# 成绩检讨书自我反省(优秀12篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-08-04

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。成绩检讨书自我反省篇一尊敬的老师：您好！很抱歉这次的我居然发生了这样的事情，...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**成绩检讨书自我反省篇一**

尊敬的老师：

您好！

很抱歉这次的我居然发生了这样的事情，让老师您也收到了我的影响，我在此感到深深的歉意。其实这件事情的发生，我是能够预见的，毕竟既然做出了一些事情那肯定就是要承担后果的。在假期里的时候我完全忘记了自己是学生的事情，对于学习无动于衷而是把自己的时间和精力都花在了别的地方。这也是我这次出现这种错误的原因。

我想这完全是我自己的原因，在父母劝说我的时候我也没有听进去，而是表面附和然后就忘却了父母的劝告。我想做出了这样事情的我可能不算是一个合格的初中学生吧，如果是一个合格的初中学生哪即便是在假期肯定也是不会感到松懈，而是每天坚持不懈的学习，让自己始终保持一个好的学习状态，从而在开学之后也能迅速的回到紧张的学习生活之中。而我却没有做到这些，反而做别的事情荒废了自己的学习，导致自己的成绩下降如此严重，这对于一个学生来说是难以接受的。

现在回想一下当时的我，真的是被游戏冲昏了大脑，每天除了吃饭睡觉就是玩游戏。醒了就开始玩，一玩就是一天，天天在家里什么也不干，就等着吃现成的。而父母的劝告我也是完全不在意，认为自己上个学期考得这么好，假期放松玩一会又能怎么样。如果我知道会有这样的事情发生肯定是不会这样做的，而是好好的学习，可是事情也都已经发生了，又能够怎么样呢。会发生这一切的原因都是因为我的膨胀，认为自己考得好，所以假期就不用学习了，但一把刀不磨一直放在哪里也是会生锈的呀。

在假期这么重要的一个时间里，正是拉开和其他同学差距的好机会，如果当时的我能够好好学习，复习知识的同时自己学习新的知识，那么说不定这次的年纪第一都是我的了。现在发生的这一切都是我咎由自取，如果我不接触游戏肯定就不会出现这种事情，我也依然还是那个成绩优异，听话乖巧的好孩子。当然这次的事情也是给了我一个提醒，不管做出了什么样的成绩都不能够骄傲膨胀，否则就会犯下错误。我也在这里向老师您保证我以后一定吸取这次的教训不再犯下这种错误，全身心的投入进学习，追赶上和其他同学的差距，变回之前的那个好学生。

检讨人：xxxx

20xx年xx月xx日

**成绩检讨书自我反省篇二**

尊敬的辅导员：

您好！在此，我怀着十分沉重的心情向您做出深刻的检讨！身为一名大二的学生，还要为迟到而写检讨书，感到十分的无奈和懊悔！今天写下这份检讨书，是对我以后不再迟到而做出的决心。

不知道是您幸运还是我倒霉，第一次迟到就被点名了，但无论如何，触犯了学院的铁律，就要承担起自己犯下的错误！但我可以保证，迟到，仅此一次而已，绝对不会有下次。

500字的检讨书我现在真的不知道该怎样写下去了，也不想为自己的迟到找更多冠冕堂皇的理由。

如果还想要听我说什么迟到犯下了一个严重的错误，对不起父母对不起学校的话，那辅导员着实是太不给力了！是惯性迟到，或许我会昧着良心说那些书面语，但仅仅一次的迟到，而我自己也知道迟到的不好了。

特后悔迟到的，课就少听一点，然后整节课就好像缺了点什么似的。

所以为了自己的考试还有未来着想，我也不容许自己再次迟到了！迟到了又要被您罚写检讨书，连我自己也觉得很幼稚，毕竟我是大二的学生了！

anyway，中国的教育制度就是：犯了错误，就要作检讨！所以，既然活在中国里，身为中国人，是要继承传统的！

今天我迟到了，犯了错误，所以我向学校，向辅导员，也向自己作了深刻的检讨，希望你们能原谅我犯下的错误！我也向你们保证，以后再也不会迟到了！虽然神马都是浮云，但我的保证绝对不是浮云，是有行动证明的！

最后，希望辅导员接受我如此深刻的检讨，并能原谅我所犯下的错误

老师是非常的关心我，爱护我，所以我今后要听老师的话，充分领会理解老师对我们的要求，并保证我一定会一步一个脚印的走好每一步。

望老师给我改过自新的机会。老师是希望我们成为社会的栋梁，所以我在今后学校的学习生活中更加的努力，不仅把老师教我们的知识学好，更要学好如何做人，做一个对社会有用的人，一个正直的人，使老师心慰的好学生，老师如同父母对我们的爱都是无私的，所以我也要把老师对我们的无私精神去发扬，通过这件事情我深刻的感受到老师对我们那种恨铁不成钢的心情，使我心理感到非常的愧疚，我太感谢老师对我的这次深刻的教育，它使我在今后的人生道路上找到了方向，对我的一生有无法用语言表达的作用。我知道了任何事都是成绩与汗水成正比的。

弘扬中国地质大学的拼搏精神，走顽强拼搏进取之路既是我的责任，也是我坚定不移的前进方向。

然而，我的行为却背道而驰。

一个优秀上进的学生当然要努力争取好的成绩，但不能不顾一切、不择手段地去想着玩，这是一个关系到如何成人，如何成才的一个重大原则问题。

一个人的成长和进步，不仅仅是学业上的提高，更重要的是思想、作风方面上的培养和锤炼。

我忽视了这样一个重要的问题，为此而犯了方向性的错误。

我所犯错误的影响是很坏的。

上课学习不专心听讲，是成绩最大的杀手，以后，我一定做到认真听讲，一步一个脚印，做好每天的`练习题，请老师您放心！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**成绩检讨书自我反省篇三**

尊敬的xx：

在以前的学习中，我没有认真努力，成绩越来越不好，今天，我怀着愧疚和懊悔的心情，写下这份检查。以向您表示我的决心和悔改之意，只希望您能够给我一个改正错误的机会。谢谢您。

以前我没有意识到自己的散漫和无知，对于xx这种需要大量做题的学科，总是抱有偷懒心理。以至于最终引火自焚，导致了这种恶果。不但对不起父母和老师，更在同学中间成为了反面教材。也是对初1x班的一种不责任的表现。另外还让老师经常担心。

我已深深地认识到了自己的错误，保证今后一定好好学习，请您相信我。

检讨人：xx

xxxx年xx月xx日

**成绩检讨书自我反省篇四**

伟大的尊敬的老婆长官大人：

有只4变的卓越的20xx的龙龟卖，当时我就买下打好了技能送你，我知道老婆你喜欢的是7变不是4变，你看我一片心意不好拒绝。

天有不测风云，人有祸兮旦福。你最亲爱的爷爷去世了，我知道你是他们养大的感情很深，你那天哭了，你那天很憔悴，你的憔悴让我好心疼，也是那天我们第一只7变的龙龟谨慎的出来了，你说我今天没有心情，老公你弄吧!我说好保证完成任务，你晚上上来，心情还是那么的糟，我要怎么办，我不停的问自己，我一定要老婆心情好点，只怕是那么一会儿，不知道是走运还是踩到狗屎，1200元宝没有用完，悟性到10，老婆看到没有，我知道你不开心，我希望你看到我亲手为你打造的龙龟你心情会好点，老婆只是亲亲的一笑，我如沐春风。我能让老婆开心，心里我得意的笑了，这时候我帮的兄弟冷雨问我。兄弟龙龟卖吗?老婆就对冷雨说死都不卖，然后意味深长的说老公这是我们的宝宝只属于你属于我，见证着我们的爱，(顺便说下那些找我要龙龟的兄弟我的龙龟就是我的命龟在人在龟不在人亡)。

心，老婆经过了我8次折磨，你累了、你瘦了，你憔悴了，你伤透了那颗纯洁的心、上游戏的开心没有了。只剩下那句空话我不得不爱的空话衣带渐宽终不悔为伊消得人憔悴!不那不是折磨那是我用你对我的爱，在你的里心灵的深处重重的深深的狠狠的刺了八次，把你刺得体无完肤，我还装出一副问心无愧的样子。我就是魔鬼，我就是那么残忍，那么可恶，死上一千回一万回，也不能赎我犯下的罪。

我走了应该走了，不是走是滚了，不在为你增添新的烦恼，藻篵我的爱，我离开了，我离开你了宽恕我的自私宽恕我的反复宽恕我的草率宽恕我的一切。宽恕我这个不可原谅的人!我是应该反省了用心去反省用爱去找答案，我带给你的是快乐吗?还是痛苦还是我每次说要离开让你的彻夜难眠，我不得不爱这个号只属于藻篵，但是藻篵快乐吗.那首世上只有老公好一直回荡在我耳边，其实我配吗?不配。不得不爱你就是一个彻底的混蛋，一个不懂珍惜的垃圾，说我是畜生其实是侮辱了猪!谢谢你老婆!真的!是你教我学会了珍惜和爱，你是那么珍惜我，爱我。对我宽容对我包容。我好想还能珍惜你，好好的珍惜你，可是我真的悟出这个道理的时候，晚了你走了，在也不要你的不得不爱了。

老婆有你陪伴真的很快乐，什么都可以跟你分享，你作业如果真的想不出来，我如果还有这个荣幸效劳的话，我会义无反顾，现在唯一能做的就是，看着你幸福，只要你过得比我好。

好了不写了。点点滴滴在心头，不爱做得最出色的事情就是

认识你，最可怕的事情是伤害你，最可悲的事情是离开你，最爱的也只有你。电话永远不变。爱你一生不变。你看着吧!耳畔一直都在回想那首动听的歌只属于我的歌!老婆我不会在去打扰你，你不给我电话，我永远不会去先给你打，如果想骂我，打我。哪怕一个眼神，一个动作，我以最快的速度赶到，不爱永远在那棵树下面壁，没有你的召唤今生都在那里等直到生命的终结!

检讨人：xxx

20xx年6月27日

**成绩检讨书自我反省篇五**

尊敬的数学老师：

您好，十分抱歉我在这次期中考试的数学考试当中发挥严重失常，仅仅考了73分，距离我们班级平均分相差甚远，严重地拉了班级后腿，很大程度上制约了您评选为省级优秀教师的步伐。

回顾错误，我在前一阶段学习当中存在学习态度松懈的问题，并且上课有时候没有认真听讲，课后没有去复习课文，有些知识点没有很好掌握，个性是一些基础题型没有去深入分析与研究，导致我期中考试当中超多基础题目沦陷，酿成了如此惨痛的后果啊!

这个错误充分暴露出我对于数学学习的松懈放任态度，没有很好地将足够精力放置在数学学习上来，也在必须程度上说明我求知欲、上进心不足。

现如今，错误已然出现，我也不再为自己争辩。我只会坦然应对，特此向您做出严肃地保证：从今往后，我必须个性重视数学学习，努力纠正自身态度、行为错误，牢固树立“数学重要、数学得学好”的观念，并且争取在本学期期末考试获得一个高于班级平均分10分的好成绩。

最后，我恳请您的暂且原谅，让我在下半学期好好表现一番。

xxx

20xx年x月x日

**成绩检讨书自我反省篇六**

：

老师我已经意识到我在工作上的失职。晚点事虽小，却与本班各位同学的情况息息相关，而昨天却出现了记名错误情况的状况，作为3组的组长，我深刻的意识到问题的严重性，在此，我做一个深刻的检讨。

作为3组的组长，我应及时把握班级的学习、纪律、生活等各方面的情况，准确把握班级学生的动态；敢于大胆地展开工作，能真正成为良好班风、学风的带头人；积极向辅导员老师汇报班内的情况，做好班级各项工作并主动征求老师的意见；办事公正，不徇私情，密切联系同学，加强与同学的团结，虚心接受同学们的批评和监督；加强班委会成员的团结，督促和帮助班委会其他干部把所分管的工作干好，帮助班委会其他成员开展工作，定期检查他们工作的完成情况。

，我没有记到，而班长却登记了，于是老师就认为我失职，作为3组组员负责人，我更应该督促各个组员并且要如实汇报记名情况，不能因私情而隐瞒实情，这是对班上同学的不负责任，也是对自己职务的不负责任。老师给我组长这个权利来更好的服务班级，服务同学，我就应该努力争取做到最好，这件事情给我很大的重要教训，老师在之前才说过上课

讲话

记名的重要性，可我却还是失职了，这是一件很严肃的事情，需要我们每个组长严阵以待，可一些组长却对此表现出左耳进右耳出的态度，对于这次失职，我们不仅要做书面上的检讨，更要在心里反思自己的错误。

记名一定要落到实处，做到“眼见为实”，杜绝“门外点名”。我会全力监督各位组员情况的，并随时去其他组进行“拜访”，保证不再出现谎报、误报现象！同时我也将在班上重申外出请假的必要性——请假了才能外出，这是学校明文规定的，让大家知道你去了哪里，做什么，这样组长能安心，辅导员也能放心，如果有发生什么紧急状况，我们还能及时的联系上你，这是对自己的生命负责，对学校负责，对家长负责！所以不管发生什么事情，你在着急也要联系下老师，哪怕是一个口头的请假也是给老师的一剂安神贴。

检讨人：xxx

日期：xx年x月x日

**成绩检讨书自我反省篇七**

尊敬的班主任，亲爱的文老师：

关于此次期中考试，我写下这份违纪检讨书，我完整是由于平常在课堂上的不认真，教师布置的作业没有按时完成，由于关于这次考试没有十足的把握，又怕考不好被父母亲责骂。所以我才抱有抱幸运心理和自我主导的自信心，不是由于有心成心想应战学校的规章制度，为作弊这件事，我有队本人的错误深化剖析，我晓得问题的严重性。

从小学到初中，再到如今的高中，教师们都良苦用心的教育我们不要作弊哦。事实上，教师的重复教诲我犹记在耳。但如今的我感到十分懊悔，之前任然没有对作弊这个问题有了重要性的深入了解，所以才招致我这次犯下如何打的错误。我希望同窗们不要学习我这个大坏蛋，不要再带手机进入考场作弊了。同时我也希望经过此次的反省，让我深入反省本人的错误，也给我的协助和支持，让我在今后的学习和生活中，摆脱坏习气，扎实的学习相关课程，学习做一个对社会有用的人。在我犯错之后，我认真的反省了本人，考试是严肃的，校规校纪的制定是对学生正常生活次序起到引导作用的，而我，完整没有看到这种本应该严肃认真的考核方式，这将是我终身的损失丫，也是由于我青春路上的一次开小差，更是我生长路上的一次经验，由于我不光伤害了我本人，还伤了爸爸妈妈的一片苦心吖！我晓得本人错了，错的那样的无知，也错的那样的令人耻笑。

下面让我们跟着时间的脚步，追溯下那失去的可恶光阴！当窗外的鸟儿正自在的翱翔，当小草正生气勃勃的生长。当同窗们正啃着笔冥思苦想时，你晓得我在干嘛吗？作弊呀！自认聪明的我早在八百年前就已把温习材料塞到衣服内部，三张卷子两张草稿纸发下后，就鬼使神差的夹到卷子内，然后开端奋笔疾书。但是，上帝总是在我最伤心难过的时分伤害我幼小的心灵。媚媚走到我旁边天真的看着我，我也有礼貌的笑容相迎，转而不对劲，她盯着我试卷看，没方法。我一道题都还没看呀！她就一脸怀疑地把卷子拿起来看。这么厚不被查到才怪。全场爆笑。这便是我作案的全过程。

往常的我，真实是要多愧疚有多愧疚，要多后会有多懊悔。中国固然文字这么多，但仍旧无法表达此时此刻我的心情是如何此起彼伏的。

敬上，我决议采取如下整改措施：

1、依照教师请求再写的万能检讨书书一份！对本人从思想本源上的对错误停止整改。

2、认真地制定之后的检讨书范文，克制学习不认真、粗枝大叶等缺陷，努力将期末考试考好，以期末的好成果来补偿我此次的过错！

再次感激教师们几年来对我的深切关心，感激我亲爱的教师。

xxx

20xx年xx月xx日

**成绩检讨书自我反省篇八**

考试没考好是每一个童鞋孩提时期不可磨灭的事情，每一次考试没考好都会受到父母的批评甚至打骂。那怎么办，写检讨呗!

不知不觉，一年一度的期末考试有一次落下了帷幕。在这每一次的考试测验中，总是有人欢乐有人悲。然而可怜的是这一次我成为了后者。半载的辛劳和辛酸苦累换来了的却是失落，让我怀着失踪的心境，带着差能人意的成绩，为这个学期画下了一个败笔。起因出在哪里，我做出了深入思考跟检查，经由了三思而行，特作出深刻的检查，有些没有提到之处还请老师和同窗们提出批驳斧正。

我以为此次考试的失败，毫不是一日之工，“冰冻三尺，非一日之寒。”由此，我总结了以下几点：

1、思想觉悟不够深刻。思想觉醒是一个学生存在的基本前提，一个学生的根本义务是什么，就是学习，好好学习。一个正确的思想觉悟会率领我们走向正轨，所谓思想不外关，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，也是最要害的。

2、没有端正的学习立场。态度跟思维是相辅相成的。一个准确当真的学习态度是一个学天生才的必备基础，有了正确的思惟态度才干正确的看待学习这件事，正确对待考试成绩的重要性，考试是学校对学生的检测，也是让本人找出不足矫正不足的方式，也是学校订学生的一种负责的态度。

3、基础功的不扎实。平时的一个小小的货色都会影响到测验成绩，这是不可否定的。一个字母的背记，每一次简略的验算，每一次耐劳的思考，都是很主要的，我就是不打下良好的基本，而导致考试成就的不幻想。

4、平时对自己要求过低。有时候人会犯“惰性”，也就是偷个小勤，每个人都有这种惰性，重要的是有的人抑制的较好，有的人克制的较差。平时对自己严厉请求的人，做什么事件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订一个小目标的人，往往平时不怎么起眼，到了考试就会大放光荣，由于他完成一个个小目标，从而终极完成一个大目标。然而光有目的没有实际举动也是不行的，一步一个足迹的踏实渡过每个目标，你会发明你成功了一大步。正所谓“不积跬步，无甚至千里;不积小流，无以成江海”。古人的话都是有情理的。

6、缺少必定的自信心。人无聪慧笨拙之分，都是同等的，一个人要信任自己可以实现，付出尽力就会成功，一个人要是缺乏了自信念，不敢去尝试，不论是学习仍是工作都无奈胜利。俗话说“人不可有傲气，但不可无媚骨”。傲骨指的是什么，就是自尊和自负。

7、缺乏“不耻下问”的精力。有时候感到问问题很丢体面，这是大错特错的。我们都是学生，咱们都是来向人家学习的，学习就有不懂的，不懂的就得向别人求教，这是很畸形的景象，然而我始终歪曲这里的意思。子曰：“三人行，必有我师焉”。每个人都有自己的缺陷，每个人也有自己的长处，学习别人的优点，补充自己的毛病。比方你的数学好，我的语文 好，我们就能够相互学习，彼此学习，这样同时进步的是双方，也是双倍的。

8、没有一个良好的学习习惯。习惯成天然，一个正确的学习习惯关联着一个人的毕生。有的人爱好给英文备注，实在这也不失为是一种好措施，长此以往就构成习惯，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功课本都整齐，这都是好的学习习惯，就算题做错了，回首找找看看自己的验算本，高深莫测，晓得哪里错了。弄得乌七八糟，自己永远不知道怎么回事。

**成绩检讨书自我反省篇九**

亲爱的爸妈：

给你们递交这份没有认真读书的检讨书。我知道这几年一直犯下的错，就是和手机在一起，和游戏在一起。这些时间，我总是在盯着手机屏幕，无论有事还是没事。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。

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。

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。我要去北航，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lookdownuponme。

一切都从今天的一本书开始，这是我对自己最后的通谍，咱们走着瞧，我发起火来，一发不可收拾！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**成绩检讨书自我反省篇十**

尊敬的数学老师：

您好，非常抱歉我在这次期中考试的.数学考试当中发挥严重失常，仅仅考了73分，距离我们班级平均分相差甚远，严重地拉了班级后腿，很大程度上制约了您评选为省级优秀教师的步伐。

回顾错误，我在前一阶段学习当中存在学习态度松懈的问题，并且上课有时候没有认真听讲，课后没有去复习课文，有些知识点没有很好掌握，特别是一些基础题型没有去深入分析与研究，导致我期中考试当中大量基础题目沦陷，酿成了如此惨痛的后果啊!

这个错误充分暴露出我对于数学学习的松懈放任态度，没有很好地将足够精力放置在数学学习上来，也在一定程度上说明我求知欲、上进心不足。

现如今，错误已然出现，我也不再为自己争辩。我只会坦然面对，特此向您做出严肃地保证：从今往后，我一定特别重视数学学习，努力纠正自身态度、行为错误，牢固树立“数学重要、数学得学好”的观念，并且争取在本学期期末考试获得一个高于班级平均分10分的好成绩。

最后，我恳请您的暂且原谅，让我在下半学期好好表现一番。

检讨人：x

时间：x

**成绩检讨书自我反省篇十一**

尊敬的老师：

您好！

带着悔恨和惭愧，我写下了这篇反省的检讨。作为一名正在学习阶段拼搏的学生，这段时间本该是我们努力进步，挑战自我的关键阶段。但反观我的成绩，对比于上阶段而言，我不仅没有提升，反而还下降了好多分，这对我而言真的是十分巨大的一次打击。

作为您的学生，我也十分清楚您在教育上有多么重视我们的学习和的成长。但我却在学习方面辜负了您的期望，对此，我感到十分的抱歉。

当然，对于自己成绩下降的问题，我也知道这不是无缘无故出现的下降。不管怎样，学习的成绩总是和我们的努力挂钩。作为一名学生却在学习方面有所下降，这只能说是我在努力方面的懈怠和问题。

回顾近期的学习情况，我通过反省认识了自己的问题。近期来，在学习上，我越发的焦躁，甚至喜欢在的一些困难的问题上“钻牛角尖”。现在反省自己的情况，我意识到这是自我的思想和心态问题！因为我在近期学习上对一些知识没能及时的掌握，又羞于向您请教这些之前的知识。结果导致问题越拖越远，最后自己都有些自暴自弃，出现了这样糟糕的情况。

如今，面对这样的结果，我感到很是惭愧和后悔。我知道这样的错误本不该发生，但我却没有选择正确的解决方案，甚至还出了“破罐子破摔”的错误举动，给自己带来了这样的倒退，还影响了整个班级的平均分进步。我真的感到无比的惭愧。

如今，通过自我的反省，我认识到自己这样的行为是十分错误的举动。就像那句话说的：“不要将不懂的问题留到明天！”如今，我才算是真正见识到了这个问题的危害！学习是环环相扣的事情，如果我不能解决现阶段的问题，那么之后的学习也会难以展开！正是因为我不敢去面对自己的`不足，才会导致后来的学习中尽是搞不懂的地方！

此次，通过了对自我成绩下降问题的反省，我又一次有了对自己问题的了解。此次，我因为自身问题导致了成绩的下降，我真的感到十分惭愧，但我会以此为戒，努力的改进自己的态度，并认真的追上过去的进度！还望您能原谅，并给予我帮助。给您带来麻烦真的十分抱歉，但我一定会认真改进，努力的提高成绩！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**成绩检讨书自我反省篇十二**

尊敬的科学老师：

卷)。

我明白了，造成我此次科学考试成绩如此低的原因完全是因为我的不认真学习，对于这一点，我只能很诚恳地向您说三个字：对不起！是的，我这样糟糕的成绩很对不起您每晚在烛光下的身影，对不起您努力编译的教程，对不起老师孜孜不倦的教诲！

敬爱的科学

x老师

，您的辛勤教导，您的彻夜不眠，您的根根银发(尽管您今年28岁，长得膘肥体胖、虎背熊腰的)...都在我的心中激起阵阵巨浪，让我在一个又一个暴风雨的夜晚，对天呐喊：“让暴风雨来得更猛烈些吧！”

要学好科学，我就要成为学习的管理者，在未来的日子里，我将会：第一，主动学习自主思考。作为中学生，我就应该逐渐摆脱对父母对老师的依赖，应该成为一名学习的管理者，应该在学习上争取自立、自强、自主、自爱、自信，否则我就不能够成为一名合格的中学生。

第二，努力提高学习效率。学习过程包括许多环节，学习效率是嵌在各个环节之中。只有把握好质量，课前提前预习，上课认真仔细听讲，课后及时复习，才能从根本上提高整体学习效率。

第三，科学安排时间。(虽然这适用于五个科目的学习，但科学的安排时间的前提就是学好科学)。所有学科当中，属科学的科目最多，难度最大，科学的安排时间对于科学这门科目的学习极其重要。

其次，我了解到学习科学，自信心是一个很关键的因素。

x老师

，您曾说：发现自己的长处，你就能建立自信。在这一点上，我惊奇地发现，我除了缺点就都是优点了。

此外，俗话说，细节决定成败。在这种蝴蝶效应的影响下，我的科学成绩此次落入雅鲁藏布大峡谷。我发誓，经过我多年的思考与努力后，我一定可以积蓄能力，一举冲出亚洲，走向世界。

最后，在这个阳光明媚，多云转晴的晚上，我要感谢很多人。

希望

x老师

不要再生我的气，因为你一心情不好，我就心情不好。我心情不好就不想学习，不想学习成绩就会一落千丈，如此恶化下去，我中考也就会失利，中考失利，高中颓废，影响高考，找不到工作，七八十岁老了可能就住在车站地下通道了..

检讨人：xx

日期：xx年xx月xx日

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn