

第一次月考总结(精选6篇)

总结不仅仅是总结成绩，更重要的是为了研究经验，发现做好工作的规律，也可以找出工作失误的教训。这些经验教训是非常宝贵的，对工作有很好的借鉴与指导作用，在今后工作中可以改进提高，趋利避害，避免失误。怎样写总结才更能起到其作用呢？总结应该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

第一次月考总结篇一

老师们、同学们：

大家好！

今天是我们本学期第一次月考表彰大会，表彰的内容是语文、数学、英语三科总成绩在年级排名前100名的同学。

一、首先公布各班各科平均成绩和班级排名情况

二、表彰三科总成绩年级前100名同学

让我们用热烈的掌声对在本次考试中取得优异成绩的班级和同学表示祝贺。

同学们，严寒的冬天已经过去，春天正在快步向我们走来，再过两个多月，我们就要走向20xx年的小学毕业考试考场，去实现我们人生中第一个目标了。两个多月后的你们将为我们宝塔区实验小学的历史留下辉煌灿烂的一页！我现在记得很清楚，就在上届的毕业班月考表彰会上，我也说过同样的话，两个多月后我校上届毕业班81名同学考入了实验中学，确实为我们实验小学留下了辉煌灿烂的一页，也在自己求学的征途中留下了重重的一笔！在这个特殊的日子，请允许我代表学校向孜孜以求、奋力拼搏的全体毕业班同学表示最

良好的祝愿！向呕心沥血、敬业奉献的全体老师们表示最亲切的慰问和衷心的感谢！

信念、科学的方法和旺盛的斗志，去拼、去夺、去收获我们今年毕业考试的新辉煌，让你们成为实验小学最骄傲、最牛气的一届毕业生。

时间不等人，毕业考试在即，我想借此机会，给大家提几点希望：一是要坚定信念，树立必胜的信心，锁定目标不言弃，用理想的火炬去照亮我们“冲刺”的每一天。俗话说：“欲胜人，先胜己”，在实验小学的六年中，我们每一个同学有奋斗的艰辛，有成功的喜悦，有拼搏的疲惫，但始终不变的是对理想的执着追求。同学们，信念是半个生命，而自暴自弃则是半个死亡，咬紧牙关，终会成功！

同学们，想一想父母对我们的每一句叮嘱，再想一想老师对我们的谆谆教诲，我相信，如果我们有了坚定的必胜信念，那么，我们的“冲刺”、我们的学习生活必将焕发出新的生机和光彩！

后的考试中，我们要以积极的心态正确对待，要从困难中获取动力，从挫折中取得经验，从考试失误中找准努力方向。

三是要树立“依靠自己，战胜自己，超越自己，成就自己”的自强不息的精神。

面对毕业考试，我们的家长总是反复叮咛，老师循循教导，学校一再鼓励、提醒，但是这些都是外在的因素，只能起辅导、促进作用，真正要提高应战中考的实力，全在每个同学自己，在于同学们的认识真正到位，精力真正投入，学习真正自觉。一是要坚持依靠自己，勤学、善思、多问，认真查缺补漏、夯实基础二是要坚持严格自律，努力战胜自己的惰性及其它各种不良习性，排除影响学习、分散精力的各种杂念和干扰，全身心投入。三是要坚持以“没有最好只有更

好”的标准从严要求自己，不自满、不安于现状，执着追求，勇攀高峰，努力超越自己，去夺取最佳成绩，成就自己。

同学们，我们全体老师的心也正与大家的心在一起跳动，只要我们师生同心，大干两个多月，苦干两个多月，拼搏两个多月，用我们的勤奋，用我们的思考，用我们的恒心，用我们的汗水去书写实验小学最美的篇章，在六月，定能让我们的母校因我们20xx届毕业生再一次骄傲！再一次自豪！

第一次月考总结篇二

各位老师，同学们：

在大家的共同努力下，我校于10月x日组织了3—6年的第一次摸底考试。今天，我利用国旗下讲话的时间，对本次考试情况做一简单的分析与总结，目的是总结经验，查找不足，更快地弥补我们学习中存在的盲点，争取在下次的考试中能取得优异的成绩。

本次考试涌现了一大批成绩优秀的典型，经学校研究决定，对本次考试中取得优异成绩的同学进行表彰奖励，下面我宣布获奖学生名单。

XXX

首先，我代表学校向在这考试中取得了优异成绩的同学表示祝贺！希望受到表彰的同学再接再厉，争取取得更加优秀的成绩，同时也希望，没有受到表彰的同学要以他们为学习榜样，自己不要气馁、不要灰心，认真总结教训，制定好自己下一步的学习打算和所要达到的学习目标，争取下一次自己的名字也会在表彰名单中出现。（获奖学生奖品会后由班主任到广播室领取）

同学们！本次考试是一次阶段性考查，考试最大的`作用并不

是最后的分数，而在于发现自己的不足，从而提高学习成绩。

首先，有相当一部分同学偏科现象严重。如果你不在偏科的科目上好好下功夫的话会影响你的总成绩。所以希望同学们在以后的学习中一定要把自己的弱势科目提高上去，缩小差距，改善弱项。对于三年级的同学来说英语学科是刚刚开设的一门课程，三年级是基础，如果基础打不好的话后面的知识是不会牢固的。英语也是我们学校的一门弱势学科，所以，以后要在英语学科上多下些功夫。

第二，正确对待考试中出现的错误。同学们，不知你有没有遇到这种情况：就是在考试中，有些题目是讲过的做过的，试卷发下来后，一看做错了。为什么做过了还会做错呢？每次考完后，你们是不应该只关注自己的分数，沾沾自喜或者懊悔不已，更多的是应关注自己错在哪里？为什么会错？是真不懂还是粗心？总结一下经验教训，下次不要犯同样的错误，别在同一个地方摔跤！所以不管是考得好也罢，差也罢，都一定有上好试卷评讲课。老师讲解后一定要把不会的搞清楚，以免造成考试时如果出现相同的或类似的题再次出错。

第三，充分利用好课余时间，经常看到有同学作业做完了，就和其他同学一起玩去了。同学们，作业只是我们学习的一部分，还有很多知识是我们应该记在脑子里面的。作业做完后，正好自主学习的机会。无论哪一门课，都有一些送分的死记硬背的题目，每天记一点，积少成多。完成作业后，可以记一记公式，背一背课文，默一默单词……这样，我们的学习才会是充实的，成绩才会稳步提升。

第四，要自信自强，永不言弃！有的同学经常说的一句话就是：我听不懂，没兴趣，不想学。请同学们想一想，究竟是听不懂还是自己没有认真学，稍有困难就放弃呢？同学们，态度决定一切，细节决定成败！不要因为一次的成绩考不好就对自己失去学习的信心，要找到失败的原因，制定下一步的学习计划，增强信心，刻苦学习，不辜负家长和老师的期

盼.争取在以后考试中取得优异的成绩。

20xx年x月x日

第一次月考总结篇三

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，所以开始老师说些什么，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^2 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。我的心顿时从高空中重重的摔在了地上，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。

第一次月考总结篇四

俗话说的好，细节决定成败。就像造一架飞机，需要十分精确的计算与技术，若是缺了一颗小小的螺丝钉，就有可能酿成一次重大事故。

就说我们步入初三后的第一次综合性考试吧。同学们都是怀着忐忑的心情进入考场的。平时的学习中是否有努力过，考场上自见分晓。

考试结束后，我听到了同学们无尽的抱怨。一些会做的题，要么条件看错了，要么公式写错了，要么数字运算错误，该得分的题目因为不该发生的错误而丢分。所以我们说，考试中不怕某一道题不会做，而是怕每道题都有失误。

记得有人说：“细节也是一种创新，创新不一定得轰轰烈烈，惊天动地。工作中的细节调整同样是一种创新。”

许多同学在这次考试中之所以能取得优异的成绩，自然是与平时的刻苦学习是分不开的，而同样也是关注细节成就了他们的辉煌，是尽可能地避开因粗心而造成的失误使他们获取了成功。

一滴水可以折射太阳的光辉，同样，一些不可忽视的细节也可以反映一个人的观念，可以表现一个人的修养，可以左右一场比赛的结果，可以改变一场战争的胜负，可以决定一场考试的成败。

如果学习中我们关注了细节，也就为成功奠定了基础。一心渴望伟大、追求伟大，伟大却了无踪影；甘于平淡，认真做好每个细节，伟大却不期而至。

这就是细节的魅力，是水到渠成后的惊喜。这就是细节的魅力，它是一种习惯，是一种积累，也是一种智慧。这就是细节的魅力，它需要你用智慧的双眼去观察，需要用睿智的心灵去体味。所以说，细节决定成败。

第一次月考总结篇五

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！

第一次月考总结篇六

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。