

期末考试前国旗下的讲话演讲稿 学校期 末考前国旗下讲话稿(优秀5篇)

演讲稿首先必须开头要开门见山，既要一下子抓住听众又要提出你的观点，中间要用各种方法和所准备的材料说明、支持你的论点，感染听众，然后在结尾加强说明论点或得出结论，结束演讲。优质的演讲稿该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇一

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我讲话的题目是《期末考试来了，你准备好了吗？》

再过三天，期中考试悄然而至，大家准备好了吗？是否已经万事俱备，只欠东风呢？古人云：凡事预则立，不预则废。我想大家不妨从以下几个方面准备一下：

第一、争分夺秒，抢占制高点。在历史的长河中，时间是最公正却又最短暂的。争分夺秒去努力，人生才会有更多成功的机会。我们要珍惜时间，从现在做起，基础知识要扎实，重点知识要夯实，难点知识要务实。

第二、锲而不舍，铁树也开花；锲而不舍，金石可镂；锲而舍之，朽木不折；坚持到底，不懈追求，一切皆有可能。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”不踏踏实实走过学习的坎坎坷路，怎能拥有期中考试的辉煌。

第三，平和心态，决胜千里；同学们，临近考试，请你放下背上的包袱，用平和积极的心态，坦然的迎接考试，迎接梦想

的飞翔。运筹帷幄，决胜千里之外；笑傲考场，人生处处精彩。

第四、诚信考场。自古以来，考场上少不了的二字，便是诚信。“诚信做人，诚信考试”，说出来就像是天经地义一般平常。诚实守信是每个学子所应遵守的准则。我们每个人都应该有一种“文明考试，诚信做人”的意识，我们要以饱满的热情和积极的姿态投入到复习备考中，公平竞争，诚信考试，杜绝作弊，争创佳绩。

第五、充满自信。自信是考场上克敌制胜的一把利剑。那么，就请我们的老师给我们所有的同学一份自信吧，大家回报我们兢兢业业的老师一个又一个不断的惊喜：

亲爱的同学们，考试的号角已经吹响，行动起来吧，相信自己吧，考出个人的最佳水平，考出班级的综合水平，考出西山学子的风采。

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇二

同学们，老师们：

大家好，今天我演讲的题目是《调整好心态，轻松进考场 过安全的假期》。

临近期末，同学们的日程表上排满了一场又一场的复习考试，学习生活也似乎变得更紧张而忙碌起来。在清晨冬日的寒风中，在冬阳已收敛了它最后一丝暖的暮色中，都可以看见你们的身影。是的，还有几天就要期末考试了，对于考试，乐观的同学把它看成一次又一次的挑战，在挑战中肯定自己，超越自己；而悲观的同学则把它视为苦役，在苦役中消沉自己，丢失自我。

除此之外，考试焦虑还会给人的生理和心理造成危害，既然如此，那么如何克服考试过度焦虑呢？1、端正考试动机。

考试只是一种手段，其目的是为了检测一段时间的学习情况，为后面的学习打下一个基础。考得好说明这一阶段学习掌握较好；考得不好，说明这一阶段学习掌握存在一定问题，需要改正。如果抱着这样的思想，自然就可能以平常的心态对待考试，而不会过度紧张。

2、做好充分准备。胸有成竹，方能遇事不慌。考前准备充分，自然就不会过度紧张；考前准备不充分，自然就缺乏自信心，一旦看到自己没复习到的内容，就更会引起情绪紧张。因此每次考试前认真复习就显得非常重要，可以说，它是考试不焦虑的很关键的因素。

3、掌握考试技巧。考试中遇到自己没有准备的难题而紧张，在所难免。但如果一味在难题前苦苦思索，浪费许多时间，以至于后面的试题来不及做，则会造成新的紧张。因此，碰到难题或自己没有准备的题目应先跳过去，就自己会做的题目做。等会的题目统统做好后，再回过头来啃难题，心理紧张也会大大缓解，失去的记忆就很可能复苏。

4、学会自我放松。一是心理上的自我放松，学会暗示自己，“我能行”、“我不会做，别人也不会做”。二是生理上的自我放松，如“调整呼吸法”，即遇到情绪紧张时，多次做深呼吸，或双眼盯住一个固定的目标，呼吸深而均匀，这样可以缓解紧张情绪。考试在人的一生中是经常会遇见的，学会考试，轻轻松松上考场是每个学生所渴望的。我相信，只要你能正确理解考试，学会消除考试焦虑的方法，你就会逐步走向成功，取得满意的成绩。

考完试马上就要过寒假了，希望大家度过一个安全、愉快的寒假，做到以下几点：

1、一个人在家的时候要关好门窗，如果有陌生人敲门的话，千万不能开门，不可轻易相信陌生人的话。注意室内电器、煤气等的安全，对于自己不熟悉的家用电器不要随便碰触和使用，以防触电、火灾和煤气中毒等事件的发生。

2、寒假期间，正逢春运高潮，交通比较拥挤，人流量较大，因此同学们在外出时，要尽量结伴而行，严格遵守交通规则。

此外，要充分利用寒假的时间，注意劳逸结合，好好休息，保证有充沛的精力投入到下一学期的学习中去。过一个愉快而又充实的春节！

期末考试前国旗下讲话演讲稿篇三

敬爱的老师，亲爱的同学们：

早上好！今天国旗下讲话的主题是：期末考试，你准备好了吗？

时光如梭，转眼间一个学期即将结束，期末考试一天天临近，你们都准备好了吗？在过去的的时间里，我们收获着快乐，收获着成功，不知不觉中，我们就要迎来本学期的期末考试了。期末考试是对我们一学期以来学习情况的检验，通过考试，我们可以总结一学期的学习情况，并检查自己的学习方法是否得当，以便在今后的学习中做出适当的调整。因此，期末考试对于我们每一个人都有极其重要的意义，我们一定要以正确的态度认真对待期末考试。

同学们，面对即将到来的考试，你准备好了吗？我想：经过老师和同学们自己的不懈努力，我们应该有理由理直气壮地说一声：“期末考试，我准备好了！”那么，面对考试，我们应该做些什么呢？首先是做好考前准备。为了使考试达到预期的效果，我们要正确看待考试的目的，积极备考。复习期间，要讲究科学的复习方法，提高学习效率，保持正常的作息习惯。其次要正确对待考试。考试既是知识的检测，又是意志的磨炼。考试时要紧张但不能过于紧张，要沉着冷静，对自己充满信心，同时要科学对待考试，认真分析试题，仔细推敲，先易后难。遇到容易的试题不要忘乎所以，要细心谨慎；遇到难题也不要惊慌，认真思考。许多同学考不好是因为粗心大意，把会做的题随手做错了。我们要吸取教训，做到基础题不失分，争取战胜难题，并注意把握时间。

最后我们要“诚信”。“诚信”是中华民族的美德。期末考试中，我们要遵守考风考纪，发扬“诚信”品质，把真才实学充分发挥出来。

同学们，让我们面对每天升起的太阳，一起立下发奋学习的志向，一起向理想奋进吧！最后预祝同学们在期末考中取得优异成绩。以优异的成绩向家长老师汇报。为新年有个好的开端打下良好的基础而努力吧！

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇四

期末考试不仅是对每个人综合素质的一次检验，更是对我们自信心、自觉性、意志力、诚信度的一次检验。下面是本站小编给大家整理的小学生期末考试前国旗下讲话稿，仅供参考。

各位老师、各位同学：

我认为有两个办法：一是统筹计划，惜时如金。有人说一个用“分”计算时间的人，比一个用“时”计算时间的人，时间多出59倍！二是要见缝插针，持之以恒。”见时间之缝，插学习之针”，本学期剩下不多的时间，由你来把握。相信你一定能抓住它，驾驭它！

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

不知不觉，期末将至，目前各年级、各学科都已经进入到紧张的复习阶段。为了提高复习效果，保证期末考试能够圆满完成，今天利用国旗下的讲话谈谈期末考试与复习的有关注意事项：

首先，要求全体同学提高对复习重要性的认识。复习的一个目的是为了搞好考试，提高成绩，但是，它还有一个更重要

的目的，那就是梳理清楚已经学过的知识，使它条理化、系统化。通过复习，查漏补缺，巩固已掌握的知识，补上遗漏和未掌握好的东西，使我们成为一个有知识有能力的人。

其次，要求同学们将复习的重点放到基础知识的复习和巩固上。复习不单是机械的重复，而更应包含对知识的理解和运用。平常学习好一些的同学应该利用复习之机夯实双基，要重在知识的记忆理解与应用，在训练能力上下功夫，做到触类旁通、举一反三，进入更高的学习境界。原来基础差的同学应充分利用期末复习的时机，狠抓基础，做到复习到位，消化到位，在复习中切忌囫囵吞枣，不但要听懂，更要会做。

再次，养成良好习惯，提高学习质量。课上认真听讲，用心思考，积极记忆，规范训练、不懂就问、有错必改、积极参与学习活动，搞好堂堂清、单元清。课下养成良好的复习习惯，同学们可以把重点的和不理解的问题记在笔记本上，及时向老师、同学请教，弄懂为止。对于老师在复习期间留的作业要独立思考、认真完成。特别是平时学习成绩不理想的同学，更要加强学习的自觉性，把更多的时间投入到学习中。

最后，我们在抓好期末复习的同时，每一位同学应一如既往地遵守好学校的各项规章制度，常规纪律是搞好学习的前提和保证，做一个“德智双全”优秀学生。

同学们！“一分耕耘，一分收获”，我们今天所做出的努力是为了明天的幸福。我们有一万个理由相信，同学们是好样的，一定会认真投入复习，一定能向自己的父母交上一份满意的答卷！

最后：祝老师们期末工作圆满顺利！祝同学们人人考试取得优异成绩！

敬爱的老师、亲爱的同学：

早上好!伴着清晨的第一缕阳光(清风),我们迎来了新的一天,下星期,我们就将迎来令人紧张的期末考试。期末考试不仅是对每个人综合素质的一次检验,更是对我们自信心、自觉性、意志力、诚信度的一次检验。或许我们不能人人都成为优胜者,但我们应该做一名追求进步,超越自我的勇敢者。对于这次期末考试,老师一定教给了你们许多复习迎考的好方法,今天,在这里我想给大家谈三点。

第一,以从容、自信的心态去对待考试。克服考前过分紧张的情绪,就一定能够正常发挥出自己应有的水平。考试前一天晚上,要准备好笔、尺等应考工具,早点休息。考试时尽力做到卷面书写整洁,仔细审题,认真答题。做完试题要进行全面检查,做到认真仔细,不要在考试时浪费时间。

第二,科学安排好复习时间,以勤奋、踏实的态度赢取令人满意的成绩。俗话说:“凡事预则立,不预则废。”扎实充分的准备是获得从容自信的心态最有力的保障。期末考试内容庞杂,许多同学复习起来感觉到千头万绪,无从下手,这就要求我们根据学科特点和自身特点,找准自己的薄弱环节,以便心中有数,有的放矢。

第三,要集中精力,充分利用时间。时间对每个人都是公平的,怎么去利用它,这完全取决于你。有人说一个用“分”计算时间的人,比一个用“时”计算时间的人,时间多出了59倍?我们要充分利用点点滴滴的时间,这样才能把流逝的光阴变成有用的财富,把有限的时间变成无穷的力量!

当然,复习也要讲究技巧。复习时,对各科知识中的重要知识点和基本题型要重点过关,尽量将以前做过的练习重新整理一遍,找出其中的疑难问题强化练习。解题时,不妨从不同的角度去考虑解题的方法,多与老师交流,讲思路,从而达到知识的融会贯通。

同学们,人生能有几回搏,人生不拼不精彩。考试在即,你

做好准备了吗?请记住，剩下的时间由你来把握，相信你一定能抓住它，驾驭它。只要我们满怀信心，只要我们全力以赴，我们一定会取得满意的成绩!

大师说：

一要多运动。人脑分大脑和小脑两部分，大脑由左右两半球组成。左半球主要管语言、数学等；右半球负责音乐、美术和空间的辨认。我们平时使用较多的是大脑的左半球，而大脑的右半球使用较少。因此给头脑充电，就特别要通过多活动左手左脚左边身体和多参加音乐、美术等方面的活动，来锻炼和增强大脑右半球的功能。这样左右半脑经常交替运动，大脑就会得到锻炼和发展。所以，我们要上好每一节课，因为有些课能使我们的左脑更聪明，有些可能锻炼我们的右脑。上好每节课，学好每个知识，就会使我们变得更聪明。

二要增加营养。大脑活动需要消耗一定的能量，我们的大脑正处于生长发育的重要时期，要维持大脑的正常工作，要促进大脑的发育完善，就必须注意身体成长所需要的营养，给大脑提供足够的能量。所以我们在吃饭的时候就不能挑食，因为每样食物等能给我们提供不同的营养。

三要注意休息。脑细胞不像身体的其他体细胞那样能贮存一定的营养。因此，脑细胞持续工作七八小时以后，活动便会减弱下来，会自动休息。休息可以使大脑消除疲劳。恢复机能。散步、做操、调换用脑内容。闭目静养和睡眠是几种不同的休息方式，小学生应保证自己有足够的睡眠时间。

四要手脑并用。我国著名的教育家陶行知先生曾做过这样一首教育诗：“人生两个宝，双手与大脑。用脑不用手，快要被打倒。用手不用脑，饭也吃不饱。手脑都会用，长大不得了。”这是告诉我们，每个人都应该学会手脑并用。

如果你想明天更聪明，一定不要忘记给大脑充电，不要忘记

运动、营养、休息。

期末考试前国旗下的讲话演讲稿篇五

同学们好：

临近期末，再过几天将进行一学期一次的期末考试了。对于考试，有的同学可能会认为是一件平常的事，可以轻松地对对待，但有的同学可能会产生一定的紧张和心理压力。甚至一到考场就怯场，这真是一件最糟糕不过的事情，平常学得还可以，考试成绩却不理想。今天，老师在这里给同学们谈一谈如何调节好心态，轻松应对考试：

我们要知道，考试产生紧张心理有利也有弊，关键是心理紧张的程度。在考试时适度的心理紧张，是非常有利的，此时记忆状态佳，思考问题敏捷，解答问题又快又好，能够发挥出较好的水平。但是，考试时过度的心理紧张是非常有害的，会产生怯场现象，头脑一片空白，反应迟钝，整张试卷全成为难题，束手无策，严重影响水平的发挥。如果考试时心理一点也不紧张，这时也不好，人不紧张时思维也不敏捷，也会影响自己水平的发挥。

考试的主要目的是了解我们是否掌握了平常所学得知识，因此，没有必要过分担心。只要我们的知识掌握得牢固并保持轻松愉快的心情，认真复习，就一定能发挥出自己的水平。

一、 复习阶段我们要注意：

1. 劳逸结合，提高效率

在复习时，每个30分钟左右，闭眼或远眺片刻。每学习半小时到一小时休息一段时间，晚饭后1小时左右在学习。如果要复习几门功课，需要交替安排，因为不同性质的功课轮换复

习，可以使大脑较长时间的保持清醒状态，这是减少疲劳发生，提高学习效率的有效方法。白天配合学校的安排来学习，下午要有文娱体育活动和放松自己的时间，早饭前和晚饭前可以看一会儿新闻联播，或和家长散散步。

2. 加强营养，保证睡眠充足。

复习考试期间脑力消耗大，营养需求量也明显增加。应该多吃一些含蛋白质、卵磷脂、维生素和钙的食物。“开夜车”是得不偿失的。

3. 考试前，及时调节一下情绪。如果有些紧张，也可做深呼吸，或默念，想一想最令人愉快的事，放松自己的紧张情绪。

二、那么考试时，应注意哪些方面呢？

1. 必须记住考试的时间、备齐考试用品。（前晚应自己整理书包，以便把物品准备齐全）考试用品要对照考试科目逐项检查，包括钢笔、铅笔、小刀、橡皮、圆规、三角板、量角器、格尺等。

2. 要明确考试规则、答卷的方法和注意事项。试卷发下以后，要按试卷要求的格式，认真填写好姓名、性别、班级、学号等，不要遗漏。

3. 答卷开始，首先要认真阅读试卷前面的说明和要求，然后迅速将整个试卷审视一遍，了解对试题的熟悉程度和不同类型试题情况，做到心中有数，以便确定答题的轻重缓急。

4. 要认真审题。审题是正确解题的先决条件。审题时一定要注意弄清题型、题意，了解已知条件和未知条件，区别异同，明确解题目标，抓住要点，思考解题的方法和运用知识的范围，力求做到准确无误，不错不漏。

5. 注意答题技巧。一般做法是先易后难，重视小题分数积累，以增强信心。考试时碰到难题是不可避免的，碰到一两道难题也是很正常的事，没必要过分紧张。此时，你可以先跳过难题，找比较容易的题目做。等做到三道以上容易的题目后，你的心情就会渐渐平静下来，而不像先前那么紧张了，这个时候你可以通过把注意力集中在较容易的题目上，来重新建立起自己的信心。等到情况好转后，再回头去看那道难题时，也许你就不会像先前那样觉得它那么难了，因为你越紧张就会越觉得它难。但如果你看整张试卷，看来看去都是难题的话，此时，你不妨抱着“放弃”的心态来应对这场考试。然后，你就“拣”稍有把握的题目来做，“能做一题是一题，能拣一分是一分”。也许考到最后，你反而发现其实你做了不少题，“拣”了不少分呢。即使到最后，题目仍未解出，也不要去想“这下完了，我要考砸了”之类，而应该自慰自励：“这题对我难，对别人也难。”

6. 合理安排时间，以免顾此失彼。在全面阅读试卷时，要做到心中有数，不同的类型题大致需要多少时间。有些问题，在整个答卷的过程中要保持适度紧张，做到情绪稳定，思路清晰。

7. 书写工整，不乱涂乱画。

8. 认真复习检查。在考试中，安排一定的时间复查答卷，是保证考试成功的一个重要环节，它是防漏补遗、去伪存真的过程。尤其是如果同学们采用的是灵活的答题顺序，更应该与最后检查结合起来，因为你在跳跃式往返答题的过程中很可能遗漏考题，通过最后复查可弥补这种答题策略的漏洞。检查过程中如发现遗漏或没有做的题目，应迅速完成。如有时间，最好能对各类题型进行检查。

最后，祝同学们在期末考试中，调整好自己的心态，认真答题，取得良好的成绩。