

# 律所活动简报(优秀9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 律所活动简报篇一

各位同学：

在一个学期的学习中，我们有许多同学用他们的努力、勤奋和汗水，赢得了进步，赢得了班集体的荣誉。下面我们，利用这次大会对这部分同学进行表彰，首先请上我们期中考试成绩优秀的同学。

这些同学取得进步，获得荣誉。虽然都与他们的勤奋是分不开。但有效的学习方法起到了更为关键的作用。下面就请成绩优秀的学生代表为我们介绍他的学习经验。

同学们，考试的号角已经吹响，胜利的旋律已在空间回荡。英雄弯弓，箭在弦上，长风破浪正此时，直挂云帆济沧海，我们要马上行动起来。现在我们803班、804班、805班、806班、807班的同学已经对成绩暂居他们的前列的班级，跃跃欲试了。下面就请这几个班的同学代表，向他们的努力目标801班同学宣读期末考试挑战书，并进行考前宣誓。

801班的同学听到，这几个班的同学已经在向你们挑战，你们是否感受到了压力？下面就请801班的同学代表宣读应战书，并向他们的前进目标802班同学挑战。以及带领全班同学进行考前宣誓。

下面请我们802班的同学代表宣读应战书，并带领全班同学宣

誓。

## 律所活动简报篇二

老师们，同学们：

大家好！

2月26日，是距离高考一百天的时间，为了让这次大会开得更有效，我们选择了在一个星期的开始的时间召开。今天，2月28日，距离高考98天的时间里，我们在这里隆重集会，召开高三百日誓师大会，一百天的时间，。就像万米赛跑到了百米冲刺的时候，加速前进的嘹亮号角已经吹响！从现在起，我们就要整装上阵，以满怀的信心投入竞争，以百分的精力投入复习，以万分的豪情迎接挑战，以充足的毅力投入决战，去抒写我们每一位同学人生的新篇章！我们盼望“今年花胜去年红”，更期待今年六月木中的天空礼花灿烂。

这一百天是最紧张、最刺激、最变幻莫测、最富有挑战性的冲刺阶段。此时，也许你已经大汗淋漓、筋疲力尽，但你必须咬紧牙关，瞄准终点，奋勇冲刺！因为大家都知道，高考是人生关键的一步，是人生重大的转折。只有在高考中取得优异成绩，才能跨进你理想的大学，才能翻开你人生乐章崭新的一页，才能让你拥有实现雄心壮志更大的舞台。

首先请301班的方文娟同学发言；

请304班的张紫娟同学发言。

两位同学的发言代表了全体同学的心声。希望全体考生有志气，有信心，有干劲，进一步明确自己的高考目标，制定切实可行的阶段计划，树立必胜信心，排除一切干扰，认真备考，以健康的心理对待复习，以良好的心态迎接高考。

感谢老师们的鼓励，在这最后三个月的日子里，我们只有众志成城，才能打好高考这场攻坚战；在这三个月的日子里，老师们将与同学们一起拼搏、同舟共济、卧薪尝胆！

同学们，从今天开始，高考冲刺的战役正式打响！为高考而战，只要我们心中充满激情，充满信念，任何困难也阻挡不住我们。让我们向领导宣誓、向老师宣誓、向远方的父母宣誓：在今后的一百天里，以最大的决心、最强的信心、最扎实的努力对待每一天。（名言）下面进行百日宣誓仪式，有请校团委王生来书记领誓。

同学们，没有经过拼搏诠释的青春，只会是苍白的；没有经过奋斗考验的青春，只能是遗憾的。一百天，是冲刺的一百天，是造就人生辉煌的一百天。“春风得意马蹄疾，最是金榜题名时”，努力吧，同学们！一百天的汗水挥洒将饱满六月收获的果实；一百天的拼搏苦战将嘹亮六月归航的凯歌。加油，同学们，最后的胜利一定属于我们！

誓师大会到此结束。谢谢大家！

1、归类总结。考生挑选10套左右有代表性的做过的模拟试卷（近几年高考卷、省、各地市质检卷），把典型题目再熟悉一遍；找出命题规律，能发现同类题目的解题规律、方法技巧；对频繁出现的类型题要熟练掌握并在头脑中固化下来。

2、反思错题。错题暴露了考生知识的薄弱环节和思想方法的缺陷。几套题中曾经出现的错误，基本涵盖了学生在高考中可能出现错误的所有类型。考前把这些错题都搞清，最大限度地避免同类错误的重蹈覆辙。

3、返璞归真。高考前这段时间，考生应跳出题海，回归课本，采用回忆式的复习方法，即合上课本或只看目录，依据知识脉络、体系，在脑海中像过电影一样回忆有关内容，对拿不准的再翻书确认。

处理压力的最好方法是有针对性地采取步骤减少产生压力的情境。紧张的心理主要是学习效果不佳、对考试准备不充分引起的,那么,合理的学习行为和对考试的充分准备将有助于你缓解压力获得佳绩。

## 1、充分了解高考形势

不少考生埋头复习,不了解高考内容改革,不了解高考命题改革,不了解3+x的考试模式。他们认为只要把功课掌握好,就能考得好,就能发挥得好,这显然是不明智的,高考一张卷子不可能囊括所有考点,所以我建议每个考生都要反复地阅读与理解“考试说明”,把握住高考的方向,有针对性地对高考进行充分的准备。高考主要以考查基础知识为主,基础题、中档题占80%,提高题只占20%。

## 2、合理的高考目标期待

考生要根据自己的平时学习的实际情况和自己心理的状况来分析自己的学习实力、学习潜能,实事求是地确定自己的高考目标。目标的确定应该适度,目标期待过高难以达到会使考生自己产生挫败感,失去自信,进而增加考试焦虑;如果目标期待太低则容易满足现有的学习水平,消磨考生的进取精神,使他们丧失斗志,影响潜能的发挥。

## 3、内心世界的减压——化压力为动力

以什么样的态度对待考试,对进入状态关系很大。以积极的态度去对待考试,有助于进入状态。考生若把考试看成是一种挑战,会激发自己进入状态;把考试看成是一种机会,就会以一种珍惜的心情对待;若把考试看成是如临大敌,就会紧张不安;若把考试看成是倒霉的事,就会心灰意懒。因此,在临考的前一个月,考生可以适当的看一看一些高考成功学生的感受,增强自己的成就动机,从内心中产生一种对考试的渴望,把考试压力化为应战的动力。

#### 4、正确对待外来压力

家庭和社会对高考的过分关注，会使考生产生较大心理压力。考生如能正确地对待外来的压力，有助于自己轻装上阵。

考试是考生自己的事情，别人的意见、想法正确的就接受。别人尽管出于好心，但意见并不一定正确，也没必要成为自己的心理负担。考生只要是按自己的实际情况脚踏实地地备战高考，就没有必要太在意别人的看法和行为。

#### 5、考前经常做题

高考前几天，建议把笔记看一看，做做中等程度的题，做了之后，便会觉得自己有信心。不做那些很难的题、钻牛角尖的题，那种题做不好会影响情绪。

考生可以通过学校的小考、模拟考试来训练自己进入状态的能力，也可以在自习时按照考试的要求进行自我考试。例如考试时间是两小时，按照这样的要求，事先把要做的卷子准备好，看着表进行答卷。经常这样做，自己进入考试状态的能力就会逐步提高。

#### 6、找到适合自己的应对方式和答题的技巧策略

考生在高考前要总结自己对主观题、客观题以及语文、数学、英语等各科考试应对方式的经验，才能在考场上做出有效的回答。要在高考前系统总结一下自己考试的策略与技巧。考生不仅要一般的策略与技巧进行总结，而且要对每门考试的策略与技巧进行总结。

#### 7、考试前一天晚上睡觉时间不要过早

不少考生认为第二天就要高考了，前一天晚上早点睡吧。结果由于睡得早，与平时的作息时间不一致，在床上辗转反侧，

不能入睡，产生焦虑情绪。焦虑情绪反过来又影响入睡。

有的家长认为考试前一天晚上早点睡好，因此督促孩子上床闭灯，父母房间的灯也闭了。其实考生没睡着，父母也没睡着，大家在床上煎熬。有的家长到12点看孩子还没入睡就着急了，甚至给孩子\*\*\*吃，结果早上叫孩子叫不醒，只好把孩子推醒。孩子脑袋昏昏沉沉，自然对进入考试状态不利了。

在这里建议，平时没有吃过\*\*\*的同学，即使在考试前一天晚上入睡困难，也最好不要服用\*\*\*。不要提前睡，提前往往睡不着，还会产生焦虑情绪。

## 律所活动简报篇三

尊敬各位领导、老师、同学们：

大家下午好！

20xx年注定是我们人生中不平凡的一年，是我们高中学习生涯中最充实、价值的一年。这一年，包含了我们太多的付出和希望、也包含了我们太多的汗水和梦想。现在距离高考仅有4天时间了。今天，我们高三年级全体师生在此隆重集会，召开20xx年高考动员大会，目的是为每一个高三的同学加油、呐喊、助威！这是圆梦的动员令，这是扬人生志气的进军号，这是表必胜豪情的铿锵曲！

今天的会议内容有三项，

一是请薛校长做考前动员讲话，

二是请朱校长做考前辅导，

三是高考领队教师签订责任合同。

下面，请同学们以热烈的掌声欢迎薛校长讲话。

## 律所活动简报篇四

尊敬的各位领导、各位教官、亲爱的老师们、同学们：

你们好！

\_\_20\_\_级初一新生入学训练在孕育收获的八月拉开了帷幕。首先请允许我代表全校的领导、老师和同学们，向我们的教官表示崇高的敬意，并对\_\_部队对我校军训工作的大力支持表示衷心的感谢！同时，向各位新同学表示热烈的欢迎！向帮助我们军训的全体老师表示崇高的敬意和由衷的感谢！

同学们，从小学到初中，从儿童到少年，是你们人生道路上一个极为重要的转折点。小学阶段，你们在老师和家长辛勤栽培、关心呵护以及自己刻苦努力下，取得了优异成绩，顺利进入\_\_。带着新鲜的感觉，睁大好奇的双眸，来感受和审视我们美丽的校园，明净而优雅的教学环境，一流的教学师资，令社会满意的教学成绩，这就是我们的\_\_校园。我们为有这样的校园感到自豪，更为她深厚的文化底蕴感到骄傲。

\_\_没有辜负社会的期待，十年来向纪中输送了一批又一批优秀的学生，为中山的发展培养大批的建设人才。因为信任，所以选择，因为选择，所以热爱，热爱这美丽的校园，珍惜这来之不易的求学机会吧！我们相信，在座同学可能都早已暗下决心，通过初中三年的不懈努力，使自己的各种素质都得到较大的提高，从而实现自己远大的理想。

俗话说，良好的开端是成功的一半。从今天开始到24日止的为期6天的军训，是同学们初中生活的开始。在这次活动中，我们将组织同学们学习掌握队列队形等基本技能，形成良好的站、立、走等姿势。提高身体素质，更重要的是学习吃苦耐劳，顽强不屈的精神，养成坚韧不拔的意志品质，培养精

诚团结的团队精神。我们还要组织同学们学习校规校纪，学习中学生行为规范。初步养成良好的习惯，为日后的生活和学习打下坚实基础。

下面，我向同学们提三点要求：

第一，耐得辛苦，耐得枯燥。时值酸暑，天气干热，要想拥有顽强的意志品质、超强的适应能力，就要经受住严酷的考验。军训的队列训练比较单调和枯燥，每一个动作，每一个姿势，要做的规范，做的到位。可能要重复几十次。这就要求同学们既要耐得炎热，又要耐得枯燥，始终保持饱满的热情和高昂的斗志，出色完成训练任务。要高度重视，严肃认真。像对待学习一样，高度重视军训活动，全身心地投入，一丝不苟完成军训的各项任务。

第二，严格训练，严格要求。从开训到结束的每一天，训练的每一个环节，每一个动作，都必须严格按照教官、老师的要求。全体同学必须严格要求自己，不怕困难，刻苦训练。以优异的成绩向学校、向老师、向父母汇报。无论哪个训练项目，都要从难从严，既练意志，又练筋骨；既练思想，又练技术。我希望同学们以饱满的精神和乐观的态度参加军训，磨练自己坚韧不拔的意志，圆满完成到\_\_的第一份答卷，为未来三年艰苦的学习生活打下坚实的基础。

第三，严守纪律，争当标兵。纪律是取得成功的保证。一支队伍，没有严明的纪律就会打败仗，一个集体，没有严明的纪律就将成为一盘散沙。对每一位同学的遵守纪律情况，要严格进行考勤考核，军训期间，除特殊情况外一律不得请假。所有同学都必须集中精力参加军训，认真听讲，仔细看示范，牢记要点，坚决反对散漫的作风。从现在开始，我们必须养成严守纪律的良好习惯，增强组织纪律观念，一切行动听指挥，坚决服从军训教师的指挥和调动，以高昂的热情，艰苦的努力，赢得军训的最后胜利，在各项活动中创造佳绩，不辜负社会、家长、领导、老师对我们的殷切希望。

这次军训活动，时间紧，任务重，但我们相信，只要同学们刻苦努力训练，我们一定能顺利完成此次军训活动的任务。“谁英雄，谁好汉，训练场上比比看。”同学们，你们一定要以行动证明自己作为\_\_学子是光荣的、自豪的。我们有句话说，今天我以\_\_为荣，明天学校因我自豪。同学们，在漫长的人生长河中，短短的几天只是其中的一朵小小的浪花，但烈日下的蓝天，对我们来说将意味着美好和永恒！

最后预祝同学们在军训活动中获得优异成绩，祝愿本届军训活动取得圆满成功！祝全体同学生活愉快、学习进步！谢谢大家！

## 律所活动简报篇五

尊敬的各位领导、各位教官、老师们、同学们：

大家上午好！

在这阳光灿烂、天高气爽的'美丽时节，我们共同迎来了重庆市朝阳中学高20xx级学生军训的日子。下面，我宣布，重庆市朝阳中学高20xx级军训动员大会开始。

首先，我代表全校师生对大力支持我校军训工作的解放军通讯学院军训基地全体教官表示热烈欢迎和最衷心的感谢！

下面，请允许我介绍主席台就座的领导，他们是：

中国人民解放军重庆通信学院唐志良少校

中国人民解放军重庆通信学院杨涛

朝阳中学党党委委员、德育副校长黄虎成先生，

朝阳中学教学副校长饶英女士，

朝阳中学党政办主任李鹏

朝阳中学德育安保科科长陈波，

重庆市朝阳中学教科室副主任，高20xx下年级干部王光毅

重庆市朝阳中学安保科副科长袁友川

高20xx级年级组长黄吉权。

让我们用热烈的掌声欢迎他们的到来！

## 律所活动简报篇六

尊敬的各位家长朋友、尊敬的老师们、亲爱的同学们：

大家下午好！

今天，我们在这里隆重举行xx省xx高级中学20xx届高三高考百日冲刺誓师大会，首先，我代表校长室和高三年级组向在百忙中抽空来校参会的家长们致以亲切的问候，向舍小家、为大家的全体高三教师表示衷心的感谢，向刻苦学习、努力拼搏的同学们表示美好的祝愿。同学们，这次大会是一场严肃的誓师大会和高考动员大会，为了能使大会顺利、圆满，务必请同学们保持良好的会风，精神要饱满，情绪要振奋，坐姿要端正，听讲要认真。各班班主任务必随班就做、全程管理。年级组和导护老师做好检查记载，会议过程中将对会风差的班级和缺席、离开的班主任进行全校点名通报。

1、下面我宣布xx省xx高级中学16届高三高考百日冲刺誓师大会现在开始！请全体起立，奏国歌。（国歌奏毕）礼毕，请坐下。

2、各位同学，首先请大家和我一起欣赏会场中的5对标语：

第一对：

十载寒窗，百天苦练，何人健步登金榜？

一腔热血，万丈豪情，我辈英才夺桂冠！

第二对：

高考百日会战，振奋精神，满怀信心，苦战必能胜；

人生几回打拼，昂扬斗志，竭尽全力，爱拼才会赢。

第三对：

定位准，管理实，过程优，高考必胜；

信心足，学习勤，方法好，大功定成。

第四对：

十年磨剑，争分夺秒，砺志凌绝顶，

百日竞渡，你追我赶，破浪展雄风。

第五对：

宁吃百日苦，不留终生憾！

这些竖幅、横幅，不是标准和严谨的对联，只是几条标语、几句口号。但它不是普通的标语，更不是简单的口号。这是全体高三教师对同学们的一种鼓励，更是一种期望。“勤学苦练”、“奋力拼搏”、“豪情霸气”频频展现在在这些标语、口号的字里行间，这正是已经跨入高考征途上的每位同学必须具备的风格、品质和气魄，这也是今天大会的核心。

2、今天会议的主题是16届高三高考百日冲刺誓师大会，大会的议程安排如下：

1、朱校长做百日冲刺动员；2、教师、家长、学生代表讲话；3、16届全体高三学生集体宣誓；4、听取高考励志演讲家王国权老师的高考动员演讲。

按常理应该选在倒计时第100天举行，而我们偏偏推迟了一天，安排在今天举行，原因有三：

1) 在中国人的心目当中，0——9，9为大，9为阳，故九九为重阳，九五为皇帝之尊，选择今天举行誓师大会，希望我们的老师的祝福、父母的期望可以久久的印记在同学们的心中，久久的落实到高考前的一段冲刺的岁月之中。

2) 既然你一直在一分一秒地编织着大学梦，就不必为那么一两天而惋惜。如果你现在才开始在乎那么一两天，那你就应该把握好每一天，从今天开始珍惜分分秒秒。

3) 为了丰富今天的百日冲刺誓师大会内容，我们邀请到了高考励志演讲大师王国权老师，王老师的日程全部排满了，只有今天有空。

4) 日子越少，说明高考离我们不远，说明同学们离大学殿堂之门已经很近很近，只要肯抬腿迈步，你就可以跨入大学之门，只要你肯作举手之劳，就可以摘取高考桂冠。上帝很公平，它赐予我们以智慧和一个共同的空间，但它绝不把时间恩赐予任何人。摆在我们面前的是同样的机遇和公平的竞争。高考倒计时不应该仅仅用时间来衡量，应该用你对他的忠诚程度、用你对他的渴望和追求程度来衡量，所以，高考与竞争这个概念应该在你选择高中的那一天就已经在你的脑海里定格、在你心灵深处扎根。

今天，举行这样一个仪式，让同学们把沉积在心低多年的理

想和期待表达出来，把你对高考的激情和欲望迸发出来！这也是今天让高二同学一起参加高考誓师大会的目的，让同学们早日立下高考目标，领略大哥大姐们的风采。即将踏上高考征程的勇士们，请你的豪情表现出来！把你的霸气和威风抖出来！

3、各位同学、各位家长、各位老师，为了更好地把握这关键的100天，限度地发挥这100天的效益，让我们首先掌声有请孙校长给我们进行战前总动员。

同学们，在这关键的一百天里，我们一定要牢记朱校长提出的五个“关键词”：信念、方法、辛劳、心态、惜时。各位老师，在这关键的一百天里，我们也要发扬朱校长提出的三种精神：务实苦干，协同作战，开拓创新。师生奋力攻关，百日铸就辉煌！

4、古话说，一日为师，终生为父，无论我们走到哪里，在我们身后，总有老师对我们注视的目光。今天，当同学们站在新的起跑线上之时，也让我们聆听教师们对我们的祝愿吧，有请教师代表张xx老师。

5、张老师以文科教师代表、班主任代表、语数外老师代表的三重身份对同学们表达了衷心的祝福、提出了殷切期望。下面有请理科老师代表、选修科目老师代表王xx主任给大家讲话。

王主任的讲话情深意切、韵味悠长，表达了我校全体高三教师的心声。同学们，最后一百天，我们的高三老师的心永远和你们在一起，让我们一起风雨同舟、同呼吸、共命运，把握住每一天，利用好每一天！

6、同学们，不要忘记，当我们苦恼、彷徨的时候，我们身后还有关心、支持我们的父母，那殷切期盼的眼神，奔波劳累的身影，更使我们暗下决心，催我们奋进。下面有请家长代

表高三8班张xx同学的父亲张xx老师发言。

7、同学们，在成长的路上，我们不会忘记，父母情深，师恩如海。同样，同窗之情，弥足珍贵。三年来，我们同学携手同行，共同进步，是我们前进风景线上的一道彩虹。同学们，倾注全部关爱的老师在我们身边，只求奉献的“后勤部长”父母在我们身边，下面展现的就是我们自信积极微笑乐观的我们高三年级学生群体。由学生代表高三14班毛琳琳同学发言。

8、感谢刚才毛琳琳同学充满激情的讲话，同学们，物竞天泽，适者才能生存，沧海横流，方显英雄本色。听，战鼓声声催，骏马不停蹄。相信每一位同学此次此刻都已激情澎湃。从今天开始，高考冲刺的战役正式打响。为高考而战，只要我们心中充满激情，充满信念，任何困难也挡不住我们。让我们向老师宣誓，向家长宣誓，在今后的一百天里，以的决心、的信心、最扎实的努力对待每一天。下面进行百日冲刺学生集体宣誓仪式，有请领誓人。宣誓时要求：精力集中，激情饱满，声音洪亮，节奏一致。请全体起立。

9、各位同学，我们聆听了领导、家长、老师和同学的精彩发言，我们面对关注的目光，听到助威的呐喊，使我们充满了力量、坚定了高考必胜的信心，我们已经没有丝毫的紧张、怯懦、动摇和疲惫，我们每一位高三人在高考前的一百天里要像猛虎一样，神速地、旁若无人般地向着高考终点那一道线猛冲过去。这一次激动人心的撞线，是人生中一次承前启后、继往开来的撞线，他对翻开你生命中崭新的一页有着不可估量的作用，他会让你的人生如诗如歌，让你的梦想成为现实，会让你登上一座座众人仰慕、风光无限的巅峰。努力吧，奋斗吧，拼搏吧。亲爱的同学们，我们真诚地祝福你们，祝愿你们高考成功，心想事成。我们为你们呐喊，为你们加油，为你们的成功和辉煌骄傲。我相信，有领导的关怀，家长的支持，有认真负责的老师，有勤奋刻苦的同学，我们一定会取得令人瞩目的成绩。让我们共同努力吧，同学们，奋

战一百天，净增一百分。胜利一定属于我们包中人。

青春少年，十载磨剑，争分夺秒，今朝奋搏折桂梦。

莘莘学子，寒窗励志，于斯荟萃，他日同攀摩云路。

10、下面有请高考励志演讲家王xx老师为我们做高考动员演讲。

## 律所活动简报篇七

老师们，同学们：

大家下午好！

又是一年芳草绿，今年花好胜往昔。今天是6月9日，九年级同学面临毕业和中考，八年级同学面临地理、生物学业考试，在同学们即将奔赴中考赛场之际，我们全体师生隆重集会，就是为了给九年级、八年级的全体同学加油、鼓劲、祝福、壮行！就是为了让同学们能够在中考征途中一路顺风、一路欢歌！

我宣布，实验中学20xx届学生毕业典礼暨中考动员大会现在开始。（放鞭炮一挂）

大会进行第一项：升国旗，奏国歌，全体起立。

大会进行第二项：学校领导为全体毕业生颁发毕业证。

大会进行第三项：请校长致辞。

大会进行第四项：学生代表发言：

第一位发言的是，八年级代表李广普同学，大家欢迎！

第二位发言的是，九年级代表牛树同同学，大家欢迎！

大会进行第五项：家长代表发言

第一位发言的是，大家欢迎！

第二位发言的是，我校家长委员会主任，大家欢迎！

大会进行第五项：九年级老师、领导发言：

第一位发言的是，教师代表老师，大家欢迎！

第二位发言的是，九年级级部主任，大家欢迎！

第三位发言的是，九年级包级校长校长，大家欢迎！

老师们、同学们，今天会议的程序已经进行完毕。刚才，校长的讲话，情真意切，语重心长，殷殷期望，切切叮咛，让我们倍感亲切，倍受鼓舞；校长的话，让我们大长士气，大增信心。我提议，让我们再一次以热烈的掌声感谢校长！

几位家长、老师和领导的发言，表达了全体家长和老师的爱心和期望，也表达了他们做好工作、做出优异成绩的决心和信心。

通过两位学生代表的发言，看到了同学们争创佳绩的雄心壮志和战斗豪情，看到了同学们的从容和自信，看到了同学们对母校和老师的依恋和感恩。

我们相信，有学校领导的科学安排，有老师们精心的指导，有同学们顽强的斗志和雄厚的实力，今年的中考，一定能取得辉煌的战绩！

同学们，高考考场是残酷的竞技场，狭路相逢勇者胜，狭路相逢智者胜。在最后几天关键的时刻，同学们要全面把握自己，

只有把握了自己，才能把握高考，才能成为高考的主人而不是高考的奴仆。借此机会，我还想给同学们提几个方面的'建议和要求，希望同学们认真把握。

一、有备而发，做好“六备”：

1、备心态

做好准备，顺其自然，不要过多改变平时的安排；精神饱满，保持适度兴奋；保持平静心态。

2、备知识：

考前对于课本和做过的试卷要勤看，以便恢复记忆，回升能力，激活思维，进入学科状态。

3、备精力：

处理好放松与学习的关系，不可过度放松。同时不做偏、难、怪题，不聚会，不争吵，少闲聊，除干扰。总之，不要浪费精力。

4、备生活作息：

中考象平常，尽量不要改变平时的作息时问、生活规律、学习习惯，但要凝心聚神，保持平常心。

5、备考技：

进场后，发卡后，发卷后，开考后，这几个时段该如何做，要按照老师平时的指导去做，不急、不慌、不乱，按程序应试。

6、备考后调整：

交卷后，不议论考题，不回忆考情，扔上场想下场，一场一场地拼，一场一场地过。

## 二、力争成功，保好“六心”。

1、信心：它是成功的精神支柱。有它不一定能赢，没它一定会输。

2、专心：专心致志才能保持头脑清醒，才能感知迅捷、思维积极，才能处于心理和生理状态。

3、细心：若想考试中不手忙脚乱，不无谓失分，就要克服粗心，做到细心。

4、耐心：考试中，可能会有难题，可能会一时受挫。此时，需要耐心，耐住性子，伏下身子，平心静气，重新审视，也许峰回路转、豁然开朗。

5、恒心：参加考试，可能出师不利、首战受挫，也可能中途受阻、懊恼沮丧。此时，需要恒心，要拿得起，放得下，要锲而不舍，不要轻言放弃。

6、平常心：唯有平常，才能正常，甚至超常。否则，可能功亏一篑。

东风催，战鼓擂，中考夺魁，人生显作为。同学们，人生如夏花，现在就是绽放绚烂的时候；六月流彩，现在就是书写华彩的季节。只要同学们遵从学校的安排，听从老师的指导，把好自我，做好“六备”，保好“六心”，就能在高考中“山高我为峰”、“风景这边独好”。

祝愿同学们“20xx中考喜获佳绩，金榜题名佳音可期”！

## 律所活动简报篇八

现在我宣布xxx中学20xx届冲刺中考90天誓师动员大会开始!

同学们，今天我们非常荣幸地邀请到尊敬的刘校长出席本次大会。出席今天大会的还有与同学们朝夕相处的老师们。让我们以热烈的掌声欢迎他们!

亲爱的同学们，我们经过九年的风雨拼搏，距离期盼已久的中考仅有最后的90天了。90天，在历史的长河中犹如沧海之一粟，然而对于我们，它可以让我们的老师尽情施展点石成金的教学艺术，可以让我们的学习成绩达到一个崭新的高度，创造历史，再造辉煌。

为了更好地把握这关键的90天，最大限度地发挥这90天的效益，让我们首先用热烈的掌声请刘校长给我们进行战前总动员。

感谢刘校长!刘校长的动员令，让我们更加明确了努力的方向。同学们，我们一定要好好把握初中时代最后的90天，以最好的成绩来报答刘校长对我们的殷切期望。接下来，以热烈的掌声请年级组长徐元学老师发言。

徐元学老师的发言，字里行间真切地流露出了老师们的爱心和决心。在出征迎战之前，同学们，请你们相信，我们所有老师，会更加兢兢业业地工作，孜孜不倦，不厌其烦地启发，开导你们。当你们将要展翅腾飞时，老师就是你们最坚强的后盾。

下面，让我们以热烈的掌声欢迎班主任代表马秀芳老师讲话。

接下来，让我们以热烈的掌声欢迎教师代表王立芬老师讲话。

马老师、王立芬老师的讲话无不渗透着一个“勤”字。书山

有路勤为径，学海无涯苦作舟，只要你们去不懈的攀登进取，就一定能为自己赢得鲜花和掌声。

接下来掌声有请学生代表丁哲同学发言。

感谢丁哲同学的发言。

燕永感言

下面我们将进行今天大会的中心活动，由丁哲同学带领同学们共同宣誓，请全体起立。

中考的战鼓已经敲响。“九年磨剑、六月试锋”，置身于升学竞争的洪流，重重困难在逼迫着我们，我们别无选择，只能破釜沉舟，背水一战，才能在这场激烈的斗争中赢得最后的胜利。同学们，你们一定要牢记学校、老师对你们的期望，用实际行动去创造辉煌。同学们，我们一定要做到初三无悔，中考无悔，青春无悔！

下面我宣布xxx中学20xx届冲刺中考90天誓师动员大会圆满结束。

请各班主任会后召开专门的主题班会，

出主题板报，开辟中考倒计时专栏

## 律所活动简报篇九

同学们、老师们，下午好！

光阴似箭，岁月如歌。转眼间，我们走上了xx年的时光隧道，迈进xx年更加令我们期待和憧憬。

在新的一年里开始之际，回望xx□我们每个人心里充满的是激情，

是自豪，是刻骨铭心的记忆和留恋。

今天，距离xx年中考仅有165天的时候，我们在这里召开我校初三师生大会，目标只有一个：那就是xx年的中考。

首先，认清形势，端正态度。同学们都知道我们响应国家教育政策，我们这一届的初三减少了假期、周末、节日和课外的辅导，但我们减少并不代表其他学校也在减少，这就要求同学们高度自觉，否则就算人家是“笨鸟”也会“先飞”，个旧一中、建水一中这块蛋糕是为有准备的人准备的，金平高级中学也不是能轻易进入的，另外，今年我们云南省的中考提前一个月，可我们还有赶课还要复习，时间对我们来说，非常宝贵，希望同学们争分夺秒把精力和工夫都自觉的用到学习上，时间+方法就是分数，分数就是目前你要进入高一级学校的通行证，有时候还可以说分数是人民币(个旧6000/年；金平4000/年)，希望同学们体谅含辛茹苦的为你而奔波忙碌的父母吧，我们能做的就是把书读好，把人做好！

二、学会“乐比”、“善比”，要在班内作纵横比较，找准自己的位置。横比：跟周围同学比，比知识、比学法、比干劲，比出差距和不足，比出方向和希望。纵比：自己跟自己比，每天、每周、每月有哪些长进，比出前进的信心和动力。

三、调整心态，以良好的心理素质和精神状态投入学习。

1、确立目标，努力拼搏。凡事预则立，不预则废。作为学生要做志向远大的学生，要做敢于吃苦、准备吃苦的学生。没有确定的目标，要长时间的艰苦学习是无法忍受的，每个同学应把自己的奋斗目标定在“跳一跳才能摘到桃子”的层面上，这才叫挑战人生，这样才能激发你的潜能。

2、排除干扰，百折不挠。在我们学习的过程中，常常会有一些外部环境和诸多的非智力因素影响我们的学习效率，同学们必须集中精力，才能摘到桃子”的层面上，这才叫挑战自

己，这样才能激发你的潜能，使你的才智发挥到极致。身心投入，排除外界的一切干扰因素，要经得起平时学习、考试失败的挫折与打击。千万不要出现情绪容易波动，甚至出现上课不听讲，课外无心复习这些最糟糕的状况。

3、自信自强，以苦为乐。在学习中难免会出现疲惫、烦躁等消极情绪，这个时候，谁能尽快调整好心态，谁就能赢得时间，强占先机。首先要自信，比如有的同学意识到，自己和同学同背一篇课文自己要较长时间，别人只用较短时间，感觉自己和同学相比有一定的差距，在学习上就会尚失信心。在这点上，请大家不要灰心，我们可以用后天的勤奋来弥补先天的'劣势，要学会“笨鸟先飞”。

我们的学习要有恒心与毅力“悬梁锥股”，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，这充分体现了学习成绩的取得不是容易的。有一首歌写得好：不经历风雨，怎么能见彩虹，没有人能随随便便成功……靠侥幸取得的成绩只会是昙花一现。“自信则立”，自信就是力量，奋斗就会成功，绝对不能自卑，自卑生失望，失望生动摇，动摇生失败。其次要哭中求乐，迎接中考是为着追求自己的人生理想而奋斗，为以后的高中学习打下坚实的基础，积累阅历和经验，是一种幸福，是一种快乐。因为备战中考的过程，不仅仅是知识的积累，能力提升的过程，同时也是优秀品质的养成过程。

在学习中，要踏实、主动、细心、耐心、沉着、机智；要有毅力、有勇气；要善于反思，善于调整自己的心态，善于与人交往，善于寻求帮助，善于集中精力；要有理想，有志气，能坚持长时间学习，这些优秀品质会在学习中得到锻炼，得到培养，好品质的养成不仅能成就你的学习，也能成就你将来的事业，将使你终身受益。