# 高考前100天励志演讲精选

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-07-04

*篇1：高考前100天励志演讲精选我的发言很简略，就是与同学们一起探讨几个问题，一是高考考什么?二是高考是什么?三是谈几点建议。或者能引起同学们的思考，对同学们的备考有一点点辅助。一、高考考什么?一是考考生的学习素质。考知识的同时重视考能力。...*

**篇1：高考前100天励志演讲精选**

我的发言很简略，就是与同学们一起探讨几个问题，一是高考考什么?二是高考是什么?三是谈几点建议。或者能引起同学们的思考，对同学们的备考有一点点辅助。

一、高考考什么?

一是考考生的学习素质。考知识的同时重视考能力。重要考核考生的“三基”：即基本知识、基础能力、根本方式，这些占80%以上。新课改后，高考命题由本来的以“常识破意”为主转变为以“才能立意”为主，然而，辩证地讲，能力是以知识为载体的，所以对绝大多数同窗来讲，首先，进一步夯实基础，完美知识构造依然是十分必要的。第二，在下一阶段的温习备考中，在老师的领导下，有抉择的有针对的增强练习也是必做的作业，由于能力是练出来的。

二是考考生的身体素质。好身材是一切的成本，有了好身体才有好的精神，才有刚强的意志，才有良好的心态，所以，在今后100天的日子里，建议大家坚持体育锤炼，练出一个好身体，练出一份好心态，练出一个好成绩。

三是考考生的思维、心理和心态。考思惟就是考你对高考的正确认识与懂得，考你对高考的寻求与斗争;考心理，就是考察你的心理蒙受能力，抗压能力，抗挫折能力，在备考进程中，在高考考场上没有良好的心理素质，平时学的再好，也不一定考得好。所以，我们要应用仅有的100天的缓和复习，利用每一次模仿考试，训练自己的心理素质，提高心理承受能力，为高考做善意理筹备;考心态，就是考察你的情商，很多走过来的人，都有亲身领会，考前复习备考和考试时的心态往往决议着你高考的成败，心态决定所有，好心态就象征着成功。有此可见，高考中考生的心态、心理承受力起了要害作用。某高考状元的教训是：自信、意志、毅力。所以，倡议大家建立准确的人生观、价值观、高考观，放松心情，每天都领有一个良好的心态。

四是考考生的筹谋谋划能力。一是考考生考前复习备考的策略技巧，二是考在高考时的应试策略与技巧。所以，建议同学们在最后100天的复习备考中要有目标，有打算，有针对性，有策略地复习备考，在提高复习效率上，动头脑想措施;通过几回大型考试，有目标地训练自己的应试策略与技能，就是怎样考才少失分、多得分。例如，文综/理综先做那局部，后做那部门，时光怎样掌握才拿分最多。这就要求我们认真对待每次训练和测试，就像高考那样。

综上所述，高考考的是考生的综合素质。

二、我对高考的意识

高考是一种机会，也一种取舍，而且是人生的一大决定。挑选高考，就是在人生旅途中，初步断定自己的方向，给自己性命生存与发展的空间定向和定位。定向，是根据社会需乞降个人程度、专长跟喜好，选定学校与专业。定位，则是按照自己的冀望和努力，将会肯定在哪个批次、哪个区间录取。高考的成就，说白了，是通往自己生存与发展途程的坐标。分数越高，坐标就越前置，自我选择和发展的空间就越广阔。这就是事实，就是高考，也就是竞争!

**篇2：高考前100天励志演讲稿**

高考前100天励志演讲稿篇3

风雨同行 谱写华章

——写在距届高考100天师生动员会上

各位领导、班主任、同学们：

大家下午好!

一百天，我们预备打一场漂亮的胜仗;一百天，我们预备收高考的梦想。

这是我们的希望，也是我们的誓言。

一百天的时间太长，那些一时看不到希望的人如是说。他们无疑是准备放弃十几年来的汗水和眼泪，这让人十分遗憾，越接近目标，越考验一个人的意志。

一百天的时间太短，那些充满朝气，胸怀理想的同学如是说。他们将更加努力，分秒必争，他们相信，奇迹总是由强者创造。

我，敬佩后一类人。

我更相信，在座的九百多位同学都是后一类人。

风，从水面掠过，留下粼粼波纹，阳光，从云中穿过，留下丝丝温暖，岁月从树林走过，留下圈圈年轮。同学们，我们从时代的舞台走过，留下什么呢?我们要留下人生道路上一次全力拼搏的身影。过去的艰辛，可剩下的一百天，我们仍将面对山一样的书，海一样的题，你们也许会因学习压力而烦恼，会因成绩提高不快而徘徊，甚至会因为恐惧而想放弃，但同学们，不管我们将面对什么，不管自己将处于什么位置，我们都要记住，人生匆匆，青春不是易逝的一段，青春应是一种永恒的心态，我们站着是一棵树，倒也要是一座桥。为了目标，为了希望，山可摇，地可动，但信念不能撼，执着不能改!天下没有比脚更长的路，没有比人更高的山!

作为你们的老师，一年多的时间里，我们朝夕相伴，风雨同行。在这距高考最后的一百天的时间里，我们也许对你们有更苛刻的要求，更艰苦的训练，更严厉的批评，但请同学们相信：艰难险阻我们师生共同承担;风霜雨雪，我们师生同行!“甘将心血化成雨，润出桃花一片红”是我们共同的承诺。

借此机会，我也向同学们提出我的一些建议：

一是要志存高远，相信自己。古人云：“取法乎上，乃得其中;取法乎中，乃得其下”。即使身处困境，也当“穷且益坚，不坠青云之志”。要相信自己，顽强的毅力可以征服世界上任何一座高峰;坚强的意志，能够熔铸地球上任何一块顽铁。即使我不能超过他人，但只要找到自己的位置，就是找到了自己成功的支点，坚定“不求与人相比，但求超越自己”的信念。

二是要挖掘潜能，挑战自我。“临江师生，潜力无穷，挑战自我，我要成功”，我们一直相信，想到就要做到，做到就能成功。人的潜能是巨大的，它发挥出来的威力也是无限的，只要我们有敢于挑战自我的勇气，我们就能实现目标。

三是要持之以恒，脚踏实地。唯有恒心才能使你走到成功的彼岸。“骐骥一跃，不能十步;驽马十驾，功在不舍”。千万不要因为一点困难而放弃追求，你们要像哥伦布那样，在广阔的大海上他每天在日记上写下一句话，“今天我们继续航行”。

四要注重方法、讲求效率。好的方法是成功的保证。因此，找到适合自己的学习方法很重要。现在，我们的时间都抓得很紧，如果想在同样的时间里获得比别人多的知识，那就必须提高我们的效率，效率上去了，我们才有可能在今后的学习生活中快人一步，才更有可能在未来的决战中获胜。

五要相信老师，抛弃盲目。有着丰富教学经验的老师才是你走向成功的指路明灯，多与教师交流可以减少你在黑暗中摸索的行程;千万不要自以为是地在茫茫题海里去捞针，盲目的复习只会使你功败垂成。

六是严守纪律，去掉毛病。严明的纪律，和谐的环境是你和你的同学能安心学习最基本的保证，是教师心情愉悦，潜心钻研教学的最基本的保证;不意气用事，不钻牛角尖能够使你心情愉快，乐于倾听、勤于分析能使你头脑清醒。

我坚信，平凡的生活定会在我们的手中编织出绚丽缤纷的图案，有限的人生定会在同学们的不懈追求中走向永恒。奋斗一百天，让飞翔的梦在四月张开翅膀。奋斗一百天，让雄心与智慧在四月闪光。我们将带着从容的微笑，去赢得志在必得的辉煌。

看，“雄鹰展翅飞云汉，猛蛟击水跃龙门。”听，战鼓声声催，金鸡处处鸣。

同学们，准备好了吗?系好绑腿，打好背包，无须犹豫，无须退缩，让我们振臂高呼：的四月，是我们的，我们一定满载归航!

我的讲话完了，谢谢大家!

**篇3：高考前100天励志演讲：一百天我能做什么？**

高三全体同学：

时间的流逝是那样的悄然无息，我们不知不觉在青春的校园中接受了秋与冬的洗礼。青春的欢歌笑语与年少的烦恼无奈编织成了这段如诗的旅程。旅程中，虽偶有心酸与疲惫，但都在青春的且歌且行中成为锤炼成长的动力!

现在，我们迎来了高考复习的紧张时刻，我们壮志在胸，我们激情满怀!自信的学习氛围，使我们不再徘徊，自强不息的精神，激发了我们无穷的潜力，艳阳骄阳，进一步澎湃了我们生命中从未销去的奋斗的热量。

在学习上，我们从未有过今天这样充实。高考冲刺，时不我待!在我们面前，虽然高考显得很强悍，显得不近人情，但我们丝毫不惧怕高考，因为持续的神专思聚的学习，使我们今天有了冲刺高考的筹码!

迎战高考，我们仍需自信，我们会一如既往地坚持，让学习始终充满动力，富有效率，直到最后征服高考。纵使山路十八弯，我们也依然执着，永不言败。也许挫折在所难免，但我们决不会在挫折面前退缩，我们会让挫折成为人生进步、成功的阶梯。

父亲的白发，母亲的皱纹，老师的苦心，好友的鼓励，那殷殷期盼的眼神，奔波劳累的身影，正是我们努力学习，锐意进取的不歇动力!

阳光下，前方的道路依旧在无边地延伸着，我们带着希冀与执着，坚定地昂首前行。我们坚信，执着的追求，不懈的努力，一定会在最后的冲刺中把握自己的命运，让多年的期盼与梦想变成现实，使生活中的丑小鸭变成美丽可爱的白天鹅!

在高考冲刺之时，给同学们讲几句话，希望对同学们能有所帮助。

一、继续保持自信

美国思想家爱默生说：“自信是成功的第一秘诀。”拿破仑。希尔说：“信心是生命和力量，信心是创立事业之本，信心是奇迹。”这充分说明，自信是人生最重要的精神支柱，是成功的先导。

只有自信，才敢于面对困难;只有自信，才能充分激发自己的潜能;只有自信，才能永远保持乐观的心态;只有自信，才能善于处理好各种关系。人生几十年，我们要是连自己都不相信，还能指望谁能相信我们取得成功呢?请同学们记住，自信，是我们奋力冲刺高考最好的推进剂!

二、要乐观

乐观的人通常是一个拥有坚强意志的人，乐观的人视困难为常情。“困难像弹簧，你强它就弱，你弱它就强。”而悲观的人往往人为地夸大困难，被困难所吓倒。只有乐观的人才能正视外部的阻力和内心的障碍，勇敢地面对困难，经受住逆境的考验。

英国作家萨克雷在《名利场》中写道：“生活好比一面镜子，你对它笑，它也对你笑，你对它哭，它也对你哭。”一名优秀的学生，应永远微笑着面对生活。学习中的困难就宛如大海里的朵朵浪花，只有以正常人的心态看待，才会使年轻的我们培养坚韧的毅力，创造出未来更美好的生活。

三、用座右铭来激励自己斗志

革命前辈徐特立四十多岁学法文时，曾用“日学一字，五年为成”作了座右铭。在这种动力的支持下，他以常人难以想象的意志力和坚持不懈的学习精神，三年就掌握了法文的基础。

青年时代的毛泽东有一句座右铭：“贵有恒何必三更起五更睡?最无道只怕一日曝十日寒。”这些事例告诉我们，具备坚强的意志是名人之所以成功的重要因素之一。我们要根据自己的爱好和努力方向，树立起自己的座右铭，以激励自己不断走向进步。

四、最后一百天，为自己树立一个时时学习的榜样非常重要

记得十几年前，我读高三，离高考还有几十天时，我读到语文课本上的一篇短文，讲述一个贫穷的学生奋斗的故事，在高考前一小时他还在街上卖冰棍，最后以高分考上了理想大学。

我禁不住热泪盈眶，我内心感觉自己也能考上大学。最后几个月，我发疯般地学习，做题、背书，最后，我胜利了。我的高考成绩超过了一些平时比我好的同学。

同学们，离高考还有一百天，一百天能做什么?一百天能使自己从几十名、几百名上升到前几名、几十名;一百天能使自己的人格得到升华;一百天能发生一个谁都意料不到的奇迹;一百天能使自己的命运发生一个天翻地覆的变化。

勇士们，我们已经吃了很多苦，已完成了播种、灌溉、除草任务，应该是到了我们收获的季节了，抓住一百天，共同努力创造一个美好的未来吧!

**篇4：高考前励志演讲精选**

励志演讲文章1：一百天我能做什么?

高三全体同学：

时间的流逝是那样的悄然无息，我们不知不觉在青春的校园中接受了秋与冬的洗礼。青春的欢歌笑语与年少的烦恼无奈编织成了这段如诗的旅程。旅程中，虽偶有心酸与疲惫，但都在青春的且歌且行中成为锤炼成长的动力!

现在，我们迎来了高考复习的紧张时刻，我们壮志在胸，我们激情满怀!自信的学习氛围，使我们不再徘徊，自强不息的精神，激发了我们无穷的潜力，艳阳骄阳，进一步澎湃了我们生命中从未销去的奋斗的热量。

在学习上，我们从未有过今天这样充实。高考冲刺，时不我待!在我们面前，虽然高考显得很强悍，显得不近人情，但我们丝毫不惧怕高考，因为持续的神专思聚的学习，使我们今天有了冲刺高考的筹码!

迎战高考，我们仍需自信，我们会一如既往地坚持，让学习始终充满动力，富有效率，直到最后征服高考。纵使山路十八弯，我们也依然执着，永不言败。也许挫折在所难免，但我们决不会在挫折面前退缩，我们会让挫折成为人生进步、成功的阶梯。

父亲的白发，母亲的皱纹，老师的苦心，好友的鼓励，那殷殷期盼的眼神，奔波劳累的身影，正是我们努力学习，锐意进取的不歇动力!

阳光下，前方的道路依旧在无边地延伸着，我们带着希冀与执着，坚定地昂首前行。我们坚信，执着的追求，不懈的努力，一定会在最后的冲刺中把握自己的命运，让多年的期盼与梦想变成现实，使生活中的丑小鸭变成美丽可爱的白天鹅!

在高考冲刺之时，给同学们讲几句话，希望对同学们能有所帮助。

一、继续保持自信

美国思想家爱默生说：“自信是成功的第一秘诀。”拿破仑。希尔说：“信心是生命和力量，信心是创立事业之本，信心是奇迹。”这充分说明，自信是人生最重要的精神支柱，是成功的先导。

只有自信，才敢于面对困难;只有自信，才能充分激发自己的潜能;只有自信，才能永远保持乐观的心态;只有自信，才能善于处理好各种关系。人生几十年，我们要是连自己都不相信，还能指望谁能相信我们取得成功呢?请同学们记住，自信，是我们奋力冲刺高考最好的推进剂!

二、要乐观

乐观的人通常是一个拥有坚强意志的人，乐观的人视困难为常情。“困难像弹簧，你强它就弱，你弱它就强。”而悲观的人往往人为地夸大困难，被困难所吓倒。只有乐观的人才能正视外部的阻力和内心的障碍，勇敢地面对困难，经受住逆境的考验。

英国作家萨克雷在《名利场》中写道：“生活好比一面镜子，你对它笑，它也对你笑，你对它哭，它也对你哭。”一名优秀的学生，应永远微笑着面对生活。学习中的困难就宛如大海里的朵朵浪花，只有以正常人的心态看待，才会使年轻的我们培养坚韧的毅力，创造出未来更美好的生活。

三、用座右铭来激励自己斗志

革命前辈徐特立四十多岁学法文时，曾用“日学一字，五年为成”作了座右铭。在这种动力的支持下，他以常人难以想象的意志力和坚持不懈的学习精神，三年就掌握了法文的基础。

青年时代的毛泽东有一句座右铭：“贵有恒何必三更起五更睡?最无道只怕一日曝十日寒。”这些事例告诉我们，具备坚强的意志是名人之所以成功的重要因素之一。我们要根据自己的爱好和努力方向，树立起自己的座右铭，以激励自己不断走向进步。

四、最后一百天，为自己树立一个时时学习的榜样非常重要

记得十几年前，我读高三，离高考还有几十天时，我读到语文课本上的一篇短文，讲述一个贫穷的学生奋斗的故事，在高考前一小时他还在街上卖冰棍，最后以高分考上了理想大学。

我禁不住热泪盈眶，我内心感觉自己也能考上大学。最后几个月，我发疯般地学习，做题、背书，最后，我胜利了。我的高考成绩超过了一些平时比我好的同学。

同学们，离高考还有一百天，一百天能做什么?一百天能使自己从几十名、几百名上升到前几名、几十名;一百天能使自己的人格得到升华;一百天能发生一个谁都意料不到的奇迹;一百天能使自己的命运发生一个天翻地覆的变化。

勇士们，我们已经吃了很多苦，已完成了播种、灌溉、除草任务，应该是到了我们收获的季节了，抓住一百天，共同努力创造一个美好的未来吧!

励志演讲文章2：高考状元演讲稿

亲爱的同学们：

从来，我就不是什么典型的好学生。我不懂为什么要读书，也弄不懂足足背了三天仍然背不出来的英国内阁制度，干我何事。

迄今我还记得，在我上高三时，我的数学老师拿了一份历年高考的数学考卷给我们做测验，满分是120分，我辛苦做完后，只得了10分。高三上个学期举行的模拟考，在全县1000多名考生中，我的成绩排在992名。

因为考虑到升学率问题，班主任后来郑重地找我谈了一次话，她建议我干脆放弃高考趁早到社会上去学一门手艺，说这样对我的前途会比较实在点。

当时，我自己也都想干脆放弃算了，因为念到高三的时候我感到非常地不愉快，我在精神上被推到了一个绝望的位置，这种恐惧是毁灭性的，它使我顽固地坚信像我这样的水平是不能去参加高考的。

状况的转变始于那个失意的寒假。当时我的打算是高三下学期辍学，出来先做木工学徒，再开个木工厂。当我回学校拿我的成绩单时，赫然发现班主任所写下的评语，心中涌上阵阵怒气，当场烧毁。

当时的我找不到念书的动机，或许早已麻木不仁，但我想着爸妈看了，一定会很悲伤，因为上面写着“该生素质太差”，像一把剑刺入体内，在某个角落发作而隐隐生痛，于是我发“恨”图强，下定决心考大学。

我每天很用功地念到半夜三四点，当时就感觉好像哪根筋不对劲，我就不信考不过。结果两个月下来，猛然发现，我对学习产生了浓厚的兴趣，我也突然发现数学竟然也有很多乐趣，很多解不开的题一旦解开了就很有成就感，第三次和第四次两次模拟考下来，我已经考到了400多名，忽然我觉得自己好像并没有那么笨，这是我平生第一次有这种“聪明的感觉”。

从那时起，我才慢慢开始对做学问产生了浓厚的兴趣，似乎从书海中寻回了我的灵魂。

有意思的是就在一年前的夏天，我考上大学之后，暑假回家高中同学聚会，班主任在离开时深感惭愧地说：“×××，我现在可以告诉你，我年轻时可以算是个偷梦者。那些年我偷盗了许多孩子的梦想。多亏你有足够的勇气抓住了自己的梦。”

每天，在学校都有不计其数的孩子被训练成一个在梦想面前深感穷途末路的无助者，至少是暂时的。心理学家德维克和雷布其以10岁的孩子为对象做了一个试验：孩子们从试验老师那里得到了一条无法解答出来的数学题，当他们因为绞尽脑汁却一无所获而变得完全失去希望时，他们就会得到另一份较之前一份更为容易解答的习题。

可是，情况很奇怪，他们解答这些习题的成绩要比其他一开始就做容易解答习题的孩子要差。只有当这些被弄得束手无策的孩子有了另外一位试验老师后，他们才能正常地完成容易解答的习题。这样看来，学生所谓的“蠢笨”是否也和老师有关呢?

当我们回忆起自己的求学时代时，大家可能都有过这样的经历，有些老师教授的课，我们总是无法取得理想的成绩，在这门课上并非我们不够聪明。

不要让人偷走你的梦，即使是在自己对自己的信心感到穷途末路之时。看准目标，不管发生了什么。

我的演讲完毕，谢谢大家!

励志演讲文章3：加油、鼓劲、壮行

——高考前10天高三励志演讲

各位高三的同学以及全体老师们：

早上好!

今天，离高考仅剩十天，这是高三的同学们参加的最后一次晨会。还有十天，你们即将踏上高考的战场。今天，我在这里，代表全体教师，给各位奋战在中高考复习最后关头的同学们加油、鼓劲、壮行。希望十天之后，大家能精神振作、信心百倍地走进考场。

回首的初秋，大家第一次走进这个校园，可曾想到，今天我们会聚集在这里，举行这个仪式?三年，弹指一挥间。这片土地，伴我们走过了一千天，见证着我们的成长。我们将以一个什么样的姿态面对这片土地，踏上即将开始的征程。

我们仅剩十天，我们该如何度过?想听听我的建议吗?

这是黎明前的黑暗，这是最困难的十天，也是最关键的十天。在这最后的时刻，不要去计较你以前曾经的挥霍和浪费，要为自己而打一场战斗。请抛弃你的胆怯和迷茫，聚集你的精神，做最后的拼搏。

我知道，你们已经极度疲惫，身心都是如此。现在还有什么能拯救你们?只有“毅力”二字。即使你会随时倒下睡着也要随时醒来战斗!拿出纸笔、丢下最后的心理障碍，去找你们的老师，从他们那里汲取最后的信心和力量，去看看还有那些能够弥补的，或者只是去他们身边感受一下老师对你们的关爱;圈出你们能得分的、最后的考点，如作战地图上的堡垒，一个一个摧毁它们——用你们的头脑，更用你们的意志!

对于很多人来说，现在已经大局已定，等待着他们的，是高考尘埃落定。现在，正是你们的机会，趁着别人喘息之际，你们已经又向前赶了一步。你们的每一分钟，都要用来追赶，你们的每一分气力，都要用在走向考场的路上!

你们应该为自己骄傲，现在的你们是世界的中心，你们是万众瞩目的考生，这种荣耀对于你们来说，一生只有一次。尽管它依然会如流星般快速划过，但是已经在夜空中绽放了最后的光芒。有没有人记住并不重要，重要的是这十天将永远铭刻在每一个奋斗到最后的战士心中，成为你们一生的回味!

丢掉任何杂念，战胜一切恐惧，忘掉所有的疲劳，咬紧牙，沉住气。你们所有的时间，都要在备战中度过。吃饭，仅仅是为了积聚能量;睡觉，仅仅是为了恢复体力。除此以外，更无任何意义。所有的意念，只集中在一点上，那就是高考!

在你们漫长的一生中，那三天也短到仅有七十二小时。你们生命中遭遇的战斗，远远不止这一次考试。但是，那又怎么样?此刻，这才是你唯一的战场。唯有经过这样的洗礼，你才算是一个真正的中国学生——这是你们不可逃避的命运!

物竞天择，你们是硕果仅存的骄傲。看一看你的周围，想一想你曾经的同学，有多少人在你们前面黯然出局，而你们，已经坚持到现在。

那就继续你们的坚持吧!为自己的高中生活划上一个重重的惊叹号!!

你们不需要调试心理，所有心理疏导仅仅是欺骗弱者的谎言!你们只需要去战斗——从醒来到睡去，在梦中也要回忆。让每一分钟都在背诵和解题中度过，你就没有任何机会叹息，也没有任何机会疲倦。

我们的信念是，不到最后决不放弃，到了最后也不能放弃。喝彩总是留给战胜自己的人，只有战胜了自己，才有可能战胜别人!要从千军万马中杀出一条血路!这就是高考，这就是你们成人以后的第一次考试。改变命运不是从提高你们的分数开始，而是从改变你们的态度开始!

不要再去关心能否考上，你们要做的，就是无休止的复习，复习，再复习!复习到进考场的前一秒钟，只有这样义无反顾的人，才有资格获得上帝的垂青。

在此，我们也寄语所有的初三考生们，你们也开始长大，要像你们的学长那样，刻苦努力，争分夺秒。二十天后我要看着你们自信满满地走进属于你们的考场。还有全体的高二学生，你们走过了中考，现在也在见证着这一时刻。你们还有一年的时间，希望明年此时，你们能向自己交出一份满意的答卷。

铁打的营盘流水的兵，我们全体教师坚守在这里，为你们送上最好的祝福，等待着你们的凯旋!

黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还!

励志演讲文章4：高三，责任与奋斗同行

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家早上好!今天我发言的题目是：高三，责任与奋斗同行。

眨眼间，那轻松愉快的高一和生龙活虎的高二说过去就过去了，不管你愿不愿意，也不管你高三是不是真的准备好了。好在老师、学长早就一次次地告诫我们：高三注定是充满艰辛与奋斗、汗水和欢笑的一年。我们还能犹豫吗?

走进高三，“责任”是脑海中闪现最多的一个词。是啊，今年，我们中的大多数将迎来庄严的成人仪式。成人意味着什么?那便是责任。两年前，我们相遇在这芳草萋萋的美丽校园，带着对知识的渴求，充满着对未来的希冀。两年来，我们遭遇过困顿，也收获了快乐。那无数个晚自习，是老师辛勤的身影陪伴着我们的笔尖沙沙;多少个寒冷的冬夜，是父母的悉心照顾让我们睡梦酣甜;数不清的日日夜夜里，焚膏继晷的时光里，伴随身边的是同学们笑颜暖语……

人们常说，生活的旅途是一张没有退路、充满坎坷、不可预测的单程车票，其悲壮多于温情，险阻多于顺畅，那么，我要说，在逆流航行的途中，我们还很幸运，因为有老师、家长和同学们的全程关爱。是的，当我们遇到挫折，我们会不自觉地想起了他们。可接下来的日子呢?我们不该自立吗?毫无疑问，我们应该斩断依赖的劣根，撕掉脆弱的标签，抬起高贵的头颅，挺直坚强的脊梁，去笑对人生中的种.种挑战。

高三了，考试多是难免的。前几天看到隔壁班同学的“高三誓言”。其中一个同学 “高三了，不能装嫩了” 的誓言开头让我忍俊不禁。不能装嫩!说得真好!也许以前我们还“嫩”得像小孩一样，考得稍不如意就怨天尤人，遇上点困难就似霜打的茄子……今天，我们再也不能装了，因为我们已经长大。我们会鼓起勇气，不管是遭遇风沙还是搁浅，都要肩负责任，自立自强，为实现自己的理想风雨兼程，无怨无悔;我们也会心怀感恩，无论是对帮助、关爱过我们的老师父母同学和朋友，还是对那些素未谋面的他人，因为在我看来，感恩其实也是一种责任!

有了责任，万不可缺少奋斗，否则，责任便变成了一句空话。做人如此，学习亦然，高三更是这样。

励志演讲文章5：除了成功，你们别无选择

各位朋友们，下午好!

看到你们正在为前途而奋战我感到很高兴;看着你们那充满期望，有点兴奋、有点紧张、有点忧郁无辜的脸，我感到无比地心痛。你们让我回想起当年我的情节。当时的我成绩似乎优异，渴望成功，我却害怕失败果然失败。

你们怎么幸灾乐祸地笑了。好吧，那就狂笑吧，只要你们轻松地走向成功，我愿意牺牲我自己。

闻听高考失败，我一下子崩溃了：想想可怜的父母，望见那得意忘形已成功的同学，再想想自己没有前途的前途。我决定自杀，可上帝似乎觉得这样太便宜我了。

于是乘坐的汽车不翻身，横穿马路车也不撞我，死不掉也就活下来了。上帝发现此小子经受了应有的考验和心灵折磨，愿意加倍地给我幸福以补偿失意的我。

各位你们看看我因挫折而深沉、富有魅力的脸，你们不觉得应该为我鼓鼓掌吗?这掌声也是献给你们的，因为你们听完了我的演讲会有激动，会对自己很有信心，不仅在高考中会发挥出色，更能在人生的舞台中挥洒自如。

害怕失败一定会失败，这是我想告诉你们的第一点。

各位，你们认识自己吗?你也许会回答我说：“我们老师说我还不错，家长对我不满意，经常批评我，还有同学对我评价也是一般等等诸如此类的话。”

你们没有正确回答我的问题，我问的是你认识你自己吗?而不是别人认识你吗?记得瞎子摸象的吗?没有人完全了解你，只有你自己最了解你自己。

那么你到底是个怎么样的人呢?

你认为你是个很优秀的人那你就会成为一个很优秀的人。

你就是你认为的人。美国科学家曾做试验：随机地把100个人分成好班与差班，三年后好班的学生成绩真的比差班好多了。他们本来是没有区别的啊。

只是他们进入好班后在别人的信任下，他认为他就是个好学生于是就成为好学生了;而进入差班的学生进入差班后在别人的叹气声中认为自己是个差生于是就成为他认为的差生了。

如果你有幸出生在一个会鼓励人的家中，碰到了许多会鼓励人的老师，你很幸运地成为好学生了，我为你高兴;假如你不幸出生在一个用负面方式教育你的家中，碰到一群喜欢用负面方式激励你的老师，我更为你自豪，因为上帝给了你更多的机会考验你，让你学会挑战自己，正确地认识自己。

于是你现在的成绩好运只代表过去，不代表未来。只要你愿意重新认识你自己，那么你就会成为真正的你。

成绩好的同学你可以继续你的自我认定，你很幸运;成绩目前一般的同学，你可以重新认识你自己，要知道现在的你才是真正的你;成绩表面上不行的同学，你们要为自己的过去纳喊，感谢过去的你帮你吃完了苦，现在你可以重新开始新的生活了，这就是佛教中所说的因果定律。

优秀与否首先是一种自我选择。

你们愿意选择优秀吧，为你们优秀的选择鼓掌。

如果你们还不够肯定，我可以告诉你们红楼梦中有一句名言：真作假时真亦假;假作真时假亦真。只要不断地去肯定自己，想象会成为现实。大家知道母鸡孵小鸡需要21天的时间，科学家研究一个人习惯的养成同样也需要21天的时间。

只要你们每天早上起来大声地念十篇：我是最优秀的。晚上睡觉前大声地喊十篇：我是独一无二的奇迹，连续21天，你就真的成为最优秀的人了，要知道那才是本来的你。

你也可以把它写在你的本子上，每次写十篇，相信我肯定有效，这叫心理暗示，我就是这样获得伟大的信心的。看看我的坚定微笑的脸吧。

你在想也许有人会笑你，别管它，因为只有你才会对你自己负全部的责任，你就把他们当成是对你的勉励好了。

记住：没有人可以打倒你，除了你自己!

**篇5：高考前势师大会励志演讲**

高考前势师大会励志演讲

各位高三的同学们：

大家早上好！

离高考仅剩十天，这是高三的同学们参加的最后一次晨会，还有十天，你们即将踏上高考的战场。今天，我在这里，代表全体教师，给各位奋战在中高考复习最后关头的同学们加油、鼓劲、壮行。希望十天、二十天之后，大家能精神振作、信心百倍地走进考场。

回首20的初秋，大家第一次走进这个校园，可曾想到，今天我们会聚集在这里，举行这个仪式？三年，弹指一挥间。这片土地，伴我们走过了一千天，见证着我们的成长。我们将以一个什么样的姿态面对这片土地，踏上即将开始的征程。

我们仅剩十天，我们该如何度过？想听听我的建议吗？

这是黎明前的黑暗，这是最困难的十天，也是最关键的十天。在这最后的时刻，不要去计较你以前曾经的挥霍和浪费，要为自己而打一场战斗。请抛弃你的胆怯和迷茫，聚集你的精神，做最后的拼搏。

我知道，你们已经极度疲惫，身心都是如此。现在还有什么能拯救你们？只有“毅力”二字。即使你会随时倒下睡着也要随时醒来战斗！拿出纸笔、丢下最后的心理障碍，去找你们的老师，从他们那里汲取最后的信心和力量，去看看还有那些能够弥补的，或者只是去他们身边感受一下老师对你们的关爱；圈出你们能得分的、最后的考点，如作战地图上的堡垒，一个一个摧毁它们--用你们的头脑，更用你们的意志！

对于很多人来说，现在已经大局已定，等待着他们的，是高考尘埃落定。现在，正是你们的机会，趁着别人喘息之际，你们已经又向前赶了一步。你们的每一分钟，都要用来追赶，你们的每一分气力，都要用在走向考场的路上！

你们应该为自己骄傲，现在的你们是世界的中心，你们是万众瞩目的考生，这种荣耀对于你们来说，一生只有一次。尽管它依然会如流星般快速划过，但是已经在夜空中绽放了最后的光芒。有没有人记住并不重要，重要的是这十天将永远铭刻在每一个奋斗到最后的战士心中，成为你们一生的回味！

丢掉任何杂念，战胜一切恐惧，忘掉所有的疲劳，咬紧牙，沉住气。你们所有的时间，都要在备战中度过。吃饭，仅仅是为了积聚能量；睡觉，仅仅是为了恢复体力。除此以外，更无任何意义。所有的意念，只集中在一点上，那就是高考！

在你们漫长的一生中，那三天也短到仅有七十二小时，

你们生命中遭遇的战斗，远远不止这一次考试。但是，那又怎么样？此刻，这才是你唯一的.战场。唯有经过这样的洗礼，你才算是一个真正的中国学生--这是你们不可逃避的命运！

物竞天择，你们是硕果仅存的骄傲。看一看你的周围，想一想你曾经的同学，有多少人在你们前面黯然出局，而你们，已经坚持到现在。

那就继续你们的坚持吧！为自己的高中生活划上一个重重的惊叹号！！

你们不需要调试心理，所有心理疏导仅仅是欺骗弱者的谎言！你们只需要去战斗--从醒来到睡去，在梦中也要回忆。让每一分钟都在背诵和解题中度过，你就没有任何机会叹息，也没有任何机会疲倦。

我们的信念是，不到最后决不放弃，到了最后也不能放弃。喝彩总是留给战胜自己的人，只有战胜了自己，才有可能战胜别人！要从千军万马中杀出一条血路！这就是高考，这就是你们成人以后的第一次考试。改变命运不是从提高你们的分数开始，而是从改变你们的态度开始！

不要再去关心能否考上，你们要做的，就是无休止的复习，复习，再复习！复习到进考场的前一秒钟，只有这样义无反顾的人，才有资格获得上帝的垂青。

铁打的营盘流水的兵，我们全体教师坚守在这里，为你们送上最好的祝福，等待着你们的凯旋！

黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还！

更多精彩励志演讲稿推荐：

励志的演讲稿

学生励志演讲稿

励志理想演讲稿

励志演讲稿 范文

体操运动员励志演讲稿

**篇6：高考前励志演讲稿精选**

高考经典励志演讲稿(2)

高三励志演讲稿:怎样在备战高考过程中始终保持自信心?(2)

精选大学生青春励志演讲稿:我们的青春在路上

高三励志文章:高中三年坚持不下去,就打开看看

俞敏洪励志演讲稿:带着母校的期望,走向人生的辉煌

精选高考励志文章,为学子加油

经典高考励志故事

**篇7：高考前100天誓师大会发言稿**

尊敬的各位领导、家长、老师，亲爱的同学们：

今天是个充满期待的日子，期待了，百日后，你们将步入高考考场，为你们的人生扬起新的航帆。今天是个充满挑战的日子，冲锋的号角已然吹响，浓烈的硝烟已在我们周围弥漫。今天是个神圣的日子，我们高三全体师生在这里隆重誓师，向着我们的理想和目标发出更勇猛的呐喊，去赢得我们20xx高考的辉煌和灿烂。今天校领导和各班家长代表都在百忙之中来助力我们20xx高考，在此，我代表高三年级全体教师向与会的领导和家长表示最热烈的欢迎和最衷心的感谢!向同学们致以最美好的祝愿：xx高考，金榜题名!

同学们，从现在开始，你们要以百倍的信心投入到高考的竞争当中，要以全部的精力投入到高考的复习当中，要以前所未有的毅力投入到决战的攻关当中，去书写人生壮丽的新篇章，去描绘每一位同学未来人生美好的新蓝图。

同学们，从现在开始，你们进入到了高考的冲刺阶段。在这100天，我们对你们会有更苛刻的要求，更艰苦的训练，更严厉的批评，但我们相信：已经成人的你们能够理解，因为我们所做的一切，都是为了让你们能够有所收获、有所作为。

同学们，最后100天是艰苦的，因为有许多的知识等着你们去识记，有许多的原理等着你们去理解，有许多的难题等着你们去攻克。可是，学习越艰苦，就越不能放弃。想想父母十多年来的关怀，怎么舍得让他们失望?想想老师们的谆教诲，怎么忍心置之不理?想想自己十多年的学海生涯，怎么甘心就此失意?当然，不要因为过去一时的落伍而看不到成功的曙光，也不要因为过去五光十色的成绩而看不清高考最美的风景。只有义无反顾地选择前方，才能达到胜利的顶峰，才能使自己的青春无怨无悔!

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。为了20xx高考能实现人生的梦想，我们必须要做到两个字“拼搏!”拼搏，意味着在这100天，我们必须聚精会神地听好每一堂课，在老师的指导下，夯实基础;拼搏，意味着在这100天，我们必须一丝不苟地做好每一份试卷，在老师的讲评中，提升能力;拼搏，意味着在这100天，我们必须认真地研究错题，杜绝失误，提高成绩。虽然不能说，这100天的拼搏将决定我们的未来，但是完全可以确定，我们的未来将因为100天的拼搏而更加绚丽多彩!

“夫战，勇气也。”一鼓作气才是面临高考的最佳态度，试想摒弃杂念，一心备战，以高度积极的态度投入学习，将一切时间和精力都灌注在这一条大道上，这将会有一种多么强大的力量让我们一飞冲天?孔子告诉我们：“勇者无惧。”在这个紧要关头，我们一定要明白有一种勇气叫做破釜沉舟!

伟大的成绩和辛勤的劳动是成正比的，有一分耕耘就有一分收获，日积月累，从少到多，重视量的积累，成功便指日可待。有一种忠告叫业精于勤，取胜的关键在于勤能补拙!“琪骥一跃，不能十步;弩马十驾，功在不舍;锲而舍之，朽木不折;锲而不舍，金石可镂。”正是这种不舍的精神才能成就高考，成就我们的人生。

有一种精神叫踏踏实实，踏踏实实就是把每天做成唯一，每天生活要简单，简单是生活的大智慧，只有简单，我们才会专注，只有专注，我们才能把事情做好。每天整好卫生，守好纪律，听好课，做好作业，改好错，做好总结等等。生活不会因为简单而失去它的丰富多彩，反而会让精彩更加绝伦。踏踏实实还要甘于训练。百米飞人是训练场上无数次的百米冲刺造就的，拳击冠军是无数次的被击倒摔打出来的。因此，在这100天，我们要勤于练，乐于练，善于练，练出规范，练出速度，练出信心，练出能力，练出分数，练出名牌。100天，我们要以练为乐，百炼成钢，誓创高考新辉煌!

同学们，在奋战高考的征程中，你们决不是孤军奋战，在你们的身后，有一个强大而卓越的团队，老师、家长、以及一中全体教职工。艰难险阻我们共同承担，风霜雪雨我们一同前行。各位校领导、各科室主任亲自挂帅，将对同学们现在的状况、自习的状况、课间的状态和心理状态进行无缝对接，为同学们以最佳的状态和最饱满的热情备战高考启动最强有力的保障。

100天，我们高三团队早已厉兵秣马。我们知道，我们肩负着神圣的使命，决定着几百个家庭的幸福，决定着学校的发展。我希望每一位老师，牢牢地把握备战19高考这万分宝贵的100天，倾注全部的心血，发挥全部的智慧，精研高考方向，精准筛选高考信息，精心准备每一节课，精心组编每一份资料，精心批阅每一份作业，把过程做到完美至极，结果才会精彩绝伦。100天，我们要自我加压，自我管理，负重前行。100天，我们要拼搏高三，守望高三，决胜高三。100天，我们要做好常规，冲破定势，超常付出。100天，让我们齐心协力，坚定信念，瞄准目标，战斗不止，全速前进!

老师们、同学们，出征的战鼓已经擂响，冲刺的号角分外喷亮，让我们扬帆起航，全力以赴，勇往直前!让我们用最理想的大学录取通知书圆梦我大美一中，以最辉煌的高考成绩来回报母校，报效祖国!

谢谢!

**篇8：高考前100天誓师大会发言稿**

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家早上好!

很荣幸作为代表在此发言，同时也很很高兴能在新学期的开始再次与大家见面。

我想前面的三位同学已经把我们对新学期的展望与目标以及新学期的学习任务和我们应持有的学习态度表达的很明确了，但在这里，我还是想说，高一的同学们，首先恭喜你们成功适应了高中生活，并且成功通过了分班考试，到这一切仅仅是一个开始，所以，奋斗吧，学弟学妹们，剩下来的两年半还会有更精彩地等着你们。高二的同学们，高中生涯已经过去一半，或许此时的你满怀斗志，或许此时的你又茫然无措，但无论怎样，不要怕，永远不要停止你追梦的脚步，相信终有一天辉煌属于你。高三的战友们，此时不搏何时搏，在距高考仅100天的日子里，发挥出你最大的潜能吧，坚持到底，永不言弃，20xx，我们定会成功!

说了那么多关于学习的事，那我们说点轻松的话题。在紧张的学习氛围中，我们学生会也为大家准备了丰富多彩的校园文化活动。如高一高二的同学们，将会有辩论赛以及各种丰富的社团活动在等着大家，而我们高三的同学们也会迎来一百天誓师大会自己成人礼仪式。希望大家都能积极参加各种活动，在活动中感悟和收获宝贵的精神财富，同时也希望大家能积极配合学生会的各种工作，而我们也会在各个方面做得更完美，争取让大家能感受一个更美好的氛围。

亲爱的同学们，一年之计在于春，一日之计在于晨，在这初春的早晨，就在此刻，让我们用最饱满的热情来呐喊出校训从而激发出新学期最昂扬的斗志，好吗?我相信大家饱满的热情会是一个完美的开始!

最后，祝老师们在新学期里身体健康，工作顺利，祝同学们学习进步收获满满，祝高三的我们高考成功，祝一中的明天更加美好辉煌，谢谢大家!!

**篇9：高考前100天誓师大会发言稿**

尊敬的各位领导、老师、家长，亲爱的同学们：

大家下午好!

我是x班的x，很荣幸有此机会作为学生代表上台发言，我今天发言的主题是：冲刺高考，奋战百日。

高考倒计时一百天，我们离梦想越来越近。学海遨游，苦中作乐。各具特色的六门学科共同渲染了五彩缤纷的高三画卷。在此祝愿同学们能百日奋起，直上云霄，成就梦想!

同学们，你们内心深处一定一直都在渴望能做个别人瞧得起的人，做一个父母永远为你们感到骄傲的人，但没有一种不经过奋斗就可以征服的命运。剩下的一百天，就是你狠狠出一口气，拼命争一口气的时间。但是，我们不打无准备之仗，在百日冲刺的奋斗过程中，我们需要在有限的时间内让自己的学习更有效率，更有意义。

首先，我们要有“我能成功，我必成功”的坚定信念。美国作家爱默生说：“自信是成功的第一秘诀”。面对高考这一人生的重要挑战，我们每个同学都要牢固树立“我能成功，我必成功”的坚定信念，都要有“别人行，我更行”的豪迈气概。有了这种信念和气概，才会在决胜的关键时段，始终保持旺盛的精力和坚实的前进步伐。汪国真说：“没有比脚更长的路，没有比人更高的山”。路就在我们自己的脚下，命运就在我们自己手中。

其次，我们要有“高考未了，奋斗不止”的顽强意志。苏轼在《晁错论》中写到：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志”。正所谓，两军相逢强者胜。要成为强者，就必须始终保持爱拼才会赢的精神状态，就要有不屈不挠的意志，坚韧不拔的毅力。在这关键的一百天中，遇到什么困难，遭遇什么挫折，我们都不能轻言放弃，要从困难中获得动力，从挫折中吸取经验，从失误中找准努力的方向。

最重要的是，我们要有“猝然临之而不惊，无故加之而不怒”的平稳心态。此时此刻，有些同学紧张、压抑、食不甘味，睡不香甜。面对高考，我们的思想上要重视，要有紧迫感和竞争意识，但在心理上要沉着冷静，以一颗平常心正确对待。平时学习中我们不要过多考虑我高考能不能考上，会不会考砸之类的问题，而要经常鼓励自己，只要我努力了，拼搏了，不管结局如何，我都无怨无悔。

在之后的一百天中，我们免不了会有许多周考、月考、联考......也免不了会有许多次挫折与失败。当成绩不如别人，而感觉前景叵测时，当苦苦拼过一段时间后，考试成绩依旧时，当看到父母脸上的担忧时，许多同学会感到焦虑、浮躁，对自己信心与能力产生怀疑，甚至选择放弃，自己打败了自己。其实不必担心，我们应该充满自信。一个人并不是为了失败而生的，一个人可以被毁灭，但不可以被打败。你不能决定生命的长度，但可以控制它的宽度;你不能左右天气，但你可以改变心情;你不能控制他人，但你可以掌控自己;你不能预知明天，但你可以利用今天;你不能事事顺利，但你可以做到事事尽力;你不能回避挫折，但你可以东山再起。

花季少年，初生牛犊，指点江山，激扬文字，敢与天公试比高。年轻是我们的资本，成功是我们的追求，奋斗不止是我们的宣言，越挫越勇是我们的气魄。

最后让我们在剩下的一百天里张开梦想的翅膀，在追梦的路上作最后的冲刺，让生命在礼花在六月绚丽绽放!

我的发言完毕，谢谢大家!

**篇10：高考前10天如何减压**

高考前10天如何减压

高考，每一个考生的家庭都在面临着严峻的心理考验，不紧张不可能，张院长指出，考前适度紧张和压力反会促进学生更认真地复习，有益于考试。但是，一些考生面对高考压力，过度紧张、焦虑、慌乱，心理“丢盔甲”，会严重影响水平发挥。所以，如何圆满通过高考心理“应激”考验，对广大考生来说是必须过的一道关。

不能把“理想分数”定得过高 ，“明明只能跳1米2，却非要报1米6，给自己设的目标太高，特别容易造成精神紧张”，张院长首先就强调，考生一定要认清自己学习成绩的现实，科学确立合理的考试目标。把“理想分数”定得过高，人为造成心理紧张是不可取的。同时，始终抱着“尽了努力，不在意结果！”的理念，这将十分有利于考生心理调试。

放松是考试前一天的主旋律

考前10天：每个学生实力基本定型，所以考生在考前10天应针对自己最薄弱的、经常出错的地方，进行针对性的“拾遗补漏”。一般考前10天宜看书，而不宜做题。通过看书可以温习已有的知识，增强自信心，而做题则不同，一旦题目太难，就会挫伤自信心。另外，考试前人的.精神往往高度集中，理解力和记忆力在短期内急剧提高，因此在这个时段内应该加强记忆方面的知识，如历史、地理、政治、英语等。

考前3天：这个时间很多学生认为万事大吉，完全不沾书本，这是十分错误的。有些科目重要内容虽已经掌握，但还要适当浏览，如历史、地理、政冶、语文的常识、英语的单词、数学的公式等。对自己做过的试题看一看，把经常出错的地方再强化一下，适当做一点“热身题”，

切不要把弦绷得太紧，适当放松自己，如通过散步、和家人聊天、听音乐等方式调整心态。此外，做好考试的物质准备，如文具、准考证、换洗的衣物等。

考前1-2天：不要参加剧烈运动，也不要长时间玩 、上网打游戏，以免过度兴奋。适当的放松和休息应该是最后一天的主旋律。同时，可去熟悉考场，对考场所在学校、楼层、教室、厕所以及座位位置亲自查看，认真检查考试时所使用的准考证、文具等。

睡觉不宜太早，以免太早或太晚上床而导致不能及时入睡。睡前可用温水洗脚，帮助睡眠。但不要服用 ，因为 会抑制人的大脑，导致第二天考试不够兴奋。如果是焦虑和失眠严重的考生，可在医生指导下服用短效的苯二氮卓类药物。

暗示自己：我紧张别人也紧张

■深呼吸：个别考生到了考场会感到紧张，在这种情况下，考生可进行简单的放松训练，如做几次深呼吸，然后暗示自己：我紧张别人也紧张，考试前有点紧张是正常心理现象。

■心理暗示：在浏览全卷的过程中，发现自己熟悉的试题不要过分狂喜，发现自己不会的试题也不要过分紧张，保持镇定的心态，应该想到：我难的其他考生也难，我容易的别的考生也容易。

■巧解难题：考试中遇到困难主要有两类：一是记忆卡壳，平时会做的题，记得很清楚，忽然忘记了；二是题目难度太大，一时不知道从哪下手。遇到困难时关键是不紧张，因为上述两种情况往往是太紧张、太兴奋造成的。所以，控制好考场的情绪，冷静的思考也许会出现更出色的发挥。

**篇11：高考前主题班会演讲**

高考在即，学生很容易产生懈怠与放弃的情绪。高中三年的艰难学习，三年的压力，往往让学生产生迷茫和不稳定的情绪，不自信、犹豫。周老师做了关于“让一切变得有可能”的班会以一首优美的《海阔天空》作为开场，以歌词引出这节班会课的主题。周老师通过几个轻松有趣的实验，让学生看到生活中我们觉得根本不可能的事情变得可能，激起学生心中关于梦想的期待，期待自己把不确定的梦想变成可能，激励自己创造更美好的未来。呈献给学生讲impossible携程I’m possible,告诉我们应该对自己充满信心对不可能的事情说不。

周老师给学生讲述了一个禅宗的小故事，关于满没满的问题，从故事中引导学生思考。然后周老师又用给水杯加水的实验，更加生动直观的体现这个禅宗故事的哲理。通过故事和实验，周老师做了总结：上山时若水，懂得包容才能赢得未来；循序渐进，尊重规律才能百战不殆；人的生命和内心都是有弹性的，每个人能够承受的压力远比我们想象的要大，不过压力有个度；每个人的潜力是无穷的，很多的不可能都可以变成可能。

具体到高中学习中，也可以将不可能变成可能。周老师通过引导学生自己的讲述，同学们分享生活中的趋势，互相鼓励，感悟人生。通过预设的交流和实验，让学生坚定了可能的信心。

通过周老师的班会，让我感受到主题班会的重要作用，班会不仅仅是老师单调的说教、讲道理，可以通过讲故事，做实验的方式，引导学生想象，启发学生思考。环节的设计要紧密相连，张弛有度，引起学生的兴趣，有和学生的互动，开拓学生的思路。周老师精心设计的实验、轻松幽默的语言表达，深刻的哲理寓意，让学生很快进入了班会情景。同时主题班会还要根据学生的情况而设计，在高考压力紧张的时刻，设计这样的主题班会可以让学生放松神经，还能学到知识之外更多的人生道理。

最后，感谢学校给我们这次学习机会，在今后的工作、生活中，我将用更坚定、积极的心态去应对工作，以永不止步的热情创造美好的明天。

**篇12：高考前励志经典句子**

1、不经风雨，怎见彩虹?

2、练习就是高考，高考就是练习。

3、总想赢者必输，不怕输者必赢。

4、含泪播种的人一定能含笑收获。

5、积一时之跬步，臻千里之遥程。

6、调节好兴奋期，学习一浪高一浪。

7、勤学，勤思，勤问，苦钻。

8、模拟的意义在于如何走下去。

9、天行健，君子以自强不息!

10、只求“少丢分”，不说“得高分”!

11、天才之舟，在汗水的河流里启程。

12、贪图省力的船夫，目标永远下游。

13、坚信你的对手一样会感到疲惫。

14、笑到最后的人才是笑的最好的人。

15、别人笑我太疯癫，我先他人看不穿。

16、旁观者的姓名永远爬不到比赛的记分板上。

17、高三高考高目标，苦学善学上好学。

18、松驰的琴弦，永远奏不出时代的强音。

19、有高水平的集体，才有高水平的个人。

20、事业的大厦如缺乏毅力的支柱，只能是空中楼阁。

21、小鸟眷恋春天，因为它懂得飞翔才是生命的价值。

22、停止奋斗的脚步，江河就会沦为一潭死水。

23、攀登者智慧和汗水，构思着一首信念和意志的长诗。

24、如果为了安全而不和大海在一起，船就失去了存在的意义。

25、竹笋虽然柔嫩，但它不怕重压，敢于奋斗、敢于冒尖。

26、别想一下造出大海，必须先由小河川开始。

27、挑战人生是我无悔的选择，决胜高考是我不懈的追求。

28、花开花落腊梅傲雪盼新春，春去春来长风破浪迎高考。

29、埋首俯身，全为了奋力向上，并不是对头上的太阳缺乏感情。

30、今朝灯火阑珊处，何忧无友。它年折桂古蟾宫，必定有君。

31、六十同窗同甘共苦拼搏从此时，十二春秋风雨兼程成败在今年。

32、每道错题做三遍。第一遍：讲评时;第二遍：一周后;第三遍：考试前。

33、不大可能的事也许今天实现，根本不可能的事也许明天会实现。

34、在林荫路上散步不值得称赞，攀登险峰才有真正的乐趣。

35、翘首盼来的春天属于大自然，用手织出的春天才属于自己。

36、蝴蝶如要在百花园里得到飞舞的欢乐，那首先得忍受与蛹决裂的痛苦。

37、最难的题，对你而言，并不一定在于最后一道。

38、谁把安逸当成幸福的花朵，那么等到结果时节，他只能望着空枝叹息。

39、静悟：全面复习要“地毯式轰炸”;查缺补漏：“精确制导”。

40、在逆境中要看到生活的美，在希望中别忘记不断奋斗。

41、昨晚多几分钟的准备，今天少几小时的麻烦。

42、耕耘者最信和过自己的汗水，每一滴都孕育着一颗希望的种子。

43、一分耕耘，一分收获，未必;九分耕耘，会有收获，一定!

44、英语基础薄弱的同学，一定要把必考单词读过三遍以上，多背短文。

45、再苦再难，也要坚强，只为那些期待的眼神。

46、如果刀刃怕伤了自己而不与磨刀石接触，就永远不会锋利。

47、以本为本，就是以课本为本，以纲为纲，就是以考试大纲为纲!

48、勤奋的含义是今天的热血，而不是明天的决心，后天的保证。

49、为高考最后六月拼搏，稳做王者看谁与争锋!

50、有动力而无压力，紧张而不焦虑，迅速而不慌乱。

51、盲人眼前虽然一片漆黑，但脚下同样可以开拓出一条光明的路。

52、不要熬夜太晚，上课45分钟利用好，绝对有事半功倍的效果!

53、闻鸡起舞成就拼搏劲旅师，天道酬勤再现辉煌王者风。

54、超越自己，向自己挑战，向弱项挑战，向懒惰挑战，向陋习挑战。

55、根儿向纵深处延伸一寸，小树被狂风推倒的危险就减弱了一分。。

56、美梦成真，怀揣大学美梦迎接新年号角;自强不息，彰显青春活力挥洒苦涩汗水。

57、忍别人所不能忍的痛，吃别人所不能吃的苦，是为了收获别人得不到的收获。

58、成功是什么?就是走过了所有通向失败的路，只剩下一条路，那就是成功的路。

59、这世界上没有不适合学习的人，只是有人没有找到适合自己的学习方法罢了。

60、感亲恩实高三年滴水穿石永不言弃;报师情火热六月蟾宫折桂志在必得。

61、意气风发，寒冬散尽喜迎元旦佳节;志存高远，春意盎然更看男儿发愤。

62、功能技成，庖丁解牛久练而技进乎道;路在脚下，荀子劝学博学则青出于蓝。

63、再长的路，一步步也能走完，再短的路，不迈开双脚也无法到达。

64、惜光百日犹短，看众志成城拼搏第一;细安排一刻也长，比龙争虎斗谁为争锋?

65、只要你想种下美好记忆的种子，便能找到你心灵中的处女地。开垦吧，现在就开始。

**篇13：高考前励志语录**

1、十年磨剑三日锋数载人生在其中。

2、懂得的不需求，不懂的没必要!

3、勤奋是最好的方法，兴趣是最佳的老师。

4、成功需要成本，时间也是一种成本，对时间的珍惜就是对成本的节约。

5、没有天生的信心，只有不断培养的信心。

6、眉毛上的汗水和眉毛下的泪水，你必须选择一样!

7、只要路是对的，就不怕路远。

8、我因二班而自豪，二班因我而骄傲。

9、没有口水与汗水，就没有成功的泪水。

10、不要对挫折叹气，姑且把这一切看成是在你成大事之前，必须经受的准备工作。

11、莫找借口失败，只找理由成功。

12、成功是别人失败时还在坚持。

13、乐学实学，挑战高考;勤勉向上，成就自我。

14、十年寒窗磨一剑，是非成败在今朝。

15、效苏秦之刺股折桂还需苦战，学陶侃之惜时付出必有回报。

16、对于世界，我微不足道，但对于我自己，我就是全部。

17、自己要先看得起自己，别人才会看得起你。

18、拼一载春秋，搏一生无悔。

19、人生伟业的建立，不在能知，乃在能行。

20、未曾失败的人恐怕也未曾成功过。

21、同闯峥嵘十春秋，共创辉煌佳年华!

22、胜人者智，胜之者强。不是成功离我们太远，而是我们坚持的太少。

23、入班即静，入座即学;决战中考志在必赢。

24、没有艰辛，便无所获!

25、没有人爬山只为爬到山腰。为何甘于平庸呢?

26、志在山顶的人，不会贪念山腰的风景。

27、志坚智达言信行果，失败的尽头是成功努力的终点是辉煌。

28、天下断无易处之境遇;人间哪有空闲的光阴。

29、不大可能的事也许今天实现，根本不可能的事也许明天会实现。

30、一个人最大的破产是绝望，最大的资产是希望。

31、成功来自坚持，执著创造奇迹。

32、等待机会，是一种十分笨拙的行为。

33、静下来，铸我实力;拼上去，亮我风采。

34、莫向不幸屈服，应该更大胆、更积极地向不幸挑战!

35、今朝勤学苦，明朝跃龙门。

36、闻鸡起舞成就拼搏劲旅师，天道酬勤再现辉煌王者风。

37、自强不息怀壮志以长行，厚德载物携梦想而抚凌。

38、世界上只有一样东西是任何人都不能抢走的，那就是智慧。

39、一个有信念者所开发出的力量，大于99个只有兴趣者。

40、春风吹战鼓擂，往年高考谁怕谁!

41、不为后退找借口，要为前进创条件。

42、每一发奋努力的背后，必有加倍的赏赐。

43、不要问别人为你做了什么，而要问你为别人做了什么。

44、人生之路多坎坷，摔个跟头别难过，爬起来，掸掸土，前方就是一片乐土。

45、再冷的石头，坐上三年也会暖。

46、自己选择的路、跪着也要把它走完。

47、人活着要呼吸。呼者，出一口气;吸者，争一口气。

48、一路风雨前程磨砺意志，半载苦乐同享铸就辉煌。

49、把握现在、就是创造未来。

50、谁也不能随随便便地成功，它来自彻底的自我管理和毅力。

**篇14：高考前励志名言**

1. 不为失败找理由，要为成功想办法。

2. 拼尽全力赢高考，苦尽干来齐欢笑

3. 决战高考，改变命运。屡挫屡战，笑傲群雄。

4. 永远不要以粗心为借口原谅自己。

5. 练习就是高考，高考就是练习。

6. 争取时间就是争取成功，提高效率就是提高分数。

7. 超越自己，向自己挑战，向弱项挑战，向懒惰挑战，向陋习挑战。

8. 积一时之跬步，臻千里之遥程。

9. 不问收获，但问耕耘!天道酬勤。

10. 自信，是无尽智慧的凝聚。平淡，是成功路上的驿站。

11. 总想赢者必输，不怕输者必赢。

12. 高三是集体战斗与个人成就的时期。

13. 有高水平的集体，才有高水平的个人。

14. 更快、更高、更强。领先就是金牌。

15. 高考是比知识、比能力、比心理、比信心、比体力的一场综合考试。

**篇15：高考前励志名言**

16. 计划要细，动手要早，落实要准。计划与目标、行动一致。

17. 最难的题，对你而言，并不一定在于最后一道。

18. 遇到会做的题：仔细;遇到不会做的题：冷静。

19. 最重要的就是不要去看远方模糊的，而要做手边清楚的事。

20. 一个人最大的破产是绝望，最大的资产是希望。

21. 如果我们想要更多的玫瑰花，就必须种植更多的玫瑰树。

22. 含泪播种的人一定能含笑收获。励志名言

23. 狗一样地学，绅士一样地玩。

24. 其业精于勤，荒于戏。行成于思，毁于随。

25. 现在睡觉，你将做梦;现在学习，你将圆梦

26. 再长的路，一步步也能走完，再短的路，不迈开双脚也无法到达。

27. 成功需要成本，时间也是一种成本，对时间的珍惜就是对成本的节约。

28. 过去的事已经一去不复返。聪明的人是考虑现在和未来，根本无暇去想过去的事。

29. 人有时是要勉强自己的。我们需要一种来自自身的强有力的能量推动自己闯出一个新的境界来。

30. 健康身体是基础，良好学风是条件，勤奋刻苦是前提，学习方法是关键，心理素质是保证。

**篇16：高考前励志名言**

1. 常说口里顺，常做手不笨。

2. 学问勤中得，富裕俭中来。

3. 试试并非受罪，问问并不吃亏。

4. 学问学问，不懂就问。

5. 学问渊博的人，懂了还要问;学问浅薄的人，不懂也不问。

6. 若要精，人前听。

7. 边学边问，才有学问。

8. 不怕学问浅，就怕志气短。

9. 学在苦中求，艺在勤中练。

10. 拥有知识改变命运，拥有理想改变态度。

11. 笑看人生峰高处，唯有磨难多正果。

12. 我努力，我坚持，我一定能成功!

13. 抢时间，抓基础，勤演练定有收获;

14. 树自信，誓拼搏，升大学回报父母。

15. 今天多一份拼搏、明天多几份欢笑。

16. 贵在坚持、难在坚持、成在坚持。

17. 每天都是一个起点，每天都有一点进步，每天都有一点收获!

18. 静下来，铸我实力;拼上去，亮我风采。

19. 不苦不累，学习无味;不拼不搏，等于白活。

20. 贵在坚持、难在坚持、成在坚持

**篇17：高考前励志文章**

春风掠过枝头，是柳丝吐芽的时候了，于是她泛出丝丝绿意;夏雨滴落湖面，是小荷绽放的时候了，于是她展开清丽的衣裙;秋雁飞过原野，是果实成熟的时候了，于是她悄悄跳向地面;西风漫过屋顶，是冰雪起舞的时候了，于是她飘飘洒洒……

亲爱的朋友，那我们呢?我们应该做些什么，才不辜负这青春的探戈。

时间像行走在夹缝里的白驹，恍然而过。来不及迟疑，更无暇在心中的荒漠里停滞。是时候了，是时候了!

是时候，我们收起孩童时的顽皮，乘着理想的风帆，在梦想的海洋里，在和煦的阳光下启航。

是时候，我们用充满生机，充满活力的手指弹奏一曲青春的赞歌，歌声中带着我们的热情与信念，含着我们的纯真与渴望!

是时候，我们为爸爸妈妈拔去悄然出现的白发，我们看到生活的年轮在他们脸上碾过的痕迹，是时候，我们聆听他们诉说往日的风霜;是时候，紧紧握住他们已不再光滑的手，说一声：我爱您!

是时候，我们对过去的自己说声再见，挥手告别那打马而过的时光，让无知与鲁莽成为历史，把过去穿成一串串明珠，掩埋在记忆的匣子里。

是时候，我们为了自己的未来而奋斗。向日葵朝着太阳开，青鸟向着天空飞，而我们，是为了未来。既然选择了远方，就要风雨兼程。

泰戈尔说：“使生如夏花之绚烂，死如秋叶之静美。”

当山花开得烂漫，芳香四溢时，你想过也要活得如此辉煌吗?

当小溪流得欢畅，激情四射时，你想过也要变得如此明澈吗?

当种子冲破泥土，清新自然时，你想过也要像这样坚强吗?

那么，是时候了。看到高山，勇攀上去，遇到沟壑，阔步跳过。也许，希望的太阳会从山那边的海面，冉冉升起……

**篇18：高考前励志语**

1. 边学边问，才有学问。若要精，人前听。

2. 只要是有益的话，小孩的话也要听。

3. 要学蜜蜂采百花，问遍百家成行家。

4. 老姜辣味大，老人经验多。请教别人不折本，舌头打个滚。

5. 一个不想蹚过小河的人，自然不想远涉重洋。针越用越明，脑越用越灵。

6. 学在苦中求，艺在勤中练。不怕学问浅，就怕志气短。

7. 才华是血汗的结晶。才华是刀刃，辛苦是磨刀石。

8. 好高骛远的一无所得，埋头苦干的获得知识。百艺通，不如一艺精。

9. 同时赶两只兔，一只也捉不到。一回生，二回熟，三回过来当师傅。

10. 学如逆水行舟，不进则退。学习如赶路，不能慢一步。

**篇19：高考前励志语**

1. 学问之根苦，学问之果甜。学问勤中得，富裕俭中来。

2. 注意力是智慧的门户。要得惊人艺，须下苦功夫。

3. 知识好象砂石下面的泉水，越掘得深泉水越清。——丹麦谚语

4. 知识需要反复探索，土地需要辛勤耕耘。——尼泊尔谚语

5. 学如驾车登山，不进就退。——日本谚语

6. 书读百遍，其义自见。

7. 做对的事情比把事情做对重要。

8. 不思，故有惑;不求，故无得;不问，故不知。

9. 只有强者才懂得斗争;弱者甚至失败都不够资格，而是生来就是被征服的。

10. 只有一条路不能选择——那就是放弃的路;只有一条路不能拒绝——那就是成长的路。

11. 智者一切求自己，愚者一切求他人。

12. 自己打败自己的远远多于比别人打败的。

13. 不为失败找借口，要为成功找方法。

14. 不要等待机会，而要创造机会。

15. 当一个人先从自己的内心开始奋斗，他就是个有价值的人。

16. 夫妇一条心，泥土变黄金。

17. 高峰只对攀登它而不是仰望它的人来说才有真正意义。

18. 成功的法则极为简单，但简单并不代表容易。

19. 不要问别人为你做了什么，而要问你为别人做了什么。

20. 不要回避哪怕是一个简单得不好意思的问题，其实它对你很重要，其实它对别人也是一个了不起的难题。

**篇20：高考前励志语**

1. 诚心诚意，“诚”字的另一半就是成功。

2. 出门走好路，出口说好话，出手做好事。

3. 顾客后还有顾客，服务的开始才是销售的开始。

4. 奋起飞翔，路在脚下。

5. 非学无以广才，非志无以成学。

6. 凡真心尝试助人者，没有不帮到自己的。

7. 好咖啡要和朋友一起品尝，好机会也要和朋友一起分享。

8. 回忆很美，尽管过程艰辛：也许结果总有遗憾，但我们无愧于心。

9. 积极的人在每一次忧患中都看到一个机会，而消极的人则在每个机会都看到某种忧患。

10. 没有人富有得可以不要别人的帮助，也没有人穷得不能在某方面给他人帮助。

11. 没有热忱，世间便无进步。

12. 即使爬到最高的山上，一次也只能脚踏实地地迈一步。

13. 精神成人，知识成才，态度成全

14. 决战高考，改变命运。屡挫屡战，笑傲群雄。

15. 靠山山会倒，靠水水会流，靠自己永远不倒。

16. 没有哪种教育能及得上逆境。

17. 没有人爬山只为爬到山腰。为何甘于平庸呢

18. 精神成就事业，态度决定一切。

19. 积极者相信只有推动自己才能推动世界，只要推动自己就能推动世界。

20. 积极思考造成积极人生，消极思考造成消极人生。

21. 每天早上醒来，你荷包里的最大资产是24个小时——你生命宇宙中尚未制造的材料。

22. 没有一种不通过蔑视、忍受和奋斗就可以征服的命运。

23. 失败是什么?没有什么，只是更走近成功一步;成功是什么?就是走过了所有通向失败的路，只剩下一条路，那就是成功的路。

24. 生命之灯因热情而点燃，生命之舟因拼搏而前行。

25. 肉体是精神居住的花园，意志则是这个花园的园丁。意志既能使肉体“贫瘠”下去，又能用勤劳使它“肥沃”起来。

26. 任何业绩的质变都来自于量变的积累。

27. 任何的限制，都是从自己的内心开始的。

28. 山高不厌攀，水深不厌潜，学精不厌苦：追求!

29. 如果我们做与不做都会有人笑，如果做不好与做得好还会有人笑，那么我们索性就做得更好，来给人笑吧!

30. 如果要挖井，就要挖到水出为止。

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！