

最新高考前国旗下演讲激扬青春(精选5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

高考前国旗下演讲激扬青春篇一

老师们，同学们：

大家好！

~月~一~日，世人瞩目的高考将在全国范围内拉开帷幕。高考，是国考，是高三同学们养兵磨剑十二年渴望决胜的一场战斗，是同学们展现青春智慧和力量的一次亮相，更是同学们圆梦理想的道路上必须跨越的第一道雄关。同学们，兵临城下，振作斗志，亮剑而上，放胆一搏吧！在这里，我代表全校师生为你们祝福，为你们祈祷，为你们送上坚定和自信，为你们鼓起胆量和豪情，让我们掌声为你们出征前壮行。

同学们，当你们走进高考，也就意味着告别母校走出溱中。在这高中阶段的一千多个日日夜夜里，你们为了高考的胜利，为了心中的梦想，勤奋读书，忘我学习，历经磨炼，吃苦受累，在丰富自己的同时，也在丰富着溱中的办学底蕴，你们将以骄人的成绩为溱中创造骄傲，你们将以出色的表现，为学弟学妹们树起榜样的标杆。你们的奋斗精神和丰厚的贡献将成为一道亮丽的风景定格在溱中70多年的历史。为此，学校感谢你们，老师感谢你们，母校感谢并将永远记住你们！

各位老师，我们要坚持备好每一节课，上好每一节课，批改

好每一个学生的每一次作业，讲评好每一套模拟卷、每一道模拟题，总结好存在的每一个共性问题，解决好每个学生的每一个个性问题。

各位班主任，我们要带好每一天，管理好班级每天晚上学生的就寝纪律，做好每一节正课、自习课的纪律保障工作，上好班会课，讲好每一次班级讲话——尤其要给学生鼓足信心和劲头。

各处室领导、全体教职员工，我们大家都要积极配合，紧紧围绕备考工作做好份内之事。要团结协作，全校一盘棋，通过我们的共同努力把备考的各项准备工作做扎实，争取20[~]年再创辉煌。

毕业班的同学们，高考已经到了最后的关头。常言说的好，笑到最后的才是强者，坚持到底的人才能取得最终的胜利。我们为等待这一时刻已经奋斗了三年甚至更多的青春时光，我们就要跨上出征的战马，踏上高考的战场。时间已进入倒计时，青春的大旗上没有“怯懦”，只有勇敢、坚韧与无畏。

同学们，“行百里者半九十”，铁的事实告诉我们，抓住冲刺阶段的最后时光至关重要。中国体育史上曾有一个著名的“马家军”，他们在大赛之前依然进行着大运动量的训练——不到比赛开始，他们的训练就不会结束。但就是这样近乎残忍的训练方式让他们取得了令世人瞩目的辉煌业绩：许多运动员都取得过世界长跑冠军，他们甚至囊括了许多项目的世界前5名。为什么？因为她们一直保持一种积极亢奋的冲锋状态！许多高考状元也是如此。他们在考试之前一直进行着紧张高效的复习，甚至开考前还在背书看定理——他们不仅是把知识烂熟于心，更是保持一种对考试自动化操作的状态，高考对他们而言，不过是这种状态的延续而已。在就要踏上考场前的.6天时光内，我们要做到：

一、按时起床、休息，养成良好的作息习惯，尤其注意晚上

不要开夜车。

二、上好早操，喊响口号，喊出士气，喊出声威，喊出心中的青春激情。锻炼好身体，在上午、下午课外活动等时段，抽出时间锻炼，只有如此，才能保持足够的体力和耐力。要吃好饭，不要为了珍惜时间不吃饭，导致消化不良，最终影响身体和学习；要保证足够的营养，保证有足够的能量支撑每天大量的能量消耗。

三、上好每节课，记好每节课的笔记，做好每套模拟题、每道模拟题，做好老师讲评的笔记，纠正好每道错题，查找好每个错误的原因，做好每个错误的强化训练。要友善用脑，科学用脑，既要注意学习科目的适时更换，还要注意适时休息，既休息眼睛，也休息大脑。

四、要回归课本，回归错题集，既要注意学习的系统性，又有针对自己的弱项、弱点复习，做到有的放矢。

五、保持平和的心态。“不为题易而喜，不为题难而悲”，只有平和的心态才能让人最放松，从而发挥出人的最大潜能。要给自己积极的心理暗示，相信自己的能力，树立“我能行”和“我不行谁行”的心态，只有藐视困难，在考试时遇到难题才能镇定自如。

六、作为在溱中学习生活了三年时光的学生，你们是高一高二年级同学的榜样，你们既要在学习上勤奋努力，还要在道德行为上做好表率，给学校老师和学弟学妹们留下一个良好的印象。

今天是六月一日，高三同学离高考只剩下六天时间，那高二的同学离高考剩下371天，高二的同学离高考剩下736天。掰开指头来算还有很多，但我们要想到高三的同学也就是这样算过来的，回首去看似乎时间并不长。有人说，一个用“小时”计算时间的人，比一个用“天”计算时间的人，时间要

多出23倍;一个用“分”计算时间的人,比一个用“小时”计算时间的人,多出59倍。高一高二的同学们,你们也要坚持到底,你们就要升入高二或高三,期末考试就在眼前,你们要在期末之前做好最后的努力,争取以最好的成绩向自己的父母、老师,向自己美丽的青春交上一份满意的答卷!

同学们,当现实的漆中校园在你们眼中渐渐成为记忆中的风景时,我希望漆中精神在你们心中永存,我希望师生友情在你们心中永存,我希望你们完成高考离开漆中时,别忘了带上母校的优良传统,别忘了带上老师们殷勤的期望,在新的征程中,能勇敢地创业,大胆地进取,幸福地生活,健康的成长,做一个漆中以你为骄傲的永远的漆中人!我希望并热情的欢迎你们,不管你走多远,不论你在何方,能找点空闲,找点时间,相约同学,常回漆中来看看,看看你们的学弟学妹,看看托起你们腾飞的师长,看看曾经孕育过你们成长的母校这片土壤。

再见了,亲爱的高三同学们,愿你们迈出校门,一路保重,一路走好。最后,我提议:掌声响起,乐曲开道,欢送高三同学们走向高考,走向胜利和美好!

高考前国旗下演讲激扬青春篇二

同学们:

下午好。你们明天就要高考了。此时此刻,我想同学们的心情一定有点紧张,或是有些兴奋,或是有一种跃跃欲试的冲动。这时出现类似的心理感受都是正常的。今天,借去一中踩点前,我想和大家交流一下考前考中心理状态的调节问题。

一、如何有人要问,高考前什么样的状态是最好的?

我的看法是:最好的状态就是平常的状态。换句话说,用平常心来看待高考,就是对待高考最好的一种态度。

二、如果有人要问，高考是什么？

我的看法是：“高考，充其量是一次比较重要的考试而已”。请同学们不要在思想上赋予高考太多的使命和价值，也不要给高考涂抹上太多神圣或神秘的色彩，更不要把高考当成是自己的一场命运大决战。否则，高考就会成了你思想的一种影子，挥之不去，从而转化成一种心理负担，使自己的平常心失去平衡。所以说，同学们就应该确立这样的高考观：“高考，充其量是一次比较重要的考试，仅此而已”。这样，我们才能用平常心来看待和对待高考。

三、考前考中应该怎样保持应考的平常心？

下面，我给同学们五条具体的建议：

1、高考期间不要刻意去改变自己原有的生活习惯。

因为当一个人原有生理和心理平衡被打破之后，建立新的平衡需要一定的时间，在新的平衡建立之前，心理和生理上会有一些的不适应。但是，考前适度的调整还是必要的，如过去有些同学睡得很晚，那么考前考中晚休时间就有必要适当提前。

2、高考来临要有静气。

所谓静，是安静的静；气，是心平气和的气。高考来临要有静气，是要求同学们能够静下心来，沉得住气，做到心静气沉。不浮躁，不胡思乱想，不心烦意乱。古语说“每临大事有静气，不信今时无古贤”。意思是说，每当大事来临时，如果能心静气沉，那么就不信现在出不了古代圣贤式人物。我们把这句话改一下，“高考来临有静气，不信高考不传奇；高考来临有静气，不出北大出清华！”

3、要保持愉悦的情绪状态。

俗话说“人逢喜事精神爽”，这句话反过说也是成立的——“精神爽了逢喜事”。其实，高考是我们人生中的一件大喜事，因为高考给我们带来了机遇，给我们带来了实现梦想的舞台，也给我们带来好运气。反过来说，在高考来临之际，如果同学们能保持一种愉悦的情绪状态，那么，同学们的思路就会更活跃，自身的潜能就能得到更充分的释放，就能把高考这件大喜事做得喜上加喜。记住“乐观的人，象太阳，照到哪里哪里亮；悲观的人，象月亮，初一十五不一样。”

4、让自己保持适度紧张状态，让紧张转化成能量。

面对高考，人人都会有一种紧张感，这是正常现象。适度的紧张，是一种良性的心理应激反应。同学们要学会接纳它，而不是排斥它。心理学中有一个著名的法则叫“倒u型曲线”，也就是说，人的紧张程度过高和过低时的效率比较低，而中等紧张程度的效率最高。所以，考试时适度的紧张有利于提高考试效率和考试成绩。

不过，如果一旦出现高度紧张或者说过度紧张时，我们可以采用“反向夸张接纳法”。

具体操作过程是：如果你考前考中出现了过度紧张的状况，你心里不要老对自己说：“别紧张，别紧张”，因为这样的心理暗示并不一定有效。而是应该采取相反的做法，大胆地去接纳这种紧张，并极力地去夸大这种紧张，并用夸张的语言说给自己听。例如，当你感到非常紧张时，可以在心里默默对自己这样说：“我现在向全世界庄严宣告，我正式开始紧张了。我的紧张惊天动地，威力无比，我的紧张能让长江黄河倒流，能让大海瞬间变成桑田，能让日月失去光辉，能让满天繁星顷刻洒落人间。”这样夸张地想象一下，你反倒就会不紧张了。再者，你一旦进入专注的高考状态，紧张感也就自然而然地消失了。

5、要保持细致的行为状态。

这里说的“细致”，就是仔细、精致的意思。古语说：“天下大事必做于细，天下难事必做于易”。高考是大事，也是难事，就要从细节做起，从易处做起，把细节做好，把容易做的事情做到精致。表现在考试环节上，就要认真贯彻“先易后难，先小后大”的做题原则，努力做到三点：一是慎做容易题，保证全做对；二是稳做中档题，一分不浪费；三是巧做难度题，力求多得分。送你们一副对联：“宝剑锋从磨砺出，高考高分细中来”。

四、关于相信自己和相信学校的问题

昨晚值日到11：30分时，还发现不少宿舍、不少同学挑灯夜战，甚至有个别女生宿舍讲话；另外，通过多渠道了解，有部分同学现在还认为自己还有很多东西没有复习完、没有记完、没有做完，担心明天高考考不好等，我认为这是不自信的表现。因为经过三年的学习和高三一年来的复习，我们有信心考好高中最后一次考试——高考；同时，高考不仅仅是考查知识，更重要的是比精神是否饱满、状态是否良好。所以，相信自己比知识更重要，相信自己就能过好高考这一关。关于学校，我送大家一首昨晚自创的一首小诗——《颂__中》与大家共勉：教育好坏看高中，__冈教育数__中。高考状元不算宝，北大清华才最好。解放七十还不到，唯有__中能创造！__中人是最好，__中是能创造奇迹的！

因时间关系，最后把我们高三级全体老师最美好的祝愿送给你们——“高扬起自信的大旗，调整出最佳的状态，发挥出最高的水平！考出最好的自己”！

最后请全体师生喊出我们的口号：__中__中，与众不同。一五高考，成绩最好！（提示：我先读一次，然后集体喊出来）。

温馨提示：踩点结束后，师生自行回家或回校休息，但要注

意几个问题：

一是不要参加剧烈运动，更不能进网吧等娱乐场所，以免发生意外；二是不要跑步回家或回校，以免中暑或因出汗太多引发感冒；三是注意安全，尽量不要坐黄包车；四是今晚要依时回校参加晚修；五是搭乘爱心的士时，上车下车道声谢，__中学子真好嘢。

高考前国旗下演讲激扬青春篇三

各位同学：

大家早上好！时间飞快，本周已经是十七周，初三学生参加中考，初一初二学生也将参加期末考试。我们深感机遇和挑战并存。但我们相信，父母的声声叮咛，师友的殷切期盼，都将化作无穷的动力，催你前行，祝你成功。为了在中考和期末考试中取得理想成绩，在此我和大家交流中考的一些应考技巧。

中考要具备“四心”：

1、信心：信心是成功的精神支柱，中考和期末考试是一场精力和智慧的赛跑，同时是一场信心的决赛。我们必须重视它而不畏惧它，镇静自若，沉着应考。因此，在复习的时候，要学会对自己说：“我能行！”在考试的时候，要学会对自己说：“我能行！”

2、专心：只有专心致志才能头脑清醒，才能感知深刻，才能积极思维，使自己处于最佳心理和生理状态。希望大家在这最后的时间里，能树立起考前的紧迫感和责任感，排除干扰、全心全意投入到复习中去。要时刻牢记珍惜自己的时间，珍惜复习的最后机会，顺利地完成任务，做好充分的准备！在复习过程中，要立足基础，着眼能力，培养自己的综合素养和应试能力。

3、细心：每次评卷总结，老师们总会发现有的考生忘填小空，有的漏掉小题，有的忘了一页，造成不应有的损失。我们考试时要力求做到细心：通览全试卷，填好号和名；审题要仔细，题意要弄清；遇到难题，不妨绕道行；细中求速度，快中不忘稳；除做题外，我们还要做好考前自身检查工作，不要忘记带准考证、考试必需品等，以免进考场前手忙脚乱，影响考试成绩。

4、恒心：参加考试，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，需要我们冷静下来，尽快把注意力转移到下一门考试中，要拿得起，放得下。考试期间尽量做到不同别人对答案，不讨论不会做的问题。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，都要以乐观坦然的心态对待考试，特别是中考，要坚持考到最后一分，最后一秒。

在这里，也请我们班主任和老师提高复习效率，解决教与学中的真问题，带领同学们发起最关键的冲锋！

没有比脚更长的道路，没有比人更高的山峰。同学们，你们必须自信，自信和拼搏是命运的决定者。因为过去的努力，你们已经积淀了一定的知识和能力，只要勇敢冲刺，你们就能赢得胜利，赢得未来。调整好心态，正视压力，相信自己是拼搏路上的最坚强的勇者！

最后，祝同学们中考顺利，满怀信心进入考场，满载而归！

高考前国旗下演讲激扬青春篇四

尊敬的各位老师，各位学生：

离高考还有xx天，一些同学有点急了，越急水平越发挥不出来，成绩越会令人失望。我的孩子上初三，也遇到了这个问

题，数学本是优势学科，一连几次考得都不好，上次只得了xx分，他说这些题课下都会，可考试时就是做不对□xx道大题不是没有看清条件，就是中间运算出错，甚至第一行数字挪到第二行就诺错了，还有值域写得不完整，我就帮他分析了原因，制定了补救的措施。

第二、要脚踏实地。我的孩子爱耍小聪明，很多题都是口算而不是笔算，结果一个数出错，导致了全盘皆输。我要求他下次考试时，把草纸对折几下，把每道题的演算填写在不同的方格里，考完后把草稿纸给我带回检查。好的心态是脚踏实地的作风养成的。

第三、到学校后，认认真真的把课桌整理一下，卷子要分门别类地放，课本、资料用书立在桌子上放整齐，多余的东西带回家。课桌要擦干净，不能有一片纸屑。我要给班主任打电话核实。我当班主任的时候，每天要站在讲台上，瞄瞄前后的桌子齐不齐，哪个同学的斗里像狗窝要公示出来，越是临近高考，越要求教室一尘不染。

每天会有专门的时间打扫卫生，整理课堂。同学们一进教室，看到整齐的课堂，一尘不染的地面，一坐在座位上，就有一种有条不紊的心情。我们的心态就会很快平静下来。我教高三时，经常会发现一些同学在我开始评卷时，手忙脚乱地找卷子，斗里翻完了没找到，然后找脚下的箱子，急的满头大汗，一节什么事情也没有干成。其实，这些同学做题时也是前面做一道，后面做一道，做着后面的`题，挂念着前面的空白，时间还有半个小时，他就会感觉到世界末日的到来。平时虽然很努力，考试成绩很不理想，红颜薄命。坏就坏在一个习惯上。

最好xx天，如果让我给同学们一个备考建议：那就是，整理好自己的课桌吧，每天花点时间把它擦干净，把书放整齐，把座位擦干净，拥有一颗平常的心，宁静的心态，我们就会感悟到奋斗的另一个境界，感悟到成功之神徐徐降临。

谢谢大家！

高考前国旗下演讲激扬青春篇五

老师们，同学们：

大家好！

x月—x日，世人瞩目的高考将在全国范围内拉开帷幕。高考，是国考，是高三同学们养兵磨剑十二年渴望决胜的一场战斗，是同学们展现青春智慧和力量的一次亮相，更是同学们圆梦理想的道路上必须跨越的第一道雄关。同学们，兵临城下，振作斗志，亮剑而上，放胆一搏吧！在这里，我代表全校师生为你们祝福，为你们祈祷，为你们送上坚定和自信，为你们鼓起胆量和豪情，让我们掌声为你们出征前壮行。

同学们，当你们走进高考，也就意味着告别母校走出漆中。在这高中阶段的一千多个日日夜夜里，你们为了高考的胜利，为了心中的梦想，勤奋读书，忘我学习，历经磨炼，吃苦受累，在丰富自己的同时，也在丰富着漆中的办学底蕴，你们将以骄人的成绩为漆中创造骄傲，你们将以出色的表现，为学弟学妹们树起榜样的标杆。你们的奋斗精神和丰厚的贡献将成为一道亮丽的风景定格在漆中70多年的历史。为此，学校感谢你们，老师感谢你们，母校感谢并将永远记住你们！各位老师，我们要坚持备好每一节课，上好每一节课，批改好每一个学生的每一次作业，讲评好每一套模拟卷、每一道模拟题，总结好存在的每一个共性问题，解决好每个学生的每一个个性问题。各位班主任，我们要带好每一天，管理好班级每天晚上学生的就寝纪律，做好每一节正课、自习课的纪律保障工作，上好班会课，讲好每一次班级讲话——尤其要给学生鼓足信心和劲头。各处室领导、全体教职员，我们大家都要积极配合，紧紧围绕备考工作做好份内之事。要团结协作，全校一盘棋，通过我们的共同努力把备考的各项准备工作做扎实，争取20~~年再创辉煌。毕业班的同学们，

高考已经到了最后的关头。常言说的好，笑到最后的才是强者，坚持到底的人才能取得最终的胜利。我们为等待这一时刻已经奋斗了三年甚至更多的青春时光，我们就要跨上出征的战马，踏上高考的战场。时间已进入倒计时，青春的大旗上没有“怯懦”，只有勇敢、坚韧与无畏。

同学们，“行百里者半九十”，铁的事实告诉我们，抓住冲刺阶段的最后时光至关重要。中国体育史上曾有一个著名的“马家军”，他们在大赛之前依然进行着大运动量的训练——不到比赛开始，他们的训练就不会结束。但就是这样近乎残忍的训练方式让他们取得了令世人瞩目的辉煌业绩：许多运动员都取得过世界长跑冠军，他们甚至囊括了许多项目的世界前5名。为什么？因为她们一直保持一种积极亢奋的冲锋状态！许多高考状元也是如此。他们在考试之前一直进行着紧张高效的复习，甚至开考前还在背书看定理——他们不仅是把知识烂熟于心，更是保持一种对考试自动化操作的状态，高考对他们而言，不过是这种状态的延续而已。在就要踏上考场前的6天时光内，我们要做到：

一、按时起床、休息，养成良好的作息习惯，尤其注意晚上不要开夜车。

二、上好早操，喊响口号，喊出士气，喊出声威，喊出心中的青春激情。锻炼好身体，在上午、下午课外活动等时段，抽出时间锻炼，只有如此，才能保持足够的体力和耐力。要吃好饭，不要为了珍惜时间不吃饭，导致消化不良，最终影响身体和学习；要保证足够的营养，保证有足够的能量支撑每天大量的能量消耗。

三、上好每节课，记好每节课的笔记，做好每套模拟题、每道模拟题，做好老师讲评的笔记，纠正好每道错题，查找好每个错误的原因，做好每个错误的强化训练。要友善用脑，科学用脑，既要注意学习科目的适时更换，还要注意适时休息，既休息眼睛，也休息大脑。

四、要回归课本，回归错题集，既要注意学习的系统性，又有针对自己的弱项、弱点复习，做到有的放矢。

五、保持平和的心态。“不为题易而喜，不为题难而悲”，只有平和的心态才能让人最放松，从而发挥出人的最大潜能。要给自己积极的心理暗示，相信自己的能力，树立“我能行”和“我不行谁行”的心态，只有藐视困难，在考试时遇到难题才能镇定自如。

六、作为在溱中学习生活了三年时光的学生，你们是高一高二年级同学的榜样，你们既要在在学习上勤奋努力，还要在道德行为上做好表率，给学校老师和学弟学妹们留下一个良好的印象。今天是六月一日，高三同学离高考只剩下六天时间，那高二的同学离高考剩下371天，高二的同学离高考剩下736天。掰开指头来算还有很多，但我们要想到高三的同学也就是这样算过来的，回首去看似乎时间并不长。有人说，一个用“小时”计算时间的人，比一个用“天”计算时间的人，时间要多出23倍；一个用“分”计算时间的人，比一个用“小时”计算时间的人，多出59倍。高一高二的同学们，你们也要坚持到底，你们就要升入高二或高三，期末考试就在眼前，你们要在期末之前做好最后的努力，争取以最好的成绩向自己的父母、老师，向自己美丽的青春交上一份满意的答卷！同学们，当现实的溱中校园在你们眼中渐渐成为记忆中的风景时，我希望溱中精神在你们心中永存，我希望师生友情在你们心中永存，我希望你们完成高考离开溱中时，别忘了带上母校的优良传统，别忘了带上老师们殷勤的期望，在新的征程中，能勇敢地创业，大胆地进取，幸福地生活，健康的成长，做一个溱中以你为骄傲的永远的溱中人！我希望并热情的欢迎你们，不管你走多远，不论你在何方，能找点空闲，找点时间，相约同学，常回溱中来看看，看看你们的学弟学妹，看看托起你们腾飞的师长，看看曾经孕育过你们成长的母校这片土壤。

再见了，亲爱的高三同学们，愿你们迈出校门，一路保重，

一路走好。最后，我提议：掌声响起，乐曲开道，欢送高三同学们走向高考，走向胜利和美好！