

复习方法的检验

今天的英语月考让我对自己的复习方法有了更清晰的认识。早上起床时，我一边回顾昨天晚上做的练习题，一边提醒自己考试要沉着冷静。我发现自己平时喜欢“死记硬背”单词，但真正做题时，有些词汇在语境中却记不清，这次考试暴露了这一问题。

考试过程中，选择题还算顺利，但填空题和阅读理解题出现了几处低级错误。尤其是语法题，我在细节上没有注意，导致原本会的题目答错。作文部分，我本想写复杂句型，但写着写着发现用词不够精准，最后不得不调整成简单句，虽然结构清楚，但心里有些遗憾。

这次考试让我认识到，复习方法要有针对性。死记硬背容易忘记语境，单独练习题也不能完全保证考试时正确答题。我决定以后复习时增加以下措施：每天分主题记单词并造句，每周做模拟题并严格计时，考试后反思每道错题的原因，并记录在错题本中。

另外，我发现考试心态也很关键。今天一开始紧张，手脚微微发抖，影响了答题速度和准确率。我决定下次考试前进行心理调节练习，比如闭眼深呼吸、正念冥想，以及模拟考场环境训练，让自己更加适应考试压力。

今天的英语月考虽然有些遗憾，但也让我看到了进步空间。通过复盘，我明白了复习方法、心理状态和答题策略三者的结合才是提升成绩的关键。希望下一次月考，我能用更加科学的方法和良好心态，取得理想成绩。