

2023年论内卷演讲稿(模板5篇)

演讲稿是一种实用性比较强的文稿，是为演讲准备的书面材料。在现在的社会生活中，用到演讲稿的地方越来越多。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家有所帮助。

论内卷演讲稿篇一

考研已经过去了将近一年的时间，接到学校的邀请才静下心来写写考研心得，以期对正在考研的和将要考研的学弟学妹们有所帮助。

以下我将从我准备考研开始，给大家讲讲我的考研经历。

1. 我是在大三第一学期末即11月份开始着手准备，此时距考试还有将近一年，时间很充裕。刚开始我并没有全身心地投入复习，直到第二学期开始上考研班才正式开始复习。希望大家一旦动手准备，就要全身心的投入，就像高速运转起来的齿轮一样，保持一种连贯性，千万不要停停歇歇。刚开始复习的时候可以每天2小时，逐渐递增，但进入状态之后至少要保证每天有8~10小时的复习时间。

2. 大伙一定要有一个合理的复习计划。计划不要定时，要定量（把每天的任务要定好并按时完成）。计划分为总计划、分期计划和每天计划。

从开始复习到考试之前，一共有多少时间，每本书要看多少遍，这是总计划。每本书的每一遍花多长时间看完，在什么时间段看完，这是分期计划。

每天各科复习参考书要看多少页，这是每天的计划。

三者缺一不可，每天的计划可以有微小的变动，但分期计划千万别完不成或者拖期，否则你会发现任务越积越多。这样会搞得你压力越来越大，每天处于一种郁闷状态，这样你注定会失败。

3. 各位学弟学妹既然已经准备考研了，就要学会放弃。女孩子就要管住自己想和女伴出去逛街的心，每天花在化妆打扮上的时间尽量缩短，男孩子就要经得住球场球赛的诱惑，按时到自习室复习。

4. 各位千万不要太贪，书不是买得越多越好。一本好书读3遍胜过3本好书读一遍！我在专业课上花的功夫最多，从暑假开始，我就开始看专业课本，从头至尾，大到每一个推导过程，小到每一个数据，我都分析清楚，效果是立竿见影的，到最后我完完整整看课本看了8遍，历年真题完完整整看了4~5遍。最后的分数也很理想。

5. 大家也要注意学习方法的总结

数学：打牢基础，善于总结，数学参考书每本要读2~3遍，每种题型的解题方法有哪些，什么条件下用哪种方法，一定要总结出来并烂熟于心，考场上才不会出现似曾相识的题做不对的情况，如果你真的经历过考研考场那紧张气氛的话，你就会充分理解我为什么这么强调这一点。

英语：千万千万不要做《阅读xx篇》，绝对是浪费时间，只做真题即可，因为模拟跟真题的出题思路完全不同，单词也只是背真题里出现的单词，真题才是王道！真题做15遍都不为过！推荐用张剑编的《真题解析》（黄皮书）或者徐绽的《三层递进阅读》，做阅读要注意出题者的陷阱，把真题研究透了，做起阅读来你会发现每个题都那么相似。

希望学弟学妹们能考取更多更好的学校，为咱们学校争光添彩，希望我的经历对大家有所帮助，谢谢大家！

论内卷演讲稿篇二

大家下午好!我是电信08班***,今天能够站在这个讲台和在座的同学们一起交流分享自己的考研心得体会,我感到非常荣幸也非常激动。同时也希望我的分享能给大家带来有用的信息,能为你们考研带来一点帮助。

首先要借此机会向在校四年以来无论是在学业,生活等各个方面给予我关心和帮助的学校和学院的各位老师,以及一直以来支持,帮助我的同学们,向你们致以最衷心的感谢,谢谢大家。

接下来根据我的自身经历,谈谈自己的一些小小的经验。

考研首先面对的是专业及学校的选择。专业一定要选择自己喜欢的,这样对备考及以后的发展都有好处,绝不能一味的追求热门专业,要考虑自身条件及就业的因素。对于考研学校的选择更加重要,要有一定的策略。能进入名校复习固然很好,那也是大多数学子梦寐以求的愿望,但由于种种原因其中大多数人都不能步入自己理想的殿堂。我不否认名校对自身发展的重要性,但是一般的学校也有自己的强势学科及专业,也有自己的知名导师及学者。我想说的是,对学校的选择一定要认清自身实力,量力而行。

明确了考研的专业及学校后,就进入了接下来漫长的备考阶段。可以给自己制定一个复习时间及进度表,让自己每一天都过得充实。这个进度表一定要根据自身情况,制定一套符合自己的复习进度。我当时的复习时间及进度表是这样的,3—6月,前期的准备,这时可以根据自己的情况复习自己比较薄弱的学科。背背单词,看看数学书,进行一些基础知识的复习。7-8月,这段时间大家基本上是在考研班上课,白天上课,可以利用晚上去图书馆坐坐,上会自习,将自己不懂的,没有理解的好好消化消化。9月一个月基本上是在实习,别的专业我不太清楚,电子专业这段时间是在宝鸡实习。

即便这时已经进入了复习的关键时期，但是大家对这个月的复习不要抱太大的期望。不过每天的复习最好不要间断，这时大家可以选择好几个人一起去宝鸡文理上自习。

10—12月我把这三个月称作复习的黄金时期，因为之前在这三个月一定要下狠功夫好好复习。我的理解是这样的，不管你之前多么努力认真的复习，这三个月只要有一丝的懈怠，你必定会失败！

下面我给大家说说具体科目的复习方法：

我先讲一下数学的复习。我的数学资料用的是李永乐出的那一套书，李永乐的复习全书、线性代数辅导讲义、历年真题、400题、冲刺135分。复习全书整个复习过程中我一直在看，看了至少3遍，线代辅导讲义看了有三四遍，考研的时候线代部分基本上是满分。历年真题精做了一遍，复习了两三遍，400题跟冲刺135分这两本复习了也有个两三遍。我觉得这些题每做一遍都会有不同的收获，大家可以在复习的时候好好体会。总之数学复习的要点是，理解教材，掌握考研数学所考察的知识点并熟悉它们应用。在数学中运算能力也非常重要，应在实践中不断地提高自己的运算能力。

下面再来说政治的复习。政治复习我是从九月份开始的，刚开始政治属于零基础，考研大纲解析看了两遍，但是感觉政治这门课不是说一两遍看完就立马有收获的，还得慢慢来。10，11月份可以在看考研大纲的基础上再做一些习题。这段时间不要做主观题，做些客观选择题就好。12月中下旬开始着手复习主观题，我给大家推荐几本我认为很不错的书，启航的20天20题，海天28题，肖秀荣的最后四套题，任汝芬的最后四套题，大家可以在理解的基础上适当地背诵主观题。政治要以多看多做为主。尽量做到政治上的大部分内容在离开教材后可以用自己的话复述出来，在答主观题上就可以做到以不变应万变。

论内卷演讲稿篇三

大家好！

我是xxx，能和大家在此交流考研经验，我感到十分荣幸！希望我的介绍能给大家带来有用的信息，能为你们的考验尽自己的一份力。

我刚进大学的时候，就想到要考研了，所以在之后的学习中刻苦认真，为考研做好准备！有的同学是在大学的学习和生活中慢慢决定要考研的，无论什么时候有这个想法，既然选择了考研就不要轻易放弃，只要不放弃就会有希望。更何况在大学生就业竞争日趋激烈之时，继续投资学习也是个好的选择。这样才有更多的机会，选择自己喜欢的工作为社会奉献自己的力量。

接下来根据我的自身经历，谈谈自己的一些小小的经验：

第一，不要羡慕别人。记得是去年的这个时候，我的同学，一些找到好工作了，一些保研了，一些出国了，总有很多看起来很让人羡慕的事情在旁边发生，打击你本来就已经被考研纠结得很脆弱的小心灵，有时候会找不着自己的方向：自己这样坚持到底有没有结果？为什么别人都有那么好的出路，而我却在考研路上被折腾得很郁闷？为什么别人都去旅游、爬山、逍遥，而我却在这个地方画地为牢？有时候甚至会怀疑自己的实力！为什么我就是那个选择考研的人！太多的诱惑会将你引向别的地方，你最后一道防护墙可能就会被身边人一句“考研何用”或者一个鄙视的眼神给摧毁了。但是，在这我想说的是：不要看不起考研的人！保研并不比考研风光！你选择坚持考完最后一门课程，你就是应该为自己感到骄傲，因为你坚持了，这么长时间！考研也是人生的一种经历，它可以让你收获很多，至少，对我来说，学会了坚持，以前极其厌恶的哲学，现在也能体会其中的乐趣。所以，如果你选择了，请捍卫自己的考研选择！

第二，不要去想结果会怎样。太多人在还没采取行动前会想着自己能得到什么结果，如果我付出一年的青春而一无所获呢？也许读研没有想象中的那么好呢？不要太多地去否定自己、否定自己的选择。既然选择了，就不要再左顾右盼，前怕龙后怕虎，这样真的很耽误时间，而且仅存的那点信念也会消磨殆尽。

第三，尽量不要去跟别人对照进度。我在准备考研期间，每当看到其他同学的神速时，心里总要不平静很久，政治还没开始看，他们已经把政治背一半了，练习题也已经做得差不多了。在网上看到考研人经验分享，说是数学复习全书最好在10月份前搞定，不然数学很危险，可是，九月份过了一半我的书还只做了一半！那个时候心慌啊！但是现在会想起来，速度有什么用！掌握知识才是最重要的！

第四，耐得住寂寞。考研期间，寝室人都在寝室玩电脑看电视，每次到寝室就不想进教室学习，有时想想就觉得很委屈，想哭。但是，都选择这样过了，能怎么样？还是要擦干眼泪继续过日子。在我看来，这期间最好不要有太多的情绪波动，兴奋或郁闷都会让你不能静心看书，所以，最好在这段时间耐住寂寞。

第五，时间不等于效率。休息好了才能学习好，不要被书本绑架了都没有反抗的欲望。中午一定小睡一下，为了下午有更好的精神。当你心情不好的时候，不要强逼自己在教室坐着，让自己稍微缓解一下，出去转转或者干些生活杂事！

第六，考场心态。考研过后我一同学回忆自己考英语的时候，当场都要精神崩溃了，看着题眼前发黑，情绪激动，不想继续考下去了，监考老师不让出去，之后慢慢的坚持到了最后！考研那两天她每天只休息了几个小时，不是不想睡，是睡不下。考试期间，心一定要保持平静，什么都不要想，不要试图回忆这门考试的种种内容，一旦你开始回忆，就会开始紧张：天哪，怎么都不记得了！一旦出现这种情况，考场上的

你就不可能再横扫千军。

接下来谈谈我是如何备考的？

在大三下学期，我建议大家把注意力放在数学和英语上。数学都是大一大二学的，我们都已经忘得差不多了，就在这个阶段好好看数学课本，回忆知识点！英语学习是个长期过程，不是一两天就能学好的，所以这个阶段每天都要抽出时间学习英语！我去年是同学建议买了一本新概念英语三，每天背一篇文章，十个单词，第二天再将前一天背诵的内容重复一遍加深记忆！暑假过后，就要根据自己的情况合理安排一天的时间，每天至少学习十个小时！

我开始准备专业课的时候，好多人专业书都已经看了一遍了，我想着我用的专业书正好是自己学过的，可能不用太急！但是，等我拿到试卷的时候，我傻了，试卷的重点都是我忽略的，因为我复习的时候按照老师上课的重点来看书了，结果导致专业课考的不好了！希望大家能引以为戒。不要受上课时的考点的影响！尽量能找你到报考学校的同学和专业课历年真题，但是不要过多相信网上买的试题。我就在网上买了假试题，反而起了反作用！专业课考试一般都不太难，这就需要我们总结，归纳，找到联系和线索，在记忆的时候，按照其内在逻辑，有条理的记忆。

考研是场心理战，以我自己的经历，我想给大家说，无论你自己水平怎样，都要相信自己并坚持到底！这种坚持在行动上还是心理上都要坚持到底，哪怕是百分之一的希望，也要做百分之百的努力！

希望大家都能够能够在明年的这个时候站在这里讲各自考研成功的经验，我相信成功是属于有准备的人！加油吧！祝大家考研成功！谢谢！

论内卷演讲稿篇四

多年来，我系一直高度重视学生考研工作，学生考研取得了骄人的成绩，成为我系人才培养质量的一张亮丽名片。xx年以来，我系共有x名学生成功考取了全国79所高校及中国科学院所属研究院（所）的研究生，占应届毕业生的x%。其中xx年考上x名，xx年考上x名，xx年考上x名，xx年考上x名，xx年考上x名，今年考上x名。在考上研究生的同学中，被中国科学院所属研究院（所）和x大学、x大学、x大学等985、211高校录取的有x名，占考取研究生的x%。今年有x名同学被x、211高校录取，占考取研究生的x%。从学院xx年第一届本科生毕业以来，我系考研录取率一直在学校名列前茅，其中6年位居学院第一名，6年位居学院第二名。按专业排名，我系物理学专业有着良好的考研记录，始终位于学院专业考研第一名。xx—xx年，物理学专业考取研究生占应届毕业生的人数分别为x%、x%、x%。这些成绩的取得，充分反映了我系良好的人才培养质量。我认为，有了你们这些勤奋好学的学生，我系考研工作才会取得这么好的成绩。我为有你们这些优秀学子而感到骄傲和自豪！

有人说，考研与就业是相矛盾的。我认为，考研与就业的关系是辩证统一的、而不是对立的关系。

有人说考研是回避就业，有人说考研是最好的就业。我认为，考研不是回避就业，不是最好的就业，而确切地说，是为了更好地就业。考研，需要准备政治、英语、专业课等，这对就业很有帮助，就业单位对于学生的四、六级英语有较高的要求。因为，中国加入wto以后，经济全球化和国际化，对外交流日趋频繁，英语作为交流的工具显得十分重要。

考研不仅是个人发展的需要，也是社会发展的需要。考上研究生于个人来说，可以找到更好的工作，可以有更高的收入，可以有更好的工作环境和条件，可以积累更高层次的人

脉资源，可以为社会做出更多更大的贡献。对社会来说，今天各行各业对人才的需求有了更高的要求。国家有了高学历高素质的人才，经济社会将会得到又好又快的发展，“两个一百年”的目标和实现中华民族伟大复兴的中国梦就会早日实现。如果没有考上研也没关系，准备考研的过程其实也是提高素质和为就业创造条件的过程。但是，考研一定要理性选择，需要个人有良好的学习研究能力和较好的家庭经济条件。

同学们在毕业时将面临四种选择：一是直接就业；二是考研；三是出国留学；四是自主创业。不论哪一种，自己都要有一个个人职业生涯规划，要早日谋划，早日确定目标，早日制定行动措施。因为，“机会总是垂青于有准备的人”，“从来就没有什么救世主，要创造人类的世界全靠我们自己”！

1. 希望全体老师要着眼于培养全面发展的高素质人才，扎实做好教书育人工作。学为人师，行为世范。教书育人是每一个教师的光荣使命和神圣职责，要增强教书育人的责任感和使命感，要热情关心学生、爱护学生，不但要当好学生获取知识的传授者，还要做好学生健康成长的人生导师。

2. 希望全体考上研究生的同学：一是毫无保留地为学弟学妹介绍自己的成功经验。一花独放不是春，万紫千红才是春满园。二是要向更高的目标迈进。你们的考研成功是因为有坚定的人生目标。但是，考上研究生的这一步一定不是人生的最终目标，一定不是最终理想，这仅仅是万里长征的第一步。我希望考上研究生的同学珍惜宝贵的升学深造机会，谦虚谨慎，戒骄戒躁，把自己的眼界放宽一些，知识面要广博一些，从新的环境中再次脱颖而出，取得更大的成绩。

3. 希望低年级立志考研深造的同学们：一是借鉴学长的考研经验。以考上研同学为榜样，把勤奋学习做为人生进步的阶梯，将学长的方法、经验善于运用于自己的考研实践。二是要认真做好考研准备。把握和珍惜在校学习的良好条件，扎

扎扎实实学好每一门课程，尽早确定自己的报考方向，明确奋斗目标，脚踏实地、专心致志，把备考的过程作为夯实自我、提升自我、发展自我的途径之一，努力实现自己远大的理想和抱负。三是树立“咬定青山不放松”的精神。考研是一个重复、单调的过程，很多知识需要复习，复习起来不像接受新知识那样充满好奇，充满新鲜感。有时候是一件很痛苦的事情。所以必须要忍受得住寂寞，经受得住煎熬，要有顽强拼搏的精神，有坚守不放弃的意志，有坚定必胜的信心。只有坚持才能够走向成功。

4. 希望有更多宿舍的同学考上研究生。优良的学风是靠良好学习氛围营造的，班风好、舍风好，才会有更多同学考上研究生。所以，大家要共同努力建设优良的班风和舍风。

祝今晚的考研经验交流暨动员大会取得圆满成功！

谢谢大家！

论内卷演讲稿篇五

晚上好！今天晚上在这里我们召开就业、考研与考公务员动员大会，其目的就是希望引起同学们对就业、考研、考公务员工作的重视和关注，希望同学们早谋划、早打算、早准备。

随着近几年我国高等教育大规模扩招，高等教育已经由“精英教育”向“大众教育”转变，每年毕业大量学生需要就业，2015年全国大学生就业人数将突破700万，就业压力十分巨大，同学们应该要及早做好职业规划，做好充分准备。下面我想从四个方面和大家聊一聊关于就业、考研、考公务员的话题。首先，同学们要转变观念，变被动为主动。

父母养育了我们，学校培育了我们，我们自己辛辛苦苦学习那么多年。学了本事干什么？就是要为社会服务。应当树立一种为社会、国家贡献力量的强烈愿望。主动利用各种渠道。

比如：学校、网络、同学、父母等，广泛寻求就业就会。而不是“守株待兔”。近些年，社会上出现了一个名词叫“啃老族”，指的就是我们一些大学毕业生他们并非找不到工作，而是主动放弃了就业的机会，赋闲在家，不仅衣食住行全靠父母，而且花销往往不菲，我们中国人奉行孝道，这样的年轻人不仅不能孝敬父母，反而继续依赖于父母，实为不孝。作为一名成年人，作为一名大学生，我们所面临的不仅仅是自身的工作与发展问题，更是对自己、对家人的责任。明确努力方向，积极开创事业，追求人生价值是我们每一个人生命的意义。

第二，苦练内功，提高综合素质，为就业创造条件。

每位同学在学好规定的课程以外，还要根据用人单位对人才的要求，调整自己，补充新的东西，利用学校提供的各个平台，提高个人的综合素质与核心竞争力，适应用人单位与社会的需要。我们在座的各位是大二、大三的同学，眼下正是苦练自身内功，提升就业核心竞争力的最佳时期，你们参加的每一项活动，每一项比赛，每一次展现自我，都是在锻炼自己，提升个人综合素质，同学们还要继续努力，为将来的就业打下牢固的基础。当然，对于学院的人才培养工作，同学们有好的意见和建议，可以与我联系，我们可以共同探讨，为文法学院的同学们营造更好的学习环境，提供更好的学习条件。

第三，谈谈考研与就业的关系：我认为他们是辩证统一的，而不是对立的。有人说考研是最好的就业，而我认为准确的讲考研是为了更好地就业。考研，就需要准备英语、专业课等，这对就业很有帮助，很多就业单位就对学生的4—6级英语有较高的要求，为什么？当前世界经济全球化、国际化，对外交流日趋频繁，英语作为交流的工具显得十分重要。

为什么要考研？对于个人来说，几年以后就业的起点更高，选择空间、余地更大，有更好的发展条件和工作环境。在研

研究生学习阶段还可以读更多更好的书，学习更精深更丰富的知识，钻研更系统更前沿的理论和技術，自己分析和处理问题的能力也将得到系统全面的提升。同时，今天企业、社会，各行各业对人才的需求也有了更高的要求，社会的发展需要同学们具备更高的条件与素质。当然，考不上也没关系，准备考研的过程我们夯实了专业基础，提升了外语水平，其实也是为就业创造条件的过程。

对于考研的经济问题，同学们也不必担心，现在全国各大高校都设立了完善的奖学金制度，以我们学校为例，我校设立了学业奖学金，一等11000元，二等8000元，三等5000元，学业奖学金100%覆盖，所有学生均享受国家助学金6000元/年·生，学校还设有国家奖学金、宝钢教育奖学金等多项社会奖助金，奖励金额2000—20000元/生。学有余力的研究生还可通过参加三助（助教、助研、助管）获取300—500元/月的津贴，参加学校“2+2”三助的研究生还可获得1000—1200元/月津贴，参与导师科研的还可获取一定的科研补贴。学校以上奖助学金制度的实施，使每位研究生获得的奖励资助经费优于原来的公费待遇，完全可以解决研究生在校学习期间的学费、生活费后顾之忧，保证研究生安心于学习和研究。

第四，关于考公务员以及村官、西部计划等国家基层就业项目的准备。每年的12月份是全国公务员考试，到了第二年3、4月份开始就是各省的公务员、事业单位考试，5、6月份之后还有“村官”、“三支一扶”（支教、支农、支医和扶贫）、“大学生志愿服务西部计划”、“农村义务教育阶段学校教师特设岗位计划”、“参军入伍”等各项国家基层就业项目的选拔考试，同学们可以在考完研究生之后做出选择。在当前就业形势日趋严峻的背景下，考取公务员、面向基层就业是我们大学生明智的选择，国家积极倡导、鼓励大学生面向基层就业，同时也给了许多优惠措施。我们学校也专门针对毕业生面向基层就业出台了鼓励措施：对应征入伍服义务兵役的学生实行学费减免；对到中西部地区和艰苦边远地区县以下农村基层就业的毕业生实施相应的学费和助学

贷款代偿；对报名且全程参加各级公务员（含事业单位、村官）考试并取得成绩的毕业生，凭准考证和成绩单报销报名费；被录用的毕业生参加了学校认可引进的培训机构培训的，还可以报销培训费。两项费用报销合计不超过1000元。

同学们，“骐骥一跃，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。”干任何事就是需要这种“锲而不舍”的精神，有时更需要耐得住寂寞，不能半途而废。坚持贵有恒，做到早决定、早准备、早安排，机会总是垂青有准备的人。预祝文法学院的同学们能有一个光明美好的前程。