

# 最新高考百日冲刺演讲稿(汇总9篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都觉得很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 高考百日冲刺演讲稿篇一

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。

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。

## 高考百日冲刺演讲稿篇二

尊敬的各位老师、各位家长，亲爱的同学们：

子在川上曰：逝者如斯夫。多少个日日夜夜，在你我的相互陪伴中，悄然逝去。不经意间，我们已经站在了高考的门前。100天，这个让人说不清是长还是短的日子，却给我无限的感慨。

依然记得xx天前，我们初次相见。我说过几句与路有关的名言：世间本没有路，走的人多了，自然就有了路；条条大路通罗马；路漫漫其修远兮，吾将上下而求索……而如今，在我们身后，一行行或许歪斜或许稚嫩脚印已经成形。那便是我们来时的路途。那便是我们跋涉的过往。那便是我们青春的轨迹。那便是我们迈向高考的希望。

在我们身前，还有，也仅有100天的时间让我们来完成最后的征程。如何走完这100天，我相信，在你们的心中，都早有答案。而今天，我们在这里召开誓师大会的目的，便是坚定你心中那个早已明确的答案，以一往无前的勇气，以舍我其谁的豪气，以披荆斩棘的锐气，以初生之犊的朝气，去争取属于我们的高考的胜利。

高考，是什么？高考是20xx年学习生涯的一个句号。高考，是什么？高考是4000多个日日夜夜风霜雨雪的凝结。高考，是什么？高考是父母亲人殷切期盼的一个汇报。高考，是什么？高考是无数教师辛勤耕耘的开花结果。高考，是什么？高考是

人生战场的第一次真正磨练。高考，是什么？高考是理想之翼的振翅高飞。高考是对一个人的智慧，能力，意志、心态的全方位检测与选拔。

我们并非害怕失败，只是我们更加渴望成功。所以，最后的100天，请拿出你对于成功的那一份执着。我们并非天性聪慧，只是我们更加懂得勤奋。所以，最后的100天，请拿出你对于勤奋的那一份理解。我们并非身强体壮，只是我们更加明白意志的力量。所以，最后的100天，请拿出你那一份坚定的意志。我们并非命运的宠儿，只是我们更加珍惜机会的垂青。所以，最后的100天，请拿出你对于机遇的尊重。

海到无边天作岸，山登绝顶我为峰。如果，你已经沉默的太久，请在最后的100天，爆发出你让人震撼的力量。如果，你已经错过了很多，请在最后的100天，抓住每一次哪怕是丝毫提高自己的机会。如果，你已经失败了多次，请在最后的100天，竭尽全力地争取一次属于你自己的胜利。

而我，作为你们的班主任，我在真诚的祝福你们的同时，也必将尽我所能，用细心，爱心，耐心去帮助、去引导、去教育、去服务。我将伴随你们的征程，直到最后一步。无论你们是否在高考中取得优秀的成绩，我都会用自己最大的诚意和敬意，为你们举起祝福的酒杯。因为每一个经历了高考的人，都有资格成为一名真正的勇士。

好吧，让我们启程。向着明天，向着高考，前进！

### 高考百日冲刺演讲稿篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

到今天为止，同学们已经真真正正进入了高考前的冲刺阶段

了。无论你在之前的日子里做过些什么，成功或者失败，满意或者不满，欣慰或者懊恼，都已经在不知不觉中记录在了自己的史册里。现在大家该静下心来，规划剩下的时间该干些什么。你们已经毫不遮掩地来到了高考的眼前，必须拿出你们的态度，你们的决心，你们的信念和你们的行动去迎接种种的挑战，去战胜种种的困难，去赢取梦寐以求的成功。

你们的老师也将全力以赴，陪伴大家走过这短暂但却决定命运的的时光，与你们一起共同品味酸甜苦辣。时间虽短，你们一定要扎扎实实走好每一步。

二战期间，为了提高工作效率，丘吉尔给那些行动迟缓的官员们的手杖上贴上“即日起行动起来”的便条，让所有人都知道时间与效率的重要，这为赢得战争的胜利争得了时间。如果你心中还有对成功的渴望，那就要做到成功的两条守则：

一是：开始行动，向目标前进；

二是：每天继续行动，不断地向前进。09年江苏省高考状元吴敌谈成功经验时说：

成功其实根本没有秘诀，如果一定要有的话，只有两条：

一是坚持到底，永不放弃。

二是你想放弃的话，直接按照第一条去做。

前几年，在美国出了一本书，名字叫《secret秘密》，这本书的前言非常具有诱惑力，它是这么写的：世界上所有成功的人，他们或许告诉你100条理由，但是他们有一个共同的秘密都没有告诉你，那就是他们渴望成功。这句话告诉我们：在你的人生中，无论你的起点是多么的卑微或者说你离终点是多么的遥远，如果你的目标是单一而且足够强烈的话，你最终一定会到达的。所以，世界上凡是成功的人，都具有两

个特性：第一是热情，第二是单纯。请同学们记住，高考前的这段时间没有业余时间，也没有周末假期。一个考上清华大学的学生说：三年高中假期他从来没有休息过，真正放下学习的只有半天，就是高考前一天的下午。所以，你们必须有所牺牲，从今天开始舍弃玩乐时间，舍弃物质享受，舍弃轻松度日的念头。如果你爱泡网吧玩游戏，你会把金钱和青春耗费在老板满足的笑容里；如果你对手机mp4等爱不释手，你会把自己消磨得毫无斗志；如果你要坚持花前月下，那么，你将很快体味到“爱”的苦涩。如果你把时间毫不吝惜地扔给磨蹭、照镜子、打扮这些琐事；那么，你将很快尝到失败的滋味。因为，太阳不会因为你的失意，明天不再升起；月亮不会因为你的抱怨，今晚不再降落。

同学们，生命中最快乐的.是拼搏，而非成功；生命中最痛苦的是懒散，而非失败。多数同学都喜欢的美职篮球星科比·布莱恩特的成功秘诀是，坚定的信念，和从小到大从不懈怠的勤奋。他被认为是nba里最勤奋的球员，他给自己制定的训练计划，比任何人都要长，练得比任何人都辛苦。从十三岁到现在，只要没有比赛和其他活动，他要求自己每天要投进700到1,000个球，晚上11点才离开球馆，第二天凌晨又出现在训练场上的他给了主教练菲尔·杰克逊最深刻的印象。科比说：不要给自己在训练中偷懒的机会，哪怕只是一秒钟，求胜的欲望才是你制胜的法宝，记住：运气不能带来成功。

同学们，你的人生是你的，你的成功是你的，你的梦想也是你的，同时你的失败和痛苦也是你的。所以，请你们以最负责任的态度管理好自己的生活和学习，带着足够的自信面对竞争，面对挑战。无论遇到什么样的困难都不要悲观绝望，要善于在困境中发现机会。这个世界上没有绝望的处境，只有对处境绝望的人。哈佛大学心理学家戈尔曼指出，预测一个人未来的成就，智商只能占成功因素的20%，其余的80%则归因于其它因素，其中情商是关键因素，它们是：自我激励，百折不挠；控制冲动，延迟享受；调适情绪，不易烦恼；善解人意，充满希望。

俞敏洪先生说：在我们的生活中最让我们感动的日子总是那些一心一意为了一个目标而努力奋斗的日子，哪怕为了一个卑微的目标而奋斗也是值得我们骄傲的，因为无数卑微的目标积累起来可能就是一个伟大的成就。同学们，从现在起把梦想深深种在心情的土壤里吧，不要问它能不能发芽，什么时候发芽，只要你小心地守在那一方田地，用辛勤的汗水滋润它，不断地浇水施肥，整土除草，有足够的耐心和韧劲儿，梦想就一定会发芽结果。让我们一起承担起时代赋予我们的责任，带着强烈的求胜欲望，共同谱写濮阳市一高新的篇章。

祝你们梦想成真！

谢谢！

## 高考百日冲刺演讲稿篇四

尊敬的各位老师、家长朋友，亲爱的同学们：

大家下午好！冬去春来，万物复苏。高考的脚步和这春天一起向我们走来。

老师们真情陪伴、无私奉献；

同学们励志拼搏、亲密无间。作为校长，我也送同学们几句希望和祝福。希望同学们要保持和强大四个力量：

同学们上高中三年，到今天，可能有不少同学已经产生了大局已定、胜负已分的心理。你们应该知道，只要一天不高考，你还有机会成功。人的潜力是无穷的，分数不是一成不变的，只要有信心，有目标，方法对头，奋勇拼搏，在这100天什么奇迹都有可能发生，要相信自己就是即将出现的黑马。如果你过去做的已经很好了，现在需要你好上加好，不抱怨，不焦虑，不松懈，不掉队，朝着既定目标高歌猛进。如果你过去做得还不够好，从现在开始，就要狠下一条心，付出比

别人更多的努力，迎难而上，抢夺损失，把命运牢牢地掌握在自己的手中。泰戈尔说：“没有流血的手指，就弹不出人间绝响。”只要坚持不动摇，只要自信不逃避，只要意志不垮掉，那么，到毕业的那一天，被录取线刷下来的肯定不是你。

高中三年前行的路崎岖而艰辛。没有假期的生活，铺天盖来的作业，应接不暇的考练，注定了同学们要受得了重压，耐得住寂寞。与其说高三是在为成绩、为分数而战，倒不如说，高三是在测试一个人的自我控制力。到现在，你们的队伍中仍然有一些缺乏定力和是非甄别力的同学。明明知道被窝是青春的坟墓依然迷恋被窝，明明知道网游是青春的鸦片仍然迈进网吧，明明知道恋爱是高中的禁区仍然谈情说爱，明明知道作弊是自欺欺人却仍然在铤而走险。这个世界很公平，它给每个人每天24小时，你和学霸的差距就在于你用这24小时做了些什么。你是否做到了分秒必争？你是否让每分钟都不曾虚度？就剩100天了，要调响你的闹钟，控制好你的腿脚，斩断那些不该有的胡思乱想。

国家把高考从7月调整到了6月，民间所谓的“黑色的7月”也变成了“黑色的6月”。这块“黑色”让大家感觉压抑，承受煎熬，甚至产生绝望。

我不明白，意味着生机、希望、梦想和收获的高考怎么会被涂上黑色？最近读。到了一篇报道，是关于霍金先生的。一个摄影师去给霍金拍照的时候，霍金的精神状态并不好，眼皮一直是睁不开的状态，他的围巾下面全是针眼，每天都需要注射多次针剂，以维持眼睛下面仅有的一小块活跃肌肉。就连这仅有的一小块肌肉，也在慢慢萎缩中。霍金状态非常不好，但摄影师拍完快要离去的时候，依然问了霍金一个问题。“您能不能给我一个词，表明一下您想对这个世界说的话？”霍金先生拼尽全力用那小块萎缩的肌肉指挥光标打出了三个字母一个词[wow]霍金对这个世界发出的词，是惊叹。即使一生受尽病痛折磨，全身失去控制能力，只有眼睛下面

一块肌肉可以控制，他对于这个世界，依然像一个孩童般热爱。我想，今天在场的每一个人，你所遇到的让你困惑、焦虑、痛苦甚至轻生的所谓的困难、失败、挫折，与霍金相比，真的都不算什么。高考绝不是黑色的，它应该是代表生机的绿色，代表希望的红色，代表梦想的蓝色，代表收获的金色。正视眼前的挫折和苦痛，学会自我疗伤，你的高考一定是五彩缤纷的。

孤独寂寞的时候，看看同伴的勤奋，你就会奋然前行；

灰心失望的时候，想想父母劳作的身影和期待的目光，你就会重燃希望。你们要善于将这些外力和资源转化为强大的内心力量。内心强大了，你的100天就绝不止100天。

我们的班主任老师早出晚归，勤勉细致，兢兢业业；

备课组长们刻苦钻研，持之以恒，组织备课，设计考练；

第二个叫“冲锋”，希望大家以冲锋的勇气面对竞争激烈强手如云的高考搏击场。第三个叫“冲锋”，希望大家以冲锋的速度去拥抱百日之后盛放着的鲜花、掌声、荣誉和幸福！冲锋一百天，圆梦在某某！

## 高考百日冲刺演讲稿篇五

尊敬的各位老师、家长，亲爱的同学们：

下载文档大家下午好！听了同学激情澎湃而又充满自信的宣誓，我被深深地感动了。我相信，这次誓师大会必将激励我们的老师和同学，切实抓紧这仅有的一百天时间，全身心地投入到中考复习中，以优异的成绩回报学校和家长的殷切期望，祝愿每个同学都能梦想成真。

同学们，三年前，你们还是一群稚气未脱的少年，带着父母

的希望和嘱托来到了xxxx中学。转眼间，三年的光阴只剩百日，三年的初中学习已到了最紧要的关头。今天是一个特别的日子，也注定是一个难忘的日子，我们在这里举行隆重的百日冲刺誓师大会。什么是誓师？我以为，它是无敌之旅的破釜沉舟，是箭在弦上的蓄势待发，是“男儿有志出乡关，不获成功誓不还”的庄严承诺，我希望同学们以今天的誓师大会为起点，100天后梦想成真、高歌凯旋！我想在同学们出征之际，给大家提四点希望。

第一，希望同学们树立中考必胜的信心和勇气。信心对于一个人的成功起着至关重要的作用，它是人生道路上的加油站。同学们应该认识到，经过将近三年的学习，我们已经打下了较为坚实的基础，只要大家在接下来的复习中发挥自己的潜力，认真刻苦，中考就不会是过不去的火焰山。同时我们还拥有一支业务精湛，乐于奉献的教师队伍，他们将与同学们一起同甘共苦、风雨同舟，他们也永远是你们最坚强的后盾。所以同学们，抛开忧伤，带着自信，扬帆起航吧。

第二，希望同学们采取科学合理的策略和方法。科学的方法、合理的策略可以帮助我们提高学习效率，因此，最后的100天如何利用，需要好好考虑，认真谋划。我认为，同学们要做好以下三方面：一是增强计划性。“凡事预则立，不预则废”。我们的同学也要针对所剩的100天认真制定“百日冲刺计划书”，以提高效率，保证实效。二是加强反思和总结，这一点对于复习来说尤为重要。三是把握每一个细节。我们要立足做好眼前的小事，上好每一节课，弄懂每一个题目，不放过每一个疑点，通过点点滴滴的积累，去登上中考成功的阶梯。

第三，希望同学们要有吃苦耐劳的精神和品质。有人把初三比作“苦难的天堂”，我要说，剩下的100天大家更要做好吃苦的准备，要抛弃一切幻想，丢掉一切侥幸，排除一切干扰，埋头苦学，为了实现我们心中的目标，我们要鼓足勇气，迎难而上，做学习上的强者。苍天不负苦心人，大家最终一定

会得到丰厚的回报。

第四，希望同学们要有坚持到底的耐力与拼劲。如果把中考比作一次马拉松长跑，那么过去的日子里，我们已经跑了一圈又一圈，到了今天只剩下最后一圈，裁判已吹响了冲刺的哨声，此时的我们也许身心俱疲，力不从心，但必须咬紧牙关，加速前进，这样才能到达终点，取得胜利。如果我们知难而退，松下劲来，那么必将前功尽弃。记住，成功永远垂青那些勇往前进，不达终点誓不罢休的勇士！

同学们！一位著名作家曾经说过：“人生的道路很漫长，但关键处就那么几步”。衷心希望同学们抓住这难得的机会，利用这宝贵的春光，静下心来，好好复习！最后，预祝每一位同学在中考中都能取得理想的成绩！谢谢大家！

## 高考百日冲刺演讲稿篇六

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

高考的脚步正和这个春天一起大步流星向我们走来！今天，我们在这里隆重集会，举行高考百日冲刺誓师大会，就是要发出圆我们青春梦想的动员令，吹起扬我们人生志气的进军号，擂响振我们攻坚雄心的战鼓声，唱彻抒我们必胜豪情的铿锵曲！首先，请允许我向不辞劳苦、辛勤工作的全体高三教师表示深深的敬意和衷心的感谢，向孜孜以求、奋力拼搏的全体高三同学表示真诚的祝福和美好的祝愿！

同学们，光阴似箭，三年即将逝去；斗转星移，百日就在眼前。高中三年，为了破茧成蝶的美丽，为了凤凰涅槃的新生，我们怀抱“会当水击三千里”的豪情，秉持“天生我材必有用”的信念，演绎夸父逐日的勇敢，诠释精卫填海的执着。在“既成人，又成才”的八一高中校园里，一路走来，踏过书

山坎坷，渡过学海茫茫，一起沐浴风雨，一起见证朝阳。“潮平两岸阔，风正一帆悬”，现在离决战仅剩下一百天了。是到了粹火亮剑叱咤沙场展雄风的时刻了；是到了扬鞭策马百米冲刺闯雄关的时刻了。行动—行动—行动是我们最好的誓言，奋斗—奋斗—奋斗是我们不变的承诺，挫折为我们铺路，梦想为我们引航。十二年锻铸智慧利剑，一百天亮剑一展雄风！我期待着你们亮剑高考，逐鹿六月。一百天，在人生的历史长河中只是一瞬间。今天过去，只剩下99天，98天……指缝太宽，时间太瘦。我们再也无法逃避，不能退缩，再不可以把时间浪费在“假如式”的幻想之中。我们唯一该做的，就是硬着头皮咬紧牙关地坚持，不达目的誓不罢休地努力。

同学们，从今天起，让我们把握每一天，珍惜每一天。今天放弃的，明天不会得到；今天逃开的难题，明天依然要面对；今天不想解决的，明天未必就能迎刃而解。不要再让粗心成为理由，失误成为借口，要让细节成为努力的'方向，让完美变成一种精益求精的可能。让最后的一百天，无愧于心的度过。因为，考场不同情弱者，竞争不相信眼泪，备考只相信刻苦，成功只相信坚持。

同学们，高考备考既是一项艰巨的脑力劳动，更是一场智慧的竞争。一百天，我们无法延伸其长度；但我们可以拓展其宽度，挖掘其深度。这就要求我们竭尽全力，最大限度利用好这一百天。在复习策略上，要以查漏补缺为方法，巩固基础知识；以反思总结为手段，构建知识体系；以培养习惯为目的，增强规范意识；以强化练习为重点，训练解题能力。要及时总结，狠抓双基，回归课本；要找准学科的重点和难点，突破知识的盲区和误区，合理安排时间，及时调整心态，既要争分夺秒，又要科学有效。在时间管理上，必须加强计划性。一月，一周，一日，乃至一时、一刻、一分，该做什么，如何做，做到什么程度，预期目标是什么，最终结果如何，都要心中有数，都要有所收获，这就要求我们的每一位老师、每一位同学，在这最后的百天里，要以超人的毅力坚

持精心安排好每一天，兢兢业业地做好每一件事，扎扎实实地学好每一个重要的知识点。不到最后一刻不放弃！不到走出考场不松劲！请大家记住：历史常常在最后一刻改写，人生往往在最关键时刻铸就！

同学们，冲锋的号角催人奋进，青春梦想令人憧憬。高校在召唤，未来在召唤，让我们携起手来，变压力为动力，变决心为信心，变誓词为行动，以必胜的信念，奋发的努力，扎实的作风，辛勤的汗水，扬鞭策马，发愤图强，冲刺百日，剑指六月，增添决战正能量，谱写高考新篇章！

亲爱的同学们：让我们把最美的风景带到山巅，体验登天的感觉；把最灿烂的笑容留到六月，创造六月的辉煌！

## 高考百日冲刺演讲稿篇七

尊敬的各位学校领导、老师，亲爱的同学们：

大家下午好！

我是高三x班的某某，很荣幸能代表全体高三学子发言。

在这孕育着生机和活力的春天，在这距离高考仅有100天的日子，我们站在新学期的起跑线上，怀揣着父母殷切的目光，描绘着自己心中的蓝图，开始了万米赛跑的百米冲刺。回想高中三年已走过的1000多个日日夜夜，从高一高二的懵懂无知、调皮贪玩、无所事事到高三的怀揣梦想、迎难而上、脚踏实地不为其它只有一份安心，一份舒心和一份真挚的感动，我们憧憬未来，我们无怨无悔，只为一个简单的梦想——考上自己理想的大学。

回想三年前，我某某县一中时我就觉得自己离大学很遥远了。想过如果读职中将来的出路在哪里，但来到这个学校以后，学校的办学条件以及老师们的教学能力，还有开设的这么多

专业，让我看到未来的希望。于是带着梦想在老师的指导下，我选择了目前所学的学前教育专业。事实证明我的选择是正确的。近几年我校的技能高考取得了骄人的成绩，在此我也代表19届的高三学子向在座的各位领导和老师承诺，绝不辜负大家的期望，将会用优异的成绩回报母校。

作为高三的一份子向正在冲刺高考的同学们在后期的学习中说一下我的想法。

一、用好每分每秒，越是临近高考，越发的觉得时间的珍贵。著名的数学家华罗庚说：“时间是由分秒积成的，善于利用零星的时间的人才会做出更大的成绩。”所以要想在这最后100天里做出更大的成绩。如：善于利用好餐后时间和午休的时间。鲁迅说：“时间，每天得到的都是24小时，可是一天的时间给勤勉的人带来智慧与力量，给懒散的人只能留下一片悔恨。”

二、及时调整心态，不要为了一两次的考试成绩而耿耿于怀，高三最多的就是考试，每个同学都会有成绩的起伏，这很正常，要珍惜同考的机会，用和高考一样的态度去对待，这是很好的检测自己、预测自己的方法，考试后要根据自己的不足，进行总结归纳，找出自己的弱点及优势。

三、学习中的反思。反思是学习必经的一个过程，反思，有助于掌握知识和总结缺漏，要善于对自己错题进行反思总结。题目中是有一定的规律性存在的，对于这种规律要主动的去试着把握，对于老师总结的一些规律，也要善于归纳总结，每个人都有自己的学习方法，要自己摸索出适合自己高效低耗的方法。

第一、凡事都要用心，你想想你要做到用心听讲，不只是单单用耳朵听就可以了吧，要做到用心听讲，最起码要手、眼、嘴、耳全部动起来。这样课堂的效率才高，还有在你心浮气躁的时候，就不要再去学了，还不如调整心态，找回一个更

好的学习状态，我就是这样做的。

第二，同学们在记笔记的时候一定要记觉得有用的东西。自认为重要的知识和难点就要多记两遍。记完后一定要勤回头看。把那些重点不熟的，和难以掌握的知识用红笔圈出来，加强记忆。

第三、同学们在背书的时候可以选择清晨和晚上临睡前。因为这两个时间段记忆干扰最少，当你晚上躺在床上睡不着的时候在脑中复述复述课本的内容，想一想白天所学的。在早晨醒来后又不能起床的情况下，默默地背书是出奇的效高。我的的我喜欢默背，而我同桌却喜欢大声的背书，背的又快又准，她告诉我大声背书记得快记得牢。于是第二天我很大声地去背书，结果嗓子也喊哑了，只顾大声喊了，背的知识也没怎么记住。所以同学们要选择适合自己的背书方法。

最后，老生常谈的了，书写很重要。到底有多重要？对我而言，就是高考的十几分。有一次考试后，我一道题的答案，和同桌的差不多，可是她给了四分，而我却给了一分。丢分的原因就是在书写上，经验和教训告诉我们大家可一定要重视啊。

我想到的方法也就这些，对同学们也不全都有用，希望同学们感觉好的可以采纳。学习没有捷径，只有技巧和方法，怀一颗“天道酬勤”的心，技巧结合切实的努力，成功便可能为你所得。

我还想说一句，咱们某某学校是一所非常优秀的学校在过去的几年里。上线人数及上线率均居全市同类学校的第一名。也许你现在还体会不到，等你踏进大学和到了社会你就真心体会到学校的好了。我也想说，今天我以学校为荣，明天让学校以我们为骄傲。

最后，我衷心祝愿所有的学弟学妹们努力学习，更上一层楼。祝高三的学子们都能学业有成，考进自己理想的大学。祝全

体老师身体健康，工作顺利，阖家欢乐。最后祝我们某某学校，明天更辉煌。

我的发言完毕，谢谢大家。

## 高考百日冲刺演讲稿篇八

同学们：

大家好！

时光飞逝，历经三年的学习，如今同学们已进入了高考冲刺阶段。“兵马未到，粮草先行”，今天我们在这里召开誓师班会。在出征迎战之前，我们所有老师，更会兢兢业业地工作。孜孜不倦，不厌其烦地启发、教导你们。当你们将要展翅腾飞时，我们是你最坚强的后盾。在蓄势待发之际，你们最要有的的是放下包袱，充满希望，甩开步子，奋勇地向前冲刺！

也许有的同学为浪费的时间而后悔，也许有的同学还没有做好充分的准备。。。。还记得，《最后一课》里的小弗朗士吗？失去了才懂得珍惜也未尝不是一件好事，尽管有时我们无法回避失败的命运，但努力或堕落，上进或自弃，却可由我们自己去掌握与选择，即使前景无法测定，也一定要顶风雨，披荆斩棘。人生因有拼搏才显得更加壮丽，越王勾践卧薪尝胆，成就了事业；司马迁身受腐刑，矢志挥就传奇之作。

同学们，在这危急成败的关键时刻，做到头悬梁堆刺骨又有何不可？三更灯火五更鸡又有何不可尝试？但最忌讳空有想法没有行动，怎样做，用什么样的方法？使这短暂100天为你做好充分的出师准备？课堂上一定要用你渴求知识得双眼替换你盲目的身影；自习课上一定要用投进每道题的思考替换你左顾右看的行为；有针对性的弥补自己的不足，多问多写多做；失去的时间无法换回，但失去的知识却可凭坚强的意志、

实际的行动来换回。不懈的攀登进取，你们一定能为自己赢得鲜花和掌声。为自己扬帆，把握今天，驶向属于自己的理想的港湾，使自己做到高三无悔，青春无悔。

现在经过12年的寒窗苦读，我们就像足球运动员经过120分钟苦战，进入残酷的点球大战，很苦，很累，但还要全力以赴。现在的每一天就好比那临门一脚，每一脚都有决定性的影响，射失一脚就会全盘皆输。

今天，我们在这里为即将出征的你们吹响了战斗的号角。努力吧！把自己人生的第一次转折走好。一定要牢记老师、父母对你们的期望。用实际行动创造辉煌，扭转局面。为10、11级学生做出榜样。待你们从没有硝烟的战场凯旋时，我们一定以你们为荣！我坚信：

09.11班每个人都不甘平庸，是雄鹰，便要有翱翔蓝天的勇气；是骏马便要有驰骋草原的魄力；你们是战场上无坚不摧的勇士，胜利必将属于我们09.11班。

为达目的，让我们牢记：

苦学苦拚加苦干，迎接最后大决战。

## 高考百日冲刺演讲稿篇九

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。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。

第一是抓紧时间，见缝插针，利用一切可能利用的时间用于学习。我校开学之初，已经有一此学生提前到校，夜夜学习到十一二点，这里个好现象。用秒来计算时间，会发现其实百天时间还可以学习许多东西，还可以提高许多分数。如果把现在关键的时间浪费了，就把一生都耽搁了。要想不浪费时间，许多人的体验，那就是生活、学习有计划性，计划越细，遵守计划越严格，效率就越高。