

准高三国旗下讲话(汇总8篇)

增强环保意识是实现绿色发展的必要条件。环保行动需要政府、企业和公众的共同参与和合作。这里有一些环保成功案例，或许能够给你一些启示。

准高三国旗下讲话篇一

老师同学们：

早上好

五四精神的核心内容是“爱国、进步、民主、科学”，而它在更深层折射出的，是年轻人为了一个崇高的目标，积极进取、不懈努力、勇往直前，不达目的决不罢休的精神。作为高中生的你们，尤其需要这种精神，特别是高三的同学。

今天，距离20__年的高考，还有不到一个月的时间，一个月是什么概念，如果整个高中三年是一场1000米长跑的话，那么这一个月就是终点前最后的30米。跑过1000米的同学都知道，最后的30米是最难捱的，因为身体早已超出了极限，但是，胜利就在眼前，咬紧牙关，成功就在触手可及的地方。

可是有的同学要说，一个月，我能干什么？我来告诉你，只有一件事，那就是坚持。多一份坚持就多了一份勇气，多一份坚持就多了一份希望，当你在痛苦中徘徊、犹豫时，请相信，所有人都在接受同样的挑战，谁能坚持到底，谁便是最后的胜者；谁不放弃希望，谁就能笑到最后。

在跑道上，我们不是世界冠军，可是冲过终点的那一刻，我们同样骄傲；在高考中，不是所有的人都能考进清华北大，然而每个坚持到最后的人，都能找到最优秀的自己。在最后的一个月，你们所要做的，就是把自己交给努力，然后相信自己！坚持到底、永不放弃，不到高考最后结束，一切皆有可

能!

我曾经在一个学校看到过这样一句高三口号，“十年磨一剑，六月试锋芒”，我很不喜欢这个试锋芒的“试”字，高中以前就不说了，高中的这三年，我们一路一起走过来，特别是高三这一年，有谁知道，我们每天早晨是几点起床的，我们每天晚上又要奋斗到几点，我们把每个周末和节假日都献给了那些似乎从来都做不完的练习题，一天也没有放松过。我们付出那么多拼搏的汗水，如此艰辛的奋斗，是因为我们的心中对未来那么的渴望，对理想如此的执着。高考，我们不是去试的。

心中有梦，力量无穷;奋斗不止，希望不灭!

祝高三全体同学，金榜题名。

准高三国旗下讲话篇二

老师们、同学们:

早上好!

刚刚过去的4月7日是世界卫生日，今年世界卫生日的主题是“控制抗菌素耐药性：今天不采取行动，明天就无药可用”。现代的文明社会，呼吁每个社会成员，要有良好的个人卫生习惯和公共卫生习惯，是现代文明人的标志之一。

讲究卫生是一个连幼儿园的小朋友都能理解的名词，也是一个老生常谈的话题，它的含义其实很简单，就是指在日常生活中我们要吃干净的食物，饮干净的水，穿干净的衣服，用卫生的器具，生活在洁净的场所。概括起来就是：我们既要讲究个人卫生，又要维护环境卫生。

那么我们如何注意个人卫生呢?首先我们要养成良好的卫生习

惯，减少与病源接触的机会。比如勤洗手、勤剪指甲、勤洗澡、勤换衣，每天认真刷牙等。勤洗手是我们预防病毒传染的第一道防线。在当前传染性疾​​病流行的季节，我们要尽量避免去空气流通不畅、人口密集的公共场所。在教室里学习，也要多开窗换气，保持空气流通。俗话说“病从口入”，我们同学一般都管不住自己的嘴，比较贪吃，还爱买各种零食去品尝，我在这里可要奉劝爱吃零食的同学一句：千万要管住自己的嘴巴！不干净的、过期变质的食物我们一定不能去吃，更不要自己去校门口的小摊上乱买东西吃。

其次，我们要注意早睡早起，充足的睡眠是我们身体健康，精力充沛的根本保证。同时要加强体育锻炼，提高自身的免疫能力。要正确的看书、写字姿势，正确地做眼保健操，注意用眼卫生，养成不乱扔纸屑杂物的习惯。

注意环境卫生，创造整洁的校园环境是我们学生义不容辞的义务，我们既要做到不随意乱扔废纸、粉笔头、乱丢塑料袋，又要爱护学校的绿化。再比如，我们在卫生大扫除时将教室里面的空调、电扇擦干净，将平时值日时容易遗漏的死角打扫干净，本身就是爱护环境卫生的表现。希望所有的同学都能用我们的举手之劳，从身边做起，维护我们整洁的校园环境。

一个社会的文明程度取决于人的素质，一个国家的文明程度取决于国民的素质，一个学校的文明程度取决于我们每位同学。同学们，你们是否想过我们的文明与否，不仅代表着我们个人的形象，也代表着学校的形象。校园环境卫生是一个学校文明的重要标志，也是学校对外形象的直接影响因素。

近年来，我校在不断加强校园基础建设的同时，还十分重视绿化、美化、净化工作，先后在校园种上各类大小树，空地也铺设上了草坪。现在，我们的校园风景优美，经常引来附近锻炼和休闲的人们；我校的素质教育搞得有声有色，经常会有客人来参观、学习，身为十六中一员，我们应该用行动去

维护学校形象，为学校争光。

目前春季流感和各种传染病盛行，但疾病可防可治。只要我们养成良好的生活习惯，讲究卫生，加强营养和锻炼，注意合理休息，并注意防寒保暖，以健康、科学的良好心态生活着，我们的免疫系统就会免遭侵袭。流感也就可防可控了。

“恰同学少年，风华正茂”，我们满怀憧憬，我们充满激情，我们追求成长和长大，在这个过程中，让我们亲近文明，表现文明，实践文明，“使人疲惫的不是远方的高山，而可能是鞋里的一粒沙子。”让我们从今天开始，管住我们的口，不随地吐痰，不乱说脏话；管住我们的手，不乱扔垃圾，不乱涂乱画，更不要动手打架。愿“讲究卫生、崇尚文明”之风在我们校园里永驻！让我们从行动做起，争做文明学生，为十六中增光添彩。也愿文明和谐的中华大家庭里每一个人都能健健康康、幸福到永远！最后，我想借用一句标语，向大家发起倡议，那就是：为了您和您周围人的健康，请净化校园，搞好卫生吧！

我的演讲结束了，祝大家身心健康，事业、学业更上一层楼！
谢谢！

准高三国旗下讲话篇三

各位老师，亲爱的同学们：

今天是5月28日，再过一个多周□20xx年的高考就要到来，高三的同学们就要奔赴高考考场，为考入自己理想的大学做最后的拼搏。

同学们，三年前，你们怀揣着梦想走进一中校园。三年时光，一千多页就这样匆匆翻过。三年来，尽管你们有过失败，有过沮丧，有过苦闷，有过彷徨，但你们始终没有放弃，没有忘记自己肩负的责任！三年来，你们在一中这片沃土上播种着

自己的理想，用辛勤的汗水和顽强的毅力书写着你们的成长史。你们勤奋拼搏的精神会成为一道亮丽的风景定格在一中的校史上，你们完全有理由为自己这充实的三年而喝彩！

同学们，即将到来的高考是对我们的智慧和实力的一次检验，更是我们圆梦理想的道路上必须跨跃的一道雄关。十二个春夏秋冬，十二年寒窗苦读，我们铭记承受过的辛酸，我们牢记进步时的欣喜。我们都知道，笑到最后才是最美，坚持到底才能胜利。离高考还有一个周的时间，在即将踏上考场的一周时间里，我想把下面这些建议送给你们：

一、继续进行知识梳理和查漏补缺。各科考查知识范围要不离手，尤其午休和晚睡前，静心回顾，发现有生疏、疑难的知识点赶紧记下来，及时弥补。

二、做好专项强化训练。要清楚知道你在哪个方面还有欠缺，进行针对性强化训练。比如英语听力、阅读表达；比如文综选择题；比如物理实验题；比如数学立体几何题；等等。当你把一项项欠缺弥补后，你会体验到从未有过的成功的喜悦，因为对高考而言，你可以轻装上阵了。

三、利用好错题本。在一轮、二轮复习时，你积累了不少错题，在这个时候利用好错题本比什么都重要。要知道，原来错过的题目，恰恰是你的薄弱环节，再做还可能错。而在今天这个时候去重做这些题目，或者只是阅读这些题目，可以提醒你哪些是你的薄弱之处，可以使你知道你应该强化训练什么。请注意，看错题、做错题时不要就题论题，而要举一反三，学会换个角度思考问题。

五、排除各种干扰。请和手机暂时告别，请和电脑暂时告别，请不要忙着让同学写毕业留言，请不要忙着到处拍照留念，所有这些都可能会让你不能把精力集中到考前复习上。不要过早想填报考志愿的事，不悔恨过去，不担忧未来。你要与书为伴——在考前最有助于你集中精力，心无旁骛的是与书

为伴；其实在你的一生中能让你保持心境平和的也唯有与书为伴。

同学们，在已经过去的一千多个日子里，我们的老师和我们朝夕相处，一直陪伴我们成长。在高考即将到来的时一周时间里，高三的全体老师一定会更加耐心细致地陪伴你们，给予你们所需要的一切帮助，会用无比温柔、无比信任的眼光目送你们无比自信、无比坚定地迈入高考考场。

高一、高二的同学们，高考离你们虽然还有一段时间，但一两年的时间转瞬即逝，在通往高考的路上，越到高考来临你就越觉得时间过得太快，有太多的来不及——来不及复习，甚至来不及追悔，高考就来了。所以，请你们从今天做起，从现在做起，珍惜分分秒秒，脚踏实地，才不会留下遗憾。

同学们，今年是我们母校建校60周年，风雨一甲子，辉煌六十年。我们母校在过去的岁月长河里创造了无数的辉煌，我们今天在校的全体师生有责任为母校续写辉煌。让我们师生共同努力，为母校60年校庆献上最丰厚的礼物。

高三的同学们，今天在这里我们全校师生为你们祝福，为你们壮行！三年的青春如花，你们无怨无悔的绽放，一路斗志昂扬！从懵懂走向成熟，从懦弱走向刚强。

准高三国旗下讲话篇四

尊敬的领导、老师、亲爱的同学们：上午好！

今天我讲话的题目是——笑迎高考。同学们，战斗的号角已经吹响，不管我们是满怀憧憬和期待，还是满心焦虑和无奈，高考总是踩着不变的步伐向我们走来。今天距高考仅有15天，万米长跑，我们已经跑过最后一个弯道，离终点仅有几步之遥。也许是强弩之末让你感到，也许是黎明前的黑暗让你压抑，也许你有着时日不多的紧张，也许你还有大势已去的无

奈，但是，越是剑拔弩张的紧要关头，越是需要我们有足够的定力和信心，勇敢迎战高考。

15天可以很短，弹指一挥间。若你只当它是日复一日的煎熬，整日松散怠慢，你的确成功地消磨了最后时光，却失去了最后的查漏补缺、梳理知识的大好时光；15天也可以很长，长到你利用好每一天去尽可能改变现状，让不足得以补偿，让优秀的更加完美。不说你利用好每分每秒，至少你所花在学习上的时间都能发挥其最大效益。以下向同学们提出我的几点建议，望有所帮助。第一，确保自身身体状况良好，注意饮食健康卫生，在天气不稳定时不要轻易减少衣服；作息时间保持充足的睡眠，不要因为内心焦急而熬夜复习。健康而精力充沛的状态才是我们发挥最佳的保证。第二，保持良好的心态。高考说到底也不过就是一场考试，与其紧张不安，不如坦然接受。多年的学习生涯，我们已经身经百战，何惧这最后一战？第三，重视细节，查漏补缺。目前的学习状况已基本定型，我们要做到是不断寻找并填补知识漏洞。往往决定高考成败的可能仅仅是一个细节。第四，重视基础，回归课本。千万不要心高气傲，不屑于书本中最基础的。

高考内容一定是从课本最基本的思想中发散出去，只有把握好这些，才有可能有所突破，或是获得意外的惊喜。

在这仅剩的十几天中，没有出息原地徘徊就是后退，就会被他人逾越，不要只是妄自嗟叹或感叹他人的收获，更不要被他人的成果吓退而感到自卑。在这最后的时间内，明确自己的目标，不要被压力击垮你的梦想。始终坚持向着你的梦一步一步迈进，结果不会令你失望！

其余的话不用我说，道理也是显而易见，在这倒计时的日子里，将自己调整到最佳状态，精心学习那份等待时机的成熟，也一定要保有在这份等待之外的努力和坚持。十二年寒窗，我们铭记承受过的辛酸，我们牢记进步时的欣喜，走过那段光明前最黑暗的道路，我们已站在光明的门扉前。六月七日，

让我们一起迈出最后一步，最大一步，带上最美的笑容打开这扇大门！

准高三国旗下讲话篇五

老师们，同学们：大家早上好！

今天我讲话的题目是：《自信从容，迎接高考》

一年一度的高考，承载着国家的命运，民族的重托和广大考生的人生转折，因竞争超乎寻常的激烈而变得硝烟弥漫。老师为高考升学而殚思竭虑，苦思冥想，莘莘学子为梦圆高考而心力交瘁，寝食难安，家长更是望子成龙，为考生牵肠挂肚，坐卧不宁。

社会的关注，学校的督促，家长的期盼，自我成功的意识，形成一种无形的巨大的压力网。日益迫近的高考使学生之间出现以下几种不良现象，有人称之为“高考综合症”。

现象之一：有些学生因自我期望值高，总担心自己高考会失败。考前的平时测试偶尔有一次考不好就开始怀疑自己，担心在真正的高考中会出现同类情景。由于惧怕失败，便整天想避免失败，也就整天笼罩在失败的阴影里。这种现象心理学上称之为“求败心理”。

现象之二：有些学生感到时间紧迫，拼命挤时间苦学，晚上熬到夜间一两点钟，白天老师上课时却昏昏欲睡。生物钟紊乱，睡眠不足，体质下降，我们称这种人为“猫头鹰”，称这种学习方法为“开夜车”。看似很刻苦，但效率很低。

现象之三：有些同学特别看重学习，总想在学习上超越别人，总担心被别人超越。所以情绪上常常处于紧张不安状态，搞得自己吃不香、睡不好，精神也不愉快。心理学上称这种情形为“成就焦虑”。

现象之四：勤奋学了，认真做了，却“视而不见、听而不闻、学而不入”，学习成绩不再提高或提高不明显，或原地徘徊甚至稍有下降。这种情形心理学上称之为“高原现象”。

以上几种现象是高考前比较常见的现象。这些情形共同反映了考生考前的通病：心态不稳，焦虑浮躁，求胜心切。那么怎样克服解决上述不良现象，顺利渡过高考冲刺阶段，决胜高考呢？以下几条建议供同学们参考。

第一. 我们要强化自信

平发挥。不管怎样，在高考前夕，对于自己的缺点和不足不要过多自我责备，要多看、多想自己的长处和潜力，激发自信。或许有的同学模拟考试中成绩不够理想，请你不要灰心，你应该庆幸自己已发现问题所在，你应该大声地告诉自己这些问题已不再是问题。有这样一个真实的实验：失眠的人，给他吃一般的维生素药片，说是治失眠的特效药，晚上他果然睡得很香。这就是心理学上的自我暗示。同样，积极的暗示会对高考产生巨大的正面影响。这就是常说的：高考，六分考能力，四分考心态。

同学们，不管你现在的成绩是出类拔萃，还是和别人有一定差距，千万别忘了每天都带着自信醒来，告诉你自己，高考我一定行。

第二. 我们要高度的专注

瓦伦达是美国著名的钢索杂技演员，人在离地几十米的高空走钢索，没有任何安全保护措施，危险可想而知。但瓦伦达毫不畏惧，每战必胜。有人问他成功的诀窍，他说：“我走钢索时，从不想目的地，只想走钢索这一件事，专心致志走好每一步，不管得失。”后来心理学把这种专注于做自己的事，不为其他杂念所动的心理现象称为“瓦伦达心态”。同学们要想获得高考的成功，无论是在最后的备考中，还是在

高考的过程中，都应有这种瓦伦达心态。

同学们，淡化对高考结果的预期，不要去想考好或考不好会怎样，我们要做的只是集中所有的注意力去复习迎考，心无旁骛地走进高考的考场。具有“瓦伦达心态”，你的高考一定能超水平发挥。第三，保持考前的热身。

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训练——不到比赛开始，他们的训练就不会结束。但就是这样训练方式让他们取得了令世人瞩目的辉煌业绩。为什么？因为她们一直保持一种积极的状态！

整整一个学期同学们一直在进行紧张有序的复习，你们的大脑中枢已经建立起特定的思维运作模式，如果突然停下或做重大变化，原来的思维模式就会被打乱，复习的效率就会大大削弱。高考复习的目的不仅是把知识烂熟于心，更是要保持一种对考试自动化操作的状态。其实，最佳的临考状态，就是复习状态的平稳延续。所以，这几天保持一定量的热身练习很有必要，不为答案的精确，只为保持惯常的思维模式，保持答题的手感，使复习内容始终在大脑中处于待提取的激活状态。

高三的同学们，万米长跑的终点就在眼前，也许此刻你已大汗淋漓，身心疲惫，但必须咬紧牙关，奋勇冲刺。最后，希望我们高一高二的同学共同为学兄学姐的高考创造良好的学习生活环境，希望我们全体高三同学都能满怀信心地迎接高考。高三的同学们，祝你们成功！

准高三国旗下讲话篇六

老师们、同学们：

上午好！

今天的升旗仪式有些特别，因为，这是高三同学在母校最后一次参加升旗仪式。每当进入这个季节，中原大地一片金黄，麦浪翻滚，丰收在望。每到此时，高三的同学们也将跨入高考的考场，收获属于自己的成功。在此重要时刻，母校为你们隆重集会以壮行色；借此机会，我谨代表母校向表达最美好的期待与最重要的嘱托！

期待与叮嘱你们，考前做好最充分的准备。除了知识能力上的准备，还要有身体状态和精神状态的准备，以及最好心态的准备。最后几天你们要按照老师的要求，科学合理安排好学习与休息，调整好生物钟。

同时，要以更积极的心态，把握最后的机会，把备考的环节做完美！要在每一个细节上都考虑周全，努力做到万无一失！唯有如此，你们才能在考场上镇定自若，机智敏捷，将自己的水平发挥到极致，不给自己留下遗憾！

期待与叮嘱你们，在母校学习生活的最后几天，要以更文明的言行度过，只给母校添光彩，不给母校添麻烦。用更高的标准要求自己，把最动听的话语留给母校，把最高雅的举止留给母校，把最干净的教室留给母校，把最美丽的身影留给母校。演绎一出最真挚动人的师生情、同学情。也许，你们现在感觉不到母校的特别，若干年后，你会发现，母校，是你一生的精神家园！

期待与叮嘱你们，高考过后，要赶快静下心来，了解有关信息，依据自己的实力、兴趣和社会的需要，综合考虑，恰当填报志愿。因为，这是你们未来发展的新起点和新方向。因此，要慎重，要理性。

期待与叮嘱你们，从今以后进入社会，要牢记一点，不论何时何地，都要加强自己的品德修养。要知道，小赢靠智慧，大赢靠品德。人生活在社会中，道德与法律的约束无处不在。无论将来做什么，都要先把人做好。做事与做人没有上限，

但一定有一个底线!没有品德的人是祸害!

期待与叮嘱你们，社会是个大舞台，在实现自我的同时，不要忘了对家庭、社会、国家应该担当的道义与责任。目前的社会仍然很浮躁，很功利，很复杂，不良诱惑甚多，荣辱是非等价值观念有些模糊混乱。这是对你们的巨大考验。要牢记，无论何时何地，都不要忘了“真、善、美”这个人类永恒的追求目标。谁迷失了它，谁就会误入歧途。

亲爱的同学们，“儿行千里母担忧”，生行千里师担忧。亲爱的高三同学们，要期待与叮嘱的太多，但千言万语，归为一句，那就是：希望你们成功与幸福。眼前最迫切的期待就是你们高考的成功。因此，希望你们在考场上凝神定气，敢于亮剑，分分必争，做最好的自己!相信你们，一定能赢!

高二和高一的同学们，刚才的话也是说给你们听的。也希望一年、两年后的今天，你们像师兄、师姐一样蓄势待发，所向披靡!因此，抓住现在的每一天，不断积蓄力量，最终实现自己的目标!

亲爱的同学们，母校祝福你们，期待你们成功!

我的讲话完毕，谢谢大家!

准高三国旗下讲话篇七

尊敬的老师、亲爱的同学们:

大家好，我是高三x班x[]今天我演讲的题目是《备战高考》。高三的同学们再有十几天，我们就要奔赴高考考场。面对这场对我们影响重大的考试，我们应做好以下几点。

一、注重解题训练。三年苦读，最终的成果需在一道道考题上体现。作为高三学生，题海是不可缺少的，大量的题可以

帮助我们巩固基础知识，提高解题速度，并训练解题思路。另外，在做题后，我们还应该进行自我反思，看看自己在解题过程中有什么不足，并加以弥补。争取一拿到题就知道该往什么方向想。经过这样的训练，我们才会在紧张的高考考场上做到游刃有余。

二、掌握考试技巧。在考试中，有些题很多同学会做，但却得不上分。原因就在于表达不规范，不能使用学科语言准确答题。因此，当我们翻看答案时应特别注意答案时如何表述的，学习答案上的表述方法。避免本来会做却得不上分的情况。

三、让自己在每段时间内都有所收获。课上的时间是有形的，而课下的时间则是无形的。我们应善于利用每个细小的的时间段。例如：睡觉前我们可以回想今天所学的内容，这样不仅可帮助我们巩固所学知识，还可以帮助我们快速入睡。成功者往往是把零碎的'时间堆砌起来，让自己在每段时间内都有所收获。

高考或许是我们大多数人人生中规模的一次竞争。在高考面前，我们是和全国的考生竞争，想要在这场无硝烟的角逐中脱颖而出，必须要有巨大的毅力和勇气。高考，万人竞技，耀眼的将是王者。

我的国旗下演讲到此结束，谢谢大家！

准高三国旗下讲话篇八

老师同学们：

早上好！

五四精神的核心内容是“爱国、进步、民主、科学”，而它在更深层折射出的，是年轻人为了一个崇高的目标，积极进

取、不懈努力、勇往直前，不达目的决不罢休的精神。作为高中生的你们，尤其需要这种精神，特别是高三的同学。

今天，距离xx年的高考，还有不到一个月的时间，一个月是什么概念，如果整个高中三年是一场1000米长跑的话，那么这一个月就是终点前最后的30米。跑过1000米的同学都知道，最后的30米是最难捱的，因为身体早已超出了极限，但是，胜利就在眼前，咬紧牙关，成功就在触手可及的地方。

可是有的同学要说，一个月，我能干什么？我来告诉你，只有一件事，那就是坚持。多一份坚持就多了一份勇气，多一份坚持就多了一份希望，当你在痛苦中徘徊、犹豫时，请相信，所有人都在接受同样的挑战，谁能坚持到底，谁便是最后的胜者；谁不放弃希望，谁就能笑到最后。

在跑道上，我们不是世界冠军，可是冲过终点的那一刻，我们同样骄傲；在高考中，不是所有的人都能考进清华北大，然而每个坚持到最后的人，都能找到最优秀的自己。在最后的一个月，你们所要做的，就是把自己交给努力，然后相信自己！坚持到底、永不放弃，不到高考最后结束，一切皆有可能！

我曾经在一个学校看到过这样一句高三口号，“十年磨一剑，六月试锋芒”，我很不喜欢这个试锋芒的“试”字，高中以前就不说了，高中的这三年，我们一路一起走过来，特别是高三这一年，有谁知道，我们每天早晨是几点起床的，我们每天晚上又要奋斗到几点，我们把每个周末和节假日都献给了那些似乎从来都做不完的练习题，一天也没有放松过。我们付出那么多拼搏的汗水，如此艰辛的奋斗，是因为我们的心中对未来那么的渴望，对理想如此的执着。高考，我们不是去试的。

心中有梦，力量无穷；奋斗不止，希望不灭！

祝高三全体同学，金榜题名。