# 成绩下降检讨书(大全8篇)

来源：网络 作者：紫陌红颜 更新时间：2024-07-07

*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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。成绩下降检讨书...*

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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

**成绩下降检讨书篇一**

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，我在此向你说一声对不起，我辜负了您对我的殷切希望。在这次期末英语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，以向您表示我对不好好学英语这种恶劣行为的歉意及打死也不再不好学英语的决心。

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，对老师不负责的人对于我（们）没有考好的事情，所造成的严重后果如下：

1、折磨了老师的.精神，这样的折磨可能让老师工作分心，造成更为严重的后果。

2、影响个人综合水平的提高，使自身在本能提高的条件下未能得到提高，违背父母的意愿，实乃不孝。

这次期末考试，我考的不好，在此深刻检讨，希望以后不要再考这个分数……

此次考试后，我深刻检讨，认为深藏在我思想中的致命错误有以下几点：

1、思想觉悟不高，对重要事项重视严重不足。就算是有认识，也没能在行动上真正实行起来。

我平时学习不认真，考试成绩便很好地回报了我，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。

此致

敬礼

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**成绩下降检讨书篇二**

尊敬的老师：

您好！

我是xxx，对于我现在考试成绩笑这件事情，我们很惭愧，应该自己前一段时间并不是特别的认真，一直以来在上课的时候听讲也是容易走神，我的这种行为导致了现在考试成绩下降了很多，我对自己总是失望，我知道您现在也对我非常的失望，因为自己成绩本来是在班上还是可以的，可是现在这段时间荒废了，以后成绩就一直后退，一直在下降，我的成绩本来从一般偏上到了，现在很差了，这样的变化是我不能接受的，让我感到很自责，成绩是对自己的一个证明，并不是说它有多么的重要，但是有的时候能看到你是不是在学习当中用心了，很明显，我现在是没有做好自己的事情，没有学习好，没有努力。

这段时间以来，我一直在做自己的`事情，一直在忙着做别的事情，学习上面也没有投入太多的心态，没有认真起来对待学习，需要专一，不能胡思乱想，不能让自己消磨下去，可是我这段时间在学习上面并没有很上心，一直想着玩儿玩的时间比学习的时间要多很多，我现在想都想自己非常的不自觉，就是因为不自觉，导致了我现在的情况，所以以后的学习当中，我肯定不能这样消耗自己的时间，一定要端正态度，不能任由其发展下去，做一名合格的高中学生，成绩提高上去，让你满意，让自己满意，说到成绩，我在班级虽然说成绩还不错，可是这段时间一直消磨自己的时间，我需要反省自己。

你一直教我们，一定要珍惜时间，一定要学会利用，好好学习当中的每一分钟，每一秒钟，每个时候都有，每个时候应该做的事情，学习是不能落下的，我现在已经下降很多了，成绩上面还是不够认真，拖延了自己的时间，把大把的学习时间都浪费了，我在玩的时候就经常容易忘记学习，这段时间下来我荒废了很多，自己也清楚地意识到了这一点，我一定要好好的改变，不能继续的消耗下去，耽误自己的学习时间，浪费了自己很多的精力，这是作为一名高中生最不好的行为与习惯，现在我的学习时间也不是很多了，高中学习到了一个紧张阶段，我更加应该用心了，不应该继续下去，以后的学习当中，我肯定会认真起来，努力做好自己的本职工作，每一次考试都应该争取把成绩提高，我会努力的，请您监督。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**成绩下降检讨书篇三**

尊敬的老师：

您好！

尽管可能导致自己成绩下降的因素有很多却也不能够因此而自暴自弃，通过对平时学习的检验可以得知自己并未表现出任何不用心对待的状况，无论是对课堂笔记的记录还是课后的复习工作都能够在同学和老师的帮助下完成得很好，在我看来造成这次考试成绩下降的主要原因还是自己审题不够仔细所造成的。

虽然面对老师的批评难免感到有些底气不足却要反思考试成绩下降的原因，通过简单的分析可以得知自己无论是学习态度还是复习工作都能有着较好的表现，可即便如此仍然出现考试成绩下降的趋势便不得不开始反思自身存在的问题了，根据对试卷的分析可以得知自己在审题方面出现了比较严重的错误，未能正确理解题型想要表达的意思以至于出现成绩下滑这种需要进行检讨的问题，其实即便从字面意义进行分析都能够明白这类题型对于现阶段的自己来说其实是不难的，只不过自己将原本简单的题型理解得过于复杂才会导致这次成绩下滑的事件发生。

从这次成绩下降的事情可以看出自己需要具备平常心才能够从细微之处发现问题所在，实际上对我来说心境上面的变化往往会导致对待学习的重视程度有所改变，很多时候即便是些许的变化也会导致考试的结果因为自己的选择而有所不同，诚然这次考试成绩下降有着轻视之心的成分却也体现出这种对于学习进步没有丝毫益处的心态具备着怎样的危害性，所以我向来都不会认为成绩下滑仅仅是个别因素所导致的结果，只不过对于自身没有足够的认识才会导致始终难以理解这种浅显的道理。

很多时候自己的脑海中也会浮现以往考试之中的出现过的题型，但面对无法更改的现实终究还是让人感到内心充满了无奈与悔恨，也许自己能够做的事情便是在考试过后吸取教训并积极做好下次的备考工作，对我而言这种不错的.心态算得上是自己考试失败以后也能很快振作起来的秘诀，但是这次成绩下降的教训也让我明白好高骛远的想法往往会在不经意间影响到自己的正常判断。

即便平时十分用心地对待学习也应该要保持谦卑的态度才能够有着比较长远的发展，所以面对考试成绩下降的问题需要认真反思并提出相应的解决措施才行，而我在记住这个教训的同时也会相办法令今后的考试成绩得到相应的改善。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

x月x日

**成绩下降检讨书篇四**

尊敬的老师：

你们肯定对我特别失望吧，肯定特别难过吧，对不起，月考儿子没能成为你们的骄傲，以往你们老是拿我跟隔壁家的孩子相比较，说别人这次考试又是全校多少名，成绩多少分。这次你们却是丝毫没说，是觉得都没必要进行对比了吗？我也知道这次的月考成绩下降的太厉害了，直接从上次考试的班上第七名掉到了这次的班级第三十一名，下降的如此严重，你们怎么可能不着急，现在眼看就要中考了，我还给你们上演这么一出，真的对不起。

我的成绩下降的如此严重，必然是有原因的。这次月考是这学期的第一次考试，考的都是这一个月学的新知识，但是因为我在这一个月的时间里面，根本没有认真的听过课，我也不知道我为什么都开学一个月了，我还没有进行的状态，不知道是不是因为这是最后一个学期了，我总是对学习有一种莫名的`恐惧感，总觉得会学不好，老师在上面讲课的时候，我也是经常走神，班主任老师也是找我谈了很多次了，我却什么都没听进去，我的心态存在着很大的问题，然后我就用玩耍来麻痹自己，借别人的小说看，借别人的象棋、魔方玩，我还想过要不要谈恋爱，给我写情书说毕业之后就在一起的，也有。对！是的，我脑子里现在，除了学习什么都想过。真的很抱歉，我学习上出现了这么大的问题，我却一直瞒着你们，真的不是不信任你们，而是怕你们骂我。

现在月考成绩一出来，我这个月的学习情况一目了然，拿卷子一看，可以说是惨不忍睹，只要是这个月新学的知识，我基本上都是没有做出来的，只能凭借之前所累积的基础，得了一点分，不然直接降到班级倒数也不是不可能的，这件事让我不得不引起重视，我现在下定决心了。不管这学期的学习任务有多么的繁重，我都要严格的要求自己，拿出自己最好的状态去学习，我不能让中考后我陷入深深的自责和后悔，更不能让你们对我的期望破灭。爸爸妈妈我希望你们能找我好好的谈谈，我想快点走出困境，进入学习状态，现在落下的学习太多了，我必须得补回来，请你们相信我，我一定能行的，我一定不会再次辜负你们对我的期望，说起来我还得跟班主任道个歉，他对我进行了那么多次的心里开导，我却让他的良苦用心白费了，我有你们在背后支撑着我，我有什么理由这么堕落下去，希望你们能再给我一次机会。

此致

敬礼！

检讨人：xx

x月x日

**成绩下降检讨书篇五**

尊敬的老师：

您好!

也许是近期学习不够努力的缘故导致我的成绩下降了许多，在这次考试成绩出现以后也让我对较差的成绩感到失望，我明白这样的成绩对自己的学习生涯来说是种耻辱，因此我在被老师批评以后便在反思自己成绩下降的原因所在，因为自己成绩差的问题影响到班级评比则是得不偿失的。

通过对以往学习状况的反思不难明白自己成绩下降的原因所在，由于不重视课堂上的学习导致我连基础的笔记都没有做好，这也导致我在考前的复习阶段会因为这样的疏忽落后于人，扪心自问成绩本就不算优秀的我为何会做出这种目光短浅的事情，即便上课期间没有用心听讲难道还不知道课后向老师或同学请教吗?可惜的是那时的我没有意识到自己的学习方式其实是毫无意义的，仅仅满足于课堂上的听讲而从不记录笔记，而且下课后既不针对自身的不足进行复习也不去思考课堂上所学的知识点，在这种恶性循环下自然能够解释这次考试成绩下降的`原因所在了。

面对自身学习上的不足为何不多向成绩优异的学生进行请教呢，通过和同学间的讨论找

出自己学习方式上的错误才是我应该做的事情，如果能够早些发现自己成绩下降的现实也许不会导致考试结果如此差，而且以往老师也曾因为自己成绩差的问题进行过教导自然得予以重视才行，既不愿意主动学习有没有采取正确的方法自然会导致自己的成绩下降许多，在我看来这次教训的到来也是为了让自己变得清醒点吧，否则总是这般浑浑噩噩也不利于今后学习生活中的成长。

将成绩下降的教训铭记于心以后还是要尽快改进自身的学习方式才行，若是每次考试都出现这种状况的话自然是难以被原谅的，所以我得吸取教训并多向老师和身边的同学请教学习上的难题，而且要始终保持谦卑的心态来对待学习才不会产生好高骛远的想法，对于现阶段的我来说巩固好学习基础并弄懂老师以往讲授的知识点才是重要的，而且我也得将以往学习中遗漏的知识点弥补回来才有着更进一步的可能性。

重视自身学习成绩的提升并在考前做好准备才是我应该做的，而且已经出现过考试成绩下降状况的我也会履行好自己的职责所在，至少我会明白学生的职责所在并在往后的生活中重视自身成绩的问题，我会用心学习以往没引起重视的知识点并多向老师进行请教从而遏制住成绩下降的趋势。

此致

敬礼!

检讨人：

20xx年xx月xx日

**成绩下降检讨书篇六**

尊敬的老师：

首先我要对您说一声对不起!

这次英语考试，我的成绩很不理想，没有考到老师要求的分数以内，我反省了许多，感到十分愧疚。这次没达到老师的要求，我觉得主要是我的态度不好。在平时的学习中，我不太重视英语，觉得英语不是太重要，于是上课时没有认真听课，作业没有好好做，考试前也没有认真复习。于是，这次考试的成绩自然就差了。其实，英语是一门很重要的学科，不仅从小学到高中都是主科，在每次考试中都占很大比重，而且英语对我们未来的生活和发展也有着至关重要的作用，以后如果要出国，说一口好的英语能让自己更加方便。即使不出国，在国内英语也有许多要用的地方。

而且，其实老师要求的分数并不难达到，我没有达到，只能是自己的错。老师每天为我们批改作业，认真给我们备课，而我却辜负了老师的期望，我感到十分羞愧。

在以后的英语学习中，我会认真听课，认真预习、复习，做好老师布置的所有作业，多总结，有问题一定要弄懂，只有这样，我才能在以后的英语考试中取得好的成绩。我已经深刻认识到自己的错误，我保证，在下一次英语考试中，一定能取得更好的成绩，不让老师失望。

xxx

20xx年xx月x日

**成绩下降检讨书篇七**

尊敬的老师：

您好！首先，我在此向你说一声对不起，我辜负了您对我的殷切希望。在这次期末数学考试中我惨败而归，不仅伤透了你的心，也让我无地自容。这次失败的原因，我分析了一下试卷，有绝大部分是由于我的马虎粗心造成的，但也有少数部分我不懂。您平常也就经常告诫我们，可我就是改不了粗心大意的毛病。不过，我不应该给我自己找理由，放心，老师，我会改正的。另外，在平时，我总是沉迷与电脑游戏，上课不认真听讲。在这一个假期里，我一定会痛改前非的。在这个假期里，我一定要腾出一部分时间来复习我的数学，我想好了，每天早上9：00――11：00来学习2个小时的数学。还有，我建立了1个错题本。以后，一旦有什么不懂的问题或错误的问题我都会记录下来的。并且，如果有什么弄不懂的问题，我会在百度知道里提出来的。同时，我要经常在好好学习这个贴吧里去了解一些学习数学的方法。并且我不能偏科，一定要全面发展。

老师，我知道，仅仅是语言是苍白无力的。放心，我绝对会以自己的实际行动来履行我的诺言的。我决定了，我开学考试的数学成绩一定不能下110分。同时，我要在年级的名词保持在前10内。

老师，请不要生气了。看我的实际行动把！

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！

我觉得我不能跳楼，我有责任，有义务为自己为家长老师好好学习，报效祖国！

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。

对不起，老师！我犯的是一个严重的原则性的问题。我知道，老师对于我的.考试成绩也非常的生气。我也知道，对于学生，保证每天好好听课，不走神，认真复习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。事后，我冷静的想了很久，我渐渐的认识到自己将要为自己的冲动付出代价了。老师反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼，也已经深刻的认识到事已至此的重要性。如今，大错既成，我深深懊悔不已。深刻检讨，认为在本人的思想中已深藏了致命的错误：思想觉悟不高，本人对他人的尊重不够，以后我将对老师有更多的尊重。对重要事项重视严重不足。平时生活作风懒散，如果不是因为过于懒散也不至于如此。为了更好的认识错误，也是为了让老师你能够相信学生我能够真正的改正自己的错误，保证不再重犯，我将自己所犯的错误归结如下：

可当时的我，竟如此糊涂我后悔当时没有听您的话，现在我怀着沉痛的心情忏悔我的错误。圣经说：每一个人都有原罪，您正努力消除着，因为您不止是为了自己活着。而是为了教育事业，是的，您是为了全人类而努力。而我，我不想说自己了，我实在是罪不可恕，我没有好好对待学习，也没有好好对待生活，更没有好好对待自己，更对不起您，对不起为我付出过的人。

我有思想上的错误：对于这一门课程的重视不够。对于这一点，我开始反省的时候并没有太在意，但是，经过深刻的反省，我终于认识到了，这个错误才是导致我成绩不好的重要原因。试问：如果我很喜欢这门课程，我自己会上课走神吗？这个错误也反映到了我平时没有旷课的课堂效率上。很多我不感兴趣的课程，往往我并没有自始自终的专心听讲，这种行为虽然没有扰乱同学和老师的教与学，但是这对于自己来说，却是一个严重的错误。对于学校开设的每一门课程都有学校的理由，我们作为学生就更应该去认真学习。

现在，我正式的向您保证，这种错误，不会有下一次了。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**成绩下降检讨书篇八**

尊敬的老师：

我这次考试没考好，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！

我觉得我不能跳楼，我有责任，有义务为自己为家长老师好好学习，报效祖国！

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。

此致

敬礼

xxx

20xx年xx月x日

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