

# 2023年百日冲刺演讲稿(大全6篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

## 百日冲刺演讲稿篇一

大家好，今天我演讲的主题是冲刺期末。

当我们还沉浸在期中考试的气氛中时，期末考试又已来临。考试对于我们并不陌生，经历过考试我们有了千般的经验和教训，经历了考试，我们获得了更多的知识。

事实告诉我们，知识就是力量，过去，清政府的无能，我们没有先进的文化知识，使国家蒙受了奇耻大辱，三十年的改革开放，使国民的文化素质普遍提高，取得了可喜的成绩。但是，美国对我国内政的肆意干涉，西方国家一些别有用心的人或组织，对我国表现出的敌视，给我们又一次敲响了警钟，祖国现在最需要的是有知识的人，而掌握知识则在我们自身的努力。

期末考试是对一学期学习情况的一次检验，我们作为年青一代，更应该树立为中华之崛起而读书的目标，明确历史赋予我们的神圣的职责。为了达到这一目标，我们要认真做好期末考试的复习，在掌握基本知识的基础上温故知新，争取取得优异的成绩。

故今日之责任，不在他人，而全在我少年！

谨以此献给期末冲刺中的同学们，谢谢大家！

## 百日冲刺演讲稿篇二

大家好!

时光飞逝，历经三年的学习，如今同学们已进入了高考冲刺阶段。“兵马未到，粮草先行”，今天我们在这里召开誓师班会。在出征迎战之前，我们所有老师，更会兢兢业业地工作。孜孜不倦，不厌其烦地启发、教导你们。当你们将要展翅腾飞时，我们是你最坚强的后盾。在蓄势待发之际，你们最要有的是放下包袱，充满希望，甩开步子，奋勇地向前冲刺!

也许有的同学为浪费的时间而后悔，也许有的同学还没有做好充分的准备.....还记得，《最后一课》里的小弗朗士吗?失去了才懂得珍惜也未尝不是一件好事，尽管有时我们无法回避失败的命运，但努力或堕落，上进或自弃，却可由我们自己来掌握与选择，即使前景无法测定，也一定要顶风雨，披荆斩棘。

人生因有拼搏才显得更加壮丽，越王勾践卧薪尝胆，成就了事业;司马迁身受腐刑，矢志挥就传奇之作.....事情永远都是这样，只要生命依旧鲜活，前行的脚步就不会停止!同学们，鼓起勇气，抓住每一天地机遇抓住每一秒时间。不枉费青春时光，永不放弃!

同学们，在这危急成败的关键时刻，做到头悬梁堆刺骨又有何不可?三更灯火五更鸡又有何不可尝试?但最忌讳空有想法没有行动，怎样做，用什么样的方法?使这短暂100天为你做好充分的出师准备?课堂上一定要用你渴求知识得双眼替换你盲目的身影;自习课上一定要用投进每道题的思考替换你左顾右看的行为;有针对性的弥补自己的不足，多问多写多做;失去的时间无法换回，但失去的知识却可凭坚强的意志、实际的行动来换回。不懈的攀登进取，你们一定能为自己赢得鲜花和掌声。为自己扬帆，把握今天，驶向属于自己的理想的

港湾，使自己做到高三无悔，青春无悔。

现在经过12年的寒窗苦读，我们就像足球运动员经过120分钟苦战，进入残酷的点球大战，很苦，很累，但还要全力以赴。现在的每一天就好比那临门一脚，每一脚都有决定性的影响，射失一脚就会全盘皆输。

今天，我们在这里为即将出征的你们吹响了战斗的号角。努力吧！把自己人生的第一次转折走好。一定要牢记老师、父母对你们的期望。用实际行动创造辉煌，扭转局面。为某某级学生做出榜样。待你们从没有硝烟的战场凯旋时，我们一定以你们为荣！我坚信：某某班每个人都不甘平庸，是雄鹰，便要有翱翔蓝天的勇气；是骏马便要有驰骋草原的魄力；你们是战场上无坚不摧的勇士，胜利必将属于我们某某班。

为达目的，让我们牢记：

苦学苦拼加苦干，迎接最后大决战。

抓牢抓靠某某天，不留遗憾在高三。

## 百日冲刺演讲稿篇三

今天我发言的题目是：稳定心态、轻装前进、提高效率，向大学进军。

时间似流水，转眼间我们离高考只剩下一百天，今天我们聚集一堂，就是要共同宣誓，共同加油，争取每一位同学都取得高考的胜利。

人生有许多梦，唯有少年之梦最美。老年人的梦多是对往昔挥逝去的岁月的留恋，而青年人的梦则是对美好未来的希望。希望，是梦想，也是幻想。实现了，就是梦想成真，破灭了，就是幻想成空。人生紧要关头决定性的只有几步。今天我们

开这个百日应考誓师大会，就是提醒大家，我们个人一生紧要关头到来了。

第一句话是轻装前进。在战斗即将打响的时候，部队要兼程到达指定位置，必须轻装前进。我们也一样。

要想轻装前进，首先要明确目标。我们唯一的目标就是考上大学。我们唯一的任务就是复习备考。这一点要明确。所谓轻装前进，关键是放下包袱，放下所有包袱。把主要心思转到学习中来，把一切与复习备考无关的事放下。把人与人复杂的个人关系、个人感情、私人恩怨放下。要适当地放弃，这还需要勇气。与高考无关的许多人、许多事，在一定的时期会有很大的价值，但高度当前，它们的价值要往后放，到了大学校园之后再继续。如果真的能置疑一个目标决定自己的百日生活，那么放弃也不件难事。

第二句话是稳定心态。首先要充满信心。大学扩招之后，众说纷纭，但一个重要的基本点是人人都关注的，那就是有志者有了发挥的天地，每个人都有大学可上。只要努力奋斗，认真学习了，皇天不负有心人，有付出必然有回报。你有具体可行的目标，只要自己付出了，就一定能够实现。心理上个人可以每天暗示一下自己：我能行，我一定行。我能学会，我能考好。我能稳定自己的心态，我能把握自己的命运。其次稳定心态还要做到学适时调节个人情绪。与人有矛盾怎么办？遇上困难怎么办？家庭变故怎么办？成绩波动怎么办？每一点小小的挫折，都可能导致个人终生的成败。心理上有问题，可以说是最大的问题。自己解决不了，可以请人帮助解决。要真正保持民族教育的稳定，还有一个劳逸结合的问题。善于搭配时间。不同的学科，不同的训练方式、不同类型的习题，有时需要在不同的时间去做，有时需要相互插花式搭配完成。我们讲抓紧时间，不是把一切时间都用来学习，该吃饭时要吃好饭，该喝水时要喝好水该休息时要注意休息，该锻炼身体时也不能忘记锻炼身体。百日冲刺，要把自己调节到最佳状态。现在人看高考，是智力、体力与心态的总体

较量，不仅仅在学习本身。所以劳逸结合的重要性不言而喻。

第三句话是提高效率。轻装前进本身就是为了提高效率，在此基础上，我们还要讲究一切与效率有关的问题。在最短的时间内尝到最多的知识，保持最好的心态，以最快的速度提高自己的成绩，百日增长一百分也是可能的。关键是要有效率意识，不能死学、盲目用功，而要巧学，根据个人特点制定复习备考计划。

第一是抓紧时间，见缝插针，利用一切可能利用的时间用于学习。我校开学之初，已经有一此学生提前到校，夜夜学习到十一二点，这里个好现象。用秒来计算时间，会发现其实百天时间还可以学习许多东西，还可以提高许多分数。如果把现在关键的时间浪费了，就把一生都耽搁了。要想不浪费时间，许多人的体验，那就是生活、学习有计划性，计划越细，遵守计划越严格，效率就越高。

## 百日冲刺演讲稿篇四

大家好！

我演讲的题目是“成功者必备的素质——自信”。

爱迪生说过：“自信是成功的第一秘诀”。自信在学习中十分重要。特别是对于我们这些处于临战状态的学生尤为重要。在学习中，静下心来，能够认真学习、做题；心理积极就能够不断地将压力转化为动力，促进自己的前进。

同样的，信任自己，并不盲目地认为自己是对的，就能够不胡乱猜忌自己已经做出来的答案。这点看似很小，但起到了至关重要的作用。一是考试的时候，你会省下去检查那些自己确信正确的题目的时间，二是考试以后你心里会变得很有底。

其实自信是一种生活态度，是一个成功者必备的素质。相信自己有能力解对题。它所起的作用是将你已有的能力极大地发挥出来，我真切希望所有对自己信心不足和正在丧失信心的同学从中得到启示。

将全部身心投入到学习中来，把自己的智慧潜能发挥到水平，重树信心，挑战自我，赢在高考场上。那些永远不向命运低头、面对挑战永不服输、面对挫折永不气馁的强者，才是真正的顶天立地的××中学学子。

的现代教育学家卡耐基用了一个很浅显的日常生活经历解释了这样一个问题：一个人爬楼梯，分别以六层为目标和以十二层为目标，其疲劳出现的早晚是不一样的。

把目标定在十二层，疲劳状态就会晚出现，当爬到六层时，你的潜意识便会暗示自己：还有一半呢，现在可不能累，于是就鼓起勇气继续向上走。远大的志向是人生的奋斗目标，是前进的动力，是进步的内燃机。

在我们学校，一大批学子走进了北大、清华等知名学府。以骄人的成绩构筑起了灿若星辰的××中学名生群。总结他们成功的经历，很重要的一点就是在高中的起跑线上，他们就已锁定了自己的人生理想，锁定了心中理想的大学，持之以恒地坚持下去。

其实，任何一件事的成功，都伴随着困苦和挫折。高考就是凤凰涅槃，没有炼狱般的经历就不会得以重生，一个人能够经受得了高考的苦，什么苦都能受，在很大程度上这就是一种素质，它会让你终身受益。

迎接高考的复习异常的艰苦，心理压力，学习时间长，生活节奏快，考不完的试，做不完的题，但是心中只要有一个远大的目标，每天再累也能够适应，就像爬一座高山，只有凭着坚忍不拔的毅力和执着追求，才能登上山顶，只有登顶

者才能领略无限的风光。成功与失败往往是取决于能否坚持住，要有“咬定青山不放松”的决心，坚持就是胜利。

每个人心中都有太多的梦想，谁又知道有多少梦想会实现，又有多少梦想会如期到来！在许多时候，你都必须有足够的信心和耐心去等待。许多的梦想都会在未来的某一天实现的。

我坚信：20\_\_年的高考一定会因你的努力而大放异彩；20\_\_年高考也一定会永载学校发展的史册。你们一定会为学校的高考创造新的奇迹！

为了梦中的理想，我们一起努力吧，20\_\_年高考的胜利一定属于顽强拼搏、勤奋上进的某某中学的学子。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 百日冲刺演讲稿篇五

大家好！

祥和欢快的寒假已经结束，踏着春天的脚步，带着新的心情、新的憧憬、新的希望、新的目标，我们又步入了一个新的学期。今天是新学期开学的第一天，我们在这里隆重举行\_\_年春季学期开学典礼暨\_\_高考百日冲刺誓师大会，首先，我代表学校祝老师们在新的学期里身体健康！工作顺利！祝同学们在新的学期里思想成熟、学习进步！

第一、自我调节，自我约束。松散的寒假生活已经结束了，把假期的散漫收起来，把假期的“胡吃海睡”“低头追剧”收起来，把让眼睛从手机屏幕上移开，把“该睡的时候不睡，该起的时候不起，该吃的时候不吃”的非正常的生活规律调整过来；我们大家都要进行自我调整，调整好精神状态和作息时间，调动起积极的学习和工作热情，全身心投入到学习和工作中。

第二、遵纪守法，文明和谐。希望同学们自觉遵纪守法，按照(20年新修订)《中小学生守则》严格要求自己，按学生的要求规范自己的言行、规范自己的仪表;严格遵守《\_中学学生使用手机管理办法》《\_中学禁烟制度》等一切管理规定，让不尊重师长、满口粗话、上课耍手机、打牌赌博、抽烟喝酒、翻爬围墙、打架闹事、破坏公物等等不和谐的现象在校园里消失，每个同学重视品德修养和良好行为习惯的养成，争当传播正能量和真善美，远离违法乱纪和假恶丑的文明使者，共同营造良好的校风。

第三、牢记安全，珍爱生命。身体是本钱，健康最重要，安全是一切学习生活的保障。人的生命只有一次，希望同学们要倍加珍惜。牢固树立安全无小事的思想，在紧张学习的同时，绷紧安全这根弦，加强对交通安全、用电安全、活动安全、交友安全、网络安全、心理安全知识的学习，注意饮食卫生，不吃路边摊点不卫生的食物(不准带白色饭盒、米粉盒进校园)，不骑摩托车上下学，不吸烟不喝酒，远离、远离危险物、远离危险区域(不得进入工地、寒假还发生了多起高三同学凌晨翻爬围墙外出上网事件);杜绝同学之间闹矛盾打群架等，目前，我们特别要注意的是春季流行疾病的预防。增强自我保护意识，培养自救能力，珍惜生命，爱惜自己，让安全陪伴我们健康成长。

第四、勤奋学习，天天向上。俗语讲，天道酬勤，勤能补拙。要想有收获，就要勤奋学习，不断努力。高一年级的同学们，要尽快适应新班级的学习环境，要突出一个“严”字。要严于律己，守规矩，养习惯;高二年级的同学们要突出一个“活”字。要“夯基础，扬特长”，培养自主学习能力，夯实“双基”，扬长避短;高三年级的同学们要突出一个“拼”字。要明确目标，强化训练，坚定信心，顽强拼搏。20xx年高考的脚步正大步流星向我们走来。今天过去，距离20xx年高考只剩下102天，今天的高考百日冲刺誓师大会，就是要发出圆我们青春梦想的动员令，吹起扬我们人生志气的进军号，擂响振我们攻坚雄心的战鼓声，唱彻抒我们必胜豪情的铿锵曲!

同学们，休整了一个假期回到学校，松弛的神经又该绷紧了，床头的闹钟又将在清晨奏鸣，久违的台灯下又该呈现我们的身影，黎明教室的寂静又该被我们打乱，无论求学的路多么泥泞不堪，我们都应坚定不移，脚踏实地的走下去，“认真努力”我认为这是一种责任，一种出于对国家、对父母、更是对自己的责任，要对得起国家的今天那么好的教育条件那么多的惠民政策，对得起日出而作、日落而息的父母，更要对得起自己在校所付出的时间，不枉费自己的青春年华。

怕吃苦，苦一辈子；不怕苦，苦一阵子。同学们，若想成为非常之人必须学会吃非常之苦。要知道，青春的营养就是刻苦！无论是高一、高二，还是高三的同学们，不要问什么时间够不够，什么基础行不行。这些都是次要的，最主要的你要从现在开始吃苦，开始用功。40岁的柳传志不问来不来得及，最终他缔造了联想集团；高考三次落榜的俞敏洪不问来不来得及，最终考上北大并打造了“教育航母”——新东方；经过两次创业失败的马云不问来不来得及，最终他书写了电商传奇，改变了世界。

亲爱的同学们，如果老天善待你，给了你优越的生活，请不要收敛了自己的斗志；如果老天对你百般设障，更请不要磨灭了对自己的信心和奋斗的勇气。

当你想要放弃了，一定要想想那些睡得比你晚、起得比你早、跑得比你卖力、天赋还比你高的牛人，他们早已在晨光中跑向那个你永远只能眺望的远方。所以，请不要在最能吃苦的时候选择安逸，没有谁的青春是在红地毯上走过。既然梦想成为那个别人无法企及的自我，就应该选择一条属于自己的道路，付出别人无法企及的努力！

所以我们不仅要有高三无假期的心理预期，更要有高中无假期的铿锵誓言！

将来的你，一定会感谢现在拼命的自己！

高三的同学们，在未来的100天里，希望你们，带着家长的殷切希望，带着老师的真诚祝福，带着学弟学妹的加油鼓劲，带着破釜沉舟，卧薪尝胆的气势，拿出你们的智慧和毅力，永不言弃，敢于拼搏，咬住青山不放松，用100天给自己一个机会，用100天为自己创造一个奇迹。

最后希望大家新的一年奋力拼搏，不负春光，不负自己！

祝愿我们高考大捷！

## 百日冲刺演讲稿篇六

大家好！

很荣幸，能作为教师代表在这个美丽的季节和大家相聚在一起，一起分享秋光的喜悦！

首先，请允许我代表全体教师向勤奋学习 追求上进的同学表示亲切的问候！向在第一次月考中取得优异成绩的班级和同学表示热烈的祝贺！

这次月考，成绩优秀的同学和成绩有明显进步的同学，用自己的实际行动，向父母证实了他们的孝心，向老师表示了他们的尊敬，向同学们证实了他们的努力，他们是我们所有学生学习的榜样。

在这里，我还想对所有的学生说：第一次考试成绩并不代表你以后的成绩，以后我们要面对的考试还很多，看谁能笑到最后，就需要我们拿出“天生我才必有用”的信心，拿出“直挂云帆济沧海”的勇气，去迎接人生风雨的洗礼，毕竟只有经历风雨，我们才可能见到美丽的彩虹。请同学们珍惜现在的点点滴滴，珍惜你珍贵的少年时，在书山上辛勤地跋涉，在学海里快乐地行舟！

大浪淘沙，方显英雄本色；暴雨冲过，更见青松巍峨！我相信，经过学习的磨砺，你们会更加成熟稳重而自信。同学们，莫等闲，白了少年头！那么就请我们牢记“一分耕耘，一分收获”这样的至理名言，把信心留给自己，孝心呈献给父母，爱心奉献给别人，忠心报效给国家；在日常生活中，对物要珍惜，对事要尽力，对己要克制，对人要感恩。我相信，只要我们带着热情 带着活力 带着对未来的憧憬积极乐观地面对学习，我们一定会有一段精彩而有意义的初三生活。

我们群英的老师可以说很苦，因为为了爱，甘将心血化成雨，润出桃花一片红。因为老师的梦想和荣誉都与你们连在了一起，你们是幸福的，老师就是快乐的；你们是进步的，老师就是欣慰的；你们是成功的，老师才是优秀的。我相信，群英师生，众志成城，和谐奋斗，一定会共同筑就美好的明天！

最后用两句话结束发言：同学们，有作为才会有地位！只要你相信奇迹并为奇迹付出奇迹般的努力，奇迹一定会在你身上奇迹般的产生！坚持到不能坚持的时候，再坚持一步就是胜利！

谢谢大家！