

# 2023年高考倒计时演讲稿(通用10篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 高考倒计时演讲稿篇一

老师们、同学们：

今天是个特殊的日子，我们为某某一中加油，为自己加油。再过一百天(准确地说是九十九天)，我们就要整装上阵，踏上神圣庄严的高考战场。如果把高中三年的学习生活比作一次万米长跑，那么我们现在已经跑过最后一个弯道，距离终点仅有百米之遥。百米冲刺的时候，那一道道关切的目光，那一声声助威的呐喊，给我们信心、力量和勇气，激励我们冲出最好的成绩！

同学们，这一百天，在一步步跨近理想的征程上，我们不必怯懦、更不能动摇，我们没有倦怠的余地，我们要如下山猛虎一般，义无反顾地向着终点那道耀眼的生命之线奋力冲刺！

同学们，高中三年的一千多个日日夜夜，我们埋头于堆积如山的书籍，我们做完了不计其数的试卷；有过成绩一步一步上升的喜悦，也有过成绩下滑伤心失意的泪水；我们背负着父母殷切的希望，描绘着自己心中的蓝图；我们在一中校园度过了生命中最亮丽的青春花季，记下了每一张灿烂如花的笑脸。最后一百天，我们一定要坚持、一定要坚强、一定要坚韧，要在流金似火的六月，打一场漂亮的胜仗，收获我们最大的梦想。

同学们，高考，是人生征途中最激动人心挑战之一，某种意义上，高考不仅仅是考试，也是对我们意志力考验，是一次和自我的比拼。面对高考，每个人都要成为有信心、有勇气、有耐心的勇士，因为我们知道，百日之后的高考，可能会让你的人生如诗如歌，可能会让你的梦想绚丽多彩；你将赢得更大舞台来施展雄心壮志，登上一座座风光无限的山峰。这一系列的可能，需要我们用汗水和智慧去赢得。

当今世界政坛上有位传奇人物曾说“每一只漂亮的蝴蝶都是自己冲破束缚它的茧之后才变成的……”有些东西，我们可能无法改变，比如平庸的相貌、苦难的遭遇、成长的环境等，这些都是我们生命中的“茧”，但是，有些重要的东西却人人都应该拥有，比如自尊、自信、毅力、勇气，它们是帮助我们穿破命运之茧，化蛹为蝶的生命之剑。（高三励志文章）同学们，一百天，对于我们来说，实在太短，因为我们还有很多事情没有做好；可是，一百天，对于有心人来说，却又很长，因为只要我们精打细算，科学安排，就完全来得及弥补过去的漏洞和不足。以下建议希望能够给同学们提供帮助：

首先，保持头脑清醒、学习讲求效率。要注意劳逸结合，保持充沛的体力和灵活的思维。必要的睡眠、放松，适当的体育活动是学习中不可缺少的润滑剂，可以帮助我们调整状态，提高效率。保持愉悦的心情，和同学和睦相处，也有助于提高学习效率。三年同窗之谊，将留下人生中一段美好的记忆。要和同学保持互助关系，团结进取。每天有个好心情，有好朋友一起分享学习的苦与乐，学习积极投入，效率自然会高。

第二，要善于归纳总结，使知识“由厚变薄”。老子曰：“为学日益，为道日损”。学习新东西要不断增加新内容，融会贯通后，要不断地思考、归纳和总结，思考学科的本质、问题的本质，掌握最核心的知识和能力。

第三，积极思考，抓住灵感。现代社会信息的多样性在高考卷中将会充分体现，要多观察、多思考、多实践，要通过积

极的思考，分类整合，回归学科本质，建立起立体化的知识网络，把知识变成真正为自己所用的招数和能力。

第四，要注重考前心理保健，要正确对待高考。

- 1、正确面对高考竞争。高考其实是人类众多挑战中的一种，需要我们全力以赴，但它远不是生活的全部。
- 2、正确地看待自己。认识到自己的差距，给自己定一个力所能及的目标。
- 3、积极实行你的计划：把注意力放在“你能做到的事”上，而不是为不可知的结果担忧。
- 4、主动与同学沟通，帮助别人，获得积极的情感交流，压力会因为交流而得到有效释放，而信心也会因交流而得到重建。
- 5、仰望长天感受自然，当你面对森林，河流或星空的时候，你会发现自己的那点压力或烦恼实在渺小的如沧海一粟。

同学们：人生匆匆，青春不仅仅是一段易逝的年华，青春更应是一种永恒的心态。没有人永远成功，也没有人永远失败，却有人永远进取。风，从水面走过，留下粼粼波纹；阳光，从云中穿过，留下丝丝温暖；岁月从树林走过，留下圈圈年轮。同学们，我们从时代的舞台上走过，留下什么呢？留下的是我们人生道路上第一次全力以赴的拼搏身影。千万不要把太多的精力和时间消耗在一时的享乐当中，当你竭尽自己的最大努力去为梦想而奋斗，你将收获超出你预期的成果；当辉煌的落日即将沉沦，当你眼中金色的光亮即将消失时，你的梦没有实现，这才是你最刻骨铭心的痛！在今后的一百天，老师也许会对你们有更苛刻的要求，更艰苦的训练，更严厉的批评，或许有时会令你们难以接受，但我相信大家能够理解，因为作为一名教师所做的一切，都是为了自己的学生。我相信，在这最后一百天里，我们全体师生众志成城，奋力

耕耘，竭尽全力，定能以我们的智慧驾驭战场，决胜于千里之外！瑞雪兆丰年，我相信今天的雪会给每一个勤奋的一中人带来好运。

祝同学们身体健康，生活愉快，虎年大吉，高考成功！

## 高考倒计时演讲稿篇二

老师们、同学们：

今天是个特殊的日子，我们为某某一中加油，为自己加油。再过一百天（准确地说是九十九天），我们就要整装上阵，踏上神圣庄严的高考战场。如果把高中三年的学习生活比作一次万米长跑，那么我们现在已经跑过最后一个弯道，距离终点仅有百米之遥。百米冲刺的时候，那一道道关切的目光，那一声声助威的呐喊，给我们信心、力量和勇气，激励我们冲出最好的成绩！

同学们，这一百天，在一步步跨近理想的征程上，我们不必怯懦、更不能动摇，我们没有倦怠的余地，我们要如下山猛虎一般，义无反顾地向着终点那道耀眼的生命之线奋力冲刺！

同学们，高中三年的一千多个日日夜夜，我们埋头于堆积如山的书籍，我们做完了不计其数的试卷；有过成绩一步一步上升的喜悦，也有过成绩下滑伤心失意的泪水；我们背负着父母殷切的希望，描绘着自己心中的蓝图；我们在一中校园度过了生命中最亮丽的青春花季，记下了每一张灿烂如花的笑脸。最后一百天，我们一定要坚持、一定要坚强、一定要坚韧，要在流金似火的六月，打一场漂亮的胜仗，收获我们最大的梦想。

同学们，高考，是人生征途中最激动人心挑战之一，某种意义上，高考不仅仅是考试，也是对我们意志力考验，是一次和自我的比拼。面对高考，每个人都要成为有信心、有勇气、

有耐心的勇士，因为我们知道，百日之后的高考，可能会让你的人生如诗如歌，可能会让你的梦想绚丽多彩；你将赢得更大舞台来施展雄心壮志，登上一座座风光无限的山峰。这一系列的可能，需要我们用汗水和智慧去赢得。

当今世界政坛上有位传奇人物曾说“每一只漂亮的蝴蝶都是自己冲破束缚它的茧之后才变成的……”有些东西，我们可能无法改变，比如平庸的相貌、苦难的遭遇、成长的环境等，这些都是我们生命中的“茧”，但是，有些重要的东西却人人都应该拥有，比如自尊、自信、毅力、勇气，它们是帮助我们穿破命运之茧，化蛹为蝶的生命之剑。（高三励志文章）同学们，一百天，对于我们来说，实在太短，因为我们还有很多事情没有做好；可是，一百天，对于有心人来说，却又很长，因为只要我们精打细算，科学安排，就完全来得及弥补过去的漏洞和不足。以下建议希望能够给同学们提供帮助：

首先，保持头脑清醒、学习讲求效率。要注意劳逸结合，保持充沛的体力和灵活的思维。必要的睡眠、放松，适当的体育活动是学习中不可缺少的润滑剂，可以帮助我们调整状态，提高效率。保持愉悦的心情，和同学和睦相处，也有助于提高学习效率。三年同窗之谊，将留下人生中一段美好的记忆。要和同学保持互助关系，团结进取。每天有个好心情，有好朋友一起分享学习的苦与乐，学习积极投入，效率自然会高。

第二，要善于归纳总结，使知识“由厚变薄”。老子曰：“为学日益，为道日损”。学习新东西要不断增加新内容，融会贯通后，要不断地思考、归纳和总结，思考学科的本质、问题的本质，掌握最核心的知识和能力。

第三，积极思考，抓住灵感。现代社会信息的多样性在高考卷中将会充分体现，要多观察、多思考、多实践，要通过积极的思考，分类整合，回归学科本质，建立起立体化的知识网络，把知识变成真正为自己所用的招数和能力。

第四，要注重考前心理保健，要正确对待高考。

1、正确面对高考竞争。高考其实是人类众多挑战中的一种，需要我们全力以赴，但它远不是生活的全部。

2、正确地看待自己。认识到自己的差距，给自己定一个力所能及的目标。

3、积极实行你的计划：把注意力放在“你能做到的事”上，而不是为不可知的结果担忧。

4、主动与同学沟通，帮助别人，获得积极的情感交流，压力会因为交流而得到有效释放，而信心也会因交流而得到重建。

5、仰望长天感受自然，当你面对森林，河流或星空的时候，你会发现自己的那点压力或烦恼实在渺小的如沧海一粟。

同学们：人生匆匆，青春不仅仅是一段易逝的年华，青春更应是一种永恒的心态。没有人永远成功，也没有人永远失败，却有人永远进取。风，从水面走过，留下粼粼波纹；阳光，从云中穿过，留下丝丝温暖；岁月从树林走过，留下圈圈年轮。同学们，我们从时代的舞台上走过，留下什么呢？留下的是我们人生道路上第一次全力以赴的拼搏身影。千万不要把太多的精力和时间消耗在一时的享乐当中，当你竭尽自己的最大努力去为实现自己的梦想而奋斗，你将收获超出你预期的成果；当辉煌的落日即将沉沦，当你眼中金色的光亮即将消失时，你的梦没有实现，这才是你最刻骨铭心的痛！在今后的一百天，老师也许会对你们有更苛刻的要求，更艰苦的训练，更严厉的批评，或许有时会令你们难以接受，但我相信大家能够理解，因为作为一名教师所做的一切，都是为了自己的学生。我相信，在这最后一百天里，我们全体师生众志成城，奋力耕耘，竭尽全力，定能以我们的智慧驾驭战场，决胜于千里之外！瑞雪兆丰年，我相信今天的雪会给每一个勤奋的一中人带来好运。

祝同学们身体健康，生活愉快，虎年大吉，高考成功！

## 高考倒计时演讲稿篇三

各位老师，各位同学：

冲刺路程的艰险是为了撞线刹那的喜悦；100天的奋斗是为了中考的马到成功。播撒了梦想的种子，就需要用汗水去浇灌它。

我们盼望着“今年花胜去年红”，我们期待着今年的六月“风光不与四时同”。今天学校召开20\_届中考百日冲刺动员大会”，就是给我们的奔跑助一把力，就是给我们的冲刺呐喊一声喊，就是喊出我们打好中考这一仗的战前誓言。

100天的时间太长，那些一时看不到希望的人会这么说，他们无疑是准备放弃九年的汗水和眼泪的人了。这让人十分遗憾，因为在接近目标的时候，最是考验一个人意志的时候。

100天的时间太短，那些充满朝气，胸怀理想的同学会这么讲，他们将更加奋发努力，分秒必争。他们相信，奇迹总是由强者创造的，一分耕耘，总有一分收获。

风，从水面走过，留下粼粼波纹；阳光，从云中穿过，留下丝丝温暖；岁月，从树林走过，留下圈圈年轮。同学们，我们从时代的舞台走过，留下什么呢？我们留下的是我们人生道路上一次全力以赴的拼搏身影。同学们！风雨拼搏十几年，距离我们期盼的学校只有100天了，为了这个理想，我们披星戴月，寒暑不停，我们阅读过可以堆成山的书籍，做完了满天飞的试卷；我们有过成绩一步一步上升的喜悦，也曾有过成绩下滑的泪水。

同学们，中考将翻开你生命中崭新的一页，它会让你的梦想绚丽如画，让你的前程灿烂如星，让你的生命完美如歌，而

这一切的可能只有两个字能实现，那就是“拼搏”。

奋斗100天，让雄心智慧在六月发出光芒；

拼搏100天，让父母恩师在六月畅想期望；

我们有决心苦战百天，逐鹿考场；

我们有信心笑傲六月，决胜中考。

100天，在历史的长河中如沧海一粟，而我们通过最后100天的努力，可以让我们飞向高一级的学府。

100天的路程将见证我们攀登时的艰辛，100天之后的六月十八，十九，二十号，我们将以的精神状态迎接中考，把异的成绩献给自己，献给父母，献给\_实验学校！

## 高考倒计时演讲稿篇四

同学们：

大家晚上好！漫漫高考长征路已经进入尾声了，再过五天，牵动人心的时刻就要到来了，大家就要迎来高考这场既满怀期待又心存担心的`考试了。此时此刻，你的心情如何呢？是期待、紧张、兴奋、还是百感交集。

高三一年的奋斗，特别是高考前的点点滴滴，正是这所有的一切努力，将轻轻的把你推向了人生的又一个彼岸。有一位教授说了一句话：“高考，四分考实力，六分考心理。”就是说一个人心理调节成功与否，将会极大的影响到他的高考成绩。

一考定终身，分数就是硬道理！这句话从某种角度来说也是成立的。高考牵动着亿万家长的心，关系着学生一辈子的前



途和幸福！在剩下的五天的时间里，重要的不再是知识掌握的多少，要弥补也是有限的。更重要的是大家的心态调节，能否把掌握的水平充分地临场发挥出来。高考考前同学们的心理调节是我们教师、家长和学生的共同关注！

## 一、考前心理调节。

十六个字：强化信心、优化情绪、进入状态、充分发挥。在临考的这几天里，努力做好以下十件事就可能达到调整心态十六个字的要求。

制定好作息时间计划及复习安排。把每天的复习功课、文体活动、休息与睡眠的时间安排合理，防止复习忙忙乱乱，才能使生理节奏感与心理节奏感增强。同学们千万要记住，无论你原计划在高考前准备把功课复习三遍也好，五遍也罢，这时都应该停下来，对知识结构进行梳理拾漏补缺，将重点的内容重点复习。

进入高考时间节奏。今年高考科目顺序有变动，要根据高考上午开始时间与下午开始时间复习功课，例如按上午考试科目的高考时间复习该学科，有助于进入高考状态，有助于充分发挥已掌握的知识。

6月2日-4日距离高考3--5天：上午：6:30起床，洗漱，稍微活动一下。6:50吃早餐。早读、1、2节、看书。休息半个小时。3、4节、复习理综或文综。做题。午间休息吃饭休息半个小时。15:00—17:00复习英语、数学。以做题为主。休息，听听音乐，运动一下。晚上：19:30—22:00看书。休息。23:00准时入睡。

6月5日距离高考还有2天：上午：6:30起床，洗漱，稍微活动一下。6:50吃早餐。7:30—8:30看书。休息半个小时。9:00—11:30复习语文。因为第二天就要高考了，所以今天最好复习第二天的考试科目。午间休息吃饭。午睡40分

钟—1小时，根据自己的情况调整。下午：13:40—14:30看书。休息半个小时。15:00—17:00复习数学。以做题为主。休息，听听音乐，运动一下。晚上：19:30—22:00看书。休息。23:00准时入睡。

6月6日距离高考还有1天：放松，考前动员，看考尝熟悉考场周围环境，包括卫生间等等。乘车路线、乘车时间、考虑堵车等因素。一般不安排时间学习。最后一天，晚上不要太早休息，防止睡不着，不要破坏平时的习惯。

每天以高考的心态做适量的卷子。有些考生认为自己已经做了好几个月的卷子了，临考前十天八天不做，看看就行了，这可能会导致考试时抓不住感觉，手生，影响发挥。

抓住最佳记忆时间。早晨起床后半小时以及晚上睡觉前半小时由于不受前摄抑制、后摄抑制的影响，记忆效果最好。建议同学们可以在早晨起床后半小时以及晚上睡觉前半小时复习最关键、最重要的课程内容。

注意饮食卫生，防止胃肠疾病饮食是这个阶段不可忽视的问题，在此期间，千万不要盲目吃大量的补品或者吃以前不习惯的东西，还是吃以前一些清淡且熟悉的食品为佳，只要注意保持每日所需的营养就好，平平淡淡才是真。建议同学们按照平时的饮食习惯吃饭就可以，没有必要因加强营养去吃大鱼大肉。要注意饮食卫生，高考前这三天，除了合理地调剂好一日三餐外，还要特别注意饮食卫生，最好不要去卫生条件差的小摊点上就餐。生吃瓜果要用开水烫洗或消毒；做凉拌菜时，调料中可加醋加蒜泥，既可杀菌又能增强食欲。

参加自己喜欢的文体活动。调节情绪、消除疲劳、养精蓄锐，以稳定的、饱满的情绪迎战高考。但参加体育活动时，切忌剧烈运动，防止受伤。最好不玩电脑和上网。因为玩电脑、上网容易上瘾，容易在大脑形成优势兴奋灶，抑制已掌握知识的发挥。

调整心理状态。临考前，每天挺胸抬头快步走，有助于增强信心，要相信自己的力量，不要迷信。许多同学在这个时候，会出现焦虑不安、担心考不好等心理负担过重现象。如何调整好考前的心理状态呢？一是要增加自信心。不要总是想着考不好，因为越是担心考不好，造成心理紧张就越是考不好。此时要相信自己，尽力就好，至于考试结果则不必再去多想。要以平常心对待，不要对自己太苛求。二是多跟家长和同学交流谈心，从他们那里你会获得鼓励和帮助；三是可以跑跑步、做做操，进行体育锻炼，这也是释放心理压力的好办法。总之，考前要有一个乐观、自信、平和的心态。

调整睡眠，保证充分休息。在考前的三天里，要充分休息好，比平时要多休息1--2个小时，把以前“欠”的觉补一补，把精神恢复过来，是非常必要的。从现在开始就不要再“开夜车”了，根据自己的情况把晚间睡眠调整到十一点。6月6日晚上切不可提前上床，否则很容易辗转反侧难以入睡，使心绪烦躁不安，影响考试。

心平气和，防止烦躁。不想考试后的事，不与人争论问题，心平气和地对待考前的一些事情。随着高考日的临近，不少考生开始想起考后的安排了，容易分散注意力，我们建议同学们在考前应集中心思，全力以赴迎考。考前有些紧张担心在所难免，考前有些轻度焦虑有助于发掘你的智力潜力。把自己的轻度考试焦虑看得太重，这才是影响考试的负面心态。

增强信心。从现在开始不再做难题，不再做新的题目，以免自信心受打击。强化自己已掌握的知识，增强信心，每一个人掌握知识的程度不一样，高考的目标就不一样。只要达到了自己能力所及的目标就是高考成功。临考前这几天，每天挺胸抬头快步走，有助于增强信心，要相信自己的力量，不要迷信。信心是高考成功的灵魂，只要你有良好的心态就能达到你力所能及的考试目标。

## 二、考试期间要求。

在考试期间要适当增加营养。饮食安排要做到食物多样，谷类为主，要多吃蔬菜和水果，常吃奶类、豆类或豆制品，经常吃适量的鱼、禽、蛋和瘦肉，吃清淡的饮食，不宜饮酒，要吃清洁、卫生、不变质的食物。要吃饱，要吃好，要清淡，要少吃脂肪和糖，要适当吃些杂粮，要及时补充水分。不宜用饮料代替白开水；不宜贪凉；不宜午睡时间过久；不宜节食；不宜室内外温差过大；不宜在风口上猛吹。

要认真遵守学校的各项纪律求。入住酒店要遵守作息时间安排，讲文明、守纪律、重安全，认真对待每一场考试。

要消除不必要的烦恼焦虑，要保持愉快乐观的情绪。要学会“关门”。学会关紧“昨天”和“明天”这两扇门，过好每一个“今天”，既不对昨天耿耿于怀，也不对将来的事忧心忡忡。

要具备信心专心细心恒心——这是高考成功的保证。

同学们，竞赛的胜负不仅是技术水平的较量，而且是心理素质的较量，心理素质的好坏，直接影响竞技水平的发挥。考试也是如此，要在考试中保持最佳的心理状态，要具备“四心”：

**信心：**有它不一定能赢，没它一定会输。信心是成功的精神支柱，有信心的人有以下表现：

要充满自信，做到战略上藐视困难，战术上重视困难。胸有成竹，从容不迫，学习生活有规律。考前要千方百计调整好生物钟，使自己的兴奋点和考试时间同步。信心在考场中的表现，是遇到难题，镇定自若，沉着应考。

**专心：**头脑清醒、精力集中的前提。有的同学考前存在私心杂念，有畏惧心理，这是可以理解的。但一上考场，则必须排除一切干扰，专心致志、净化精神。只有专心致志才能保

持头脑清醒，才能感知深刻、积极思维，才能处于最佳心理和生理状态。

**细心：**别因一两分名落孙山。每次评卷总结，老师们都要谈到考生的过失性失分，有的忘填小空，有的漏掉小题，有的忘了一页，造成不应有的损失。有的人就因为这关键的一两分而名落孙山。除做题外，有的考生还粗心到忘带准考证、考试必需品等，结果一上考场就手忙脚乱，影响考试。克服粗心，必须细心。

**第一、考前准备要细心。**要做好思想和物质准备。考前考后要检查准考证、钢笔及其它文具是否带齐，还要估计一下出现突发事件怎么办？各种情况都要考虑周全，做到有备无患。不管是使用圆珠笔或是钢笔，都要准备两支；还有画图形和涂机读卡的铅笔、尺子、橡皮、圆规等文具也都要充分准备，做到有备无患。特别要指出的是铅笔一定要买正牌2b的，这是最重要的。

**第二、考试时做题要细心。**做题前先填考号、姓名，将试题浏览一遍，做到心中有数。做题时要先易后难。每道题都要细心、认真地研究。要学会“会做求全对，稳做中档题，一分不浪费。”

切忌漏题，要注意试卷的正面和背面，不要漏掉背面的题。要注意单页试卷，按要求填好机读卡。

**第三、要有时间观念，充分利用有效时间。**不应迟到，不宜早退，要做到三个环节：通览全卷，全面解答，校对复查，这样就可以使自己不失掉该得的分数。

**第四、要认真熟悉考试环境。**熟悉的环境，往往有助于启发思维，生疏的环境则阻碍思维。考场一般都不是自己的“老窝”，有必要熟悉自己的考室、位子。

做到细心的口诀：通览全试卷，填好号 and 名；审题要仔细，题意要弄清，遇到拦路虎，不妨绕道行；细中求速度，快中不忘稳；不争交头卷，检查要认真。

恒心：出师不利也要坚持到最后一秒。参加考试，不可能一帆风顺。有的人可能出师不利，首战受挫，第一道题就不会做或第一科就考得不够理想，有的人可能中途受阻。面对这种情况，容易产生消极情绪，而消极情绪对以后各科的考试极为不利。它会分散注意力、影响记忆、遏制思维、降低效率。这就需要冷静下来，认真总结失败的原因，尽快把注意力转移到下一门考试中，不必再对前者耿耿于怀。要提得起，放得下。考试期间做到三不：不同别人对答案，不讨论不会做的题，不找老师解题。决不能一失败就灰心丧气，要有恒心，要有锲而不舍的精神，不管前面的学科考得如何，都坚持考到最后一科，最后一秒。

同学们，高考已经一天天的逼近了。现在已是别无选择，只能全力以赴向自己的目标冲刺！这时候，很多知识的积累都已经定型，但心理的波动往往会影响你的复习和考试。所以首先要学会放松，放松的目的就是能够有一种平常心去面对一切，不要患得患失。放松的另一个目的是要让相信自己，不止要相信自己的实力，更要相信自己的运气。

如果前一个阶段复习效果不大理想，更别慌。成绩不好，不外乎状态不好，哪个基础点不扎实，哪里没复习够这几个原因。这样一来，心态也得到了很好的调节。在这一段最紧张的日子里，不要给自己太多的压力，要放松，只要是努力了即使失败了也没有关系，只要发挥出自己的水平就好。要让自己的心平静下来，要能够以一种坦然的心态去面对高考，面对人生。能够在坦然与自信中，走过高考的风风雨雨。为自己的高中生涯画上一个圆满的句号。

最后，预祝同学们高考一帆风顺！满怀信心地步入考场，笑容满面地凯旋归来！谢谢大家！

## 高考倒计时演讲稿篇五

大家好！我是二(7)班的徐鸿洁同学。自从我背上书包踏进校园，看到了五星红旗在高昂而雄壮的国歌声中冉冉升起时，我就有一个梦想——我要当一名光荣的升旗手。

当我上小学一年级时，我加入了少先队员，戴上了鲜艳的红领巾，我是多么的高兴。红领巾飘扬在我胸前，它激励我多做好事，做一个优秀的少先队员，争当一名光荣的升旗手。我这样想，也这样做，一个调皮任性的我，渐渐地用纪律规范约束自己，在我的不断努力下和老师的帮助下，我改变了不少。

现在的我，课上专心听讲，积极发言，作业完成又快又好。每天早读课上，同学们在我的带领下，响起了朗朗的读书声。课后做好老师的小助手，还帮着老师处理一些班级事务，为此老师非常喜欢我。今年我上二年级了，在老师的引导下，我渐渐地喜欢上写字了，看着笔下的字一个个漂亮起来了，我是多么的高兴啊！它让我懂得只要我肯努力，我就会变得更优秀。我的兴趣爱好很广泛，喜欢读书、写字、绘画、唱歌、跳舞。上一学期我在学校开展的“三独”比赛中获一等奖呢。人不是十全十美的，我也有好多缺点，我一定会努力改正的。

尊敬的老师，亲爱的同学们，相信我吧，我会加倍努力，为五星红旗增添光彩！

## 高考倒计时演讲稿篇六

1、有理想在的地方，地狱就是天堂。有希望在的地方，痛苦也成欢乐。

2、高考就像买股票一样，光投入是不够的，还要观察、分析，关键是持之以衡！

- 3、越接近考试，往往越要在坚实上下功夫。
- 4、过去的习惯，决定今天的你，所以，过去的懒惰，决定你今天的一败涂地。
- 5、一腔热血备高考，满腹经纶方成功。
- 6、有志者自有千方百计，无志者只感千难万难。
- 7、心有多大，舞台就有多大！有努力就会有回报！
- 8、力争上游，龙腾虎跃朝气蓬勃；壮志凌云，你追我赶誓夺第一。
- 9、争分夺秒巧复习，勤学苦练创佳绩、攀蟾折桂，舍我其谁。
- 10、没有常胜，只有常省。
- 11、不要说辛苦，打起精神，就拼他个青春无悔。
- 12、只要有信心，人永远不会挫败。
- 13、成功的人找方法，失败的人找借口。
- 14、从绝望中寻找希望，人生终将辉煌！
- 15、不惜寸阴于今日，必留遗憾于明朝。
- 16、成功不是将来才有的，而是从决定去做的那一刻起，持续累积而成。
- 17、宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。
- 18、天助自助者，你要你就能。



19、笑看人生峰高处，唯有磨难多正果。

20、因害怕失败而不敢放手一搏，永远不会成功。

## 高考倒计时演讲稿篇七

尊敬的各位xxx□

面对高考，心有底气。你脚下的土地，西南名苑、巴蜀簧宫，有责任教育滋养的厚重，有教育责任创造的传奇。连冠文化是底蕴，三十连冠是实力。清华北大不断突破的突破，重本本科不断超越的超越，见证了二中的底气！我们的年级，育才六艺，桃李成蹊。高中三年，我们视野不断开阔、精神不断丰厚，知识更加丰富，心态更加沉稳。高三备考，我们步步为营，稳扎稳打，奋力拼搏、精益求精；高一高二高三，拾级而上；一诊二诊三诊，捷报频传。我们用不断跨越的过去，我们用不断超越的追寻，见证高三底气。心有底气，无所畏惧。

面对高考，心有静气。越临近高考，越要细心谨慎。既要斗志昂扬，又要心态平和；既要充满霸气与底气，又要具有灵气与静气。正如《菜根谭》所言：“每临大事有静气。静而后能安，安而后能虑，虑而后能得。”在临近高考的日子，请做到：不在意远方的繁华，只专注眼前的追梦。放宽心态，面对生活小事要和气；放开眼界，面对寒窗之苦要大气；学会等待，面对挫折逆境有勇气；睿智复习，面对书山题海有静气。六月高考，必有喜气！

决战高考，蓄势待发，战意贲张。

十年磨剑，只待风起六月；鲲鹏展翅，即将扶摇万里。

三十连冠的不朽荣光，必将因你而闪耀！

# 高考倒计时演讲稿篇八

尊敬的各位xxx□

各位领导、老师、同学：

下午好！

很荣幸我能在这里代表新一届高三任课教师发言，但心中又忐忑不安，深感身上责任之重大。在高二年级学期期末考试结束以后，我们学校就立即着手对高三任课教师做了幅度较大的调整，目的是为了加强高三的师资力量，快出成绩，出好成绩，以期更高更快地进入高三。作为高三教师的一员，我一定会努力做好以下几个方面的工作。

首先是要有高度的责任心。

高三牵动着每一个家长每一个学生的心，它关系到每一个学生的'前途，关系到每个家庭的命运。我们教师深感肩上担子的份量，因此只有以高度的责任心去面对高三教学，以无私的爱去关注每个学生才无愧于一个教师的称号。在这里，我代表省武高全体高三任课教师向所有家长和同学保证，我们会以满腔的热忱和高度的责任感，以我们的勤劳和智慧为省武高20xx届高考的辉煌贡献出我们应有的力量。

其次是加强学生管理。

学生是教育教学活动的主体，只有学生积极主动的参与到高三的教育教学活动中，我们的辛勤劳动才会结出丰硕的果实。在这里，我要告诫全体同学的是，学如逆水行舟，不进则退！因此，高三的我们应该树立远大理想，戒骄戒躁，严于律己，要有敢于吃大苦，力争上游的勇气和决心。所以，同学们，为了我们共同的目标和理想，我们要共同承担我们肩上的责任，我们要严格管理严格要求，并且要求每一个同学要自觉

地管理和自觉地被管理。如果我们有了这些保证，我相信在座的各位同学一定会在省武高圆上自己的大学梦！

## 高考倒计时演讲稿篇九

尊敬的各位xxx□

小高考和信息学会考是资格赛，取决于态度和能力。只要态度端正，认真对待，过c不会有问题，而只有过了c关，才能登堂入室，具备高考资格，拿到高考试卷。资格赛的另一层含义指在与校外高手的角逐中，只有加了分，才有竞争力。况且，背着不及格的包袱上高三，学习效果从何谈起！你年轻的肩膀无法承受之重。他人噬脐莫及的惨痛教训，我们要刻骨铭心。从今年起，我省的高考方案有了调整。文理科分开划线，小高考见a加分，且计入总分划线。形势异常严峻，竞争更为激烈。只有认清严峻的形势，我们才能保持强烈的危机感和紧迫感。尽管随着学校规模的扩大，生源质量有所下降，但可喜的是，在上学期全市小高考调研考试中我校取得了很好的成绩：有63人达4a□153人达3a□201人达2a□共有814人次达a□为我们在三十天后的全省统考中取得人人合格，各科达a率居全市前三奠定了坚实的基础。

俗话说：“欲胜人，先胜己。”战胜别人靠力量，战胜自己靠信念。信念是一面旗帜，信念是一根标杆，她将引领同学们在30天的征途上，风雨兼程，甘之如饴。请记住这句话“如果坚信你能行，你就一定能行”。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。要坚信有付出就有回报，有耕耘就有收获。

各层次的同学要根据自己的情况，给自己准确定位。有拿a实力的，决不考b；能冲a的，确保登上a榜；参加小班辅导的同学，要确保达c；1班、9班、25班的同学要人人争取4a；其他班的同学能多拿a的，要力争多拿并拿到位。昨天的考试只能说明过

去，而且分数不是一成不变的，人的'潜力无法估量。80几分的同学都有冲击a的希望。60几分的同学不能麻痹大意，稍有懈怠就可能滑到d;60分以下的同学只要信心十足，方法对头，奋勇拼搏，很可能就是黑马，这30天之内什么奇迹都可能发生。小高考是实力比拼，不相信运气，更不相信眼泪。爱拼才会赢，敢拼一定赢。人生能有几回搏，今日不搏更待何时？要拼搏就要有永不言败的不服输精神，就要有不达目标不罢休的精神，就要有坚韧顽强的恒心与毅力，就要有战胜一切困难的英雄气概。要拼搏还要珍惜每一分每一秒的时间。要拼搏更要能吃苦，吃得苦中苦，方能过c关，登a榜。“梅花香自苦寒来”“苦心人天不负”“苦学功夫何处下？三更灯火五更鸡”“苦不苦，想想红军二万五；累不累，望望你们上一辈”这些至理名言，充分说明吃苦对于成功是多么重要。人只有享不了的福，没有吃不了的苦。小高考虽有险阻，下苦功定能过关！

备考策略对路是小高考成功的关键。一要兼顾各学科均衡发展，并有所侧重。不管是哪个层次的学生都要重视基础题和中档题的训练，保c的同学更要视之为重中之重，举全力予以抓实。在3月6日全省小高考信息发布会上，省考试院的专家明确表示：见a加分，考题难度比08、09要大。冲a的同学在基础题、中档题不失分，高档题尽量多得分的情况下，才能得到a□我省历年本一线、本二线上1分约集中3000名考生。如果你得到1个a加1分，你在全省排名要提升3000个位次，得2a将提升6000个位次，如果你得到4a□你就会跃升15000名，你的命运将会发生翻天覆地的变化。每一位同学都应该有冲a的激情、欲望，更要有坚实的行动。“人人要见a□个个多加分”、“让a做主，为a加油”、“见a加分，幸福一生”、“宁愿做过，不要错过”，不少班级的口号，主题鲜明，让人心动，号召力强，大家应该得到启发。二要根据自己的实际情况制定科学的复习计划。要细化并落实到每一天每堂课每个环节。计划要有针对性、全局性和可操作性。针对性，就是要细化到每个学科的具体内容，带着问题去复习。

保c的同学，要重点突破薄弱学科；冲a的同学，要重视对难题的攻克。全局性，就是不能顾此失彼，比如不能出现物理成绩上去了，化学成绩却下降的现象。可操作性，就是不让计划成为空话，要合理安排，及时检查对照。文科班的同学，要特别重视理化生的复习，切实做到课课清、天天清、周周清，不留下任何死角、盲点和遗憾。

我特别要强调的是大家要听老师话，跟老师走。学校从高一抽调7名老师加盟，就是为同学们人人合格、更多加分，提供充足的师资保证和智力支撑。老师们整天研究讨论的内容就是小高考考什么、怎么考，也最了解自己学生的情况，所以他们的教学具有很强的针对性。只有依靠老师，信任老师，才能提升学业，成就梦想。但是有的同学自以为是，上课不听，小班辅导不认真，态度极不端正，将会自食其果。年级部推行一生一案，就是要落实责任主体。老师拉你扶你推你，你却赖着躲着混着，自暴自弃，过不了关，别怨天尤人。昨天摸底考试d等人数之多□a等人数之少，暴露的问题之大，后期的任务之重，让老师们忧心忡忡，心急如焚。同学们在今后的一个月內，要抓实课堂、小班辅导、冲a作业、晨读、早读、晚读、晚自习、考试等关键节点。上课要聚精会神，作业要认真真做，字要工工整整写，考试要规范细致，该有的步骤一步也不能省，该写的符号一个也不能错。只有这样，经过30天的奋战，才能做到该拿的分数都拿到，达a保c的目标才能实现。

进入冲刺阶段，考试相对较多，考试成绩会对同学们产生巨大的心理压力。要学会给自己积极的心理暗示，比如，“我是一中学生，我能行！”“人人都有考顺之时，也有考砸之日。认真反思，查漏补缺，下次一定能考好。”要力戒急躁浮躁的情绪，要心定神宁，张弛有度。你每消灭一个小问题，要为自己喝彩；每攻克一个小困难，也要为自己喝彩。一次次的成功体验，会使你的自信心更强，学习热情更高，心情越来越轻松，便会积小胜为大胜，这样学习就会渐入佳境。

同学们，决战小高考的号角已经吹响，高二军团整装待发，剑指考场。弱者丧失机遇，庸者等待机遇，强者抢抓机遇，智者创造机遇。“自信人生两百年，会当击水三千里”，我们应当有这样的信念；“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”，我们应当有这样的毅力；“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”，我们应当有这样的豪情。自信创造奇迹，拼搏书写神话。“奋战三十天，狠抓薄弱，固实基础，确保人人过c关；豪情冲九霄，攻坚克难，优化提升，更多英才登a榜。”烽火连三月，一分低万金。衷心祝愿大家小高考斩获优异成绩，为昂首挺进高三，奠定坚实基础，开创辉煌人生！

谢谢大家。

## 高考倒计时演讲稿篇十

司马迁因遭受腐刑内心痛苦不堪但仍创作出惊世之作《史记》也正如他人的评论一般“史家之绝唱，无韵之离骚”？贝多芬晚年双耳失聪面对生活的不幸他没有选择放弃而是着成了更多的不朽杰作脍炙人口。正如他《英雄交响曲》的评论一般，献给一位最伟大的英雄。保尔·柯察金在残疾之后卧病在床仍以坚强的意志创造出了《钢铁是怎样炼成的》也许正如他所说：我的身体遭受着摧残可我的意志是顽强的，我会把有限的生命投入到无限的斗争中；我初三了，一个普普通通和他人一样有着梦想和对前途的期待的中学生，我的脑子不是太聪明但是我相信我的付出与努力会遮掩着我的不足我奋斗了我努力了那么我的付出就是值得的。生活中，学习上常有人因为我的失败而取笑我，那些讽刺像一团团乌云压在我的心头。从此我就下定决心要用我的努力与汗水诠释我的不一样的美好青春。也许只是为了那几天后的中招吧！也许只是想减轻心头的压力与那种种不适但是我相信没有不付出就能收获的美好青春，我更相信我一定能冲破乌云的笼罩活出生活的精彩。。。。。

我从此更加坚强了，更加奋进了也许我的付出得不到什么，

但我也要为我的梦想坚持着度过充实而有意义的每一天相信那带我飞向梦想的彼岸定是我那艰辛的汗水。长大了，也改变了，活出人生的精彩绽放梦想的绚烂，只为你我！

人生不应有遗憾，我要活出人生的精彩，绽放属于我的绚烂，只在这个夏天。

冲破黑暗的笼罩，黎明就在眼前。活出生活的精彩，绽放无悔的青春…