

# 最新端正心态沉着应考的演讲稿(大全5篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 端正心态沉着应考的演讲稿篇一

各位老师、同学们：

大家好！

今天我想跟大家谈谈关于学习心态的问题。

我觉得有段话说得很好：“既然是自己选择的路，就要认真地走好。认真不是一种强迫，而是一种情不自禁；强迫是吞噬人精神的魔鬼，让人迷失就是他的目的。”

你做一件事，不要盲目，如果觉得有做的必要，那就应该认真做，否则就是在浪费你大好的青春年华。我们都是十七八岁的人了，即将成年。我们应该对自己负责。我们不想被人小看，那么我们自己要首先成熟。

美国的经济发达，社会保障体系也很健全，一个美国公民不做事，就拿国家的救济金就可以生活得很好，可是他们耻于这样做，仍然辛勤的劳动。一个有志气的人是不会总要别人养活自己的。

如果以上我说的，你们都觉得是废话，那么，我很高兴，因为那说明这些道理你们都懂而且表明你们都是有志气的人。

我知道有时候懂得道理并不见得可以做得很好，人都有惰性，我也一样。看见别人玩，看着别人上课时看小说，我也想，可是你堕落了一次，就会有第二次，时间长了，你自己就会在不知不觉中迷失自己。

从我自己的经验说，我觉得我们可以这样调整自己的心态，以最佳的状态投入到学习中。

1. 自己懒惰时，我们可以读一些伟大成功人士的传记，他们自强不息的奋斗历程会鼓舞我们。

2. 自己心情不好时，也可以听听音乐放松一下，仰望天空，天空的辽阔宽广会让你觉得豁然开朗，而纯净的蓝色也能让我们冷静下来。

3. 找一个志同道合的好朋友，心情不好时可以相互倾诉，平时在学习上还可以相互竞争，好朋友可以让人终生受益。

4. 不要在自己心情很坏的时候逼自己学习，可以适当地看自己感兴趣的书籍调节一下。

最后，对于觉得自己浪费了大量时间，学习补不回来的同学，要努力调节自己的心态，尽量放平和，“事在人为”，不做你怎么知道不行呢？而恰恰在这个日积月累的学习过程中，你会发现情况正在向好的方面飞快地转变，你将会进入一个良性循环的圈子，越学越有劲。

大家都很聪明，每个人都是一座宝藏，不要荒废了自己。这是我最后想说的。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 端正心态沉着应考的演讲稿篇二

尊敬的。各位领导，老师，同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《心态》。

他微微一笑，什么也不说，就把他们带到一间黑暗的房间里。在他的引导下，学生们很快就穿过了这间伸手不见五指的神秘房间。接着，弗洛姆打开房间里的一盏灯，在这昏黄如烛的灯光下，学生们才看清房间的布置，不禁吓出一身冷汗。原来，这间房子的地面就是一个很深很大的水池，池子里蠕动着各种毒蛇，包括一条大蟒蛇和三条眼镜蛇，有好几条毒蛇正高高昂着头，朝他们吐着舌头。就在这池子的上方，搭着一座很窄的木桥，他们刚才就是从那座木桥上走过来的。

弗洛姆看着他们，问：“现在，你们还愿意再次走过这座桥吗？”

大家你看看我，我看看你，都不做声。

过了片刻，终于有三个学生犹犹豫豫的站了出来。其中一个学生一上去，就异常小心地挪动着双脚，速度比第一次慢了好多倍；另一个学生战战兢兢的站在小木桥上，身子不由自主地颤抖着，才走到一半就挺不住了；第三个学生干脆弯下身来，慢慢地趴在小木桥上爬了过去。

“啪”，弗洛姆又打开了房内另外几盏灯，强烈的灯光一下子把整个房间照耀得如同白昼。学生们揉揉眼睛再仔细看，才发现在小木桥的下方装着一道安全网，只是因为网线的颜色极黯淡，他们刚才都没有看出来。弗洛姆大声地问：“你们当中还有谁愿意现在就通过这座小桥？”

大家现在都不怕了，几个学生一个接一个走过了木桥。只有一个人不敢走。“怎么回事？”弗洛姆问道。

“这张安全网的质量可靠吗”一个学生心有余悸地问。

弗洛姆笑了：“我可以解答你们的疑问了，这座桥本来不难走，可是桥下的毒蛇对你们造成了心理威慑，于是，你们就失去了平静的心态，乱了方寸，慌了手脚，表现出各种程度的胆怯，可见心态对行为有着多么重要的影响。”

这个故事很好地告诉我们一个道理：心态对一个人具有巨大的影响力。

由于心态能左右一个人的一切，所以，无论情况好坏，都要抱着积极的心态，莫让沮丧取代希望。心态是我们命运的控制塔，事实上，它是我们唯一能掌握的东西。只有我们建立起正确、积极的人生观、价值观，以积极、健康、乐观的心态对待生活，才能获得健全而高品质的生活。

良好的心态是无价的，如果你能拥有一个良好的心态，你就能获得你想要的一切。因为良好的心态能让你树立起必胜的信念，而信念会是你充满前进的动力。它可以改变你险恶的现状，带来圆满的结果。不要因为我们的心态而使我们自己成为一个失败者。要知道，成功永远属于那些抱有积极心态并付诸于行动的人。如果我们想改变自己的世界，首先就应该改变自己的心态。心态是正确的，我们的世界也会是正确的。保持良好心态者能够坚强，能够宽容，能够锲而不舍，最终会走在时代的前面。一个人若是一生都能持有良好的心态，那么，他人生的路就会越走越宽，生命的景色就会越来越美，生命的价值就会越来越大。

所以我想说，专心于路，路就不会多难走；专心于事，事就不会太难做。心态是人生命的底牌。

我的演讲完了，谢谢！

## 端正心态沉着应考的演讲稿篇三

各位老师、同学：

大家好！

相信刚刚过去的高考让每个人都有很大感触。考生们走过了人生第一个至关重要的路口，经过了高考的洗礼，他们变的成熟和坚强，更加坚定地踏上实现梦想的路。而作为我们，虽没有他们所承受的压力和辛苦，却也应从高考中收获些什么，比如经验，比如方法。以下是高三学长们的学习方法和建议，和大家共享。

- 1、高中学习是一个积累的过程，高一就开始努力，不算早，高二开始刻苦，不算晚。高三才开始好好学，你已经失去优势了。
- 2、端正学习态度很重要，你用什么样的态度对待学习，学习就用什么样的成绩来回报你。
- 3、上帝是公平的，给每个人的时间都一样，高考的游戏规则是：想要比别人考的好，就必须比别人付出更多。
- 4、努力了不一定会有好成绩，但是不努力一定没有好结果。科学的学习方法是建立在合理安排时间的基础上的。
- 5、有自制力的人才是真正的强者，管住自己是好学生的王牌。
- 6、基础知识很重要，课本很重要，能书记课本的人成绩一定不会差。一定要在知识掌握的基础上做题，否则就是在浪费时间。

7、心态甚至比学习更重要，心静，乐观的人才能战胜高考。

8、身体是革命的本钱，这是真理！身体不好，你很难学习好。

9、多数情况下，上的补习班越多，成绩越不怎么样。尤其是在高三。

学习是没有捷径的，不要想着一步登天，只有将思考融入学习，才能结出成功的果实。正如孔子所说，学而不思则罔，思而不学则殆。学习与记忆是不一样的，学习是要理解，要从问题中总结方法，从练习中提炼精华。提高成绩单单靠做题是不够的，而重在于你能否从如此多的练习题中总结经验。

说到课外书，这在学校是个很尖锐的话题。课本是装不下整个世界的，课外书便成了我们扩展视野的好方式。但对于龙蛇混杂的书籍，我们应控制住自己，看书只为消遣，而不应痴狂。

对于初三的同学们，中考就像逐步临近的战斗一样。人生的路还很长，中考只是一个十字路口而已，一如既往的安心学习吧，跟好老师的步子，努力掌握更多的知识，只要尽了全力，就没有遗憾。

有一段话我印象颇深，每个目标都是一个终点，又都是一个起点。达到目标之后，不要忘记启程，忘记赶路。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## **端正心态沉着应考的演讲稿篇四**

各位老师、同学们：

大家好！

今天我想跟大家谈谈关于学习心态的问题。

我觉得有段话说得很好：“既然是自己选择的路，就要认真地走好。认真不是一种强迫，而是一种情不自禁；强迫是吞噬人精神的魔鬼，让人迷失就是他的目的。”

你做一件事，不要盲目，如果觉得有做的必要，那就应该认真做，否则就是在浪费你大好的青春年华。我们都是十七八岁的人了，即将成年。我们应该对自己负责。我们不想被人小看，那么我们自己要首先成熟。

美国的经济发达，社会保障体系也很健全，一个美国公民不做事，就拿国家的救济金就可以生活得很好，可是他们耻于这样做，仍然辛勤的劳动。一个有志气的人是不会总要别人养活自己的。

如果以上我说的，你们都觉得是废话，那么，我很高兴，因为那说明这些道理你们都懂而且表明你们都是有志气的人。

我知道有时候懂得道理并不见得可以做得很好，人都有惰性，我也一样。看见别人玩，看着别人上课时看小说，我也想，可是你堕落了一次，就会有第二次，时间长了，你自己就会在不知不觉中迷失自己。

从我自己的经验说，我觉得我们可以这样调整自己的心态，以最佳的状态投入到学习中。

1. 自己懒惰时，我们可以读一些伟大成功人士的传记，他们自强不息的奋斗历程会鼓舞我们。

2. 自己心情不好时，也可以听听音乐放松一下，仰望天空，天空的辽阔宽广会让你觉得豁然开朗，而纯净的蓝色也能让我们冷静下来。

3. 找一个志同道合的好朋友，心情不好时可以相互倾诉，平时在学习上还可以相互竞争，好朋友可以让人终生受益。

4. 不要在自己心情很坏的时候逼自己学习，可以适当地看自己感兴趣的书籍调节一下。

最后，对于觉得自己浪费了大量时间，学习补不回来的同学，要努力调节自己的心态，尽量放平和，“事在人为”，不做你怎么知道不行呢？而恰恰在这个日积月累的学习过程中，你会发现情况正在向好的方面飞快地转变，你将会进入一个良性循环的圈子，越学越有劲。

大家都很聪明，每个人都是一座宝藏，不要荒废了自己。这是我最后想说的。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 端正心态沉着应考的演讲稿篇五

各位领导，各位同事：

大家早上好！

关于学习的心态是一个很大的话题，在此，我只能以井底之蛙观可望之天，抛砖引玉，莫要耻笑！

还没有开始学习就认为自己学不会，学不好，学不完等负面情绪，因为这样负面情绪没能及时排除，没能及时解决，也使得自己的学习的进度落在了很多人之后。

直到寒假全班统一开始学习vb的时候，这时候自己也不得不硬着头皮开始学习vb[]但是这时候这样恐惧心理又在作祟，它叫我看到比较大一点的程序就有些害怕，看到稍微有些复杂的知识点就有些却步，看到有些难度的部件和方法就有些胆



寒。

但是慢慢的自己经过师哥的教导后，才知道原来这些情绪的负担使得自己的学习承担太重，明白这个之后，自己经常暗示自己其实这些（学习的课程）不是很难的，自己是很厉害的等等，这时候发现以前觉得很难的东西，其实真的不是很难的，只要你有一颗平常心来对待你所有的难题。