

# 2023年冲刺宣誓语 高考百日冲刺誓师大 会讲话稿(大全9篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 冲刺宣誓语篇一

尊敬的各位领导、老师、家长，亲爱的同学们：

大家好！雄鸡报晓催人早，又是一年春来到。今天是20xx年2月26日，在这孕育着生机和活力的春天，在这距离高考仅有100天的特殊的日子，我们站在新学期的起跑线上，怀揣着父母殷切的目光，描绘着自己心中的蓝图，开始了万米赛跑的百米冲刺。回想高中三年已走过的900多个日日夜夜，我们阅读过的书籍可以摞成山，做完的试卷可以围成海；我们有过成绩落下的泪水，更有过成绩一步一步上升的喜悦。回顾上学期，同学们创造了一个又一个辉煌，期中、期末两次惠州联考，预测总上线人数不少于05年的高考上线数，列所有联考学校的前列；这些成绩来之不易，是全体师生用、用勤奋、用刻苦拼来的，这些成绩更催人奋进，时刻提醒我们100天的冲刺更艰险。我们一中有一个优良传统，那就是成绩面前不止步，越是艰险越向前。

同学们，在高考中要取得优异成绩，在数十万名考生中要脱颖而出，靠的是实力，不是运气，而实力来自拼搏，来自勤奋，来自刻苦。只要高考试卷还没有收上去，机会就掌握在自己的手中。100天的时间不长也不短，但不要以自己的现状为标准，每个人都应迎着晨风想一想，今天该怎样努力，踏着星星问一问，今天有多少长进，要跟自己的潜力对话，向自己的极限挑战，用100天创造一个奇迹，用100天给自己一

个惊喜，不到最后绝不轻言放弃。

下面我就最后100天的复习冲刺谈几点看法。

良好心理是高考制胜的法宝，不良心理是高考的大敌。我们在冲刺阶段必须想办法克服以下6种不良心理：

1、骄傲自满心理。表现在上课不认真听讲，回答问题不积极，喜欢做难题偏题，不注重基础训练。

2、消极厌学心理。上课打不起精神，甚至不来上课，来上课也是看小说杂志，做小动作，说闲话。

3、依赖懒惰心理。没有自己的计划，完全依赖老师，很少主动看课本，做练习。

4、虚荣漂浮心理。有些同学对知识一知半解，不懂装懂，表面看似接受，实际没有掌握。

5、悲观紧张心理。有些同学一方面总感觉智力不如其他人，考大学无望；另一方面又很想踏入大学之门，因而长时间处于一种十分紧张的状态中，表现为：上课时昏昏欲睡，加班时这本看看，那本资料瞧瞧，看得多，消化吸收少。

6、贪多求快心理。对基础性的“短平快”试题不屑一顾，尽找知识点多的综合性的难题来做，只求速度和数量，不加总结提高。

一是学会自我微笑，挺胸抬头走路，挺直脊梁，助于增强信心。必须有不自欺、不欺人的态度，必须有埋头苦干、拼命硬干的精神；必须摒弃“比上不足，比下有余”的思想，做到敢想，敢比，敢争，丝毫不能放松自己，时刻提醒自己前面还有更高的目标需要自己去攀登。

二是平时养成良好的做题习惯也有助于增强信心。一是不机械做题。做题仅求得答案远远不够的，一定要有思考，有标记。思考每道题考了什么知识点，怎么考的，属于哪类考法，然后举一反三……标记做错的每一个题，这样做能帮同学们避免以后犯部分同样的错误。二是一道题要从头做到尾，不要养成做题做一半的习惯。三是错题要改，对基础差的同学来说，可以从选择题、填空题抓起，一点一点地填补漏洞，只要在原有基础上取得进步，就能逐步树立信心。

三是这最后100天内，同学们都应该把模拟考试当作高考来对待。模拟考试不但是试题的模拟，也应该是场景的模拟。这样，经过多次的场景模拟（学校设场景、学生自设场景），到高考时就不会紧张了。

恰当的复习方法可以收到事半功倍的效果，建议同学们综合运用下列集中复习方法。

1、及时复习。根据（德国）艾宾浩斯的遗忘规律，我们要及时复习，因为遗忘在学习之后是快速发生的，以后随着时间的流逝而逐渐变慢。如果课堂上老师留下了几分钟让我们自由支配，那我们就要把这几分钟用于消化复习当堂知识，“趁热打铁”。每天的自习除了完成当天作业和试卷外，应保证当天功课的及时复习，当天功课当天清，一周功课一周清。及时复习花费的时间少，但效果好。

2、分散复习。从心理学角度看，集中复习容易引起疲劳，而且容易受到干扰，从而影响复习效果；分散复习由于时间短，不易引起疲劳和干扰，复习效率自然就高。在各科都进入复习的考前冲刺阶段，要根据分散复习的原则，把各科穿插起来复习。穿插的原则是：文理科交替，前后两科之间的干扰要尽可能的小，有可能互相干扰的科目，一定要叉开复习。

3、多次复习。俗话说：旧书不厌百回读，熟读深思子自知。有的同学老是说学了以后记不住，怪自己脑子笨，其实是反

复的次数不够。马克思有惊人的记忆力，但他有一个良好的学习习惯，每隔一段时间就要重新复习一次笔记本和书本中的重点章节，以巩固记忆。我国明代著名学者顾炎武，《十三经》都能背诵，原因就在于他读书时，每年都要花总共三个月的时间来复习已读的书。阶段性的多次复习要分清主次，突出重点，不求面面俱到，而应有所侧重。

4、多种方式结合起来复习。单一的复习方法，易产生消极情绪和疲劳，如果采用交谈复习法、讨论复习法、自我检查复习法多样化的复习方法，就会激起智力活动的积极性。

同学们在前一阶段的复习中几乎都会遇到过这样一种情况，即在经历了一段时间的复习之后，成绩就再也难有较大提高，甚至忽高忽低，沉浮不定，这就是人们常说的普遍存在于高考复习中的“高原现象”。

对于进入100天冲刺状态的同学们而言，“高原现象”是极其有害的。因为越是临近高考，大家就越是感到时间的宝贵，倘若迟迟不见进步，大家就会有再学无用、空费时间的错误认识，从而放松甚至放弃对知识的进一步学习。这也是造成许多同学本来成绩不错而高考成绩欠佳的重要原因之一。

在100天的冲刺里，要克服“高原现象”，首先就得弄清其产生的原因。一般来说，那些难度较低和出现频率较高的知识点和能力点，大家比较容易掌握；相反，那些难度较高和出现频率较低的知识点和能力点，大家往往掌握得比较差。再加上大家的思维特点、学习兴趣、学习习惯和学习过程千差万别，久而久之，就形成了“各具特色”的“偏点”“弱点”现象。从而最终导致总成绩的徘徊不前，即“高原现象”的出现。

其次就要找出自己的“偏点”“弱点”。为此，可对平时每次检测的得分情况分项进行详细记录，然后对所统计的数据逐项加以整理，就可看出自己对知识点和能力点的掌握情况，从而将自己的“偏点”“弱点”找出来。

第三，拿出一定时间，针对自己的“偏点”“弱点”，进行必要的定点训练和强化，实施重点突破，因为这些“偏点”“弱点”正是同学们的能力增长点。

## 1、计划与落实的关系

高考还有100天，同学们要订一个合理的复习计划。每天都要分配复习时间给各科。相对好一点的科目或“优势环节”，分配时间适当少一点，而弱势学科或“薄弱环节”分配时间适当多一点。建议每个同学都建一个错题集，专门收集自己做错的题目，经常翻翻，下一次再出错的几率就小得多了。除了抓好基础知识，总结也是不能少的，在总结的基础上查缺补漏很重要。除了紧跟老师复习的步伐以外，个人总结十分重要，在总结中就可以将各科的知识浓缩了，这样也便于理解和记忆。

在总复习中一定要保证学科复习的完整性，所谓完整性是说考生的每一天的复习、每一个时段的复习都要保证学科的完整性，按计划复习完一个学科再进行另外一个学科的复习，这样，基础知识扎扎实实，学科知识网络清晰，复习效率就高，复习效果就好。有的考生东一把历史，西一把政治，一会儿又抓起了地理，结果是眉毛胡子一把抓，学科间互相干扰，考生越复习心里就越没底。

## 2、考试与看课本的关系。

冲刺阶段，要认真对待每一次考试，绝不放过每一道做错的题目。考试，正是对同学们所掌握知识程度的一个考查，目的在于弄清楚同学们学会了什么？还有什么不会？因此我们在庆幸自己取得好成绩的同时，绝对不可放弃自己出现的每一个错误，这个错误正是自己学习的漏洞所在，正是自己知识体系的断层所在，正是自己逻辑推理有误的体现。所以紧抓住这个错误，从错误着手，找出问题的关键之所在，打破砂锅问到底，究竟是什么导致了我的错误，是某一个概念不

清，还是某个方法不会，或某种演绎不到位？建议同学们对待错误就象对待敌人一样，要将它彻底消灭，绝不能浮光掠影，草草了事。有的人简单地将很多错误归结为粗心，其实我们学习中出现的错误往往都不是偶然的，你认为是粗心，但下次遇上还会错，是因为自己对某个问题没有足够的经验，没有深刻的认识，所以，请同学们准备一本笔记本，凡出现错误，及时记录在案，并标明出自何处，认真写出出错原因和正确解法，并反问自己，是否我再也不会犯同样的错误？有不懂的问题，尽量向老师请教，并非只有老师才能帮你解答，而是因为老师会诊断出你出错的真正原因，找出你知识体系中的盲点，给你的最合理的建议和解决的方案。

当然，考试之外，大多数时间要依据课标、考试说明回到课本上来，注重基础知识的复习，否则，丢了基础，考试也达不到目的。高考试卷中易、中、难试题占分比例为3：5：2或3:6:1, 易、中试题占80%或90%，所以要想取得好成绩应狠抓基础。我的是：基础、基础、再基础；加分、加分、再加分。这里我提三个建议：

(1) 进一步吃透《考试大纲》、《考试说明》的精神，明确复习范围和要求。《考试大纲》是高考命题的依据，它严格规定了命题的范围和能力要求，同学们高考前应进一步学习《考试大纲》，以明确复习的内容、方向、能力要求和难易程度，根据《考试大纲》中的要求和自己的实际情况有目的、有侧重地安排复习。

(2) 充分利用课本用好课本，抓好“双基”的落实。有些同学在高考前的复习中抛开课本，在大量的复习资料 and 模拟试卷中钻来钻去，试图通过多做、反复做题来完成覆盖高考试题的工作，结果是事倍功半。同学们必须高度重视利用课本用好课本，把大部分精力放在课本上，按照课本的要求抓好“双基”的落实，不要刻意追求社会上流传的偏题、怪题和难题或技巧性过强的试题，不要在题海中不能自拔。

(3) 正确处理训练的质和量的关系。同学们在做题训练中不但要注意训练的数量，尤其要重视做题的质量，不能就题论题，而要就题论“理”，就题论“规律”，最大限度地发挥每一题的效用。在做题的量和质发生矛盾时，要坚持“宁可少些，但要好些”的原则将题做通，做透，才能于不同中见相同，于相同中见差异，才能灵活运用所学知识和掌握最佳方法，考试中才能取得理想的成绩。

3、攻薄弱学科与发挥优势学科的关系。

4、主体作用与主导作用的关系。

复习要坚持同步性原则，所谓同步性原则就是同学们的复习计划一定要和老师的复习安排同步进行，万万不可另起炉灶，同学们要有自己的复习计划，但这个计划是在学校老师复习安排下的细化和调整。

老师毕竟有着多年的教学和辅导经验，所以是最能把握分寸的人。他们既能将有效知识有规划有步骤有系统地传授给学生，又能详细地讲解解题技巧。“在上课时，一定要追求随时随地不走神”。老师所讲解的知识点早就掌握了，而自己的不懂之处老师又较少提及。同学们又很容易走入两大误区：一是抵触老师的授课规划和知识链接，二是独自钻研生涩艰难的试题。“这样的考生忽略了一个十分重要的问题：高考不是竞赛，它不会曲高和寡；而老师是过来人，他知道如何引导”。

跟牢老师复习脚步之后，最关键的就是“链接宏观知识点”，同学们自己必须要具有主动积极的意识和行动。

5、复习效果与班风的关系。历史证明：哪个班的班风好，高考成绩必定好！

6、学习与锻炼、休息的关系。科学安排，相互促进！

老师、同学们，如果人生是散布在天空的星星，那突然闪过的流星就是我们高三最后100天的冲刺吧！我们没有在意自己放射的光芒，却只注意到自己创造灿烂时那灼烧身体的痛苦，似乎只感受到了生活的紧张、学习的负担和父母亲那期盼的眼睛，但高考过后回头看时，高三的最后冲刺生活，一定会令人难忘。

老师、同学们，决战的号角已经吹响，加速前进的命令已经发出，时间紧，任务重，压力大，同学们都应清醒理智地明白：选择高三冲刺意味着吃苦、甘于寂寞，意味着放弃娱乐玩耍；不管过程怎样的艰苦，经历过了，便也是一种幸福。我们无须犹豫，无须退缩，鼓起勇气，迎着朝阳，走过艰难，走过挫折，苦战100天，迎接希望，圆大学梦想！

在同学们加速前进的队伍里，有学校领导、全体高三老师的心与同学们一起在跳动，有学校领导、全体高三老师和同学们坚定同行。苦恼了、动摇了，不要忘了还有这么多支持同学们、关心同学们的学校领导、老师。学校领导、老师们愿意做人梯，让同学们踩着肩膀向上攀登；愿意做铺路石，为同学们的成功之路铺设坚实的路基；愿意做红烛，照亮同学们如诗如歌的冲刺旅程！三分天注定，七分靠打拼，爱拼就会赢！在龟兔赛跑中，乌龟所以取得最后的胜利，是在于它的锲而不舍。鲁迅先生说过：“不耻最后。即使慢，驰而不息，定能达到他所向的目标。”高中三年九百多天我们从风雨中走来了，在这最后的冲刺中我们要用我们的勤奋来迎接命运的撞击，奏响人生的新乐章！谱写川中新辉煌！

同学们，努力吧！要抢抓最后100天，珍惜分分秒秒，以苦学、善学、乐学的精神，达到忘时、忘物、忘我的境界，万念归一，全力冲刺！是船，就要搏击风浪；是桨，就要奋勇向前！！

谢谢！



## 冲刺宣誓语篇二

同学们：

今天我们在这里举行xx年高考百日冲刺誓师大会，刚才听了同学们热血沸腾的誓言，我感慨万分，我仿佛看到了1000余名同学业已准备好了一切，进入了高三冲刺的决战战场。

高考，是决定人生的分水岭；是展现学子实力的大龙门；为了这次高考，我们准备了十多年。现在，离决胜的时刻只剩下100天了，在这一百天中，我们要以坚定的信心，平和的心态，科学的方法全力以赴地提升自己的实力，去铸就青春的辉煌，摘取成功的硕果。

今天，我说四个关键词：坚定信心，科学安排，调整心态，奋力超越。

首先，要有“我能成功，我必成功”的坚定信心。干大事者都要有坚定的自信心。美国作家爱默生说：“自信是成功的第一秘诀。”我们中国也有一句格言说明自信心对人生的影响：“信其能则可能，信其成则可成，成败自在人心”。面对高考这人生的重要选择、这严峻的挑战，每个同学都要克服畏难、自卑、消极的思想观念。都要牢固树立“只要努力，我能成功，我必成功”的坚定信心。都要有“别人行，我更行”的豪迈志气。有了这种信心与志气才会在剩下的决战决胜的关键时段，始终保持旺盛的精力和坚实的前进步伐。当然这种自信和志气，并不是心灵空虚者的狂妄，而是建立在勤奋拼搏基础上的热情和干劲。

第二、科学安排才能不断地夯实各科基础，填补各个知识漏洞，增强各种能力，提高综合实力和本领。临高考只剩下一百天，时间可谓短暂，但用好这一百天的话，收获和提高可能超过高中三年的总和。怎样讲究方法，提高效率呢？一是要科学合理安排时间，要在紧跟教学进度的同时，根据个人

实际，将自由支配的时间主要用在薄弱学科，薄弱知识点的攻克上。二是要重视知识的归纳梳理，比较辨析。要为每个学科编织知识网络，系统掌握知识；要注重知识的比较辨析，同中鉴异，异中求同，揭示知识规律；要认真归纳各种题型的解题思路、方法、技巧。要重视练后、考后的分析反思，认真建立和使用好错题集。三是要做到问题不过夜，当天发现的知识缺漏或疑问要通过自己翻阅资料、通过思考或请教老师、同学当天解决。一定要尊重信任老师，要努力防止因非智力因素失分，养成解题规范，书写工整，卷面整洁的习惯。

第三，调整心态，要有“每临大事有静气”的平稳心态。面对高考这关系人生前途和命运的重要拼搏，有些同学情绪亢奋，心态紧张，食不甘味，睡不香甜，上课精神难于集中，自习不知该复习那科。还有的考试怯场，无法充分发挥。这种状况不改变，势必影响复习效率，影响自己实力和能力的充分展示，面对高考我们思想上当然要重视，要有激情，要有紧迫感和竞争意识，但在心理上却要沉着冷静，以一颗平常心正确对待。平时学习中，我们不要过多考虑我能不能考上，会不会考砸之类的问题，而要经常在心内告诫自己，只要我努力了，拼搏了，不管结果如何，我就对得起父母亲友，对得起学校老师，对得起自己的人生，我就无怨无悔了。要有“不管风吹浪打，胜似闲庭信步”的大无畏精神，要保持乐观的情怀，多一点微笑，多想一些成功的、有趣的、愉快的事。从现在开始不管大考，小考都要有意识地训练、提高自己的应试心理素质，使自己在高考考场上能以良好的心态，充分发挥出自己实际的能力。

第四，奋力超越，在剩下的一百天里，同学们要有“为了人生的长远发展，在这短短一百天中脱他一层皮，掉他几斤肉又何妨”的思想准备。要坚持“堡垒一个个攻克，险滩一条条趟过”的务实作风，不急躁，不浮躁。当今高考试题的特点是知识覆盖面广；注重基础知识、基本能力考查；要求灵活运用所学的基础知识解决生产，生活中的实际问题，难度

不大，只是比较新颖而已，关键要能把基本概念，基础理论吃透，要能明确知识的内涵外延及其使用方法，使用范围。因此我们一定要重视思考钻研，透彻理解，不能满足死记硬背，一知半解，浅尝辄止。一百天中，我们要全面复习，系统掌握知识，不能挂一漏万。对大部分同学来说都要立足夯实基础，争取基础题能拿80%以上的分数，千万不要好高骛远，丢掉基础去钻难题，千万不可钻牛角尖，把时间精力用在偏题怪题上。

同学们，进军的号角已经吹起，攻关的战鼓已经擂响，让我们振奋精神，扬鞭策马，勇往直前，用勤奋铺平通向成功的道路，用拼搏增强跃上金榜的实力。我相信：胜利一定属于你们。

### 冲刺宣誓语篇三

老师们，同学们：

大家好！

三年很漫长，三年也很短暂。不知不觉间，我们距离对口高考的技能考试只有50天，离文化考试也仅有100天了。不管我们是满怀憧憬和期待，还是满心焦虑和无奈，高考总是踩着不变的步伐向我们走来。万米长跑，我们已经跑过最后一个弯道，离终点只有几步之遥，真正考验我们、需要我们全力以赴的时候终于就要来到了，让我们以饱满的精神、昂扬的斗志，决战100天，为梦想冲刺。

自从来到新星中专的那一天起，我们每个人就肩负着一种不考上大学决不罢休的使命。使命在肩，责任如山，我们一直在奋斗者，前进着。

高三的一年是艰巨的。这一年我们面临多次考试，而我们也珍惜每一次考试，因为每次考试都是我们扬剑出鞘的绝佳时

机，同时我们也养成一种淡然的心境，大将风度。不为成功而满足，因为那是失败的前兆；不为眼下的失败而懊丧，因为每一次失败中都孕育着下一次成功的机会。

高三一年更是收获的。高三教会了我们如何奋斗，每个人都发挥了无尽的潜力，不经过一年血战，或许我们永远发现不了自己身上蕴藏的能量。所以高三注定是精彩的一页，我们会留下最美丽的奔跑的身影，谱写生命中最灿烂的奋斗诗篇。我们有信心说□xxxx高考的胜利者还会再次属于我们新星学子，因为我们的学哥学姐已用十年辉煌这个铁的事实给出了最好的证明。如今身处高三的我们成了冲锋在最前线的战士，我们的任务，不仅仅是将胜利保持下去，还是要将对口高考本科升学神话这面旗帜举到前所未有的高度。

离高考仅有100天，虽然时间缩短，任务繁重，但，这又怎样？这只能显示我们这支雄狮劲旅超凡的战斗能力，只能让我们赢得更漂亮，虽然时间缩短，但毕竟我们还有100天的时间，在这100天里，我们必须万念归一，殊死搏斗，咬紧牙关，坚持到底。我们要坚信自己的实力，在100天的时间里，坚持努力的人必能创造奇迹。

同学们，100天真的太短，我们不能松懈，不能被任何外因干扰。要专心多一点，杂念少一点；细心多一点，粗略少一点；耐心多一点，浮躁少一点；信心多一点，自卑少一点。以积极、自信、豪放、科学的心态面对高考，要深刻理解高考的得与失、成与败。要放下思想包袱，以冷静、沉着、平和、求实的心态去复习备考，寻求最多的各科分数增长点，让自己体悟如何最大限度地提高分数。在最后阶段一定要充分发挥优势学科，让相对劣势学科尽量不拉分。要时刻注意树立以一切为了自己的总分提高为中心目的进行复习备考。要积极听从任课老师的劝导和要求，培养自己的心理素质以及书写规范、应试技巧、答题和得分策略等。要利用好高三最后仅有的老师课堂的讲授，认真听讲，认真完成老师安排的试卷训练等。

高三的同学们，在这100天里，也许是强弩之末感到疲惫，也许是黎明前的黑暗让你压抑，也许你有着时日不多的紧张不安，也许你还有大势已去的无奈。其实，越是硝烟弥漫的大战在即，越是剑拔弩张的紧要关头，我们更需要的是如猛虎下山般的气势，义无反顾地冲向目标；更需要的是以傲视群雄的信心、以百分之百的精力、以苦行僧般的信念加速冲刺，决战攻关。也许有的同学会说，我的压力很大，底气不足。适度的压力固然需要，可是我们信心要更大。带着信心上路，我们将所向无敌。

同学们，高考虽然不是人生的全部，却是人生极为重要的一步。100天的光阴，在历史的长河中虽然极其短暂，但对于我们，它可以使时光倒流，完成十二年积淀知识的回顾。因此越是这个时候，我们越要沉得住气，越要有足够的耐心与细心，要懂得细节决定成败这个道理。“行百里者半九十”，只有坚持到最后，才能取得真正的胜利！在这最后的100天里，我们对知识的掌握更要精雕细琢，讲究科学的冲刺方法和技巧。让每一个知识点都深深地烙在我们脑海中。抓住分分秒秒，集中我们所有的智慧，所有的精力，把此刻做得尽善尽美，在走向考场的那一刻，大声对自己喊出：是的，我们可以！

同学们，提着今日种种千辛万苦，向明天换一些美满和幸福。道路在我们脚下，命运在自己手中。没有拼搏的汗水浇不开生命的花朵，不经历高考的磨砺不是完整的人生。经历了沧桑，风景就在背后；涉过了雨季，金榜不再泪流。我们身上，寄托着一路同行的老师的期盼和理想，更承载着含辛茹苦的父母那般殷切的目光。

是花朵，就要美丽绽放；是水手，就要搏击风浪；是雄鹰，就要敢于翱翔。百尺竿头，更进一步。没有什么不可逾越的大山，坚信信念，百折不挠是我们最后的拼搏精神。我们是全体学弟学妹们的力量和榜样！我们坚信：100天，仍然可以点石成金，化腐朽为神奇；100天，我们依然可以化茧成蝶，

展翅高飞。

古人云：“十年寒窗无人问，一举成名天下知”。惟有破釜沉舟背水一战，才能让青春不留遗憾。三年磨利剑，百日策马闯雄关；一朝试锋芒，五月扬眉传捷报。我们坚信，执着的追求，不懈的努力，一定会在最后的冲刺中取得胜利，让十二年的期盼与梦想变成现实！

拿破仑曾说过：“最困难之日，就是离成功不远之时”。的确，越接近成功，道路便越艰险。战斗的号角已经奏响，让我们振奋精神，我们都会成为最优秀的战士；让我们坚持下去，前方不会有任何困难能阻挡强大的我们！海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。有目标、有信念，我们只需把握这100多天，不犹豫、不放弃，为了梦想做最后、最有力的冲刺。100天，无限可能。

同学们，请将自己所有的潜能唤醒，全部的力量凝聚，为争取我们每一分的成绩，为实现我们心中的梦想，为答谢我们亲爱的老师，为感恩我们慈祥的父母，做最好的自己，用微笑照亮前程，用汗水浇铸理想，用优异的成绩向我校献上一份厚礼！

我的讲话结束，谢谢大家！

## 冲刺宣誓语篇四

昨天开了一个“誓师大会”，我的心被震动了，是啊，一百天后我们就中考了。

是啊！一百天，说长不长，说短不短。可他竟决定着我们的人生，那么好好把握吧，至少，奋斗过，我无悔。

小学生作文大全

让一百天的汗水书写崭新的人生, 尽情去奋斗吧。

初三:肖芳

## 冲刺宣誓语篇五

尊敬的各位老师、亲爱的同学们:

大家好!

学校举行百日冲刺誓师大会, 这是一个特别的时间。它将注定是一个难忘的日子。我预祝同学们以今天的誓师大会为起点, 100天后梦想成真、高歌凯旋。在此, 我提几点希望:

1、树立中考必胜的信心和勇气。信心对于一个人的成功起着至关重要的作用。学校要有完成上级目标的信心, 班级要有完成班级目标的信心, 每个同学要有完成自身的目标的信心。因为学校有一批经验丰富的老师教大家, 因为学校有一个良好的学习氛围和激烈竞争、你追我赶的高昂斗志。面对中考和高中招生的改革、基础好的要永不满足; 中等生要创造奇迹; 基础弱一点要抓基础。因为中考是学业和选拔考试的结合, 没有信心就没有士气, 就不会去拼, 就有可能打败仗。

2、要采取科学合理的策略和方法。它可以提高我们的学习效率。一方面要有一个完整过细的学习计划和目标。没有目标计划是可怕的, 没有目标计划就像一只没有舵的航船。只要有目标计划才会有行动, 才会去努力, 才会有每天的进步。另一方面要及时反思总结。每次练习每次小结, 每次月考都反思失误的原因, 总结成功的经验; 再次要把握细节。跳出题海。用一题串一串, 用一题训练联想到另一题的可能。查漏补缺, 找自己的短板。还要小事做细, 细事做精, 合理分配时间。什么时候学数学、什么时候读政治都要精细时间, 千万不要东一棒西一棒。从答题到书写格式、从字迹到标点符号都要过细。

3、要有吃苦耐劳的拼劲和坚持到底的耐力。埋头苦学，做学习上的强者……

越到后面越累。就要像马拉松长跑一样坚持走完最后一圈。要成功先发疯，下定决心往前冲。

没有艰苦的付出，鲜花、掌声□7a□省示范性高中与我们无缘。不求上进，不思进取给我们带来的只能是痛苦、是泪水、是迷茫的前程。

让我们师生携手，共同努力。奋战百天，胜得一定属于xx中学，属于我们在座的每一个人。谢谢！

## 冲刺宣誓语篇六

家长们，老师们，同学们：

大家下午好！

首先，祝贺家长们，在你们的辛苦培育下，在你们的用心教导下，孩子长大了，他们成人了。尽管他们离三十而立、四十不惑还很早，但他们在身体上的成熟，已经让我们放心了。接下来仅有的100天高中岁月里，可能是孩子离你们最近的日子，可能是孩子最需要你们关心的日子，等到他们上了大学，他们这艘大船就要远航了，留给你们的，是一个他们偶尔回来停舶的空港。珍惜亲子关系的每一天，不仅仅为了孩子，也是为了家庭，更是为了我们自己，为了那生养不息的父爱与母爱。

同学们，今天是一个特别的日子，因为我们十八岁了，因为我们是成人了；但这个日子究竟是好是坏，却是一个未知的答案！如果我们把自己长大了，看成是自己在生活中可以随性与任性的理由，看成是自己在人群中可以自行其事的理由，看成是自己在学习中可以放缓或者放弃的理由，那这肯定是



一个特别坏的日子。如果把自己长大了，看成是需要对自己的成长负责任，需要对父母负责任，需要对国家负责任，需要对社会负责任，那这肯定是一个特别好的日子。同学们，你们是成人了，这是值得祝贺的事，但更是值得期待的事，你的父母在期待你的成功，这个国家在期待你的担当，这个社会在期待你的责任，别用懈怠阻碍了你的成长，别用任性辜负了你的青春，别用放纵浪费了你的人生。

同学们，今天还是另外一个特殊的日子，因为离高考仅剩100天了。这一百天，将为你的12年小学、初中、高中学业画上一个大大的句号。但是，这个句号是什么？是上北大、清华，还是上985、211；是任你挑选随你所愿去北上广，还是别无选择迫于无奈随“分”飘摇？这个选择，是对我们每位同学成人后的第一次大拷问，这个拷问，只能用我们一百天的行动做出回答。同学们，校园里校训石上的“养正俟实”，它在时时训导我们涵养正道，走向成功；笃行楼上的办学理念，它在每每告诫我们拥抱成功，拒绝失败。曾几何时，母校06年毕业的俞晓娟，如今已经清华硕博学成去北大发展，09年毕业的魏斌斌，早已清华毕业去剑桥留学。在他们身后，在你们中间，我相信还会有下一个俞晓娟、魏斌斌，还会有更多的俞晓娟、魏斌斌。

可能有的同学会问，离高考还有100天，我现在努力，还来得及吗？那我要问你：“我说来不及，你就不学了吗？”我要告诉你的是，40岁的柳传志不问来不来得及，最终他缔造了联想集团；两次高考落榜的俞敏洪不问来不来得及，最终考上了北大，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，最终他抒写了电商传奇，改变了世界。所以，接下来的100天时间里，亲爱的同学们，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。

同学们，在内心深处，你要不停的拷问自己：“不吃苦，不学习，我要青春干什么？不吃苦，不学习，我的成人算什么？”

不吃苦，不学习，我的未来是什么？”衡水中学有位高三同学说得好：“如果你现在觉得学习很苦，那恰恰说明你没有苦到一定程度，当你真的吃到一定程度的苦，那么剩下的就全是快乐了。”同学们，为了给你的成人有个交代，吃苦吧！为了给你的父母有个交代，吃苦吧！为了给你的老师有个交代，吃苦吧！

在这里，我还想给家境不好、内心自卑的同学提个醒：请你们不要被家境富裕、不思进取的同学迷住了你的双眼，在他们胡吃海喝、沉迷网络、卖弄名牌、玩弄苹果、陶醉早恋时，你千万要静下心来，去吃你的苦！请你相信，这种人生，必将在某一个人生节点处会输得很惨！也请你们不要被家境不好、玩世不恭的同学摧毁了你的意志，在他们自暴自弃、怨天尤人、爱慕虚荣、推天度日、浑浑噩噩时，你千万要静下心来，去吃你的苦！请你相信，这世界上，总有一些人是扶不起的刘阿斗！

同学们，我早已给你们说过，高考考三点，第一点，考你的理想与信念；第二点，考你的习惯和意志；第三点，考你的知识与技能。你若听懂了，方法就会有。现在，我只希望你们全力冲刺，为分数做场博弈；现在，我只希望你们无悔青春，和梦想来个拥抱！

老师们，在今天这个特殊的日子，我也想给你们说几句话，在过去的1000多个日子里，你们付出了很多，在这儿，我代表学校感谢你们。道一声：“老师，你们辛苦了！”在今后的100个日子里，我希望你们用坚定的理想信念，用高尚的道德情操，用扎实的专业学识，用宽厚的仁爱之心，带领我们的孩子冲刺高考，决胜六月，奔向成功。请你们相信，在这个阶段，每个孩子更需要你们悉心指点，每个家庭更需要你们真诚帮助。予人玫瑰，手有余香，一个孩子成功了，一个家庭就幸福了，我们也就心安了！

同学们，老师们，家长朋友们，行多久方为执着，今天我告

诉大家，是100天；思多久方为远见，今天我告诉大家，还是100天。冲锋的号角已经吹响，进军的战鼓已经擂动，让我们携起手来，变压力为动力，变决心为信心，变心动为行动，以必胜的信念，坚韧的毅力，奋发的努力，共铺每个学子的成才路，共圆每个家庭的幸福梦，共创华亭一中的新辉煌！

最后，衷心祝愿与会家长和老师们身体健康、工作顺利，心想事成！

祝愿全体高三学子成人、成才、成功！

祝愿华亭一中的明天更美好！

谢谢大家！

## 冲刺宣誓语篇七

今天是阳春三月的开始，也是我们高三百日冲刺的开始。春天让人看到希望，100让人看到完满。看着100这个数字，让我们想到1000、10000. 同学们，我先带你们一起穿越一下时空吧！

首先，让我们一起回到1000天以前。1000天以前，我们在干什么呢？1000天以前，我们正为考入杭高而孜孜以求地奋斗着。同学们一定还清晰地记得，你考入高时，亲朋好友的喜出望外，老师同学的热烈祝贺，心灵深处的踌躇满志；你一定还记得，你在心里暗暗下定的决心，中的同学，1000天后，我再和你一决高下！同学们一定还记得，你在刚进高时的铮铮誓言：“今天我以杭高为荣，明天高以我为荣”。

接下来，同学们，让我们再一起回到100天以前，100天以前，你们在成人仪式上发出了誓言：莫教冰鉴负初心。从那天开始，你们终于意识到，你们成人了，你们必须懂得担当。你的成功，关系到所有爱你的人和你爱的人，关系到你的家庭，

你的家族，关心到你深深爱着的学校。

下面，让我们再次来到100天以后，经过你的一百天奋斗，你终于成功了，爸妈悬着的心放下了，爸妈皱着的眉头舒展开了，你春风得意马蹄疾，衣锦还乡脚步轻，你把所有好消息告诉你的亲朋好友，你终于找到了最好的自己！这是何等快乐的事啊！最后，让我们再来到一万天以后。一万天以后，那时，同学们带着对杭高的深深眷恋来到母校。那时，成功的你走在校园里，面对见证你成长的一草一木，你终于可以自豪地说，我没有辜负高人”这个光荣称号，没有辜负杭高对我的殷切期待，没有辜负我在几十年前告诉自己的铮铮誓言。

下面让我们一起想想，如果虚度了一百天，我们有可能会辜负什么。首先，我们会辜负自己的梦想。曾经，有个男孩，一直以来都梦想成为一名律师，但是，由于他在高考前没有全力以赴，梦想成为了虚幻。这个男孩就是我。每当夜深人静的时候，我总会一个人黯然神伤，曾经，有一次实现梦想的机会放在我面前，我没有珍惜，如果上苍能再给我一次机会的话，我一定会卧薪尝胆，悬梁刺股；其次，我们还会辜负所有我爱的人和爱我的人。三年前的这个时候，记得有一次，我无意间看到一名高三学生的一篇文章，文中有这么一句话，惟将全力赴前程，报得双亲未展眉。是啊，我们怎么忍心让深深爱着我们的母亲一直愁眉不展呢？但是，如果我们不努力，我们就可能辜负这份感情；再次，我们还可能会辜负我们的豪情壮志。曾经，有个孩子在刚进杭高的时候，对我说，老师，我要让杭高记住我的名字。我很感动。但遗憾的是，他由于学习不够用功，最终与理想中的大学失之交臂。上个星期，他给我发了一条短信，信里是这么说的，许老师，我很想你，很想念杭高，但我忍受着这种思念，在我没有做出成绩之前，我真得不敢跨进杭高。这是何等令人黯然神伤的事啊！

在我讲完这些后，我想，我亲爱的同学们，你们应该知道该怎么做了。在百日冲刺里，当你信心不足的时候，想想你昔日的辉煌，当你动力不足的时候，想想你明日的梦想；当你压

力不足的时候，想想你会辜负什么。当你倍感疲惫的时候，想想你不是一个人在战斗；只要我们努力，成功指日可待！

## 冲刺宣誓语篇八

(领誓人：)请全体初三同学起立，举起右手，握紧拳头，大声跟我说：

(众人：)我庄严宣誓：在中考冲刺的50天里，我将唤醒所有的潜能，凝聚全部的力量，严格自律，惜时如金，相信自己，战自我，奋斗拼搏50天，创造奇迹，成就梦想。

挑战人生是我们坚定的信念，决胜中考是我们现实的追求，57天我们将让青春无悔，57天我将为母校增辉。今天，我们庄严宣誓：

珍惜57天，让铿锵的誓言在中考兑现，奋斗57，让青春的智慧在考场展现，拼搏57天，让父母恩师的期盼实现。我们拥有团结拼搏的精神，我们拥有折桂的信念，我们是一中最棒的学子，我们将以优异的中考成绩为学校增辉。请母校放心，请老师放心，请家长放心！积聚已久的激情就要在最后的二十二中释放，做更好的自己，放飞更高的梦想，最好的明天已经在未来的天空向我们微笑。

十年壮志未酬，今朝谁与争锋。

十年壮志未酬，问天下谁与争锋。

请老师放心，我们是有骨气的人，一定不让你们失望！

请学校放心，我们是有潜力的人，一定会为母校争光！……

我是初三年级的一员，肩负着老师家长的期盼。今天，我将以青春的名义郑重宣誓。我宣誓：我将用智慧培育理想，不

负父母的期盼。我将用汗水浇灌希望，不负恩师的嘱托。我将用信心铸就辉煌，不负祖国的希望。我承诺：不作懦弱无能的退缩不作毫无意义的彷徨我将带着从容的微笑去赢得志在必得的辉煌奋战五十天，让飞翔的梦在六月实现奋战五十天，让成功的喜悦在六月开放我坚信：让微笑挂在父母疲惫的面庞让微笑写满老师欣慰的脸庞让父母师恩在六月畅想期望。领导、老师、同学们，我将以优异的中考佳绩为自己铺路，给小弟、小妹们做出榜样，为父母争气，为母校争光。

我自豪，

因为我是班级一员。

我们是有骨气的人，别人能做到的，

我们一定能做到，而且能做的更好！

我们要对自己的良心负责，保证有良好的课堂纪律。

我坚信，我会成功，因为我不言放弃。

我，要为自己的理想而拼搏。

我，要为父母的期望而努力。

我，不能辜负老师的辛勤。

我，不能辜负学校的嘱托。

人生是日记，勤劳者记下辉煌，懒惰者记下悔恨。

我们绝不懒惰，持之以恒，团结一心，7月金榜题名。

——潜力无穷，我——自强不息，山高人为峰，努力定成功！

## 冲刺宣誓语篇九

我还是站着讲吧！站了近二十年的讲台，习惯了。所以，生命的姿势——我选择站立。

天气预报说这几天都有雨，所以我没写发言稿，因为我知道，雨水如果淋湿讲话稿是多么糟糕的一件事。可当我站到台上的时候，我才发现气象台跟我开了个玩笑，让我两手空空地站在这里，这是更糟糕的事。

不过这样也好，我可以看到大家的眼睛，让我们以一颗赤诚之心，坦诚相对，做一次真诚的交流。可爱的同学们、亲爱的老师们、尊敬的各位领导：首先请允许我将称呼的一个词让给在座的各位同学。

因为今天，他们才是这个会场的焦点。各位同学，你们听到了吗，在这第一山巅，你们才是这片广阔天地主角。

十九、二十岁……对，孔子说“二十弱冠”，二十岁加冕行成人礼，从此就是一个成人了，得独自面对自己的生活，独自回应生活的挑战，独自担当社会的责任。你们在这个年龄参加高考，也是社会以一种特殊的方式为你们举行成人礼。

在以往的学习、生活中，老师是你们的引路人，与大家朝夕相处，晨昏相伴，现在你们冲在了前面，我们退到了后台，但我们愿意看着你们在人生之路上走得更稳、更远、更好！一九九三年，也就是你们刚来到这个世界的时，世界登山界一项新的记录诞生了。美籍印度裔登山家蒙克夫·基德，在未携带任何氧气装置的情况下，突破了海拔6500米的死亡线，征服了世界第二峰——乔戈里峰，许多登山高手都以不带氧气瓶而能登上乔戈里峰为第一目标。

但是，几乎所有的登山好手来到海拔6500米处，就无法继续前进了，因为这里的空气变得非常稀薄，令人感窒息。许多

选手到这里时选择了回头，他们的名字可以用张强、李明……或x□w……来代替，因为他们生命的高度还不足以令人仰视！蒙克夫只是比他们多坚持了一下，比他们多走了几步，征服了世界第二高峰，而就是这几步，注定了蒙克夫·基德本人也成为令人仰望的高峰。

同学们，其实高考也是一座山，大家一路行来，历尽艰辛，走到今天，你们都很优秀，冲刺一百天，对于很多人来说，也是一个死亡高度，其实你们每个人都已拥有了战胜高考的实力，只要像蒙克夫一样再坚持一下，就能取得成功。你们的名字就不再是x□w……不再是张强、李明……不再默默无闻，你们的名字，也会像蒙克夫·基德的名字一样闪光！刚才校长说“十年磨一剑”，这让我想起了鲁迅先生在《故事新编》里讲的一个故事，故事的名字叫《铸剑》。

楚王妃生下一块纯青透明的铁。大王知道是异宝，便决计用来铸两把剑，干将莫邪夫妇竭尽全力日夜锤炼，最末次开炉那天：漆黑的炉子里，是躺着通红的两把剑。

干将用井华水慢慢地滴下去，“那剑嘶嘶地吼着，慢慢转成青色了。这样地七日夜，就看不见了剑，仔细看时，却还在炉底里，纯青的，透明的，正像两条冰”。

井华水滴在剑身——这个过程用行话来说就是“淬火”，这对剑本身来说是痛苦的过程，从高温到冰点，经不起考验，就是废铁一块。这也将是你们在这轮复习考试中的要经历的考验，咬咬牙，告诉自己：再坚持一下，一定能把自己炼成一把好剑。

同学们，我们学校是江苏省唯一的一所山顶中学，在我身后有两座山峰，一座是翠屏峰，一座是凤坡岭——这也是我们学校有凤巢之称的原由。这里韦应物来过，苏东坡来地这，杨万里来过……可谓人杰地灵，斯人已去，然后生可畏，希望你们在这里书写青春的华章，六月二十四日晚，我们相约，



还在这第一山巅，看满天的礼花为你们绽放。

最后我用一首诗来结束今天的讲话，并以此来表达我最美好的祝愿：南山磨剑气如虹，十载寒窗一梦同。万里长淮波浩浩，千年书院意融融。

云归云岭峰犹翠，风去凤坡巢未空。最爱都梁春日早，清音悦耳出疏桐。

祝大家梦想成真！谢谢大家！