**脚踏实地，信心百倍迎期中**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！我是高三（1）班周亦余。今天我与大家分享的题目是《脚踏实地，信心百倍迎期中》。

伴着清晨的第一缕阳光，我们迎来了新的一天，新的一周。经过两个月的紧张学习生活，我们即将迎来对我们学习成果的一次检阅——期中考试。我相信，大家都希望考出优异的成绩，用实际行动证明自己。怎样才能考出让自己满意的成绩？我认为可以从以下几个方面着手：

第一、相信自己，保持良好的心态，设立合适的目标。成事者皆自信。别人认为可不可能一点都不重要，重要的是你自己认为可不可能。莎士比亚曾经说过：“如果我们的心预备好了，所有事都成了。”在美国宇航中心的大门上，写着人类向宇宙的一句豪迈宣言：只要人类能够梦想的，就一定能够实现。我可能对未来还没有明确的目标，但我起码要知道自己现在要什么，给自己定一个跳一跳就能够得着的学习目标，并相信这个目标是努力后可以达到的。

第二，合理作息，保持良好状态。身体是革命的本钱，休息是学习的前提，休息好，才能高效率地学习。要保证充分的休息，保持愉快的心情，适当参加体育锻炼，并给自己积极的心理暗示，找到自己的节奏。

第三，相信老师，跟紧老师的步伐。如果说自信是成功的开端，那么对老师的信赖就是取得成功的巨大动力。一个与自己的老师格格不入、常常鸡蛋里挑骨头的学生，表面上是与老师过不去，实际上是对自己的否定，是一种转移压力的消极方法。复习最忌讳的就是这种消极情绪。不仅影响自己的复习，还会影响老师、同学的努力。相信老师，本身就是对自己选择的一种肯定。老师对教材知识的把握在整体性、系统性上总比学生强，灵活运用知识的视角也比学生多，积累的解题思路和方法有一定的规律性。相信老师才会信老师的方法，才会自觉运用老师所教的方法，比较轻松地掌握考试内容，省下了时间，也提高了自信。

第四，找到适合自己的复习方法，事半功倍。不要去看别人如何，每个人都有自己的特点，所以学习能力不一样，每个人适合的方法也不尽相同。我的具体做法如下：

1. 统筹安排，查缺补漏，多思考巧练习。首先，制定有效的复习计划，提高复习的主动性，重视基础知识和基本技能，合理安排各门功课的复习，一步一步、踏实地做好自己的事情。其次，有选择性的做一些题目，比如自己相对薄弱的学科，就多做一些题目或者多看课本，已经掌握的差不多的学科就没有必要花费过多的时间。不要不分主次，眉毛胡子一把抓。题目不一定都做，但是做的一定要认真做。学会做练习题的诀窍，提高答题的速度，熟悉考试题型，灵活变换复习方式，达到最佳效果。

2. 回归课本。题在书外，但理都在书中。考试中，许多题目都能在课本上找到“影子”，不少考题就是将课本题目进行引申、拓宽和变化。看课本，系统梳理知识，将书本串连成紧密相连的体系，剔除芜杂的旁门左道，不仅节约了复习时间，还能理清复习思路。当然，如果能再认认真真做一套经过老师选择的复习题，则更会锦上添花。

3. 利用好错题本。要把自己常犯的错或易忽略的内容在考试之前彻底解决，给自己积极的心理暗示。

4.学会反思。这一点很重要。没有人天生就会学习，我们需要不断反思自身，应该针对自己学习生活的方方面面进行反思。比如自己时间是否利用的充分，白天的作息安排是否合理，作业的速度质量控制得如何，近来的学习方法有没有可以改进的地方等等。这种反思反映出你对学习的用心，不断的反思也会给你动力，让你完善，提高，坚持下来，不但可以复习巩固所学过的知识，而且能使知识系统化、条理化，使知识建立起各种联系。这样，就使我们能在一个新的、更高的水平上来对待知识，就好像我们站在山顶上来看山下的景色一样，不但能看清所有景点，而且能统观全局。我们站在了一个新的高度上来看待知识，我们也就有了驾驭知识的能力，我们就能灵活理解、掌握和运用知识了。

同学们，期中考试的号角已吹响，有行动一切才有可能，正所谓“行者常至，为者常成”，从今天起，让我们把握每一天，珍惜每一天，努力拼搏，积极奋战，脚踏实地，信心百倍迎期中，让我们用行动证明：我们曾经努力过!

最后，预祝同学们在期中考试中取得理想成绩。

 我的分享到此结束，谢谢大家！