传播，课间要到教室外透透气，看看天空和远方，以保护视力，调节心理。

### 四、克服困难，排除干扰，追寻理想。

同学们，\_\_年的求学之路，4380个日日夜夜，只剩下100天的复习时间。最后冲刺的100天，我们依然会面临困难，基础差，学习跟不上是困难；家庭条件好，个人缺乏进去心也是困难；

我们依然会面临干扰，男女生过密交往是干扰，师生间的同学间的摩擦也是干扰，等等。所有这些困难和干扰，相对于同学们追寻的理想来说，都不重要。100天，同学们要丢下包袱，抛弃杂念，依靠青春的智慧和力量，到达理想的彼岸。上大学不是人生的唯一选择，但是一个很好的选择，它可以提高人生步入社会的起点，学有专长，可以对社会做出更大的贡献，从而使人生更有意义。

在100天中，还有三次大考，市一模、二模、高考。南通市一模考试定在3月27—29日，时间还有30天，这是仅次于高考的一次重要考试，各位同学必须高度重视，积极应对，同学之间要展开学习竞赛，人人争先进，人人求发展，形成新一轮学习热潮，争取再上新台阶。

同学们，新学期的开始也是春天的开始，万物复苏，新陈代谢加快，人的思维进入活跃期，同学们要珍惜春天的美好时光，冲刺30天，备战市一模，冲刺100天，备战08高考，决胜08高考。

最后，祝同学们成功！

## 百日冲刺的演讲稿篇六

老师们、同学们：

大家下午好！今天我发言的题目是：稳定心态、轻装前进、提高效率，向大学进军。

时间似流水，转眼间我们离高考只剩下一百天，今天我们聚集一堂，就是要共同宣誓，共同加油，争取每一位同学都取得高考的胜利。

人生有许多梦，唯有少年之梦最美。老年人的梦多是对往昔挥逝去的岁月的留恋，而青年人的梦则是对美好未来的希望。

希望，是梦想，也是幻想。实现了，就是梦想成真，破灭了，就是幻想成空。人生紧要关头决定性的只有几步。今天我们开这个百日应考誓师大会，就是提醒大家，我们个人一生紧要关头到来了。

距离高考的时间越来越紧，学生的学习压力越来越大。决定命运的'日期马上就要到了，在这样时候，说空话、说套话是不必要的。在这里，我想强调三个问题：

第一句话是轻装前进。在战斗即将打响的时候，部队要兼程到达指定位置，必须轻装前进。我们也一样。

要想轻装前进，首先要明确目标。我们唯一的目标就是考上大学。我们唯一的任务就是复习备考。这一点要明确。所谓轻装前进，关键是放下包袱，放下所有包袱。把主要心思转到学习中来，把一切与复习备考无关的事放下。把人与人复杂的个人关系、个人感情、私人恩怨放下。要适当地放弃，这还需要勇气。与高考无关的许多人、许多事，在一定的时期会有很大的价值，但高度当前，它们的价值要往后放，到了大学校园之后再继续。如果真的能置疑一个目标决定自己的百日生活，那么放弃也不件难事。

第二句话是稳定心态。首先要充满信心。大学扩招之后，众说纷纭，但一个重要的基本点是人人都关注的，那就是有志者有了发挥的天地，每个人都有大学可上。只要努力奋斗，认真学习了，皇天不负有心人，有付出必然有回报。你有具体可行的目标，只要自己付出了，就一定能够实现。心理上个人可以每天暗示一下自己：我能行，我一定行。我能学会，我能考好。我能稳定自己的心态，我能把握自己的命运。其次稳定心态还要做到学适时调节个人情绪。与人有矛盾怎么办？遇上困难怎么办？家庭变故怎么办？成绩波动怎么办？每一点小小的挫折，都可能导致个人终生的成败。心理上有问题，可以说是最大的问题。自己解决不了，可以请人帮助解决。要真正保持民族教育的稳定，还有一个劳逸结合的问题。

题。善于搭配时间。不同的学科，不同的训练方式、不同类型的习题，有时需要在不同的时间去做，有时需要相互插花式搭配完成。我们讲抓紧时间，不是把一切时间都用来学习，该吃饭时要吃好饭，该喝水时要喝好水该休息时要注意休息，该锻炼身体时也不能忘记锻炼身体。百日冲刺，要把自己调节到最佳状态。现在人看高考，是智力、体力与心态的总体较量，不仅仅在学习本身。所以劳逸结合的重要性不言而喻。

第三句话是提高效率。轻装前进本身就是为了提高效率，在此基础上，我们还要讲究一切与效率有关的问题。在最短的时间内尝到最多的知识，保持最好的心态，以最快的速度提高自己的成绩，百日增长一百分也是可能的。关键是要有效率意识，不能死学、盲目用功，而要巧学，根据个人特点制定复习备考计划。

## 百日冲刺的演讲稿篇七

老师们，同学们：

今天是一个特殊的日子，是一个让我们在座的每一个人刻骨铭心的日子。距离高考还有一百天，从今天开始，我们就要整装上阵，作最后的进军，挺进神圣庄严的高考考场。考场如同战场，战场必须决胜。为了在高考中取得辉煌的战绩，今天我们在这里隆重集会，举行黄冈天有高中20xx届高三百日冲刺誓师大会，为同学们擂响出征的战鼓，吹响进军的号角！如果说中学生活是一场万米长跑，那么终点就是万众瞩目的高考，这天就是最紧张，最刺激，最变幻莫测，最富有挑战性的冲刺阶段。此时也许你已大汗淋漓，精疲力尽，但你必须咬紧牙关，瞄准终点，奋勇冲刺。因为同学们都知道，高考是人生关键的一步，是人生重大的转折，只有领取到高考的通行证，才能跨进大学殿堂。它对翻开我们生命乐章的崭新一页有着不可估量的作用。他可能会让你的人生如诗如歌，可能会让你的梦想绚丽如虹；可能会让你拥有实现雄心壮志的更大舞台，可能会让你登上一座座风光无限的山峰。

怎样才能打好高考之战，实现人生的美好梦想呢？在此，我想对同学们提几点要求和希望。

## 第一，认清高考形势，坚定必胜信念

俗话说：“欲胜人，先胜己。”高考复习中保持必胜的信念是非常重要的。同学们每个个体的生命都是一座核反应堆，潜藏着巨大的生命核能。但为什么有的核反应堆发生了核裂变，产生了巨大的核能，有的却不能？这是因为后者缺少中子轰击，这个中子就是自信，只有当你树立起自信心的时候，你的生命核能才可能被激发。请记住这句话：“如果你坚信你能行，你就一定能行；你如果认为自己不行，行也不行”。即使在你的努力没有取得立竿见影的效果时，也不要灰心丧气。要坚信有付出就会有回报，有耕耘就会有收获。

## 第二、确定奋斗目标，顽强拼搏进取

树立自信之后，各层次同学要根据自己的情况，给自己准确定位。与去年同期相比，这次调研考试预估本科分数线为430分，但分数不是一成不变的，人的潜力是很大的。400分以上的同学都有冲击本科的希望。同学们要根据自己的在年级的名次给自己准确定位。优秀生要确保本一，冲击名校；中等生能上本一冲本一，能上本二冲本二，进不了本二上本三，进了高校再图发展。430分以上的学生不能麻痹大意，稍有懈怠就可能滑到线下；430以下的学生，只要信心十足，方法对头，奋勇拼搏，很可能就是黑马，这100天之内什么奇迹都可能发生。高考是实力之争，不相信运气，更不相信眼泪。爱拼才会赢。人生能有几回搏，今日不搏更等待何时？我校上一届就有一些原本成绩较差的学生在最后100天顽强拼搏最后创造了奇迹。因此，要拼搏就要有永不言败的不服输精神，就要有不达目标誓不罢休的精神，就要有坚韧顽强的恒心毅力，就要有战胜一切困难的英雄气概。要拼搏还要惜时，时间对每个人都是个常数，抛弃时间的人，时间也抛弃他。时间就像海绵里的水，挤之则有，不挤则无。进入冲刺阶段，时间

是用分秒计算的，要珍惜每一分每一秒的时间。要拼搏还要能吃苦，吃得苦中苦，方能拿高分。“梅花香自苦寒来”“苦心人天不负”“苦功夫何处下？三更灯火五更鸡”这些至理名言，充分说明吃苦对于成功是多么重要。高考自有险阻，苦战方能过关！