# 成绩下降检讨书100字(十三篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2024-08-14

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。成绩下降检讨书100字篇一你们肯定...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**成绩下降检讨书100字篇一**

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

20xx年x月x日

**成绩下降检讨书100字篇二**

尊敬的老师：

这次我怀着万分的抱歉给你写下了这份检讨书。因为期末考试我考的很不理想，和半期比起，下降了百位之多，让我非常的惊讶，所以我在这份检讨书中说明了成绩靠差了的原因。我首先从英语说起，在英语课上，我经常走神，而且还在你的不注意时偷偷做小动作或和同学说悄悄话，你布置的作业我也经常“偷工减料”，而且组词、造句我经常借用“步步高”学习机或“电脑”来完成作业，这样不经过大脑而完成的作业，根本没有一点作用，有时还不按时完成。您要求的单词、笔记，多读，多背，多写，我经常都只是毫不在意的读读，而且都没读好。特别是写英语短文差，经常搞不清楚主、谓、宾的顺序。

语文课上，由于认为自己的语文基础在七科中最好，所以经常在语文课上不在意老师讲的知识重点，课后自己胡乱猜想其中意思，课上除了老师说书上那些总要笔记要划线之外，其他手写笔记我嫌字多，常常都不认真完成。课后老师布置的作业，比如：解释词语的意思，我会经常嫌解释的意思太长，于是自己异想天开的剪裁掉一部分，往往经常把被剪裁了的词语意思理解一半。我自以为平时作文写得还可以，但在考试的时候，写的作文不是很理想，所以考的成绩也比较差。

数学课上，由于我觉得那些数字太“缭乱”了，所以我经常看着看着就走神，有时甚至一上课就不认真听讲，课后看看例题，类似的题虽然很快就会做了，但是如果类似的题变一种形式，绞尽脑汁才想的出来一点点。如果数学老师讲比较深奥的题，我常常会打瞌睡，作业也经常觉得“难”而多次不完成数学作业。很多内容都是一知半解。

历史课上，当历史老师讲到神秘的远古历史时，我会紧绷着心详细听着历史的进展会是怎么样的，但是老师想说又不想说，让我等待不及，于是自己翻开书，在书上找到了相关知识，就觉得也没什么，老师何必大惊小怪的，于是就自己做其他作业或做小动作和同学说悄悄话，不在听从历史老师讲的内容，历史老师布置的作业全事卷子或单元测试，我们都有答案，根本连题都没看，就抄上去了。

地理课上，由于自己觉得那些知识都是非常眼浅的，自己看图就会学会，所以在老师讲课的时候，我都去翻后面的知识看，前面都知识只是偶尔看图学会一点点，但是一离开图册，就不知道了怎么办，而且还经常上课不认真听讲，只希望快点打铃，打铃后老师就可以讲我们都喜欢都小故事了，所以心里都和秒钟牵连着，没有用心去学习，只是想听最后几分钟的小故事。

生物课上，由于书上说的那些器具，老师都没让我们看过一样，所以我慢慢对生物学科失去了兴趣，所以在生物课上，我不认真听讲，课后也不跟同学请教，结果生物知识只有一点点影响。

政治课上，由于政治老师十分严厉，所以我每次都会认真背，读，记会儿，但是不能持之以恒，过一会就松懈了，而且有时候会乘老师不注意的时候做做小动作或和同学说说悄悄话。在深刻的自我反思之后，我决心在本学期一定做到以下几点：

一，按照要求上交内容深刻的检讨书一份，对自己思想上的错误根源进行深挖细找的整理，并认清其可能造成的严重后果。

二，用心克服生活、学习上的懒散、服从学校的规定，努力为学校、班级争光。绝不给学校抹黑、班级拖后腿。

三，和同学、班干以及学生会干部加强沟通。保证今后不再出现违反校纪校规的情况。

四，在上课时一定认真听讲，积极回答思考问题，把精力用在学习上。

五，每天老师布置的作业按时按量完成，做到准确无误

六，上课不再和同学说悄悄话、偷做小动作，主动维护好班上的纪律。

七，老师讲课时，都要认真听讲，认真做好笔记，不偏科。

我非常感谢老师对我所犯错误的及时指正，我保证今后不会再有类似行为发生在我身上，请老师同学继续监督、帮助我改正

缺点，使我取得更大的进步!

检讨人：×××

成绩下降检讨书100字篇三

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

20xx年x月x日

**成绩下降检讨书100字篇四**

亲爱的爸爸妈妈：

你们好！

看来纸还真的就是包不住火的，我成绩下降的事情还是在今天被你们知道了，今天是我开学的日子，没想到班主任还是很关心我的，因为我的成绩下降的这么厉害，也是拉着你们到办公室聊了很多，这下可好，不仅知道了我成绩直线下降，还知道我欺骗了你们。

今天是我长这么大以来，你第一次打了我，就因为我上个学期的成绩实在不堪入目，对不起，我骗了你们，这个暑假才过没十天的时候，其实我早就知道自己的成绩了，因为我知道，要是让你们知道我成绩下降的这么严重，估计要大发雷霆，我因为害怕被你们批评，胆子也大了起来，我那时候给你们看的成绩单是我伪造的，根本就不是我的真实成绩。今天您在老师那里看到的成绩才是我原来的成绩，真实成绩跟我改的成绩也相差太多了，语文相差40分、英语相处30分、数学相差60分……然而我改的成绩才符合我以前的考试成绩，我现在是直接从班级前几名掉到了倒数十几名，这样的落差别说你们难以接受，我自己都难以接受，但是我也怪不了谁，这都是我咎由自取的，成绩下降这么严重，都是我自己一手造成的。可能你们不知道，我在上上个学期开始，我就开始上网了，是直接去网吧上网的那种，我一接触这东西，就变得一发不可首饰，脑子里哪还会想着学习啊，全是游戏里的情节、画面，你们也不要以为伪造成绩是第一次骗你们，那次下大雨，我说我就先不回家了，在同学家住一晚上，其实我是在晚上通宵。还有很多类似的情况，你们应该都能回过神来。

一直保持自己好学生、好孩子的形象真的好难，而变坏真的好简单，就在一瞬间。我也不值得怎么了，虽然知道去网吧上网是被你们严令禁止的，绝对不准去的地方，但是我还是跟同学们去了，并且在去第四次的时候，我也终于鼓起勇气开始玩了起来，以往我去也只是看着他们玩。这一玩就一发不可收拾了，心思那里还在学习上，以前我会想着自己哪一科的成绩还没满分，想着自己下一次成绩要前进多少名， 而我现在想的只是怎么样才能把自己游戏的记录破了。

爸妈对不去，今天妈妈哭着给我那一巴掌彻底是打醒了我，我这么跟你们对着干有什么好处，你们不要我做的事情我偏要去做，这么做又有什么意义呢。你们可都是为了我好啊，我学习好，我以后能走的路就会宽很多，也能有更多的选择，爸妈我错了，我以后会注意的，把自己的坏毛病都改了，回到我以前的学习状态，不会再让你们失望了。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**成绩下降检讨书100字篇五**

尊敬的老师：

您好！

我这次的成绩下降，让我觉得值自己都不配当班上的学习委员了，这虽然是开学的第一次考试，算是检验我们的脑海里对上学期的知识还剩下多少，本来我们班是可以拿到年纪第一的，因为我们一直都是学校的实验一班，学习上一直都是处在名列第一的位置上，虽然后面的几个班级的分数都是紧追不舍的，但是没有一次是超过我们的，但是因为我的成绩骤然下降，导致我们班落到了年纪第三的位置上去了，我打心底里觉得对不起大家。

由于我放假在家的时候，几乎都是没看书的，完全跟学习断节的，我也不知道为什么，我这次在家完全没有心思看书学习，后来我也是总结出自己不想学习原因了，因为我上学期期末考试成绩非常的不错，拿到了班级排第二，年纪第四的好成绩，我爸妈也是为了奖励我，给我买了一台手机，因为我一直嚷嚷着要，但是他们说怕耽误我学习，就一直没给我买，这次居然就得偿所愿了，我在家给自己定了一个学习计划，看书一个半小时，玩一个小时，然后再做一个小时的题目，但是事实上，我在房间看书做题的时间，我都是偷偷的拿手机在看小说，反正有个手机在我身边，我就是耐不住性子去学习，我做不到全身心的投入到学习当中去，就是想着要去摸手机玩，爸爸妈妈因为对我的信任，手机给了我就没在管束我，他们相信我能够做到自律，但是他们太过于高看我了，我对手机的抵抗力是真的差。就现在我来到学校了，我第一件事想的就是还有几天放假，这样我就又可以回家玩手机了。

以这样的额状态度过一个漫长假期的我，对学习完全提不起兴趣，等到卷子都发下来的时候，我看着一道道熟悉的题目，但是就是不会做的时候，我产生了焦虑，对待开始我开始害怕了，因为我害怕看到我的最终成绩，肯定是特别的难以接受，果不其然，每一科我都成绩下降了，下降到的分数是我以往从来都没达到过的，就比如说，我之前语文什么时候下过100分，都是在110分左右，而这次居然只有80分，各科都有不同程度的成绩下降，我对自己这次的考试成绩感到十分的失望，我都有点不敢面对自己的这次成绩了。

说到底还是自己的问题，没有管束好自己，我保证在我成绩恢复到以往的高度之前，我坚决不碰手机，不玩耍，一心投入到学习当中去，我非常的难以忍受成绩这么差的自己，我要好好的找回以前那个热爱学习的自己了。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年x月x日

**成绩下降检讨书100字篇六**

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。

我总是说，我过了读书的年龄，这些书再没有心情去读了。其实我错了，书，无论什么时候都可以读的，即使你牙齿掉光。我是在逃避，在贪玩儿…

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！世界上唯一越久越美好的东西，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！

检讨人：

年月日

**成绩下降检讨书100字篇七**

您好！

我是六年级xx班里的一名同学，我叫xx。今天，我怀着一颗紧张且内疚的心来给给了这份下降的检讨书。我一边害怕老师不会原谅我，会对我的成绩感到失望。一边又对成绩下降这件事情感到十分的自责和悔恨。所以，在我拿到自己第二次模拟成绩单的时候，我就陷入了一阵沉思中。甚至在之后的上课中，我都心不在焉。我知道老师肯定对我这次的成绩失望了，第一次我已经考的很差了，而第二次居然还要比第一次差。之前跟老师做出的保证也都没有实现，所以面对此次的考试成绩，我不能再向以前一样，我一定要做出改正了。

以前，我在里的成绩虽然不算太好，但是每次考试，我都能排上班级的前十五名里。虽然我在班上的存在感也很低，但是老师却一直在鼓励着我前进。我本应该，不辜负老师的期望和良苦用心，做到再接再厉，一点一滴的进步，爬上我们班级的前十名里。但是在来到六年级后，我不但没有进步，反而还更加迅速的退步了。在第一次的模拟考试里，我就落到了班级的二十几名，那个时候，我也跟老师做出了会把成绩提上来的保证。但是在这一次里，我的成绩居然已经落到了我们班的末尾。

这个成绩让我在从梦中彻底的清醒了过来，如果我再不做出改变，我就真的回不去以前的成绩了，更不用说冲向班级的前十名。现在对我来说，挤进班级排名的前二十名里都有点困难。所以我必须要认清自己的现状，必须要认清自己现在在班级里的成绩，到底是处于哪一个层次。在弄明白后，我就要做出改变了。在进入到六年级的这段时间里，我仿佛对学习已经失去了兴趣，对自己的要求也一再降低，尽管老师和同学对我提醒了很多次，我依然对学习是漠不关心的状态。所以，现在，我不能再继续放任自己懒惰下去了。我要重拾起自己对学习的兴趣，我要认真且负责任的对待我每一堂课的学习任务，在课上不管自己愿不愿意听，我都要逼着自己把老师的每一个知识点都听进去，在课后不管自己有多么不想做作业，我都监督着自己完好每一科的作业，持之以恒的投入到学习中。我相信，经过我的改变和努力，在下一次的模拟考试里，我一定会考出一个漂亮的成绩来！

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**成绩下降检讨书100字篇八**

尊敬的老师：

您好！

这次下发了模拟考试的成绩单，看到的那一刻我心里很是波动。可能我原本心理承受能力不是很少，看到成绩单上的那几个数字时，我一度濒临崩溃，因为对于我来说，这次考试让我失去了太多，也让我自己的内心黯淡了许多。

我是一个很好强的人，我很少向别人表示自己的弱点，所以大家觉得我是一个无坚不摧的人。在学习上我一直都非常努力，我不想退步，因为对于我来说，退步就是羞耻，它会让我感觉自己仿佛受到了欺凌一般。我知道自己这种想法不对，但是我没有办法控制自己的好胜心。这次失败给我的打击很大，老师对我也仿佛足够失望了。但当老师把我叫去办公室聊了一会天之后，我发现让自己失败的还是那一份好胜心。

老师问我是否知道自己这次成绩下降的原因，我当时心情很沉闷，没有说话一直低着头。后来老师看我这个样子便对我说了一些话，他说，“一个人学习不是为了取胜，而是为了享受这个学习的过程，我们把知识放在心里不是为了战胜别人，而是为了丰盈自己，所以遇到问题你不应该逃避，不应该为了这次失败过度责怪自己，你应该找问题所在不是吗？”我当时突然就醒悟了过来，看向老师，便发现老师眼睛里都是光芒，从那一刻我明白，老师没有对我失望，而是在拯救这一个只想着赢的我。

回去之后，我想了很久自己这次问题到底出在了哪里。一开始总觉得自己各个环节都没有错，但越想下去便发现自己真的错在了好胜心太强。考试前期我一度很紧张，因为第一次模拟考试我已经退步了几名，这次无论如何我都不能再退步了，于是我抓紧机会，抓紧时间的学习。我很紧张，以至于学习的时候都让自己感到压力很大，常常会出现一些消极情绪，这时候自己的消息效果反而更糟糕了。好几次小考都没有考好，但我没有去反思自己，而是一味的想往前走。为了这颗好胜心，我仿佛失去了理智，更失去了最佳的学习方式。所以这次模拟考试失败的结果其实早已注定，如果我当时早一点反应过来，我想自己大概就不会浪费这次模拟考试的机会了。

每个人都是想证明自己的，但“证明”这两个字从来都不是一段短暂的时间，只有沉下心来，慢慢前行，弄清楚自己想要的东西时，我们才能看到最终的灯火，有了更加明确的方向。这次失败告诉了我很多的道理，我也会慢慢改正那些缺点，继续往前。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**成绩下降检讨书100字篇九**

尊敬的老师：

在刚刚结束的考试里，我犯了很多不该犯的错误。我一向语文很好，可是这次鬼使神差的，语文竟然错了很多不该错的地方。经过我的仔细反思，我想这和我阅读题目不认真有着很大的关系。我知道老师对于我有着很大的期望，可是我还是没有考好。对于这点我感到十分抱歉。但是既然犯了错误就要改正，所以，通过考试我也想了很多以后一定要学习的东西。

首先我要改掉考试不细心读题目的坏习惯。有时候我往往看着题目前面就顺手把后面的问题写上了，但是却错了很多。这也许也和答题技巧有关系。总之，通过以后的练习，我一定要在考试的过程之中认真审题，自习读题，把题目看准、看好。时间允许的时候要多检查几遍，绝对不允许自己再犯类似于这样的无谓的错误。

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。

细想了一想，我生活在如此舒适的教育环境中，我的学习成绩还这样糟糕，我真的是非常得浪费了这样的教育资源。此次错误以后，我也看到了一些新闻，讲述到了一些贫困偏远地区的孩子没有好的学校可以上，而且当地学校的环境非常糟糕、简陋。我身为一名在大城市上学的孩子，不懂得珍惜自身所拥有的良好教育环境，而是如此懈怠学习，是要不得的。现在多亏了老师及时地批评我的错误，指正了我的问题。今后我一定要努力认真学习，一来学习好已经自己也有前途，二来学习好也对得起父母，三来学习好也让老师的教学业绩好看一点。

我总是说，我过了读书的年龄，这些书再没有心情去读了。其实我错了，书，无论什么时候都可以读的，即使你牙齿掉光。我是在逃避，在贪玩。考试技巧贵在练习。生活之中，我还要多多加强自己的练习和复习，考试之前制定周详的复习计划，不再手忙脚乱，没有方向。平日生活学习中学会积累，语文积累好词好句。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

xxxx年x月xx日

**成绩下降检讨书100字篇十**

尊敬的老师：

您好！

我是初三年级xx班级里的一名同学，我叫xx。因为在这次的开学考试中，我发挥失常，导致我成绩排名一路下跌到班级的后十名里。面对这样子的成绩，我愧疚和自责不已。其实在得知到自己成绩的那一瞬间，我自己也是惊讶不已，觉得自己怎么会考出这么低的分数出来，但是后来细细回想了一下，我在放假期间的状态，和我在考试中的状态。便觉得这样的结果也不是不可能的。所以更准确点来说不是发挥失常，是自己的懒惰导致了这样的成绩和结果。

这次因为疫情的原因，让我们学生放了一次超长的假期。但是在这个假期里面，我们依然也是要上网课的，因为我们的学业还是不能落下。一开始的时候，我也是在认认真真的.上着网课，并且还会一边看一边做笔记，作业也有很好的完成。但是这样子的状态，我却只坚持到了第三天，到了第四天，我就慢慢没有那么勤奋和认真了。可能是缺少了学校里老师的监督，说到底也是我自己的自制力不够强。到了后面，每天都是睡到中午十一二点才起，早上醒来报个道，就直接开着网课让它在一边放，自己又重新睡了过去。所以大部分上午的网课我都没有学习到，甚至有一些科目的作业，我也都没有去了解和完成。下午马马虎虎的上完网课就和家里的弟弟妹妹打游戏去了。这和我之前在家里的学习状态截然不同，然而这样子的状态一直持续到了我开学的日子，我也没有丝毫的意识到它的不对，更别说有去改正过来。所以，在开学考试的时候，我就明显的感觉到自己实力没以前那么强了，而且在解题的过程中显得异常的艰难，甚至出现了很多看着很熟悉却不会做的题目。最后，考试成绩就变成了我现在的这样子。

虽然我以前的成绩在班级里算不上是顶级优秀的，但是也常常稳居在班级的前十名。像这次这样的成绩还是第一次出现在我的学生生涯中，但是也是这一次，让我意识到了学习是不能够有一丝一毫的松懈的。一旦出现松懈或者偷懒的情况就会一直想要放松下去，放松的越久就越堕落，不再努力刻苦学习，甚至不再想学习。这样长期以往下去，以前学到再多的东西也会被自己给忘光了。就这样，你在慢慢堕落，别人却在暗地使劲，成绩自然而然也就被超越了。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**成绩下降检讨书100字篇十一**

尊敬的老师

您好！

这次您叫我去办公室前其实我就大概知道了原因。是啊，在最近的那场考试中，我的成绩出现了非常大的下滑趋势。这其实让我也一样非常的烦恼，作为您班上的学生，我也非常惭愧自己在学习成绩上的这个问题。

过去我的成绩也是比较稳定的，在班上虽然算不上是拔尖，但是也算是上游的成绩，并且我也一直在努力，希望自己的成绩能有进一步的提升，能让家中的父母更加的放心，希望自己未来能考上好大学，希望自己有一个好的未来！

但是现在再仔细的自省一下，我却发现自己不知不觉已经走到了错误的路上，自己的成绩也在日益下滑，到了现在跌到了现在的情况我才警醒过来。其实我自己也早就有些意识到自己成绩下滑的趋势，自己在平常的学习上也不如过去那样能集中精神。现在在老师的教导下，我才意识到自己是犯下了非常严重的错误！

在之后我仔细的反省了自己引起这样情况的原因，我发现其实问题还是在我自己的意志上面。因为听取朋友们的意见，在休息的时间去玩网络游戏（当然是在家中），但是却一不小心没有控制住自己，沉迷了进去。现在想想真的非常后悔，在假期放松没有错，偶尔玩游戏也没多大的影响，但是我却没能控制好自己！世界上这么多的游戏，我没可能去怪罪游戏的错误，只能说是我自己没有管理好自己，忘记了自己学习的初衷！

现在回想起来，我还是不该去参加网络游戏，现在我对自己的控制力实在是太低了，甚至到了沉迷的地步！作为学生，我们最重要的学习，是为了我们未来的打算！游戏虽然是对压力的放松，但是在控制好自己之前，这种沉迷式的放松是不可取的！会影响自己的注意力，影响自己在上课和学习时的集中力！

刻苦的学习是枯燥的，如果我仅仅只能忍受这枯燥，我就不该在枯燥中加入游戏这“蜜糖”，忍过了这一时的枯燥，在未来会是更加美好的未来。

我深深的认识到了自己的错误，自己的控制力是最严重的问题。但是我会再次回到路上来，希望老师能帮助监督我，我也会和家长商量监督我，我一定会摆脱欲望，努力的在学生的期间塑造自己！请您原谅。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**成绩下降检讨书100字篇十二**

敬爱的老师:

您好！

这一次期中考试出来了，看到班级的排名，我没想到我会下降了这么多名，我对不起老师的教导，这次的成绩下降了，我会重新赶上来。

每一次考试都是一次检查，对我们学习成果的检查，这次期中考试我失利了，很多的题目我都会做但是总是感觉时间不够，导致我没能按时完成所有题目，以我的成绩根本就不应该考这么差，我看到成绩是非常的不可置信，我当时甚至怀疑老师您是不是算错成绩了，但是当试卷发下来时，看着那熟悉的字迹分明是自己的，在看到那醒目的一个个大红叉，内心无比的难受，以前比我成绩差的同学都超过我了，我不甘心，我要从新振作，要找出自己成绩下降的原因才能更好的去改正他，也为了迎接期末考试，使期末考试不在出现成绩下滑要赶超。

我思前想后，反复的考虑，我与各科老师沟通，又和同学沟通最终发现自己的问题。

首先是我上课时精力不够集中，上课时老师讲的很多知识由于自己的疏忽大意都没有仔细听，导致老师说的很多简单的计算方法，我不会用，还经常在课上发呆，这是我受到手机的影响，老师想着下课玩手机，导致上课精神分散。

其次就是，向老师提问题的次数少了，很多的不懂的，不明的问题，没有及时的向老师请教，导致后来的很多知识点没能够彻底掌握。

再次就是考试时候不够细心，很多小问题不断，做题的时候只讲究快，根本就不注意写错没，字迹也非常的潦草，让阅卷老师根本看不清。

还有就是自己还是被以前的成就所迷惑，沉迷在以前的世界，以前成绩好，就认为自己以后无论怎么做成绩都一定好，殊不知，学习如同逆水行舟，你不前进，就只会退步。

最后就是对自己的作业没有以前重视，出现拖拉现象，作业不及时完成，有时候直接是不交作业，这些原因都是造成我成绩下降的原因，想要是我的成绩再次提升只有克服解决这些问题才行。为此我为以后学习制定了改正方略。

首先从此不再玩手机，一心一意学习，把手机交给爸妈保管，让自己不再被手机所牵绊。

其次就是有问题及时向老师询问，不然等到自己有时间了，老师又因为其他原因没时间教自己。

再次就是考试的时候要细心细心再细心，只有足够的细心才能够做好试题，不浪费时间，做完后要及时检查避免不必要的疏漏发生。要永远往前看，以前的成绩并不代表现在，无论是好坏。

最后就是作业要按时按量完成，不偷工减料，不偷奸耍滑，要对自己负责。

我的这次错误让我得到了深刻的教训，让我知道了学习要不断的精进才能够考出好成绩，才能够不倒退，不然后悔莫及。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**成绩下降检讨书100字篇十三**

尊敬的老师：

您好！

我怀着后悔的心情写下了这篇检讨书，对于这次我月考没考好成绩下降这件事我感到非常的抱歉。老师，我辜负了您对我的期望，也辜负了父母对我的期望。

在这次月考前，老师您就告诉我们要抓紧学习，月底会有一次重要的考试。我们这次的成绩不仅仅要告诉家长，并且还会让父母来参加学校的家长群。您说我们最起码还是要进步一点，要比上次的成绩进步，不能退步。很多同学都听进耳，认真的复习起来，可我却还不着急，觉得这次的考试不重要。上课的时候我也不认真听讲，总是开小差，打瞌睡，影响其他同学上课听讲。其他同学向老师您告状，您跟我说，不要打扰他们学习，这次的考试你是要参加的，你的成绩也要进步。我表面上答应要专心学习，认真听讲，可还是跟以前一样，晚上打游戏，看电视，早上就起不来，每天都迟到，上课的时候也要打瞌睡。我的一举一动被你看在眼里，您又找我谈了一次。您说现在马上就要考试了，如果我还这么下去，我的成绩肯定会一落千丈。别的同学都在努力的学习，可我却还在这里堕落。终于，考试完之后，试卷发下来，我的成绩一落千丈。当我的爸妈得知我的成绩后，他们伤心欲绝，对我很失望。

我觉得我对不起老师您对我的教诲，还有父母对我寄予的厚望。你找我交谈了这么多次，可我还是听不进耳。父母这么辛苦的供我读书，可我却不懂得他们的辛苦，在学校不好好读书，而是混日子。我也对不起同学，他们那么想认真的考好一个成绩，好好的读书，可我却影响他们。我感到很抱歉，我不该没有意识到这场考试的重要性，其实是赵老师您讲了多次之后。我觉得我不该贪玩，我只是想着自己好玩，我也没有考虑到别人的感受。我辜负了父母，老师您们对我的期望也辜负了自己。我的态度也不端正，其实老师您很认真的跟我说，可我还是不听。经过这件事，我有了深刻的反思，也自我反省了。我以后一定会好好读书，不辜负你们对我的期望，也不辜负自己。

希望老师您看到这篇检讨书能看到我的态度，也希望老师您能够原谅我。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找