

2023年期末考试前国旗下的讲话演讲稿(大全9篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。那么你知道演讲稿如何写吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇一

亲爱的同学们：

早上好！再过两15天，这个学期就要结束了。等待大家的，是轻松愉快的寒假，热闹喜庆的新年。想到这些，大家的心情肯定是非常愉快的。但是，在享受这些之前，我们必须接受学习上的一次重要检验——那就是期末考试。期末考试的战鼓又敲响了。复习时间非常有限，不讲究效率是不行的。我收集了一些同学的复习小窍门，和大家一起分享：

1、建立强化意识。对各科知识中重要的知识点和基本题目要进行重点过关。抓住几根主线，梳理成条，可以将以往做过的练习重新整理一遍，找出疑难问题分类解决。改错纠错很重要。复习时，他们会把所有的作业和单元测试卷拿出来，找出原来的错误，一一改正，并分析错误的原因，再做一些同类的题目进行巩固。比起那个劳神伤身的“题海战术”的土办法，这真是一个非常聪明的巧办法。

2、建立多向思维意识。将平常作业中常用的公式、定理背熟用活，在理解的基础上牢牢记。在解题时，可以从刁；同的角度去考虑解题的条件和方法，不要死抠课本。遇到实在搞不清楚的问题随时向老师请教，广开思路，直到弄懂为止。

3、时间观念要加强。给自己定了一个时间表，贴在自己的房门上，这样一进屋就知道自己在这个时间里应该做什么。但

他提醒大家，必须按时间表写的来做，否则时间表就没有什么用了。要认真按时有效地完成老师布置的作业，还常把自己复习的想法告诉家长，请家长给自己出题，他说和自己的父母一起复习，有亲切感，会复习得更好。

4、认真自信从容不可少。充满自信心，相信自己平时的努力。考试时沉着镇定：认真仔细，不用总想着成绩的好坏，只要你付出了努力，总会有收获。答题之后的检查很关键。有位同学说，他考语文时，都检查5、6遍，考数学时，检查验算了3遍，看到答案完全相同，才放心交卷。

此外，在紧张的复习中同学们还要严格遵守学校纪律，特别是课堂纪律，注意参加适当的体育锻炼，增强体质。学习效率将会成倍地提高。

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇二

同学们好：

临近期末，再过几天将进行一学期一次的期末考试了。对于考试，有的同学可能会认为是一件平常的事，可以轻松地对对待，但有的同学可能会产生一定的紧张和心理压力。甚至一到考场就怯场，这真是一件最糟糕不过的事情，平常学得还可以，考试成绩却不理想。今天，老师在这里给同学们谈一谈如何调节好心态，轻松应对考试：

我们要知道，考试产生紧张心理有利也有弊，关键是心理紧张的程度。在考试时适度的心理紧张，是非常有利的，此时记忆状态佳，思考问题敏捷，解答问题又快又好，能够发挥出较好的水平。但是，考试时过度的心理紧张是非常有害的，会产生怯场现象，头脑一片空白，反应迟钝，整张试卷全成为难题，束手无策，严重影响水平的发挥。如果考试时心理一点也不紧张，这时也不好，人不紧张时思维也不敏捷，也会影响自己水平的发挥。

考试的主要目的是了解我们是否掌握了平常所学得知识，因此，没有必要过分担心。只要我们的知识掌握得牢固并保持轻松愉快的心情，认真复习，就一定能发挥出自己的水平。

一、复习阶段我们要注意：

1. 劳逸结合，提高效率

在复习时，每个30分钟左右，闭眼或远眺片刻。每学习半小时到一小时休息一段时间，晚饭后1小时左右在学习。如果要复习几门功课，需要交替安排，因为不同性质的功课轮换复习，可以使大脑较长时间的保持清醒状态，这是减少疲劳发生，提高学习效率的有效方法。白天配合学校的安排来学习，下午要有文娱体育活动和放松自己的时间，早饭前和晚饭前可以看一会儿新闻联播，或和家长散散步。

2. 加强营养，保证睡眠充足。

复习考试期间脑力消耗大，营养需求量也明显增加。应该多吃一些含蛋白质、卵磷脂、维生素和钙的食物。“开夜车”是得不偿失的。

3. 考试前，及时调节一下情绪。如果有些紧张，也可做深呼吸，或默念，想一想最令人愉快的事，放松自己的紧张情绪。

二、那么考试时，应注意哪些方面呢？

1. 必须记住考试的时间、备齐考试用品。（前晚应自己整理书包，以便把物品准备齐全）考试用品要对照考试科目逐项检查，包括钢笔、铅笔、小刀、橡皮、圆规、三角板、量角器、格尺等。

2. 要明确考试规则、答卷的方法和注意事项。试卷发下以后，要按试卷要求的格式，认真填写好姓名、性别、班级、学号

等，不要遗漏。

3. 答卷开始，首先要认真阅读试卷前面的说明和要求，然后迅速将整个试卷审视一遍，了解对试题的熟悉程度和不同类型试题情况，做到心中有数，以便确定答题的轻重缓急。

4. 要认真审题。审题是正确解题的先决条件。审题时一定要注意弄清题型、题意，了解已知条件和未知条件，区别异同，明确解题目标，抓住要点，思考解题的方法和运用知识的范围，力求做到准确无误，不错不漏。

5. 注意答题技巧。一般做法是先易后难，重视小题分数积累，以增强信心。考试时碰到难题是不可避免的，碰到一两道难题也是很正常的事，没必要过分紧张。此时，你可以先跳过难题，找比较容易的题目做。等做到三道以上容易的题目后，你的心情就会渐渐平静下来，而不像先前那么紧张了，这个时候你可以通过把注意力集中在较容易的题目上，来重新建立起自己的信心。等到情况好转后，再回头去看那道难题时，也许你就不会像先前那样觉得它那么难了，因为你越紧张就会越觉得它难。但如果你看整张试卷，看来看去都是难题的话，此时，你不妨抱着“放弃”的心态来应对这场考试。然后，你就“拣”稍有把握的题目来做，“能做一题是一题，能拣一分是一分”。也许考到最后，你反而发现其实你做了不少题，“拣”了不少分呢。即使到最后，题目仍未解出，也不要去想“这下完了，我要考砸了”之类，而应该自慰自励：“这题对我难，对别人也难。”

6. 合理安排时间，以免顾此失彼。在全面阅读试卷时，要做到心中有数，不同的类型题大致需要多少时间。有些问题，在整个答卷的过程中要保持适度紧张，做到情绪稳定，思路清晰。

7. 书写工整，不乱涂乱画。

8. 认真复习检查。在考试中，安排一定的时间复查答卷，是保证考试成功的一个重要环节，它是防漏补遗、去伪存真的过程。尤其是如果同学们采用的是灵活的答题顺序，更应该与最后检查结合起来，因为你在跳跃式往返答题的过程中很可能遗漏考题，通过最后复查可弥补这种答题策略的漏洞。检查过程中如发现有遗漏或没有做的题目，应迅速完成。如有时间，最好能对各类题型进行检查。

最后，祝同学们在期末考试中，调整好自己的心态，认真答题，取得良好的成绩。

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇三

期末考试不仅是对每个人综合素质的一次检验，更是对我们自信心、自觉性、意志力、诚信度的一次检验。下面是本站小编给大家整理的小学生期末考试前国旗下讲话稿，仅供参考。

各位老师、各位同学：

我认为有两个办法：一是统筹计划，惜时如金。有人说一个用“分”计算时间的人，比一个用“时”计算时间的人，时间多出59倍！二是要见缝插针，持之以恒。”见时间之缝，插学习之针”，本学期剩下不多的时间，由你来把握。相信你一定能抓住它，驾驭它！

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

不知不觉，期末将至，目前各年级、各学科都已经进入到紧张的复习阶段。为了提高复习效果，保证期末考试能够圆满完成，今天利用国旗下的讲话谈谈期末考试与复习的有关注意事项：

首先，要求全体同学提高对复习重要性的认识。复习的一个目的是为了搞好考试，提高成绩，但是，它还有一个更重要的目的，那就是梳理清楚已经学过的知识，使它条理化、系统化。通过复习，查漏补缺，巩固已掌握的知识，补上遗漏和未掌握好的东西，使我们成为一个有知识有能力的人。

其次，要求同学们将复习的重点放到基础知识的复习和巩固上。复习不单是机械的重复，而更应包含对知识的理解和运用。平常学习好一些的同学应该利用复习之机夯实双基，要重在知识的记忆理解与应用，在训练能力上下功夫，做到触类旁通、举一反三，进入更高的学习境界。原来基础差的同学应充分利用期末复习的时机，狠抓基础，做到复习到位，消化到位，在复习中切忌囫囵吞枣，不但要听懂，更要会做。

再次，养成良好习惯，提高学习质量。课上认真听讲，用心思考，积极记忆，规范训练、不懂就问、有错必改、积极参与学习活动，搞好堂堂清、单元清。课下养成良好的复习习惯，同学们可以把重点的和不理解的问题记在笔记本上，及时向老师、同学请教，弄懂为止。对于老师在复习期间留的作业要独立思考、认真完成。特别是平时学习成绩不理想的同学，更要加强学习的自觉性，把更多的时间投入到学习中。

最后，我们在抓好期末复习的同时，每一位同学应一如既往地遵守好学校的各项规章制度，常规纪律是搞好学习的前提和保证，做一个“德智双全”优秀学生。

同学们！“一分耕耘，一分收获”，我们今天所做出的努力是为了明天的幸福。我们有一万个理由相信，同学们是好样的，一定会认真投入复习，一定能向自己的父母交上一份满意的答卷！

最后：祝老师们期末工作圆满顺利！祝同学们人人考试取得优异成绩！

敬爱的老师、亲爱的同学：

早上好!伴着清晨的第一缕阳光(清风)，我们迎来了新的一天，下星期，我们就将迎来令人紧张的期末考试。期末考试不仅是对每个人综合素质的一次检验，更是对我们自信心、自觉性、意志力、诚信度的一次检验。或许我们不能人人都成为优胜者，但我们应该做一名追求进步，超越自我的勇敢者。对于这次期末考试，老师一定教给了你们许多复习迎考的好方法，今天，在这里我想给大家谈三点。

第一，以从容、自信的心态去对待考试。克服考前过分紧张的情绪，就一定能够正常发挥出自己应有的水平。考试前一天晚上，要准备好笔、尺等应考工具，早点休息。考试时尽力做到卷面书写整洁，仔细审题，认真答题。做完试题要进行全面检查，做到认真仔细，不要在考试时浪费时间。

第二，科学安排好复习时间，以勤奋、踏实的态度赢取令人满意的成绩。俗话说：“凡事预则立，不预则废。”扎实充分的准备是获得从容自信的心态最有力的保障。期末考试内容庞杂，许多同学复习起来感觉到千头万绪，无从下手，这就要求我们根据学科特点和自身特点，找准自己的薄弱环节，以便心中有数，有的放矢。

第三，要集中精力，充分利用时间。时间对每个人都是公平的，怎么去利用它，这完全取决于你。有人说一个用“分”计算时间的人，比一个用“时”计算时间的人，时间多出了59倍?我们要充分利用点点滴滴的时间，这样才能把流逝的光阴变成有用的财富，把有限的时间变成无穷的力量!

当然，复习也要讲究技巧。复习时，对各科知识中的重要知识点和基本题型要重点过关，尽量将以前做过的练习重新整理一遍，找出其中的疑难问题强化练习。解题时，不妨从不同的角度去考虑解题的方法，多与老师交流，讲思路，从而达到知识的融会贯通。

同学们，人生能有几回搏，人生不拼不精彩。考试在即，你做好准备了吗？请记住，剩下的时间由你来把握，相信你一定能抓住它，驾驭它。只要我们满怀信心，只要我们全力以赴，我们一定会取得满意的成绩！

大师说：

一要多运动。人脑分大脑和小脑两部分，大脑由左右两半球组成。左半球主要管语言、数学等；右半球负责音乐、美术和空间的辨认。我们平时使用较多的是大脑的左半球，而大脑的右半球使用较少。因此给头脑充电，就特别要通过多活动左手左脚左边身体和多参加音乐、美术等方面的活动，来锻炼和增强大脑右半球的功能。这样左右半脑经常交替运动，大脑就会得到锻炼和发展。所以，我们要上好每一节课，因为有些课能使我们的左脑更聪明，有些可能锻炼我们的右脑。上好每节课，学好每个知识，就会使我们变得更聪明。

二要增加营养。大脑活动需要消耗一定的能量，我们的大脑正处于生长发育的重要时期，要维持大脑的正常工作，要促进大脑的发育完善，就必须注意身体成长所需要的营养，给大脑提供足够的能量。所以我们在吃饭的时候就不能挑食，因为每样食物等能给我们提供不同的营养。

三要注意休息。脑细胞不像身体的其他体细胞那样能贮存一定的营养。因此，脑细胞持续工作七八小时以后，活动便会减弱下来，会自动休息。休息可以使大脑消除疲劳。恢复机能。散步、做操、调换用脑内容。闭目静养和睡眠是几种不同的休息方式，小学生应保证自己有足够的睡眠时间。

四要手脑并用。我国著名的教育家陶行知先生曾做过这样一首教育诗：“人生两个宝，双手与大脑。用脑不用手，快要被打倒。用手不用脑，饭也吃不饱。手脑都会用，长大不得了。”这是告诉我们，每个人都应该学会手脑并用。

如果你想明天更聪明，一定不要忘记给大脑充电，不要忘记运动、营养、休息。

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇四

尊敬的各位老师、同学们：

大家好！

我是来自初三15班的陶德洵。

少年自有少年狂，藐昆仑，笑吕梁。磨剑九年，今日试锋芒。
烈火再炼七月天，化莫邪，断金钢！

九年寒窗磨利剑，七月沙场试锋芒！

中考在即，我们曾以青春的热情，驱走了三九严寒；我们曾以对明天的憧憬，送走了似火骄阳。我们勤奋学习，认真思考，深入探究；我们沉静如水，热情如火，坚定如铁。我们收获过胜利的欢笑，也曾经体味过失败痛苦……“一分耕耘，一分收获”，再过不久，我们就将以昂扬的姿态，去迎战20xx年中考，去收获九年寒窗后最美的果实。此刻，我们的心中沒有畏惧，只有昂扬的斗志；没有犹豫和彷徨，只有坚定的信念和勇气！因为，我们努力过，我们奋斗过，我们拼搏过。我们注重结果，但我们更享受过程！

不曾忘记清晨时分，校园里那琅琅的读书声；也还记得劳动时，同学们满是汗水却充满朝气与活力的笑脸；而老师们的耐心帮助，同学们之间的真挚情谊，更是时时在我们的脑海中浮现。

“沧海横流，方显英雄本色，狭路相逢勇者胜”，人生总是在竞争中不断超越，生命总是在拼搏中熠熠生辉。君不见黄

河之水天上来，奔流到海不复回。既然我们选择了中考，我们就没有理由退缩。中考的战鼓已经擂响，已经到了为理想奋力一搏的最后时刻！做好手中的每一道题，走好脚下的每一步路；调动起全部的智慧，凝聚起全部的热情，为中考而奋力冲刺，让我们的青春，在这临近中考的日子里闪耀出最美丽的光彩！

中考，容不得我们有一丝迟疑，中考，容不得我们有片刻停滞，中考，容不得我们有半点闪失！中考，我们必须胜利，也一定，会胜利！

学海茫茫潜巨龙，书山处处育青松。春风可助千帆竞，甘露能滋万木荣。探骊寻珠凭胆识，惠民济世须贞忠。欲争金榜扬名日，还赖寒窗磨杵功！

同学们，让我们今天的奋斗成为明天最美好的回忆！

谢谢大家！

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇五

敬爱的老师，亲爱的同学们：

早上好！今天国旗下讲话的主题是：期末考试，你准备好了吗？

时光如梭，转眼间一个学期即将结束，期末考试一天天临近，你们都准备好了吗？在过去的的时间里，我们收获着快乐，收获着成功，不知不觉中，我们就要迎来本学期的期末考试了。期末考试是对我们一学期以来学习情况的检验，通过考试，我们可以总结一学期的学习情况，并检查自己的学习方法是否得当，以便在今后的学习中做出适当的调整。因此，期末考试对于我们每一个人都有极其重要的意义，我们一定要以正确的态度认真对待期末考试。

同学们，面对即将到来的考试，你准备好了吗？我想：经过老师和同学们自己的不懈努力，我们应该有理由理直气壮地说一声：“期末考试，我准备好了！”那么，面对考试，我们应该做些什么呢？首先是做好考前准备。为了使考试达到预期的效果，我们要正确看待考试的目的，积极备考。复习期间，要讲究科学的复习方法，提高学习效率，保持正常的作息习惯。其次要正确对待考试。考试既是知识的检测，又是意志的磨炼。考试时要紧张但不能过于紧张，要沉着冷静，对自己充满信心，同时要科学对待考试，认真分析试题，仔细推敲，先易后难。遇到容易的试题不要忘乎所以，要细心谨慎；遇到难题也不要惊慌，认真思考。许多同学考不好是因为粗心大意，把会做的题随手做错了。我们要吸取教训，做到基础题不失分，争取战胜难题，并注意把握时间。

最后我们要“诚信”。“诚信”是中华民族的美德。期末考试中，我们要遵守考风考纪，发扬“诚信”品质，把真才实学充分发挥出来。

同学们，让我们面对每天升起的太阳，一起立下发奋学习的志向，一起向理想奋进吧！最后预祝同学们在期末考中取得优异成绩。以优异的成绩向家长老师汇报。为新年有个好的开端打下良好的基础而努力吧！

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇六

老师们，同学们：

大家早上好！我今天和大家分享的话题是：人生不拼不精彩！

这个学期对我们所有人而言都将是不平凡的，我们大家齐心协力，克服重重困难战胜“新冠”病毒，齐聚我们美丽的金中校园。高一的同学们刚刚经历了期末考试，再过几天高二同学们就要进行期末考试了，明天高三的同学们就要走入高考考场。天气炎热，我希望同学们克服困难，认真复习，诚

信考试。下面我给同学们提几点建议。

我家女儿今年上小学二年级，我还清楚的记得在她一年级第一次参加学校期末考试前，我并不是急于帮她进行知识点的复习，而是首先希望她明确期末考试的目的和意义！我对她说：期末考试不仅是对学生一个学期以来学业成果的一次盘点、检阅，更是对其综合素质的一次挑战，是对学生的自信心、自觉性、意志力、诚信度的一次考验。竹子之所以能节节升高，是因为它每走向一个高度，都要做一次小结。我们的学习又何尝不是如此呢？只有会小结，才会有进步。

希望同学们克服紧张、焦虑的情绪，沉着冷静，充满信心，以从容自信的态度面对期末考试。我们不能要求每个人都成为优胜者，但我们希望大家做一名追求进步、超越自我的勇敢者。期末考试成绩都要录入同学们的成长档案，还要对成绩优秀者进行表彰。希望同学们能够抓住机会，充分展示自己，在这收获的季节摘取胜利的果实。从某种意义上来说，本次期末考试对于我们既是终点又是起点，它蕴含了太多的机遇、希望和成功。因此，我们每一个学生都应该以严肃、认真、负责的态度对待这次考试。

孔子曰：温故而知新，就是告诉我们学习要重视复习，一个成绩优秀的学生肯定是肯吃苦，懂钻研，会复习的人。

我现在正在带领高三14班进行高考最后的冲刺，他们明天即将进入高考的考场。这三年来凡是遇到考试我都会要求我的学生在考试前要做出详细、科学、合理的计划，把所学的知识认真整理、归类，并全面系统地进行复习，争取做到熟能生巧，融会贯通。发现不懂的、未掌握的问题，要抓紧时间向同学、老师请教，及时解决。对薄弱环节更应认真对待，及时弥补。以严谨、务实的态度，充分做好复习迎考工作。当然，只有计划还不够，还需要同学们集中精力，充分利用每一点可利用的时间来保证计划的落实。有人说一个用分钟计算时间的人，比一个用小时计算时间的人，时间要多

出59倍！因此我们要见时间之缝，插学习之针，充分利用点点滴滴的时间，争取多记几个公式、单词，多背一段文章，多温习一遍老师在课堂上讲的重点，才可能聚沙成塔，把遗憾变成欣慰！三、调整心态，诚信考试。考试是紧张的，我们要重视考试，又要正确对待考试。考试既是知识的检测，又是意志的磨练。考试时要沉着冷静，要对自己充满信心，同时要科学对待考试，认真分析试题，仔细推敲，先易后难，学会适当取舍。考试答题规律以及技巧性方面的内容，希望大家在考完以后多总结、归纳。

同学们，考试还是一次人品的检测。我记得在我上高中时，金中是进行无人监考的，我的班主任韩玉洁老师只在黑板上书写了一句话：人格是最好的监考老师！转身离开教室，全班同学都能够全身心投入考试，独立认真完成自己的考试！所以，我希望大家秉承诚信至上的原则，以饱满的精神，自信地踏入考场。严肃考场纪律。杜绝作弊，让竞争在平等、公平、和谐中展开，让一切的付出和回报真实、纯净。同学们，人生不拼不精彩，缺乏竞争和考试的人生不完整！希望同学们端正心态，把考试看作是一个舞台，一个展示自己的舞台。行动起来吧，请带上智慧的头脑，握紧有力的拳头，挑战期末考试。

最后，祝同学们学业进步，考试成功！祝愿我们金中高三考生，高考顺利，金榜题名！祝愿我们大金中，今年高考再创佳绩！

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇七

凡是预则立，不预则废。我认为，大家不妨从以下几个方面准备。

第一，争分夺秒，抢占制高点。

在历史的长河中，时间是最公正却又是最短暂的。争分夺秒

去努力，认识才会有更多成功的机会。珍惜时间就是珍惜青春。青春是花，美丽却易凋零，假如不去呵护。在来不及美丽时，就会凋谢枯萎；就会变成清泪，在伤心时破碎；青春是自由，想唱就唱，要唱得响亮，就算没有人为我鼓掌；青春更是拼搏，三分天注定，七分靠打拼，爱拼就会赢。珍惜青春吧！从现在做起，充分利用好每一分每一秒的时间，用时间充实自己，用知识完美自己。

第二，讲究方法，创造高效率。

在最后几天，文科读背默写必须过关，理科错题再做一遍，有错必订正，有不会必弄懂，虚心请教老师，端正态度，要向对待考试一样对待作业，真正做到基础知识扎实，重点知识夯实，难点知识要务实，从而做到取人之长补己之短，这样才能百战不殆。

第三，锲而不舍，滴水穿石。

第四，平和心态，决胜千里外。

同学们，临近考试，请你放下心理包袱，用平和积极的心态，坦然地迎接考试，迎接梦想的飞翔。你可以思慕古人那种“不以物喜，不以己悲，”的旷达胸襟，向往诗仙李白恃才傲物的豪迈情怀，艳慕毛泽东的“问苍茫大地，谁主沉浮”，的高瞻远瞩。运筹帷幄，决胜千里之外；笑傲考场，人生处处精彩。

第五，诚信考场，成功人生。

我们光华初中在历次考试中，已经形成一种良好的诚信氛围。我们每个人都应该有一种“文明考试，诚信做人”的意识。我们要以饱满的热情和积极的姿态投入到复习备考中，公平竞争，诚信考试，杜绝作弊，争创佳绩。总之，面对即将到来的考试。我们要信心满怀，以饱满的热情昂扬的斗志走进

复习，一定能磨炼出良好的品质，展示自己最美丽的一面。最后祝同学们在即将到来的期末考试中取得优异的成绩。谢谢大家，我的发言完了。

看过期末考试动员国旗下讲话稿精选的人还看了：

文档为doc格式

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇八

各位老师、各位同学：早上好！

紧张而又忙碌的一个学期即将过去。期末考试脚步近了，特别是初三同学也将迎来人生的一次重要考试——中考。希望同学们充分做好复习迎考准备，争取在考试中发挥出最好水平。在此，我给同学们提出几点建议：

首先，确定一个能激励自己的目标

有这样一个故事：

这时，他看到不远处有一块礁石，于是朝着礁石的方向走去……等他再回头看时，发现沙滩上印着两行清晰笔直脚印……

其实，在生活中，不论我们做什么事，心中都要有一个目标。只有这样，才会找准方向、少走弯路。期末复习时间紧张，更应如此。这样的目标，我建议大家定的适当地高一些，这样才能激励自己，给自己以动力。有这样一则寓言：

一只小鸡看见苍鹰在高高的蓝天上飞过，十分的羡慕，于是他问母鸡：妈妈，我们也有一对大翅膀，为什么不能像鹰那样高飞呢？真是个小傻瓜，母鸡回答说，飞得高有什么用处，

蓝天上没有谷粒，也不会有虫子啊！.

是的，如果你的目标不是蓝天，你就永远不会飞翔。

其次. 制定一个切实可行的复习计划

凡事预则立，不预则废。我们的同学有没有给自己的复习定个计划呢？每一位同学除了跟着老师的进度，按照老师的要求复习外，还应根据自己的情况，给自己的薄弱学科，和各学科中的薄弱章节适当的增加些复习时间和练习。

最后. 要有脚踏实地的有效行动

无论多么激动人心的目标，多么完美翔实的计划，如果不付诸于行动，那最多只是一个念头和一张废纸，只有行动才是走向成功的惟一途径。虽然我们不提倡那种两眼一睁，学到熄灯的苦行僧式的学习，但我们相信天道酬勤。

美国女国务卿赖斯，其奋斗史颇具传奇色彩，她用了二十年时间，从一个备受歧视的黑人女孩，成为了世界著名外交家。有人问她成功的秘诀，她简明扼要地说：因为我付出了八倍的辛劳。

同学们，对于期末考试以及中考，家长、老师们期待着你们成绩的精彩，同时更期待着你们品德上的优秀。最后祝大家期末考出理想的成绩！

谢谢大家！

敬爱的老师们、亲爱的同学们：

本学期的期末考试已经临近，各年级. 各学科都已经进入到紧张的复习阶段。为了提高复习效果，使同学们能善始善终的完成本学期的学习任务，特谈两点看法：

二、我们在抓好期末复习的同时，每一位同学应一如既往的遵守好学校的一日常规，常规纪律是搞好学习的前提保证。常规更是育人的明确尺度。在这期末复习最紧张的时刻，需要提醒同学们的一点是：学习是以时间做保证的，但是学习成效和学习时间的长短不是成正比例的关系，注重提高复习效率是期末复习应该注意遵循的原则。

最后祝老师们期末工作圆满顺利！祝同学们期末考试都能取得好成绩。

敬爱的老师们、亲爱的同学们：

清晨，我们相聚在此，能够站在国旗下讲话，我感到很荣幸，谢谢老师给了我这样一个宝贵的机会，今天，我要演讲的题目是《让我们迎接期末考试的到来》！

期末考试就快临近了，我们都进入了紧张的备考阶段，同学们，你们做好准备了吗？在这里，我想给大家提点建议，有不足之处，请大家批评指正。

第一，与时间赛跑。

时间就是生命，时间就是一切，也许一分钟的时候不能给你带来一分的成绩，但是一分钟的时间，绝对可以给你带来一点一滴的进步。在历史的长河中，时间是最公正的，但也是最短暂的，只有争分夺秒去努力，只有与时间赛跑，我们的成绩才会有更多的进步，期末考试才会变得轻松自在。

第二，与汗水相伴

锲而不舍，金石可镂；锲而舍之，朽木不折；坚持到底，不懈追求，一切皆有可能。美国作家海明威的《老人与海》中的主人公，永不言败的信念让他创造了奇迹。同时坚持也包含了历经磨练的过程。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，可

见，成功是与汗水相伴的。期末考试也是如此，只有我们不断努力，不怕辛苦，不畏艰难，汗水会化成雨露，取得期末考试的大捷。

机不可失、时不待我，有的同学以为自己的成绩差，到期末考试了，再怎么努力也赶不上前面的同学了。其实不是这样，原来基础较差的同学更加应充分利用期末复习的时机，狠抓基础，查漏补缺，做到复习到位，消化到位，宁可学少点，也要学好点。哪怕期末考试的时候取得最后一名，但是只要尽力了，也是最好的一名。

第三，不心急如焚

临近考试了，很多同学就感到心情很沉重，吃饭吃不香，睡觉睡不好，一心只想着要考试了，其实这样是不对的，心态是最重要的，一定要保持一颗平稳的心，坦然的迎接考试，迎接梦想的飞翔。你可以思慕古人那种不以物喜，不以己悲的旷达胸襟，向往诗圣李白恃才傲物的豪迈情怀，艳羡毛泽东的问苍茫大地，谁主沉浮的高瞻远瞩。运筹帷幄，决胜千里之外；啸傲考场，人生处处精彩，让我们都拥有足够的信心，充分的做好准备，迎接期末考试的到来。

第四，不投机取巧

考试是一场公平的比赛，是靠平时的日积月累，在考试当中，不要心存侥幸他人的劳动成果，我们每个人都应该有一种文明考试，诚信做人的意识，我们要以饱满的热情和积极的姿态投入到期末考试中，杜绝作弊，坚决不能投机取巧。

各位同学，大鹏一日同风起，扶摇直上几万里，要想取得期末考试的好成绩，努力是必不可少的，信心也是非常重要的。此时此刻，我们都应当以学习知识为首要任务，不虚度青春，努力拼搏实现人生的价值。

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇九

同学们，老师们：

大家好，今天我演讲的题目是《调整好心态，轻松进考场 过安全的假期》。

临近期末，同学们的日程表上排满了一场又一场的复习考试，学习生活也似乎变得更紧张而忙碌起来。在清晨冬日的寒风中，在冬阳已收敛了它最后一丝暖的暮色中，都可以看见你们的身影。是的，还有几天就要期末考试了，对于考试，乐观的同学把它看成一次又一次的挑战，在挑战中肯定自己，超越自己；而悲观的同学则把它视为苦役，在苦役中消沉自己，丢失自我。

除此之外，考试焦虑还会给人的生理和心理造成危害，既然如此，那么如何克服考试过度焦虑呢？

- 1、端正考试动机。考试只是一种手段，其目的是为了检测一段时间的学习情况，为后面的学习打下一个基础。考得好说明这一阶段学习掌握较好；考得不好，说明这一阶段学习掌握存在一定问题，需要改正。如果抱着这样的思想，自然就可能以平常的心态对待考试，而不会过度紧张。
- 2、做好充分准备。胸有成竹，方能遇事不慌。考前准备充分，自然就不会过度紧张；考前准备不充分，自然就缺乏自信心，一旦看到自己没复习到的内容，就更会引起情绪紧张。因此每次考试前认真复习就显得非常重要，可以说，它是考试不焦虑的很关键的因素。
- 3、掌握考试技巧。考试中遇到自己没有准备的难题而紧张，在所难免。但如果一味在难题前苦苦思索，浪费许多时间，以至于后面的试题来不及做，则会造成新的紧张。因此，碰到难题或自己没有准备的题目应先跳过去，就自己会做的题目做。等会的题目统统做好后，再回过头来啃难题，心理紧张也会大大缓解，失去的记忆就很可能复苏。
- 4、学会自我放松。一是心理上的自我放松，学会暗示自己，“我能行”、“我不会做，别人也不会做”。二是生理上的自我放松，如“调

整呼吸法”，即遇到情绪紧张时，多次做深呼吸，或双眼盯住一个固定的目标，呼吸深而均匀，这样可以缓解紧张情绪。考试在人的一生中是经常会遇见的，学会考试，轻轻松松上考场是每个学生所渴望的。我相信，只要你能正确理解考试，学会消除考试焦虑的方法，你就会逐步走向成功，取得满意的成绩。

考完试马上就要过寒假了，希望大家度过一个安全、愉快的寒假，做到以下几点：

1、一个人在家的时候要关好门窗，如果有陌生人敲门的话，千万不能开门，不可轻易相信陌生人的话。注意室内电器、煤气等的安全，对于自己不熟悉的家用电器不要随便碰触和使用，以防触电、火灾和煤气中毒等事件的发生。

2、寒假期间，正逢春运高潮，交通比较拥挤，人流量较大，因此同学们在外出时，要尽量结伴而行，严格遵守交通规则。

此外，要充分利用寒假的时间，注意劳逸结合，好好休息，保证有充沛的精力投入到下一学期的学习中去。过一个愉快而又充实的春节！