# 在高考誓师大会上的讲话

来源：网络 作者：浅唱梦痕 更新时间：2025-04-13

*高考，一个特殊的日子。本站今天为大家精心准备了在高考誓师大会上的讲话，希望对大家有所帮助!　　在高考誓师大会上的讲话　　亲爱的高三同学们：　　十二年寒窗苦读，我们即将迎来大展宏图的时刻，万里长征到了最后的关头，冲刺阶段。常言说，行百里者半九...*

高考，一个特殊的日子。本站今天为大家精心准备了在高考誓师大会上的讲话，希望对大家有所帮助![\_TAG\_h2]　　在高考誓师大会上的讲话

　　亲爱的高三同学们：

　　十二年寒窗苦读，我们即将迎来大展宏图的时刻，万里长征到了最后的关头，冲刺阶段。常言说，行百里者半九十，剩下的路程虽然短，但却更加难走，“为山九仞，功亏一篑”的结局是我们都不愿意看到的。高考前的一百天我们该如何走过，我想给大家提醒几点，供同学们在学习生活中参考：

　　一、方法。在高考前的这段时间，不同水平的同学，学习策略是有区别的。分数高的同学胜在查漏补缺、胜在细节，这些同学看书做题眼前一马平川，似乎难以发现自己的明显问题了，可是，你要特别小心，要在细节处下功夫，每次考试都要追求最大限度的和标准答案一致，只有如此，你在冲击顶尖名校的路上才会少些陷阱，多些把握。要知道考名校六减一等于零，高考有一科发挥不理想甚至一道小题发挥不理想，你的北大清华之梦可能就失之交臂了。

　　分数中等的同学在于打牢基础，重点知识各个击破。这些同学要对照高考大纲和试卷，弄清楚高考考查范围和全部知识架构，要花费一些时间用于梳理课本知识点，所谓磨刀不误砍柴工，了解了自己的短板，学习起来才能有的放矢。

　　分数低的同学要学会舍弃，扬长避短。这些同学往往基础薄弱，面对高考复习束手无策。我要告诉同学们，不要泄气，你要合理定位，看清优势，在自己能够拿分的区间多多用力。对自己不擅长的科目，以及某一学科中的某些章节内容要敢于舍弃，有所为有所不为是你们的学习原则，目标向着你需要的分数去奋斗。

　　二、心理。同学们要有较强的心理柔韧性，提高耐压力。最后的一百天，会有数不清的考试等待着你，每次考试的题目不可能都合你的口味，因此，成绩的高低起伏是谁也难免的。同学们要不以成绩的好坏或喜或忧。不忧不惧，心静如水，是高考备考的最佳心态。同时克服懒惰心理、懦弱的做法，练习和记忆都是要通过自己来完成，成功者都是坚持到最后的人。

　　三、身体。冲刺阶段，学习时间长，强度大，同学们体力消耗多，身心俱疲的情形可能会出现。大家要注意锻炼身体，每天坚持跑步，每日三餐要吃好吃饱，吃出营养。同时还要注意休息，高三同学早上5点起床，下午2点上课，晚上10：30回宿舍，休息时间本来就短，大家要合理安排自己的睡眠。身体是学习的保障，身体好了，学习起来才能有更高的效率。

　　四、结果。如何评判高考是否成功?高考常因其激烈的竞争而被比喻为战争，可我始终认为，高考的本质，实际上是一场只有一个人的比赛，你的对手，只有你自己，你所要挑战的，只是自己心中的懦弱、懒惰和各种杂念!在这场竞赛中，失败只有一种——那就是未曾全力追逐梦想的愧疚和遗憾。因为这场竞赛的规则是：无论得失成败，但求无愧于心!你的父母、你的老师还有我，不求你们个个进入北大清华，只希望你们人人踏实学习、全力以赴、面对高考、不留遗憾，只希望你们实现理想、成人成才、一生平安、永远幸福!在学校、老师、父母眼中，不论结果如何，只要你全力以赴，以不抛弃、不放弃的姿态迈向终点，你都将是真正意义上的成功者!

　　同学们，只有经历最艰苦的磨练，才能拥有最强大的力量;只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。奋战一百天，让飞翔的梦在六月张开翅膀;奋战一百天，让雄心与智慧在六月闪光。北附将铭记你的铮铮誓言，在座的的每一位老师每一位同学都将与你们并肩作战!我在这里期待你们凯旋!

**在高考誓师大会上的讲话**

　　尊敬的各位领导，各位老师，尊敬的各位家长，亲爱的各位同学：

　　大家上午好!

　　冬去春来，孕育万千希望;朗朗书声，洒满中恒校园。在这春风又起的季节，我们在此隆重聚会，召开高考冲刺誓师大会，抒发我们的满腔豪情，展望美好的明天。

　　同学们，高中三年转瞬即逝，但留给我们太多的回忆;有运动场上矫健的身影，有艺术节上我们才能的尽情展示，有操场上整齐的步伐和响亮的口号，更有十八岁成人礼上那温馨而感动的泪水;还有那充满活力的课堂和安静无声的自习;也曾承受过失败时的痛苦和下定背水一战的决心……同学们，一路走来，我们踏过坎坷书山，渡过茫茫学海。数年的寒窗苦读，我们付出了，该到我们收获的季节，我们没有理由不珍惜，我们没有理由不成功。

　　今天，距离高考只剩下一百天了!一百天，可以突飞猛进;一百天，可以收获累累;一百天，可以创造奇迹;一百天，可以铸就辉煌!

　　在这追梦的道路上，我们是你们忠实的朋友。作为中恒的一份子，我代表高三年级全体教师郑重向学校、向高三年级同学郑重承诺：作为老师的我们，在接下去的100天里，我们将继续与你们风雨同行，有你们的地方，有你们的时刻，就会有我们的身影。我们会恪守职业道德，我们会甘于奉献;我们会为你们鼓劲加油、呐喊助威;我们会分享你们的快乐和成功、分担你们的忧愁;我们会刻苦钻研，潜心备课，努力完善教学方法，不断提高课堂效率，耐心解答你们每一个人提出的每一个问题，全力帮助同学们发挥出自己的最佳水平。在你们遇到困难和挫折的时候，我们永远是你们强大的后盾。

　　我希望我们全体高三同学，从今天起，认真对待每一次考试，认真作好每一科笔记，认真处理每一个问题，认真用好每天的每一分钟，每一天都能用青春的激情去拥抱每一轮太阳，用昂扬的锐气挫败每一个困难，用坚毅的斗志超越每一个极限，瞄准目标，冲刺拼搏，闪亮人生，挑战自我!我们不作懦弱的退缩，不作无益的彷徨，我们将带着从容的微笑，去赢得我们志在必得的辉煌。为高一高二的学弟学妹们做好榜样。也为我们的青春交出一份满意的答卷。

　　同学们，一百天，每一天都是新的一页，每一页都写满奋斗的历程。拿破仑说：\"最困难之日，就是离成功不远之时。\"让我们放下包袱，轻装上阵，立志高远，努力拼搏。在高考这场综合实力的较量中，能驾驭知识，战胜困难的人才能赢得最后的胜利。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，今年六月的中恒将因我们而更加美丽。最后，再次祝愿大家身体健康，学业有成，祝愿中恒学校明天更美好。

　　谢谢大家。

**在高考誓师大会上的讲话**

　　同学们：

　　今天召开百日誓师大会，目的是让大家进一步明确目标，提振精神，调整状态，精准发力，奋斗百日，取得成功。

　　有人说，每一个人的一生都有七次改变命运的机会。我想，高考就是对大家都公平的一次改变命运的机会，100天，洒下的汗水不同，换来的结果也肯定不同。100天后的成绩决定你走进哪一所大学，决定你新的人生起点和将来的人生走向。希望大家发扬追求卓越，自强不息的精神，拼出一个好成绩。如何度过100天，下面我给大家提出五点建议。

>　　一、明确目标，增强动力

　　通过几次考试，自己要确定一个既符合实际，又要高远的奋斗目标。目标就是动力，就是方向，就是成绩。万万不可心中无数，浑浑噩噩，顺其自然。取乎其上，得乎其中，取乎其中，得乎其下，取乎其下，则无所得矣。目标不能太低，但也不能好高骛远，每一个人都要在最后100天中，不懈努力，不断的逼近自己的目标。

>　　二、科学计划，有条不紊

　　根据学校的总体安排，科学合理制定自己的学习计划，有条不紊的进行复习，做自己学习的主人，切不可盲目被动应付，做学习的奴隶。千万不要在最后的冲刺阶段，把提高成绩寄托在到课外补课，更不能参加什么封闭提分训练班，学校有多年形成的高考备考教师团队，在校复习是你最佳的选择。往届个别学生不听劝阻，离开学校去复习备考，结果高考成绩不理想，追悔莫及。

>　　三、调整状态，提高效率

　　要把自己的学习状态调整到最佳，要不乱、不杂、不烦。不乱，就是按照自己的计划有条不紊进行复习;不杂，就是心无旁骛，聚精会神，不做那些不应该做的事情，把关注点全部放在学习上;不烦，就是心静如水，动静皆定，不能心烦意乱。一些同学平时成绩不错，但没有一个好的心态和学习状态，最后不能取得好成绩。

>　　四、自我建构，形成体系

　　学习就是自我建构的过程，要准确把握知识点，构建科学完整的知识体系，掌握学科的思维方法，梳理一些规律性的东西。重视每一次考试，每一次考试自己都要进行总结，查找知识点的漏洞，知识体系的缺陷，思维方法的错误，凡是考过的题型，就必须弄懂弄通，避免犯同样错误。

>　　五、坚持到底，实现目标

　　汗水一定换取收获，不要急于求成。有一个成功定律叫荷花定律，一个池塘里的荷花，每一天都会以前一天的2倍数量在开放。到第30天，荷花就开满了整个池塘。请问：在第几天池塘中的荷花开了一半?第15天?错!是第29天。这就是荷花定律。你可能在第9天、第19天甚至第29天的时候放弃了坚持。这个时往往离成功只有一步之遥。很多时候，人能获得成功，关键在于毅力。

　　同学们，从今天开始，我们就进入了百日冲刺阶段，希望大家坚定信心，科学规划，积极进取，聚精会神，不懈努力，通过最后100天的努力，考出自己的好成绩，实现自己的理想。

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！