

2023年期中成绩分析总结与反思初一 成绩分析报告成绩分析总结与反思(优质15篇)

军训总结应该从个人角度出发，客观评价自己在军训中的表现并提出改进的方向和方法。下面是小编为大家搜集整理的一些有关军训总结的范文，希望能够给大家在写作中带来一些思路和思维的拓展。

期中成绩分析总结与反思初一篇一

本节课我始终是以与学生平等对话的形式组织课堂教学的，以商量的口气与学生研讨，目的是消除学生畏惧的心理，使学生能够愿意与老师平等交流，敢说真话，愿意表达，这样就把学生推到学习的主体地位上，教师只是学生学习活动中的组织者、合作者、引导者和帮助者。课堂始终洋溢着一种民主的、轻松的、和谐的气氛，师生关系其乐融融，教学目标在自主、合作、探究中得到落实，加上多媒体恰到好处的运用，课堂效果好。本节《羚羊木雕》的课堂教学中，如果说，这节课若有几分品评价值的话，在于思想上，教者力图在课堂教学中怎样促进学生的学，有效地突出学习者的主体地位。

在做法中，也力图围绕以下几点：一是努力使小组合作学习成为必要环节，使小组活动避免形式化点缀的色彩，真正从中激发学生学习的热情，成为体会、探究的有益过程；二是通过不同形式的读书，让学生“变成”作品中的人物来揣摩体会其事件中的个性特点，使学生更大程度深入文本的理解；三是在教师角色上，使教者成为选取支点撬动全文理解的主导者，使教者成为学生进一步学习分角色朗读，进一步理解人物的点拨者，使教者成为引导学生思维由表及里不断深入的追问者，使教者成为关注学生自己的生活、独立而正确思

考的引导者。

期中成绩分析总结与反思初一篇二

考试已经结束了，成绩也出来了，相比上一次有所提高，可是在年级里的名次基本没变，这就说明前阶段的努力还做的不够。

还有数学的问题也十分严重，一开始我还不相信我这么差，可是看了一下批阅情景，有一道题是因为数字抄错了，整到大题的分数全都没了，这道题本来是全校都没有人错的，我估计仅有我一个人错了，这是十分不应当的。以及其他的小题目，总是因为一个个小的细节，从而失分。这就是作业上的问题，平时作业上的粗糙，才导致了我今日这样的结果。我一向记得阿宋说的一句话”作业不动脑，考试更不行！”我想，这次考试正是这句话的体现。发现了问题是一件好事，我此刻要做的就是将上头的问题一个个改正，变成一个更高效的学生。

时间真的过的很快，可是也是公平的，我要利用好时间，不放过每一秒，每一分，为立刻到来的分流考试做好充足的准备。加油！

期中成绩分析总结与反思初一篇三

半个学期过去了，我们大家都有了许多收获，无论是学习知识还是学习为人处世，我感觉自己都更上一层楼了。

这半个学期，我收获了许多新知识：语文课上我更善于表达了，相比四年级来说，字也写得娟秀了许多；数学课的内容变难了，我们对数字的认知又加深了一步。英语课的课文也变长了。我的美术学习也成功的晋升到了素描阶段，这是一个很好的开始。我们即将升入六年级，也是学校里的大哥大姐了，要对学习重视了。

除了学习上的进步，课外我也结识了许多新朋友，五年级了，也该扩大一下交际圈了呀。长大了一岁，我也开始有了烦恼，希望自己更完美一些，可是转念一想，人也终究有缺点，就像我，由于我的不小心，可能就会导致丢分，也会考的不好，我学习虽然不是最好的，但我可以再接再厉，以后可以做的更好！

希望以后我可以做的更好，做最好的自己！为自己感到骄傲！

期中成绩分析总结与反思初一篇四

主要问题在于做题的方法和做题过程中的耐心度与细心度。

在试卷的所有版块中，学生在古诗文阅读版块中的得分率最低。究其原因的话：

第一，这次的古诗文阅读难度较低，可是学生做得情景却不尽人意。学生在做题过程中，构成了惯性思维，存在一种畏难情绪。

第二，古代诗歌阅读题，学生对于答题模式的掌握和古诗词的理解不到位。

第三，名篇名句默写，得分率低。虽然这次的默写都能够背出来，可是存在较多错别字。

本次文学类文本阅读为《风庐乐忆》，实用类文本阅读为《宫崎骏：留下的都是梦》。从学生的做题情景来看，得分率较高，试题难度较低。但从整体情景来看，选择文学类文本阅读的学生比选择实用类文本阅读的学生得分要低。因为文学类文本对于作品要充分理解之后，才能结合题干去进行解答。并且从实际情景来看，选择实用类文本的学生更多一些。

在这一版块中，学生存在的问题是：

第一，对于题意的理解不到位。

第二，条分缕析。许多学生的答案并不是条分缕析的清楚明白呈现，而是乱糟糟的堆砌在一齐。

第三，答题的不规范。在两篇阅读选择时，需要学生在答题纸上对11题或者12题进行涂卡，而不是打对勾。

这一版块试题难度较低，学生的得分率高。其中，成语题需要学生的积累，病句题也存在十分大的问题，未来的学习中，将专门做一个病句专题，来加强学生对这一专题的学习。

另外15题和16题都存在必须的逻辑关系，学生做得情景稍差。

在写作过程中，存在的问题为

第一，议论文的结构方面的训练还需进一步加强。

第二，字数问题。经过第一次月考后的反复强调和要求，字数不够八百的问题得到十分大的改善。

第三，书写问题。试题卷面不够整洁，书写不够规范。

期中成绩分析总结与反思初一篇五

这套试卷是一套综合型试卷，考核了学生考前所应到达的英语运用综合能力，考核的听力难度系数比较大，词汇方面考核了学生容易掌握的词汇。总的来说，试卷涉及的知识面广，挖掘的考点比较深。卷面结构为：听力20分，阅读理解20分，口头表达15分，书面表达25分，词汇和句子20分。

1、从听力来看，若想把听力成为学生的“优势”得分题型，

还需加强教与学。学生“短暂记忆”能力还可是硬，所以在听力最终语篇理解和理解填空失分较为严重。在平时的教学中多引导学生掌握听力过程中的关键词，培养短暂储存记忆能力，多听多练。

2、从阅读理解来看，基础好的同学做得还能够，证实了学生每一天坚持做阅读是必不可少的。但中等生和后进生还有一段距离，平时还需在阅读方面加强训练。

3、从书面表达和口头表达看，难度比较大，学生得分率不到30%，这说明学生的基础知识不明白灵活运用，学得还不够扎实。词汇还比较缺乏。在平日教学中，让学生强化适当的综合练习后，及时体悟，死学活用。每一天累计记忆知识点和单词要有日计划，并按照计划进行下去。

4、从翻译和作文来看，学生对短语、词汇、句式的掌握还未到综合能力。在平日教学中指导学生掌握翻译“三不曲”方法，是比死记硬背强得多，翻译和作文不是机械背出来的，而是靠理解和运用的，所以平日要加强训练。

(1) 听力教学应注重学生事实信息方面的听力训练，采用“精读、泛读”策略，培养学生的语篇意识，要求学生复述听到的资料或陈述所听到资料的中心思想，针对不一样层次的学生应配有不一样的听力教材。并要求学生落实好每单元的听力训练，鼓励他们平日里要反复听。

(2) 词汇是最基础的教学环节。在情境中学习单词、利用联想来记忆同类单词，经过阅读等多形式的练习巩固单词，除统编和牛津教材以及新世纪，甚至四、六级部分词汇上的。词汇外，还应积累更多的词汇。平均每一天30—35个词汇的积累。

(3) 阅读理解训练中应培养学生的语篇意识、训练学生的阅读理解思维。要求学生坚持每一天进行限时限量的阅读训练，

最好坚持每一天3—4篇阅读，结合兴趣充分利用英语读物。另外学生坚持每一天反复朗读课文、补充泛文等英语文章一篇，坚持培养语篇意识。

查学生的英语基础知识、基本技能，考查学生运用所学的知识和技术分析问题、解决问题的能力，力求体现选拔和指导教学两者并重。

期中成绩分析总结与反思初一篇六

今天，已经是期中考试后第3天了，可是心情还是久久不能平静，为什么呢？考得太差了呗！被爸妈狠狠地训了一顿，爸妈都说我没好好反思，其实我反思过了，主要原因还是上课不注意听讲。

星期一，到学校以后，我在正在座位上等待老师的到来，不知怎么的'今天表现特别好，真的。过了一会，老师来了，可是老师并没有骂我，反而鼓励我，当时我就想过了，如果我在考不好不就是辜负老师对我的信任吗？老师我发誓我绝对不会辜负您的。

期中成绩分析总结与反思初一篇七

紧张的期中考试已经结束，不同班级不同学生的考试成绩差异很大，部分学生的考试成绩较好，部分同学令人失望，为促进学生的成绩快速提高，现认真总结反思如下：

一、整体分析：

这次期中考试，生物试卷共100分，考试时间90分钟。试卷由两个大题组成，选择题和非选择题，其中选择题是25个50分，比较多，分值占的比重大；非选择题是50分，包括7个大题。突出考察学生基础知识的掌握情况和实验的能力。就试卷内容来看，题量与中考基本一致，难易程度与中考要求相符，

体现了教材的重点、难点，没有偏题、怪题，但试题的难度明显加大，覆盖面比较广，知识点多且灵活，更能与生活实际中的问题密切结合。对考查学生基础知识掌握情况，提高学生能力有所帮助。所带班级的成绩离老师的期望还有一定的距离。

二、存在的问题：

- 1、学生基础知识掌握不够牢，很多问题都是老师反复强调多遍的，学生还是出错。
- 2、学生不能及时完成复习任务，很多同学还存在应付现象。
- 3、课堂上做不到认真听课，老师强调的规律方法记忆不牢、理解不透，分析问题能力有待提高。
- 4、科目多任务重，很多学生处理不好学习与复习的关系，对复习的内容做不到及时巩固，对课本理解不到位。

三、本人今后的努力方向：

- 1、在以后的复习教学中，应重视基础知识的教学，突出能力的培养，加大重点知识的落实力度。
- 2、注重学生学习方法的指导，学会审题做题，学会学习、
- 3、注意激发学生学习生物的积极性，并从思想上重视生物课、
- 4、精心备课，课堂上做到精讲精练，注重对学生能力的培养。
- 5、对差生多些关心，多点爱心，再多一些耐心，使他们对生物知识的认识上有更大进步。
- 6、加强课堂纪律方面的教育，使学生在课堂上严格约束自己集中注意力学习，提高课堂效率。要有效组织课堂教学活动，

发挥教师的主导作用和学生的主体作用，引领学生学习方式的转变，使学生的学习成为有效学习，有意义学习。

7、课上多用时间开展教学活动，组织学生积极主动回顾基础知识，根据学生做题情况有针对性的教学补缺和练习，让学生通过每节课的复习，真正得到应该得到的知识和能力，让每一节课都能够达到复习目标。通过聚沙成塔，日积月累，使学生的生物学知识得到积累，能力得到提高。通过教师的积极教，学生的主动学，实现课程知识、能力和情感目标。

在今后的教育教学工作中，我将立足实际，努力工作，改正缺点，认真分析和研究生物课程标准、生物教材，研究好学生，创造性地搞好生物课的教学，使我们的工作有所开拓，有所进取。

期中成绩分析总结与反思初一篇八

回到家里，我一句话都没有说，默默的一声不吭地走进了房，我觉得我很对不起我的爸爸和妈妈，觉得他们养育了我整整十几年，我却还给他们的是不是满分的答卷而是不好的成绩。我爸爸就在这是进来了……我告诉他我考了319分时，他流泪了，我看了，心里有说不出的滋味。后来，我发现是我的时间安排上出了问题，于是我改变了策略，把原先错的`改正了过来。

通过这些我觉得还不够，所以我觉得我还有敢于超目标的决心，由此，我的目标是：一直冲向终点，不落后，不踏步，只有进取。还要有赶超对象的优点，如果我看到一个有优点的人，我就去学，这样可以扬长补短。

这就是我的总结！

期中成绩分析总结与反思初一篇九

半个学期过去了，我们大家都有了许多收获，无论是学习知识还是学习为人处世，我感觉自己都更上一层楼了。

这半个学期，我收获了许多新知识：语文课上我更善于表达了，相比四年级来说，字也写得娟秀了许多；数学课的内容变难了，我们对数字的认知又加深了一步。英语课的课文也变长了。我的美术学习也成功的晋升到了素描阶段，这是一个很好的开始。我们即将升入六年级，也是学校里的大哥大姐了，要对学习重视了。

除了学习上的进步，课外我也结识了许多新朋友，五年级了，也该扩大一下交际圈了呀。长大了一岁，我也开始有了烦恼，希望自己更完美一些，可是转念一想，人也终究有缺点，就像我，由于我的不小心，可能就会导致丢分，也会考的不好，我学习虽然不是最好的，但我可以再接再厉，以后可以做的更好！

希望以后我可以做的更好，做最好的自己！为自己感到骄傲！

期中成绩分析总结与反思初一篇十

这次语文期中考试卷公布分数的时候，我听余老师说：“我们班这次考试分数不太理想，居然还没有四科联赛考的分数高！”我有点着急了，想到：“我会不会考得很差呢。”

当我拿到卷子的时候，我看到我才考了89分，有一些不该错的题都错了，而且都是粗心引起的，要不然的话，就能上90分了，俗话说：“虚心使人进步，骄傲使人落后。”考好了不要骄傲，考得不好也不要灰心，不管考得好不好，都要加油！经过这次反思，我的经验又增加了不少，争取下次考个好成绩。

期中成绩分析总结与反思初一篇十一

1、试卷注重基础，体现活用，难度和区分度恰当无偏题，怪题出现。

试题注重考查学生在必须语境下对语言基础知识的掌握情景和综合运用英语的能力。语言基础知识的考查重点突出、覆盖面广；情景设置合理，避免了纯知识性的死记硬背题；词汇和语法的测试充分注意了语言的真实性、趣味性和实践性；注重语感，灵活性强，突出语言形式向语言意义的转化。

2、试题从知识立意逐渐向能力立意转变。

加大了能力考查的比重。试题突出了语言的交际性，强调在特定的语境中英语知识的灵活运用。适当增加了测试词汇量，加强能力检测。如阅读理解考查的资料注重了对学生在语境中运用语言能力的考查。加大了对语言的熟练程度和深层次能力考查的力度。如“阅读理解”部分注重了对归纳，推断和猜测整个句子等深层次能力的考查。阅读材料贴近生活，同时题材广泛，体裁多样、生动趣味，并富有思想性。

3、书面表达难度控制合理。

书面表达给学生留有充分发挥能力的空间，加大了考查学生综合运用语言能力的力度，使试卷更具现实性。书面表达题对初中英语教学有着良好的导向作用，要求学生要充分运用所学语言记录自我的真实情感，进一步体现了英语学科的交际性和工具性。

第一题：听力部分

第一大题中5个小题，相当基础，主要考查学生的基础知识掌握得如何，第二、三、四大题，则逐步地增大难度，人物主角的转换、地点的转移这要求学生要学会用英语思维研究问

题，否则听力节奏跟不上，这暗示学生平时学英语，要慢慢锻炼自我学会用英语进行思考问题的能力。

第二题：词汇与语法

a□此题大部分学生答得较好，有少部分学生单词掌握得不够好，有个别拼写错误。

b□单项填空是一种常规题型，考查的知识点多，但难度不大。题干设计简洁，情景清楚。语法知识遵循新课标，有助于引导学生不要花很多的时间抠语法知识，而将更多的精力放在语言能力的培养上。

第三题：语言交际

此题的题型比以往的难度降低，绝大多数学生答得相对较好。

第四题：语篇理解

阅读部分所选的阅读文章题材多样化，主要考查学生对阅读材料的分析理解能力、推理确定能力和概括归纳能力。该大题在整篇考卷中得分率相对最低。失误原因是对于常见用语掌握的熟练程度还不够。基本功不扎实，知识掌握不到位。

第五部分：书面表达

考生在书面表达中所反映的问题主要有：基础不扎实，语言表述不清楚。主要表现在：语序混乱、语法结构错误、基本句型没掌握、单词拼写错误、时态错误等。

经过对英语试卷和考试情景的分析，针对英语教学中存在的问题，英语教学还要在以下几个方面作进一步的努力：

- 1、课改理念，钻研新教材，务实英语基础

我们应当清醒地认识到能力高于基础，但必须依托基础，考查能力，并不意味着削弱对基础知识的要求，而是要联系实际。仅有扎扎实实从基础做起，才能最终到达“一看就会，一做就对”。英语基础知识包括：词汇、语法、句型等。词汇是语言的基本单位，没有足够的词汇量，是学不好英语的。词汇教学不仅仅要重视，还要讲究方法，注意“词不离句，句不离文”，既教词汇，更关注词汇使用的语境。复习中必须要引导学生梳理知识，帮忙他们构成知识网络，把基本概念理清，掌握语法规则、习惯用语等基础知识，逐步引导学生灵活运用英语知识的能力。

2、确立语篇意识和综合意识，培养综合运用能力

八年级英语试题突出了语篇功能和综合运用能力。阅读理解试题是分值较高的试题。我们在平时的教学中要根据教材切实搞好语篇教学，并有意识、有计划地增加英语阅读量，题材、体裁要尽量多样化，经过很多的阅读，扩大学生的知识面，使学生熟悉不一样体裁、不一样题材文章的作题思路，提高阅读速度，提高驾驭语篇的能力。选材要尽量要贴近学生的生活实际，注意时代性、生活性和社会性。语篇难度适当，措辞浅显、生动、自然、地道，语句灵活且富于变化。在平时要经过阅读培养学生阅读多种文体的能力，如何从文章中获取信息的能力和运用英语解决实际问题的能力。在训练中要注意方法的多样化和灵活性，同时关注学生运用英语进行直接思维意识能力和习惯的培养，启发他们学会运用多种不一样的方法来表达同样的思想，提高用英语进行思维的能力，逐步培养良好的英语语感，提高英语语用能力。

3、加强英语课外阅读，提高信息素养

英语知识的获得与能力的提高是在不断的听、说、读、写的训练过程中逐步构成的，而教材和课堂所能供给的训练还是比较有限的。所以，要加强理解语篇的能力训练，增强英语语感。同时要增强信息意识，培养和提高信息素养，重视运

用英语解决实际问题的能力。

总体来看，八年级英语试题难度虽不大，但出得很“活”，外语的功能性、交际性体现得淋漓尽致，试题的编制无论从技术层面或文化层面都体现了教学新导向、新思维，语言的灵活性和严谨性使得这份卷子很有份量。所以，在今后的教学中应注意开阔学生视野，多渠道、大容量地给学生供给具有时代感的英语信息，加强语言运用能力的培养，少讲解，多给学生实际运用语言的机会，在用中学英语，在学中用英语。

期中成绩分析总结与反思初一一篇十二

期中阶段检测是学习的一个阶段，成绩本身所具备的参考意义，也就是对当前学习的阶段性检查，因而，考试后的查漏补缺尤为重要，能发现问题并解决问题。

既然是一种阶段性检测，家长就不要太纠结于孩子的成绩，赵校长提醒道，这个时候家长要放下功利心，单纯盯着成绩是不够的。要认识到学生的学习成绩只是一个方面，并不是全部，学生在校期间还理解多元化的教育，还学习了一些课程，家长要客观，要看到孩子的努力和提高，看到孩子在班级和学校生活中的欢乐，而不仅仅是这次检测所反映出来的问题。当前正处于一种多元化的生活，学生学知识固然重要，然而其他本事的提升也是学生自身成长一个十分重要的方面。

正视心态：夯实基础是关键

提及考试，很轻易就想到心态调整问题，无论是学生还是家长，这时候都不必过于焦虑；经过阶段性测试发现问题，及时调整就能够了，无论是知识掌握上的疏漏，还是学习习惯的问题，这次成绩好不好都能够“过去”，将检测所暴露出来的问题一一解决了，就能够了。城阳四中物理教师卢衍员表示，就阶段性检测而言，期中考试是一个阶段性考试，只是考察近期一小段时间的学习情景，毕竟是学习过程的一

个阶段，学生应当当做一次小的阶段，不要太过于患得患失，要注重查漏补缺，反思得失，弥补不足，在后面的学习中争取尽量避免改善；及时以这种方式“自查”，然后夯实基础是关键。

据鞍山二路小学德育主任黄蕾介绍，“阶段性质量检测”在小学而言是一种随堂检测，主要是给孩子提个醒，用成绩检查学生的学习状态如何、学习哪个方面弱一些，以在下半学期进行相应的调整，对学生起一个督促作用。当前小学“减负”，小学阶段的学生更倡导一种“欢乐学习”氛围，期中检测对孩子们无压力，孩子们“都很淡定”。

期中成绩分析总结与反思初一篇十三

光阴似箭，日月如梭。时间可过得真快啊！转眼到了11月份，期中考试来临了！

上午八点钟的时候，我们就开始进行数学考试。这次的数学题目好难呀！好多都没有接触过，我硬着头皮作了好多，渐渐的，心里平静了，题目看起来不是怎样难啦！我还是像以前一样写的超快。可就是因为写的快，坏了我的大事，我明明再草稿纸上写的序号是2，4，5，7，9，可到了试卷上就成了1，4，5，7，9，好可悲啊！一分啊！更因为我的粗心害我才考98！可气！

午时，我最厌恶的英语来了，成绩如我所料很差：85分。

这些排行是1，15，27，不仅仅是同学笑我降的好快，我自己都是这样认为的！可是，这样的苦恼有什么用呢？不如，行动起来，下次再努力。

人的一生有成功，有失败正如我以前的教师所说：人没有永远的第一，也没有永远的最终。失败了，我能够再来，但我不能够放弃！

期中成绩分析总结与反思初一一篇十四

期中考试结束了，但我的英语却一点儿也不梦想。

教师，我坦率的承认，我不一个好学生，不听话，有些迟钝，你教给我的知识，教给我的。“笨鸟先飞”，我全忘了，每次考试前我临阵磨枪根本不管用，平时又不认真学习，此刻想一想有些后悔。

粗心是我的老毛病，每逢考试妈妈总是反复叮咛，“要细心，要认真！”我却常常一进考场便忘得一干二净。之后，妈妈在小牌子上写了“仔细认真”四个字，让我考试时把它竖在眼前。妈妈真是煞费苦心，可是仍然不见效。数学考试总认为容易，可是越容易我错得越多，加号看作乘号，千克就看成了克。我妈也说从来没见过我这么粗心的女孩子家，总不和粗心说拜拜。妈妈经常让我看课外书，可是我总是认为已经看够了，可是一考起来什么也不明白，要词词没有，要句句不明白造。总以为学好了凡是派不上用场，总是要父母督促学习，妈妈总说我向那些父母不管却学习好的人学习，何况我父母天天盯紧了我，可我却还是一个班上的“无名小卒”，没有惊天地，泣鬼神的壮举，有时候考试还不堪入目，回家上研究凳，开始男女混合双打，越打越没长进。

这一个学期，我坐了不少飞机，用妈妈的话说：破罐子破摔，反正以后是收破烂的象征。

我认为，此刻努力，也许来得及，别到了中考，用几千块钱买这小小的一两分，那一点儿也不值，还是此刻好好弥补。

我必须会在初二、初三中努力学习，无论道路上有多少困难、挫折，我都要努力拼搏，不让父母失望，不让教师失望，成功走向下一个阶梯，抛弃粗心、马虎、骄傲，永攀高峰，到达胜利的彼岸。

期中成绩分析总结与反思初一一篇十五

各位老师、同学们：

大家早上好！

同学们，时间过得真快，这一周已经是本学期的第十周了。上一周，大多数班级进行了期中测试，你对自己的成绩满意吗？或许你心中很羡慕某些同学取得了优秀的成绩，甚至愿意自己也成为他吗？如果你对自己有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。我们每一个人的存在，都有自己的价值与意义，别人可以比我好，也可以比我差，但没有人可以取代我。我国女子体操队中最优秀的跳马选手桑兰，12岁入选国家队，在一次世界级的比赛中摔成重伤，造成瘫痪。她并没有向伤病低头，顽强拼搏，在家人的帮助下向自己的生命挑战，拼命练习康复技能训练，使得自己日渐独立，能跟常人一样生活，靠轮椅上学，从xx大学新闻系毕业，并成为20—年xx申奥形象大使之一，为祖国做出了巨大贡献。桑兰的生命是美丽的、动人的。

有时候我们以为遇到一些困难使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，并且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。每一次蜕变都会带你走进人生的新领域、新境界，使你获得新的感受、新的惊喜。

健康的我们，更要学会容忍自己的不足和缺点。俗话说人无完人。正因为这样，我们才要不断学习、不断提高自己。如何在正视不足和缺点的前提下，采取积极的行动来弥补不足、克服缺点呢？一方面要正确和别人做比较，认识到自己在班级中处于什么样的位置，寻找以后努力的方向；另一方面要正确认识自己。不要只看到自己的缺点，而看不到自己的优点，

总觉得“某某同学的学习比我好，某某的书法比我好，某某的琴比我弹得好”，而实际上每个人身上都有自己的闪光点：学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自己挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自己的认识才会全面，才能更好的取长补短。

所以我们平时要多鼓励自己：“只要我努力，就是一名好学生！”“基础不好没关系，只要我每天都有一点小小的进步，就是一种成功！”“我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽！”如果能这样自信的度过每一天，你会越来越体验到：我的生活是非常有意义、有价值的，我是最棒的！

我的讲话完毕，谢谢大家！