

2023年宪法宣誓演讲稿(大全5篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看。

宪法宣誓演讲稿篇一

各位老师、同学们：

大家好！

高考是一场战役，是一次挑战，但是我觉得，高考对于每一个高三学子来说，更是一个辉煌的节日！我们不是说要实现人生理想吗？我们不是说要回报父母，回报老师吗？我们不是说要报答母校，报效祖国吗？那还等什么呢？机会来了，我们的节日也来了，我们亮剑的时刻终于来到了。

佛教中讲有三重境界：“参禅之初，看山是山，看水是水；禅有悟时，看山不是山，看水不是水；禅中彻悟，看山还是山，看水还是水。”我们现在已达到看山不是山，看水不是水的境界，觉得不明白的东西越来越多，甚至有越学越糊涂的感觉，其实我们现在欠缺的是一点火候，欠缺的是灵活运用，融会贯通，离脱胎换骨只差一步之遥，离禅彻悟只有一念之隔，如果我们把握好这60天，我们就能迅速地破茧化蝶而出，大彻大悟，达到看山还是山，看水还是水的大成境界。

科学备考既要进攻，还要防守。大量的知识积累和解题训练就是进攻；错题突破、解题规范、学会审题就是防守。对于文科应保持着积累的习惯，英语、语文、历史、政治、地理都

需要大量的记忆和强化知识的记忆，所以每天都要保证对基础知识的强化。早晨人的思维最活跃，建议同学们从起床之初就开始记忆强化知识点。文科的记忆不需要统一时间记忆，零星的记忆，早上、课间、理科题目做累的空隙，晚上临睡前都是记忆的有效时间。数学、英语应该搞专题串知识并训练解题能力；手不离笔，笔不离手；重要错题要重做。语文、文综学科有信心，有爱心；象对待自己的恋人一样疼爱她，时时刻刻想念她。要打持久战、连续战、缠绵战。不到最后决不放松，决不气馁。60天向前冲，从此我们与众不同。

各位同学，漫步校园，大家发现学校甬路边的玉兰花已经在树枝上独自绽放了，开得很美丽很独特。它不需要绿叶的依托，这是自信的象征，启示我们应该追求的境界！那就是不等不靠，只有自信才会在黑暗中走向光明，走向成功。任何一个人都会由他的主宰引向成功，任何一个人都会有大于自己的力量，这就是“你自己”。同学们，用勤奋和智慧赢得高考！做最好的、最美的自己！

“三分天注定，七分靠打拼”，如把七分打拼再分的话，“高考，三分靠实力，四分靠心理。”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。如果缺乏良好的心态，考生就难以在考场上正常发挥，甚至可能导致高考失败。越临近高考，心理调节就越关键，越重要。如何调整好心态，优化好心理，搞好最后的冲刺，从容应考。所以从考前心理准备上我讲几点：

1、作一些积极的自我暗示，树立必胜的信心

有这样一个故事：明朝有位秀才三次进京赶考，在考前一天的晚上做了两个梦，第一个梦是梦到自己在墙上种白菜，第二个梦是下雨天，他戴了斗笠还打伞。于是秀才第二天就赶紧去找算命先生解梦，算命先生一听，连拍大腿说：“你还是回家吧。你想想，高墙上种菜，不是白费劲吗？戴斗笠还打伞不是多此一举吗？”秀才一听，心灰意冷，准备收拾东西回

家。这时，店老板感到非常奇怪，问：“不是明天就要考试吗？怎么今天就要回去了？”秀才就把做梦与解梦的事说了一番，店老板笑了：“我也会解梦的。我倒觉得，你这次一定要留下来考。你想想，墙上种白菜不是高种吗？戴斗笠又打伞不是双保险，有备无患吗？”秀才一听，觉得更有道理，于是精神振奋地参加考试，居然中了个探花。

这个故事告诉我们：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。态度决定我们的一切，有什么样的态度，就有什么样的未来。所以，在高考的考场上要做到“积极乐观，相信自己”，它是高考取胜的第一要诀。

2、要坚持不懈，坚信付出一定有回报

这些天来，同学们的外省校考成绩相继浮出水面，一部分学生过了为数不多的院校，有的全军覆没。这些同学很苦恼，很痛心，很失望。其实不必烦恼，因为我们还可以刻苦学习靠文化课上省内一本院校，因为大多院校录取原则是按文化课从高到低录取招生计划的40%。名次靠后的也不要失望灰心，据媒体多年调查，专业合格的考生每年接近40%的比例，因文化课不够本科线而被淘汰出局。再加上很多院校有语文或英语的分数限制一部分考生落马。因此，我们不要着急，要在仅有的时日里一步一个脚印坚定地走下去！机遇往往偏向于有准备的人！谁也挡不住我们前进的脚步，谁也阻止不了我们成功的登攀。过去的那段更长更艰辛的路，我们都无怨无悔地走过来了，而现在，60多天的时间，我们就更应该好好把握。我们要心手相连，并肩作战，共赴难关。即使走得很慢，但你决不要停下；也许目前你输给了一些人，但你已经战胜了昨天的自己。

3、以平和的心态对待学习

“拿得起，放的下”，

平平淡淡才是真。使心灵宁静下来。心灵的宁静是一种超然的境界。有人说，高考三分考水平，七分考心理素质。这句话是有一定的道理的，谁的心理素质好，谁就肯定会发挥出高水平，肯定能取得好成绩。希望同学们要把每一次考试都当作高考，这样到高考时就不至于因为紧张、害怕而影响考试发挥。复习中一旦考试不理想，也不要灰心丧气，而要立刻调整好心态，投入到高效的复习中去。平常考试不理想，不完全是坏事，因为自己的考试中暴露出来的问题，更能够引起我们的注意，正好借助这个机会弥补上，亡羊补牢，为时不晚，对待考试要做到“不烦恼、不害怕、不着急、不骄傲”，用一颗平常心来对待成绩和名次。另外，备考是循序渐进的过程，来不得焦躁。每一天我们都要定下自己的目标，高效课堂、高效自习：因为每一天、每一节课，每一道题都在书写自己的高考。

四、要注意劳逸结合，加强体育锻炼，同时要积极调整好自己的生物钟，保证复习效率，保证高考时拥有充沛的精力和积极的心态。

同学们，高三就像长跑，“拼到最后拼意志”，“拼到最后拼精神”，既然选择了远方，就没有放弃的理由，不到最后一刻，绝不放弃希望；不到最后一刻，绝不放弃努力！让结局不留遗憾，让过程更加完美。。

同学们，战友们！20xx年的六月，是精彩的六月，因为我们可以创造奇迹；

20xx年的六月，是刻骨铭心的六月，因为当我们白发苍苍时，还会想起高考前一起拼搏奋斗的战友们。

最后预祝同学们20xx年高考，一马当先，马到成功！谢谢大家！

宪法宣誓演讲稿篇二

护士称为“白衣天使”的桂冠不是轻易被承载的，它是一代又一代众多医护人员用心呵护，用青春和血汗换来的。现在就来看看本站小编为大家整理的护士宣誓的演讲稿词，欢迎阅读。

尊敬的各位领导老师同行的兄弟姐妹们：

你们好！

在百花盛开的五月，我们又一次迎来了属于我们自己的节日“5，12国际护士节”。今天，当我们团聚在这里的时候，我的内心涌动着一股无言的欣喜，因为我也有幸站在了白衣天使的队伍中，成了时刻与生命通行的人了。

时光荏苒，斗转星移，转眼间我踏入护理工作已经两年多了。类风湿科是我从象牙塔走向临床工作的第一站。我在这里学到了很多，不管是技术上的还是心理意识上的。类风湿属于自身免疫性疾病，被人称为“治不好的肿瘤，死不了的癌症”我们每天面对的是始终站在生死边缘的人，是饱受疾病折磨与摧残的人。每当看到他们那一个个痛苦而又无奈的表情，我的内心充满了自责，感到自己是那样的渺小与无能为力。心有余而力不足！所以当时我就想，我虽治不好他们的病，但是我一定要尽心竭力帮助他们减轻痛苦。于是我对自已提出了更高的要求：静脉穿刺，抽血尽可能的做到一针见血，肌肉注射尽量做到无痛注射，可是当注射器针头刺入肌肉的时候又怎会不疼呢？于是我就开始琢磨，比如进针的手法，转移病人的注意力等等。在主任及护士长的带领下，我们又开始了心理护理，多与病人交流，让他们不在寂寞，不在压抑。

一年的时间过的好快□20xx年8月22日我又被调到了产房工作。

产房是一个危险科室，也是一个技术性科室，工作极富有挑战性。我们面对的是即将要成为母亲的人，我们必须严密观察产程，确保新生儿顺利安全的到来。工作的特殊性要求我们必须具有很强的责任心。因为你手上我的是两个人的生命，容不得半点疏忽。由于分娩的时间无法自行控制，遇上个二胎的，一扭头的时间或许就有可能漏产。说的一点都不夸张，所以经常弄的我们心理很紧张。另外也很危险，因为我们经常接触血液，稍不小心就有可能感染传染病。尽管我们的工作很脏很累，但是当我们听到新生儿来到世上那第一声有力的啼哭，我们会很欣慰，我们的工作 是迎接新生命的到来，是拉开人生帷幕的人。

在平凡中我们奉献，在奉献中我们更有义务将护理工作提升一个更高的起点。

很早以前，就有人提出了“三分治疗，七分护理”，这很鲜明的指出了护理工作的重要性。南丁格尔说过，“护理工作是一门艺术，护士要有一颗同情的心和一双愿意工作的手”。我们应该努力学习塑造新形象的护士。转变观念，善于学习，不断完善自己，充实自己，实践护理模式的转变，不能再像以前那样单纯的执行医嘱，头痛医头，脚痛医脚，而是应该能动的执行医嘱，将病人看作一个整体的人来进行护理，让病人得到更全面、更整体、更系统化的服务。我们一定要尽自己最大的能力和爱心帮助他们减轻痛苦，为他们支撑起无力的生命。

医院的搬迁，为我们带来了更大更好的发展前景，我作为一名新时代的年轻护士，我一定会顺应时代护理发展的要求，顺应医院发展的需要，坚持不懈地学习，为我们伟大的护理事业努力奋斗！

最后，祝大家节日快乐，祝我们邢台县医院有更加辉煌的明天！

我的演讲完毕，谢谢大家。

尊敬的领导，老师，各位同仁：

做一名护士是我小时候的一个梦，长大后，如愿加入到护士这一行业，对这份工作我有着挚爱，我要感谢护士这份职业，让我找到我想要的人生，让我在自己最倾心的一份职业里面实现自我的人生价值！

是这份职业让我有了对生命的敬重，让我知道如何平等、善良、真诚的去对待每一个生命，这份制造业让我理解，能获得生命，便当感恩，能呼吸，便当快乐。在支付我生命艰辛的同时，收入着他人的获得生命的喜悦。当我回头看时，看到生命的蓬勃，我庆幸，我能如此贴近生命，去接触，聆听，去感悟！

20xx年5月12日，属于我们护士的专属节日，“爱在左，同情在右，走在生命两旁，随时撒种，随时开花，”——冰心老人的这句名言，是对我们护理工作的最好诠释和最高评价。因此在这个特殊的日子，让我们牢记南丁格尔的誓言和自身肩负的神圣职责，发扬南丁格尔精神和护理事业的光荣传统，认真贯彻执行新的《护士条例》，切实履行自己的权益和义务，牢固树立“院兴我荣，院衰我耻”的主人翁意识，以“爱心、耐心、细心、责任心”对待每一位患者，把我们的人生价值定向在护理事业上，把我们的人生目标定位在病人满意度上，为保障全县广大人民群众的生命和健康，为我院护理生事业健康、快速发展，做出应有的贡献！

生活对每一个人来说都是一次艰难的航行，但是我们又怎么知道病痛会不会再次加身？所以我们需要关爱，造物主为了自己无限的爱塑造了人，不论你相不相信这种说法，我们都无法否认一个事实：生命是一个奇迹，一个爱的奇迹！爱的火焰，有时如一支烛光，摇曳在风雨中，明明灭灭，它最终渴望着、期待着医务人员凭着一份爱心拨亮它，让它重新放射出璀璨

的光芒。

20xx年，精神的春风，这股爱的春风，为正在路上的我们上了一堂精彩的大课，我们站在又一个新的起点：我们要以一颗拼搏之心去迎接新的机遇和挑战，以一份责任之心去面对新的压力和希望，以一份感恩之心去回报所有的关爱和支持。

当无数人进入甜美的梦乡时，是谁还穿梭在各个病房之间；当人们举家团圆的欢庆时刻，是谁还默默地忙碌在工作岗位上？当可怕的病魔肆虐横行时，又是谁用瘦弱的身躯组成一道道钢铁长城？是她们，是那些默默付出，无私奉献的白衣天使！我自豪，我是她们中的一员！

我是一名护士，还记得那是一个寒风凛冽的冬夜，一个小伙子被几个人抬着冲进来时，已经是面目全非、血肉模糊了，又是一起可怕的车祸。一场紧张的抢救随即开始。量血压、迅速建立静脉通道、气管插管，与主治医生配合的有条不紊，我们整整忙碌了五个小时，高强度的工作已经让我们忘记了疲惫！可是小伙子还是离开了人世。容不得我们休息，家属的责怪声、漫骂声、哭喊声、打闹声一起涌来。是啊！又有谁忍心眼睁睁地看着一条鲜活的生命突然从眼前消失呢？没有安慰，不需要安慰，我们的心底不能有一丝涟漪，只能悄悄地独自将伤口抚平，再次投入到紧张而有序的工作中。是啊！护士的工作不允许我们在感伤中苦苦徘徊。

比大地更广阔的是海洋，比海洋更广阔的是天空，比天空更广阔的是心灵，作为一名护士，我们要拥有博大的胸怀，纵使受了委屈，我们的脸上依然是灿烂的微笑，我们知道：这微笑是阳光，能减轻病人的疼痛；这微笑是雨露，能滋润患者的心灵；这微笑是翅膀，承载了千万个家庭健康平安的希望！

我是一名护士，打针、输液、查房就这样开始了一天的生活。还记得有一次病房里住着一位老人，脾气非常暴躁，每天给他输液送药他都大发雷霆。对于这些，我没有丝毫抱怨，更

没有不理不睬，而是主动嘘寒问暖，去病房与他拉家常，津津有味地听他讲陈年往事。每当我看到他久久地沉浸在回忆中时，就感觉自己的心和他更贴近了，我更理解他了，他也更配合我的工作。临出院时他紧紧拉着我的手说：“你就是我的好孙女”。这时所有的委屈、不快都一下子烟消云散了。是啊！作为一名护士，要用春天的雨露去滋润患者久旱的心田，要用有力的双手搀扶患者走过心灵的沼泽，要积极与病人架立一座座心灵之桥，患者才能积极配合治疗，早日康复。

我是一名护士，可是儿子感冒发烧时，我却医学教|育网搜集整理不能象其他母亲一样守候在他身边，在丈夫劳累时，我不能及时送上一杯新沏的茶，在爸爸妈妈思念女儿时，我也只能说工作太忙。作为母亲，我何尝不想像其他母亲一样时刻陪伴着儿子，帮他驱除病痛；作为妻子，我何尝不想享受儿女情长；作为女儿，我又何尝不想对父母尽一份孝心？可是，为了病人，我只能选择扮演好一个角色。作为母亲、妻子、女儿，我欠家人的太多太多了，我不是一个好母亲、好妻子、好女儿，但我深知我是一名好护士，一名深受病人爱戴的好护士。

诗人泰戈尔曾经说过：“天空中没有翅膀的痕迹，但我已飞过！”作为一名护士，我深信，丰碑无语，行胜于言。患者在你心中有多重，你在人民的心中就有多重！

宪法宣誓演讲稿篇三

面对护士这神圣的职业，人们发自内心地赋予了一个骄傲而浪漫的名字-白衣天使。现在就来看看本站小编为你整理的护士宣誓演讲稿，欢迎阅读。

尊敬的：

曾几何时，我们的医生护士用他们的爱心护卫着人们的健康，被人们亲切地称为“白衣天使”！

小时候听过这样一个故事：上帝刚刚创造了人类之后，由于大地贫瘠，人类缺衣少食，时常遭受病魔的痛苦折磨，呼救的声音从四面八方传来。于是，上帝派下了最优秀、最善良天使去照顾病人，帮助他们解除病苦，守护着人类的安康。从此，有了天使的守护，人类得以健康安宁，代代繁衍，过着无忧无虑的快乐生活。

是啊，白衣天使-----一个多么圣洁，多么令人向往，多么令人崇敬的字眼！一袭飘然白衣，是一颗纯洁的心灵；一顶别致的燕帽，是一项守护生命的重任。无数个阳光灿烂的早晨，我们倾听治疗碗盘的协奏曲；无数个不眠不休的夜晚，我们感受生存和死亡的交响乐章。都说我们崇高伟大，可是又有谁想得到，在这份崇高伟大的背后，其实是一颗颗普通的天使心！

人们不曾忘记，当非典肆虐横行的时候，哪里有危险，哪里就有我们的白衣天使，在这场没有硝烟的战斗中，我们的白衣天使为了群众的健康，毅然挺身而出，与病魔展开殊死的较量。倒下了，也倒下了……然而千千万万的白衣天使不但没有被病魔吓倒，而是更加的奋不顾身，将个人生死置之度外，她们用爱心筑起钢铁长城，终于赢得了这场战斗的伟大胜利。是啊，他们也有父母，也有孩子，也许他们的父母还在期待着他们的搀扶，他们的孩子正在摇篮里揪心地哭喊着“我要爸爸，我要妈妈”！作为医务人员，他们比谁都明白，与“非典”较量，是一件多么危险的事情！

也许有人会说，这样的事情离我们已经渐渐远去，那么就请你到我们的身边看看吧！

我们皮肤病患者往往是全身皮肤溃烂，表皮脱落，化脓、渗液，身上散发着刺鼻的气味，连病人家属都捂着鼻子敬而远

之的病人!我们的医护人员却每天要为他们清洁身体、消毒、湿敷、搽药、输液等近距离的精心护理。由于病情严重,许多病人都已经灰心了,可是我们白衣天使却在坚持不懈地和病人亲切的交谈,帮助他们树立战胜疾病的信心。此情此景,连病人家属也为之动容,感激之情溢于言表。每当病人痊愈出院时,医护人员的心里比蜜还甜啊!就是在这平凡的岗位上,我们的医护人员不嫌脏,不怕累,精心医护,乐于奉献,用爱心、青春、才华换来了病人的康复和微笑。

是怎样的力量让我们如“痛“并“快乐“着?是夜深人静巡视病房时那一张张安然入睡的脸;是在我们精心护理下,得到康复的病人热泪盈眶地道别,更是在,我们付出了耐心细致的工作后,爱心让我们感觉到幸福和快乐。

生命所托,健康所系,每一个拥有爱心的人都是天使。朋友们,让我们用无私的奉献和勤劳的双手,去履行我们最初的誓言,去奏响一曲曲健康、和谐乐章吧!

谢谢大家!

今天的生活在过去的梦里,未来的生活在今天的梦里,梦像一条绸带连接着过去、现在、未来。它是那么灿烂、那么绚丽,又是那么神秘;它是蓬莱的山阁、黄山的云海,飘飘渺渺而又真实存在。

有了梦,生活就有了希望;有了梦,就有了冲破黑暗的勇气;有了梦,就有了披荆斩棘的忍耐,有了跌倒时的爬起。多么美好的梦啊!中华民族五千年历史记载着一个长长的梦——中国梦。中国梦是国家富强的梦;是民族崛起的梦;是伟大祖国振兴的梦。无数炎黄子孙为了实现这个梦正在前赴后继,奋斗不息。

我儿时的梦想就是有一份理想的工作,能成为一名美丽的白衣天使,戴着高翘的燕尾帽,身着束腰的护士服,脚穿洁白

的护士鞋，每天穿梭于病房之间，治病救人，为患者解除痛苦。

专业知识，不断提高自己的理论水平和技术操作能力。天道酬勤，经过五年的坚持，经过一次又一次的应聘失败后，终于在20xx年招聘护士考试中，我以全区第一名的优异成绩考入了医院，实现了我的梦想。我深深的知道，个人梦想的实现，不只是我个人努力的结果，离不开伟大祖国肥沃土壤的孕育，更离不开大同这方热土给了我这次机会。如今我的个人梦想已经实现，我要为实现我们的中国梦尽一份力。

护士，一个与爱相关的称谓，一个远离死神、点燃生命之光的名字。护士的工作不仅仅只是用双手机械的忙碌着，更是用心、用情、用爱、用微笑去面对每一位病人。无论现在或将来，爱与奉献都将是护士追求的永恒主题。在每天的工作中，把简单和平凡演绎成无数个精彩，快乐着病人的快乐，忧伤着病人的忧伤。在平凡与琐碎的护理工作中诠释着“爱”与“奉献”的真谛。记得20xx年“非典”肆虐时，我主动报名到发热门诊。从5月2日发热门诊成立到8月中旬非典疫情解除，我一直工作在非典一线。每天都要穿着厚厚的隔离衣，防护鞋、戴着防护眼镜、防护手套、在炎炎夏日要戴上八层纱布的防护口罩，身上、脸上都长了痱子；双手被汗水浸泡着；其中的滋味儿没有经历过的人是难以想象的。

大家都知道，在隔离病房多停留一分钟，也就多了一分被感染的机会，可是隔离病房的患者因为被隔离，与家人朋友不能见面，不能参加社会活动，生活方面受到了很大的限制，就连一日三餐都要我们护士送到床前，所以情绪非常低落。我就和患者面对面的交流，做好心理护理，以缓解紧张和焦虑给患者带来的不安。经过几天的隔离和观察，疑似患者解除隔离，可以和家人开开心心的回家，看到他们离院时幸福的表情，我觉得自己的付出是值得的。

大家好！

当繁花盛开的五月悄悄降临，当万紫千红的季节换上新装时，我们记得有一位伟人在这样的日子里默默走过，她对事业的执着，对真理的求索，至今令我们感动，引导着我们一步步前进，激励着我们以实际行动完善自我，用更好的关怀照顾患者，更多的考虑患者的需求，提供更完善的优质服务。

记得有人说过：创优无止境，服务无穷期。我们每位医护人员也深知：患者在你心中有多重，你在人民的心中就有多重。所以我们时刻将南丁格尔“燃烧自己，照亮别人，无私奉献”的精神牢记在心，将爱心和温暖更多的献给人民群众。为了进一步加强临床护理工作，提高护理服务的满意度，全院开展护理“温馨服务年”活动，旨在通过“用心服务·用爱导航”，持续改善护理质量，提高整体服务水平，满足患者日益增长的服务需求，我们本着”以病人为中心“的服务宗旨，以”探索顾客愿望，满足顾客期望“为目标，不断转变观念，改进服务，从患者的角度出发，换位思考，全面提高服务质量。

我们的职业被人们尊称为”白衣天使“，而我就想做病人心中称职的天使。如何才能够从心出发，把工作做的更好呢?好，即完美。完美的工作就要求我们全心投入，真诚相待。我作为门诊的一名导医工作近两年了，从自身经历中，我真切的体会到我们的工作有多重要。我们除了接待患者问医、问药、问病外，还经常陪同行动困难的老人、残疾人到诊室，为患者提供化验结果，为患者提供水杯，送行动不便的病人过马路。为了不延误患者的病情，我们经常在门诊巡视，一旦发现危重病人就及时就诊。为每一个需要健康帮助的人提供全方位的优质服务，以最佳的精神面貌和温文有礼的形象面对护理工作，做文明礼貌的健康使者。

当患者一个个痛苦的来，又一个个健康的走，虽然每天留下的是一身疲惫，换来的却是我们身心的安康。虽然辛苦，但再苦再累也不会改变我们服务的志向，因为我们有优秀楷模，有坚定的信念，有南丁格尔精神。我们作为护士能够继承南

丁格尔的事业，心中充满着前所未有的豪情。

举世闻名的丝绸之路、长征之路、登极之路，我们脚下的路能与之媲美吗？我想，答案是肯定的。因为这条路同样用热爱、执着、奉献和牺牲刻写着里程和路标。

白衣天使，用自己的真情造就了一片幸福，用自己的爱心守护了一方平安。少了对亲人的问候，却少不了对病人的照顾；少了与恋人的相聚，却少不了对病人的关怀。不是不想浪漫，而是想让更多的人得到幸福，不是不爱家人，而是无法割舍对这份职业的牵挂。我们没有悲壮豪迈的言语，也没有惊天动地的事迹，我们只有默默的奉献着自己的光和热，默默的奉献着自己的真情和爱心。

曾经有人说过”拉开人生帷幕的人是护士，拉上人生帷幕的人也是护士。“是啊，在人的一生中，谁都无法拒绝天使。我们是这个城市时刻与生命同行的人，是关注健康和爱的使者。我们在平凡的岗位上体现护士自身的价值，我工作、我快乐、我繁忙、我幸福，让它永远成为我们骄傲的主题，让爱永远与你我同在。

宪法宣誓演讲稿篇四

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家晚上好！

在这个特殊的日子，庄严的时刻，请允许我，高三文科部的一名普通教师，在这里，作真诚的表达。

蓦然回首，惊觉时光如水流逝。回顾高三师生共同奋斗的一百多个日子里，我们风雨同舟，我们日夜兼程，我们激情豪迈，跨过了一道道沟壑，穿过了一道道屏障，一路走来是成

功者攀登的足迹。

走过轻松愉快的高一，生龙活虎的高二，我们走进高三。高考倒计时200天誓师大会发言稿。紧张与忙碌的气息，弥漫在正中的每一个角落，下课后总有老师被围得水泄不通，同学们之间互相探讨问题的身影随处可见……埋头于紧锣密鼓的一轮复习，我们已经进入备战高考的白热化状态。

200天，让我们厉兵秣马，誓闯雄关；200天，让我们焚膏继晷，跃过龙门。

高考，是一场需要超凡毅力才能到达终点的马拉松，是一次需要竭尽全身力量才能胜出的百米冲刺，是为我们这些出身平民家庭、没有多少生活经验的孩子们准备的一场最公正的角逐。如果说挺得住与挺不住是一道选择题，我们，没有选择挺不住的权利。没有逃避，没有哀怨，就在今天，我们千名正中学子，意气风发地站在了百米冲刺的起跑线。所以，请我们在场的每一位同学，给自己最响亮的掌声和无穷的力量！

同学们！看到你们正在为前途而奋战，我们感到由衷的欣慰；看着你们那充满期望，有点兴奋、有点紧张、有点忧郁的脸，我们感到无比地心痛。尼采说过：“一棵树，要长得更高，接受更多的阳光，那么它的根就必须更深入黑暗。高考倒计时200天誓师大会发言稿。”而高三的我们就像一棵树一样坚韧而寂寞地成长。但是，亲爱的同学！请你一定记得，你决不是单枪匹马、孤军奋战，有我们可亲可爱的23位高三教师，始终和你在一起，时时刻刻，不离不弃。当你全力以赴、成绩攀升的时候，他们脸上会露出由衷的笑容；当你消沉懈怠、成绩滑落的时候，他们的眉头无论如何，总也抹不平。让我们做一棵春天里朴素的白杨，抽枝展叶，而所有在座的，我们敬爱的领导、亲爱的老师，他们如母亲阳光般的注视，将把我们的一生覆盖。所以，请我们在场的每一位同学，给他们最热烈的掌声和最深的感激！

在接下来的学习过程中，希望同学做到如下三点：

第一、脚踏实地，坚韧不拔。

无论时间多么紧迫，任务多么繁重，我们的学习都要拒绝浮躁，力避浅尝辄止、贪多求快。复习是一个潜移默化的厚积薄发的过程，它需要我们不厌其烦地诵读记忆、不厌其烦地求证演算。精做一道题胜过泛做十道题，精透一页知识胜过粗翻一本书。有些知识我们自认为可以蒙混过关了，事实上每次考试下来，不少同学都说，越是平时感觉底气不足的知识点，越容易在考试中碰到。

如果考到的知识点，你不能完整、准确地从记忆中提取，出现了卡壳现象；如果拿到手的题目，不能快速而清晰地判断它属于做过的哪种典题，出现了思维的断层，那么，该场考试你就已经失利。所以，希望大家不要抱有哪怕一丝幻想，不要放弃任何一次学习的机会，尤其对于薄弱学科的薄弱知识点，咬紧牙关，各个击破。

第二、合理规划，提高效率。

要注重科学合理的安排时间。首先做到不浪费时间，有的同学课堂不专心，课后耗费大量时间去弥补；有的不抓紧白天的时间，晚上熬夜；有的不按时就寝闲聊，白天打瞌睡。这些不合理的时间安排都直接影响到了我们的学习效果。只有通过自我控制，改掉这些坏习惯，我们才能获取更充足的学习时间，才能保持更强大的战斗力。还要充分利用那些往往被忽视、被认为是无足轻重的小块时间，制订一份留有时间弹性的小计划是每一位同学应切实考虑的，这样你将获得意想不到的进步。

第三、把握细节，注重规范。

要完善学习的各个环节。及时做好复习信息的反馈汇总，充

分利用好复习中出现的错题、疑问、焦点、疏漏等宝贵的增分“矿源”，针对错源信息进行自我补救式强化复习，把时间和精力用在刀刃上。

要遵循各科的涨分规律，注重学科知识的梳理成网，典型试题的总结积累，文科复习注重知识反刍，理科复习侧向思维迁移，只有做到文通理透，才能达到游刃有余。

要向规范要分数，向细致要成绩，充分认识到限时训练的重要性，提高解题的精度和速度，做到基础题不丢分，难题多得分。要注重规范作答，条理清晰，表达完整，运算准确，减少不必要的丢分因素。

同学们!20xx年的寒窗苦读□20xx年的风雨无阻，而今，距高考只剩下200天了!真正的考验即将开始。谁能在这200天里气守丹田，屏息凝神，超越自我;谁能在这200天里拿出一腔“时人不识凌云木，直待凌云始道高”的壮志;谁能在这200天里真正体会到“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”的真谛;谁能咬紧牙关，接受上天“苦其心志，劳其筋骨”的考验，谁就能在高考场上“千军过独木，绝尘占鳌头”!

借此机会，我寄语尖子生同学:敢立壮志到清华北大摘星，共谋大业到一流大学揽月!中游生的同学们:你们是正中的主力军，相信奇迹无处不在，相信天生我才必有用，一切尽在变数中，力争一本冲上游!暂时成绩不太理想的同学们:过去的挫折就好像秋天的落叶，今日的凋零，是为了来年的春天更好吐绿!只要我们继续努力，相信明年的黑马就是你!

今日的誓师，就是出征的号角，拼搏的号角，冲刺的号角。为了硕果飘香的六月，为了花好月圆的金秋，我们大家要携起手来，壮志在胸，奋力拼搏;携手并进，共创辉煌!

祝大家高考成功，梦想成真!

宪法宣誓演讲稿篇五

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

你们好！

我是07级6班的朱童。今天，我演讲的题目是《国旗下的宣誓》。

仰望长空，历史的星依然闪烁！我们的祖国古老而伟大，我们的祖国壮丽而永生！蔡伦纸上书写着她的智慧，指南针上旋转着她的方向，刀光剑影下她一次次回归和平，精神劫难中又一次次积薪自焚，重获新生。为了祖国的成长，无数人前仆后继，呕心沥血，为了祖国的富强又有多少人燃尽了自己的生命和青春！即使在那封建主义的绞杀下，即使在那帝国主义的炮火中，中国人依然用自己的脊梁挺起了中华古老的长城。五十九年前的十月一日，我们的祖国振翅一飞，向全世界发出了最为雄健豪壮的声音：“中国人民从此站起来了！”巨人的呐喊，震荡环宇，让群山响应，大海回波！

无数的先辈们，为了那神圣的一刻，付出了生命的代价，而现在却有些人，尤其是我们个别中学生，整天不务正业，不努力学习，到处惹是生非，还乱花钱、喝酒、吸烟为家长和老师增加负担。先辈们为后人创造出美好的新世纪，可他们却不继承革命先辈们的光荣传统，好好学习，为祖国做出贡献，他们是在给我们这些新世纪的新一代丢脸！

难道在这个急需人才的年代，我们还要让他们这样下去吗？不！同学们，我们现在还处在风华正茂的少年时代，梁启超曾经说过：

今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少

年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲则国胜于欧洲，少年雄于地球则国雄于地球。我们一定要利用这美好的少年时代，努力学习，为将来为国效力打下基础！

今天，在鲜艳的国旗下，我代表中学生们，向祖国庄严地宣誓：五星红旗为证，从现在起我们将遵守纪律、品行端正、全面发展，我们新世纪的中学生，要远离不良诱惑，全身心地投入学习之中，为中华之富强而努力！

我的演讲完毕，谢谢大家！

20**年10月1日