# 期末考前动员讲话

来源：网络 作者：明月清风 更新时间：2024-11-26

*各位老师、同学们：早上好　　我讲话的题目是“优秀从心态开始”。　　中心句：选择正确的心态，许多事情就会出现意想不到的变化，就会走出“山重水复”，走向“柳暗花明”。　　关键词：诚信、平和、方法　　同学们，明天×年级也将举行期末考试，迎接一学期...*

各位老师、同学们：早上好

　　我讲话的题目是“优秀从心态开始”。

　　中心句：选择正确的心态，许多事情就会出现意想不到的变化，就会走出“山重水复”，走向“柳暗花明”。

　　关键词：诚信、平和、方法　　同学们，明天×年级也将举行期末考试，迎接一学期来学习情况的检阅，同学们肯定是既紧张又期待。在此，我想送大家三句话:诚信是做人之本,平和是应对之策,方法是决胜之关键。

　　先说第一句：诚信是做人之本。教育家陶行知说：“千教万教教人求真，千学万学学做真人”。学校教育的目的就是追求真善美，抵制假恶丑。所以每每考试，我都爱跟我的学生反复强调一句话：“宁要实事求是的0分，也不要弄虚作假的100分”。作弊实在是一种自欺欺人的行为，作弊者就如《皇帝的新装》中愚蠢的皇帝，就如“掩耳盗铃”故事中可笑的盗铃者，一时蒙蔽的是别人，终生受骗的是自己，我们必须坚决加以摈弃。我们必须树立这样的观念：真实才是真本事，真本事才是真英雄，我们应该严守考纪，诚信考试，诚实做人，亮出真实的成绩，亮出真实的你！把守好思想的大门，别让错误的思想毒害我们的大脑和血液。我们可以在学识能力上逊于他人，但决不能输在诚信这份答卷上。

　　第二句话是：平和是应对之策。一位专家说：“考试，六分考实力，四分考心理。”就是说一个人心理调节成功与否，将会极大的影响到他的考试成绩。所以我们要在考前把自己的心理调节在最佳状态，这种状态就是平常心，平和心。首先，目标定位要适当。如果把目标定位过高，就会为难以达到目标而增加考试焦虑，影响正常发挥；但如果定位太低，也会影响潜能的发挥。心理学中有一个定律叫做叶克斯一多得森法则，该法则描述了焦虑程度和效率之间的关系：焦虑程度过高和焦虑程度过低时的效率都很低，而中等焦虑时的效率最高。所以，适度的考试焦虑有利于提高学习效率和学习成绩。其次，对结果的期望值要适当。不与同学攀比，而只与“以前的自己比”，今天比昨天好，明天比今天好。对每个同学来说，只要在考试中发挥出自己的水平就是成功。我们要做到十六个字：强化信心、优化情绪、进入状态、充分发挥，战略上藐视敌人，战术上重视敌人。

　　第三句话是：方法是决胜之关键。很多同学都有过这样的经历：考前会做，考试出错，考后难过。这实际上是关乎考试方法的问题。我们要调整好临场心态，运用好考试技巧，掌握先易后难，先熟后生的考试方法。拿足基本分，争取得高分。考卷发下后，先浏览一遍题目，做到心中有数，以区别对待各档题目；做容易题时，要争取一次做完做全，不要因为得意而出现了“中间拉空”的情况；做中等题时，要静下心来，尽量少失分；对付难题时，可反复阅读，仔细推敲；如果遇到认为应该能做却怎么也做不出的题目，不能在那儿“死缠烂打”，要学会“绕道”，等其它题目做完后再回过头来集中攻关。最后要掌握复查方法。复查的主要内容包括：审题是否正确、有无漏做题目、问题的阐述解答是否准确、有无笔误，计算结果是否精确等。

　　三句话虽不是诸葛亮的锦囊妙计，但带着它走进考场，你就是选择了正确的心态，优秀也就垂青于你。最后祝同学们在期末考中取得理想的成绩！！　　谢谢大家！！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！