

# 高二期末考试总结与反思(优秀9篇)

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。优秀的总结都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？下面是小编为大家带来的总结书优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 高二期末考试总结与反思篇一

各位老师、同学们：

下午好！

xx年5月4日、5日，我校组织了高一、高二年级的期末考试。今天，我们全体师生齐聚一堂，召开期末考试表彰总结大会。

本次会议共有五项议程：

第一项：开会

第二项：由刘玉东校长宣布获奖教师名单并颁奖

第三项：由刘梦一主任做期末考试分析和总结

第四项：刘树利校长讲话

第五项：闭会

请刘玉东校长宣读获奖学生名单

下面请高一年级获得三等奖的学生上台领奖。

下面请高二年级获得三等奖的学生上台领奖。

下面请高一年级获得二等奖的学生上台领奖。

下面请高二年级获得二等奖的学生上台领奖。

下面请高一、高二年级获得一等奖的学生上台领奖。

让我们用热烈的掌声为他们获得的好成绩表示祝贺，希望他们再接再厉，期末考试再创佳绩！

下面由刘梦一主任对本次考试做分析、总结。

从前面的数据可以看出，各班各科成绩不足30分的人数，有的学科还比较多，没有达到学校提出的消灭30分的目标要求；同时教的两个班级，成绩差距很大；有的同头学科教师所教的成绩差异明显。在这里希望教师们以教学为己任，埋头苦干，齐头并进；希望广大学子们以学习为己任，认真做人，扎实做事。

下面让我们用热烈的掌声欢迎刘树利校长讲话

总的来看，这次期末考试的成绩同上一次月考成绩相比是有进步的，成绩的进步是科任教师辛勤工作的结果，是同学们孜孜不倦苦学的结果，更是校长一次又一次谆谆教诲，倾心交谈的结果。希望我们广大师生以这次表彰总结大会为契机，依据刘校长的讲话精神，以良好的考风促学风，促班风，促教风，促校风，希望我们广大师生都能紧跟新集中学快速发展的潮流，在知识的这片沃土上奏响自己人生华美的乐章。

## 高二期末考试总结与反思篇二

第一学期期末考试已经顺利结束。本次期末考试分为专业技能课考试和文化理论课考试两个阶段，共历时4天，共设置考场21个，参加考试学生近300人；涉及课程33门，安排监考教师、考务工作人员约达75人次。

在学校领导的高度重视和正确指导下，在各职能部门的积极支持和配合下，教务处始终做到思想上重视、制度上保证、环节上落实，圆满完成了期末考试工作。为更好的加强我院的考试管理，建立良好的考风、考纪，现将第一学期期末考试工作情况总结如下：

## 一、本次期末考试的成功之处

### （一）各级领导高度重视

学校各级领导高度重视本次期末考试的组织工作。为客观公正地反映教育教学状况和学生水平，指导校级学生考试工作，维护学分制管理的权威，学校成立了第一届考试工作委员会，指导期末考试工作。由聂鸿立院长担任第一届考试委员会组长，马希利书记、孙立明副院长任副组长，张爱华、王瑞婷、孙艳丽、张芹、鞠爱民等各部门负责人组成的考试工作委员会切实履行工作职责，在指导考试的组织和命题、监督考风考纪、研究违纪处理意见等方面的工作中，发挥了举足轻重的作用。

本次期末考试是我校实行学分制试点工作以来的第一次期末考试，示范作用和引领作用特别突出，学校领导高度重视，多次召开期末考试相关部门认真学习文件精神，严格期末阶段管理，协调各处室工作，确保了期末考试各项工作安排按计划顺利进行。在考试期间，院领导马希利、孙立明及考务委员会、教务处、学生处人员分别前往教学楼各考场巡视、检查考务工作。

### （二）各教学单位加强管理，密切配合

本次期末考试的圆满完成与各处室的加强管理、大力支持和积极配合密不可分，主要体现在以下几个方面：

#### 1、加强思想组织领导

在考委会的指导下，教务处组织召开了四次考务会，对任课教师、监考教师进行思想动员，引导学生做好复习和应考准备，让教学人员从思想上认识到期末考试的重要性和严肃性。学生处配合教务处组织学生进行考前动员，严肃考风考纪，杜绝作弊苗头，通过正面教育和引导，培养学生树立公平竞争意识，让考生能够真正、全面发挥出自己的真本领。

## 2、严格试题的组织与审核

本次考试试题原则上由该门课程任课教师负责命题，一门课程有多位任课教师的、原则上由考前三天由考委会随机抽题，交与专人负责印刷和试卷保管。保证了教考分离的原则的落实。

## 3、加强监考教师的选派及考前培训

监考老师由教务处随机安排，实行回避制度。命题教师原则上不参与命题课程的监考工作，本班班主任和任课教师原则上不参与本班学生的监考工作。

教务处按照考委会要求选派责任心强的教师参加监考，并对监考教师进行统一要求和培训。在考试中，绝大部分监考教师都以高度的责任心投入到考试工作中，工作细致严谨，认真履行监考职责。

## 4. 严格试卷评阅和成绩录入管理

教务处严格按学校的要求在规定时间内完成试卷评阅、成绩汇总和成绩录入工作，为学生处各班主任节前统一寄送成绩争取了时间。

### （三）精心组织，周密安排，狠抓考纪考风

#### 1、考试的组织和准备工作充分、完备

教务处从11月底就开始精心筹备、周密安排，在“时间短、头绪多、任务重”的实际困难和我校教室资源、监考人员相对短缺的情况下，相互配合，从考务管理模式、工作流程各方面积极探索，克服困难，加班加点，为期末考试提供有力的技术保障。

## 2、结合我校艺术教学实际，安排考试流程

我校是艺术院校，艺术课程较多，为了规范本次期末考试的考试流程，对美术类、音乐类和设计类课程的考试采取了灵活多样的考试模式，更好的摸清学生的实际水平和教师的教学水平。

## 3、加强考务管理，规范考试环节

切实加强考务管理，提前制定期末考试计划，对各专业考试课程及参考学生人数统计、考试命题、试卷审核、印制、分装及复查到考场布置、考生座签粘贴、考试、回收试卷、试卷评阅、成绩统计上报等一系列环节进行了规范，保证了期末考试的如期顺利进行。

## 4、严格考试纪律，狠抓考风、考纪

考委会和教务处加大考试管理力度，狠抓考纪考风。在考场的设置上严格考试方式，要求期末考试所有课程考试按规定执行，严格遵守监考工作流程和监考人员守则，认真填写《考试签到表》，秉公办事，严格执行考场纪律。在考试期间，考委会和巡考人员、教务处工作人员充分沟通联系、及时处理突发事件；对考场逐个进行检查，发现问题及时解决；对考试中违纪舞弊的学生，予以及时通报，让广大学生吸取教训，引以为戒。

本次期末考试共处理违纪学生7人次，分别视情节严重性给予通报批评和严重警告处分等决定。

## 二、存在的问题

- 1、从总体上来看，考试纪律、考试风气较好，但是仍然有学生抱着侥幸心理，携带小抄到考场或是在考场上伺机抄袭同学试卷，说明没有从思想上认识到期末考试是对一学期学习情况和教学情况的总结、摸底，下一步要加大对学生的思想工作，从根本上杜绝投机倒把的风气。
- 2、由于各种原因，各科考试中存在旷考、缺考现象。

## 三、今后的探索方向

本次期末考试的组织严格，措施有力，使得本次考试的成绩比较真实可信，通过考试能及时发现教学中存在的问题，查漏补缺，指导下一步教学工作，促进我校教学质量的提高。

在本次考试中，第一届考务工作委员会认真履行工作职责，对本次考试组织、领导和监督工作有力，其中得来的经验可供以后组织大型的期中、期末考试参考。在以后类似的考试中，考务工作委员会可以拓展工作职责，从试卷的命题、组织、审阅、抽选、印刷到试卷评阅、成绩录入严格与教学、教务人员分离，真正做到教考分离，形成艺术设计学校的特色。

总的来说，在院领导的高度重视和正确指导下，在学生处及各部门的积极支持和配合下，在教务处的严格管理和精心组织下，在全校师生的共同努力下，本次考试规范有序、考纪严格、考风端正，取得了较好的成绩。在今后的工作中我们要总结经验、改善不足，进一步加强考试工作的管理力度，提高考试的信度和效度，使我校考试工作更加规范。

## 高二期末考试总结与反思篇三

20xx年x月x日，小学期末考试及评卷工作圆满结束，由于各

级领导重视，监考、评卷教师认真负责，整个考试及评卷工作基本顺利。

按照镇中心校本期制定的教师考评办法，中考不再全镇统一组织，每期全镇只组织一次统考，同时调整了师生的考评标准，减轻了教师的压力，给教师提供了更多的专业学习提高时间，教师钻研教材，认真备课的风气更浓，学习运用新教法的主动性、积极性更高，课堂教学效率不断攀升，全镇教育教学的良性循环基本形成，学校的办学水平进一步提高。

进入元月份以来，“两基”迎验工作要求高、任务大、时间紧，但全镇没有一所学校、一个教师因此而影响正常的教学，全是利用课余时间加班加点，充分体现出教师高度的责任心和使命感，保证了本期教学工作的圆满完成。

兼有四、五门考试科目，教师的复习任务比较重，但为了提高学生的综合素质，全镇教师无怨无悔，综合学科和语、数、英一样，都考出了优异成绩，由于综合学科第一次组织统一考试，中心校本期只纳入对学校的考核，暂不计入镇级教师考评。

各小学对优生培养都非常重视，这次期考有北厥山、西车、思平、尹小、南滩、大中原六所小学优生比例在10%以上。

小学分项测试是促进素质教育的有力手段，大部分学校都比较重视，尹小、娄下、西车、涧口、李村、思平、大中原、北厥山等小学及时到中心校复印试题。按时上报测试成绩和总结的学校有：尹小、东车、开方口、李村、西车、大中原、娄下、浊玉、涧口、涧西等10所小学。

对学校的考评，按语、数、英一科优秀记5分，思品、科学、社会、自然每个小学科一科优秀记2分的原则，评出东车、大中原、北厥山、思平、尹小、南滩六个先进单位。

考前突击，亡羊补牢，但还有相当部分学校的小学科成绩较差。

考试是对前段教学工作的一次总结，望各校一定抽出一定时间，组织教师认真评析试卷，总结成绩，查找不足，制定整改措施，力争将下期工作做得更好。今后，中心校还将进一步改革考试办法，使我镇对学校 and 教师的考评更加科学完善。

## 高二期末考试总结与反思篇四

光阴似箭，日月如梭。转眼间，一个学期又过去了。学期末必不可少的就是期末考试。期末考试是主要测验你这一个学期对知识的检验，看看你掌握的怎么样。

1月15日，我们张店区各个小学进行了期末考试。我对期末考试有两种心理：第一种是高兴的心理，因为考完试就可以放假。第二种是稍微有一点紧张，尤其是在发试卷的那一天。这一次考试，我是带着一种轻松的心情去考试，没有任何顾虑。

首先考的是数学。还没做完第一大题，就有好几个疑点出现。我采取的方法是先放下不做，等做完后再慢慢思考。很快，我就做完了试卷和附加题。开始思考那些有问题的题。经过一番“饿思考”我终于把题全做完了。开始检查，通过检查，我发现了我比较多的计算粗心问题，这说明我在计算上还要再仔细认真一点。时间一到，我就把试卷交给了组长，开始督促同学们复习语文，我自己也开始认认真真的复习。

语文考试我比数学考试有信心，因为我的语文还算是比较好的。但是如果不认真，照样考不好。因为语文试卷是三面的试卷，所以做语文试卷必须要好中求快，这样才能满足时间的需求。语文试卷我觉得阅读理解比较让人难理解，其他的题还是比较简单的。语文试卷我在离收卷前半个小时就做完了，然后我就开始认真检查，没有检查出大问题，只是个别



没有写规范。我检查完了2--3遍，就到时间了，我把试卷交给了组长，就回到教室了。

下午考的是英语，英语是我的强项。对于英语，我信心满满，我很有信心能考满分100分。先是五年级的听力，在五年级做听力时，我就把笔试做完了，并且检查完了笔试部分的全部题。到了听力部分，我开始仔细认真地听每个单词和每一个句子。听力结束之后，我又仔细检查了一遍，时间到了之后，我就交卷了。

通过跟同学们的讨论，我不知道语文错没错，但是我知道数学错了一个题，这个题是这样的：请你算出下面角的度数按角分，这是一个（直角三角形）按边分，这是一个（等边三角形）这是错误的答案，正确的答案应该是：按边分，这是一个（等腰三角形）。我知道了自己的错误后，开始反思。我觉得错误的原因是：1、没有认真看清楚三角形的边。2、也是最重要的一条，态度比较不端正。在考试的前一天晚上，我复习了语文也复习了数学。到了晚上吃完饭后，妈妈让我再复习一遍数学，再看看书，我却不想看，在客厅玩。当时我的想法是：数学复习的挺扎实了，不用再复习了。但是，今天没有认真读题和思考。

态度决定一切，也包括成绩。同学们，你们一定不要像我这样，一定在下一次考试中抓紧复习，考试是认真仔细的做题、书写，检查。同时，我也意识到了我自己的不足和缺点。我一定会独立改正自己的缺点，争取在下一次考试中让家长和老师同学们看到我的成长和进步，以及优异的成绩！

## 高二期末考试总结与反思篇五

第一，学习态度比较端正。

能够做到上课认真听讲，不与同学交头接耳，不做小动作，自觉遵守教室纪律；

对老师布置的教室作业，能够当堂完成；

对不懂的问题，主动和同学商量，或者向老师请教。

第二，改进了学习方式。

为了改进学习方式，我给自己订了一个学习计划：

对课文要能分清层次，说出段意，正确理解课文内容。

(2)上课要主动发言。对于没有听懂的问题，要敢于举手提问。

每天晚上做完作业，只要有时间，再看几篇作文。

第三，课外学习不放松。

能够利用星期天和节假日，到少年宫去学习作文、奥数、英语和书法，按时完成老师布置的作业，各门功课都取得了好的成绩。参加少儿书法大赛，还获得了特金奖。

经过自己的不懈努力，这学期的各门功课，都取得了比较好的成绩。自己被评为三好学生，还获得了“小作家”的荣誉称号。

虽然取得了比较好的成绩，但我决不骄傲，还要继续努力，争取百尺竿头，更进一步，下学期还要取得更好的成绩。

## 高二期末考试总结与反思篇六

光阴似箭，眨眼间大一的生活即将过去，回想起来我真的领到了很多，让我对大学生活、做人做事、理想信念上有了更深的理解。我们大学生是国家的人才资源，是民族的希望，是祖国的未来，我们肩负着将来建设祖国的重任。加强思想道德修养与法律意识，更是我们在专业学习之外必不可少的。

正所谓，想成为一个有用的人就必须先学会做人。大学像一个大熔炉，教给了我们如何做人，如何做好人。

众所周知，大学阶段是形成世界观、人生观、价值观的重要时期，之一阶段是人生发展的关键时期。刚刚步入大学校门的我们，往往对新的环境、新的同学、新的生活、学习方式感到陌生与惶恐。一年的大学生活，首先让我认识并了解的大学时什么样的，让我有勇气去适应新的环境，大胆的尝试各种学生会活动、大胆的与人交流，我不再像高中一样内向。大学的学习生活，我还认识了理想与目标的重要性。在考上大学之后的倦怠期，我慢慢地为自己寻找方向。既来之，则安之。我不再抱怨，我学会了往前看。有了自己为之努力的方向与目标。我明白了什么该做，什么要做，什么要争取做，什么不要做，什么可以尝试着做。我试着为自己订立短期目标、中期目标与长期目标。大学并不意味着以前所说的“解放”，大学只是为我们提供了更为宽广的平台，想要成功，大学只是基础，我们还有很长的路要走。当然，选择了新闻专业的我们要坚持个人理想与社会理想的统一，我们在社会的庇佑下成长，我们的理想也就与社会理想相互制约、共同发展，我们要更高的社会责任感。在仰望星空的同时，我们必须要学会脚踏实地。既要认清、适应大的社会环境又要认清、把握好自己的能力，立志高远、始于足下。

都说人是用感情记录生活的动物。大一这一年，我慢慢了解到了如何更好的处理友谊与爱情，个人与集体，竞争与合作的关系。让我明白什么是最重要的感情，让我更加珍惜大学时光的友谊，让我理性的看待大学时光的爱情。同时，个人就像一滴水，集体就像一片海。让一滴水永不减少只有把水融进大海里。个人只有合理的参加集体的合作与竞争才能更快地实现自己的价值，更快地叩开理想之门。

在大一，专业课的学习让我感到很有兴趣，与此同时我参加了院学生会——新闻导报，几个月的时间，我渐渐明白了如何把专业知识放到实践中。同时，积极参加各种活动，我学

到了很多书本里没有的本领与知识，交到了很多朋友，更加自信。

大一上学期就这样匆匆而过，回顾过去，虽然没有努力，但也学了一些东西，总算有一点进步，可能是自己没有真正理解到如何学习，展望未来，希望在下一年中学到的更多。回顾昨天，我百感交集；面对今天；我信心百倍；展望明天，我任重道远！

## 高二期末考试总结与反思篇七

期末考试很重要，有时还意义非凡。考好了，心里甜滋滋的，随之而来的是老师的赞扬、同学们的羡慕和父母的喜悦；考得不号，老师会失望，父母会生气，还可能会面对同学轻视得眼光和讥讽的话语。以我微薄之见，考好则已，考不好也别灰心，如果上要考虑长辈的夸奖，下要考虑同学的冷嘲热讽，则必败无疑。考好不骄，考不好不气馁，以平平和和的心态应考，反而能考好。但是，说到容易，做到却难。

就拿这次期中考试来说吧。我是抱着考双百分的信心来应考的。从早到晚，考试以后，都十分疲惫和担心，时间仿佛静止了，度日如年，考好和考不好这两个词在心里打架，晚上一觉酣睡才觉得好些。

### 第二天是数学考试

考完，我便四处问讯数学答案，以便与自己的答案相对，跟着就是几声“耶！”的欢呼，因为那时我已经感觉到我是100分了。现在就看语文了我紧张得就像心里有几只小兔子，能清晰地感觉到自己的心跳的节奏。就在这时，同学熊梦飞跑过来，把他凉凉的小手搭在我的肩上，说：“别不高兴，”一听这话，我的心里“咯噔”一下，他继续说：“你语文九十五点五分。”啊！怎么会这样！顿时，我眼前浮现出这样几幅景象：我和爷爷坐在客厅里，爷爷问我是不是100分，我

说有99.9999%的把握得100分；我和妈妈拉钩：双百分就奖励一小时电脑游戏。现在倒好，不仅辜负了爷爷得期望，而且一个小时得游戏也成了泡影！唉！为什么是这样！我在心里祈祷：但愿数学能给我一个满意得结果吧！

我希望自己以平和的心态对待考试，但做起来真难啊！

## 高二期末考试总结与反思篇八

期末考试终于结束了真高兴啊！这次成绩比较满意比上次进步很多，星期五领试卷的时候得知自己当上了三好候选人心里很高兴但由于成绩比那些人差所以木（没）又当上心里很难过但我并不气馁我只对自己说下次考好了就一定能只要每学期躲进不一定下此次就可以被老师悬赏那让可让爸妈自豪一阵子了。

说一说总结这次试卷是全区统考的有以下几点

1，端正我们的学习态度，上课及时早到，争取做到课前预习课后复习的习惯，改正同学60分大吉的观念。

2，积极帮助未及格的同学找出原因所在。原因主要是欠缺对于所学学科的重视，以及不用功刻苦。不下功夫去背一些需要记忆的学科。

3，建设好班级学风。一个班级的学风很重要，影响了全班同学的学习习惯和成绩。所以，班委和同学应该极力营造一个好的`学习氛围，互相督促，努力学习。

取乎其上的乎其中，取乎其中得乎其下。应该高标准严格要求自己才能取得好的成绩。胜不骄败不馁，认真的走好每一步。这是我对本班的建议谢谢。

但愿下一次考得更好嗯加油吧！

## 高二期末考试总结与反思篇九

尊敬的领导、老师，亲爱的同学们：

大家好！

很高兴在这里发言。今天，我们高二年级的文理科成绩优秀的同学汇聚一堂，召开高二上学期期末考试总结表彰大会，首先，要向在这次考试中取得优异成绩的同学表示热烈的祝贺。

同学们，经过高二半个学期的学习，我们每一名学生都有了不同程度的进步。我们高兴地看到：你们能热爱集体，珍爱荣誉；你们品行端正，积极上进；你们学习努力，勇攀高峰；你们独立处事，谦让有礼；你们尊爱师长，礼貌有加。刚才受到表彰的、已取得优异成绩的同学仅仅是我们众多优秀生中的代表，希望你们在以后的学习中不骄不躁，不断进取，再创佳绩！也希望其他同学向优秀同学学习，顽强拼搏，勇于争先！优异的成绩见证了同学们的不懈努力，也见证了老师们辛勤的工作。我们为你们取得满意的成绩而感到高兴，也为自己付出的劳动有所收获而感到欣慰。正所谓：一份耕耘，一分收获。面对考试，总是有人欢喜有人忧。正像人生道路有风和日丽，也有阴雨连绵，你不能左右天气，却可以改变心情，你不能改变容貌，却可以展现笑容，你不能改变世界，却可以改变自己。一句话：态度决定一切！我们要从暂时的喜悦中走出来，从暂时的沮丧中走出来，胜不骄，败不馁，应该及时总结经验，及时调整自己，面对考试成绩我想在这次大会上向全体同学提出几点建议：

### 一、正确对待成绩

成绩是我们用辛勤的汗水和科学的学习方法换来的，我们应该有滴水穿石的精神，有会当凌绝顶，一览众山的气魄！只有这样，我们才会不断进步，创造新的成绩！

## 二、清醒地认识自身的不足

我们能够，也必须看到，发展是不平衡的。个别同学学习中还存在着不少问题，各学科发展是不平衡的，学科与学科，同学之间成绩存在很大差距。从现在起，我们应分秒必争，刻苦学习，向受表彰的同学看齐，讲学习、比学习、营造浓烈的学习氛围。

## 三、要时刻用目标激励自己，要相信自己能行。

目标是学习的内在动力。我们每个人都应该有远大的学习目标。古人说：“选其上得其中，选其中得其下，选其下得其下。”这些话语告诉我们，无论做什么事，都要树立远大的目标。我们很多同学在进入高中后，就树立了自己的目标，并不断地用自己的目标去鼓励自己，鞭策自己。这就是他们学习的动力，这就是他们之所以取得优异成绩的原因。所以，我们每一个同学都要有远大的目标，然后将目标细化到平时的日常行动上，将远大目标落实为平时一点一滴的积累。

下面再和大家谈谈即将到来的高考的一轮复习。

高三的复习往往有1--3轮。

**第一轮：**全面复习，也称为地毯式复习，全面开花。目的在于：让同学们对高中各科的知识有一个全面的回顾和了解。作用在于：牢固基础。其复习多为纵向式复习。

**第二轮：**专题复习，也称为重点突击，突破重点。目的在于：将高考中重点考查的知识点，解题方式及技巧进行提炼，作用在于：使同学们形成知识网络，抓住知识主干，其复习多为横向式复习。

**缺。**训练同学们临场应战的能力，逐步适应高考的模式。作用在于：调整同学们心态，便于高考中正常水平乃至超水平

发挥。

下面，我重点谈谈第一轮复习。

第一轮复习，老师将以教材为蓝本，系统的全面涵盖各科的考试内容。这轮复习，重在知识回顾，牢固基础，是高三各阶段复习最重要的一个环节。面对这轮复习，同学们应采用跟进的策略，紧跟老师。即时消化，即时巩固。要做到各知识要点，理解透、记得牢。各种问题的处理方法，学得会，用得好，知识网络逐步在脑海构建。

学习的关键：集中精力，听好每一堂课，将听课笔记补充完善，记住要点。教师布置的作业，要想尽办法努力完成。尤其是各科的基础题型，均有很强的针对性，只有通过反复训练，方法才得以掌握，运用才得以熟练。思维的方向性和灵活性才能进一步提升。

此外，对暴露出的问题，切不可疏忽大意，轻易放过。人们的学习，实际上是在不断的解决问题中获得进步。发现问题本身就是一种能力，解决问题更能获得进步与提高。

还有，应注意各科间的均衡发展，高考中需要的是总分，要克服偏科的毛病，不单凭兴趣读书。弱科的上升空间往往很大，要敢于在弱科上下功夫，花力气。

最后我对在座的同学们寄托三点希望，讲三个故事。

第一：希望同学们在学习中树立目标，逐个突破。

先听一个小故事：

1984年，在东京国际马拉松邀请赛上，名不见经传的日本运动员山田本一出人意料地获得了冠军。当记者采访他成功的秘密是什么时，山田先生只说了“凭智慧战胜对手”一句话。



人们对此就是不理解，马拉松比赛凭的就是体力耐力，个子不占优势的山田本一岂不是故弄玄虚？过了两年，山田本一又参加了在意大利米兰举行的国际马拉松邀请赛，他还是一路领先轻松摘取桂冠。同一个记者采访他时问了同样的问题，性情冷谈、木讷寡言的山田先生还是只回答了同样一句话：“凭智慧战胜对手。”

十年后，山田本一退役当了教练，在其自传中首次披露了其成功的秘密。原来山田本一每次比赛前自己先驾着车沿着比赛的线路走一圈，并把沿途醒目的标志记下来。比如第一处是银行，第二处是红房子，第三处是一棵大树一直记录到终点。比赛时，他就以百米冲刺的速度跑完第一段，然后信心百倍地向下一个目标冲去。这样，全程四十几公里被他分成若干个小目标轻松地跑完。以前比赛，他总把目标锁定在彩旗飘扬的终点，只跑到十几公里他就全身疲惫，被后面遥远的路程吓倒。

同学们，我们既要确立高考这一大目标，也重视自己的小目标，学会把大目标分解成小目标。在这一学期里，大家不妨把以后的历次大型考试作为实现自己小目标的标志。从现在开始，我们将会有4次大型考试，即：本学期年级处组织的两次月考，县教育局组织的期中考试，市教研室组织的期末考试。我敢保证你每考完一次之后都确立一个下次考试的小目标，到了高考之时，实现自己的大目标可以说是顺理成章和水到渠成之事。

希望同学们要未雨绸缪，从现在开始，树立起自己每次考试的小目标，鼓舞起自己的斗志，以百倍的努力，必胜的信念去奋力拼搏，争取学期结束时取得更大的进步。

第二：希望同学们做到坚持不懈，走向成功。

还是先给大家讲个小故事：

希腊神话中大力士西西弗斯因小事触犯了上帝，上帝为了惩罚西西弗斯，便要求他把一

块近似圆形的巨石推到山顶。巨石到达山顶的一刹那又滚下山去，西西弗斯必须再把巨石推至山顶，不断重复永无止境地做这件事。他的生命就是在这样一件枯燥单调、无趣无望的劳作中度过。但是，西西弗斯却在这种重复机械无希望的生命中发现了意义。他看到了巨石在他的推动下散发出庞大的动感美妙，他与巨石的较量所碰撞的力量像舞蹈一样优美。大力士沉醉在这种幸福中，以至于再也感觉不到了苦难。当巨石不再在他心中成为苦难的时候，有一天，石头被推至山顶巍然不动了，上帝诅咒的力量突然间消失，西西弗斯从苦难中解放了。

西西弗斯之所以能够从苦难中解脱，关键是他能面对现实，正视困难，且保持平和的心态，从平凡单调中发现美并寻找到乐趣。我们高三每一位学子都应有西西弗斯这种心态和精神，“有一天巨石不滚下山”就是我们学子理想的实现。

第三：希望同学们做到专心致志，心无旁骛

依然给大家讲个故事。

瓦伦达是美国走钢索的杂技演员。钢索一般悬在离地几十米的高空，没有任何人身安全保护措施，还有来自风雨等不利因素的干扰，人在上面行走，其危险可见一斑，但他始终能获得成功。对此，瓦伦达说：“我走钢索时从不想到目的地，只想着走钢索这件事，专心致志地走好钢索，不管得失。”后来，心理学上把这种专注于做自己的事情，不为赛事以外杂念所动的心理现象称为瓦伦达心态。对于每一位高中学生来说，都希望高考一次就获得成功。考试要想能发挥出自己的最高水平就应该具有这种瓦伦达心态。

我们是高中生，我们的任务就是专心致志搞好学习。与学习

无关的事情，我们无须去关注和分心。说到这，顺便重申几点纪律要求。一是谈恋爱的问题；三是手机的问题。这些都是学习进步的大忌。

优异成绩的取得，一是靠基础知识的基本技能的掌握，还有一个重要因素就是考试的心态。有些同学，考试心理调节能力不强，平时考试还不错，大考就紧张，考不出正常水平，这类同学往往是想得太多，患得患失。比如当一个高尔夫球手击球前一再告诉自己“不要把球打进水里”时，他的大脑里往往就会出现“球掉进水里”的情景，而结果往往事与愿违，球大多都会掉进水里。从瓦伦达身上也可以印证这一点。他在最后一次表演中从钢索上坠下致死就因为他有了患得患失之心：“这次只许成功，不许失败。”所以，面对考试，要保持一种稳定的瓦伦达心态，我们现在不要去想高考到底我能考多少分，而是要多去考虑我今天学到了什么，今天老师讲的知识点我有没有熟练掌握，如果每天都很充实，每天都能学到东西，高考胜利的大门必然是向你敞开的。“千考万考，大考小考都为高考”，要想高考取得成功，平时的考试每次都是试金石。人出生的家庭各不相同，遇到的状况存在差异。但差异可以改变，改变靠什么，靠个人清醒的认识，靠个人顽强的意志和毅力，靠个人的勤奋与拼搏，更依赖个人知识拥有量的多少。拥有知识就拥有一切，拥有知识就能冲破种种困难与阻挠。

故此，我要奉劝每一位同学，去掉犹豫，抛却胆怯，心存梦想，脚踏实地，把握自己命

运，创造美好未来。同学们，要自信，要坚强。用你青春的激情去拥抱每一轮太阳，用你昂扬的锐气去挫败每一个困难，用你坚毅的斗志去超越每一个极限！

期末考试对我们是一次总结，又是一个新的起点，我们要做的就是成功中长风破浪，直挂云帆，在失败中乐观面对，永往直前，同学们高中的每一天都是宝贵的，相信我们经过

高中的磨练我们会在高考的考场上更加成熟，更加自信，更加从容！

最后，祝大家在20xx年的六月，鹰击长空，鱼跃龙门，收获喜悦，共享成功，金榜题名！谢谢大家！