

第一次月考总结(汇总9篇)

考试总结是对自己学习成果和不足之处进行反思、总结和改进的过程。下面是小编为大家收集的考试总结范文，希望大家在总结过程中提供一些启示和帮助。

第一次月考总结篇一

升入初中的第一次月考成绩已经出炉，语文92分全班第一，数学98分居次席，英语100，综合91，第一次月考的反思。这看似良好的成绩，其中还藏着小小的遗憾，这些遗憾都是由疏忽大意造成的。

数学的马虎更不应该，一失手成千古恨，把 x 的绝对值当成了 x 。虽说一个是对的，但把绝对值弄成个负数，简直心里后悔地像老鼠在挠。唉，只能怪自己太大意了吧。

历史部分更是大伤元气，司母戊鼎的历史地位如何一题，标准答案是世界上现存最大的青铜器，可我粗劣加工写成了世界上最大的鼎，这还不算，我在后面加上了四个字——用于祭祀，本该扣一分，因为它们四个又扣掉一分。

生物别提，43分，要不是历史的的顽强抵抗，综合否则失守90分，生物课代表没戏了。

月考的一系列失误，由于马虎失分的多，把自己会做的做错，不后悔才怪呢！以后类似的错误不要再犯，无论做什么马虎总会耽误大局。第二“画蛇添足”让我吃亏不少，复习资料的时候，要把每个知识点弄清、搞明白，每天学过的知识要及时温习。温故而知新，可以为师矣。

月考，其实并不是多么难，认真、细心的态度会造就一切。

湖南邵阳新邵县酿溪镇中学也初一:心语同学

第一次月考总结篇二

月考已经过了，我的成绩一向往后退，我拿着考卷失望的对待老师、父母。当我走到成绩表前，看到和我同班考的同学都在往前进，我由此变的好自卑。

其实在考试中，我很早就做完了，但并没有认真的检查，这只能怪自己。

语文我并没有考a□让语文老师在一次的对我失望，我不敢应对老师。主要是基础和课外的扣得太多了，作文还能够。

数学也并不理想，差2.5分就a□老师看了也只摇摇头。不该错的错得太多了。

英语一般般阿，老师这次原谅了我。我也有因为生病没去耽误了一点点，但期末考要好好努力，让老师在看好我。

政治还能够阿，有a□在年段第10名。但也是要努力，不然会让人家追上的。

生物就差仅仅的一分就a了，都怪自己不背，别人都是100、99的。

地理一点也不好，才b□也是自己没背诵。

历史这次是闭卷考，连及格线都没到达，真是不就应看副班长他们玩阿！就应好好背自己的书。

虽然这次考不好，但是不要气馁、自卑，好好读、背，不要临时报佛脚，那么必须会考的很好的，努力，让老师重新认识自己。

相信“世上无难事，只要肯攀登！”谨记着。

老师的话也要记着，用老师教的学习方法那么肯定没错，争气考好一点，好让自己有个满意的交代。

第一次月考总结篇三

月考过后，每一位同学都做了认真的总结，既有成功的，也有失败的教训。总而言之，要取得优异的成绩，须具备以下三个方面的要素：正确的、科学的和良好的心理素质。以下结合同学们的和我多年的教学经验分别展开论述，希望对同学们今后的学习会有所帮助。

一、正确的学习态度

学习必须勤奋务实。没有付出，就不会有成功，“不经风雨怎能见彩虹”，“能吃苦方能求进步”。因此，学习一定要刻苦，“流血流泪不留悔”。学习必须务实，“胜不骄，败不馁”，只有这样，学习成绩才能稳中有升，避免大起大落。

学习必须循序渐进。学习任何知识，都要注重基本训练，要一步一个脚印，由易到难，扎扎实实地练好基本功，切忌好高骛远，前面的内容没有学懂，就急着去学习后面的知识；基本的概念都没有掌握好，就一味去钻偏题、难题，这就等于拿钝刀砍柴，既费时，又费力，这是十分有害的。

学习必须勤于思考。高中阶段要注意培养独立思考的能力，高中教材理论性强，能力要求较高，只有养成良好的思考习惯，才能发展思维能力。学习中要防止那种死记硬背，不求甚解的倾向，要多问几个为什么，并做到举一反三，融会贯通。

学习必须一丝不苟。习题做错了，这是常有的事，重要的是能自己发现错误并改正它，切忌似懂非懂，不能想当然，马

马虎虎。

学习必须持之以恒。俗话说“水滴石穿”、“一口吃不成胖子”。学习一定要有毅力，有较强的自控能力，每天要按时完成，今天能做的事情决不拖延到明天。“三天打鱼，两天晾网”，是做不成大事的。

二、科学的学习方法

在学习过程中，掌握科学的学习方法，是提高学习成绩的重要条件。

学习方法，要因人而异、因学科而异，正如医生用药，不能千人一方。同学们应当从实际出发，根据自己的情况，摸索出适合自己特点的学习方法。

月考总结中，不少同学介绍了自己的学习方法，具有很大的共性，对其他的同学也有一定的借鉴作用，现归纳如下：

1、先计划后学习，避免学习的盲目性。

制定一个切实可行的`学习计划是非常有必要的，有了学习计划，你可以检验自己在每个学习阶段的学习效果是否达到预期的目标，随时掌握自己的学习情况。每天当你完成自己的计划时，就会有一种成功感、充实感，不断地积累这些细小的成功，最终你将获得巨大的成功。有了学习计划，会使你的学习更具目的性、针对性，从而克服学习中的盲目性、忙乱性，不然，忙了一天，晕头转向，也不知自己做了些什么。

制定计划要切合实际，目标尽可能短小化，把一个大目标分成一个个小目标，各个击破，也就实现了大目标。学习计划中要留出一部分机动的时间，不要把计划订得太满，否则，当你无法按时完成计划中的任务时，可能就没有额外的时间去补充。学习计划制定好后，一定要执行，绝不能“三分钟

的热度”，计划跟不上变化，这样只会一事无成。

2、先预习后听讲，注意提高课堂效率。

预习就是在上课之前，通览教材，充分发挥自己的自学能力，对要学的内容初步了解，做好上课的准备。预习时要注意发现自己难以掌握和理解的地方，并做出标记，以便听课时特别注意。预习可说是课前“侦察”，可打有准备之仗，可避免听课的盲目性，也可使听课更专心，与老师配合更默契，从而提高学习效率，对上课时感到吃力的科目，如我们班的数学，尤为有效。

预习是听课的准备，提高课堂效率尤为重要。

老师每上一节课，都会做精心的准备，课堂教学是老师知识积累和教学实践的精华。听老师讲课是获取知识的最佳捷径，是提高学习效率的有效手段。

课前要做好准备，保持课内精力旺盛，头脑清醒。上课时注意力要集中，上课铃一响，就应立即进入积极的学习状态，有意识地排除分散注意力的各种因素。要积极思考，不要做一个被动的信息接受者，紧跟老师讲课的思路，认真思考老师提出的每一个问题，积极参加课堂讨论。抓住老师讲课的重点，特别是老师反复强调的部分和老师讲课的开头和结尾，开头和结尾，往往寥寥数语，但却是对一节课精要的提炼和复习提示。如果遇到某一个环节没有听懂，不要在课堂上“钻牛角尖”，而要先记下来，接着往下听，不懂的问题课后再去钻研或向老师请教。做好课堂笔记，俗语说，“好记忆不如烂笔头”，因此为了充分理解和消化，必须记笔记。记笔记要有重点，记提纲，记关键词，当听与记发生矛盾时，要以听为主，下课后再补上笔记。

3、先复习后做作业，深化学习内容。

古人云：“温故而知新”。复习是巩固、消化和深化学习内容的重要环节。

根据记忆的原理，在学习后的几天内遗忘的速度非常快，但一星期后遗忘速度便趋缓了。因此复习必须及时，要在遗忘尚未大规模开始前进行。

在课程进行完一个单元以后，要把全单元的知识要点进行一次全面复习，通过归纳、整理，使知识系统化，真正成为自己知识链条的一个有机组成部分。

先复习后做作业，才能顺利地完成任务，减少作业中的错误，也可以达到巩固知识的目的。做作业时，第一不要看书，第二不要问别人，第三要有时间限制，只有这样，作业才有实际价值。假如每次作业都是先复习，然后像考试一样对待，那就等于一天一次考试，就不会出现作业100分、考试答不上来的情况了。

4、先调整心态后参加考试，正确对待考试。

考试是检查学生学习效果的一种方法，考得好，可以促进自己进一步努力学习；考得不好，也可以促使自己认真分析原因，找出存在的问题，改进学习方法，以便今后更有针对性地学习。但不少同学考试前恐惧，无所适从，考试时紧张，一片空白，考试后抑郁，无法面对，事实上变成了考试的“奴隶”，造成情绪紧张，影响水平的正常发挥。

考试的心态非常重要，心态良好、斗志昂扬就会促进思维，临场发挥就好；心态不好、紧张焦虑就会抑制思维，临场发挥就不佳，所以考前一定要调整好心态。

考试前，要对各科功课进行系统认真的复习，这是考出好成绩的基础。另外，考试前和考试期间要注意劳逸结合，保证充足的睡眠和休息，保持充沛的精力，这是取得优异成绩的

必要条件。

考试时应注意的主要问题是：认真审题，看清题目的要求，然后再动手答题；做题要细心，确保会做的题目不失分；遇到难题不要紧张，可以先放一放，等把会做的题目做完了，再去解决遗留问题；试卷答完以后，如果还有时间，就要抓紧时间进行检查和验证，不要提前交卷。

考试后要重视试卷的分析，不要过于注重分数，成绩无论好坏，已成无法更改的事实。拿到试卷后，首先要把错题改正过来，然后分析丢分的原因，找出自己学习上存在的问题。对做对了的题目也要进行分析，检查自己对题目的表达是否严密，解题方法是否简便等。可以准备一个“纠错本”，把错题抄录下来，真正弄懂，确保以后不再犯类似的错误。

5、先独立思考后请教别人，养成良好的思考习惯。

没有独立思考是学不好知识的，思考可以对知识理解得更深刻，可以使所学的东西更扎实，可以使大脑变得更灵活。因此，要养成良好的思考习惯。

当遇到学习上的困难时，应在自己思考的基础上求得别人帮助，问是读书的钥匙，是思考的中介，是深钻的体现。但最好不要只问答案，而要共同探讨，以求开拓思路。

三、良好的心理素质

据研究表明，绝大多数高考状元的智力水平为中等水平，少部分的智力水平为中上，智商并不突出，但心理素质十分过硬。可见，过硬的心理素质，对学习的成功很是重要。良好的心理素质，主要体现在以下几个方面：

1、学习的动机

学习的动机是指因学生的个人需要，如升学、就业、兴趣、荣誉、报恩等，而产生的学习内驱力，强化学习动机，可激发强烈的学习欲望。没了动机，极易自暴自弃，最终学业无成。

2、学习的兴趣

兴趣是最好的教师，有了兴趣就能学好一切。兴趣是可以培养的，往往是在刻苦学习之后，才会发现知识的奥秘和用途，从而激发好奇心和求知欲，也只有运用自己所学的知识，分析解决出问题，才会有有一种成功感，从而激发学习兴趣。偏科的同学，多是因为对某一学科不感兴趣，这时千万不能放弃，从基础做起，寻找成功的感觉，尽可能缩小差距。

3、学习的情感、意志

从同学的月考总结来看，绝大多数同学，无论现在成绩如何，都很自信，相信付出就会有回报。但也有少部分同学，心理上有很大的压力。压力主要来自两个方面，一是家庭的压力，二是竞争的现实。

家长都有一种望子成龙的期冀，学生也希望考上理想的大学，改变自己以至于整个家庭的命运，这是可以理解的。但要把这种压力作为学习的动机，而不能成为思想上的包袱。“父母养育辛苦，报恩唯有苦读”，只要你苦读了，就问心无愧，对得起父母，也对得起自己。

只要你生活在这个社会上，你就逃脱不了竞争。无论你现在处于什么位置，这都不重要，重要的是你要勇于面对，即使不与别人去比，也要敢于超越自我，不断进步。

学习要有积极乐观的情感。学习很累，但也有无穷的乐趣和成功的体验。无论你成绩好坏，在学习的快乐方面都是平等的。

学习要防止消极悲观的情绪。所有的成绩，都已成为过去，后悔过去，不如奋斗将来；奋斗将来，就要把握现在。

另外，多与老师、学生交流，形成一种融洽和谐的人际关系，会给你带来愉悦的心情，有利于缓解心理上的压力。无论学习多紧张，你都不应把自己孤立起来。

倘若把我们的学习喻作航船，勤奋则是轮船的马达，科学的学习方法是轮船的方向盘和航线，良好的心理素质是理想的风帆，让我们驾上这艘希冀之船在知识的海洋中航行，让船儿载着我们驶向美好的未来！

第一次月考总结篇四

老师们，同学们：

下午好！

月考尘埃落定，一切似乎又归于平淡，但教室的灯光却更加耀眼，它驱走了黎明前的黑暗，你们用行动拉开了希望的大幕。匆忙的脚步依然清脆，它打破了清晨的宁静，是你们用行动吹响了奋起的号角。

可是，在再次踏上征程之时，你是否静下心来，仔细想过，目前，自己的优势是什么，劣势又是什么？因为什么而赢，又输在哪里？你是否明确的告诉自己，我想要什么，我下一阶段的目标是什么？你是否已找准了自己的位置，我目前在哪里，想走到的目标还有多远，你是否清醒的认识到，成也罢，失也罢，都已成为过去，只有放下包袱，让心态归零，才能从头开始，只有放下，才能轻装上阵。只有放下，才能在跌倒后再爬起来，才能站在胜利的阶梯上走向另一次胜利！

在这里，我想对同学讲三点希望与要求：

一个人要新村大志，不能好高骛远，不能妄自菲薄。我希望同学们把自己确立的目标写下来，贴在床头，时时提醒自己，鞭策自己。

确立的目标首先要合理定位，既要有大目标，要追求重点名牌院校，至少要追求本科院校。还要有小目标，学会把大目标分解成小目标。大家不妨把以后两次大型考试作为实现自己的目标标志，高考前还有六次月考，到了高考之时，实现自己的大目标可以说是顺理成章和水到渠成的事了。

距离高考还有238天，在这两百多个短暂的日日夜夜里，同学们要正视头上压着的三座大山：做题少、考试多、压力大。正视困难，保持平和的心态，从平凡学习中发现并寻找乐趣。刚才和同学们讲了目标，等到你的每一个小目标都能实现的时候，你就能充分感受到每一次进步所带来的快乐，成功的快乐就是进步的动力，就是学习的兴趣，就是学习的积极性，就是求知欲望。同学们，还没有行动起来的，意志还不坚定的，从现在开始，要充满信心，相信自己一定能行，大干苦干238天。“方法创造奇迹，拼搏书写神话。”知识改变命运，兴趣决定态度，习惯成就未来，此时打盹你将做梦，此时学习，你将圆梦。当一切为时已晚的时候，恰是最早的时候。用238天创造一个奇迹，用238天给自己一个惊喜。

同学们，学贵有恒，以昨天为鉴，抓住今天，展望明天，要有战胜困难的勇气，不骄不躁，迎难而上。

目前，同学们的任务是专心致志，好好学习。高考与我们的距离越来越近。加强锻炼，注意饮食，尽最大可能加强营养。不该看的书一页都不能看，不该交的朋友一个都不要交，不该聊的天一句都不能聊。上课认真听讲，勤于思考，课后积极动手，完成作业，认真归纳总结，不开夜车。保持旺盛的精力，全身心的投入到高考的备考中去。希望同学们从对自己一生负责，对家长负责的态度，自觉管好自己的每一天，无悔于自己的每一天，拼搏238天。

从高考复习中，我感到同学们在后面的学习中，应该注意三个方面：

高考题目，一般来说，题在课本外，理在课本内，万变不离其宗。希望同学们一定要从作业堆中走出来，挤时间，仔仔细细，认认真真的研读教材，对重点章节、重点知识、重点题例，都要花工夫去处理。谁抓住了课本，谁就是成功者。

教师和学生必须协作、配合，才能形成和谐平等的师生关系，才能有利于教师教的更好，才能有利于学生学的更好。学生的积极性靠教师来调动，教师的积极性也要靠学生们来调动，良好的班风、学风，是班集体平均成绩上浮的保障。个别班集体学风不好，上课时有吵声，个别学生上课注意力不足，睡觉，看小说，逃课上网，更有甚者，参与打架斗殴，希望这些同学及时改正错误。复习中，同学们的小计划一定要服从老师的大计划，千万不要甩开老师另搞自己的一套。复习过程中千万不要眼高手低，不愿意自己动手进行自我调整，自我归纳，自我梳理。而要勤动手、勤动脑，自己动手整理的知识点，是自己智慧的结晶，深记在脑海深处，与资料上他人代为整理出来的东西是不能相提并论的。

经验告诉我们，要在短时间内提高分数，方法有很多，老师也会常说这个话题，比如：

- 1、养成清除应得而未得的分数的习惯。
- 2、清除屡犯重复错误的习惯。
- 3、克服解题不动手的弊习。
- 4、克服粗看的习惯。
- 5、多问，我们的老师们不怕你听不懂，就怕你不问。不怕你基础差，就怕你懒，不行动，不勤奋。更怕你丧失信心失去

斗志，自暴自弃。

人活着，最重要的就是要有一种精神。人的精神一旦被唤醒，其威力是无穷无尽的。一种不服输的精神，一种参与竞争的精神，一种勇于挑战自我，战胜自我的精神。这种精神，使你的生命充满活力。这种精神，使你的人生绽放光彩。这种精神使你的生活变得丰满而充实。

也正是这种精神，赋予你激情，给予你前进的动力，使你一次次的品味成功的喜悦。使你在跌倒之后，能再一次爬起来，义无反顾的踏上征程。使你能静下心来，默默的耕耘。使你在收获的季节，张扬个性，展示风采。

同学们，请记住：往事不可谏，来者犹可追。不积小流无以成江海，不积跬步，无以至千里的古语，静下心来，脚踏实地，你们一定能迎来人生一次又一次的辉煌！

第一次月考总结篇五

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

【编辑说】为的会员投稿推荐，但愿对你的学习工作带来帮助。

当工作进行到一定阶段或告一段落时，需要我们来对前段时期所做的工作认真地分析研究一下，肯定成绩，找出问题，归纳出经验教训，以便于更好的做好下一步工作。以下为大家分享关于第一次月考总结反思，希望能帮助到大家！

次月考总结本学期的第一次月考刚刚结束，经过紧张的评卷统分工作，终于有时间详细的分析一下近段时间的学生学习情况。

今年继续留在高二，所教的班级也是两c一b与去年没有变化。对学生比较陌生，学习习惯了解甚少，但是对教材比较熟悉，对学生的整体知识情况也有一个大概的估计。开学至今的一个月里，我坚持对学生以鼓励为主，因为导学案模式的教学，要发挥学生的主体作用，没有积极性肯定不行。所以在这一一个月里，我对自己的要求是尽量吸引学生的学习兴趣，调动学生的学习积极性，课堂上尽量把知识点转化成问题，引导学生自己得出答案。另一方面，逐渐的对学生的学习习惯提出要求，帮助其提高学习效率。在最近的几次备课组会议上，我们讨论了关于学生基础知识掌握不牢的问题，具体的对策还有待实践检验，但是这个工作我决定在本学期认真的做下去。

从学生角度而言b类班的状况与去年差不多，大部分学生的学习态度很认真，但也有部分学生容易走神，作业情况也是大致如此。汲取以前的教训，本学期至今以来，学生的课堂活跃度保持的不错，这是值得欣慰的地方，但是在分组合作方面，还是比较薄弱，今后要加强引导c类班的情况比去年要好，学生的积极性较高，学习的自觉性也有进步。我根据学生的知识情况，对教学内容进行重组，尽量保证课堂的趣味性与思维性，同时突出重点知识，保证学生听得懂，有兴趣听，还要记得住。

从结果来看，各班的均分基本令人满意，学生的学习气氛也保持的不错。下一个阶段要适当加强对学生学习习惯的培养，尤其是在本次月考中暴露出的一些问题，譬如：主观题部分，考前再三强调要审题，改卷中发现审题错误的现象仍然较为明显，排除学生粗心的因素之外，提高审题能力也是急需要做的事情。还有学生对基础知识掌握不牢，关键词语的错误层出不穷，以后要加强对核心知识的识记力度。

通一个月的月考，我想应该为过去的一个月的学习好好做个总结。

我认为我这个初中生做得非常不称职，因为我的潜意识并没有承认我现在是一名初中生这一事实。正因为这样，我仍然保持小学的学习习惯，比如说中午我仍然处于一种亢奋状态中，所以晚上早早就入睡，然而初中生中午吃了饭就应该午睡，晚上就多了学习的时间，我却没有做过这一点。

我对于学习仍旧像小学那样肤浅，认为只要将主要三门课：语文、英语、数学，学好就行了，所以我根本不会预习或者复习那四门课程，更没有心情理睬，副科四门居然年级，排名靠在顶在后面，大大拉下了我在年级上的排名，直到我知道了分数，才在心里，暗暗后悔，可是后悔还来得及，只要下次月考之前好好努力就一定可以。

重点就是在复习和预习上，我做得不够好。首先是语文，我复习的时候都不知道要复习什么东西，所以也仅仅是看看语文书和课堂笔记而已，预习的时候就标个自然段，读起课文来一月十行，从不从其他教材上获得深入了解。而数学呢，我对新知识有一个了解的过程，所以开始老师说什么，我根本听不懂，只有学习新知识后一两天，我慢慢消化所学习的东西。英语预习呢，我也只是草草地读几遍而已，上课认真听讲，课后也不复习上的东西，就是把一个单元的单词背背而已。

通过了整个学习情况，我要重视新规定学习计划。将早晨起床时间定为5:30，晚睡定为10:00，中午睡一小时，早晨过后读四十五分的书。先复习今天学习的知识，再写今天老师所布置的作业，接着把明天需要学习的课本通过教材了解深入，第二天上课也就轻松不少了。

这次月考我的所有科目的成绩都不是太理想，这个结果让我很是惊讶。

语文卷，因为古诗词默写中有一个错别字被扣了一分；现代文阅读共二十二分，我只得了十七分；名著阅读共四分，而我只

得了一分.....对于语文，我以后要多记些生字词，多做些有关阅读理解的文章，把课本后面的名著导读中提到的书籍看过一遍.....

数学卷，当老师讲这张月考卷的时候我都快要崩溃了，因为我错的那一堆题里面，绝大部分都是由于粗心大意而造成的：运算符号写错、横纵坐标算反等。其中，运算符号写错的我竟然错了三道题，而且还是大题。对此我已经不想再说什么了，只想回家拿块豆腐撞死得了！

英语卷，在做英语卷的时候，卷子上有一些我不认识的单词，从而导致有些句子我看不懂，那些单词有些是学过的，有些是没学的；而且词语运用、补全对话、书面表达是我在最后十五分钟匆忙做完的。对于英语，我以后课下要多积累些英文单词，多多练习写英文题来加快我的做题速度。

至于政治，我以后要看清题；做选择题中的多项选择题时拿不准的选项，坚决不写出来；在做辨析题、解答题时一定要标清序号再写答案.....

我很感谢这次月考，因为它让我认识到了我在学习中的不足之处！

升入初中的第一次月考成绩已经出炉，语文92分全班第一，数学98分居次席，英语100，综合91，第一次月考的反思。这看似良好的成绩，其中还藏着小小的遗憾，这些遗憾都是由疏忽大意造成的。

数学的马虎更不应该，一失手成千古恨，把 x 的绝对值当成了 x 虽说一个是对的，但把绝对值弄成个负数，简直心里后悔地像老鼠在挠。唉，只能怪自己太大意了吧。

历史部分更是大伤元气，司母戊鼎的历史地位如何一题，标准答案是世界上现存的青铜器，可我粗劣加工写成了世界上

的鼎，这还不算，我在后面加上了四个字——用于祭祀，本该扣一分，因为它们四个又扣掉一分。

生物别提，43分，要不是历史的的顽强抵抗，综合否则失守90分，生物课代表没戏了。

月考的一系列失误，由于马虎失分的多，把自己会做的做错，不后悔才怪呢！以后类似的错误不要再犯，无论做什么马虎总会耽误大局。第二“画蛇添足”让我吃亏不少，复习资料的时候，要把每个知识点弄清、搞明白，每天学过的知识要及时温习。温故而知新，可以为师矣。

月考，其实并不是多么难，认真、细心的态度会造就一切。

升入初中已经一个月了，在升入初中前，我就已经给自己定下了目标——要改掉马虎这个毛病。

随着时间一天天的过去，我的成绩一天天提高，马虎也渐渐找不上我了。并且在数学的几次测验中也得了不错的成绩。渐渐地，我又放松了对自己的要求，觉得自己已经很了不起了。

转眼一个月过去了，马上迎来了第一次月考。而我却还是觉得自己没问题，一定能考年级前30名。在考试时，我竟也认为自己都会，而没怎么检查。终于数学成绩出来了，我这时还沾沾自喜，心想：这回有好戏看了，老师一定会狠狠批评一顿没考好的同学，而就在我暗暗笑话别人的时候，“对手的剑早已架在我的肩上”可我对这一切没有丝毫的反应。只见老师那片乌云直奔我这块小田地而来，“李金岩102”。老师用平淡的语气说了一句，似乎对我非常失望。我的心顿时从高空重重地摔在了地上，顿时感到自己从这个班消失，没有人会理睬这个102，更没有人会去在意它，它在这个班中太渺小了，连前10名都不到。我顿时感到无地自容，当时有那么大的信心考高分，而现在却只能眼睁睁看着眼前这个102

发愣。

又是我这个的敌人——马虎，原本数学已经算对的得数而从卷子背面到正面这点距离却变了数。原因就是马虎这个毛病还没改彻底，因为偷懒使它有找上了我。我以后一定要努力改掉这个毛病，让它永远找不上我。

第一次月考总结篇六

刚升入初中的我，对一切新事物都很好奇。而初中的学习也改变了很多。政治地理以及小学从未接触过的生物历史，也变成了主要的科目。

还记得上学大概一个多月了，我们要进行一次月考，老师一周前就对我们说了，可我的“读书”，只是大概的浏览一边，作业写完了就睡觉了。

上课的时候，老师讲的一切重点知识，我只记在了一个本子上，大概意思不是很明白。地理课，我是一点也不明白，老师留作业，我都是照同学抄的，除了地理外，别的课都还行。

一周的时间，很快就过去了。在月考的前一晚，我先看了看语文书，看了古文部分，每篇的作者朝代都是没什么问题的。例如《木兰诗》选自《乐府诗集》作者是宋代郭茂倩等等，这些文学常识我都会背。所以，由只会文学常识的语文有转向了数学。数学可以说是我的强项，因为我是数学课代表，所以数学我没总复习，只是翻了几页。该到英语了，英语我是一点也不会，可以这么说，英语认识我，我不认识英语，在这种情况下，我只背了单词。之后的时间我看了看小说等。月考的前一天我是这么度过的。

到了月考这一天，我有一些紧张。有什么我会的题也答错了，可能因为紧张的关系，也可能因为我没复习好埃数学题我太

过自信，而算错很多题。成绩下来后我真的很失望。

月考让我明白了，考试之前要好好复习。

1. 失去信心

“不知道怎么回事，一上数学课就觉得没劲，但又觉得自己应该认真听讲，所以有些惧怕。上数学课感觉心里很烦躁，上课效率也减半了。”

“多次以来，数学考试成绩都很不如意，我对数学失去信心了。甚至开始害怕数学，有时也对老师产生一种莫名的害怕。”

2. 不努力，不认真

“上课没有好好抓进课堂四十分钟的’时间，课后没有好好复习，做作业马马虎虎，课外辅导书更是没有认真做过，纯属应付。”

3. 知识点梳理不够

“我固然做到了学，但没有做到想，甚至从来不思考。”

“我现在终于发现思路、思维比解题更重要。”

4. 时间不够

“当我决定中午问老师问题时，可不巧，英语老师来了！而且整整三节晚自修家作都来不及做，更何况解决疑难呢？”

5. 不能、不会问问题

“还是和以前一样，有问题没有问老师，因为我怕我问的问题太简单，可能由于这样想，使我的困难越积越厚，可我就

是不敢问。有这心，没这胆。”

6. “失误”不断

“每次考试我都很紧张。又是一个很简单的题目或式子我也看很多遍，如 $12 + 36 = 48$ 我都要算两遍，就怕算错。”

事情过了好久了，好在我这次期末又扳了回来，耶！我要做到胜不骄，败不馁！

一阵揪心的铃声响过，我的心也变得忐忑不安起来，“咚咚，咚咚……”老师的脚步声越来越近了，这时老师走进了教室。喧闹的教室里马上变得鸦雀无声，连自己的呼吸声都听得一清二楚。突然，月考试卷就如雪花一般飞来。这是自从我转学以来的第一次月考，也是人生中的第一次。

考试时，我心中就如有一只活蹦乱跳的小兔子，在不停地奔跑着、跳着，使我的心砰砰的跳，心里七上八下，如激荡的湖水一样不平静。我一次又一次的警告自己：一定要认真，不能马虎。正当我写完基础题和阅读题要开始写时，笔突然没墨了，我的心慌了：怎么办。我该怎么办呢？我停了下来。猛然间，我才发觉我应该还有一只备用的，我忙打开铅笔袋，将那只备用的笔拿了出來。我慌慌忙忙地写着，生怕马上就要收卷了，不一会儿就收了笔。望着前面的字迹，这才发觉我写的字太过于潦草、太小，又用了修正带，这肯定又会扣个一分两分的。心中充满内疚，后悔得不得了。

考试时的教室里，同学们正全神贯注的写着试卷，教室里没有声音，只有沙沙写字声，人人都“埋头苦干”，有的咬着笔头思考问题，有的正文思如泉，把想好的答案写在试卷上，有的因为想不出答案而双眉紧锁，有的为大功告成而欣喜若狂。

“收卷。”突然，老师一声令下，我颤抖得交了卷，坐在位

子上回忆着考试试卷上内容和题目。我的耳朵中灌满同学们议论考试试卷答案的音，我听不下去，也不想去同他们一起讨论。生怕我会提前知道我要考砸了的消息。

初中的第一次月考成绩已经出炉，语文92分全班第一，数学98分居次席，英语100，综合91，第一次月考的。这看似良好的成绩，其中还藏着小小的遗憾，这些遗憾都是由疏忽大意造成的。

数学的马虎更不就应，一失手成千古恨，把 x 的绝对值当成了 x ，虽说一个是对的，但把绝对值弄成个负数，简直心里后悔地像老鼠在挠。唉，只能怪自我太大意了吧。

历史部分更是大伤元气，司母戊鼎的历史地位如何一题，标准答案是世界上现存最大的青铜器，可我粗劣加工写成了世界上最大的.鼎，这还不算，我在后面加上了四个字——用于祭祀，本该扣一分，因为它们四个又扣掉一分。

生物别提，43分，要不是历史的的顽强抵抗，综合否则失守90分，生物课代表没戏了。

月考的一系列失误，由于马虎失分的多，把自我会做的做错，不后悔才怪呢！以后类似的错误不要再犯，无论做什么马虎总会耽误大局。第二“画蛇添足”让我吃亏不少，复习资料的时候，要把每个知识点弄清、搞明白，每一天学过的知识要及时温习。温故而知新，能够为师矣。

月考，其实并不是多么难，认真、细心的态度会造就一切。

光阴似箭，日月如梭，第一次月考落下帷幕。排名和不理想的成绩，不由得引起我的深思。

在枫杨的第一个月里，完全可以说我在学习上一点没有用心！教师布置的作业，我仅仅按照最低标准完成。我没有做到预

习复习，课堂上也没有专心致志，一丝不苟地听讲，大脑死气沉沉。这样的听课状态，我的学习效率能高吗？对于平日的练习，我丝毫没放在心上，总会有一两个小错误。所以到月考时，我与那些认真的同学的差距就很明显。在空余的时间里，我不是跟同学说话，就是想着该怎么玩。于是，我又浪费掉不少时间。就连月考前的国庆长假里，我依旧沉迷于欢乐之中，书本没有碰过一下。我这样做的结果只有一个——我的成绩如坐滑滑梯般直线下滑，我被远远地甩在了第40名！

语文是我这次月考最不理想的一门。79分，让我明显感到自己的差距。我必须端正我的！课内知识一定要记牢，下次绝对不能再错。阅读理解失掉13分！教师讲的做题方法要用心记，用心体会。93分的数学卷子完全没考出我的水平。我还有很大提分的空间。要复习错题，重视平时练习。英语，我认为是最不该错的，下次考试要考100分。学习时要注意力集中，提高效率。对于“史地政生”4门课，我以为只要感兴趣，就可以学好。这4门课的是把知识背下来，记牢。

现在，我越发的感到时间的珍贵。月考前的时间是我想回也回不去的过去，但我更清楚，如果不珍惜现在，我将会更加遗憾在将来！王沛然，奋斗吧！

第一次月考总结篇七

高二的第一个月已经过去了，在这个月里，自己认为学习比以前还是认真的，上课几本上不睡觉了，注意力比以前也集中了，但当月考过后才知道自己还有很多不足，这些认真都还只是表面的，没有真正沉下心来，也不善于去思考，尤其是数学，上课虽然认真听了，当天的题目也几本上会做，但过了几天没有去看，知识点就会记得模棱两可，公式代错，在考试时，会做的丢分，不会的就更加了，粗心是个严重的问题，几乎每次考试都会出点小错误。

物理也是一门头痛的科目，概念记不熟，公式不会用，题目

也就不会做了，这是两门没有及格的科目了，其它的科目虽然及格了，但分数都不是很高，都还要发些功夫才能更好，这次月考已经完了，也不可以改变什么了，现在要做的就是在这个月里更努力的学习，下次考得好才是最重要的。

细细品味“温故而知新”这名话，觉得很有道理。

刚刚过去的月考，我才明白我和尖子生的差距在那儿了。这次考试由于刚开学不久，所学内容不多，本人感觉这次考题难度很小。所以考前我没把这次考试当回事，也就没有好好复习了。由于以前学的没有细致复习，所学知识大体上会，但仔细一看就千疮百孔了，所以这次考试细节丢分严重。就因为这样，我和别人产生了差距。

讲过的东西虽然当时够印象很深，但随着时间流逝，许多细节就跑掉了。所以我认为学习不只是认知还有复习。现在才发现失去太多了，但亡羊补牢，为时还不晚。尽管任务繁重，但也要再回首。

可是要复习这么多，时间不够用。我如何高效利用时间?经过一个星期的实践，我发现时间真的像海绵里的水，可以挤出来的。

所以现接下来的时间里我要用有限的时间，提高学习效率。找出差距的原因，努力改正！

第一次月考总结篇八

我从未考得这样糟糕过，我仔细分析了一下考试考不好的原因：

1. 失去信心

“不明白怎样回事，一上数学课就觉得没劲，但又觉得自己就应认真听讲，所以有些惧怕。上数学课感觉心里很烦躁，上课效率也减半了。”

“多次以来，数学考试成绩都很不如意，我对数学失去信心了。甚至开始害怕数学，有时也对老师产生一种莫名的害怕。”

2. 不努力，不认真

“上课没有好好抓进课堂四十分钟的时间，课后没有好好复习，做作业马马虎虎，课外辅导书更是没有认真做过，纯属应付。”

3. 知识点梳理不够

“我固然做到了学，但没有做到想，甚至从来不思考。”

“我此刻最后发现思路、思维比解题更重要。”

4. 时间不够

“当我决定午后问老师问题时，可不巧，英语老师来了！而且整整三节晚自修家作都来不及做，更何况解决疑难呢”

5. 不能、不会问问题

“还是和以前一样，有问题没有问老师，因为我怕我问的问题太简单，可能由于这样想，使我的困难越积越厚，可我就是不敢问。有这心，没这胆。”

6. “失误”不断

“每次考试我都很紧张。又是一个很简单的题目或式子我也看很多遍，如 $12+36=48$ 我都要算两遍，就怕算错。”

事情过了好久了，好在我这次期末又扳了回来，耶！我要做到胜不骄，败不馁!!!加油，孟德君!!!!

第一次月考总结篇九

光阴飞逝，时光荏苒，高三的脚步格外匆忙，正式开学已有一月。再有261天，你们就要直面高考。不论意识到还是没意识到，不论在学习状态还是没在学习状态，高考都在悄悄地逼近。今天我们齐聚一堂，共同分析第一次月中出现的问题，规划下一个阶段我们行动的步伐，以期对各位同学有所帮助。

数学：

1、个别同学卷面太乱、答题位置不对、书写杂乱无章、在答题区域内不能完成作答，答题超过边框。这就要求我们在平时练习和作业中注意书写、尽量不要涂抹，保证卷面整洁。注意自己所写的字的大小，保证自己答题的内容不突破高考卷答题区域。

2、解题格式不规范，表述上出现问题；解题过程过于简单，不能体现得分点，造成不必要的丢分。象17题求三角函数的最大值与最小值及相应的 x 的值。这就要求我们要自我加强规范化要求，要注意老师板演题目的解题格式和课本、教辅资料上例题的解题过程；提高书面表达能力，保证会做的题拿满分，不会做的题目能得分。

3、基础知识、基本方法掌握不牢固，基本公式记忆不牢固，忽视了公式或定理的适用范围。象20题第一问中，忘记了考虑 $n=1$ 的情况。21题求函数的导数出错。这就要求我们加强基础知识，基础方法的复习，尤其是基本公式和定理。要写在随身带的记忆本上，象记忆英语单词那样经常记，保证不出问题。掌握解决问题的通性通法，并加强记忆。把每一个知识点都要搞清楚、弄明白，保证没有遗漏。

4、做题速度慢，不能保证把会做的题目做完。运算能力差，一步出错，后面全错，这个问题体现在各个题目中。这就要求我们在复习中应加强训练强度，提高解题速度，才能在考试中有大量的时间做后面的解答题，把平时作业、限时训练和周日综合训练都当做高考来对待，在规定的时间内完成，以便发现问题，解决问题，提高能力。

5、审题不清，见题后盲目下笔，答非所问。象19题第一问中，两侧墙的长度理解错误；22题中数列的连续三项的关系搞不清。这就要求我们做作业时养成认真、细心的习惯，保证运算准确，认真审题，杜绝低级错误出现。

6、思维能力欠缺，遇到综合能力要求较高的题目，性情烦躁，思维混乱。像21、22题的第三问，很多同学见到难题后没有信心和耐心，直接选择放弃。这就要求我们应该树立信心，要克服心理障碍，要敢于尝试。要加强思维的严密性训练，注意知识的产生与发展过程，解题方法的适用范围。认真做好知识的归纳和整理，错题的改正与反思。有了经验的积累，问题解决起来就容易多了。

外语：从单词方面看，学生们基础不太扎实，本来简单的单词拼写题成了失分最多的地方；基础知识方面，做过的题依旧错，讲过的东西复习不到位，或没有及时复习，从中可以看出同学们养成良好的学习习惯；从完形填空和阅读两道题的答题情况来看，大家还没有掌握此类题型的解题技巧，不会分析问题。另外有同学不够认真，不能集中注意力做题，不能很好地在文中寻找信息。

物理：

1、语言不规范：实验题目中显示学生的语言不用专业术语，随意性很强。叙述不到得分点上。

2、计算能力差：计算中常有一些低级错误，但是累加失分严

重，理由可能是粗心，其实是不够重视，急于求成。

3、建模能力差：读题过程中，找不到关键字词，有的基础知识不牢固，甚至不清楚，所以很多问题无从下手。

4、心理素质差：有些问题可下会做，而考试不会做，原因就是考试的结果希望太大，没有心里的承受能力，自认为做了几道题就会了，就应该考好，考不好，就心情低落，没用的，知识是一点一滴积累的，不可能一蹴而就。

化学：1、答题不规范，回答不到位；2、审题不清，基础知识混淆；3、化学式书写不标准，方程式写不完整；4、不能用化学用化学语言回答问题。

生物：1、学生做选择题能力有待提高，表现在：问题单纯的正答率高，而多个知识点组合式的选择题，失分比较严重。

2、识图能力差，不能从图表中提炼中有效的信息，不能准确做答。

3、生物学科基本概念写错别字，稍长的句子，语言叙述不严谨。实际上还是基础知识不牢固，不清晰，对知识的理解和掌握有漏洞，学习过程和考试过程都不能关注到细节。生物学科的知识点就是由一系列小的点组成的，要把握细节，不要满足于一知半解。

这次月考反映了同学们在一轮复习里出现的一个巨大的漏洞：陷入题海，丢失了课本和基础知识。忽视基础、题海战术是最大的误区，也是许多同学停滞不前的根本原因。天天练，漫无目的，如大海捞针，做得疲倦了，做得麻木了，效果也就差了。丢弃课本和基本的知识点、基本的方法技巧，仅想通过做题与训练而达到进步的目的，这无疑是舍本逐末，缘木求鱼。现在许多同学都把重心放在学案上，但实际上学案并不能覆盖知识点。所以，接下来一个阶段，大家要把复习

的重心向知识总结、知识体系的建立转移，回归课本，进行总结，总结每课、每章的基本知识点、基本的方法技巧以及做错的题。只有这样，我们才能立足基础求发展。

（一）不为失败找借口，要给成功找理由。

高三，是黑马频出的黄金时期。大家积聚了10多年的能量，在这时会来一个集中爆发。在这里，固有的格局会一次又一次地被打破。一切都不是既定的。竞争的法则，不仅有弱肉强食，更重要的是，最强的，不一定会走到最后。或许现在有的同学成绩不太理想，复习的过程里也有点手忙脚乱，但是不到战斗结束，我们谁也不能预测结果。我们现在完全有机会、有时间、有资格去追求一个理想的分数，理想的大学。无论是谁，都不能无视我们的存在，而我们自己，更不应该妄自菲薄，自暴自弃。

胜出是结果，付出是过程。在这里，你、我、大家，每一个同学的脱颖而出，都需要百倍地付出。任何想象着只凭一时的侥幸，成功就会唾手可得的想想法，都是幼稚可笑的。去年高三有个学生，开始成绩并不是很好，在高三的十个月里，拼命硬干，不为浮云遮望眼，始终如一，在数九寒天，主动申请去走廊早读，因为他头一天晚上净是到12点多才睡，大有悬梁刺骨的味道。最后高考一本录取，他成功了。正所谓“革命不分先后”，现在动手，绝对不晚。

（二）学习与睡眠问题。

进入高三后最大的矛盾就是学习与睡眠之间的矛盾。很多人都认为睡眠是必须保证的，虽然保证睡眠很重要，但是睡眠时间的长短和睡眠质量的高低是两回事，早读打盹儿、课堂哈欠连天、晚自习打瞌睡确实增加了你睡的时间，却对提高睡眠质量没有任何好处，更可怕的是它严重影响了你的听课状态，影响了你的自习效率。况且高考是场硬仗，想打的漂亮并非易事。并且凡事都得因人而异，对于基础扎实、成绩

较好的学生，提高学习效率便可在较短时间内完成一天的学习任务，但对于底子薄弱，成绩暂时落后的同学来说，要做的就不只是提高效率，还要增加学习时间。我曾在网上看到过一张图片，这张图片反映了河南高三学生的学习状态，教室里满是埋头苦读的学生，后黑板两行大字赫然在目：生前何必久睡，死后自会长眠。我看了内心倍感心酸，也深刻地意识到高三的艰苦。这让我想起了nba著名球星巴克利，他热爱篮球，积极向教练争取上场时间，他说：“不要让我休息，死后我有的是时间。”这话虽然说得夸张，却真实地反映了他不想浪费有限的生命，愿意抓紧时拼搏，以期有所作为的迫切心理。人生还有80年，高考不到300天，时间紧迫，我发自内心地希望各位同学能够处理好学习与睡眠的关系，回寝之后，拒绝无聊的闲谈，喝杯牛奶，摒除杂念，安然入睡，保证良好的睡眠质量，才能保证良好的听课状态，才有可能有一个好的成绩。

（三）要在合适的时间做该做的事。

（四）积极进行心态修炼

1、积极的心态

商鞅在城门立了一根木头，说谁从城门口把木头搬到商鞅的办公室就可以领到五十两黄金。消极的人会说，这不可能，这绝对不可能，世界上没有这么好的机会；就算有也不会落到我的头上。而积极的人，却怀着美好的希望扛起了木头，收获了那50两黄金。

积极的人像太阳，到哪里哪里亮，消极的人像月亮，初一十五不一样。

林语堂说：“为什么世界上95%的人都不成功，原因是他们的头脑里都有四个字‘我不可能’”对与学习，有很多人担心自己自己学不好，学好了又忧虑自己考场发挥不好，每天愁

眉苦脸，横竖都是不开心不如意，牢骚满腹心事重重。这种消极的心态只能带来恶性循环，对我们的进步百害而无一利。

2、空杯的心态

很多同学本来应该考出不错的成绩，可事实总是让人失望，甚至考得很差。经过调查发现，他们之所以会这样，一个可能是压力太大心态不正，最主要的原因是，他们觉得复习没有什么新鲜的，老师还是那些老师，内容还是以往的内容，上课几乎提不起他们的兴趣，反正觉得已经学过一遍了再学也没啥作用了。

曾国藩说：“寸心兢兢，且愧且慎，唯力尽人事，不敢存半点侥幸之心。”要想喝到纯正的咖啡，就得彻底倒空自己原来喝茶的杯子。要想提高成绩，就得以空杯的心态认真上好每一节课，珍惜每一次学习的机会。书要仔仔细细地看，课要认认真真地听，题要踏踏实实地做，试要严严肃肃地考。

3、平常的心态

边塞有位智慧老人，他的马丢了，街坊邻居都来慰问，他说一切都是最好的安排。后来，他的马不仅回来，还带回了一群马。大伙前来祝贺，一切都是最好的安排，平淡的语气好像并不怎么感到惊喜。马一多，儿子便学骑马摔折了腿，大家都来安慰他，他竟然平静说一切都是最好的安排。后来边疆打仗，别的家庭儿子健全都去参战，唯独他的儿子因跛腿而幸免于难。这一切都是最好的安排。

4、感恩的心态

香港行政长官曾荫权，他读书时有一门功课特别差，那就是英语。每次英语考试班里都是垫底的。那你们知道英语老师是怎么打击他的吗？当着全班同学的面，把他的教课书拿过来，打开，吐口水，然后扔在地下，踩了三脚，走了。过了

五分钟，他才站起来，拿出手帕擦干净。半年以后，他的英语成绩每次考试全班前三名。请问为什么。你们就可以知道他为什么会成为香港的行政长官了。因为他总是把打击当成动力。后来记者采访曾荫权，问他生命中值得感谢的人有哪些？第一个就是英语老师，他说：“当时我认为他在污辱我，现在终于想明白了，英语老师有必要污辱我吗？原来他是在激励我。”

感激伤害你的人，因为他磨练了你的心志；感激欺骗你的人，因为他增进了你的见识；感激鞭打你的人，因为他消除了你的懒惰；感激绊倒你的人，因为他强化了你的能力；感激遗弃你的人，因为他教导了你应自立。感谢那些对你对你冷漠，打击过你的人，谢谢他们曾经看清你，让你们不低头，更精彩得活。

没有哪个老师会故意来为难你，他只是为了提高他的抗挫折能力。所以今天你们完全有必要把掌声送给你们的老师，感谢他们三年来对你们的打击。

5、自我暗示

二战时，德国兵抓了两个战俘把他们分别捆绑在两根柱子上，然后用刀轻轻隔断一个战俘的血管，让血一滴一滴地滴在一个铜盘里，直到流血而死。另一名战俘目睹了整个过程。德国兵对他说“轮到你了”就用黑布蒙住他的双眼。然后用一块极像刀具的冰片在他的手腕上划了一下，并把事先准备好的特制水管打开，使它发出滴答滴答的声音。就这样，半小时后，发现这名战俘也死了，痛苦的表情就如同失血致死。

这就是心理暗示的力量与作用，非常神奇。大家都知道“三人成虎”这个成语，谬论一遍遍地说，也会慢慢让人信服。消极的心理暗示会引人入歧途，积极的心理暗示则能带给人信心和希望，把美好的明确的目标用强烈的语气不断念出声音，告诉自己，让潜意识无法分辨真假，因此相信它。每天

都对自己说“我行，我能，我可以”，时间久了，自然会形成良好的激励效果，使你充满智慧和活力。

学习是循序渐进的积累，高考是步步为赢的拓展。你要告诉你自己：你是你命运的船长，你是你灵魂的主宰。学习是最大的福利，纪律是最严肃的爱。一天天，在各方面，你都变得越来越好。你要告诉你自己：你是情绪的主人，行动可以治愈恐惧，你可以对自己的行为负责。成绩差不是问题，问题是如何改善它。让积极的自我暗示给你动力和保护，让你修正自己的行为，改变自己的生活和学习习惯，让你变得更好更优秀。

随着高考复习的深入，影响考生提高的弊病也会逐渐暴露出来。必须高度重视，并及时予以纠正，才能轻装再战，取得新的进步。下面列举八个常见的薄弱环节，并提出相应的解决方案。供大家参考。

1、喜欢钻些偏难怪题，忽视基础知识，对有针对性的训练不屑一顾。许多同学认为高考复习，就是需要大量偏、难、怪的题目才能显示水平，才有档次，才能提高综合能力，才能拿下高考中的“压轴题”。与此同时，对热点、重点内容的专项训练不屑一顾，草草应付，眼高手低。其实，针对高考的重点和热点内容进行专项训练，可以事半功倍；找出自己的薄弱环节进行专项提高，可以扫除障碍。另外，《考试说明》中也明确指出，不考偏题、怪题。建议大家别做无用功。清华大学魏少岩同学认为：只有牢固掌握常规思维，常规方法，才能以不变应万变，不能刻意追求难题，即使是尖子生，花费很多的时间钻研偏、难、怪题也不是一个好现象。针对这个问题，我建议大家依然要以基础知识为主，重视基本的知识点和基本的方法技巧、淡化偏难怪题，看清弱点、有针对性地进行训练，重点专练。

2、不注意知识系统化，没把知识贯穿起来。不把知识系统化，是复习效益低下的最根本原因之一。没有系统，就难有头绪，

各知识间就彼此孤立，各部分内容复习到什么火候，哪些地方过关了，哪些地还是薄弱环节，心中无数，时而重复劳动，时而无的放矢，心里紧张，会整天忙碌，又不知干了些什么，又觉得还有太多的事情要干。所以在一轮复习之中，应在各知识点梳理的基础上，找出各知识点间和方法间的有机联系，形成知识网络。清华大学计算机系李炜同学认为：通过简洁的归纳，不仅可梳理这一部分知识，更重要的是对今后做那些有难度的题目提供一种可行的解题思路。比方碰到难题时，一时想不起来怎么解，有了那个凝练的总结，就可以通过总结的内容去想象相关部分的知识，从中寻求正确的解题思路。针对这个问题，我建议同学们尽早梳理知识、形成线索，串联线索、结成网络形成完整的知识体系。

3、学习面面俱到，不注重抓学科体系重点。有些同学总是希望各个学科，各个知识点面面俱到地学，并落实到行动上，形成样样都想抓，样样抓不牢的结局，整天忙得天晕地暗，苦不堪言。他们常常带着沉重的心理负担去请教老师，认为自行功夫没少下，但为什么越学越没了方向，越来越没了抓手，严重的还形成心理焦虑。

其实，在基础知识和方法复习一轮之中，我们应该抓住重点来学。这里的重点，一方面要注意重点学科的学习，差的学科上升空间大，应予以重视，促进学科间平衡。另一方面，要理清学科内的重点内容，进行强化训练，力争触类旁通，形成能力。再一方面，各个知识板块中的重点内容，要能够在知识梳理过程中，有所把握，高质高量的练几道，不贪多，只求精，精益求精。还有，对重要的方法也要作为复习重点，争取以少胜多，举一反三。

4、没找到科学、高效、适合自己的学习方法，过早出现“高原现象”。有的同学的高考复习中，没有形成适合自己的方法，跟着别人走，朝三暮四。严重影响复习效果。我们学习不可谓不努力，可是成绩就是始终上不去，为什么呢？方法有问题。天津师范大学郭召良博士在“我爱中等生”一文中，

指出：方法最重要。要想高考取得成功，我们需要正确的方法。学习成绩出现停滞不前，在心理学上称为学习的“高原现象”。它说明我们使用的方法潜力已经尽了，需方法上寻求突破。

首先要明确看书和做题的三重境界。看书的第一境界是“记”，就是记住书上所讲的概念、定理、公式，明白有关知识的意义。第二重境界是“联”，就是将现在所学习的知识与已经学过的知识联系起来，整理知识组成系统。第三重境界就是“用”，就是所学的知识用到解题中，只有会用的才算真正的掌握。解题的第一重境界是“解”，就是想尽一切办法解决当前问题。第二重境界是“思”，就是解题后的回顾和反思，总结解题经验和方法。第三重境界是“归”，就是获得的知识经验与书本知识联系起来，回归到书本上去。如果停在第一境界，将处于中下水平。如果按照第二境界的方法办，将受益匪浅。如果提升到第三重境界进行练习，看书时多想应用，设想应用这些知识的情形，并辅之配套练习，做题时多想课本，建立习题与书本知识的联系，这样，你就获得了学习的真经。

5、不善于总结归纳，不善于开拓思路、举一反三。这种症状的产生，归根结底还是题海战术导致的后果。拼命做题，认为做多了，接触的面广了，题型见的多了，方法总会练到的。题海茫茫，能做完吗？效率太低，效益太差。

俗话说：“学会了总结，就学会了学习。”这是近来的教育教学实践中被充分证明了的宝贵经验。总结归纳实质也是个信息收集、整理、加工的过程，它对提高我们的探究与创新能力有不可低估的作用；归纳总结能使我们对知识的认识逐步深化，达到由此及彼、由表及里、去伪存真；归纳总结也要学会演绎，即既要能从特殊的现象去归纳一般的结论，也要会从一般的现象中，去推理出特殊的结论，真正把握方法。具体在复习中，我们应该总结归纳知识系统；也要总结归纳存在问题，形成错题档案；又要归纳解题方法，如归纳某些

问题的共同解题思路，并总结某种方法能够解决相关的问题，和某个经典问题多种解题途径；并要归纳不同知识内在联系和相近知识的本质区别，把知识学透，把方法用活。

6、学习无计划，时间分配不科学。好的学习者能够有重点地系统学习，能够合理制订计划，科学地安排时间。很多同学糊里糊涂地过日子，摸摸这个，碰碰那个，或者完全从兴趣出发，或者干脆将学习任务堆积起来，一直拖到不得不完成为止，但这时新的任务又来了，无所适从！许多同学将精力浪费在做决定上，整日考虑学什么，什么时间学，要收集什么资料，难以进入学习状态，而好的规划能够帮助大家将各项学习活动规律和学习时间完美结合起来，忙而有序，有条不紊、。

复习计划可以分为三种。其一是阶段性计划，即对一个时间段的学习的大体安排。其二是短期计划，常常可以理解为周计划，考生可以非常具体地设定自己的时间安排，它具有很强的操作性，制定好后，严格执行，不轻易改动，只有这样才能取得预期的效果。第三是即时性计划，通常说的日计划，它是对现实时间的安排，完全控制一天的时间，知道自己相当短的时间内要做那些事情，回头一看，应觉得今天很充实，效率很高。

7、感情用事，喜欢的科目下工夫，不喜欢的科目漠不关心、许多同学学科发展不平衡，尽是人为造成的。对某个学科感兴趣，或者对感兴趣的老师所任教的学科格外用功，成绩突飞猛进，形成良性发展。但是形成鲜明的对比的是，不喜欢的科目漠不关心，使短的越来越短，兴趣也越来越小，学科间的差距越来越大，这些同学的成绩难以拔高，因为好的学科向上的空间越来越小，提高的难度更大。而薄弱的学科，向上的空间大，效果会更好。所以要提高总分，在弱势学科或平时不太感兴趣的学科上多下功夫，就更实在，更明智，由于效果的激励作用，对它的兴趣也逐步提高，只要持之以恒，现状会得到改观。

8、旧错屡犯，成绩不见提高、这是应该是同学们最头痛的事，不仅阻碍他的前进，而且打击信心。通过平时的学习，要摸索出一套自己的方法，就是在错题中去淘“金”。每当自己遇到作错的题，就应该自己马上去寻找错因，问自己为什么会这样选，为什么对正确的答案没感觉。在知道自己作题时犯错后，要会对作错的客观题和回答不完整、不理想的主观题进行认真整理。认真反思，加强对每个专题不同的切入角度，以及它与其他专题之间的联系的了解，进一步明确专题的不同层次，需应用那些基础知识和技能来分析。同时，还要检查在提取有效信息及答题规范化方面的欠缺，以提高解题能力。经过这样一段时间的训练，就会发现是自己思维方式上存在的误区，导致一些不该犯的错误，把这些错题记录下来，把错误一一纠正，决不让同样的错误再犯第二次。经过长期的积累，犯错就会越来越少，考试中的正确率也就提高了。

（四）提醒学生们注意的事项

（1）关注听课状态，提高听课效率

要提高听力课效率，大家首先要做好听课准备，既要做好知识上的准备，也就是预习工作。又要做好身心上的准备，这包括充沛旺盛的精力和健康充分的体力。其次要有足够的自控力，保证注意集中，全神贯注，不开小差走思，跟着老师的思路积极思考。最主要的是要有动手意识，要有记笔记的习惯，记笔记的过程，可以加深印象，对一些重要的知识有更好的巩固，而复习过程中，笔记也会提升你的复习效率。

（2）认真对待作业，保证保质保量地完成

做作业是为了巩固当天所学相关的知识点；是为了考察同学们对各知识点的理解和掌握情况，以便老师及时发现不足，弥补欠缺。作业更是是巩固知识的重要手段，希望同学们能够认真对待，不仅要争取完成各科作业，而且要追求作业的

质量，保证每一道题都是你思考的结晶。尤其要保证作业书写工整美观，干净整洁。高考是扫描试卷进行批阅，如果你的字太潦草，不仅会影响卷面分值，而且容易造成误判。

(3) 高度重视自己的错题集

我们知识构造的残缺和认识上的盲点造成做过、讲过的题一错再错的情况。要克服这一弊病，最佳的方法就是建立一本错题集“。准备一本厚笔记本，把平时作业及考试中做错的典型性错误找出来，把从讲义或试卷上“剪切”下来，“粘帖”并整理编辑在笔记本上。在错题的旁边注上完整的分析过程，四个部分：

- 1、为什么错了？分析原因；
- 2、应该怎样做？标明解题的正确方法及依据原理；
- 3、有无其它方法？哪种方法更好？对比归纳，思维求异；
- 4、能否变通一下？题型多变，思维发散。

在此基础上，经常翻看检查错题本，借助它对知识点进行查漏补缺，这将对学习成绩的提高起到事半功倍的效果。

高考的过程中最重要的一个环节，对有些成绩比较落后的同学来说，一轮复习甚至是最有力量的一根救命稻草。如果我们没有保质保量地完成一轮复习，就会连决胜高考的资格都丧失。“何物动人，六月杏花八月桂；有谁催我，三更灯火五更鸡”。从今天起，我们要一百倍的勤奋和努力在一轮复习中取胜，因为，赢得一轮复习，就会赢得高考。