

2023年检讨书成绩没考好(通用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？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。

检讨书成绩没考好篇一

尊敬的老师：

以前我没有意识到自己的散漫和无知，上课总是不认真听讲，导致我成绩下降。

我认为，这成绩下降还有两个大的原因。

一是学习不用功。这么说有些笼统，其实它可以分为很多小原因。也许您知道也许您不知道。前段时间不是因为月考成绩看得过去有所松懈，而是一直就不紧张：早读有一半的时间用来犯困，另一半时间中的效率也不高，有时还哼首歌什么的（由此决定以后少听歌）。上课时，尤其是数学和英语，一有听不懂的情况就犯困，越困越听不懂（最近课前开始仔细预习了，上课听懂了就不犯困了，这方面有了改善）。

尤其是上了二年级后作业多了起来。以后要勤快些。其实这也是学习态度的问题。然而有时候又控制不住自己，总想着上网。如今，大错既成，我深深懊悔不已。

据上，我决定有如下个人整改措施：

- 1、对自己思想上的错误根源进行深挖细找的整理，并认清其可能造成的严重后果。

2、制定学习计划，认真克服生活懒散、粗心大意的缺点，在下次考试中考好，以好成绩来弥补我的过错。

3、和同学们加强沟通。保证不再出现上述错误请关心爱护我的老师同学继续监督、帮助我改正缺点，取得更大的进步！同时，我也会尽量少的上网的！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

检讨书成绩没考好篇二

尊敬的老师：

您好！

时光匆匆，转眼间考试也已结束，试卷也发下来了。望着试卷上的分数，我惊讶了。因为这和我应有的水平相差甚远，在这次考试中我成绩十分不理想，不仅伤透了你的心，也让我无地自容。于是，今天，我怀着十二万分的愧疚和懊悔写下这份检讨书，以向您表示我的决心和悔改之意，只希望老师能够给我一个改正错误的机会。

在课上，我经常会感觉到，数学老师在讲题目的时候我就会不时的走神，但我意识到的时候，一道题目的讲解已经过去了。我也刻意的告诉自己不要走神，要时刻跟着老师走，可是，最后发现这根本不行，我做不到。无论我如何地刻意地提醒自己，我还是会在不经意的走神。课下的时候，数学老师讲过的题目我也没有把它拿过来重新看一遍或者是再做一遍、演算一遍。

在整理错题本的时候，也没有花太多的心思。只是把错误的题目按照老师所讲的步骤抄在错题本上。写完之后就把本子

放在一边，看都没看一眼。在做作业的时候，遇到不会写的题目我便空着或者胡乱写个答案在试卷上。再者，考试那一天我在做选择题和填空题花的时间比较长，从而导致我在做后面的大题目的时间不够。时间一紧，我在算的时候便会算错，以至于我原本会做而且能做的好的的一道题目算错，失去这道题目的分数。

当我在做题的时候，经常会因为粗心而失去本来不会丢的分数。每次考试前，我就会刻意的提醒自己要细心，不能粗心。可是，当我一拿到试卷时，我什么都忘了。更重要的一点就是一些重要的数学公式记得不牢固，从而导致在做数学题目的时候会将公式用错或者是不知道何时该用何种方法的公式。

在政治和历史这两大学科上，我只是在课堂上听老师所讲的内容，但是，在课下并没有花多大的精力去看、去背，只是在老师上课的时候，把书拿出来，然后把该记的记下来，下课后就把书放在一边不去看它。除非在题目的时候需要用书，我就把书拿出来翻一番，看一看，否则我就会把书放在一边不管它。还有就是在做题目时，不理解题目到底是在问什么，要的是什么。更是因为我对书本内容的不熟悉而不知道某件重要的事情发生在什么时候，也不知道当此时发生时有什么背景、条件等。

别人都说，政治、历史只要在考试前几天读一读，背一背，考试的时候就会考到一个很好的成绩，但是我看并不是完全都是这样的。政治、历史还是需要在平时的时候多看看，多背背，这样你在考试的时候可以多写点，知道该如何答，该答那些点，该怎么样去答，而不是看着那些大题目毫无头绪，不知所措。

以前我没有意识到自己的散漫和无知，上课总是不认真听讲，导致我成绩下降。我认为，这成绩下降还有下面这些原因。

- 1、上课时间注意力不集中：上课有一半的时间用来犯困，一

听到老师上课的声音就止不住的犯困！另一半时间中止不住的东想西想，为什么窗外没有小鸟飞过。为什么xx的书包那么漂亮！为什么老师的你的头发会那么长！同桌xx老是问我放学后要不要一起去玩！

2、学习态度和学习方法的问题：每次一回家就忍不住的想看电视！对妈妈叫我做作业的声音无动于衷！对于奥特曼打怪兽我非常感兴趣！好不容易看完一集、发现对于作业我根本就静不下心来、我发现自己居然有那么多的题目不会做、妈妈教的和老师教的完全不一样、我根本就坐不住、妈妈总是在我耳朵边上催、我是小孩子、哪里能算的了这么快啊！

3、学习不用功。这么说有些笼统，其实它能分为很多小原因。早读有一半的时间用来犯困，另一半时间中的效率也不高，有时还哼首歌什么的（由此决定以后少听歌）。上课时，特别是数学和英语，一有听不懂的情况就犯困，越困越听不懂。然后，我不清楚何时有了个大毛病——发呆。这的确浪费了很多时间。只要一闲下来就发呆。所以，以后打算把日程排满，充实自己，改掉这个自杀式的烂毛病。还有，我有个不爱写作业的毛病。特别是上了xx后作业多了起来。以后要勤快些。其实这也是学习态度的问题。

4、学习态度不端正。我常把自己定位为“厌恶学习的孩子”。其实这是消极的心理暗示。事实上我已经开始对许多的科目产生兴趣了。心理暗示也是蛮重要的。

据上，我决定有如下个人整改措施：

1、对自己思想上的错误根源进行深挖细找的整理，并认清其可能造成的严重后果。

2、我要有好的约束能力、自主学习能力，现在我十分重视，并从内心上谴责自己，反省自己。要从自己身上找错误，查不足，深刻的反醒。

因为我发现我竟然有一点 " 为了现在玩的痛快不管以后 " 的征兆。所以，现在我要把这些所有不好的征兆都扼杀在摇篮里。还有一点，就是要减少吃东西的时间。每天都要花半个小时左右的时间吃零食。而其他人都用这半小时学习了。人总是不见棺材不落泪的。我已经看到了事态的严重性，不会再下滑了。

只要我们都有很好的约束能力、自主学习能力，在没有任何借口，任何理由能为讲话开脱！我们只有认认真真思考人生有那么多事要做，那么多的担子要挑，就没有理由考试不考好了。我一定不会在同一地方摔倒。做事情，要有始有终，学习更是一样，不能够半途而废。

我现在已经深刻的认识到了自己的错误，找到了自己身上存在的不足。所以，我要感谢老师让我写了这份检查，让我更加深刻的认识到自己的错误，希望老师能够再给我一次机会，我一定会好好努力，不再让老师及家长失望。请父母和老师看我的实际行动吧，我会努力学习的。

我现在已经深刻的认识到了自己的错误，找到了自己身上存在的不足。所以，我要感谢老师让我写了这份检查，让我更加深刻的认识到自己的错误，希望老师能够再给我一次机会，我一定会好好努力，不再让老师及家长失望。请父母和老师看我的实际行动吧，我会努力学习的。

检讨人□xxx

20xx年x月x日

检讨书成绩没考好篇三

尊敬的老师：

您好！

在刚刚结束的考试里，我犯了很多不该犯的错误。我一向成绩很好，可是这次鬼使神差的，这次竟然错了很多不该错的地方。经过我的仔细反思，我想这和我阅读题目不认真有着很大的关系。这点也同样延伸到了数学和英语方面。很多计算和语法上的小错误让我丢掉了不少分数。我知道老师对于我有着很大的期望，可是我还是没有考好。对于这点我感到十分抱歉。但是既然犯了错误就要改正，所以，通过考试我也想了很多以后一定要学习的东西。

这次的考试我退步了，使我感到十分的痛苦与遗憾，学习本身是为了自己，而老师您却又如此的认真负责，对我严格的要求，而我却还考出这成绩让我感到十分的愧疚，我真心的反思与改过，我总结了失败的教训，我一定会在以后的学习中全力以赴，认真专心，尽我全力考出我自己真实的水平，我一定会化悲痛为力量，努力奋斗，不辜负您对我的希望，对得起我自己的真实水平！真心的反思，望老师能原谅！

我也很感谢老师，老师一直都很关心我，可是我却没有能够把握自己的方向，没能正确的对待学习，我想老师一定也会不高兴，因为老师是关心我们的，我们是老师的学生。

我真的需要读书了，这些时间，我感到十分空虚，十分内疚。我的心一片污浊，一片狼籍我远远的落在了别人后面。我贪图享受，自高自大，顽固不化，自作聪明，奢侈浪费，游手好闲，不忠不孝，灰心丧气，一蹶不振，颓废自堕看看我都做了什么！我丧失了最初的梦想，没有了积极的态度，没有了纯净的思想，没有了坚持不懈的毅力，我活的愁眉苦脸。

这些都压榨了我的时间，让我没时间去读书，没时间去思考，学习、习字、交际、感恩、努力直到有一天，我发现我再也写不出令人称赞的文章，再也没有令人羡慕的业绩。我才发现，我真的错了。早在您刚带我们的时候，您就已经三令五申，一再强调，全班同学，一定要好好学习，认真学英语。直到现在，老师的反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在

眼前，我深为震撼，也经深刻认识到此事的重要性，于是我一再告诫自己要把此事当成头等大事来抓，不能辜负老师对我们的一片苦心。也应此，我现在开始自我反省。

正如高尔基说过的那样，当你把一件是看得十分重要的时候，磨难和失败就接踵而来了。就像在这次考试前，我因为太想考好太紧张导致我焦虑失眠，第二天精神状态极其不好。但归根结底，还是由于我学得不牢固，要不然就是精神不好也不会考这个分。忆起当时，我当时就因为太焦虑不好好复习！

但，悔亦晚矣，悔亦晚矣！而其他那些诸如粗心大意，没看清题目的事情我就不想多说了，我知道这些理由说出来都是不能成立的，因为，这所有的问题都只能归结于我没有学扎实，还未能达到一个现代中学生该具有地认识问题的水平。未能对老师们的辛勤劳作做出回报，我越来越清晰地感觉到我是一个对自己，对父母，对老师不负责的人。

我总是说，我过了读书的年龄，这些书再没有心情去读了。其实我错了，书，无论什么时候都可以读的，即使你牙齿掉光。我是在逃避，在贪玩儿。

我说没有什么能改变我，那不是坚守，是stubborn □ but now □ its time to change □世界上唯一越久越美好的东西，是回忆。我不要让我的高中回忆起来充满愧疚和后悔，往者不见，来者可追。我要有车有房有钞票！我不要以后整天追在别人身后要钱，我不要向别人低三下四，我不要让别人look down upon me□

老师是园丁，我们是祖国的花朵。我享受的老师的教导，深知老师的辛苦，今天，我下定决心，一定会好好学习，不辜负老师家长对我的希望。老师是如此的辛苦。为了学生的前途，付出了自己的辛劳，我们看着这样辛苦的老师心里也是很不忍的，所以，我了解了，也明白了，对于现在的我们，学习才是正确的。也许以后的我们早会忘记了现在的游戏，

也忘了老师曾经讲过的东西。但我不过忘记我曾经在学校努力过，奋斗过，也不会忘了有一位老师，曾经辛勤的教导过我。所以，以后的学习中我一定要努力的学习。

关于我此次考试的成绩不理想，我认为还有如下几点原因：

第一，我的学习态度不好。在上半学期的学习当中，因为有时候上课不听讲，思想开小差常常错过老师讲到的知识点，也耽误了学习。

第二，我在课后没有及时复习，在上半学期的学习当中要说我上课不听讲还可以在课后通过写练习题弥补过来，但因为总总原因我还是没有去补习回来，因此对于不懂的知识点没有深入分析和理解。

第三，是我的压力过大，其实这份压力不仅仅是父母施加的，父母对我的要求是对我的关心，是希望我有好的成绩，将来能够有出息。但我却辜负了父母，以至于考试时候心情紧张，握笔的手都会因为做不出试题而瑟瑟发抖。

关于我此次成绩不好的原因还有很多的，但归根结底我此次未能考好期中考试的事实已经摆在眼前了，我在反省检讨错误的同时，我已经将目光投入在了期末考试。

在此递上这份考试没考好的检讨书，恳求父母和老师的原谅。

检讨人□xxx

20xx年x月x日

检讨书成绩没考好篇四

尊敬的老师：

您好！

考试落下了帷幕。在这每一次的人生考验中，总是有人欢喜有人悲。然而不幸的是这一次我成为了后者。半载的辛苦和辛酸苦累换来的却是失落，让我怀着失落的心情，带着差强人意的成绩，为这个学期画下了一个败笔。

这次考试没考好，我自知这是不能原谅的，由于自己年纪小，心里自控能力比较差，有的时候上课不能控制自己，没办法好好听讲，我自己已经好好反省过了。

这次的考试我退步了，使我感到十分的痛苦与遗憾，学习本身是为了自己，而老师您却又如此的认真负责，对我严格的要求，而我却还考出这成绩让我感到十分的愧疚，我真心的反思与改过，我总结了失败的教训，我一定会在以后的学习中全力以赴，认真专心，尽我全力考出我自己真实的水平，我一定会化悲痛为力量，努力奋斗，不辜负您对我的希望，对得起我自己的真实水平！真心的反思，望老师能原谅！

我也很感谢老师，老师一直都很关心我，可是我却没有能够把握自己的方向，没能正确的对待学习，我想老师一定也会不高兴，因为老师是关心我们的，我们是老师的学生。

老师是园丁，我们是祖国的花朵。我享受的老师的教导，深知老师的辛苦，今天，我下定决心，一定会好好学习，不辜负老师家长对我的希望。老师是如此的辛苦。为了学生的前途，付出了自己的辛劳，我们看着这样辛苦的老师心里也是很忍的，所以，我了解了，也明白了，对于现在的我们，学习才是正确的。

也许以后的我们早会忘记了现在的游戏，也忘了老师曾经讲过的东西。但我不过忘记我曾经在学校努力过，奋斗过，也不会忘了有一位老师，曾经辛勤的教导过我。所以，以后的学习中我一定要努力的学习。原因出在哪里，我做出了深刻

思考和反省，经过了深思熟虑，特作出深刻的检讨，有些没有提到之处还请老师和同学们提出批评指正。

我认为此次考试的失利，绝不是一日之工，“冰冻三尺，非一日之寒。”确实，我总结了以下几点：

1、思想觉悟不够深刻。思想觉悟是一个学生具有的基本条件，一个学生的基本任务是什么，就是学习，好好学习。一个正确的思想觉悟会带领我们走向正轨，所谓思想不过关，成绩如何过关。不仅仅是学习，做任何事思想觉悟都是最重要的，也是最关键的。

2、没有端正的学习态度。态度跟思想是相辅相成的。一个正确认真的学习态度是一个学生成才的必备基础，有了正确的思想态度才能正确的对待学习这件事，正确看待考试成绩的重要性，考试是学校对于学生的检测，也是让自己找出不足改正不足的方法，也是学校对学生的一种负责的态度。

3、基本功的不扎实。平时的一个小小的东西都会影响到考试成绩，这是不可否认的。一个字母的背记，每一次简单的验算，每一次刻苦的思考，都是很重要的，我就是没有打下良好的基础，而导致考试成绩的不理想。

4、平时对自己要求过低。有时候人会犯“惰性”，也就是偷个小懒，每个人都有这种惰性，重要的是有的人克制的较好，有的人克制的较差。平时对自己严格要求的人，做什么事情都会对自己严格要求，对待学习更要严格要求。

5、没有一个正确的学习目标。每一个阶段都给自己制定一个小目标的人，往往平时不怎么起眼，到了考试就会大放光彩，因为他完成一个个小目标，从而最终完成一个大目标。然而光有目标没有实际行动也是不行的，一步一个脚印的踏实度过每个目标，你会发现你成功了一大步。正所谓“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海”。古人的话都是有道

理的。

6、缺乏一定的自信心。人无聪明愚蠢之分，都是平等的，一个人要相信自己可以完成，付出努力就会成功，一个人要是缺乏了自信心，不敢去尝试，不管是学习还是工作都无法成功。俗话说“人不可有傲气，但不可无傲骨”。傲骨指的是什么，就是自尊和自信。

7、缺少“不耻下问”的精神。有时候感觉问问题很丢面子，这是大错特错的。我们都是学生，我们都是来向人家学习的，学习就有不懂的，不懂的就得向别人请教，这是很正常的现象，然而我一直曲解这里的意思。子曰：“三人行，必有我师焉”。每个人都有自己的缺点，每个人也有自己的优点，学习别人的优点，弥补自己的缺点。比如你的数学好，我的语文好，我们就可以互相学习，相互学习，这样同时提高的是双方，也是双倍的。

8、没有一个良好的学习习惯。习惯成自然，一个正确的学习习惯关系着一个人的一生。有的人喜欢给英文备注，其实这也不失为是一种好办法，久而久之就形成习惯，一看到这个单词就能想起自己的备注，这样对于背记有很大的提高。还有人的验算本比有的人的作业本都整洁，这都是好的学习习惯，就算题做错了，回头找找看看自己的验算本，一目了然，知道哪里错了。弄得乱七八糟，自己永远不知道怎么回事。

为此，我决定以后好好学习，天天向上，在此，我订了一份计划：

1、学好课本知识。

学习的最重要阶段是预习。也就是说在老师上课之前，先得自己学习一下课文，在预习中要尽量主动地解决问题，把不懂的问题记下来，在上课时跟老师、同学一起学习讨论。课本要反复阅读，直到把问题看的透彻了、明白了。

2、注意课外积累。

适当的课外阅读是很有必要的。进入了紧张的学习阶段，我们不可能再有大量的课余时间进行阅读，因此，阅读时要有选择。我们应广泛浏览各种书籍和报纸杂志，从电视、广播、网络上获取信息，并有条理的做下笔记。要关心社会生活，了解社会动态，使自己的思想要不断进步。这样不仅能使我们积累更多知识，更能丰富我们的生活。

检讨人□xxx

20xx年x月x日

检讨书成绩没考好篇五

尊敬的老师：

您好！

昨天我们这次的月考成绩出来了，比起上一次，我这次各科的成绩退步了不少，尤其是数学，成绩下降的尤为严重。今天上数学课时老师看向我那失望的眼神让我很是难受，尽管他并没有责备我，数学老师一向对我抱有着很大的期待，让我不禁反思自己这段时间的学习，我的确没有以前那么用工了。每天只想着过轻松的日子，只想着快点下课，为了检讨自己这段时间的行为、为了订正这个错误的想法，我写下了这份检讨书来表明自己的这份决心。

以前我每天上课都十分的认真，学习时的注意力也十分集中，违背课堂纪律的事基本上没怎么在我身上发生过，但最近我确实在频频的犯错。我自己想了下原因，想来想去，我觉得大概是座位的问题。每隔一个月的时间，我们都会换一次座位，前几次我的同桌都是沉默寡言的，我的座位多次排在最边上，同桌只能是冷冰冰的墙，即使想说话我也没人可说。

这次换座位我的同桌换成了一个开朗健谈的同学，熟悉了之后我们两个人更是有着说不完的话题，就连上课的时候我们也经常讲话，多次引来老师的注意，我想是因为这个所以我的成绩才有所下降吧。

但这不是她的错，如果我自己有着足够的意志力的话，不管面对着多大的诱惑我应该不会动摇的。这次月考成绩的下降给了我当头一棒，把我从愉悦的生活中打醒，作为一名学生，我必须要以学习为主，面对任何诱惑都应该坚守自己的底线。从小到大我们做的最多的事情就是在学习，花时间花的最多的也是学习，若是不能在学习方面拿出点成绩，那以前的那些日子就好像是白活了一样。

而且学习不是为了我一个人，父母辛辛苦苦供我们读书上学，因此每年都回不了几次家，自己省吃省喝才攒下的学费，如果没有一个好的成绩，要拿什么回报他们？经历了这次的事情，我幡然醒悟，心中升一股愧疚之感，当然该玩的还是得玩，但前提是在不耽误学习的情况下。

这次月考成绩下降我很抱歉，我也意识到在日常生活中自己也不该大意，绝对不能在学习方面松懈下来，在往后的日子里我会好好改正，希望老师能够原谅我这次。

此致

致敬！

检讨人□xxx

20xx年x月x日