

2023年人生低谷的演讲稿 初三面临演讲稿 (汇总8篇)

演讲属于现实活动范畴。它是演讲家通过对社会现实的判断和评价，直接向广大听众公开陈述自己主张和看法的现实活动。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

人生低谷的演讲稿篇一

大家下午好！

今天，我们在这里隆重举行中考动员大会，这是出征的战鼓，进军的号角。首先，请允许我代表全校老师向孜孜以求、奋力拼搏的全体九年级同学表示最良好的祝愿！愿你们以火一样的激情、必胜的信念、科学的方法和旺盛的斗志，努力拼搏，收获我们今年中考的辉煌。

时光如梭，岁月如歌。三年前，你们带着纯真的笑脸、求知的激情、成长的渴望，投入重兴中学的怀抱。几度风雨，几度春秋，你们以青春的热情，驱走了三九严寒；你们以美好的憧憬，送走了如火骄阳。你们学习勤奋，你们热情如火；你们收获过胜利的欢笑，你们也曾体味过失败的痛苦……矫健身形、婀娜舞姿似在眼前，加油呐喊、悠扬歌声犹在耳畔，而弹指一挥，你们就要带着老师殷切的希望、父母深情的叮咛，跨进中考的考场，去书写你们青春岁月最绚丽的一笔，去翻开你们辉煌人生最精彩的一章。

中考的战鼓已敲响，手中的刚枪也已擦亮。九年寒窗挥汗如雨，父母厚望今朝圆梦。

中考是知识、能力、速度、心理、体能的竞争，是实力、智

力、毅力的检验，是精、严、细、实的比拼。经历过中考的人，花季的阅历会变得丰富；经历过中考的人，花季的色彩会变得绚烂；经历过中考的人，未来人生路上的风浪会变得渺小；经历过中考的人，整个人生都会因此而变得更富内涵。

首先要有必胜的信心：做到胸有成竹，从容不迫，遇到难题，镇静自若，沉着应考。

其次要做到专心：保持头脑清醒、精力集中、排除一切干扰，专心致志、净化精神。积极思维，使自己处于最佳心理和生理状态。

再次，要做到细心：别因一两分名落孙山。每次评卷总结，老师们都要谈到考生的过失性失分，有的忘填小空，有的漏掉小题，有的忘了一页，造成不应有的损失。有的人就因为这关键的一两分而名落孙山。除做题外，有的考生还粗心到忘带准考证、考试必需品等，结果一上考场就手忙脚乱，影响考试。克服粗心，必须细心。

第一、考前准备要细心。要做好思想和物质准备。考前考后要检查准考证、钢笔及其它文具是否带齐，还要估计一下出现突发事件怎么办？各种情况都要考虑周全，做到有备无患。不管是使用圆珠笔或是钢笔，都要准备两支；还有画图形的铅笔、尺子、橡皮、圆规等文具也都要充分准备，做到有备无患。

通览全试卷，填好号和名；审题要仔细，题意要弄清，遇到拦路虎，不妨绕道行；会做求全对，稳做中档题，一分不浪费，不漏背面题。细中求速度，快中不忘稳；不争交头卷，检查要认真。

最后，要有恒心：参加考试，不可能一帆风顺。有的人可能出师不利，首战受挫，第一道题就不会做或第一科就考得不够理想，有的人可能中途受阻。面对这种情况，容易产生消

极情绪，而消极情绪对以后各科的考试极为不利。

它会分散注意力、影响记忆、遏制思维、降低效率。这就需要冷静下来，认真总结失败的原因，尽快把注意力转移到下一门考试中，不必再对前者耿耿于怀。要提得起，放得下。

决不能一失败就灰心丧气，要有恒心，要有锲而不舍的精神，不管前面的学科考得如何，都坚持考到最后一科，最后一秒。
二、考试期间做到三不：不同别人对答案，不讨论不会做的题，不找老师解题。

1、利用好发完试卷，答卷铃还未打响的几分钟。

2、进考场之前，先到厕所一趟，做好生理准备。

3、进入考场前，用凉水洗一把脸，保证进入考场后有一个清醒的头脑。

4、至少准备一块手帕，防止因流汗等原因弄湿试卷，影响答卷。

5、考试中遇到慌乱时，可以采取深呼吸几次或采取全身先逐渐用力然后慢慢放松的办法。

为圆满完成中考任务，我代表我校带队教师作以下保证：

我们保证：

安排好自己负责的考生的往返交通工作，确保考生往返交通安全。

保证考试期间绝不离开相应学校，负责督促学生按时休息、应考。做好对考生学生的日常生活和考试必备用品的检查和保管工作。

安排好自己负责的考生的生活、住宿。禁止考生在外就餐、吃零食喝冷饮，确保学生饮食安全。

考试前发准考证，考试结束后及时收准考证。组织学生带队往返考点与住宿地点，确保学生安全，树立重中的良好形象。

负责向学生明确注意事项，并进行考试纪律、考试规则和安全教育。

负责掌握考生思想动态和考试情况，做好失利学生的思想工作。

二十四小时开机，做好与学校领导、家长的联络工作，协助处理有关问题。

同学们，生命不打草稿，人生没有彩排。人生总是在竞争中不断超越，生命总是在拼搏中熠熠闪光。深夜的孤灯奋战，夏日的涔涔汗水，父母的声声叮咛，师长的殷殷期盼，都将化作无穷动力，催你们前行，励你们成功。

最后，希望大家相信自己的实力，以平常心面对中考，以正常发挥把握机遇，充分挖掘自己的潜力，实现我们心中共同的梦想！我中考，我自信；我奋力，我成功！

预祝全体九年级同学在今年的中考中考出水平，考出佳绩！在以后的各种人生考试中都能交出满意的答卷！

谢谢大家！

人生低谷的演讲稿篇二

晚上好

很荣幸能作为教师代表在这次大会上发言。

回顾20__年高考，我校高考一本上线333人，二本上线破千人大关再创辉煌，这是上级领导的支持，校领导的正确决策，全体教职员通力协作，共同努力的结果。做为一名教师为之欢欣，为之鼓舞。但成绩只能代表过去，在新的学年里，我们会本着对学生负责的宗旨，以敬业务实的工作精神开拓进取，积极投身新课改，努力提高自身素质，向课堂教学求效率，要质量，奏响提高教学质量的凯歌。我们会用新鲜的活水浇灌同学们求知的心灵，用灵动的智慧音符去弹奏学生的“心灵之音”，用和煦的道德微风去抚慰学生稚嫩的心灵。。“人间春色本无价，笔底耕耘总有情”，只要内心深处充满了对教育事业的无限忠诚，就回点燃一支火把，照亮一片心灵。为了学生的明天，我们愿意奉献一切。从今天，从现在开始，我们要打一场保卫战，这场战役的输赢在于我们是不是团结一心、全员参与、通力协作，全校教职员是否做到在其位、思其职、担其责。

校兴我荣，校衰我耻，这是____高中职工心中的荣辱观。我们以自己是____高中人而自豪、而骄傲，潜意识里已经随____高中同呼吸、共命运。把____高中创办成省名校这种意识已内化为每个人对待生活的一种态度、一种责任。

各位老师：团结就是力量，这力量无坚不摧、这力量超越辉煌。在压力和困难面前，凭借着____高中人“不甘落后的进取精神、不说空话的求实精神、不计得失的奉献精神、与时俱进的创新精神”，我校的明天会更美好。在今天的大会上，我要说：只要我们坚定信念、同心协力、团结一心，，我们就能打好20__年高考这一仗！我的发言完毕，谢谢大家！

人生低谷的演讲稿篇三

大家早上好！我非常荣幸作为高三学生代表在这里发言。

三年的时间飞逝，我们现在已经站到了离高考仅剩__天的冲刺线上，此时此刻，我们面对的，将是我们12年来的学习生

活中最重要的抉择。

__天倒计时已经启动，从今天开始，我们心中装的只能是学习，每时每秒，我们想的都必须是学习。

__天，每天解决一个疑难，就会弄懂一百个难题；__天，每天纠正一个错误，高考中就少犯__个错误；__天，每天提高一分，就会在原来的基础上提高__分。同学们，每天都是新的一页，每一页都要写下奋斗的历程。 __天可以很短，短到弹指一挥间；__天可以很长，长到改变一个人的命运。

摒弃侥幸之念，必取百炼成钢，厚积分秒之功，始得一鸣惊人。

过去，“努力”这话说的太多，说的我们都已经麻木，忘却了努力这话的分量，忘却了我们要付诸行动。今天的冲刺就是告诉我们，该我们行动的时候到了。这不仅是一个仪式，更是一个起点，一个新的开始，无论过去怎么样，我们都还有希望。无论过去怎么样，我们都还有机会。只要在这__天倾注我们全部的汗水，惜时如金，讲究方法，刻苦拼搏，就一定能创造奇迹。

最后，预祝大家高考成功！

人生低谷的演讲稿篇四

每次做高考讲座我都很开心，因为我的听众，面临高考考验的孩子们，你们是最可爱的人！因为此刻是很多人一生中最满怀梦想的时候，梦想着步入大学的殿堂，梦想着展开新的人生旅程，梦想着奇迹出现，命运从此与过往不同。要知道，生活在梦想中的人是最美丽最幸福的！同样，我带着梦想而来。梦想着有一天，中国的教育能够让每个孩子的脸上露出真心的笑容；梦想着今天能与各位的梦想有个美丽的相遇，一起去见证你们的高考成功；梦想着明天，在世界各地，听到你们代

表中国的声音和演讲。所以，我要首先祝愿在座的每一位同学，勇敢地去追求、去实现自己的高考梦想。

当然，高考对于同学们来说，只是生命中的一次考验，我更祝愿大家，今后能够始终怀抱梦想，那样，未来的人生无论有多么困难，无论有多少伤痛，你的内心都会满怀希望、充满力量。各位同学，今天我们身处宽敞明亮的讲堂，温暖舒适的家庭，但随着高考的临近，可能很多人开始感到烦恼和不满、焦虑和痛苦，甚至有人开始了各种逃避。那么，在此我要请大家和我一起去想想那些地震灾区的考生们，想想他们所承受的磨难和表现的坚毅。

二零零八年的高考，我是作为一名志愿者，陪着四川东汽中学的高三考生们渡过的。他们中的绝大多数人都失去了家里的房子，很多同学的亲人离开了他们，有不少同学身体上受到很大伤害，在我辅导的学生中，有一个班是从四楼直接摔下来的。至于生活和学习方面，别的不说，没有书，当时最缺的就是教材，好多人是在延期考试前二十天才拿到属于自己的课本，那就像战士在上战场前没有枪一样痛苦。可能今天我们中的很多同学一看见书就感到头痛了，但当时大家好几个人共用一套教材，轮流着看，每个人都很珍惜。就这样，最开始没有教室、没有足够的教师、没有合适的教材、没有稳定的生活，但在灾区的考生中还有一个没有，那就是没有人逃避和放弃，也没有人抱怨和不满，甚至身受重伤的同学也在医院的病床上坚持完成了高考。

同学们，我讲这些，并不是要去凸显和比较灾区的同学们有多么伟大和坚强，而我们是多么渺小和懦弱。恰恰相反，我要告诉大家的是，我们像他们一样，他们能够做到的，我们也能够做到！这是因为我们每个中国人骨子里都蕴藏着一种这样的力量，一种不畏灾难、不屈命运的勇气，那正是我们血液中传承、灵魂里信仰的民族精神。那么，各位同学，可否让我们的心灵从表面的烦恼中静下来，试着去思考，试着去触及，试着早一点把它拿出来，不必等到灾难临头、不必等

到家园崩塌、不必等到国家民族危亡的最后时刻才去唤醒它，要学会用这种精神来面对包括高考在内的各个人生考验！那么，你距离自己的梦想就真的不远了。

现在，朋友们，请伸出你的手，放在心口，感受生命的跳跃和存在，倾听心灵深处那些善良、勇敢的声音，用我们的爱与关怀，衷心祝愿那些玉树地震灾区的考生们，早日走出灾难的阴影，重建他们倾倒的家园和心灵的梦想，祝愿他们和我们一样高考成功、梦想成真！

人生低谷的演讲稿篇五

大家早上好！

岁月如梭，光阴似箭。三年的初中学习生活如弹指一挥间，转瞬即逝。仿佛就在昨天，你们带着纯真的笑脸，带着求知的激情，带着成长的渴望，投入到xx的怀抱。而如今，你们已经站在了人生的'第一个转折点上，迎接着那早已燃起的中考的硝烟。也仿佛就在昨天，你们由一个个懵懵懂懂的小孩在xxx孝雅的熏陶下变成一个个文质彬彬的少年。单纯的双眸已多了几分深邃，顽皮的脸庞已增加了几分凝重，纯真的心田已悄然增添了责任与信念！

同学们！风雨拼搏了九年，距离我们期盼的中考仅有xx天。它是黎明的前奏，出征的战鼓，拼搏的号角。但是同学们，你们并不是孤独地在奋战。你们的家长，你们的老师……无时无刻不在给予你们帮助。想想老师深夜备课的身影，看看父母期待的目光，再问问自己想要的未来，你会发现：前进的道路竟如此清晰！老师愿以自己的努力和智慧与你们共担一份责任，共同一份耕耘，并期盼共享一份收获的喜悦。同学们！在你们的肩上，担负着社会的责任，家族的荣耀。美丽从来就离不开艰辛，懦弱从不属于青春少年，历史从来就是勇敢者大笔书写，今日拼搏的汗水，必将化为明日的灿烂之花。同学们请和奋斗携手前行，中考后你将自豪地告诉你

的亲友：在xx我追求过、奋斗过，为了家庭的荣辱、学校的荣辱、国家的荣辱，我从来没有放弃过希望，从来没有停止过拼搏！

同学们！人生是一场比赛，让我们只争朝夕，沐浴风雨，以信心，以耐力，以压倒一切的劲头，扬起直济沧海的风帆，奋勇地向前冲刺！

勇士们，你们的梦想一定能够实现，胜利属于xx属于初三20xx年中考的所有勇士们！

同学们，老师们，让我们一起呼出我必成功的信心与力量：

中考加油！我们加油□xx加油！

中考必胜！我们必胜□xx必胜！

最后让我们把最自信的掌声送给自己，把鼓励的掌声送给我们即将出征的勇士们！

人生低谷的演讲稿篇六

各位家长，各位亲爱的同学们，高考是一场立体战，不光是对你们知识、能力、心理、体能的测试，也是对教师的综合考验。一百天，2400个小时，在此，我作为本届高三教师代表，郑重宣誓：我们将忠于职守，甘苦与共。我们将精诚团结，通力合作。我们将笑对质疑，满腔答问。我们将刻苦钻研，潜心备课，不断更新教育理念，努力完善教学方法。我们将随时关注高考动态，采集高考最新信息，海纳百川，广我心胸。为了你们的一切，我们赴汤蹈火，在所不辞！我们将和所有的高三学生一起：争分夺秒，百日鏖战！请同学们放心，我们一定会陪伴你们走完全程，用汗水浇灌希望！请家长朋友放心，我们一定不放弃每一个学生，用智慧哺育理想！请学校放心，我们一定齐心协力，拼搏百日，用鲜花铺就辉煌！

教师们，同学们，未来的一百天中，无论你我，务必做到三个字，第一个字是“勤”字。“勤能补拙”、“天道酬勤”。在未来的一百天中，我们将是这个地球上最勤勉的一群人，每个清晨，当大多数人还沉浸在梦乡中的时候，我们就要开始忙碌：或读书，或教书；每个夜晚，当大多数人已经沉入梦乡的时候，我们还不能停止操劳：或挑灯夜读，或深夜备课。我们一定会勤勤恳恳准备好每一份教学案，精心准备好每一条试题，认真做好每一位同学的答卷批阅和分析工作，尽心尽力上好每一堂复习指导课和试卷讲评课，让你们的复习课更有收获，对你们的备考更有帮助。

第二个字是“谨”字。未来的一百天中，我们需要严谨求学、严谨治学、严谨执家。绝不疏忽任何一个知识点，不忽略任何一个错误，不忽视任何一个细节，尽全力将每一天、每一节课、每一个考试都做得尽善尽美，不留缺憾。

第三个字是“灵”字。在这一百天中，我们的学习、工作和生活都要注意讲求实效，灵活应对。作为高三年级的教师，我们一定会将你们的高考当作是自己的子女、自己的弟弟妹妹的高考一样来对待。我们一定会有针对性的给予每一个学生以不同的指导和帮助，尽我们所能地从学习、生活到心理调节等各个层面给予同学们更多的关爱。调动一切信息渠道，尽可能全面地收集最新最快的高层资讯，灵活有效地指导同学们备战高考，决胜高考。

人生低谷的演讲稿篇七

年轻是搏击风浪船，昂扬而潇洒，作为年轻我们，应努力学习，扬帆起航；放飞自己青春，用勤劳汗水去铺就未来成功之路。

天道酬勤；这是我们初三学子坚定信念，永不言弃；这是我们初三学子无所畏惧精神。古语云：“为山九仞，功亏一篑。”在这最后七个多月里，我们将用青春与岁月激情，去编织

我们读北中梦想，让我们用我们勤奋来迎接命运挑战，去实现自己人生中第一个目标，在追逐北中梦想舞台上一显身手。同学们，在学习道路上我们只有勤奋踏实，掌握知识点点滴滴，才能最终走向成功。一分耕耘一分收获，在耕耘时候，我们就应该付出辛勤劳动，收获时候才会有满意果实，才会有人生惊喜。

在初三，我们必须有愚公般百折不挠韧劲，在初三，我们将不再用明天开始努力谎言来麻痹和欺骗自己；在初三，我们将不再畏惧那些考试失败和人生失意；而是用实际行动来证明自己，在初三，我们将从幻想云端走向坚实大地；在初三，我们将用“天生我材必有用”自信，“铁杵磨成针”毅力，去抒写20xx年中考辉煌。

初三是充满希望一年，是享受拼搏、奋斗人生最佳时光。人们常说：人生能有几回搏？此时不搏何时搏；就是说，拼搏要抓住时机。成功在于拼搏，拼什么？拼效率，有了效率才会有成功；拼心态，愉悦心态才能激活大脑思维；拼意志，顽强毅力不畏惧任何失败；拼潜力，人们往往会被自己初三巨大进步、巨大潜力惊得目瞪口呆。我们正处在花季少年，人生能有几个花季，雨季？在这充满诗意花季、雨季我们更应该懂得珍惜，更应该懂得拼搏和奋斗。因为年轻是我们资本，成功是我们追求，奋斗不止是我们宣言，愈挫愈勇是我们气魄。

当然，好学习成绩还要有好学习方法才得以实现。我在抓学习过程中，讲究以下几个原则。

三个学习要点：

一、多读书，注意基础；

二、多思考、注重理解；

三、多重复，温故而知新；

三条学习原则：

一自觉性原则；

二、主动性原则；

三、独立性原则；

三种学习技能：

一、学会快速阅读；

二、学会快速书写；

三、学会做笔记

不少同学总认为自己比别人笨，不相信自己能力。他们不敢碰难题，即便做出答案也总怀疑不正确，更不敢向学习好同学挑战。这种自信缺乏，严重地阻碍了学习进步。如果说每个人都有巨大潜能，那么，自信就是开发巨大潜能金钥匙。不管什么时候，我们都要认识到，人与人之间虽然存在差异，但每个人可供开发潜力所能达到高度是不可限量。只要自己敢想、敢做，永不服输，就一定能地走向成功。自信是学习中第一位老师。

课本是我们在学习中第二位老师。课本知识是最基本知识，它随时伴随在我们身边，每有问题，我们首先想到应当是查阅课本。不仅如此，课本还起训练同学自学能力作用，那些平时不重视阅读课本，只把课本当做课后练习习题本同学是很难学好知识。

“三人行，必有我师焉。”同学是我们学习中第三位老师。学习不仅需要学生与教师之间双向传递，更需要同学之间多

向交流，同学之间协作更方便。通过同学之间讨论、争辩，有助于开拓思路，激发思维，互相促进。

我学习方法具体如下：

学会预习，在预习时了解基本内容，也就是知道要讲些什么，要解决什么问题，采取什么方法，重点在哪里等，预习时，我一般采用边阅读，边思考，边书写方式，把内容要点、层次、联系划出来或打上记号，写下自己看法和弄不懂地方与问题，最后确定听课时要解决主要问题和打算，以提高听课效率。

在英语上，我选择一大清早起床抽30分钟时间读英语（我一般是读单词和英语短文）短文最好要背出来，因为这样可以锻炼语感。平时多听配套英语磁带，最好能边听边把你听带东西写下来。课后写点练习，特别是阅读理解一类要多写（但是要注意：写阅读理解时候不要一个词一个词去扣它意思，而要一句话一句话地读）

对于数学，数学是一门连贯性很强学科。想学好它就得上课认真听，课后疯狂地写数学习题（写完了不能就算了，还要归纳写题方法）最好能天天都用30分去做习题，要持之以恒。

第二次月考还有几天就要举行，作为一名初三学子，我们必须抓紧点点滴滴时间，就像挤海绵里水一样，只要你去挤，总会有时间去复习。还要学习红军长征那样不怕苦，不怕累精神，加倍努力，在接下来一段时间里，进行扎实有效学习和复习，争取取得第二次月考全面丰收，为以后学习奠定良好基础，为明年中考建立我们应有自信。同学们，我们一起努力吧！让我们用热情拥抱未来，用青春谱写人生，用行动证明存在价值吧！

人生低谷的演讲稿篇八

大家早上好！

我今天国旗下讲话的题目是：《不忘初心，逐梦前行——为xx届初三学生中考壮行》。

下一次升旗就看不到xx届初三学生的身影了——这是一个送别的时刻。

六月，凤凰花又开。骊歌如期奏响，我们却不忍说再见；苍苍古榕，默默无语，却道尽了学校对你们的祝福：祝福你们不忘初心，逐梦前行，前行的路上，心有多宽，舞台就有多大。

我们有一种记忆叫xx届的你们！

而你们，有一种记忆叫惠州一中！

滔滔东江，清清南湖，不仅流淌着你们“男儿立志出乡关，学不成名誓不还”的踌躇满志，更荡漾着你们“仰天大笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”的自信，甚至浸染着“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”的执著斗志。勤奋、博学、严谨、灵活，优秀学风你们刻骨铭心，励志、善学、创新，优良校训你们永不要忘记。三年跋涉，苦读探索，你们学就着勤奋、热忱和良知，你们也必将秉承着宽容、气度和责任！

养兵千日，用兵一时。我不敢有什么嘱托，只好将真诚的祝福洒满赶考路，愿初三的同学们在这几天里争分夺秒，刀枪磨快；以凌云壮志决战中考，我相信，敢为人先的一中学生们定将妙笔生花，金榜题名！

三年奋斗啊，如今仅仅剩下8天了。下周二，你们将坐到中考的考场上。

8天，意味着什么？这是你们用来完成青春画龙点睛的8天，这是你们为一千多个寒窗苦读的日夜一锤定音的8天。在这关键的8天里，你们要放下包袱，调整心态，做好最后的冲刺；在这关键的8天里，你们要斗志昂扬，精神焕发，让青春的努力以最好的方式定格。再过8天，你们就要接受选拔，步入高一级学校的课堂，迎接你们的将是美丽的鲜花、热烈的掌声和真诚的祝福。相信吧，你们都是佼佼者，你们都是最优秀的一中弟子，胜利将属于你们！

初三的各位同学，不管明天你身居何处，不要忘了我们曾站在同一面国旗下；不管你是喜是忧，我们的黄金年华都曾融入一中的精神。是一中让我们心相连，是中考让我们情相牵。

最后，让我们携起手来，不忘初心，逐梦前行，一同去迎接胜利吧！