# 最新高一月考总结与反思(优质11篇)

作者：冬日温暖 更新时间：2024-03-28

*总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大*

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的总结范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**高一月考总结与反思篇一**

这次考试失误的原因有两大点。

（一）考试时没有紧迫感，检查时间少，有些本应做对的题没有检查出来或是糊涂的过去了，这一点主要影响的是文科。

（二）知识运用不灵活，理解不够深入。平时看书的时间再长，不用大脑思考也只是在做无用功，因为这个原因理科也存在许多失误。

其次是具体的学习方法的问题。也许人与人在智商上有差异，但这不会是致命的，如果努力了半天却还得不到成效才是最可怕的事，这说明学习方法还不够成熟。

学习应该伴随思考，也应该有计划性，先想后做、想到必做，连想都没有做到那么做的质量也不会太高。再有是各科分配的问题，我似乎花了很多时间来整理文科笔记，虽然也是提纲挈领，但有时也会因一些不必要的地方耗费不少时间，以后我应更加重视理解与总结，把文字变为思想和能力，把书读薄而不是机械式的抄写。在理科上，数学和物理比较让我头疼，但又不得不对他们保持好奇心。平时总结时间够长，但总结之后就忘光光。总结做到了，但回顾的少，用的少。也就是说我的总结与练习没有齐头并进。

以上是我的总结。

**高一月考总结与反思篇二**

试卷满分100分，考试时间70分钟。题型分单项选择题和非选择题，其中单项选择题40题，共60分，非选择题4题，共40分。

二、考试内容

考试内容是生物必修1第1章和第二章，以基础知识为主。其中第1章主要考查原核细胞与真核细胞的异同点，高倍显微镜的使用方法，生命系统的结构层次和细胞学说的内容。第二章是考试的重点，占全卷的80%。第二章主要考查组成细胞的化学元素和化合物的知识，特别是6种化合物，其中着重考查了蛋白质、核酸的知识。

三、考试成绩

高一年级共人，考试人数人，及格人数人，及格率%，平均分分，80分（优秀）以上人，优秀率 %。

各班成绩统计：

四、实际考试学生答题情况分析

本次考试情况选择题学生容易出错的题有4、9、13、15、30、38、40等题，非选择题容易丢分的题有第43和44题，主要原因是学生对第二章蛋白质的脱水缩合、第二章的核酸的识别图知识点掌握不够好，导致容易失分。具体分析情况如下：

1、错别字较多。如“典”液，双缩“尿”，“铵”基酸，“钛”键，核“甘”酸，脱水缩合写成“缩水”等等。

2、一部分学生对氨基酸的结构通式还不能掌握，不知对多肽如何划分成几个氨基酸，不会判读多肽的结构式图。这些问题主要反映在第43题中。

3、部分学生还没有掌握核苷酸的结构式图，不清楚哪部分是五碳糖，哪部分是碱基，也不清楚dna中有哪种碱基。虽然有些同学知道核苷酸的各部分结构，当把三部分合在一起组成核苷酸时，对其中五碳糖的种类改变从而引起核苷酸的改变又反应不过来了。这主要从第44题中反映出来。

五、学习困难考得不好的原因

1.教材的原因

学生的学习目标不明确，态度不端正，加上思想松懈，缺乏紧迫感；坚持已有的学法，相信自己的老习惯，过多地依赖教师，学习的自觉性、自主性较差；不遵循学习活动的一般规律和方法，忽视学习过程的基本环节。如，预习、听课、复习、独立作业、总结评估等。 关键的课堂，学生往往把握不住教材的重难点，理解不透彻。有的知识点印象不够深刻，造成知识理解错误。这样长此以往，导致其生物成绩每况愈下，越来越对生物学习失去兴趣。古语云：“近朱者赤，近墨者黑。”还有的学生抵御不住不良学习氛围的种种诱惑，人云亦云，东施效颦，造成生物成绩下降。

六 、对教学的建议

1、加强基础知识教学，重视对教材的阅读思考，不放过一些旁栏资料和一些经典实验案例。

2、对相近知识点加强辨析，可通过列表比较的方法加以比较，教师着重指出辨析要点。3、加强实验的教学，在现有的条件下，多做演示实验，或用画图的方法帮助学生认识实验的过程。

七、考试后的反思

1．学生由于刚升入高中，对高中的学习生活还需要有一个适应阶段，在学习方法上还需要做一些调整。

2．学生对知识的理解还大部分停留在基本概念和理论的理解，没能更进一步扩展开。 3．学生的基础差，今后在教学的过程中应将基础知识讲明讲透。 4．注意引导学生边学边复习。

5．要强化学生自觉做练习的意识，生物是理科，离不开一定的习题量。

高一生物备课组

**高一月考总结与反思篇三**

月考成绩出来了，我考的不理想。

我语文110分，数学只有102.5分，英语只有83分。这三科都没有达到我自己的分数。我自己的分数是95分加10分，也就是105分。语文达标，但是数学和英语考的不好。

我分析了一下：数学粗心。举个例子，在展开题的第一个问题里，我算出来的数字是100.5，但是我写出来的是160.6。你认为我粗心吗？另一个问题是第二个大问题的第四个小问题的第一个问题：“底是60，高是85”，算出来的数字应该是5010，但我写的是1010；这些题算错的时候只扣了10分，说明我粗心，考完之后没仔细检查，更别说扣了17.5分，都是粗心造成的。再加20分，四大题，每题分数不一样。我在我能做的问题上犯了一个错误。你以为我是什么？比如有个问题：420-6342-370很简单，数字一定是4200，但我写的是8400；另一个问题是(如图):bcef是平行四边形，abc是直角三角形，bc长8厘米，ac长9厘米，阴影部分的面积比三角形adh的面积大4平方厘米。计算hc的长度。也很简单，连四年级的学生都能做到，但是我犯了一个错误。

胡老师有个分析说：竖算，竖式写了，横答没写。就像每天施肥、浇水、播种一块地；秋天，当果实生长时，你不接受它。即使最好的水果长在那里，也已经很饱了。再长就越来越烂了。也就是说，你每天施肥、浇水、播种，但最后还是会收到粮仓里的金果，这样冬天就不怕饿了。不接受就不会饿死。另一方面，就像你提了一个问题却没有写答案，是同一个原因吗？现在想想老师说的很有道理，我要牢记在心！

今天中午，我把试卷拿回家给妈妈看。当时我妈没打我，对我说：“你怎么期中考试的？我不明白你为什么英语没有达到平均分。你的数学和英语怎么了？如果你想找原因和好，我不会说你语文考试及格了。我低着头低声回答：数学是粗心造成的，没有检查；英语是因为没有抓住重点造成的。她又对我说：下次考试继续努力，考出你理想的分数。别让我再看到这个分数。我说：“我明白了。下一次，我会继续努力，取得理想的成绩。\".我一边说，一边上楼。刚爬上第二步的时候，我妈又说了句：我知道你很努力，但是我觉得你下次一定会更努力，一定会得到理想的结果。我说：好的，我会的。下次我会继续努力，取得理想的结果。

下午上学的时候，走在路上，妈妈问我：你们班的数学，语文，英语都是谁考的？我说：张家瑞，他三门加起来被扣了3.5分；全年呢？我说：也应该是张家瑞。我妈说：那你应该从张家瑞开始好好学习！下课后，我经常和他交流，看看他的学习方法和态度。我说：知道了。

因此，我必须向张家瑞寻求建议和经验。我相信我下次考试会取得好成绩。

**高一月考总结与反思篇四**

短短三天的月考结束了，随之而来的翘首企盼的成绩也揭晓了。我很幸运的夺得了数学的第一。下面我跟大家分享一下我的一些学习方法。

一.我认为上课听讲是最重要的.，课上认真听讲的效果可能比下课付出双倍的时间还要好，要听重点，尤其是老师反复强调的要点、难点。上课一定要记好笔记，这是回家复习的基础，一定不要把细节弄混。

二.因为我的家离学校很远，所以我经常在公交车上复习一些要点。回家后要认真复习，尤其是平时小测、考试时的错题。

三.上面这些方法可能大家都知道，下面我要介绍一个很独特的习惯：每天晚上睡觉前我都会把今天学过的所有的知识过一遍，早上醒后也要复习一遍。

下面是考试中我的一些方法。

一.要把简单题做对，前面的一些填空选择并不是很难，所以我们应抓住这些得分点，给后面难题留出一定的空间。

二.考后的心态也很重要，一定不要和其它同学对答案，和同学对答案是考试结束后的大忌，只会造成下一科考试更加的慌乱、怀疑、沮丧。因此，我们走出考场后应做到两点：一是越糊涂越好。不要去回想考试内容，不要回忆自己的答案，更不要翻书去验证。只要出了考场，就要坚决“忘掉一切”。二是尽量避免与同学同行。因为同学在一起，总免不了要议论考试内容，这势必引起自己对考试的回想和怀疑，从而引起情绪波动。

以上是我面对考试的一些方法，每个人面对考试都会有自己的方法，希望大家找到最适合自己的方法，祝愿大家在下次考试中取得好成绩。

**高一月考总结与反思篇五**

一朝一夕，光阴似箭。分科后的新学期开始也有一个多月了，我们与新的集体和学习生活相遇相知。通过月考的检验，不知大家适应的如何?现在我来谈谈自己的感受。

当然，我选择了文科。首先，文科和理科是不一样的。文科需要具有的是发散的理解能力。自然，记忆是必不可少的，但学习文科绝不是背背记记就能行。在背诵的基础上理解、加工、合成，变为自己的沉淀。文科学习是潜移默化的，提高在于点点滴滴。

下面我与大家分享三点：

第一是自习。有人说，自习是效率的分水岭。的确，或许我们的差距就在自习中拉开。自习课是一天的总结和输出，是完善的最后一环;正如老师们所要求的，安静与独立思考是重中之重。或许你在自习课不知作何，又或许面对一门门的作业措手不及，应接不暇。这时就需要合理的规划，按自己的方式有序进行。或由易到难，或由兴趣的高低，学科强弱项的分布，各科交叉学习……各种方式各有千秋，我们每个人都是不同的，都是独特的自己。

第二是目标。关于目标的例子不计其数，有许许多多成功的榜样。正如大家所知的，目标有大有小。也许它普普通通“我这节课一定不睡觉”，或许志高达远“我要成为一个xx的人”。又不得不回归我们的月考，成绩与名次，仔细审查是否完成了自己心中的目标?是否利于伟大的雄心壮志?有了一个明确的目标，或许是崭新一页的开始。

最后是心态。我们总要看看自己的分数与排名，是几家欢喜几家愁。我们应关注的不止是成绩表面，更应是其背后的点点滴滴。考好与提高自然值得欢喜，而某重意义上说有待提高的成绩更是收获。发现问题，弥补错误，不断完善，是终究登上舞台的阶石。

一点一滴，花开花落。每个人的明天都多姿多彩，未来充满绚烂缤纷。月考已过，希望大家在实现新目标的道路上，奋发向前!

**高一月考总结与反思篇六**

一朝一夕，光阴似箭。分科后的新学期开始也有一个多月了，我们与新的集体和学习生活相遇相知。透过月考的检验，不知大家适应的如何？现在我来谈谈自己的感受。

当然，我选择了文科。首先，文科和理科是不一样的。文科需要具有的是发散的理解能力。自然，记忆是必不可少的，但学习文科绝不是背背记记就能行。在背诵的基础上理解、加工、合成，变为自己的沉淀。文科学习是潜移默化的，提高在于点点滴滴。

下面我与大家分享三点：

第一是自习。有人说，自习是效率的分水岭。的确，或许我们的差距就在自习中拉开。自习课是一天的总结和输出，是完善的最后一环；正如老师们所要求的，安静与独立思考是重中之重。或许你在自习课不知作何，又或许面对一门门的作业措手不及，应接不暇。这时就需要合理的规划，按自己的方式有序进行。或由易到难，或由兴趣的高低，学科强弱项的分布，各科交叉学习……各种方式各有千秋，我们每个人都是不同的，都是独特的自己。

第二是目标。关于目标的例子不计其数，有许许多多成功的榜样。正如大家所知的，目标有大有小。也许它普普通通“我这节课一定不睡觉”，或许志高达远“我要成为一个xx的人”。又不得不回归我们的月考，成绩与名次，仔细审查是否完成了自己心中的目标？是否利于伟大的雄心壮志？有了一个明确的目标，或许是崭新一页的开始。

最后是心态。我们总要看看自己的分数与排名，是几家欢喜几家愁。我们应关注的不止是成绩表面，更应是其背后的点点滴滴。考好与提高自然值得欢喜，而某重意义上说有待提高的成绩更是收获。发现问题，弥补错误，不断完善，是终究登上舞台的阶石。

一点一滴，花开花落。每个人的明天都多姿多彩，未来充满绚烂缤纷。月考已过，希望大家在实现新目标的道路上，奋发向前！

**高一月考总结与反思篇七**

尊敬的与会家长、老师们、同学们：

大家下午好！

今天我们聚在这里，隆重表彰高一上学期第一次月考各班前五名同学，在此我向获奖的同学表示祝贺，希望同学们向他们看齐，你追我赶，争当优秀！

尽管高一开学已经一个多月，但对大多数同学而言，高中的学习仍处在艰难的适应、调整期。如何进行课前预习？课堂上如何协调听讲和记笔记的关系？课后如何快速进行整理反思？如何高效完成作业？如何整理错题？如何及时复习？如何制定学习计划？如何规划学习和生活？??很多学习上的新问题摆在面前，需要尽快解决。今天，每一位同学都应能真切的感受到，高中的学习是一项系统的工程，在众多科目、大量知识与练习、高标准高要求面前，需要从全局着眼、科学规划、整体安排，需要抛开杂念、凝神聚力、全力以赴，需要多和老师交流、多向优秀借鉴、充分利用点滴时间，需要勤于总结、经常反思、及时调整，一句话，你要想做到优秀，必须要做学习上的用心人。 同学们，高中阶段，你们将面对数以百计的考试。考试的目的是什么？充分暴露你学习中的问题。任何阶段，你在学习上都或多或少存在问题。以解决自己的问题为目标，这是一个实实在在的道理，正视自己的问题，设法解决它，这是成功的捷径，谁能塌下心来把目光凝集在一个个小漏洞、小障碍上，谁就先迈出了一大步。我想告诉这次考试成绩不如意的同学，你应该感谢这次考试，并感到庆幸，那么多问题的暴漏，一个个都是你进步的台阶呀，认真分析、努力克服、用心解决，向完美迈进！但可怕的是，如果你选择对考试中暴漏的问题不闻不问、不理不睬，问题就会一点点、一天天的累积，必将会把你拖进“万丈深渊”！

同学们，你们都非常看重考试的分数，这是对的，因为学生时代，分数维系着你个人的\'尊严！我们尊重那些勇于面对学习中的困难、用努力和拼搏赢得优秀成绩的英雄们，我们崇尚在学习上有大志向、大志气、敢于向巅峰挑战、愈挫愈勇、愈战愈奋、百折不挠的勇士们，我们也鄙视在困难面前退缩不前、不刻苦、不专心、不用心的落后学生。成绩面前人人平等，在学习上“一分付出，一分收获”，优秀成绩的背后永远是艰辛的汗水，是耐得住寂寞、抵得住诱惑、守得住宁静的自信与拼搏！成绩维系着我们的个人尊严，学生时代，处处充满了竞争与挑战，用什么来说明你的优秀？拿什么来证明你是强者？用什么来让父母欣慰开心？用成绩说话，拿成绩说事，我们就是要塑造一种风气――你追我赶、追求卓越、见红旗就扛、见第一就争，让成绩优秀的同学昂着头走路，让不刻苦努力而成绩差的学生夹着尾巴做人！

同学们，理想与现实，其实只有一步之遥。成功的彼岸，可望也可及，但它只属于勇敢的拼搏者。从此刻起，请做一个勇敢的拼搏者，用艰辛的努力和苦涩的汗水，去书写今天的历史、铸造人生的辉煌！请记住：青春是用来奋斗的，历史是用来创造的！梦想是用来实现的！热血是用来沸腾的！人生是用来拼搏的！

谢谢大家！期待第二次月考表彰会与你相约！

**高一月考总结与反思篇八**

月考成绩出来了，我考的不理想。

我语文110分，数学只有102.5分，英语只有83分。这三科都没有达到我自己的分数。我自己的分数是95分加10分，也就是105分。语文达标，但是数学和英语考的不好。

我分析了一下：数学粗心。举个例子，在展开题的第一个问题里，我算出来的数字是100.5，但是我写出来的是160.6。你认为我粗心吗？另一个问题是第二个大问题的第四个小问题的第一个问题：“底是60，高是85”，算出来的数字应该是5010，但我写的是1010；这些题算错的时候只扣了10分，说明我粗心，考完之后没仔细检查，更别说扣了17.5分，都是粗心造成的。再加20分，四大题，每题分数不一样。我在我能做的问题上犯了一个错误。你以为我是什么？比如有个问题：420-63 42-370很简单，数字一定是4200，但我写的是8400；另一个问题是(如图):bcef是平行四边形，abc是直角三角形，bc长8厘米，ac长9厘米，阴影部分的面积比三角形adh的面积大4平方厘米。计算hc的长度。也很简单，连四年级的学生都能做到，但是我犯了一个错误。

胡老师有个分析说：竖算，竖式写了，横答没写。就像每天施肥、浇水、播种一块地；秋天，当果实生长时，你不接受它。即使最好的水果长在那里，也已经很饱了。再长就越来越烂了。也就是说，你每天施肥、浇水、播种，但最后还是会收到粮仓里的金果，这样冬天就不怕饿了。不接受就不会饿死。另一方面，就像你提了一个问题却没有写答案，是同一个原因吗？现在想想老师说的很有道理，我要牢记在心！

今天中午，我把试卷拿回家给妈妈看。当时我妈没打我，对我说：“你怎么期中考试的？我不明白你为什么英语没有达到平均分。你的数学和英语怎么了？如果你想找原因和好，我不会说你语文考试及格了。我低着头低声回答：数学是粗心造成的，没有检查；英语是因为没有抓住重点造成的。她又对我说：下次考试继续努力，考出你理想的分数。别让我再看到这个分数。我说：“我明白了。下一次，我会继续努力，取得理想的成绩。\".我一边说，一边上楼。刚爬上第二步的时候，我妈又说了句：我知道你很努力，但是我觉得你下次一定会更努力，一定会得到理想的结果。我说：好的，我会的。下次我会继续努力，取得理想的结果。

下午上学的时候，走在路上，妈妈问我：你们班的数学，语文，英语都是谁考的？我说：张家瑞，他三门加起来被扣了3.5分；全年呢？我说：也应该是张家瑞。我妈说：那你应该从张家瑞开始好好学习！下课后，我经常和他交流，看看他的学习方法和态度。我说：知道了。

因此，我必须向张家瑞寻求建议和经验。我相信我下次考试会取得好成绩

**高一月考总结与反思篇九**

高一第一次月考已落下了帷幕，成绩见证了我们的努力，也见证了老师们的辛勤付出。正所谓：一分耕耘，一分收获。面对考试成绩，有的学生骄傲自满，有的同学垂头丧气，亲爱的同学们，学习来不得半点马虎，我们要谦虚谨慎，戒骄戒躁，我们要从喜悦中走出来，从沮丧中走出来，胜不骄，败不馁，及时调整自己的心态，为期中、期末考试作好准备。那时我希望有更多同学，用自己的汗水赢得热烈的掌声，用自己的勤奋赢得更多的喝彩！只要努力了，你就是值得尊重的，你就是最棒的。亲爱的同学们，你们都很聪明，只要用心学习，你们一定会更棒。我觉得要想把学习搞好，必须从以下几个方面着手：

第一是要自信。自信是我们进步的基础，是照亮我们前进道路的阳光。没有人天生愚钝，我们只是努力不够。别人能做到的，我们没有理由做不到，除非懒惰的习性泯灭了我们的追求。

第二是要立志。不想当元帅的士兵不是好士兵，不想考高分、不想进步的学生也不是好学生。“有志者事竟成”，所以我们学习上要有远大的目标，要志存高远。

第三是要刻苦。当今的社会是竞争的社会。学校是练兵场，考场就是战场，拿起笔就是竞争，鲜红的分数是我们用汗水换来的，我们凭自己的实力竞争，没有实力就要加倍努力。“三更灯火五更鸡，正是学子用功时”，我们要抓紧一切可以利用的时间，集中精力、逐一攻克我们所遇到的难题。

第四是要养成良好的习惯。就目前看来，还有不少同学浮在水面，学习不能深入，；有的同学只埋头苦学，却置老师的指导于不顾；有些同学比较被动，总是要等老师和家长一再催促才肯稍微动动手。有的同学做作业总是抄袭别人的，甚至连考试作弊都不以为耻。这都是不良习惯，同学们要对照自己的行为，加以避免。昂首做人，低头做事，埋头读书，抬头看路，主动求学。这些习惯将会健全我们富有魅力的人格，并将影响终生。

除了学习，我们还要热爱劳动，热爱运动，讲纪律，讲礼貌，不挑食、不厌食，珍惜生命，做一个品学兼优的好学生。老师请你们相信我们，给我们机会，给我们信心，给我们耐心，给我们希望和力量吧！

月考已经过去，期中考试即将来临，同学们，让我们携起手来，共同努力吧！我们一定不辜负父母和老师对我们的期望，古人说行胜于言，那就让我们快快行动起来吧，我们书声琅琅，我们天天向上！我们一定要做最好的自己！最后，我真诚的祝愿我们杨庄高中在全体师生的共同努力下，不断创造新的辉煌，使每一位同学都能绽放出最耀眼的光芒！

**高一月考总结与反思篇十**

各位班主任，同学们，大家晚上好！

很高兴由我代表年级对一分部各班两个月以来的学习情况和月考情况作总结，希望对各班和各位同学能有所帮助或者有所警醒，从而能在后一阶段认准目标，找好对手，订好计划，上足马力，鼓足干劲，全力冲刺力争能在即将举行的期中考试中能有好的表现，能有新的突破，先进的能更突出，落后的能摆脱困境力争上游，所以本次集会不仅仅是月考总结会，更是期中备考动员会！下面具体讲以下几点：

一．月考总结

本次月考我们一分部整体较之二分部有微弱优势，其中很重要一点是得益于各班各类班干部的自主管理，得益于各位同学的大力配合和自主学习。尤其值得表扬的是刚才受到表彰的班级，在本次月考中暂时处于上游，希望这几个班级能戒骄戒躁，在其他班级准备迎头追赶的情况下还能保持领先地位，同时我也号召所有班级有一股不认输的倔强劲，后期能师生同心，生生团结，营造良好的复习备考氛围，不争上游不罢休。除此之外，我还想特别表扬的是通过两个多月的学习取得了巨大进步的学生典型，他们是：5班徐若中考477分924名，本次139名，进步幅度达785；7班某生中考436分1105名，本次336名，进步幅度达769，11班某生中考450分1059名，本次月考302名，进步幅度达757，11班某生中考472分952名，本次199名，进步幅度达753，5班李博中考484分862名，本次148名，进步幅度达714，4班郭红利486分845名，本次136名，进步幅度达709，10班段雨浓中考460分1020名，本次315名，进步幅度达705。在此我衷心的对几位同学表示祝贺，也代表老师希望你们能取得更大更优秀的成绩，能在竞争中立于不败之地。同时号召所有同学向他们学习，能不屈服与现状，勇争第一，追求卓越！

同学们，成绩仅仅只能说明过去，躺在成绩上睡觉的人一定会被摔得很重，相反，谁能够正视现状，奋勇向前，下次光荣和掌声一定属于你。

二．存在的问题。

电子产品，晚上不睡觉，白天没精神学习，甚至在课堂上干些与学习无关的事。2.部分班级自习纪律不好，尤其上晚自习总有学生交头接耳，左顾右盼，看闲书，传纸条，吃零食，照镜子等。3.少数班级三餐饭后，学生迟迟不进班，置学习任务或者作业于不顾在阳台上扎堆谈笑风生，甚至值日老师到场或者铃声响后还拖拖拉拉。4.周日早晚自习到班迟到现象非常严重。

业，甚至抄袭。2没有养成反思和总结的习惯，对纠错本没有引起足够的重视。本周四年级对各班纠错本进行了检查：发现有些班级错题本完成情况整体不好。3.课堂注意力不集中，稍有风吹草动就立马走神。

后就开始准备下课，早自习边读书，边看表时刻准备着冲刺，请同学们想象一下，零散的被你浪费的时间如果集中起来是多么巨大的，当然也有很多班级学生下晚自习迟迟不肯下楼，不愿意在拥挤的楼梯上花费时间而宁愿多做一道题，很多班级学生周日下午都没有休息而选择在班自习，这种精神值得所有同学广泛学习。有的同学不能独立思考问题，稍有困难就选择退缩，高中学习不同于初中，现在知识容量大，宽度深度都不同于以前，我们一定要有马拉松式的心理准备，遇到问题建立要建立在独立思考基础上。

三．后期建议：

1、每天保证7-8睡眠 - 晚上不要熬夜，定时就寝保障良好的就寝纪律，走读生回家后要提高做事效率。早睡早起，中午坚持午睡。充足的睡眠、饱满的精神是提高效率的基本要求。

2、学习时要全神贯注 - 玩的时候痛快玩，学的时候认真学。一天到晚伏案苦读，不是良策。学习到一定程度就得休息、补充能量。学习之余，一定要注意休息。但学习时，一定要全身心地投入，手脑并用。每天两操，每周两节体育课，一节书法信息课，一节培优课，一节课外选修课，一节劳动课，还有语文的阅读课，周日早自习睡觉，下午休息半天，这已经可以保证劳逸结合，因此其余时间就必须高效率投入学习，三餐饭后不能沉迷于操场，饭后必须马上进教室投入学习，做到入门即静，入座即学。

4、学习要主动 - 只有积极主动地学习，才能感受到其中的乐趣，才能对学习越发有兴趣。有了兴趣，效率就会在不知不觉中得到提高。有的同学基础不好，学习过程中老是有不懂的问题，又羞于向人请教，结果是郁郁寡欢，心不在焉，从何谈起提高学习效率。这时，一定要向人请教，不懂的地方一定要弄懂，一点一滴地积累，才能进步，课堂上要积极参加讨论，勇于展示和点评。如此，才能逐步地提高效率。

5、保持愉快的心情，和同学融洽相处 。与同学老师相处大度宽容，遇事不要斤斤计较，每天有个好心情，做事干净利落，学习积极投入，效率自然高。另一方面，把个人和集体结合起来，和同学保持互助关系，团结进取，也能提高学习效率。

6、注意整理 ，善于反思，乐于总结。 学习过程中，把各科课本、作业和资料有规律地放在一起。待用时，一看便知在哪。而有的学生查阅某本书时，东找西翻，不见踪影。时间就在忙碌而焦急的寻找中逝去。我认为，没有条理的学生不会学得很好。学习上，做笔记和错题整理时常备双色笔，错题整理要反思提升到通式通法，争取触类旁通，举一反三。

7、关于开展期中班级挑战赛的通知。

各班常务班委成员会同班主任商议决定选择实力相当或稍强的班级作为挑战对象，然后向对方班级下挑战书，被挑战班级下应战书，平时比纪律，比卫生，比跑操，比出勤，比到班，考试比成绩，期中总结会上我们要向挑战成功班级或迎战胜利班级颁发奖品和锦旗。 最后，祝愿各班学风浓，班风正，祝愿同学们百尺竿头更进一步！

了学生应用数学知识解决实际问题的能力。

**高一月考总结与反思篇十一**

首先是知识内容的差异。初中数学知识少、难度低。高中数学知识广泛，具有较强的抽象性和理论性，尤其是在高一，开始碰到的就是理论性、抽象性很强的集合、函数等概念，使一些初中数学基础很好的学生也难以适应。

其次是学法上的差异。初中是义务制教育阶段，只要记忆概念、公式及例题类型，不需要独立思考和对规律进行归纳总结，一般都可以取得好成绩;高中数学学习要求勤于思考，善于归纳总结规律，注意应用，掌握数学思想方法，做到举一反三，触类旁通，提倡自主学习和研究性学习。养成良好的数学学习习惯，才会使自己的学习感到有序而轻松。

第三是教法上的差异。初中数学教学要求较低，教学进度较慢，对于某些重点、难点，教师可以有充裕的时间反复讲解、多次演练，从而各个击破;高中数学教学教材内涵丰富，题目难度加深，知识的重点和难点不可能像初中那样通过反复强调来排难释疑。教学往往通过设导、设问、设陷、设变，启发引导，开拓思路，然后由学生自己思考、去解答，侧重对思想方法的渗透和思维品质的培养。 第四是思维要求的差异。初中数学的思维方法更趋向于形象和合情，而高中数学的思维方法更趋向于抽象和理性，对数学思想、数学方法的要求较高，要求学生能从多角度、多方面思考问题，在创新能力、应用意识上有更高的要求。初中数学一般要求学生按定量来分析问题，这样的思维过程，只能片面地、局限地解决问题。在高中数学学习中，将会大量地、广泛地应用代数的可变性去探索问题的普遍性和特殊性。

二，因为他们做的题多。我们不是常说见多识广嘛!

我说一下我的方法：

1 上课能分清老师讲课的重点.有选择的听讲.这样可提高效率.

2 除了能按时完成老师布置的任务还能主动找些练习来做,而且做完任何一道题后能,在检查一下.同时看看到底题目考了那些知识点.

3 有做笔记的习惯.把不会的和作错的题目或是好的方法记下来,平时多看看. 4 从做过的题目总结中总结方法,归结题型.

5 不会的问题要多请教老师.可以从老师那学很多巧妙的方法

6 做题要快，不然高考时是做不完的。而且要提高准确率。在一场考试中失误，粗心丢一二十分是很容易的。

7 做题要严谨。别少胳膊缺腿。这样很容易丢分的。虽说也就一两分。但一张试卷和起来就十几分了。

8 打好基础。不要因为题简单就不去做，往往越简单的题越爱丢分。很多题都是从课本例题演化来的。

9 重视选择和填空。做时要快、准。在这上面丢分就别想达到一流水平了。不会的不要马上就放弃。最后的大题都是分步得分的。

10 考试时合理分配时间，争取能做完。选择题30~35分钟 填空10分钟 简答题

75~80分钟。做大题时平均一分钟使得不了一分的。考140甚至是150的关键是对速度和和准确率的把握和调节。

一、辅导书对概念的理解非常准确。

讲了怎样把概念理解。分几个层次。因该注意什么。

二、辅导书知识的归纳尤其是很多规律。

教材全解上有很多基础知识的归纳。很多规律课本上是没有的，老师也没讲到的。而习题中有经常用。不然这些东西是要在错误中学习会的。

三、辅导书上对几乎所有的公式定理都给于了证明。

要想真学好就要会证明所有定理和公式。有人认为证明方法考试又不考学什么啊！错！不是不考。很多做题的过程就是再现了证明方法。也能加深对公式定理的理解。

四、经典例题对于题型给予了归纳。

例题教会了我们怎么去做题。给我们提供了很多好的方法。一开始就要学他的这种方法。也教我们怎样去写一个题。使做题步骤规范化。虽然归纳的不是太好。可以在此基础上自己归纳。这使得数学系统化。能从整体上把握数学。

五、有课本习题答案

可以检验做的题对不对。也可以学到不少方法。还有后边的习题也要好好做一下。

实在是不会做题的话要学着看例题

我认为要这么看例题：

1、先看课本上的公式和例题、定理。明白后再看例题

2、看之前要自己动手先做一下。千万不要只是动眼看看，要真做。不会做时再看答案的解法。

3、要把自己的做法和答案对比一下，看看是哪里出的问题，然后把该知识点学会。

4、看明白后。做一下后面的变式训练和找一下同类

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com