# 中考励志演讲稿作文202\_年5篇范文

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-06-10

*中考，一个陌生又熟悉的词汇。陌生，因为我们毕竟还没直接面对;熟悉，是因为我们一直在听着，看着，准备着，中考时时在身边、耳边，我们时刻准备着去参与这仅次于高考的一场重大考试，去走过这人生路上的一次重要历程!下面给大家分享一些关于中考励志演讲稿...*

中考，一个陌生又熟悉的词汇。陌生，因为我们毕竟还没直接面对;熟悉，是因为我们一直在听着，看着，准备着，中考时时在身边、耳边，我们时刻准备着去参与这仅次于高考的一场重大考试，去走过这人生路上的一次重要历程!下面给大家分享一些关于中考励志演讲稿作文5篇，供大家参考。

**中考励志演讲稿作文大全(1)**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

你们好!

时光似白驹过隙，岁月偷走了时间，中考的脚步在悄悄逼近。班级里的气氛也紧张了起来，一场轰轰烈烈、没有硝烟的战争悄悄拉开了序幕。将内心的焦虑和紧张化为动力，我们的每一天，都温暖、快乐而充实。

操场上

“加油!最后半圈了，该冲刺了!加油!”几个同学大声地嘶喊着。只见我的好朋友珂珂脚底像踩了风火轮一样，“嗖”地一下冲到了终点。“第一，3分21秒!”“哇!好厉害，满分了哎。”我把她扶到一旁，稍作休息后，她又拉着我去练跳远了。我回头看了看周围的同学，一个比一个练得热火朝天。我也不禁热血沸腾，暗下决心，要超越自己，挑战极限!体育加试至少要三项满分!于是，我深吸一口气，用尽全力一跳，跃过了2米线!……

教室里

“英语质检卷子发了，对对答案，有不会的题问问。这一次卷子不难，不讲了。”英语老师发话了。接着，就是一片“卷子满教室飞”的景象。“我竟然考了一百!”“唉，又没考好……”各种各样的声音充斥着我的耳朵，有兴奋激动的，也有唉声叹气的。我仔细看了看卷子，只有作文是满分，单选和阅读理解都没有满分，虽然我的成绩也说得过去，106分，可我心里还是一阵失落。我拿出红笔仔细分析那些错题，认真地整理每一道错题，让我的“盲点”在我执着的“纠察”下一个一个地消失。下课铃声响了，依然可以看到同学们伏案复习或虚心求教的身影。可敬的同学们，要劳逸结合呀!

回家路上

星期六模拟考试结束后，同学们陆陆续续地背着书包回家。“这次质量检测没考好，尤其是语文作文，才得了40分。”“嗯，课外阅读扣了十九分，阅读量太少了。”“我下次一定要考好，回去好好复习，给自己定个目标。”“最后两个月了，拼吧!”两个同学走在路上还在谈论着考试。是呀，决战的时刻即将来临，要把握住每一秒，让每一秒都有质量，有奇迹。要学而不厌，精益求精。回到家一定要拒绝电脑和手机先生的诱惑，先写作业。想着想着，我不由得加快了步伐，超过了他们。

青春是一本翻开了就合不上的书，是一条踏上了就只能勇往直前的路。青春路上，有许许多多的曲折与坎坷。但是，“把眼泪装在心上，会开出勇敢的花。”不经历风雨，怎么见彩虹。今天的努力，必将成为明天最美好的回忆。在迎接中考的日子里，让我们用昂扬的斗志，永不言败的精神和一天天厚积的能量，让梦想发出灿烂的光芒!

**中考励志演讲稿作文大全(2)**

各位亲爱的同学：大家好!

两千多年前，一位哲人立于河边，面对奔流不息的河水，想起逝去的时间与事物，发出了千古流传的感叹：逝者如斯夫。人生百年，几多春秋。向前看，仿佛时间悠悠无边;猛回首，方知生命挥手瞬间。时间是最平凡的，也是最珍贵的。金钱买不到它，地位留不住它。“未觉池塘春草梦，阶前梧叶已秋声。”今天不同寻常，因为今天距离中考只有30天了;你们不同寻常，因为你们将面临人生的第一次重要的选择;这次选择不同寻常，因为这次选择将决定你是否能坐在重点中学的教室里学习，是否能顺利升学，甚至决定你能否进入象牙之塔，进而决定你将来的人生发展。

面对即将到来的中考，或许有的同学正在因为自己成绩不理想而彷徨，或许有的同学会因为时间的短暂而叹息，或许有的同学不以为然逍遥的数着日子。可是同学们，你知不知道，你的父母正为你即将到来的中考心急如焚，我们的老师在承受着巨大的压力，其他学校更多竞争者们在摩拳擦掌，跃跃欲试。中考，容不得我们有一丝迟疑，中考，容不得我们有片刻停滞，中考，容不得我们有半点闪失!中考，我们必须胜利!“机遇只垂青于那些有准备的人”。那么，就让我们在今后的30天内，秣马砺兵，用我们的信心和努力创造奇迹!中考是一场精力和智慧的赛跑，是一次超越，是一场战斗，必须充分讲求战略战术。

首先，重视它而不是畏惧它。有些同学到现在还游离在中考之外，迟迟不能进入状态，这是最可怕的。初三值得重视，因为它是锤炼真金的三昧真火，谁是英雄，谁是懦夫，经历过初三才最能见分晓。我们要自信，我们是不会在初三生活中败下阵来，咬紧牙关，脚踏实地，迎战中考，才会赢得中考。同时，我还要特别告诫同学们的是：一定要有整体规划，要有大目标，也要有小目标;要有远期计划，也要有近期计划，包括每天的计划，甚至每节课的计划。每天给自己一个满足，给自己一个好心情，明天就是艳阳天。

其次，自信成功却不盲目乐观。有人说：自信是驾驭理想的风帆。有些同学或许现在成绩不够理想，就不思上进，浑浑噩噩，虚度时日，请同学们想想刚踏入新中大门时，每一位同学不都曾豪情满怀吗?成绩一时不理想并不可怕，可怕的是丧失了信心，可怕的是没走上战场就倒了下来。只要把握这宝贵的30天，我们足以能够创造奇迹!当然，对于有些成绩较好的同学，一定要做到戒骄戒躁，沉下心来，做起学问，做到更规范、更严谨、更刻苦，这样才能百尺竿头更进一步。今天老师想告诉你们的是：让我们今天的拼搏成为明天最美好的回忆。因为，我们每一个人要想生活的无怨无悔，就只有奋力拚博;因为，只有我们拼搏努力过，我们每一个人的人生才能无怨无悔。再过30多天，我们的同学们就要走上人生转折的战场了。10年的寒窗苦读，3千多个日日夜夜，所有的辛苦，所有的劳累，所有的付出，都将在6月来收获。

第三，考场就是战场，两强相遇勇者胜。同学们，我知道你们已经走过了很多的艰辛，可你们要面对的六月会更艰难。你们在未来的30天要面对众多的作业、考试，你们会因学习压力而烦乱，你们会因成绩提高不快而徘徊，甚至你们会因恐惧中考而想放弃。因此，同学们，我忠告你们，没有比脚更长的路，没有比人更高的山。你们必须自信，自信和拼搏是命运的决定者。因为过去的努力，你们已经积淀了一定的知识和能力，只要勇敢冲刺，你们就能赢得胜利，赢得未来。

你们要保持对学习的满腔热情，知识改变命运，知识是走向人生成功的通行证。你们要持之以恒，奋发向前。中考的路确实很艰难，但孜孜不倦执着于学业你们就不会被失败和挫折击倒，你们就会一步步地向着自己的理想迈进!你们要勤奋，要始终如一，要不懈不怠。因为“勤能补拙是良训，一分辛劳一分才”，因为所有的成绩都是努力的成果，都是勤奋的结晶。你们要调整心态，正视压力。要正确评估自己，给自己准确定位。要找准自己在班级、年级的位置，给自己确立一个通过努力能够实现的目标。你们要学会调适，学会思考，深思、明辨、慎取，你们将会拥有整个世界。

面临中考，别紧张，也别懈怠，最重要的是能否尽展生平所学。所以，最后的几十天里，首先我建议大家要保持足够的信心，我们可以试着这样来做一下，据有关专家认定，这样做对增强信心可是非常有效。

学会微笑

人在充满信心时往往春风满面，面带笑容，而人在丧失信心时往往愁眉苦脸、无精打采，面带愁容。笑是使人充满信心的表现，是人内心快乐的外部表现，笑和人的信心体验是一致的，和人的自信心相互促进，自信心使人充满微笑，微笑使人更加充满信心，两者相互产生促进作用。因此，我建议我的学生们学会微笑，经常微笑。学会发自内心的微笑，信心就会在心中滋长起来，我还建议你们每天对着镜子开心地笑几次。

走路挺胸抬头

人外部的姿势和步伐是和人的内心体验有着密切关系的，人在充满信心时挺胸抬头，走起路来步伐坚强有力，速度也稍快。人在丧失信心时会低头哈腰，走起路来无精打采，步伐软绵，速度缓慢。你们要经常挺胸抬头，走路步伐坚强有力。速度稍快，有助于增强你们的信心。

运用积极自我暗示

据了解，不少你们在中考前受过消极暗示较多，不利于自己信心的增强，建议你们在备考过程中，在考试前后根据自己的情况运用自我暗示来改变自己的心态，来增强自己的信心。例如，心中默念，我有实力，我有能力，我会成功，我一定会成功。这类的语言暗示都能起到增强你们信心的作用。在这里，我还抄有“快乐人生的三句箴言”送给学生;第一句是“太好了!”——改变心情就改变了世界;第二句是“我能行!”——改\_度就改变了命运;第三句是“你有困难吗?我来帮助你!”——改变情感就改变了生活。

同时我把诗人汪国真《我微笑着走向生活》改写过来送给你们：我微笑着走向中考/无论中考以什么方式回敬我/报我以平坦吗/我是一条欢乐奔流的小河/报我以崎岖吗/我是一座大山庄严地思索/报我以幸福吗/我是一只凌空飞翔的燕子/报我以不幸吗/我是一根劲竹经得起千锤万凿/中考里不能没有笑声/没有笑声的中考该是多么寂寞/什么也改变不了/我对中考的热爱/我微笑着走向火热的中考!

其实，中考，也是幸福的，那种过程会带给我们真正的快乐。要乐观的对待中考，是最明智的选择，虽然在中考中还有不尽人意的时候，但那是生活给予我们的挑战。无论遇到什么艰难险阻，无论遇到什么坎坷，是生活对我们的考验;当我们能战胜困难，当我们能顽强地与命运抗争的时候，就证明了我们能驾驭自己的命运之舟

中考目标要期待适当

你们要根据自己初三以来的考试成绩，特别是上次月考成绩，实事求是地评估自己的学习实力，确定自己的中考目标。

不要攀比

所谓中考成功就是你们在中考中考出自己的实际水平，这就是成功。有的你们学习实力650分左右，中考考出680分左右就是成功，如果考出700分就是超常发挥，如果考出600分左右就是考试失败了。因为大家的学习实力不一样，因此你们不要相互攀比，只要能考出自己的实际水平就意味着中考成功，攀比只能挫折自己的信心，挫伤自己中考的积极性。

多和同学、老师、家长交流

你们当中考信心不足的时候，把自己的心事憋在心里，越想越别扭，越想越失去信心。其实，这个时候主动与同学、老师、家长多交流，把自己的心里话说出来，把自己内心的苦衷倾诉出来就会得到心理上压力的释放，老师、同学、家长再给你一点安慰，鼓励和支持，就有助于改变信心不足的状态。建议你们在信心不足的时候看看那些中考非常成功的和状元们介绍经验的文章，他们是怎么在没有信心的状态下从挫折中走出来的，对你们解决信心问题也颇有益处。要知道你们和老师还有一个聊天的平台——那就是周记，你也要知道，即使你失去了一切，你还有一个读者在静静的关注着你!——那个人就是我。

做做容易题

中考试卷的难度70%的容易题，20%的中等题，10%的难题。应该说绝大部分你们70%容易题是都会做出来的。当你们缺乏信心的时候不妨来做做容易题，这样也会焕发起你的信心来。

增强学习实力

你们的信心是建立在学习实力基础上的，只有学习有实力中考才会有信心。因此，你们在备考冲刺阶段要根据自己的情况建立知识的网络体系，查漏补缺，确实把自己的学习实力增强一步，提高一步，这样来讲就有利于你们的信心的增强。

要掌握调节心态的技巧。如要会深呼吸，深呼吸的要领是：先缓慢有节奏地吸气，憋一两秒钟再张口缓慢有节奏地呼气。要多微笑，自己照着镜子笑、对亲朋好友笑。

同学们，中考并不可怕，可怕的是我们自己不能自信轻松地发挥自己的实力，只要我们能以积极、健康、平稳、自信的心态来笑对中考，我们就已经成功了一半。

我相信，只要同学们在最后一个月里，思想上高度重视，复习上注重梳理知识主干查漏补缺，时间上则按中考时间严格调整好生物钟，那么中考的胜利一定属于你们每一个人。同学们，初三的生涯即将结束，冲刺的号角已经吹响。行动起来吧，初三的辛苦将让你生活得更充实;冲刺的劳累将增添你生活的勇气;未来的成功将使你从平凡走向伟大。同学们，是船，就要搏击风浪;是桨，就要奋勇向前;是雄鹰就要一飞冲天!真正珍惜时间的人都善于抓住今天，只有懦夫、懒汉才乞求明天。面对六月的挑战，我相信你们每一个人都会是逆流勇进的弄潮儿，而不是消沉彷徨的懒汉懦夫。未来把握在我们每一个人的手中。行动起来吧，同学们，让我们一起搏一回!让我们在心里再重复一遍这同一句话：我们今天的拼搏就是明天最美好的回忆。

**中考励志演讲稿作文大全(3)**

亲爱的同学们：

三月的初春，春寒料峭，憧憬火热的六月，我们神采飞扬。决战的号角已经吹响，历史的车轮又一次驶到人生奋战的前线。我们全体老师的心与同学们一起在跳动。三分天注定，七分靠打拼。爱拼才会赢!只要我们努力拼搏，就能取得成功。

还记得三年前，你们脸上写满笑意，怀揣着七彩梦想跨进实验初中的大门，转眼，你们已经走过烂漫如花的初一，欢快如歌的初二，如今，已来到了\_如火的初三。放眼未来，我们志在必得;着手现实，我们信心百倍。

命运之神从来就不会垂青消极坐等者。老师们会以生命做笔，用热血为墨，帮助你们抒写辉煌人生的第一个篇章。如果把初三比作炼狱，你们经过严峻的考验，就会凤凰涅磐，获得重生，而老师则始终如一，如同一个麦田守望者，守望着你们的成长，守望着你们的蜕变，守望着你们的辉煌!

此刻，再多的苦你也必须用稚嫩的肩膀扛起，再多的泪你也只能把它留待成功喜悦的时候去尽情挥洒。身在初三，就意味着你必须放弃闲庭看月，雨中慢步;人在初三，除了题海竞渡，书山登攀，你别无选择。苦战百日，会当凌绝顶;奋斗一阵，破浪展雄风。为了实现心中的理想，你们唯有勤奋刻苦，挑战极限。

一百天，很短，在历史的长河中，犹如沧海一粟，一百天，又很长，长得足够改变一个人的命运。因为人生的路程虽很长，而最关键的只有几步，这一百天就是决定你们成败的关键一步。这是幸福与痛苦相交杂的一百天，压力与竞争联手轰击的一百天，选择与奋斗相碰撞的一百天，毅力与智慧联手抗争的一百天!这一百天可铸造辉煌，改变命运;也可化为眼泪，遗恨终生。人生只有一次，你还能经历几次这样的一百天?因此，我希望你们志存高远，脚踏实地，多一份沉稳，少一份浮躁;多一份自信，少一份自负;多一份勤奋，少一份清闲。

我们可以错过太阳，也可以错过月亮，甚至还可以错过星星;但是我们不能错过六月的冲天一飞!珍惜时间，把握现在，积极行动，不懈努力，才能青春无悔!

最后一百天，老师愿意再帮你完成攻山九仞的最后一筐土，使你功成名就;最后一百天，老师甘做人梯，使你攀登险峰，一览众山小。我们愿意竭尽全力，用宽厚的肩膀托起你们明天的辉煌!

同学们，为了六月的灿烂，让我们一起：用蓬勃朝气去拥抱每一轮太阳;用昂扬锐气去挫败每一个困难;用浩然正气去超越每一次极限;果敢行动，奋斗百天，梦圆明天!

**中考励志演讲稿作文大全(4)**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家下午好!

我和你们紧张和忙碌了两个月，想必你们也和我一样有了几丝的劳累，几丝的辛苦，想必随着中考日期的一天天临近，你们也有了更多的焦虑或者自信，孩子们，不要惧怕什么，只要努力就好，因为!看着大家从开学初的第一天开始就认真地听从我的调遣练起了长跑，我从心里感到欣慰。最开始的时候，一些学生跑步会上气不接下气，会坚持不下来，可是现在，绝大多数的孩子都能坚持下来不说，而且都觉得跑上的四圈或者五圈已经感觉轻松多了。相信五月份大家在体育考试中一定会很轻松地过关的!

看着大家在学习上你不服我，我不服你的认真劲，一次模拟考试成绩下降了，下次一定要卧薪尝胆地将成绩赶上去。成绩好的也不会骄傲，而是争取攀登更高的山峰，作为老师的我，心里更是觉得自豪和荣耀。知道吗?你们只要有一丝一毫的进步，对于我来说都会兴奋好一阵子。每一天和你们一起学习、一起欢乐、一起锻炼，我的心中早已经把你们当做了我最亲近的朋友!你们的进步是我最大的欣慰，你们的优秀就是我最开心的事情!你们将来越来越棒是我最大的心愿!

我们有值得骄傲的地方，可是我们仍然有那么多的不足。不是吗?个别孩子在自己的学习时间分配上还是不能做得很好，还会贪玩。一些学生上课的时候还在溜号开小差，，回家之后，还有学生会利用手机聊qq或者玩游戏。面对着一些学生的考试焦虑和一些学生的对考试满不在乎，截然相反的态度下又会映射出一位孩子对待中考，对待自己前途命运的关键环节能不能保持最佳的状态，最好的心理优势去应对呀!)这个时候，作为你们的班主任，多么希望您们能理解老师为什么会和你们生气，多么希望你们能够理解老师为什么会那么的愁眉不展，多么希望你们能够顺着老师指引的正确方向一路快速冲刺呀!

想想：两个月来，也许我也是太进入中考前的战备状态了。以至于我自己都活着那么劳累，不仅是身体累，心里也很累。其实我做得也不够科学。我不该这么忧心忡忡，前三年我们都一路认真和踏实地走过了，现在我们大可不必过于紧张，中考的号角已然敲响，该来的早晚要来，需要我们坦然面对。不要去慌乱阵脚，不要去彷徨不定，努力就好，我看到大家的尽力就是最好的!就像前几天我对大家说的：努力做最好的自己吧!

人生也是如此，没有人会轻易那么成功的。人生中又有多少事情总是那么顺利没有波折呢?太阳每天都是新的，不会因为某一个人而失去它耀眼的光芒。当我们心中暗淡时，想想心中最美好的太阳吧，太阳就会在明天升起，就像中午时还是风吹雨打，雷雨倾盆，可是现在一样阳光四射，普照大地!

想开些，放松些，同学们，和老师一起轻松应对前方的困难和挑战吧!无论我们遇到多大的艰难险阻，我们都要从容去面对!冲刺了，就让我们全力以赴吧!不放松、不消极、不焦虑、不彷徨，相信我们二班永远可以创造一个又一个的奇迹的!

太阳每天都是新的，同学们，最后的五十多天，让我们一起快乐应对吧，好吗?

**中考励志演讲稿作文大全(5)**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家下午好!

有位哲人说过，高度决定远度，站在这个离峰顶仅有百步之遥的地方，回首过去，从前的美好一一再现——军训时昂扬的斗志，运动会上矫健的身姿，歌咏比赛中高亢的歌喉——时光虽然匆匆地从指尖滑过，但每一天每一刻都留下了她温暖而美丽的痕迹。

收获过幸福的我们现在抬起头来仰望峰顶，似乎看到了那场没有硝烟的战斗，仿佛闻到了剑拔弩张的火药味——对于中考，我们有着复杂的情感。坚强与软弱交织，勇敢与胆怯重叠，喜悦与恐惧如影随形，我们忍不住颤抖。

但是，我要在这里高呼：让我们今天的拼搏成为明天最好的回忆!因为拥有青春，我们没有什么做不到，惟有拼搏，才能在被失败击倒后，抓着她的裤脚重新站起来;惟有拼搏，才能使我们曾经经历过的生活无怨无悔!

不过，有些人在拼搏前就退却了，他认为自己不够聪明，无论如何也登不上成功的顶峰。

那么我告诉你，能帮助你成功的要素有五个，你完全可以凭借他们获得成功女神的青睐——第一是勤奋，第二是踏实，第三是科学，第四是高效，第五才轮得上智商。

勤奋是成功的第一块基石，常言道“勤能补拙”，可以说，无论是对于基础好还是基础差的同学来说，勤奋都能让你发现自身的不足，并给予你坚持不懈的动力。

踏实是成功的关键。在最后阶段务必把知识抓细、抓实、抓好，先从基本功下手，严把每次作业关，在稳中求进。不夸饰，不浮躁，能让你更上一层楼。

高效是成功的强大引擎。要做到高效有两个关键。一是提高时间的利用率，把大块时间留给自己的薄弱环节，好钢用在刀刃上。二是重视每一次考试，不放过每一次查缺补漏的机会。

科学的方法是成功的核心!首先你要明白，对于现在的你来说，老师就是科学。老师们若干年的执教经验会让你少走很多弯路。所以，要重视对老师指导的应试技巧和方法的消化，同时，要对老师的专题讲座与考前指导给予高度重视，及时做好练习巩固，把我们优秀的教师资源最大限度地发挥出来。另外，我们要学会从老师眼中定位自己，加强与班主任和任课老师的交流谈心。正所谓知己知彼，百战不殆。

也许你对自己接下来该怎么做已经有了初步计划，但我更要告诉你，十年树木，百年树人，培养刚正的人品比学习更重要。中国的留学生在美国取到博士学位但找不到工作，只因为他逃过两次票。只字不识的魏青刚可以感动中国，因为他有崇高的人格!在接下来的3个月里，我们一样不能放松对自己人格的培养。

同学们，三年磨一剑。三个月之后，我不亮剑谁亮剑。苦战百日，才能会当凌绝顶，奋斗3月，终将破浪展雄风!

在这里，我向这片哈佛红承诺——

为了不辜负学校的培养，我们勤奋刻苦，背水一战

为了不辜负老师的期望，我们披荆斩棘，全力一搏

为了不辜负家长的重托，我们争分夺秒，精益求精

为了不辜负我们的青春，我们竭尽全力，在最后的一百天里创造比上届初三更成功的辉煌!

**中考励志演讲稿作文5篇**

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！