

2023年党员廉洁大讨论发言(模板5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

党员廉洁大讨论发言篇一

九湖中心学校

王官成各位巫山当阳小学、平河小学、下谷民族学校的教育同仁：首先，我代表九湖中心学校全体师生，热烈欢迎你们的到来！子曰：“有朋自远方来，不亦乐乎？”巫山当阳小学，平河小学处于渝之极东，也就是重庆的最东边；九湖中心学校，处于鄂之极西，也就是湖北的最西边。两校隔山而望，彼邻而居，也许往前五百年，我们就是一家人。今天，你们远足而来，让九湖中心学校蓬筚生辉，希望各位在九湖玩得愉快，玩得开心，不虚此行，也请不吝赐教，留下宝贵的经验。

俗语有言：“远亲不如近邻！”下谷民族学校与九湖中心学校依山傍水，唇齿相依。两校从建校伊始，就全方位地进行交流。教师交流，学生交流，教学交流，文化交流。两校就像一家人，我们就是兄弟。

本次活动，邀请两校领导、同仁不辞辛劳远到而来，目的在于加强区域校际交流，促进教育发展，深化彼此友谊。我们一个多月前就开始策划，经过校委会多次磋商，反复酝酿，完善方案，发送邀请函，最终促成了本次交流活动的成行。

本次交流活动，虽然表面上看起来就是简单的四节课，但从中我们可以感受、体验、收获良多。无论是下谷学校易朝老

师的《老人与海鸥》、邓琼老师的《分物游戏》，还是九湖学校罗燕老师的《复式统计图》、孙文老师的英文课《我的家》，都可圈可点，有各自的特色，发挥出了较高的课堂教学水平。在这里，也请我们当阳小学各位同仁畅所欲言，指点得失，以便我们更好地改进教学方式，进一步打造高效课堂。

“十年树木，百年树人”，教育不是一朝之功。多年前，邓小平曾说过：“教育要面向现代化，面向世界，面向未来！”地处偏远山区的我校，怎么发展教育？怎么办人民满意的教育？打铁还靠本身硬，除了勤修内功，我们还得走出去，迎进来。取长补短，吸收兄弟学校的优点长处，补足自己的缺点短处。如果只是一味的闭门造车，那么我们只会思想越来越落后，听不进人言，看不到教育发展的潮流，不知道外面的世界变化有多快。教育的理念方式早已更新换代，而我们却一味的死守，吃老本，那么，我们的课堂教学只会坚持十年二十年前的老一套，我们的教师队伍也只会坐井观天、夜郎自大，我们的学校也只会与周边差距越来越大，我们的教育也只会越来越落伍于时代。

你搭台，我唱戏，你方唱罢我登场，大家都来露一手。不比不知道，一比吓一跳。原来各位都是深藏不露的高手，让人大开眼界。孔子有云：“三人行，必有我师。”你有你的法宝，我有我的高招，但同时，你有你的缺点，我也有我的不足。教学交流的目的就在于此，扬长避短，发扬优点，找出缺点。“师者，传道授业解惑矣！”唐朝大文学家韩愈告诉了我们为人师的真理。今天的教学交流，可以说：“听君一席话，胜读十年书。”

短短的两日，甚至教学交流的时间只有半天，当阳、平河、下谷的领导同仁舟车劳顿，但却精心准备，全力以赴，从精彩的课堂中我们可以看出你们辛劳的汗水；从教师交流、师生交流中我们可以懂得你们的用心良苦。九湖中心学校无以为报，只能用十二分的心去尽心尽力热情招待远到而来的客

人、我们的兄弟姐妹。大块吃肉、大碗喝酒，这是九湖招待贵客的传统习俗。喝酒伤身，不喝酒却伤感情，做为地主，宁愿伤身也不能伤感情，希望各位能感受到我们的热情。

九湖是一个美丽的高山平原，九湖旅游大开发，我们愿用旅游小火车载着我们的贵客，环游大九湖，让各位感受大九湖自然风光的美。

当阳小学、下谷民族学校，九湖中心学校，依山傍水、隔山而望、彼邻而居，我们是一家人，我们是兄弟学校！开展学习交流，打造区域教育模范，加强彼此友谊，深化彼此感情，办人民满意教育，这就是开展本次交流活动的意义。

最后，再次感谢当阳小学、平河小学、下谷民族学校各位同仁跋山涉水，莅临我们指导工作。请各位不要敝帚自珍，畅所欲言，对我校发展提出宝贵的意见。千言万语，最后汇聚为两句话：

第一句话：“远亲不如近邻，热烈欢迎邻校各位领导同仁！” 第二句话：“走出去迎进来，加强交流深化兄弟学校友谊！”

党员廉洁大讨论发言篇二

大家下午好。我来自惠州市河南岸中心小学，很荣幸今天能在这里代表跟岗的学员发言。省教育厅组织农村学校的教师到实践基地跟岗学习，这对我们来说，是一个很好的学习机会，在此，我代表全体学员对省教育厅的关心和广东第二师范学院培训处给我们提供的平台和指导表示衷心的感谢！

这次跟岗学习，我们都肩负着本地教育的重托，希望通过高校学科专家和基地指导教师的引导，充分利用本次跟岗学习倡导的“专家引领”、“师徒结对”、“亲身体验”、“自主、合作、探究学习”等方式，提高自己的教育教学能力和

教学研究素养，并形成自己的教学风格，成为当地教育教学的骨干力量。正因为这样，我们一定会：

1、珍惜好机会，制定科学可行的学习计划，明确学习的目标，多学习、多参与、多实践、多思考，多积累管理和教学上的宝贵经验。

2、积极参加集体备课、听课、评课、案例分析和专题研讨等教研学习活动，促进教学研究水平的提升，通过分学科研讨和教学实践，掌握一定的教育科研方法。尤其是深入课堂，通过听课、评课、经验交流、案例学习等途径，不断提高自身业务能力。

3、充分利用基地学校的互动交流平台，及时交流，解决自己教学中遇到的困惑和疑难，学习名教师的先进经验和学员之间的先进经验。

4、跟岗学习期间，我们严格要求自己，遵纪守法，为人师表，自觉遵守基地学校的学习要求和所在学校的各项规章制度，积极配合基地学校的各项工作。

管理和教育教学、课题研究等方面，我们会更新自己的教育教学理念，改变传统的教学和班级管理方法，把学到的经验结合学生的实际情况去反复地实践，反复地思考，反复地总结，然后通过论文、教学反思、公开课等形式，和学校老师交流，再一次提高自己，把自己认为成功的教学、班级管理的方法、经验带给学校的老师，引领学校的老师也在不断地学习、总结中提高自己。

最后，祝我们跟岗学习顺利圆满完成，祝各位学员学有所得、满载而归，祝在座的各位领导和老师们身体健康、工作顺利、家庭幸福！

党员廉洁大讨论发言篇三

尊敬的领导，老师，亲爱的同学们：

大家下午好！

我是高三理科三（1）班学生王静，很荣幸今天能在这里发言。

期中考试已经结束，我们也不知不觉度过了高三的一段一时光。对于高三属于每个人自己的高三，也许信心满满，胸怀壮志；也许默默努力，一直追求自己的梦想。其实，身边林林总总的人，每个人心中都有一份炽热的追求，把心烧得滚烫。因为是高三，因为有追求，所以我们要努力，要拚搏。

高三学习充斥了我们的生活。我们每天埋头苦干着，为那些自己难以解决的问题发愁着，都希望自己做得更好，多点进步。而关于如何学习，我不提过多的谈论，但有自己的一些想法：首先要扎实基础知识，这是最重要的，没有基础知识，学习就象加催化剂的化学反应，只能缓慢而艰难地进行着。当然只有基础知识是不够的，要多做练习去发现问题，通过同学和老师来解决。这就是一个自我提升的过程。在这期间，我们决不能轻易放过任何一个问题，小知识点，因为细节决定成败。当然，每个人都有自己的弱科，对于弱科，我们决不能妥协，要付出更多的努力去战胜它，当然，这是一个很艰难的过程，但只要努力用心去做，没有什么不可能，相信自己一定可以。

高三，心态指引着我们前行。高三是我们迷茫过，沉思过，不解过，无法再言放弃的信仰，是无论被否定多少次，被打败多少次，仍有星星之火可以燎原的信念。或许你的基础真的不太好，和别人相差甚远，或许你真的一直很努力，却得不到回报，总觉得即使自己很努力，也做得不够好，也赶不上他人，不能让那些期待的人满意。那又怎样？只要自己肯努力，肯追求，肯给自己一个改变的机会，这种精神足以让

自己感动，也让他人感动。或许有时我们会被学习上的困难扰得心烦意乱，不能安心，我们不妨找自己的好朋友倾诉一下，或写在本子上感慨一番，总之决不能让那消极的情绪蔓延，乐观地对待学习，乐观地对待我们的高三生活。

高三，相黑马会出现。每次考试过后都会有黑马出现，我们向那些人表示十分的疑惑，为什么会有那么大的进步？是单纯的偶然，意外？还是因为足够的努力，流了太多的汗，太多的泪最终得到的回报？我想努力一定会有吧！不管你现在的学习情况如何，只要肯付出，下大力气，用心学，下一次也许你就是黑马。朋友们，相信黑马会出现在你的身上。

高三是磨难也是馈赠。就像莎士比亚所说“一千人心中有一千个哈姆莱特……一千个人心中也可能会有一千种高三，但不论是什么样下的高三，勤奋永远是基调，心态永远是音符，只要我们多付出，才能谱出更完美的乐章。

同学们，为了你的高考，为了你的未来，努力吧，拚搏吧！

最后祝各位老师身体健康，心情愉快，祝同学们学习进步。

党员廉洁大讨论发言篇四

学习雷锋发言稿，三月学雷锋，下面是下班带来的学习雷锋发言稿，欢迎阅读！

有人说：“现在都进入九十年代了，人人都想着怎样为自己，谁还会发扬雷锋精神去帮助别人呢？”那么在进入九十年代的今天，我们还要不要学雷锋，雷锋精神就真的过时了吗？！

当你在大街道上跌倒，有人在一旁嘲笑你，却没有扶你的时候；

当你的钱包被小偷偷走，旁人看见却不敢吱声的时候；

当你一个人需要人帮助，却没有人愿意帮助你的时候。

在座的各位，您，会是什么心情呢？想必会酸、苦、涩。可就在这时候，有一个人伸出了自己的手，去扶你，去帮助你，你是喝令他走，并说这种精神过时了，还是心存感激地接受帮助呢！答案是很明显的。

当有些人对雷锋不屑一顾的时候，雷锋却悄悄地出国了，我们感到震惊，也感到无比地自豪。雷锋作为我们人民军队的普通一兵，却名高天下，被世人所敬仰，这样的事只有在今天，在我们社会主义国家人民当家作主土地上，才能养育出雷锋这样伟大的共产主义战士。

记得小时候，雷锋的故事就深深地印入我的脑海里，我们用一双小手捡废铁，参加义务劳动，悄悄地做了好事不留名，雷锋的精神就象春天绵绵的细雨，以潜在的、巨大的力量滋润了我们这一代人的成长。

有时候我觉得雷锋离我们好远，有时候又好近啊，大家对这样的情景一定不会陌生。两手一摊“拿钱来”。如果没有钱想让他帮忙，门都没有。可是，有时候雷锋却无时无刻不在我们的周围，去年10月29日晚上，在广州市某路口发生了一起重大车祸事故，两位行人倒在血泊之中，司机拦了几辆车都不停。遇难者处于生命危急关头。就在这时，一位部队的司机刘某同志经过这里，他毫不犹豫地两位遇难者扶到自己车上，立即送往某市医院，遇难者得救了，他却没有留下自己的姓名、单位，就悄悄地走了。象他这样的好同志在我们的周围真是数不胜数。部队中有许许多多的创业者，在六十年代他们就毅然放弃了大城市优越的生活条件，来到这艰苦边远地区，担负起艰巨的国防科研任务。他们勤勤恳恳，任劳任怨，默默无闻地奉献着自己的一份力量。在他们身上，我们看到了老黄牛的精神，在他们身上不正闪耀雷锋的思想

吗!是的，正是这些象雷锋一样平凡、普通的人们支撑着一个大厦，支撑着我们共和国的大厦!他们从没有奢望过什么，当他们看到这座大厦越发宏伟、越发坚固时，他们笑了，欣慰地笑了。雷锋的精神不正是在这些人中得到发扬与延伸吗!

雷锋的名字对有些人来说已经陌生，雷锋的精神对有些人来说已经不可思议，可是在迈进新时代的时刻，生活在同一个地球的人们需要一个更高的精神境界，需要富于开拓，勇于进取和创造的勇气，我们的社会更迫切地需要雷锋精神不是吗!

不是连带着红领巾的孩子都在寻找雷锋吗?

不是连挤公共汽车的老爷爷、老奶奶都在怀念雷锋吗!

不是人人都希望社会风气越来越好吗!

不是都希望早日清除党内的不正之风和国家机关中残存的官僚主义吗?

不是希望市场经济发展之后人与人仍然诚实不欺、和谐融洽吗?

这一切都是雷锋精神的体现，毫无疑问，雷锋的精神没有过时，我们这个时代需要雷锋。

此刻，雷锋回来了，整个世界就象等待春雨的麦苗，渴望、迫切地吮吸着这一场雨露，并集聚中改变社会面貌的力量，这种精神将赋予我们社会多大的推动力啊!

我也强烈地感受到了这种力量。我不禁想，要做一名合格的军人并非易事，象雷锋那样在平凡在工作中做出不平凡的成绩，这需要一颗热爱生活，热爱事业，需要兢兢业业、勤勤恳恳的努力。

我们应该明白，今天，当改革、开放、治理整顿，需要我们过紧日子时，这就更需要向雷锋同志学习，把雷锋精神融化在十二亿人民的行为中，雷锋为人民服务的价值观已成为人民永远的呼声，正义的呼声，道德的呼声。雷锋的精神有着广阔而深沉的内涵，她已经不是一个人，一个代号，而是新时代人类追求和谐的象征。我们的祖国会因为注入了雷锋精神而更加年轻，高举为人民服务的火炬，必将使我们的社会更加团结，人与人之间更加融洽和谐。我坚信，雷锋精神会在新一代中发扬光大，放射出更加灿烂的光芒！

你们知道吗？有这样一个人，他来到这个世界普普通通；离开这个世界平平静静。他身高只有1米54，却成了几百万人民解放军的排头兵；他的体重不足50公斤，却像一块巨石，激起我们心灵深处浪花层层。他有一张年轻的面容，他的微笑永远留在了千万人的心中，22岁是他永远的年龄。他的日记，人们越读越起劲；他的故事，人们越听越动情！在这960万平方公里的土地上，哪一个不知道他的英名！他就是——雷锋。

雷锋叔叔助人为乐，毫不利己。有一次，雷锋因肚子疼到团部卫生连开了点药回来，见本溪路小学的大楼正在施工，便推起一辆小车帮着运砖，一连干了好几个小时。这就是雷锋。

在一次出差换车时，雷锋发现一个背着小孩的中年妇女的火车票和钱丢了，他就用自己的津贴费给大嫂买了一张去吉林的火车票。人们因此流传着这样一句话：“雷锋出差一千里，好事做了一火车。”这就是雷锋。

他“偷”着为战友的亲人寄钱，为灾区人民寄上几年来的全部存款。有人说他是“傻子”，雷锋却说他甘愿做革命的“傻子”。这就是雷锋。

雷锋大公无私，乐于奉献的事还真是太多了。

如今，雷锋精神在感化着人们，在我们中间就有不少革命的”

傻子”。雷锋已经离开我们有40多年了，可是他的精神却与时俱进，永放光芒。

正是因为有人交警、老师、解放军战士这些人，我们的社会才更安定、繁荣，民族才更团结友爱，朝着文明迈进的脚步才更稳健，我们的国家也才更强大，未来也才更加充满希望与活力。

其实，不管是交警也好，老师也好，解放军战士也好，他们都具有雷锋这种“毫不利己，专门利人”的伟大精神，这说明了雷锋并非高不可攀，人人可以学雷锋，人人也可以成为雷锋，雷锋精神是无时不在的：“对待同志，像春天般的温暖；对待工作，像夏天一样火热；对待个人主义，像秋风扫落叶一样；对待敌人，像严冬一样残酷无情。”雷锋精神也是无处不在的，雷锋精神在这里得到了彰显，雷锋精神在那里闪耀着光芒。

人最宝贵的是生命，可是人为什么活着？生命的意义在哪里？雷锋以自己的行动为我们做了世界上最精彩的回答。同学们，请允许我以雷锋的这句话作为这次演讲的结束语吧：人的生命是有限的，可是为人服务是无限的，我要把有限的生命，投入到无限的为人民服务中去！同学们，让我们像雷锋那样，在平凡的生活中，干出一翻不平凡的事吧！

每一次想起雷锋，就想起这一段话。有多少人在回首往事的时候，为自己碌碌无为而悔恨，为曾经虚度年华而悲哀。有多少人能像雷锋一样，永远的那么富有爱心，永远的那么真诚善良，永远像一颗小小的螺丝钉。今日的世界由于经济的高速发展表现出更为开阔的空间，然而，我们曾经火热的心灵却开始变得冷漠，有些本不该变的东西也在变：亲情冷了，同居一楼，邻里相见不相识；友谊馊了，与人方便与己方便，成了互相利用的通行证。曾经，我们几十年来所景仰、崇拜和学习的榜样已经被越来越多的人认为是傻子。

然而，无论时空如何变化，那些决定人类向前发展的基本要素没有变，那些人类任何时候都在追求的美好事物没有变。尽管在我们的身边，雷锋精神被越来越多的人所淡忘，然而，在世界的更多地方，雷锋被不同肤色的人们所景仰，所学习。雷锋精神以超越时空的力量成为人类最宝贵的精神财富。

一个美国商人如此说道：雷锋精神是人类应该有的，应把雷锋精神弘扬到全世界。要学习雷锋对待事业的态度，学习雷锋刻苦学习的钉子精神，学习雷锋关心人、爱护人、支持人、理解人的品质。

一个日本企业家这样感叹：“雷锋仅20多岁就做了那么多的好事，成为伟大的英雄，对人类是有贡献的。学雷锋无国界之分，把雷锋精神引进我们公司，运用到生产实践中去，会改变员工的精神面貌，产生巨大的效果。”

西方人和我们一样，给予雷锋最高的表彰：“雷锋精神与上帝共存。”

四十多年了，雷锋的名字曾经是激励我们几代人成长的路标，四十多年了，古老而年轻的中国正在蓬勃的发展，然而，雷锋的名字却随着我们生活的美好而渐渐远离了我们。有人置疑，有人嘲笑，有人批判，然而，无论我们经历多少变化和困惑，他的名字应该永远刻在我们的心头，他的精神应该是我们工作和生活中永远的指南。因为，一个人要获得成功与幸福，不能缺少雷锋精神，一个公司要想成功，不能缺少雷锋式的好员工。

无论我们从事什么工作，都不能缺少雷锋精神。再平凡的岗位都可以做出不平凡的贡献，只要你的人生观是正确的，你的工作就会有不尽的原动力。取得成功最重要的不是我们的能力大小，而是一个人的道德品质。任何时候，雷锋身上助人为乐、爱岗敬业、积极进取、勤俭节约的品质都是我们不

断学习的要素。雷锋精神是不受时空限定的，无论现代科技怎样发达，无论人们的生存方式怎样改变，雷锋对世界和他人真诚的爱心永远是人间渴求的那种温暖，像阳光一样成为人类永恒的需要。

在工作上，我们需要雷锋精神，我们应该像雷锋那样爱岗敬业、刻苦钻研、勤俭节约，把工作当成自己的职责，做一个有利于公司，有利于团队的人。只有这样，公司才能得到发展，我们自己的能力才能得以更大的发挥。

在生活中，我们需要雷锋精神，只有我们自己发扬助人为乐的精神，与人为善，我们才能得到别人的帮助和尊敬，才能在互动的真诚中感到真正的快乐。一个时刻只看到自己利益的人是很难体会到生活中的快乐的，真正的快乐只有一种，那就是为他人而付出，这样做你将获得生命最高的荣誉。

一个公司要发展，也不能缺少雷锋精神。今天，一切的成功都必须通过合作来实现，如果我们没有为他人服务的思想，没有助人为乐的精神，只看到自己的利益，是难以获得成功的。一个企业，如果所有的员工都只做自己分内的事情，不团结互助，这样的企业是没有竞争力的。所有的企业都在努力寻找雷锋式的员工，因为这样的员工不仅会把自己分内的事情做的最好，还会额外做许多。他们面对任何困难都不会寻找借口，而会自动自发、尽职尽责的完成任务。通常，企业的领导会给这样的人委以重任。如果你想在公司里获得成功，就必须成为这样的人。

同样，一个国家，一个政府，任何时候都不能缺少雷锋精神。只有发扬雷锋全心全意为人民服务的精神，政府才能真正赢得民心。几乎整个人类文明的发展都依赖于这种人的努力，他们时刻想的不是自己的利益，而是所有民众的利益。每一个国家都在寻找自己的“雷锋”，每一支军队都在寻找自己的“雷锋”。雷锋精神所能影响的远不止一个人，一个企业，一个国家。今日，雷锋精神已经成为全人类努力学习和实践

的精神，每一个民族和国家都在寻找和培养更多的雷锋，因为我们整个人类文明的发展都将因为有更多这样的人而变的更加美好。

今日的中国是一个大谈变化和西方商业精神的时代，从“奶酪”到“致加西亚的信”的流行，西方的商业文化对我们经济的影响似乎已经超过了传统的儒家文化。在很多人谈到一个叫“罗文”的士兵如何敬业、服从、努力把信送给加西亚的时候，在人们费劲心计号召员工努力学习“罗文”精神的时候，大多数的人似乎忘记了我们身边一个更好的榜样，这是“雷锋”的悲哀，更是我们的悲哀。应该来说，“雷锋”要比“罗文”伟大的多，也要实在的多。因为，我们需要的不是一种奴隶式的付出，更应该是一种对世界和他人的爱，为社会服务，实现自己的人生价值。

这些年来，对很多人来说，感兴趣的不是我们自己是否在学雷锋，而是外国人在学雷锋，感兴趣的是西点军校是否有雷锋塑像，而不是我们的身边有多少雷锋。但是，不管怎样，英雄是不应该被遗忘的，雷锋精神是不应该被遗忘的。

一个没有英雄的民族，是一个悲哀的民族；然而一个有英雄却不知尊重、不知珍惜的民族，则是一个可怜的民族。雷锋是我们这片古老的土地孕育的一位平民英雄。雷锋从来不会离开我们，而我们却曾经几度远离了雷锋。

是的，几十年来，我们的生活发生了翻天覆地的变化，我们再也不要穿带补丁的衣服了，再也不要忍受饥饿了，再也不要像雷锋那样经历那么多苦难了。但是，我们不应该忘记他。任何时候，他还应该是我们的榜样，什么时候我们都需要雷锋精神。我们应该理解他、尊敬他。无论我们的生活多么丰富多彩，我们永远也不能缺乏雷锋身上那种对他人和世界的关怀与爱。

雷锋应该永远属于中国，雷锋精神应该是我们每个中国人应

该有的精神，无论你从事哪个行业，哪种工作。因为只有这样我们才有能力超越自己、超越他人。我们的国家才能进步，我们的生活才能更美好。

党员廉洁大讨论发言篇五

今天非常高兴能够站在这里和大家一起探讨学习方法，其实好的学习方法能为你打开成功大门奠定坚实基础，所以说拥有好的学习方法非常重要。也许在座各位大多已经输在了起跑线上，但终点线在前方，没有人冲过那条线，就代表你还有机会第一个冲过去。大家应该都听自己的哥哥姐姐讲过高中二年级的学习重要性，高中二年级是最容易掉队的一年，也是最容易让人放弃的一年，所以大家更应该努力。

许多同学也许和我以前一样，现在还抱着高三再去赶的心态，希望那时自己能够赶上去，那是大错特错。把高中三年知识全部集中在高三去学并且学好，那恐怕比买彩票中头奖概率还小。你以为你有买彩票中头奖的运气吗？那算了，你不用读书了，去买彩票吧！

所以说还是找个适合自己的学习方法，踏踏实实的走向高考，下面为大家介绍一下我的学习法：

语文、英语、物理、数学的学习是一场持久战，所以平时要用更多时间学习，最重要的是每天都要坚持学，这些科的学习效果在短期内很难见效，所以关键还要自己能够坚持，化学和生物的学习效果相对见效快一些，只要用心学习半个月到一个月成绩便上来了，所以建议大家多搞一下那四科，化学和生物到高三好赶一些。

理综和数学在平时学习时要多做题目，不是盲目的去做，要有一定的目标，自己哪方面薄弱一些就从哪方面努力，做过

的题目要弄明白，不要没弄懂就扔一边，那题目做再多也没用，关键要通过做题目去把没弄明白的知识点弄明白。

语文和英语就要平时多背一下，多记一下，还要多留意生活。当然，题目也要做，这两门学科有一个不断积累的过程，只有积累量达到了，分数才会上升，所以面对这两门学科，不要急于求成，也不要轻易放弃，要慢慢来。

在每隔一段时间还要对自己所学过的东西进行一下复习，遗忘是每个人都存在的问题，并且遗忘程度还与时间有关，所以我们要在自己只遗忘了一小部分时，就去复习一下，把记忆的部分补上来，这样才不会学习了后面的又把前面的忘记了。

学习的时间安排也非常重要，特别是课余时间。下面向大家介绍一下我的时间安排吧！