# 励志演讲稿5分钟高考

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2025-03-15

*励志演讲稿5分钟高考(精选11篇)励志演讲稿5分钟高考要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的励志演讲稿5分钟高考样本能让你事半功倍，下面分享【励志演讲稿5分钟高考(精选11篇)】，供你选择借鉴。>励志演讲稿5分钟高考篇1...*

励志演讲稿5分钟高考(精选11篇)

励志演讲稿5分钟高考要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的励志演讲稿5分钟高考样本能让你事半功倍，下面分享【励志演讲稿5分钟高考(精选11篇)】，供你选择借鉴。

>励志演讲稿5分钟高考篇1

尊敬的领导、老师，亲爱的同学们：

大家好!今天我国旗下讲话的题目是《在高考中绽放最美的自我》

有人曾说，没有经历过高三的生命是不完美的，没有参与高考的人生是有缺憾的。高三是生命中一段别样的旅程，它见证了每一个搏击后的完美。

三年前，带着憧憬与理想，我们在这里播种了希望。春寒陡峭中有我们执著的追求，夏雨滂沱中有我们坚定的身影，秋风萧瑟中有我们勃发的激情，冬日雪地上有我们深深的脚印„„过去的一千多个日日夜夜，迷惘过，彷徨过，疲惫过，也后悔过——但，昨天已经古老。翘首未来，等待我们的是一个灿烂的远方。

高考即将到来，在这最后的短短时间里，我们应当如何迎战高考呢?

黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还。我们要为自己树立远大的目标。只有树立远大的理想，才不会活得浑浑噩噩，才不会迷失自我，才会产生强大的动力，奋发有为。

更行十万八千里，何惧东西南北风。我们应当树立必胜的信心，坚持到底，永不放弃。高考的路上坎坷难行，但不要怕受伤，它是生活赐予我们最美的勋章。

衣带渐宽终不悔，为“学”消得人憔悴。我们应当脚踏实地，刻苦用功。踏实勤奋的品质，可以让进步更加显著;平实严谨的作风，可以让脚下的路得以延伸;查漏补缺的态度，可以让能力飞跃升华。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。生命不打草稿，人生没有彩排，机会失去了就不能重来!所以我们要蓄力量，分秒必争，我们的梦想将在六月旭日般喷薄。

敌军围困万千重，我自岿然不动。我们应当保持良好的心态。高考不仅是智力与毅力的较量，也是心理素质的较量。我们在顽强拼搏、科学思维的同时，也要注意调节心态，以一颗平常心去面对高考，这会让你放下包袱，轻装上阵，走得更远。

同学们，高考将翻开我们生命中崭新的一页，它会让我们的梦想绚丽如画，让我们的前程灿烂如星，让我们的生命完美如歌，而这一切只有两个字能实现，那就是“拼搏”。高考的冲锋号正在耳边回荡，最后的战役已经打响。现在是我们“亮剑”的时候了。让我们珍视每一天，奋斗每一天，拼搏每一天，用奋斗铸就希望，用拼搏实现梦想!让我们用责任和使命去谱写青春的乐章。

谢谢大家!

>励志演讲稿5分钟高考篇2

亲爱的同学们：

大家好!

时间匆匆，我们已经走进了高三最后一个学期，即将迎来高考，时间不多，在最后的时间段里我们应该好好学习。争取考上心仪的大学。

在最后阶段，我们更加应该努力学习，珍惜每一分钟，学会高效的利用时间，无论是在学校还是在家中，我们都应该为了学习努力，想一想我们为了学习付出了多少光阴，走入高中我们又付出了多少努力，多年的学习不就是为了在高中考个好大学吗?这是多年的努力，不能浪费心血，不能耽搁学习。永远坚定的朝着前方走。

成绩的好坏，在与你是否努力了，或许你觉得自己在学习中付出了太多，看看身边，比我们成绩好的同学，他们是如何学习的，他们又是如何利用时间。聪明的人也需要下苦工学习。如果不愿意付出汗水就不可能学的好，也不会有多大的成就。不要总是在学习的时候逃避，不要认为自己已经努力了，成绩不好是天意。往往借口越多，越让我们成绩差。

真正聪明的同学知道在上课的时候认真听课，下课的时候利用好时间，巩固好学到的知识。从不会给自己增加负担，给自己留下遗憾。努力学习从来不是靠一张嘴说说而已，而是靠着我们努力，自我学习，不断专研。愿意花时间，去学习。能够利用零碎的时间学习从而在学习的道路上一骑绝尘。

有的人说，我们要学习的科目太多，没有时间复习，也没有时间做题目。真是没有时间了吗?我们课间休息的十分钟，上厕所的时间，吃饭的时间，还有晚上自习的时间，你是否也利用了呢?时间是挤出了的，只要我们想学就可以学。不管是上课还是下课，都有时间让我们去学习，但是我们要学会利用时间，才能够提高自己的成绩。

努力学习不是光靠埋头苦读就能够学有所成，而是灵活动脑，举一反三，活学活用。这样才能够学好知识，科学的学习，减少时间的浪费。只要我们在学习中努力我们永远都不用担心自己没有时间学习。我们只剩下这最后一个学期的时间了，以前很多知识点没有掌握，学习没有学好，我们依然值得继续努力学习，加油去学习，因为学习从没有早晚。

只要愿意一心学习，不在学习中退缩，尤其是不要在学习中早三暮四。没有恒心毅力是学不好东西的也不可能学到东西。所以学习缺的是努力，也缺恒心，给自己一些压力，给自己更多的动力，努力学习，考个好大学。

谢谢大家!

>励志演讲稿5分钟高考篇3

冲锋的号角激荡了年轻的信念，迎风的战旗绚烂了青春的昂扬!

带着信念，乘着梦想，你们就要展翅飞翔。选择了高山，就去顶峰观光;选择了大海，就去乘风破浪;选择了蓝天，就去展翅翱翔。

高三的学子们，今天，你们就要踏上人生转折之车的踏板，登上理想之舟的巨轮，乘风破浪，勇往直前了。不远的地方，高考的考场在等待着你们，大学的校门在呼唤着你们，你们整装待发，你们豪情满怀。你们沉着冷静，不畏难关，你们勇敢地搏击风浪。迈向考场，铸造属于你们的十八岁的辉煌。

记得多少个朝阳初升，你们给予早晨清朗的书声;多少个夕阳西下，你们留给晚霞专注温习的背影;早晨的第一缕阳光为证，你们付出了多少;夜晚的星月为证，你们孜孜不倦。只要曾经努力过、奋斗过、付出过，尽力了，你们就是最棒的!

三年来，教室里映照着你们求索苦读的身影，操场上留下你们拼搏进取的足迹，舞台上激荡着你们欢歌飘逸的身姿;在与老师朝夕相处的日子里你们渐渐长大、慢慢成熟，褪去了一身的稚嫩，长成了健壮的青年;你们学会了求知，更加积极向上;你们学会了共处，懂得了谦和礼让;你们学会了做人，变得宽容与善良;你们学会了做事，正在茁壮成长。

我们高三，昨夜西风凋碧树，独上高楼，望断天涯路是我们追寻理想的脚步。我们高三，为伊消得人憔悴，衣带渐宽终不悔是我们在为目标而孜孜不倦奋斗的誓言，我们高三经历一次次洗礼，成功了，失败了，哭了，笑了;接受着一次次挑战，期盼着，憧憬了，坚强了，成熟了。

我们高三，前路，一段复一段，起了落了，曲折蜿蜒，似永无尽头，不经意间却又山重水复疑无路，柳暗花明又一村。我们高三，年年岁岁花相似，岁岁年年人不同，不同的心境，一样的信念;不同的经历，一样的追求。十年寒窗，百天苦练，何人健步登金榜?一腔热血，万丈豪情，我辈英才夺桂冠。我们盼望着今年花胜去年红，我们期待着今年的六月风光不与四时同。

回首过去的时光，无数的汗水和泪水交织成网，无数的挫折和失败伴你们成长。为了光辉的理想，你们的心在砺炼中变得坚强，为了母亲的微笑，你们用拼搏谱写壮丽的诗行，为了母校的期望， 你们的血液中溶入了奋斗的力量。十二年的卧薪尝胆，为的是今天的奋发图强。

我们点燃梦想的烛，擦亮希望的灯。在这光与影奏出的旋律中从容起步。18岁，不再抱怨镣铐的沉重。父母的期待，老师的叮咛，明天的美好，群星一般在高三的夜空闪耀。我们愿意承担这份重量，因为那里面有生命的厚度。我们全心珍视这份沉重，因为那是人生中最和煦的春色。18岁，不再抱怨镣铐的束缚，开始注意父亲的白发，开始心疼母亲的皱纹，开始谅解老师的苦心。我们愿意接受这些束缚，因为那是造物者的馈赠;我们愿意欣赏这些束缚，因为那是生命中最珍贵的牵绊。

十年磨一剑，今朝试锋芒;胸内存江河，笔底起波澜。让我们高扬自信的旗帜，豪情满怀，举起桨，扬起帆，去乘风，去破浪!在创造自我的征途上，在实现梦想的征程中;向企盼的彼岸，发起冲锋，全速飞航!

此时此刻，看一看站在自己身边的同窗，要同你们一起走进这年轻的战场，愿你们为彼此留下真切的祝福，携手书写一个辉煌的结局;看一看始终鼓励着自己的恩师， 他们陪伴着你们走过这三年艰辛的日子，未曾有语，只因情到深处，你们的苦，他们看在眼里，疼在心里;看一看眼中充满崇敬之意的学弟学妹们，他们也将在心里为你们送去最诚挚的祝福。

有人说，青春是一本太仓促的书，还没来得及细细品味，就已匆匆走过。那么就请载着这份美好的回忆坚定的走向远方。

只要有梦，便有希望，只要付出，便有收获。待到心花长开之时，再相约在这逐梦的旅途，一同寻找那些活力四射的身影，一同回忆这段激情燃烧的岁月，一同回首这段用青春舞出的生命的轨迹。

亲爱的高三学子们，放心地去拼吧!家乡亲人温暖的目光是你们前进的风帆!我们坚信，你们一定不会辜负亲友的嘱托，母校的期盼!亲爱的高三学子们，奋勇地去搏吧!母校的全体师生，是你们的坚强后盾!我们坚信：你们定能在高考中力挫群雄，捷报频传!

我们有理由相信，三年的青春，三年的奋斗，三年的成长，一定会让汗水孕育的鲜花在六月绽放，一定会让勤奋酿成的美酒在六月飘香，一定会让拼搏谱写的旋律在六月奏响，一定会让青春的梦想在六月激情飞扬!高考是舞台，你们潇洒走一回。高考是课堂，你们谱写美丽的华章。高考是音乐，伴随你们走完高中生活。高考是运动场，从这里起跑，迈进大学殿堂。你们一定会用无悔的青春，铸就金色六月里，最动人，最精彩，最灿烂的辉煌!

十年一剑，盼望青年才俊赛场亮剑鹏程万里;沙场点兵，看我旧高学子纵横驰骋笑傲江湖。

>励志演讲稿5分钟高考篇4

各位老师、同学们：

大家好!

今天是20\_\_年6月2日----星期一，它意味着，对于我们高三年的同学来讲，这一次升旗仪式是他们作为高中生涯参加的最后一次升旗仪式了：五天后他们就要奔赴高考的考场，去接受祖国的挑选，然后去到他们梦想的地方，也是祖国需要的地方，去学习，去工作，去圆自己的人生之梦!

今天我们为即将步入高考考场的高三全体同学壮行，为他们助阵壮威!在此也提醒同学们面对高考：

首先，要沉着冷静。现在的高考，考的不再仅仅是知识的再现，而是全面考查考生的能力、素养和意志耐力。因此，保持良好的心理状态，轻松和沉着冷静地解答问题，才能思维活跃，思路畅通。心浮气躁，难免乱了阵脚;沉着冷静，才能应对自如。

其次，要细心谨慎。细心能够防止和纠正粗心大意造成的错误，尤其是笔误。做完试题要细心检查，防止题目漏做。有些试题，粗看似曾相识，但细心检查，往往会发现，或所给的条件，或所提的要求已经变化，如不细心推敲而匆忙作答，往往会因差之毫厘而谬以千里。所以说，细心谨慎能防止你丢了不该丢的分数。

第三，要先易后难。一份试卷，试题的安排，是会有梯度的，有的是基础题，要保证这类题的得分;对于深难题目，要在时间和条件允许的前提下再去攻克。如果先把大量的时间和精力花在死抠难题上，将会得不偿失。

第四，把握好时间。在考场有限的时间里，要注意答题速度。合理安排解答时间。这要看题型、要求和分值，比如语文卷的作文、政史卷的论述题，要留给这些题恰当的时间，因为它们分值较高。

第五，要联想推导。现代的考试，特别注重能力和素质的考查。要充分调动自己的思维，发挥联想和推导的能力，这样才能由旧知推出新知，由单一达到多向。要善于换位思考，要注意推敲命题意图，要重视将联想所得的重要信息和材料形成高质量的答案。要想在能力展示上胜人一筹，就要重视联想和推理，发挥你出色的思维能力。

最后希望同学们充满自信，更加坚强;沉着迎考，无畏面对坎坷和荆棘。我们坚信：今年六月的硕果会更加飘香，今年六月的笑脸将更加灿烂。真诚地祝愿同学们高考创造佳绩，获得圆满成功!

谢谢大家!

>励志演讲稿5分钟高考篇5

老师们、同学们，上午好!

我是高三二部10班的路俐，今天我国旗下讲话的题目是——《高考，我们已经准备好了!》

时光飞逝 岁月如梭，十二年的求学生涯转瞬即过。3天之后，我们高三的学子就将迎来人生中一个既令人紧张又让人激动的时刻。不过，在今天，我可以代表即将参加高考的考生向辛辛苦苦教育了我们三年的老师们保证：高考，我们已经准备好了!

忘不了两年前我们从各个学校结伴而至来到新建的临淄中学继续求学的情景;忘不了当时为了我们能够迅速适应新环境，领导、老师一遍遍的叮咛和教诲;更忘不了老师们早晚陪伴，细心指导，有家难归的一个个动人的场面。在此，我最想说的是：老师，您辛苦了!今后无论走到哪里，我们的心中永远会装着您，装着临淄中学这个家!

三年的高中生活，留给了我们太多刻骨铭心的东西：当我们收获成功的时候，我们欢呼过;当我们遭遇挫折时，我们也偷偷地流过泪。然而，不管是成功还是失败，我们都把它当成了自己奋斗的起点。其实，人生就是一次次出发。从小学出发，我们的目的地是初中;从初中出发，我们的目的地是高中;从高中出发，我们的目的地是高等学府……人生无穷尽，出发无止境。一次次出发都会带给我们以眼界的开阔，心胸的豁达和生命的提升。高考在即，我们已经做好了充分的准备，只要我们摆正心态，增强自信，放松心情，就一定会发挥出自己应有的水平。高考，就像百米冲刺，原本学习成绩好的，争取一鼓作气冲向终点;原本学习成绩差点儿的，掌握好步调，力争笑到最后。考试本身就是一次战役，我们要勇往直前，不管以前考得如何，只要战役还在继续，我们就有理由坚持到最后一秒。

高考，是我们人生中一次很重要的机遇和考验，但是我们坚信我们每个考生都会信心饱满地去对待，因为我们身后有5000余名老师、家长和学弟学妹做坚强的后盾;同时我们还有几次出色的模拟考试成绩做积淀;更何况，为了高考，我们已经付出了太多的心血和汗水，积累了多年的功力。古人云：“泰山崩于前面色不变，麇鹿兴于左而目不瞬。”只要我们临危不乱、处变不惊，沉着应考，就有信心迈过这道“坎儿”!

老师们，我们一定要牢记您平时的嘱托，调整好心理，发挥出最好的水平。高二、高一的学弟学妹们，青春是一笔不耐花销的财富，请你们千万不要徘徊，不要迷茫，也不要随意的挥霍、虚度。时光匆匆如流水，岁月如流不复回。不要拿青春去赌明天，如今我们已经把交接棒交到了你们手里，希望你们要爱学校、爱老师、爱学习，珍惜好在学校的每一天。要知道，临淄中学辉煌明天的新篇章需要我们一道去谱写。

同学们，心中有梦，力量无穷;奋斗不止，希望不灭;快乐心情，轻松迎考!现在我们高三学子可以大声地宣布：高考，我们已经准备好了!

谢谢大家。

>励志演讲稿5分钟高考篇6

20\_\_年5月24日，距20\_\_年高考仅剩13天的时间，

面对着迫切的时间，面对我们转瞬即逝的高考，你是否准备好了呢?

面对接踵而至的试题，面对不绝耳畔的叮嘱和期望，即使书山题海，我们也有理想辅做的帆，即使屡战屡败，我们也有“一笑泯恩仇”的洒脱。

让我们拿出“天生我材必有用”的信心，拿出“吹尽黄沙始到金”的毅力，拿出“直挂云帆济沧海”的勇气，应届高中生活最后的洗礼，因为---阳光总在风雨后。选择了勤勉和奋斗，也就选择了希望与收获;选择了纪律与约束，也就选择了理智与自由;选择了痛苦与艰难，也就选择了练达与成熟;选择了拼搏与超越，也就选择了成功与辉煌!

那么就请用我们的勤奋与汗水，用我们的智慧和热情，从现在开始，从这里出发，一同启程。时间过得很快，依稀之间我们已踏上了高三的征程，曾经的嬉戏玩笑，曾经的青春激荡，曾经的少不知愁，曾经的年少轻狂，我们都已在学习的紧张与充实中被压抑和收敛，一种沉着和稳重的感受时常笼罩着我们，似乎在孕育着收获的秋天，我们成熟了很多。

在这里，为了能使每位同学都在紧张、高效、和谐、有序和充满信心的状态下去迎接高考，战胜高考，取得好成绩，向大家介绍一些学习的好方法。

把握高考，首先要拥有良好的心态。在高考启航前，我们要把心态调整好，要摒弃杂念，集中精力，专注于学习，专注于高考。这时，集中精力是一种明智，因为在一定时期内，一个人的资源和能力是有限的，你无法同时做好数件同样重要、难度又都很大的事情。而琐事也同样会占据你的时间，消磨你的意志。这时，对于我们来说，学习是主流，不要被生活中一些小事，同学间一些摩擦所拖累。

把握高考，其次要拥有健康的体魄。社会需要的不是那种弱不禁风，身体孱弱的白面书生，而是拥有科学知识和健康体格的接班人。所以，平时的体育锻炼，不仅能锻炼我们的体质，充实我们的革命本钱，更能锻炼我们的毅力，为我们的高考加油!

把握高考，再则就是要勤奋努力，科学备考。成功伴着汗水，喜悦伴着艰辛。花经风雨中成果，我们吃了十年寒窗之苦，方能分享金榜题名的快乐。

谁也挽留不住昨天，阻止不了明天，同样，谁也阻挡不了我们奋进的脚步，面对灿烂的明天，我们的目光更加明亮、睿智，我们的心胸更加宽广辽阔，我们的双手更加坚强有力，我们的步伐更加豪迈坚定!同学们，请你们记住：只有春的播种，才会有夏的繁荣和秋的收获。同学们，让我们记住“梅花香自苦寒来”，“逆水行舟，不进则退”的道理，在过去的日子里，或许你有着成功的喜悦，或许你在月考中马失前蹄、擦拭着失败的泪水，你的感觉或甘、或甜、或苦、或酸„„往事已矣，让我们点起那生命不息的激情，战胜自我，迎接新的希望、梦想与挑战，让我们抓住最后的宝贵时光，努力学习，吹响进军的号角，一鼓作气，把胜利的旗帜插到6月7日的考场上。 我们坚信：高三的征程将因我们的拼搏而绽放光彩，保德职中的明天将因我们的成绩而更加辉煌!

>励志演讲稿5分钟高考篇7

今天是20\_\_年5月26日，12天后，我们高三的同学将走进高考的战场。现在，高三年级已经进入高考前的停课复习阶段，我想把下面这些建议送给高三的同学们：

一、思想高度重视。

在停课复习中，保持适度的紧张，但每天进行适当的体育锻炼，要注意劳逸结合。

二、继续进行知识梳理和查漏补缺。

紧扣考纲，细心回顾，发现有生疏、疑难的知识点赶紧记下来，及时弥补。

三、适度进行训练。

要保持一个良好的竞技状态，训练应该是每天复习的一个常态，在停课复习阶段，尽量避免“看书不思考、思考不动笔”等现象。各人应针对自己的弱项，进行相应的强化训练。

四、利用好错题本和笔记本。

在一轮、二轮复习时，我们积累了不少错题，也记了大量的笔记。原来错过的题目，恰恰是能体现我们的知识短板，现在我们去回顾这些题目，可以提醒应该强化训练什么。但是要注意，看错题本时，不要“就题论题”，而要“举一反三”，学会换个角度思考问题。由于时间很宝贵，我们在这段时间里对课本的复习不可能面面俱到，所以复习之前的学习笔记能让我们在最短的时间内把握学科的考点精髓。

五、拥有平和心态。

不管最近的一次模拟考试成绩有多么不理想，也不管还有几天就高考了，我们都不急噪，不泄气。你要做的，就是按照老师的指导，认真做好每一件事。调节好自己的情绪，让自己处于平和、从容、自信、积极的一种迎考状态。

高三的同学们，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。仅剩12天了，我们知道，你们已经极度疲惫。但是，这是黎明前的黑暗，这是最困难的12天，这是最关键的12天。现在，你们需要的是坚持，坚持，再坚持。

咬紧牙，沉住气!

抛弃胆怯，丢掉迷茫!

聚集你的精神，忘掉所有的疲劳!

所有的时间，在备战中度过;所有的意念，集中在高考上!

12天后，你的雄心、你的智慧就会张开翅膀，你，就是美丽绽放的花朵，就是搏击长空的雄鹰。

高三的同学，加油吧!

谢谢大家!

>励志演讲稿5分钟高考篇8

同学们：

六月是我们不能忘怀的季节： 6月5日是世界环境日，6月6日我们高三的同学就要起程去江中考点，6月7日，就要走进考场接受挑选。走过了6月，我们高二年级的同学就进入高三，去迎接人生最宝贵的机遇。高一同学就将升入高二，去直面三年中最为关键的时期。在此我代表全体老师对同学们的成长致以深深的祝福!

在这里，我尤其想对高三的同学说几句话。今天是你们最后一次参加学校的升旗仪式。三年前，你们带着梦想与期待走进磨中，你们为自己的理想打拼、奋斗，在这个美丽的校园里留下了你们匆忙的身影。你们的思想变得更加成熟，意志更加坚定，南通市的几次模拟考试，表明了你们已经具备了决战高考的实力和水平。

不过，行百里者半九十。高考是综合性考试，要想在选拔中取得成功需要自己的实力、自信、方法和应变能力。因为三天的高考不仅是对我们文化知识的检验，更是对我们的心理情绪、健康状况的全面检阅。我们要努力做到：

第一，充分把握既定目标，防止松懈情绪，并保持适度紧张。

第二，放下包袱，心平气和，扎扎实实过好高考前的每一天。

第三，按照高考时间、科目自我模拟、有效复习。

第四，不要轻易改变自己的作息时间，要保证上午9点和下午3点开考时间内自己的效率最高,精力和注意力最集中。

第五，注意阅读好考场注意事项，以饱满的精神状态和必胜的信念进入考场，用微笑面对每一科考试。

同学们，铁的事实告诉我们，抓住冲刺阶段的最后时光至关重要。这几天，我们尤其要静心静气。古人说得好：每逢大事有静气。心浮气躁的人是成不了大事做不了事业的。我们也欣喜地看到，临近高考，高三年级早上仍是书声朗朗，课上听课，仍是孜孜不倦。我们知道，在没有离开学校之前，在没有拿到毕业证书之前，你们把自己仍看作是磨中的一员，仍然做好学校需要你们所做的一切。同时努力遵守学校各项规章制度，约束自己的行为。这说明，越到最后，越体现出了你的个人修养和道德水准。

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!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，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。

老师们，同学们，进军的号角已经吹响，远航的征帆已经高扬，让青春在六月闪光，让生命在六月绽放!高三的同学们，我们静候你们的佳音，我们等着你们凯旋。

>励志演讲稿5分钟高考篇9

尊敬的领导、老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

转眼间，高三学长即将奔赴战场。尽管我叫不出你的名字，可四中的大旗早把我们裹在一起;尽管我留不住你的身影，可四中勤学的传统将在我们身上延续。高三的各位学长，不管明天你身居何处，不要忘了我们曾站在同一面国旗下;不管你是喜是忧，我们的黄金年华都曾融入四中的精神。是四中让我们心相连，是高考让我们情相牵。

养兵千日，用兵一时。我不敢有什么脱嘱，只好将真诚的祝福洒满赶考路，愿高三学长们在这三天里争分夺秒，刀枪磨快;以凌云壮志决战高考霄汉，用盛海豪情勇跃六月龙门;我相信敢为人先的四中考生们定将金榜题名!

如今只剩下不足三天了。三天意味着什么?这是你们为四千多个寒窗苦读的日夜一锤定音的三天。在这关键的三天，你们需要放下包袱，调整心态，做好最后的冲刺;在这关键的三天，你们需要斗志昂扬，精神焕发，让青春的努力以最好的方式定格。再过三天，你们就要接受祖国的选拔，步入辉煌的人生殿堂，迎接你们的将是美丽的鲜花、热烈的掌声和真情的祝福。相信吧，你们都是佼佼者，你们都是最优秀的四中儿女，胜利将属于你们!

亲爱的学哥学姐们，你们的今天就是我们的明天，面对高考，在场的每一位师弟师妹，谁不心有戚戚焉。

亲爱的学哥学姐们，我们会以你们为榜样。珍惜时间，勤学好问，坚韧顽强。我们要养成认真谨慎的态度，培养刻苦钻研的精神。我们要有所作为，有所超越。我们相信同为四中学子，我们也和你们一样优秀，该做好的我们一定要做好，该把握的我们一定会把握。为了明天的胜利，我们一定会早早做好最充分的准备。当高考降临的那一天，我们会沉稳而欣慰地对它说高考，你好!

最后，让我们携起手来，一同去迎接胜利吧!

高三毕业生的优秀成绩，全部来源于他们良好的日常习惯，在过去的五月份里我们发现，大部分同学会像高三学长那样遵守纪律，认真学习。

每个人每天有无数次行为，在这无数次的行为也造成无数次的影响，就像你漫不经心的一个微笑可能会给跌入谷底的人一丝光明的曙光，随口说出的一句脏话可能会断送你一辈子的前途。由此可见，规范行为的重要性。所以，我在这里提出以下建议：

1、为了同学们的安全，请不要在校内骑车。

2、学校就是我们的家，宿舍就是我们温暖的小窝，因此我们要杜绝在宿舍楼下乱扔垃圾的行为。爱护学校的一草一木。

3、文明就餐，请主动自觉地维护就餐秩序，让文明优雅的校园吹遍我们美丽的校园。

4、南操场的乒乓球台是我们娱乐身心的器械，请不要在乒乓球台上坐人、放倒、乱搬动，以免影响我们的正常使用。

5、校园里还存在一些不文明的语言，同学们，我们作为学校的主人，要担当起时代赋予我们的责任，说文明话，做文明事。

学校的文明需要大家努力建设，学校的声誉需要大家共同维护，学校的发展需要大家共同努力推进。让我们一起创造更加完美的高密四中吧!

最后，祝愿高三学长们，高考顺利，金榜题名!

>励志演讲稿5分钟高考篇10

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家好!今天我讲话的题目是《守纪三十天，争做文明学子 拼搏一个月，奠定一生基石》

“光阴似箭”，转眼间本学期已进入了尾声。今天是5月9日，再过一个月后的今天，高三的同学们已经经历过两天高考的洗礼了，此时，正在高考的考场上信心百倍、全神贯注地解答着高考的最后一门科目——基本能力，而高二的同学也进入了期末冲刺的关键时刻。从现在起，同学们要以百分之百的精力和前所未有的毅力投入到备战高考决胜高考当中，去谱写每一位同学一生的辉煌篇章。在发愤苦读的日子里，欢歌将与泪水相伴，期冀将与梦想同行。打好高考攻坚战，既是同学们寒窗苦读的迫切愿望，也是全体教师、家长含辛茹苦的殷切期盼。为此，学校向全体同学发出如下倡议：

1、全身心地投入学习

高考距离我们只有三十天了，同学们心中要有倒计时，要有紧迫感和危机感，要一门心思扑到学习上，将全部精力、全部时间用到决战高考上。

2、万分珍惜时间

如今已是百米冲刺的关键时刻，同学们要善于制定计划，明确学习任务，要把任务明确到每一天、每一小时、每一分钟。不断检查时间的利用率。每天要想一想：过去的一天在学习上完成了什么任务?花了多少时间?时间利用率如何?效果怎样?怎么改进?要感到时间的紧迫，要善于利用零碎时间。

3、注意方法和效率

强化基础科目训练，提高综合科目应试能力。及时查缺补漏，定期归纳总结。复习中要练规范、练速度、练重点、练技巧，高考前不烦恼、不害怕、不着急、不骄傲。

4、充满自信

阻碍你前进的，不是别人，而是你自己。你要相信自己，你得时常告戒自己：我能行。微笑着面对高考前的每一次练兵，无论成功与失败，它都是一块踏脚石，都会助你走向成功。要时时提醒自己，时时鞭策自己，向着属于自己的学业目标前进。

5、争做文明学子

最后的一个月，同学们要积极投入到我校首届优秀毕业生评选的活动当中，要给基础年级的学生做好表率。不要说脏话、粗话，不在教室内、宿舍内、走廊上追打;要礼让三先，勤俭节约，不浪费一粒米、一滴水、一度电、一分钱;要爱护学校的一草一木，自觉维护学校和班级的环境卫生。高考结束，即使就要离开我们的学校，也要注意自己的言行，不在教室、宿舍内吵闹，不乱扔一块纸屑。

同学们，你们面临着人生的重大转折，任重而道远，相信天道酬勤，机会之神只会垂青那孜孜不倦、坚毅执着之子。智慧与恒心并存，付出与收获同在，在备战高考的三十天里，用你们的激情和汗水，去创造优异的成绩吧。学校相信，你们一定会用自己的行动实现一句话：今天，我以母校为荣;明天，母校将以我为荣!

>励志演讲稿5分钟高考篇11

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绞瘁，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

不论个人情况怎样，每人都有自己的优势和不足。有的同学基础扎实，不论高考如何变，都能游刃有余;有的同学思维敏捷，创新思维好，理解能力强，对高考创新型题尤为适应;有的同学阅读面广，视野开拓，心理素质好，善于超水

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。或许有的同学在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。有人问他成功的决窍，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!

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！