

最新成绩退步检讨书(优质10篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。

成绩退步检讨书篇一

您好！

这次的月考我没有考好，而且成绩也退步了，我也反思了以下，我觉得也是有一些原因的，导致了我的成绩退步，我不但要好好的检讨，同时也要在今后的学习中认真一些，不能再退步了，下次的月考我一定要努力。

我上课不是很认真，特别是英语课，经常是没怎么听老师讲课，无论是平时的默写单词，还是作业都做的不好，进入初二以后，我们的英语老师也是换了的，之前的老师很会教，我也比较感兴趣，但是到了初二，老师讲得课特别的枯燥无趣，我根本就听不进去，也对英语产生了一种厌倦，不喜欢的感觉。无论是上课也好，还是课后也好，我都没有去好好的把英语给学好。

我对学习没有初一那样的认真了，无论是英语还是其他的科目，可能是我觉得学好学坏都是那个样子吧，我的成绩是在中游的水平，以后考高中应该是没有什么问题的，但是我要再努力一下考个重点高中，却不是那么的容易，所以我觉得我就随便学习就好了，没必要那么拼命，而且还不一定能考上呢，这种想法下，我就平时没那么的认真了，想学的时候就学，不想学的时候就不怎么学习，对待自己喜欢的科目，还是会认真的去学，但是一些我不怎么喜欢，或者不怎么看

重的科目，我就没怎么花心思了。

考试的时候，我没有认真的答题，特别是英语，反正不会，也不想去做，于是我答题就比较随意，觉得哪个是对的就选哪个，也没有认真的思考，不会的就是乱选，这样下来，我的英语成绩是退步最多的了，也是让我这次月考的名词掉了很厉害。

老师经过反思，我明白我主要是以上三个原因导致了我成绩的退步，其实这些原因都是不应该发生的，虽然说英语老师讲课比较无聊，但是学习却是我自己应该做的事情，而且我学习的好，是对自己好，无论老师讲的有没有趣味，我都应该认真的去学习，而不是觉得老师讲的不好就不学。同时我那种不努力的思想也是不对的，无论我以后能不能考上重点高中，最终我学到的东西都是属于我自己的，我多学点，可能最后也考不上，但是这些知识确实是我自己学会了的，跟我读哪个学校的关系并不是特别的大，以后我也是要努力学习的，毕竟自己学到的东西最终是自己的，考试的时候也是要认真，不能敷衍。

老师我知道错了，以后会认真的学习的，我要对自己负责。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

成绩退步检讨书篇二

尊敬的领导：

您好！

我是xxx□作为一名初中学生我很自责，学习上面对自己不严格，成绩必然就会下降，这次我认真的回顾了一下自己的学习请款，确实是有很大问题的，这并不是我愿意看到的，在学习方面是我对自己的要求不严格，这一点让我成绩退步了很多，现在回顾起来我还是很难受的，作为一名学生主要任务就是学习，是我没有端正好自己的`心态，造成了这样的结果，现在我确实感觉很不好，今天的情况是我不愿意看到的，作为一名学生应该要对自己要求高一点，这次的情况我感觉很自责。

成绩退步检讨书篇三

您好！

这次其中我没有考出。我的语文成绩出现了明显的下滑现象，从这次考试中我看到了退步了，这段时间没有学好。

语文做为我们的母语，我一直都非常重视，也一直认真听课，每堂课我都会做好笔记，都会把老师安排的任务做好，及时完成自己的任务，从没有在语文课上开小差，也从没有做任何错事，一直努力做好自己的工作，每天把任务放在第一位。

但是我却忘记了就算在课堂上笔记做的再好，在课堂上学的再好，忘了也是白学了，刚学过的需要巩固，学到的知识也要练习，而不是完全靠着老师，我因该利用课余时间把所学的知识及时梳理巩固，因为学的知识多，容易忘记，这就需要认真学习，不断努力不断巩固学习，短期记忆我能够做到，但是长期记忆就要读做题，多记多练才能够把成绩提上来。

这次的其中考试让我知道了自己的问题所在，我在考试前一直信心满满，等到了考试之后才发现有问题，这是我自己的问题，我们有把知识巩固好，没有把所学的知识记牢，考试中

我错的最多的还是最基本的一些古诗词语等，课堂上老师讲过的内容，这些忘了，但是还有模糊印象，可是就是想不起来了。

等考完了我才知道要复习，在考试之前我们有认真复习学习到的内容，等到了考试我才知道复习的重要性，复习知识要点，能够让我回忆起以前学到的知识，不会完全忘记，但是就应该不够重视，认为自己能够考好反而没有好好复习，是我眼高是低了，是我的错，复习时不能随意浏览就行的，还要实际检验自己的学习成果，忘掉的就要加强记忆，就要做好尊卑好好巩固知识，才能够学到更多的知识，考出好成绩。

以前上课我没有注意这些现在我已经明白了想要考出好成绩，不光要在课堂上用功学习，还要在课后努力，花更多的时间才能学到更多的知识，才能不断成长，我不能放弃任何希望，不会因为这次失利就沮丧不前，我会化悲愤为动力，用努力来弥补自己的漏洞，或多背课文多记古诗词把知识点掌握牢靠，保证下次不会在这些地方丢分，保证自己能够不断进步考出好成绩。

我会在接下来的时间来好好学习，不断进步，不断学习，努力把自己的成绩提升上来追赶上其他同学。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

成绩退步检讨书篇四

尊敬的班主任老师：

我这一学期的学习成绩出现了严重退步的情况，很明显是我这段时间以来不好好学习导致的学习成绩退步检讨书学习成绩退步检讨书。作为一名学生，我的本职任务就是学习。可是我成绩这样糟糕就充分说明了我没有做好本职工作，一个人连本职工作也做不好，这个人就是很失败的。

仔细想了一想，我生活在如此舒适的`教育环境中，我的学习成绩还这样糟糕，我真的是非常得浪费了这样的教育资源学习成绩退步检讨书文章。此次错误以后，我也看到了一些新闻，讲述到了一些贫困偏远地区的孩子没有好的学校可以上，而且当地学校的环境非常糟糕、简陋。

现在多亏了老师及时地批评我的错误，指正了我的问题。今后我一定要努力认真学习，一来学习好已经自己也有前途，二来学习好也对得起父母，三来学习好也让老师的教学业绩好看一点。

此致

敬礼！

—

20__年__月__日

成绩退步检讨书篇五

尊敬的老师：

您好！

我对这一学期自己的学习成绩严重退步感到很后悔和自责，我知道这是自己这段时间没有好好学习造成的。

作为一名学生，我的本质任务就是学习，我明白成绩后退对于我的影响有多大，我深刻的认识到自己犯了一个严重的错，现在，我郑重的向您递交我的检讨书。

仔细想了一想，我生活在如此舒适的教育环境中，我的学习成绩还这样糟糕，我真的是非常得浪费了这样的教育资源。此次错误以后，我也看到了一些新闻，讲述到了一些贫困偏远地区的孩子没有好的学校可以上，而且当地学校的环境非常糟糕、简陋。我身为一名在大城市上学的孩子，不懂得珍惜自身所拥有的良好教育环境，而是如此懈怠学习，是要不得的。

现在多亏了老师及时地批评我的错误，指正了我的问题。

今后我一定要努力认真学习，一来学习好已经自己也有前途，二来学习好也对得起父母。

检讨人□xxx

20xx年x月x日

成绩退步检讨书篇六

尊敬的老师：

您们好！现在我怀着愧疚的心情，写下这份检查。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。

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，这成绩退步还有两个大的原因。

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)。

二是我不知道什么时候有了个大毛病——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。

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，我也会尽量的少上网的！

尊敬的老师：

这次犯错误，自己想了很多东西，反省了很多的事情，自己也很懊悔，很气自己，也深刻认识到自己所犯错误的严重性，对自己所犯的错误感到了羞愧。

学校一开学老师就三令五申，一再强调不要抄袭作业，可我却并没有把老师的话放在心上，没有重视老师说的话，而是当成了耳旁风，这些都是不应该的。

也是对老师的不尊重。

应该把老师说的话紧记在心里。

事后，我冷静的想了很久，我这次犯的错误不仅给自己带来了麻烦，耽误自己的学习。

在同学们中间也造成了不良的影响。

由于我一个人的犯错误，有可能造成别的同学的效仿，影响班级纪律性，年级纪律性，对学校的纪律也是一种破坏，而

且给对自己抱有很大期望的老师，家长也是一种伤害。

每一个学校都希望自己的学生做到品学兼优，全面发展，树立良好形象，也使我们的学校有一个良好形象。

每一个同学也都希望学校给自己一个良好的学习环境来学习，生活。

包括我自己也希望可以有一个良好的学习环境，但是一个良好的学习环境靠的是大家来共同维护来建立起来的，而我自己这次却犯了错误，去破坏了学校的良好环境，是很不应该的，若每一个同学都这样犯错，那么是不会有良好的学习环境形成，我意识到自己犯了很严重错误，也愿意真诚地接受批评。

对不起,老师!我犯的是一个严重的原则性的问题成绩退步检讨书成绩退步检讨书。

我知道，老师对于我的犯校规也非常的生气。

我也知道，对于学生，不抄袭作业，做好自己的事是一项最基本的责任，也是最基本的义务。

但是我却连最基本的都没有做到。

如今，我懊悔不已。

我会以这次违纪事件作为一面镜子时时检点自己，批评和教育自己，自觉接受监督。

我要知羞而警醒，知羞而奋进，亡羊补牢、化羞耻为动力，其实我自己还是很想好好学习的，我会好好改过的，认认真真的去学习，记得刚进入初中时，班主任就告诉我们：“不仅把老师教我们的知识学好，更要学好如何做人。

犯了这样的错误，对于家长对于我的期望也是一种巨大的打击，家长辛辛苦苦挣钱，让我们可以生活的比别人优越一些，好一些，让我们可以全身心的投入到学习中去。

但是，我犯的错误却违背了家长的心愿，也是对家长心血的一种否定，我对此很惭愧。

相信老师看到我这个态度也可以知道我对这次事件有很深刻的悔过态度，相信我的悔过之心，我的行为不是向老师的进行挑战，是自己的一时失足，希望老师可以原谅我的错误，我也会向你保证此事不会再有第二次发生。

对于这一切我还将进一步深入总结，深刻反省，恳请老师相信我能够记取教训、改正错误，把今后的事情加倍努力干好。

同时也真诚地希望老师能继续关心和支持我。

我怀着愧疚的心情，写下这份检查。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。

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，导致我考试没考好。

我认为，这次考试考不好还有两个大的原因。

一是学习不用功。

这么说有些笼统，其实它能分为很多小原因。

也许您清楚也许您不清楚。

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，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(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)。

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。

特别是上了高中后作业多了起来。

以后要勤快些。

其实这也是学习态度的问题。

二是学习态度不端正。

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。

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，深刻的反省。

我清楚，错了并不重要，重要的是在自己做错事的时候，能够正确的认识到自己的错误，并且清楚如何改过自身，所以我在以后的日子里，会格外的严格要求自己。

现在我对自己的学习也有了新的要求。

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。

成绩退步检讨书篇七

尊敬的老师：

您好！

语文作为我们的母语，是我们天天用到的，都说熟能生巧，然而我却没能够学好语文反而在这段时间退步了，直到这次考试我的成绩排名下滑，我才恍然大悟。

当我们在校园里，一遍又一遍的背诵着课文，一次次有一次的朗读这诗词，体会到语文的绚丽时，我却并没能在这些地方做好，背诵的课文虽然已经被我记下，但是却非常的不熟练，经常性的忘记词，一次两次还好但是多篇都是这样我却并没有想着去改正，而是想方设法的怎么才能够完成任务，怎么才有时间去玩，只知道憧憬着去哪里玩，却忘记了自己当下的任务，终于在这次期末考试让我原形毕露，让我看清楚了一切。

我的学习没有以前用功了，没有了以往那种专研的精神，对学习也都是出于应付，应付老师，应付爸妈，从没有考虑过学习的更本意义，学习最终受益的还是我，学不好，他不会

对老师造成任何的影响，只会对我自己产生非常不好的影响。

这次的期末考试语文考试原本在我看来是小意思，没想到却让我栽了一个大跟头，在考试时候看到语文老师一次次的要求我们要背诵的课文诗词，都是应该掌握的，但就是由于我的不认真，掌握的不够牢靠，很多的都忘记了，也因此很多的分数都丢了。

每次考试的期末考试不但关系到个人的融辱，更是关系到全校班级排名，我的这次失误严重的拉低了全班的排名，让其他原本比我们班排名要落后的，都赶超上来了，我对不起大家，对不起各位给我的帮助，我希望我能够用我以后的努力弥补这次的错误。

当看到这个成绩的时候，我看到了班主任您那失望的眼神，在班级里，我们学的都是相同的知识，其他的同学学习成绩提高了，反而自己成绩却下滑，这明显看出了是我自己的原因，我的原因有很多，我这段时间的学习态度不端正，在平常学习的时候并没有认真的去学，去记忆那些重点知识，反而一次次的是盼望着快点下课，好结束无聊的课堂。没有一个好的学习态度，学的知识就是马马虎虎，学不好也学不精，经过了期末考试一下子就暴露出了问题也把我的真是的学习水平给展现出来了。为了不让自己的成绩退步，我要改正这样的态度，把消极的学习心态，转变成积极的，严格的约束自己，敦促自己努力去学习，语文知识，争取在下次的考试中让自己的成绩明显上升。

此致

敬礼！

检讨人：

日期：

成绩退步检讨书篇八

尊敬的班主任老师：

您好，在此学生家长会长会临近之际，我特地怀着无比懊恼、烦闷、羞答答的情愫向您递交我的“学习退步严重的检讨书”，以向您表示深切的反省与歉意，恳求您的原谅，给我留有一丝脸面和余地，不要在我的父母面前全然地揭露我。

面对错误，我真是感到无地自容啊，我的退步简直是惊天地、泣鬼神，让您眼泪狂飙，听说你一休没合眼，都是被我气得睡不着。如今，我看到您这样的生气与发怒，我真的于心不忍，您一个大好青年，为我的事情气坏了身体，我是有醉过的。

如今，家长会临近之际，如果我的父母得知我成绩下降估计会稍稍地责罚我一下，责罚了我以后我就没有太多理由学习了。可是这样两败俱伤的局面，也是我们都不愿意看到的。为此我向您检讨，我表示我愿意认真读书了，努力上进，争取提高学习成绩。

签名□xxx

时间□20xx年xx月xx日

成绩退步检讨书篇九

尊敬的老师：

您好！

首先很抱歉这次考试我的英语成绩取得了这样的成绩，让老师您彻底失望了。我辜负您这么久对我的辛勤教导，也辜负了您对我这一次考试的期待。但我知道，我更对不起的人是

我自己，因为成绩是我的，未来也是我的，如果我不努力不会有任为我负重前行。如果因为我而去让很多关心我爱我的人伤心，我也一定会非常的痛苦，所以这次英语考试考成了这个样子，让我更明白，我自己的行为造成的一些影响也会影响到别人，因此，我首先对不起是自己，其次对不起那些一直默默关注我的人。

成绩单发下来之后，我总觉得自己抬不起头来，因为我的自尊心特别的强，我总觉得这是一件非常丢脸的事情。平时英语成绩还不错的我这次竟然没有及格，虽然老师说这次考试难度比较大，但是一些平时英语成绩还没有我好的同学都及格了。这确实对我的打击特别的大，中考即将来临，我却让自己的英语成绩不及格了。所以我反省自己很久，试图从最近的学习状态和进程中找到答案，而最后我也找到了一些答案。

就像我上面说的，我总觉得那些平时英语成绩没有我好的人就会不如我，我这样的想法实则太过自负。这世界上任何东西都不会一成不变，可能一成不变的只有那个不想上进的自己。自负让我对自己放松了警惕，而我更不明白的，每个人生活在这个世界上，重要的不是和别人攀比，而是和自己比较。这才是我们个人发展的可持续道路，这一点我想我要更清楚的把它放在心里，和自己的过去比较，看自己是否有了成长。或者说和自己的现在比较，看自己是否有了一些新的领悟。这样才会有助于我们长期良好的发展。因此这一点我会非常的重视它，随之改变它。

在这个科目上我也找出了许多的漏洞，比如说最近晚上的听力时间，我却用来做英语阅读理解，我觉得自己平时英语听力还不错，可以利用这把时间来做别的。而我这次考试就是因为听力失分过多而导致不及格。这一方面也体现出了我的目光短浅，作为一个学生，一个学习者，最忌讳的就是“我已经完全掌握了”。学习不是我们想象中那样简单的，它是深厚的，也是足够可以让我们探索的，因此我也明白，今后

的每一个小知识点，我都要去仔细琢磨，不再这样掉以轻心！期待自己今后的表现！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

成绩退步检讨书篇十

考试是对我们一段时间的学习情况进行检测，成绩不能代表一切，但是我们是否用心学习了自己是肯定知道的。这次没考好那么下次就努力把成绩提上来，相信自己。

尊敬的老师：

我怀着愧疚的心情，写下这份检查。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。

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，导致我考试没考好。

我认为，这次考试考不好还有两个大的原因。

一是学习不用功。

这么说有些笼统，其实它能分为很多小原因。

也许您清楚也许您不清楚。

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，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(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)。

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。

特别是上了高中后作业多了起来。

以后要勤快些。

其实这也是学习态度的问题。

二是学习态度不端正。

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。

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，深刻的反省。

我清楚，错了并不重要，重要的是在自己做错事的时候，能

够正确的认识到自己的错误，并且清楚如何改过自身，所以我在以后的日子里，会格外的严格要求自己。

现在我对自己的学习也有了新的要求。

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，学习更是一样的，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。

请老师看我的实际行动吧，我会努力学习的。

检讨人：

时间：

尊敬的老师：

我深深地为我的卑劣行径而忏悔。

我平日成天游手好闲，无所事事，目空一切，终于酿成了这个恶果。

当我看到这个惨不忍睹的分数时，我潸然泪下，继而泪如泉涌，转瞬间便泪流成河。

这泪，是内疚的泪，是自责的泪，是悔恨的泪！这泪，如沉重的水银，落在、打在、冲击在我的心上！

也许有人说，两分不算什么。

然而在我看来，哪怕是小小的0.5分，都至关重要！这白丢了的十多分，如刀锋一般，在我的心上深深地刻下了一道长长的伤痕，令我悲痛欲绝！

平均分，像一道墙一样，把我死死地拦在了外面。

我曾想侥幸地冲过去，却一头撞上，头破血流，粉身碎骨！

这么多惨痛至极的教训，怎能不给我以发自内心最深处的启迪？